

ТОШКЕНТ ДАВЛАТ ПЕДАГОГИКА УНИВЕРСИТЕТИ  
ҲУЗУРИДАГИ ПЕДАГОГ КАДРЛАРНИ ҚАЙТА  
ТАЙЁРЛАШ ВА УЛАРНИНГ МАЛАКАСИНИ  
ОШИРИШ ТАРМОҚ МАРКАЗИ



# ДЕФЕКТОЛОГИЯ

## Реабилитацион педагогика

### МОДУЛИ БЎЙИЧА

# ЎҚУВ-УСЛУБИЙ МАЖМУА

А	Б	В	Г	Д	Е	Ж
З	И	Й	К	Л	М	Н
О	П	Р	С	Т	У	Ф
Х	Ц	Ч	Ш	Щ	Ъ	Ы
	Ь	Э	Ю	Я		

ТОШКЕНТ-2019

**ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ**  
**ОЛИЙ ВА ЎРТА МАХСУС ТАЪЛИМ ВАЗИРЛИГИ**  
**ОЛИЙ ТАЪЛИМ ТИЗИМИ ПЕДАГОГ ВА РАЎБАР КАДРЛАРИНИ ҚАЙТА**  
**ТАЙЁРЛАШ ВА УЛАРНИНГ МАЛАКАСИНИ ОШИРИШНИ ТАШКИЛ**  
**ЭТИШ БОШ ИЛМИЙ - МЕТОДИК МАРКАЗИ**  
**ТОШКЕНТ ДАВЛАТ ПЕДАГОГИКА УНИВЕРСИТЕТИ ҲУЗУРИДАГИ**  
**ПЕДАГОГ КАДРЛАРНИ ҚАЙТА ТАЙЁРЛАШ ВА УЛАРНИНГ**  
**МАЛАКАСИНИ ОШИРИШ ТАРМОҚ МАРКАЗИ**

**“ДЕФЕКТОЛОГИЯ” йўналиши**

**“РЕАБИЛИТАЦИОН ПЕДАГОГИКА”**  
модули бўйича

**Ў Қ У В – У С Л У Б И Й М А Ж М У А**

**Тошкент - 2019**

**Модулнинг ўқув-услубий мажмуаси Олий ва ўрта махсус, касб-ҳунар таълими ўқув-методик бирлашмалари фаолиятини Мувофиқлаштирувчи кенгашининг 2019 йил 18 октябрдаги 5 – сонли баённомаси билан маъқулланган ўқув дастури ва ўқув режасига мувофиқ ишлаб чиқилган.**

**Тузувчилар:** Низомий номли ТДПУ, п.ф.н.,доц. Д.Нуркелдиева,  
п.ф.н., доц. Я.Чичерина.

**Такризчи:** «Московский педагогический государственный университет» д.п.н. профессор О.С.Орлова

*Ўқув-услубий мажмуа ТДПУ Кенгашининг 2019 йил 30 августдаги 1/3.5- сонли қарори билан наширга тавсия қилинган.*

## МУНДАРИЖА

I. ИШЧИ ДАСТУР .....	5
II. МОДУЛНИ ЎҚИТИШДА ФОЙДАЛАНИЛАДИГАН ИНТРЕФАОЛ ТАЪЛИМ МЕТОДЛАРИ .....	12
III. НАЗАРИЙ МАТЕРИАЛЛАР .....	27
IV. АМАЛИЙ МАШҒУЛОТ МАТЕРИАЛЛАРИ.....	152
V. КЕЙСЛАР БАНКИ .....	177
VI. ГЛОССАРИЙ .....	187
VII. АДАБИЁТЛАР РЎЙХАТИ .....	199

## I. ИШЧИ ДАСТУР

### Кириш

Дастур Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2015 йил 12 июндаги “Олий таълим муассасаларининг раҳбар ва педагог кадрларини қайта тайёрлаш ва малакасини ошириш тизимини янада такомиллаштириш чора-тадбирлари тўғрисида”ги ПФ-4732-сонли, 2017 йил 7 февралдаги “Ўзбекистон Республикасини янада ривожлантириш бўйича Ҳаракатлар стратегияси тўғрисида”ги ПФ-4947-сонли, 2019 йил 27 августдаги “Олий таълим муассасалари раҳбар ва педагог кадрларининг узлуксиз малакасини ошириш тизимини жорий этиш тўғрисида”ги ПФ-5789-сонли Фармонлари, шунингдек 2017 йил 20 апрелдаги “Олий таълим тизимини янада ривожлантириш чора-тадбирлари тўғрисида”ги ПҚ–2909-сонли Қарорида белгиланган устувор вазифалар мазмунидан келиб чиққан ҳолда тузилган бўлиб, у олий таълим муассасалари педагог кадрларининг касб маҳорати ҳамда инновацион компетентлигини ривожлантириш, соҳага оид илғор хорижий тажрибалар, янги билим ва малакаларни ўзлаштириш, шунингдек амалиётга жорий этиш кўникмаларини такомиллаштиришни мақсад қилади.

Курсни ўзлаштириш жараёнида тингловчилар ногиронликни ижтимоий тушунчаларини ўзлаштирадилар, ногиронлиги бўлган кишиларга нисбатан муносабатда стереотипларни аниқлаш ва уларни енгиб ўтиш усулларини, амалиётда камситишга қарши ёндошувни қўллашни ва тўғри тилдан фойдаланишни ўрганадилар. Тингловчилар ногиронлиги бўлган болаларнинг психофизиологик ривожланиши, унинг алоҳида эҳтиёжлари ҳамда ҳаётий босқичлари ва унинг оиласининг ўзига хос хусусиятлари билан танишадилар, ижтимоий хизмат ва норасмий уюшмалар фаолияти асосида ҳуқуқий, ижтимоий, таълим, тиббиёт, абилитацион ва реабилитацион ресурслар ҳақида маълумотларни оладилар.

Курс давомида қуйидаги турли ҳил интерфаол усуллардан фойдаланилади: ҳодисаларни ўрганиш, кинофильмларни томоша қилиш ва муҳокама қилиш, бадиий адабиётларни ўқиш, оммавий ахборот воситалари материалларини контент - таҳлил қилиш, кичик маъруза, амалий иш, ролли ўйинлар, гуруҳларнинг турли муаммолар бўйича чиқишлари, танқидий тафаккурни ривожлантириш усуллари.

Таълим жараёнида видеоматериаллардан фойдаланиш алоҳида аҳамиятга эга, чунки ушбу видеоматериаллар ногиронлиги бўлган кишилар ва болалар ҳаётини ҳамда уларнинг имкониятларини, ижтимоий ёрдам ва ижтимоий ёрдам олиш имкониятларини улар учун очик бўлиши уларнинг ҳаётига қандай таъсир этишини кўргазмали ҳолда кўрсатиш имконини беради. Биринчи навбатда, маҳаллий ҳужжатлар, материаллардан фойдаланиш мақсадга мувофиқдир.

Материалларни муҳокама этишда тингловчиларни ҳиссий томондан жалб этиш муҳим аҳамиятга эга. Бу жараёнда ногиронлиги бўлган болалар ёки кишиларга нисбатан раҳм-шафқат ёки хайр-саховат кўрсатиш асосида эмас, балки инсон ҳуқуқларини ҳимоя этиш ва тенг имкониятларни таъминлаш ёндошувини шакллантириш лозимдир.

### **Модулнинг мақсади ва вазифалари**

**“Реабилитацион педагогика” модулининг мақсади ва вазифалари:** тингловчиларга махсус педагогика ривожланишининг замонавий ва долзарб йўналишлари, мақсади ва вазифалари, реабилитацион педагогика тушунчаси, концепцияси мақсад ва вазифалари ҳақида билим, кўникма ва малакаларини такомиллаштириш, тингловчиларни ногиронликка эга бўлган, ривожланишида нуқсонли болалар ва катталарнинг барча қобилиятларини ва потенциалини ривожлантиришга, уларни максимал даражада мустақил, бировга қарам бўлмаган ҳаётга эришиши учун унинг узлуксиз таълими воситасида, самарали таълим технологияларидан фойдаланиб жамият ҳаётида фаол иштирок этишини таъминлаш ҳақидаги ҳужжатлар, илғор таълим технологияларининг долзарб муаммолари ва замонавий концепциялари, педагогик маҳорат асослари ҳақида билим, кўникма ва малакаларини такомиллаштиришдан иборат.

### **Модул бўйича тингловчиларнинг билими, кўникмаси, малакаси ва компетенцияларига қўйиладиган талаблар**

**“Реабилитацион педагогика”** модулини ўзлаштириш жараёнида амалга ошириладиган масалалар доирасида тингловчилар:

- Ўзбекистон Республикаси Конституцияси, таълим соҳасида давлат сиёсати ва бошқа қонунчилик ҳамда ҳуқуқий-меъёрий ҳужжатларни;
- “Таълим тўғрисида”ги қонун, Кадрлар тайёрлаш миллий дастури ва бошқа қонун ҳужжатларининг қабул қилиниши, моҳияти ва аҳамиятини;
- мамлакатимизда демократик ислохотларни янада чуқурлаштириш ва фуқаролик жамиятини ривожлантириш концепциясини;
- таълим тизимини ривожлантиришнинг устувор йўналишларини;
- махсус таълим соҳасидаги инновацияларни;
- жамиятни ва таълимни ахборотлаштириш технологияларини;
- Махсус педагогиканинг тараққиёт йўналишлари ва инновацияларини;
- Дефектология (махсус педагогика) фанларини ўқитишда замонавий ёндашувларни **билиши** керак.

•ўқув-услугий фаолиятни таоқимлаштиришнинг самарали шакл, метод ва воситалари, инновацион таълим технологияларини амалиётга татбиқ этиш, электрон таълим ресурсларини яратиш, илғор тажрибаларни ўзлаштириш ва ўқитиш амалиётида кенг қўллаш, ижодкорлик **кўникма ва малакаларига эга бўлиши** зарур;

•олий таълим муассасаларидаги ўқув жараёнларни самарали ташкил этиш, услубий фаолиятини тизимли ривожлантириш **компетенцияларга эга бўлиши** лозим.

### **Модулни ташкил этиш ва ўтказиш бўйича тавсиялар**

“Реабилитцион педагогика” курси маъруза ва амалий машғулотлар шаклида олиб борилади.

Курсни ўқитиш жараёнида таълимнинг замонавий методлари, педагогик технологиялар ва ахборот-коммуникация технологиялари қўлланилиши назарда тутилган:

- маъруза дарсларида замонавий компьютер технологиялари ёрдамида презентацион ва электрон-дидактик технологиялардан;

- ўтказиладиган амалий машғулотларда техник воситалардан, экспресс-сўровлар, тест сўровлари, ақлий ҳужум, гуруҳли фикрлаш, кичик гуруҳлар билан ишлаш, коллоквиум ўтказиш, ва бошқа интерактив таълим усулларини қўллаш назарда тутилади.

### **Модулнинг ўқув режадаги бошқа модуллар билан боғлиқлиги ва узвийлиги**

Модул мазмуни ўқув режадаги “Таълим-тарбия жараёнларини ташкил этишнинг меъерий-ҳуқуқий асослари”, “Инновацион таълим технологиялари”, “Педагогик компетентлик ва креативлик асослари”, “Мутахассислик фанларини ўқитиш методикаси” ўқув модуллари билан узвий боғланган ҳолда тингловчиларнинг соҳага оид компетентлик даражасини ривожлантиришга хизмат қилади.

### **Модулнинг олий таълимдаги ўрни**

Модулни ўзлаштириш орқали тингловчилар таълим сифатини ошириш, ўқув-тарбия жараёнини модернизациялашда инновацияларнинг ўрни ва уларни мақсадли йўналтиришга оид зарурий билим, кўникма ва малакаларни ўзлаштирадиганлар ҳамда олий таълим муассасаси амалиётига кенг татбиқ этадилар.

## Модул бўйича соатлар тақсимоти

№	Модул мавзулари	Тингловчининг ўқув юкلامаси, соат				
		Ҳаммаси	Аудитория ўқув юкلامаси			Мустақил таълим
			Жами	Жумладан		
		Назарий		Амалий машғулот		
1.	Реабилитацион педагогиканинг ижтимоий, тиббий ва психологик асослари	4	4	2	2	
2.	Психик ва жисмоний нуқсонга эга бўлган болалар ва катталарга кўрсатиладиган ижтимоий хизматлар.	6	6	2	4	
3.	Ота-оналар ёки уларнинг ўрнини босувчи шахсларни ривожланишида бузилишлари бўлган болаларни парваришlash, тарбияlash ва ривожлантиришга ўргатиш.	4	4	2	2	
4.	Реабилитацион педагогикада эрготерапевтик технологиялар	4	4	2	2	
<b>Жами:</b>		<b>18</b>	<b>18</b>	<b>8</b>	<b>10</b>	

### НАЗАРИЙ МАШЎУЛОТЛАР МАЗМУНИ

#### 1-мавзу: Реабилитацион педагогиканинг ижтимоий, тиббий ва психологик асослари.

Реабилитацион педагогика - махсус педагогиканинг бир йўналиши. Ногиронликнинг ижтимоий модели. Ногиронликнинг тиббий модели. Болалар ва ўсмирларни ҳаёт фаолиятини чекланганлигининг (ҳаётий кўникма ва малакалар) халқаро таснифи.



## **2-мавзу: Психик ва жисмоний нуқсонга эга бўлган болалар ва катталарга кўрсатиладиган ижтимоий хизматлар.**

Меъёрлаштириш тамойилининг қуйидагича таърифи. Меъёрлаштириш тамойилининг ташкилий қисмлари. Меъёрлаштириш тамойилининг моддалари ва ижтимоий-маиший мослашув жараёни. Интеграция тушунчаси. Интеграция турлари. Психик ва жисмоний нуқсонга эга бўлган болалар ва катталарда ҳаётий малакаларни шакллантириш жараёни хусусиятлари. Психик ва жисмоний нуқсонга эга бўлган болалар ва катталарга кўрсатиладиган ижтимоий хизматлар. Саломатлик тушунчаси. Соғлиғи заиф бўлган болалар ва уларнинг хусусиятлари. Саломатлиги заиф бўлган ўқувчиларнинг таълим жараёнидаги муаммолар. Ҳимоя педагогик кун тартиби тушунчаси ва уни амалга ошириш омиллари. Соматик заиф бўлган болаларнинг хусусиятлари ўқувчилардаги касалликларнинг профилактикаси. Таълим муассасаларида профилактика ишларини олиб борилиши ва гигиенага риоя қилиш хусусиятлари.

## **3-мавзу: Ота-оналар ёки уларнинг ўрнини босувчи шахсларни ривожланишида бузилишлари бўлган болаларни парваришлаш, тарбиялаш ва ривожлантиришга ўргатиш.**

Психик ва жисмоний нуқсонларга эга бўлган болалар оиласининг ижтимоий мослашуви жараёнида юзага келадиган муаммолар. Психик ва жисмоний нуқсонларга эга бўлган болалар оиласининг ижтимоий мослашувининг хусусияти ва босқичлари. Психик ва жисмоний нуқсонларга эга бўлган болалар оиласидаги шахслараро муносабатлар ва психологик муҳитнинг ўзига хос хусусиятлари. Психик ва жисмоний нуқсонларга эга бўлган болаларнинг мустақил ҳаёти хусусиятлари ва муаммолари.

## **4-мавзу: Реабилитацион педагогикада эрготерапевтик технологиялар.**

Эрготерапия - соҳалараро фаолият сифатида. Мустақил овқатланиш ва ичишга ўргатиш. Ювиниш, чўмилиш ва шахсий гигиена малакаларига ўргатиш. Мустақил кийинишга ўргатиш. Коммуникатив малакаларни ривожлантириш. Тўғри ижтимоий хулқни тарбиялаш.

## **АМАЛИЙ МАШҒУЛОТЛАР МАЗМУНИ**

### **1-амалий машғулот:**

#### **Реабилитацион педагогиканинг ижтимоий, тиббий ва психологик асослари(2 соат).**

Ногиронлик ва инкор этилганлик. Ногиронлик тушунчаси. Вазиятга мосланган ролли ўйин. Касалликларнинг халқаро таснифини таҳлили. Ногиронликнинг ижтимоий тушунчасини мустаҳкамлаш ва ижтимоий моделга асосланган ҳолда таҳлил ўтказиш кўникмаларини шакллантириш.

### **2-амалий машғулот:**

#### **Психик ва жисмоний нуқсонга эга бўлган болалар ва катталарга кўрсатиладиган ижтимоий хизматлар (4 соат).**

Махсус педагогнинг умумқабул қилинган ва амалий роллари ҳамда вазифалари. Реабилитацион педагогнинг мижозларни ҳаётнинг турли босқичларида роли ва функциялари. Реабилитацион педагог учун зарур бўлган билим, кўникма ва малакалар, қадриятлар. Реабилитацион педагогикадаги самарали амалиётнинг тўрт компонентлари. Соғлиғи заиф бўлган болалар ва уларнинг хусусиятларини таҳлил қилиш. Ҳимоя педагогик кун тартибини ташкил этишни режалаштириш. Ўқувчилардаги касалликларнинг профилактикаси ва таълим муассасаларида профилактика ишларини олиб борилиши ва гигиенага риоя қилишни муҳокама қилиш.

### **3-амалий машғулот:**

#### **Ота-оналар ёки уларнинг ўрнини босувчи шахсларни ривожланишида бузилишлари бўлган болаларни парваришлаш, тарбиялаш ва ривожлантиришга ўргатиш(2 соат).**

Тингловчиларни ногиронлиги бўлган бола оиласининг ўзига хос хусусиятлари билан таништириш. Ногиронлиги бўлган бола оиласи дуч келадиган ижтимоий қийинчиликларнинг таҳлили. Махсус педагогнинг ногирон фарзандлари бўлган ота-оналар билан иш олиб бориш шакллари. Оилавий албом машқи. “Худди капалакдек” фильмининг муҳокамаси

### **4-амалий машғулот:**

#### **Реабилитацион педагогикада эрготерапевтик технологиялар(2 соат).**

Эрготерапия фани ҳақидаги тушунчаларнинг таҳлили. Мустақил овқатланиш ва ичишга ўргатиш ишларининг таҳлили. Ювиниш, чўмилиш ва шахсий гигиена малакаларига ўргатиш йўллари таҳлили. Мустақил

кийинишга ўргатиш ишларини. Коммуникатив малакаларни ривожлантириш. Тўғри ижтимоий хулқни тарбиялаш.

### **ЎҚИТИШ ШАКЛЛАРИ**

Мазкур модул бўйича қуйидаги ўқитиш шаклларида фойдаланилади:

- маърузалар, амалий машғулотлар (маълумотлар ва технологияларни англаб олиш, ақлий қизиқишни ривожлантириш, назарий билимларни мустаҳкамлаш);

- давра суҳбатлари (кўрилаётган лойиҳа ечимлари бўйича таклиф бериш қобилиятини ошириш, эшитиш, идрок қилиш ва мантиқий хулосалар чиқариш);

- баҳс ва мунозаралар (лойиҳалар ечими бўйича далиллар ва асосли аргументларни тақдим қилиш, эшитиш ва муаммолар ечимини топиш қобилиятини ривожлантириш).

## II. МОДУЛНИ ЎҚИТИШДА ФОЙДАЛАНИЛАДИГАН ИНТРЕФАОЛ ТАЪЛИМ МЕТОДЛАРИ

Ҳозирги вақтда таълим жараёнида ўқитишнинг замонавий методлари кенг қўлланилмоқда. Ўқитишнинг замонавий методларини қўллаш ўқитиш жараёнида юқори самарадорликка эришишга олиб келади. Таълим методларини танлашда ҳар бир дарснинг дидактик вазифасидан келиб чиқиб танлаш мақсадга мувофиқ саналади.

Анъанавий дарс шаклини сақлаб қолган ҳолда, унга турли-туман таълим олувчилар фаолиятини фаоллаштирадиган методлар билан бойитиш таълим олувчиларнинг ўзлаштириш даражасининг кўтарилишига олиб келади. Бунинг учун дарс жараёни оқилона ташкил қилиниши, таълим берувчи томонидан таълим олувчиларнинг қизиқишини орттириб, уларнинг таълим жараёнида фаоллиги муттасил рағбатлантирилиб турилиши, ўқув материални кичик-кичик бўлақларга бўлиб, уларнинг мазмунини очишда ақлий хужум, кичик гуруҳларда ишлаш, баҳс-мунозара, муаммоли вазият, йўналтирувчи матн, лойиҳа, ролли ўйинлар каби методларни қўллаш ва таълим олувчиларни амалий машқларни мустақил бажаришга ундаш талаб этилади.

Бу методларни интерфаол ёки интерактив методлар деб ҳам аташади. **Интерфаол методлар** деганда-таълим олувчиларни фаоллаштирувчи ва мустақил фикрлашга ундовчи, таълим жараёнининг марказида таълим олувчи бўлган методлар тушунилади. Бу методлар қўлланилганда таълим берувчи таълим олувчини фаол иштирок этишга чорлайди. Таълим олувчи бутун жараён давомида иштирок этади. Таълим олувчи марказда бўлган ёндошувнинг фойдали жиҳатлари қуйидагиларда намоён бўлади:

- таълим самараси юқорироқ бўлган ўқиш-ўрганиш;
- таълим олувчининг юқори даражада рағбатлантирилиши;
- илгари орттирилган билимнинг ҳам эътиборга олинниши;
- ўқиш шиддатини таълим олувчининг эҳтиёжига мувофиқлаштирилиши;
- таълим олувчининг ташаббускорлиги ва масъулиятининг қўллаб-қувватланиши;
- амалда бажариш орқали ўрганилиши;
- икки тарафлама фикр-мулоҳазаларга шароит яратилиши.

“**Ақлий хужум**” методи - бирор муаммо бўйича таълим олувчилар томонидан билдирилган эркин фикр ва мулоҳазаларни тўплаб, улар орқали маълум бир ечимга келинадиган методдир. “Ақлий хужум” методининг ёзма ва оғзаки шакллари мавжуд. Оғзаки шаклида таълим берувчи томонидан берилган саволга таълим олувчиларнинг ҳар бири ўз фикрини оғзаки

билдиради. Таълим олувчилар ўз жавобларини аниқ ва қисқа тарзда баён этадилар. Ёзма шаклида эса берилган саволга таълим олувчилар ўз жавобларини қоғоз карточкаларга қисқа ва барчага кўринарли тарзда ёзадилар. Жавоблар доскага (магнитлар ёрдамида) ёки «пинборд» доскасига (игналар ёрдамида) маҳкамланади. “Ақлий ҳужум” методининг ёзма шаклида жавобларни маълум белгилар бўйича гуруҳлаб чиқиш имконияти мавжуддир. Ушбу метод тўғри ва ижобий қўлланилганда шахсни эркин, ижодий ва ностандарт фикрлашга ўргатади.

“Ақлий ҳужум” методидан фойдаланилганда таълим олувчиларнинг барчасини жалб этиш имконияти бўлади, шу жумладан таълим олувчиларда мулоқот қилиш ва мунозара олиб бориш маданияти шаклланади. Таълим олувчилар ўз фикрини фақат оғзаки эмас, балки ёзма равишда баён этиш маҳорати, мантиқий ва тизимли фикр юритиш кўникмаси ривожланади. Билдирилган фикрлар баҳоланмаслиги таълим олувчиларда турли ғоялар шаклланишига олиб келади. Бу метод таълим олувчиларда ижодий тафаккурни ривожлантириш учун хизмат қилади.

“Ақлий ҳужум” методи таълим берувчи томонидан қўйилган мақсадга қараб амалга оширилади:

1. Таълим олувчиларнинг бошланғич билимларини аниқлаш мақсад қилиб қўйилганда, бу метод дарснинг мавзуга кириш қисмида амалга оширилади.

2. Мавзуни такрорлаш ёки бир мавзуни кейинги мавзу билан боғлаш мақсад қилиб қўйилганда –янги мавзуга ўтиш қисмида амалга оширилади.

3. Ўтилган мавзуни мустаҳкамлаш мақсад қилиб қўйилганда-мавзудан сўнг, дарснинг мустаҳкамлаш қисмида амалга оширилади.

**“Ақлий ҳужум” методини қўллашдаги асосий қоидалар:**

1. Билдирилган фикр-ғоялар муҳокама қилинмайди ва баҳоланмайди.
  2. Билдирилган ҳар қандай фикр-ғоялар, улар ҳатто тўғри бўлмаса ҳам инобатга олинади.
  3. Ҳар бир таълим олувчи қатнашиши шарт.
- Қуйида “Ақлий ҳужум” методининг тузилмаси келтирилган.



### **“Ақлий ҳужум” методининг тузилмаси**

**“Ақлий ҳужум” методининг босқичлари қуйидагилардан иборат:**

1. Таълим олувчиларга савол ташланади ва уларга шу савол бўйича ўз жавобларини (фикр, ғоя ва мулоҳаза) билдиришларини сўралади;
2. Таълим олувчилар савол бўйича ўз фикр-мулоҳазаларини билдиришади;
3. Таълим олувчиларнинг фикр-ғоялари (магнитофонга, видеотасмага, рангли қоғозларга ёки доскага) тўпланади;
4. Фикр-ғоялар маълум белгилар бўйича гуруҳланади;
5. Юқорида қўйилган саволга аниқ ва тўғри жавоб танлаб олинади.

**“Ақлий ҳужум” методининг афзалликлари:**

- натижалар баҳоланмаслиги таълим олувчиларда турли фикр-ғояларнинг шаклланишига олиб келади;
- таълим олувчиларнинг барчаси иштирок этади;
- фикр-ғоялар визуаллаштирилиб борилади;
- таълим олувчиларнинг бошланғич билимларини текшириб кўриш имконияти мавжуд;
- таълим олувчиларда мавзуга қизиқиш уйғотади.

**“Ақлий ҳужум” методининг камчиликлари:**

- таълим берувчи томонидан саволни тўғри қўя олмаслик;
- таълим берувчидан юқори даражада эшитиш қобилиятининг талаб этилиши.

**“Кичик гуруҳларда ишлаш” методи** - таълим олувчиларни фаоллаштириш мақсадида уларни кичик гуруҳларга ажратган ҳолда ўқув

материалини ўрганиш ёки берилган топшириқни бажаришга қаратилган дарсдаги ижодий иш.

Ушбу метод қўлланилганда таълим олувчи кичик гуруҳларда ишлаб, дарсда фаол иштирок этиш ҳуқуқига, бошловчи ролида бўлишга, бир-биридан ўрганишга ва турли нуқтаи-назарларни қадрлаш имконига эга бўлади.

“Кичик гуруҳларда ишлаш” методи қўлланилганда таълим берувчи бошқа интерфаол методларга қараганда вақтни тежаш имкониятига эга бўлади. Чунки таълим берувчи бир вақтнинг ўзида барча таълим олувчиларни мавзуга жалб эта олади ва баҳолай олади. Қуйида “Кичик гуруҳларда ишлаш” методининг тузилмаси келтирилган.



## **“Кичик гуруҳларда ишлаш” методининг тузилмаси**

### **“Кичик гуруҳларда ишлаш” методининг босқичлари қуйидагилардан иборат:**

1. Фаолият йўналиши аниқланади. Мавзу бўйича бир-бирига боғлиқ бўлган масалалар белгиланади.
2. Кичик гуруҳлар белгиланади. Таълим олувчилар гуруҳларга 3-6 кишидан бўлинишлари мумкин.
3. Кичик гуруҳлар топшириқни бажаришга киришадилар.
4. Таълим берувчи томонидан аниқ кўрсатмалар берилади ва йўналтириб турилади.
5. Кичик гуруҳлар тақдимот қиладилар.
6. Бажарилган топшириқлар муҳокама ва таҳлил қилинади.
7. Кичик гуруҳлар баҳоланади.

### **«Кичик гуруҳларда ишлаш» методининг афзаллиги:**

- ўқитиш мазмунини яхши ўзлаштиришга олиб келади;
- мулоқотга киришиш кўникмасининг такомиллашишига олиб келади;
- вақтни тежаш имконияти мавжуд;
- барча таълим олувчилар жалб этилади;
- ўз-ўзини ва гуруҳлараро баҳолаш имконияти мавжуд бўлади.

### **«Кичик гуруҳларда ишлаш» методининг камчиликлари:**

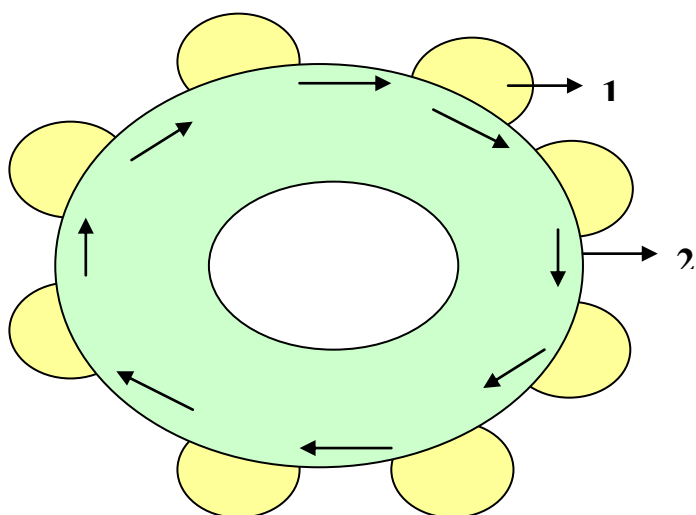
- баъзи кичик гуруҳларда кучсиз таълим олувчилар бўлганлиги сабабли кучли таълим олувчиларнинг ҳам паст баҳо олиш эҳтимоли бор;
- барча таълим олувчиларни назорат қилиш имконияти паст бўлади;
- гуруҳлараро ўзаро салбий рақобатлар пайдо бўлиб қолиши мумкин;
- гуруҳ ичида ўзаро низо пайдо бўлиши мумкин.

**“Давра суҳбати” методи** – айлана стол атрофида берилган муаммо ёки саволлар юзасидан таълим олувчилар томонидан ўз фикр-мулоҳазаларини билдириш орқали олиб бориладиган ўқитиш методидир.

“Давра суҳбати” методи қўлланилганда стол-стулларни доира шаклида жойлаштириш керак. Бу ҳар бир таълим олувчининг бир-бири билан “кўз алоқаси”ни ўрнатиб туришига ёрдам беради. Давра суҳбатининг оғзаки ва ёзма шакллари мавжуддир. Оғзаки давра суҳбатида таълим берувчи мавзунини бошлаб беради ва таълим олувчилардан ушбу савол бўйича ўз фикр-мулоҳазаларини билдиришларини сўрайди ва айлана бўйлаб ҳар бир таълим олувчи ўз фикр-мулоҳазаларини оғзаки баён этадилар. Сўзлаётган таълим олувчини барча диққат билан тинглайди, агар муҳокама қилиш лозим бўлса,



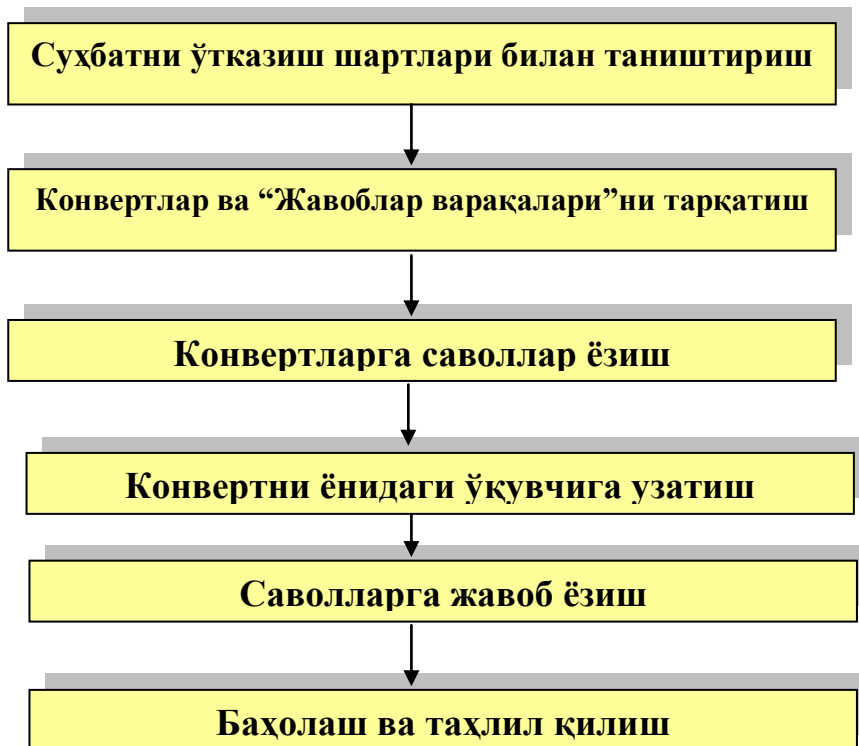
барча фикр-мулоҳазалар тингланиб бўлингандан сўнг муҳокама қилинади. Бу эса таълим олувчиларнинг мустақил фикрлашига ва нутқ маданиятининг ривожланишига ёрдам беради.



**Белгилар:**  
1-таълим олувчилар  
2-айлана стол

#### **Давра столининг тузилмаси**

Ёзма давра суҳбатида ҳам стол-стуллар айлана шаклида жойлаштирилиб, ҳар бир таълим олувчига конверт қоғози берилади. Ҳар бир таълим олувчи конверт устига маълум бир мавзу бўйича ўз саволини беради ва “Жавоб варақаси”нинг бирига ўз жавобини ёзиб, конверт ичига солиб қўяди. Шундан сўнг конвертни соат йўналиши бўйича ёнидаги таълим олувчига узатади. Конвертни олган таълим олувчи ўз жавобини “Жавоблар варақаси”нинг бирига ёзиб, конверт ичига солиб қўяди ва ёнидаги таълим олувчига узатади. Барча конвертлар айлана бўйлаб ҳаракатланади. Якуний қисмда барча конвертлар йиғиб олиниб, таҳлил қилинади. Қуйида “Давра суҳбати” методининг тузилмаси келтирилган



### **“Давра суҳбати” методининг тузилмаси**

**“Давра суҳбати” методининг босқичлари қуйидагилардан иборат:**

1. Машғулот мавзуси эълон қилинади.
2. Таълим берувчи таълим олувчиларни машғулотни ўтказиш тартиби билан таништиради.
3. Ҳар бир таълим олувчига биттадан конверт ва жавоблар ёзиш учун гуруҳда неча таълим олувчи бўлса, шунчадан “Жавоблар варақалари”ни тарқатилиб, ҳар бир жавобни ёзиш учун ажратилган вақт белгилаб қўйилади. Таълим олувчи конвертга ва “Жавоблар варақалари”га ўз исми-шарифини ёзади.
4. Таълим олувчи конверт устига мавзу бўйича ўз саволини ёзади ва “Жавоблар варақаси”га ўз жавобини ёзиб, конверт ичига солиб қўяди.
5. Конвертга савол ёзган таълим олувчи конвертни соат йўналиши бўйича ёнидаги таълим олувчига узатади.
6. Конвертни олган таълим олувчи конверт устидаги саволга “Жавоблар варақалари”дан бирига жавоб ёзади ва конверт ичига солиб қўяди ҳамда ёнидаги таълим олувчига узатади.
7. Конверт давра столи бўйлаб айланиб, яна савол ёзган таълим олувчининг ўзига қайтиб келади. Савол ёзган таълим олувчи конвертдаги “Жавоблар варақалари”ни баҳолайди.
8. Барча конвертлар йиғиб олинади ва таҳлил қилинади.

Ушбу метод орқали таълим олувчилар берилган мавзу бўйича ўзларининг билимларини қисқа ва аниқ ифода эта оладилар. Бундан ташқари ушбу метод орқали таълим олувчиларни муайян мавзу бўйича баҳолаш имконияти яратилади. Бунда таълим олувчилар ўзлари берган саволларига гуруҳдаги бошқа таълим олувчилар берган жавобларини баҳолашлари ва таълим берувчи ҳам таълим олувчиларни объектив баҳолаши мумкин.

**“Давра суҳбати” методининг афзалликлари:**

- ўтилган материалнинг яхши эсда қолишига ёрдам беради;
- барча таълим олувчилар иштирок этадилар;
- ҳар бир таълим олувчи ўзининг баҳолалиши масъулиятини ҳис этади;
- ўз фикрини эркин ифода этиш учун имконият яратилади.

**“Давра суҳбати” методининг камчиликлари:**

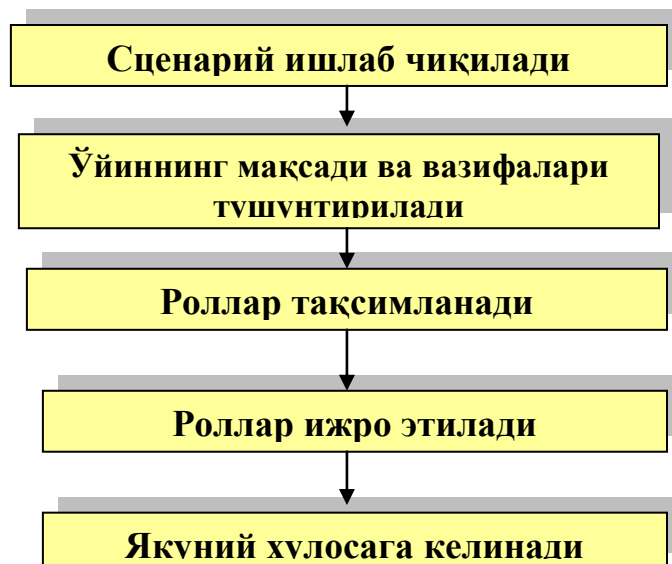
- кўп вақт талаб этилади;
- таълим берувчининг ўзи ҳам ривожланган фикрлаш қобилиятига эга бўлиши талаб этилади;
- таълим олувчиларнинг билим даражасига мос ва қизиқарли бўлган мавзу танлаш талаб этилади.

**“Ролли ўйин” методи**-таълим олувчилар томонидан ҳаётий вазиятнинг ҳар хил шарт-шароитларини сахналаштириш орқали кўрсатиб берувчи методдир.

Ролли ўйинларнинг ишбоп ўйинлардан фарқли томони баҳолашнинг олиб борилмаслигидадир. Шу билан бирга “Ролли ўйин” методида таълим олувчилар таълим берувчи томонидан ишлаб чиқилган сценарийдаги ролларни ижро этиш билан кифояланишса, “Ишбоп ўйин” методида роль ижро этувчилар маълум вазиятда қандай вазифаларни бажариш лозимлигини мустақил равишда ўзлари ҳал этадилар.

Ролли ўйинда ҳам ишбоп ўйин каби муаммони ечиш бўйича иштирокчиларнинг биргаликда фаол иш олиб боришлари йўлга қўйилган. Ролли ўйинлар таълим олувчиларда шахслараро муомала малакасини шакллантиради.

“Ролли ўйин” методида таълим берувчи таълим олувчилар ҳақида олдиндан маълумотга эга бўлиши лозим. Чунки ролларни ўйнашда ҳар бир таълим олувчининг индивидуал характери, хулқ-атвори муҳим аҳамият касб этади. Танланган мавзулар таълим олувчиларнинг ўзлаштириш даражасига мос келиши керак. Ролли ўйинлар ўқув жараёнида таълим олувчиларда мотивацияни шакллантиришга ёрдам беради. Қуйида “Ролли ўйин” методининг тузилмаси келтирилган.



### **“Ролли ўйин” методининг тузилмаси**

#### **“Ролли ўйин” методининг босқичлари қуйидагилардан иборат:**

1. Таълим берувчи мавзу бўйича ўйиннинг мақсад ва натижаларини белгилайди ҳамда ролли ўйин сценарийсини ишлаб чиқади.

2. Ўйиннинг мақсад ва вазифалари тушунтирилади.

3. Ўйиннинг мақсадидан келиб чиқиб, ролларни тақсимлайди.

4. Таълим олувчилар ўз ролларини ижро этадилар. Бошқа таълим олувчилар уларни кузатиб турадилар.

5. Ўйин якунида таълим олувчилардан улар ижро этган ролни яна қандай ижро этиш мумкинлигини изоҳлашга имконият берилади. Кузатувчи бўлган таълим олувчилар ўз якуний мулоҳазаларини билдирадилар ва ўйинга хулоса қилинади.

Ушбу методни қўллаш учун сценарий таълим берувчи томонидан ишлаб чиқилади. Баъзи ҳолларда таълим олувчиларни ҳам сценарий ишлаб чиқишга жалб этиш мумкин. Бу таълим олувчиларнинг мотивациясини ва ижодий изланувчанлигини оширишга ёрдам беради. Сценарий махсус фан бўйича ўтилатган мавзуга мос равишда, ҳаётда юз берадиган баъзи бир ҳолатларни ёритиши керак. Таълим олувчилар ушбу ролли ўйин кўринишидан сўнг ўз фикр-мулоҳазаларини билдириб, керакли хулоса чиқаришлари лозим.

#### **“Ролли ўйин” методининг афзаллик томонлари:**

- ўқув жараёнида таълим олувчиларда мотивация (қизиқиш)ни шакллантиришга ёрдам беради;
- таълим олувчиларда шахслараро муомала малакасини шакллантиради;
- назарий билимларни амалиётда қўллай олишни ўргатади;

• таълим олувчиларда берилган вазиятни таҳлил қилиш малакаси шаклланади.

**“Ролли ўйин” методининг камчилик томонлари:**

- кўп вақт талаб этилади;
- таълим берувчидан катта тайёргарликни талаб этади;
- таълим олувчиларнинг ўйинга тайёргарлиги турлича бўлиши мумкин;
- барча таълим олувчиларга роллар тақсимланмай қолиши мумкин.

**“Баҳс-мунозара” методи** - бирор мавзу бўйича таълим олувчилар билан ўзаро баҳс, фикр алмашинув тарзида ўтказиладиган ўқитиш методидир.

Ҳар қандай мавзу ва муаммолар мавжуд билимлар ва тажрибалар асосида муҳокама қилиниши назарда тутилган ҳолда ушбу метод қўлланилади. Баҳс-мунозарани бошқариб бориш вазифасини таълим олувчиларнинг бирига топшириши ёки таълим берувчининг ўзи олиб бориши мумкин. Баҳс-мунозарани эркин ҳолатда олиб бориш ва ҳар бир таълим олувчини мунозарага жалб этишга ҳаракат қилиш лозим. Ушбу метод олиб борилаётганда таълим олувчилар орасида пайдо бўладиган низоларни дарҳол бартараф этишга ҳаракат қилиш керак.

“Баҳс-мунозара” методини ўтказишда қуйидаги қоидаларга амал қилиш керак:

- барча таълим олувчилар иштирок этиши учун имконият яратиш;
- “ўнг қўл” қоидаси (қўлини кўтариб, руҳсат олгандан сўнг сўзлаш)га риоя қилиш;
- фикр-ғояларни тинглаш маданияти;
- билдирилган фикр-ғояларнинг такрорланмаслиги;
- бир-бирларига ўзаро ҳурмат.

Қуйида “Баҳс-мунозара” методини ўтказиш тузилмаси берилган.



## **“Баҳс-мунозара” методининг тузилмаси**

### **“Баҳс-мунозара” методининг босқичлари қуйидагилардан иборат:**

1. Таълим берувчи мунозара мавзусини танлайди ва шунга доир саволлар ишлаб чиқади.

2. Таълим берувчи таълим олувчиларга муаммо бўйича савол беради ва уларни мунозарага таклиф этади.

3. Таълим берувчи берилган саволга билдирилган жавобларни, яъни турли ғоя ва фикрларни ёзиб боради ёки бу вазифани бажариш учун таълим олувчилардан бирини котиб этиб тайинлайди. Бу босқичда таълим берувчи таълим олувчиларга ўз фикрларини эркин билдиришларига шароит яратиб беради.

4. Таълим берувчи таълим олувчилар билан биргаликда билдирилган фикр ва ғояларни гуруҳларга ажратади, умумлаштиради ва таҳлил қилади.

5. Таҳлил натижасида қўйилган муаммонинг энг мақбул ечими танланади.

### **“Баҳс-мунозара” методининг афзалликлари:**

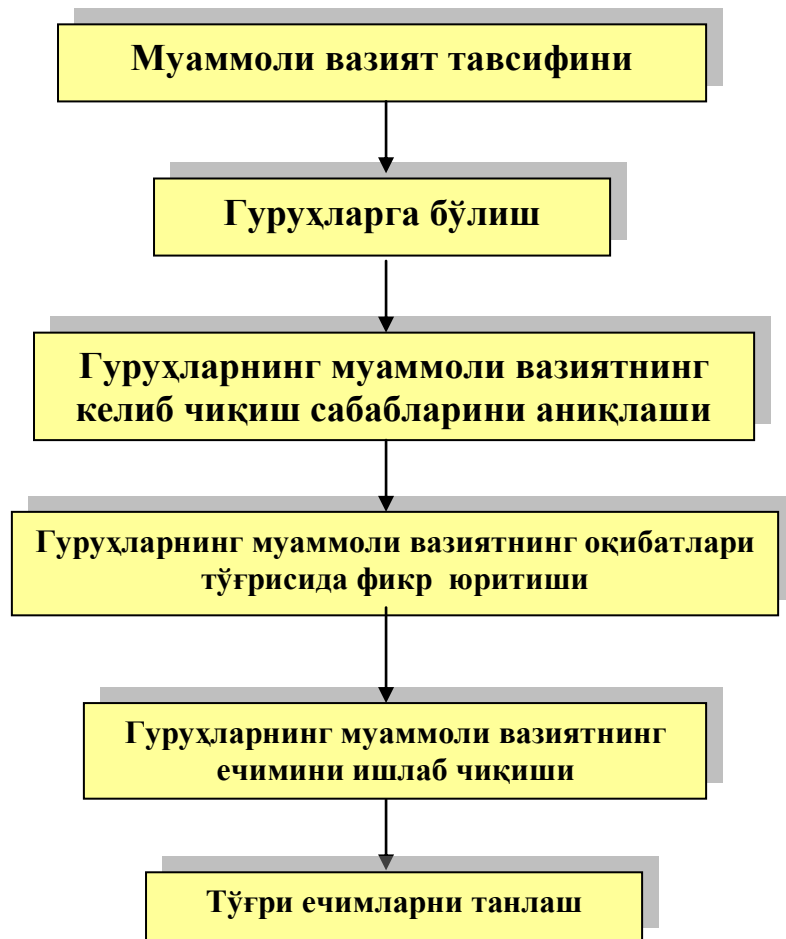
- таълим олувчиларни мустақил фикрлашга ундайди;
- таълим олувчилар ўз фикрининг тўғрилигини исботлашга ҳаракат қилишига имконият яратилади;
- таълим олувчиларда тинглаш ва таҳлил қилиш қобилиятининг ривожланишига ёрдам беради.

### **“Баҳс-мунозара” методининг камчиликлари:**

- таълим берувчидан юксак бошқариш маҳоратини талаб этади;
- таълим олувчиларнинг билим даражасига мос ва қизиқарли бўлган мавзу танлаш талаб этилади.

**“Муаммоли вазият” методи-таълим олувчиларда муаммоли вазиятларнинг сабаб ва оқибатларини таҳлил қилиш ҳамда уларнинг ечимини топиш бўйича кўникмаларини шакллантиришга қаратилган методдир.**

“Муаммоли вазият” методи учун танланган муаммонинг мураккаблиги таълим олувчиларнинг билим даражаларига мос келиши керак. Улар қўйилган муаммонинг ечимини топишга қодир бўлишлари керак, акс ҳолда ечимни топа олмагач, таълим олувчиларнинг қизиқишлари сўнишига, ўзларига бўлган ишончларининг йўқолишига олиб келади. «Муаммоли вазият» методи қўлланилганда таълим олувчилар мустақил фикр юритишни, муаммонинг сабаб ва оқибатларини таҳлил қилишни, унинг ечимини топишни ўрганадилар. Қуйида “Муаммоли вазият” методининг тузилмаси келтирилган.



### **“Муаммони вазият” методининг тузилмаси**

**“Муаммони вазият” методининг босқичлари қуйидагилардан иборат:**

1. Таълим берувчи мавзу бўйича муаммони вазиятни танлайди, мақсад ва вазифаларни аниқлайди. Таълим берувчи таълим олувчиларга муаммони баён қилади.

2. Таълим берувчи таълим олувчиларни топшириқнинг мақсад, вазифалари ва шартлари билан таништиради.

3. Таълим берувчи таълим олувчиларни кичик гуруҳларга ажратади.

4. Кичик гуруҳлар берилган муаммони вазиятни ўрганадилар. Муаммонинг келиб чиқиш сабабларини аниқлайдилар ва ҳар бир гуруҳ тақдимот қилади. Барча тақдимотдан сўнг бир хил фикрлар жамланади.

5. Бу босқичда берилган вақт мобайнида муаммонинг оқибатлари тўғрисида фикр-мулоҳазаларини тақдимот қиладилар. Тақдимотдан сўнг бир хил фикрлар жамланади.

6. Муаммони ечишнинг турли имкониятларини муҳокама қиладилар, уларни таҳлил қиладилар. Муаммони вазиятни ечиш йўллари ишлаб чиқадиладар.

7. Кичик гуруҳлар муаммоли вазиятнинг ечими бўйича тақдимот қиладилар ва ўз вариантларини тақлиф этадилар.

8. Барча тақдимотдан сўнг бир хил ечимлар жамланади. Гуруҳ таълим берувчи билан биргаликда муаммоли вазиятни ечиш йўлларининг энг мақбул вариантларини танлаб олади.

#### **“Муаммоли вазият” методининг афзалликлари:**

- таълим олувчиларда мустақил фикрлаш қобилиятларини шакллантиради;
- таълим олувчилар муаммонинг сабаб, оқибат ва ечимларни топишни ўрганадилар;
- таълим олувчиларнинг билим ва қобилиятларини баҳолаш учун яхши имконият яратилади;
- таълим олувчилар фикр ва натижаларни таҳлил қилишни ўрганадилар.

#### **“Муаммоли вазият” методининг камчиликлари:**

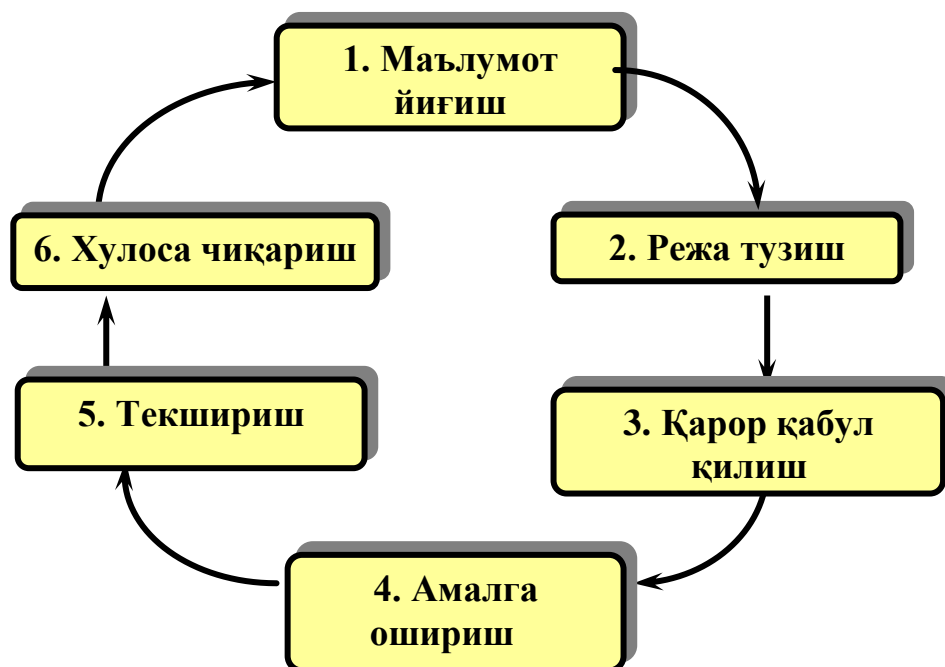
- таълим олувчиларда юқори мотивация талаб этилади;
- кўйилган муаммо таълим олувчиларнинг билим даражасига мос келиши керак;
- кўп вақт талаб этилади.

**“Лойиха” методи**-бу таълим олувчиларнинг индивидуал ёки гуруҳларда белгиланган вақт давомида, белгиланган мавзу бўйича ахборот йиғиш, тадқиқот ўтказиш ва амалга ошириш ишларини олиб боришидир. Бу методда таълим олувчилар режалаштириш, қарор қабул қилиш, амалга ошириш, текшириш ва хулоса чиқариш ва натижаларни баҳолаш жараёнларида иштирок этадилар. Лойиха ишлаб чиқиш яқка тартибда ёки гуруҳий бўлиши мумкин, лекин ҳар бир лойиха ўқув гуруҳининг биргаликдаги фаолиятининг мувофиқлаштирилган натижасидир. Бу жараёнда таълим олувчининг вазифаси белгиланган вақт ичида янги маҳсулотни ишлаб чиқиш ёки бошқа бир топшириқнинг ечимини топишдан иборат. Таълим олувчилар нуктаи-назаридан топшириқ мураккаб бўлиши ва у таълим олувчилардан мавжуд билимларини бошқа вазиятларда қўллай олишни талаб қиладиган топшириқ бўлиши керак.

Лойиха ўрганишга хизмат қилиши, назарий билимларни амалиётга тадбиқ этиши, таълим олувчилар томонидан мустақил режалаштириш, ташкиллаштириш ва амалга ошириш имкониятини ярата оладиган бўлиши керак.

Қуйидаги чизмада “Лойиха” методининг босқичлари келтирилган.





### “Лойиҳа” методининг босқичлари

#### “Лойиҳа” методининг босқичлари қуйидагилардан иборат:

1. Муҳандис-педагог лойиҳа иши бўйича топшириқларни ишлаб чиқади. Таълим олувчилар мустақил равишда дарслик, схемалар, тарқатма материаллар асосида топшириққа оид маълумотлар йиғадилар.

2. Таълим олувчилар мустақил равишда иш режасини ишлаб чиқадилар. Иш режасида таълим олувчилар иш босқичларини, уларга ажратилган вақт ва технологик кетма-кетлигини, материал, асбоб-ускуналарни режалаштиришлари лозим.

3. Кичик гуруҳлар иш режаларини тақдимот қиладилар. Таълим олувчилар иш режасига асосан топшириқни бажариш бўйича қарор қабул қиладилар. Таълим олувчилар муҳандис-педагог билан биргаликда қабул қилинган қарорлар бўйича эришиладиган натижаларни муҳокама қилишади. Бунда ҳар хил қарорлар таққосланиб, энг мақбул вариант танлаб олинади. Муҳандис-педагог таълим олувчилар билан биргаликда “Баҳолаш варақаси”ни ишлаб чиқади.

4. Таълим олувчилар топшириқни иш режаси асосида мустақил равишда амалга оширадилар. Улар индивидуал ёки кичик гуруҳларда ишлашлари мумкин.

5. Таълим олувчилар иш натижаларини ўзларини текширадилар. Бундан ташқари кичик гуруҳлар бир-бирларининг иш натижаларини текширишга ҳам жалб этиладилар. Текширув натижаларини “Баҳолаш варақаси”да қайд этилади. Таълим олувчи ёки кичик гуруҳлар ҳисобот берадилар. Иш якуни қуйидаги шаклларнинг бирида ҳисобот қилинади:

оғзаки ҳисобот; материалларни намоиш қилиш орқали ҳисобот; лойиҳа кўринишидаги ёзма ҳисобот.

6. Муҳандис-педагог ва таълим олувчилар иш жараёнини ва натижаларни биргаликда якуний суҳбат давомида таҳлил қилишади. Ўқув амалиёти машғулотларида эришилган кўрсаткичларни меъёрий кўрсаткичлар билан таққослайди. Агарда меъёрий кўрсаткичларга эриша олинмаган бўлса, унинг сабаблари аниқланади.

Муҳандис-педагог “Лойиҳа” методини қўллаши учун топшириқларни ишлаб чиқиши, лойиҳа ишини дарс режасига киритиши, топшириқни таълим олувчиларнинг имкониятларига мослаштириб, уларни лойиҳа иши билан таништириши, лойиҳалаш жараёнини кузатиб туриши ва топшириқни мустақил бажара олишларини таъминланиши лозим.

“Лойиҳа” методини амалга оширишнинг уч хил шакли мавжуд:

- якка тартибдаги иш;
- кичик гуруҳий иш;
- жамоа иши.

### III. НАЗАРИЙ МАТЕРИАЛЛАР

#### 1-мавзу: Реабилитацион педагогиканинг ижтимоий, тиббий ва психологик асослари

##### Режа:

1. Реабилитацион педагогика - махсус педагогиканинг йўналиши сифатида.
2. Реабилитацион педагогиканинг ижтимоий асослари.
3. Реабилитацион педагогиканинг тиббий асослари.
4. Реабилитацион педагогиканинг психологик асослари.

**Таянч иборалар:** реабилитационная педагогика, ногиронликнинг ижтимоий модели, инсон ривожланишининг экологик назарияси функционирования (хаётий кўникма ва малакаларнинг) халқаро модели, организм функциялари, организмнинг тузилиши, фаоллик ва иштирок, ривожланишнинг гетерохронлиги, цензитив давр, иккиламчи нуқсонлар, эгилувчанлик ва компенсациялаш имкониялари, ижтимоий мослашувдаги қийинчиликлар.

##### 1.1. Реабилитацион педагогика-махсус педагогиканинг йўналиши сифатида.

Ўзбекистон Республикасининг “Ўзбекистон республикасида Ногиронларни ижтимоий ҳимояси” қонунига мувофиқ ногиронларни реабилитация қилиш - бу Ўзбекистон Республикасининг бошқа барча фуқаролари билан тенг имкониятларни таъминлаш, уларнинг турмуш фаолиятидаги чеклашларни бартараф этиш, ногиронларни тўлақонли ҳаёт кечиришларига, жамиятнинг иқтисодий ва сиёсий турмушида фаол қатнашишларига, шунингдек ўзларининг фуқаролик бурчларини бажаришларига имкон берадиган қулай шарт-шароит яратиш мақсадида давлатнинг ногиронларга оид сиёсатини белгилайди.

Ўзбекистон Республикасида аҳоли саломатлигини муҳофаза қилишга, ногиронликнинг олдини олишга ва ногиронларнинг жамият билан уйғунлашиб кетиши учун шарт-шароит яратишга қаратилган тиббий, ижтимоий, психологик, педагогик, жисмоний, касбий тадбирлар уларга йўқотилган ёки бузилган функцияларини тиклаш, компенсация қилиш, ҳаёт фаолиятидаги чекланишларини тарбараф этишда ёрдам кўрсатиш амалга оширилади.

Давлат ногиронларнинг ижтимоий ҳимоя қилинишини таъминлаб, тегишли давлат дастурларида ногиронларнинг эҳтиёжларини ҳисобга олиш, саломатлигини сақлаш, меҳнат қилиш, билим олиш ва касб ўрганиш, уй-жойли бўлиш ва бошқа ижтимоий-иқтисодий ҳуқуқларни рўёбга чиқаришда

тўсиқларни бартараф этиш мақсадида қонунларда кўзда тутилган шаклларда уларга ижтимоий ёрдам бериш йўли билан уларнинг хос камол топишлари, ижодий ва ишлаб чиқариш имкониятларини ҳамда қобилиятларини рўёбга чиқаришлари учун зарур шарт-шароит яратиб беради. Давлат ногирон болалар тўғрисида алоҳида ғамхўрлик қилади.

Ногиронларни реабилитация қилишнинг мақсади уларнинг ижтимоий статусини, ўзига-ўзи хизмат қилиши қобилиятларини тиклаш, касбий фаолиятнинг турли кўринишлари билан шуғулланиш, тўлақонли ҳаёт кечиришга ва ўзларининг ҳуқуқларини ва потенциал имконияларини тўлиқ амалга оширишларига имкон яратишни назарда тутди. Ҳар бир ногиронликка эга бўлган инсон давлат органлари томонидан зарур яққа реабилитация дастурини тузилиш ҳуқуқига эга.

Ногиронликка эга бўлган катта ёшдаги ва болаларнинг реабилитациясида педагогик технологияларнинг роли муҳим аҳамиятга эга бўлиб, ҳозирги вақтда ҳам реабилитацион-педагогик фаолиятнинг назарий соҳаси етарлича ўрганилмаган. Реабилитацион педагогика-фан ва ўқув предмети сифатида шаклланиш босқичида бўлиб асосий категориялар ва тушунчаларни таърифлашда, предмети ва вазифаларни белгилашда турдош соҳалар, масалан махсус педагогика, ижтимоий педагогика, педагогик психология, эрготерапия каби фанлар орасида кўплаб мунозарали томонларга эга.

Ушбу билим соҳаларининг, илмий фанларнинг предмети ва объектини белгилашда қийинчиликлар уларнинг ўзлари ҳам жадал ривожланиб бораётганликлари билан изоҳланади. Масалан, “дефектология” термини камситилиш сифатида қўлланилиши, фақатгина муаммоларга, нуқсонларга эътибор бериши, боланинг кучли томонларига диққат қаратилмаслиги билан қўлланилишдан чиқиб бормоқда. Унинг ўрнига ғарбий европа мамлакатларида, АҚШ анъанавий тарзда қўлланиладиган “махсус таълим” ёки “махсус педагогика” атамалари кириб келди.

Аввал дефектологиянинг ўрганиш предмети мактабгача ва мактаб ёшидаги ривожланишида камчиликлари бўлган болаларни ўқитиш, тарбиялашнинг тамойиллари, йўллари, методлари, усуллари ва ташкилий шакллари эди. Ҳозирги вақтда эса ривожланишида нуқсонли бўлган болаларга махсус психологик-педагогик ёрдамни илк ёшдан бошлаш зарурлигини исботлаб берган кўплаб илмий тадқиқот натижаларига кўра, шунингдек, узлуксиз таълим концепциясига асосан махсус педагогика инсон ҳаётининг барча босқичларини қамраб олади.

Дефектологиянинг мақсад ва вазифалари болани иложи борича “меъёрга” етказиш учун нуқсонни коррекциялаш, оғишишни коррекциялаш компенсациялаш, умумтаълим дастури мазмуни бўйича таълим беришга

яқинлаштириш йўлларини, усулларини, “нуқсонли болани” излаш бўлган. Ҳозирги вақтда махсус педагогика ногиронликка эга бўлган, ривожланишида нуқсонли болалар ва катталарнинг барча қобилиятларини ва потенциалини ривожлантиришга, уларни максимал даражада мустақил, бировга қарам бўлмаган ҳаётга эришиши учун унинг узлуксиз таълими воситасида, самарали таълим технологияларидан фойдаланиб жамият ҳаётида фаол иштирок этишини таъминлашга қаратади.

Ҳозирги замон махсус педагогикасида психик ва жисмоний нуқсонларга эга бўлган инсоннинг бутун ҳаёти босқичларида ижтимоий мослашув ва интеграция, абилитация ва реабилитация қилиш жараёнларини ўрганиш билан боғлиқ бўлган янги йўналишлар ажратилган. Бу йўналиш педагогика, психология, тиббиёт, ижтимоий иш ва эрготерапия соҳалари билан боғлиқликда ривожланмоқда. У ўзига қуйидаги назария ва амалиётларни камраб олган:

- илк ёшдаги болаларга махсус педагогик ёрдам;
- психик ва жисмоний нуқсонлари, шу жумладан оғир ақлий нуқсонга, мужассам нуқсонларга эга бўлган болалар ва катталарда ижтимоий-маиший ориентация ва ҳаёт учун зарур бўлган малакаларни шакллантириш;
- таълимда алоҳида эҳтиёжлари бўлган болаларни ривожлантириш, ўқитиш ва тарбиялаш масалалари бўйича оилаларни ва мутахассисларга маслаҳатлар бериш;
- ривожланишида нуқсони бўлган шахсларни касбга йўналтириш, касбга тайёрлаш, касбга доир маслаҳатлар ва ижтимоий-меҳнатга мослашуви.

## **1.2. Реабилитацион педагогиканинг ижтимоий асослари.**

Реабилитацион педагогиканинг ижтимоий асосларига ногиронликни тушунишнинг ижтимоий модели ва инсон ривожланишининг экологик назарияси киритилади.

Жаҳон соғлиқни сақлаш ташкилоти томонидан қабул қилинган ногиронлик тушунчаси ўзига қуйидагиларни киритади:

- 1) Импаирментс - психик, физиологик, ёки анатомик жиҳатдан меъёрдан оғишиш, етишмовчилик;
- 2) Disability – у ёки бу жиҳатдан меъёрда ҳисобланган бирор-бир фаолиятни амалга оширишдаги чекланиш, амалга ошириш қобилиятини йўқотиш;
- 3) Handicap - ижтимоий установакалар билан ўзаро алоқадорликда қабул қилинадиган, жамият томонидан бериладиган хизматлар ва имкониятлардан фойдалана олмаслик, ижтимоий дезадаптация, самарасиз ёки секинлашга ижтимоийлашув;

Рус психологи Л.С. Виготский: «шахнинг тақдирини нуқсон эмас, балки унинг ижтимоий асоратлари, уни ижтимоий-психологик амалга ошириш ҳал этади. Компенсация жараёнлари шунингдек, тўғридан-тўғри камчиликни тўлдиришга эмас, балки унинг натижасидаги қийинчиликларни бартараф этишга қаратилади», деб таъкидлаган.

Шундай қилиб, икки нафар бир хил камчиликка эга бўлган болалар жамиятда мутлақо турли рол ўйнаши мумкин: жамиятнинг фаол аъзоси, жамиятнинг ривожланишига ўз ҳиссасини қўшиши, тўлақонли ҳаёт кечириши мумкин ёки бошқаларга қарам бўлиб, ўзини жамиятдан четда қолиши мумкин.

**“Ногиронликнинг якка-тиббий модели.** Ногиронликнинг анъанавий тушунчаси инсон саломатлиги билан нимадир “жойида” эмаслигига қаратилган. Бундай қараш ногиронликни жисмоний бузилишга тенглаштириб кўяди. Шундай қилиб, жисмоний имконияти чекланганликка кўзи ожизлик, карлик, одам қийналиб ёки бутунлай ҳаракатланмайдиган, гапирмайдиган турли ҳолатлар, психик касалликлар, шунингдек, Даун синдроми ва эпилепсия ҳолати тааллуқлидир. Жисмоний имконияти чекланганликка бундай тиббий қарашни кўпинча ногиронликнинг тиббий модели деб атайдилар.

Умуман олганда, қачонки ногиронлик шахс соғлиги муаммоси сифатида концептуаллаштирилса, имконияти чекланган одамлар ижтимоий жиҳатдан қабул қилинади ва улар ўзларини барча бошқа нарсалар орасида қандайдир умидсиз, номеъерий сифатда, ҳар турли тиббий ва реабилитацион интервенциялар учун патцинетлар ва ёки тобе объектлар каби англайдилар. Кимдир ногиронликни тиббий призма орқали кўриб чиқаётган пайтда жисмоний чеклаши бўлган одамлар билан иш олиб боришга тўғри келадиган ноҳуш ижтимоий оқибатларнинг мавжудлиги тан олинishi мумкин, ушбу парадигма ичида ижтимоий ҳаётдан чиқариш кўп ҳолларда ногиронлик из қолдирган чеклаш натижаси сифатида кўрилади.

Модомики, бундай ҳолда муаммо тоза тиббий деб ифодаланар экан, унда шунга мувофиқ у асосан даволаш ва реабилитация орқали ҳал қилинади; реабилитация баъзи ҳолларда махсус институционал ташкилотларда яккалаб кўйишни талаб қилади. Бундай иш имконияти чекланган одамларга ғамхўрлик қилиш ва ҳимоялашни таъминлаш мақсадида махсус профессионаллар томонидан институционализация ҳолларидаги каби “меъерий ишлаш”ни тиклашни таъминлаш учун олиб борилади.

**Ногиронликнинг ижтимоий модели - “Бизни касаллигимиз эмас, жамият ногирон қилади”.** Ногиронликнинг ижтимоий модели сифатида аста-секин бир ҳолатдан иккинчи ҳолатга ўтувчи ногиронликка анъанавий

ёндошувни танқид қилиш Буюк Британиянинг имконияти чекланган одамлар харакати ичида ўтган асрнинг 70-йилларида юзага келишни бошлади. Бу харакат индивидуаллашган тиббий концепциянинг радикал альтернативасини таклиф қилди. Унда таъкидланишича, имконияти чекланган одамлар нохуш ҳолатларда ўзларининг касалликлари туфайли эмас, балки уларга ижтимоий, маданий ва иқтисодий тўсиқлар из қолдирган чеклаш, шунингдек, уларни ўраб турган мавжуд муҳит тўсиқлари қамровида қоладилар. Бундай аниқ ифодага биноан ногиронлик тушунчаси саломатлик ёки патология билан эмас, балки камситиш ва ижтимоий қувиш билан боғлиқдир. Ижтимоий моделнинг истиқболи нуқтаи назарида – бу ижтимоий-сиёсий муаммо. Бу, ўз навбатида, олиб борилаётган сиёсатнинг асосан юқорида айтиб ўтилган тўсиқлар, шунингдек, инсоний ва фуқаролик ҳуқуқларига урғуни аниқ йўлга қўйишга тааллуқли устуворликларини танлашда фундаментал фарқларга олиб келади.

Индивидуал “номеърийлик” ва тиббий моделга характерли бўлган дастлабки даво тўғрисидаги бошланғич тасаввурдан фарқли равишда барибир имплицит тарзда у ёки бу жисмоний чеклашни “меърийлик” деб тан олади. Бундан ташқари, тиббиёт ютуқлари имконияти чекланган одамлар миқдорини камайтирмади, аксинча, уни аҳамиятли равишда оширди, шунчаки одамлар узокроқ яшай бошладилар, бироқ энди оғир касалликлар ва жароҳатларда кўпроқ яшовчан бўлиб қолдилар. Қайсидир маънода имконияти чекланган одамлар пропорцияси жамиятнинг иқтисодий фаровонлигида яхши индикатор бўлиб қоладилар.

Кескин академик ва сиёсий тортишувлар ичида бўлгани каби чекланган имкониятли одамларнинг ижтимоий модел характери ва унинг релевантлигига нисбатан, шунингдек, у ёки бу вазиятда уни аниқ қўллаш йўллари тўғрисидаги баҳс-мунозаралар жамоатчилик харакатларидан ташқарида ҳам давом этмоқда<sup>1</sup>. “Кенг маънода ногиронликнинг ижтимоий модели иқтисодий ва маданий тўсиқларга, шунингдек, улардаги жисмоний, сенсор ёки интеллектуал чеклашлар мавжудлигига зарарли оқибат сифатида қаровчи бошқа одамлар билан тўкнашадиган атроф-муҳит тўсиқларига марказ сифатида қараш демакдир” (Майк Оливер)<sup>2</sup>.

---

<sup>1</sup> Қаранг, масалан: Barnes, C. and Mercer, G. (eds.), *Implementing the social model of disability: theory and research*, Leeds, 2004, шунингдек, ушбу мавзу бўйича *Disability and Society* журналидаги мақолалар. [www.leeds.ac.uk/disability-studies/archiveuk/](http://www.leeds.ac.uk/disability-studies/archiveuk/) сайтдан фойдали материалларни топиш мумкин.

<sup>2</sup> Mike Oliver, ‘The social model in action: If I had a hammer’, in Barnes, C. and Mercer, G. (eds.), *Implementing the social model of disability: Theory and research*, Leeds, 2004, p.21.

Реабилитацион педагогиканинг ижтимоий асосларига шунингдек, Бронфенбреннернинг инсон ривожланишининг экологик назарияси ҳам киритилади.

Бу назарияга асосан инсоннинг ривожланиши-фаол ривожланаётган инсон ва унинг қуршаб олган, динамик ўзгараётган атроф-муҳит ўртасидаги ўзаро аккомодация жараёни (мослашув ва мослашиши), шунингдек, бу атроф-муҳит билан ўзаро алоқадорлик ва бу муҳитга киритилган экологик контекстдир.

Ҳар бир шахс ўзгариши анча катта ижтимоий ва маданий система асосида кўрилади. Масалан, боланинг ўқий олмаслигининг сабабини унда органик патологиянинг мавжудлиги жиҳатидан ҳам, шунингдек, мактабда кўлланиладиган методларни ўрганиш, мактаб ва боланинг оиласи ўртасидаги ўзаро муносабатларни, шунингдек, умуман таълим тизими имкониятларини тадқиқ этиш орқали ҳам кўриш мумкин. Бронфенбр ижтимоий системанинг куйидаги турларини ажратган:

- микро-, мезо-, экзо- и макросистемалар.

**Микросистемани** ривожланаётган шахснинг атрофдагилар билан шахслараро муносабатлари, ҳаракатлари ва роли ташкил этади. Масалан, оилада микросистемани бола ва ота-оналарнинг муносабатларини, унинг ака ёки опаси, шунингдек оиланинг бошқа аъзолари билан муносабатлари ташкил этади. Мактабда ўқувчи ва ўқитувчи, ўқувчининг синфдошлари билан муносабатлари киради.

**Мезосистема** – инсон кирган икки ва ундан ортиқ микросистеманинг ўзаро алоқадорлигини таърифлайди. Бу тизим оила ва мактаб, ижтимоий хизматлар агентлиги, оила ва қўшнилар, мактаб ва тенгдошлари гуруҳини ўз ичига олиши мумкин.

**Экзосистема** инсон бевосита киритилмаган институтлар бўлиб, аммо инсон кирган микросистема орқали таъсир кўрсатади. Экзосистема ўзига масалан, таълим олиш имкониятларининг омилларини (таълим олишга имконият ва махсус таълим дастурларининг шакллари, мазмуни, дарсликларнинг ва ўқув материалларининг сифати); соғлиқни сақлаш (нархи, сифати ва имкониятини, тиббий тадбирлар сифатини); ижтимоий таъминот (болалиқдан ногиронлар нафақаси, онанинг ишламаслик имкониятлари ёки болани кундузги парваришлаш марказларга жойлаштириш имкониятлари); оммавий-ахборот воситалари (ногиронларни жамиятда қабул қилинишларига таъсир кўрсатадиган, шунингдек, болани оилада қабул қилиниши ва шу асосида тарбия тизимини қурилишига таъсир кўрсатадиган қамраб олади.

**Макросистема** жамиятдаги маданий қадриятларнинг ўз ичига олади, масалан, кўзи ожиз боланинг тақдири жамиятда турлича бўлиб, у



илохийлаштирилиши ёки доимо қарам бўлган бахтсиз ногирон сифатида қаралиши мумкин. Макросистемага иқтисодий ва сиёсий омиллар ҳам киритилади.

Д.Бронфенбреннер томонидан аниқланган системадан ташқари Б.Белски «онтогенетик система» тушунчасини киритган. Бу система инсоннинг шахсий тавсифларини ўз ичига олади. Б.Белски бу система эътиборга олинмаган тақдирда инсоннинг киритилган микросистемадаги индивидуал фарқланиши эътиборга олинмайди, деб таъкидлаган.

Экосистем ёндошиши реабилитацион педагогга унинг фаолиятини барча босқичларида алоҳида эҳтиёжли бола ва катта одамга самарали ёрдам кўрсата олишга ёрдам беради. Муаммони ўрганишда унинг сабабалари ва даражасини аниқлашга имкон яратади. Режалаштириш ҳам мажмуавий характер касб этиб, бола бевосита ёки билвосита киритилган барча ижтимоий контекстлардаги ресурсларни эътиборга олиш имкониятини яратади. Шунингдек, энг бир энг муҳим томони, реабилитацион педагог ўзи ҳам реабилитация қилинаётган шахснинг экологик системасининг бир қисми эканлигини англайди ва унинг ҳар бир ҳаракати турли даражадаги ўзгаришларга олиб келиши мумкин. Шунинг учун, ўзининг ишини самаралилигини таҳлил қилаётиб касбий саморerefлексияни амалга оширишда реабилитацион педагог ўзининг меҳнати натижаларини тўғри баҳолай олади<sup>3</sup>.

### **1.3. Реабилитацион педагогиканинг тиббий асослари**

Реабилитацион педагогиканинг тиббий асосларига Жаҳон соғлиқни сақлаш ташкилоти томонидан уч турдаги соғлиқни турли жиҳатларини тавсифловчи ва турли мақсадларни кўзловчи соғлиқни турли томонларини Халқаро таснифи ишлаб чиқилган (МКБ –касалликларнинг халқаро таснифи, International Classification of Diseases, ИСД классификацияси (International Classification of Health Interventions), Функционированияни, ҳаётини фаолият ва соғлиқни чекланганлигининг халқаро таснифи (МКФ, International Classification of Functioning, Disability and Health).

КХТ (касалликларнинг халқаро таснифи) аҳолининг соғлиғи ҳолатини мониторинг қилишни ташкил этишда асосий мезон бўлиб, соғлиқни сақлаш тизимида молиялаштириш ва ресурсларни тақсимлашда қарор қабул қилиш учун муҳим аҳамият касб этади. Ҳозирги вақтда касалликларнинг халқаро таснифининг 10 кўриниши, 2015 йилда эса 15 қайта кўриши яқунланди.

---

<sup>3</sup> Conceptual Foundations of Occupational Therapy Practice. Gary Kielhofner, DrPH, OTR/L, FAOTA, Professor and Wade-Meyer Chair Department of Occupational Therapy, College of Applied Health Sciences University of Illinois at Chicago, 4th editions, 2009 by F.A.Davis Company, USA. CHAPTER 2: The Kind of Knowledge Needed to Support Practice, 8-17 pages.

Турли мамалакатларда тиббий хизмат кўрсатиш даражасини солиштириш ва уни ривожлантириш бўйича тиббий хизматларнинг Халқаро Таснифи (ТХХТ) ишлаб чиқилмоқда. Ушбу таснифнинг ўхшашлари (прототиплари) мавжуд бўлиб, унга оператив аралашувнинг биринчи таснифи ҳам киради.

КХТ (касалликларнинг халқаро таснифи) халқаро соғлиқни сақлаш ташкилотининг барча аъзолари томонидан 22 май 2001 йилдаги жаҳон соғлиқни сақлаш ассамблеяси сессиясида соғлиқни бузилишлари даражасини аниқлаш ва тасвирлаш учун маъқулланган.

Бу таснифнинг ўзига хос хусусияти экологик ёндашув бўлиб, функционалиранини инсон саломатлигини организм даражасидаги интегратив кўрсаткичи сифатида қарашга имкон беради.

КХТ соғлиқни сақлаш, ижтимоий ҳимоя қилиш, таълим, ҳуқуқ, гигиена каби соҳаларда мутахассислар фойдаланиши учун мўлжалланган.

Касалликларнинг халқаро таснифи Бирлашган Миллатлар ташкилотининг “Ҳаёт фаолиятларида чекланишлари бўлган шахслар учун тенг имкониётларни яратиш бўйича стандарт қоидалари БМТ Бош Ассамблеяси 20-декабрь 1993 йил 48-сессиясида тасдиқланган.

Кўп мақсадли тасниф сифатида касалликларнинг халқаро таснифи индивидуал реабилитация ёки ўқув дастурлари ишлаб чиқишда, уларнинг самаралилигини ва амалга оширишни баҳолашда, даволов методларини таққослаш тадқиқотларида, реабилитация ва ўқув, тиббий ва ижтимоий экспертизадан ўтказишда, ижтимоий дастурларни бошқариш, ҳаёт сифатини баҳолашда ва ҳоказоларда мутахассислар томонидан фойдаланишга қаратилган.

Туғилгандан то 18 ёшгача функционалиранининг (ҳаётий кўникма ва малакаларни) хусусиятлари учун халқаро соғлиқни сақлаш ташкилоти экспертлари томонидан 2007 болалар ва ўсмирлар учун КХТ (КХТ-болалар ва ўсмирлар) Classification of Functioning, Disability and Health, version for Children and Youth) ишлаб чиқилган ва қабул қилинган.

**Болалар ва ўсмирлар учун функционалиранининг, ҳаёт фаолиятини чекланганлигининг (ҳаётий кўникма ва малакалар) халқаро таснифининг қисқача тавсифи**

Болалар ва ўсмирлар касалликларининг халқаро таснифи боланинг атроф-муҳит ва шахсий (шахсий) омиллар контекстида ҳаётий кўникма ва малакаларининг яқка ёндошувини аниқлашни унитсификация қиладиган соҳалараро таъсир этишга имкон яратади. КХТ –БЎ (болалар ва ўсмирлар) терминларида бола фақатгина нуқсонга, камчиликка эга, қандайдир бир ташхис эга эмас, балки ўзининг қобилиятлари ва чекланишлари бўлган, тегишли қўллаб-қувватлашга мухтож субъект сифатида қабул қилинади.

КХТ-БЎ функционирование ва контекст профилини аниқлашга қаратилган бўлиб 2 қисмдан иборат.

Болалар ва ўсмирлар учун функционирование, ҳаёт фаолиятини чекланганлигининг (ҳаётий кўникма ва малакалар) халқаро таснифининг тузилиши ва унинг касалликларнинг халқаро таснифи билан боғлиқлиги

КХТ –БЎ қисмлари ҳар бир тузилмалари ўз ичига категориялардан ташкил топган олган доменларни киритган. Тўлиқ таснифда 5 тузилма, 30 домен ва 1424 йилда туркум мавжуд.

КХТ-БЎ биринчи қисми 3 тузилмадан иборат: организм функциялари (сенсор ва психик функцияларни қўшга холда), организмнинг тузилиши, фаоллик ва иштирок. “Организм функциялари”, “организмнинг тузилиши”дан иборат категориялар коди инсонда унинг ҳаётидаги биологик аспектдаги, шунингдек нерв системасидаги бузилишлар-тўқималар ва органларнинг тузилиши-функционаллигидаги бузилишларнинг мавжудлигини аниқлашга имкон беради. Ҳар бир тузилмада 8 домен (категориялар гуруҳи) мавжуд. “Организм функциялари” доменидан мисоллар:

- Психик функциялар
- Сенсор функциялар ва оғрик
- Овоз ва нутқ функциялари
- Юрак-томир, қон, иммун ва нафас тизими функциялари.

9 доменни ўз ичига оладиган “фаоллик ва иштирок” тузилмасида кундалик ҳаётий вазиятларда (таълим олиш, маиший, дам олиш фаолияти, бошқалар билан ҳамкорлик ва хоказолар) эгалланган тажрибани қўллашдаги хулқ кўринишлари кодланган (тадқиқот, билим олиш, коммуникация, ўзига-ўзи хизмат қилиш, ҳаракатланиш, ҳисоб, ўқиш, ёзиш, ўйин фаолияти ва хоказо) ифодаланган.

“Фаоллик ва иштирок” доменини таркибий қисмларидан намуна:

- Билим олиш ва билимларни қўллаш;
- Мулоқот;
- Ҳаракатчанлик;
- Ўзига-ўзи хизмат қилиш

Иккинчи қисм 5 домендан иборат 2 таркибий тузилмани, яъни инсоннинг функционированиесига (ҳаётий кўникма ва малакаларига) таъсир кўрсатадиган табиий шарт-шароитлар, озик-овқатлар ва технологиялар, ташқаридаги одамларнинг ёрдами, хизматлар, административ система ва сиёсатни аниқлашга имкон берадиган “атроф муҳит омиллари” бўлими; КХТ-БЎ ушбу ривожланиш босқичида рўйхатга олинган категориялар ва уларнинг

кодларидан фойдаланишни назарда тутмайдиган “шахс сифатлари” бўлимидан иборат.

КХТ-БЎ “бузилишлар” тушунчаси орқали инсоннинг фаолият функцияларидаги муаммоларни идентификация қилади (тана тузилишини бузилиши ёки тана функцияларининг йўқолиши), “чекланганлиги” (ҳаётий вазиятлардаги фаолликнинг, иштирок этишнинг чекланганлиги) ёки “орқада қолиши”. Чекланганликнинг баҳолаш учун икки аниқловчи: “потенциал қобилят” ва “реализация (амалга ошириш)” атамалари қўлланилади.

“Фаоллик ва иштирок” тузилмасидаги “Реализация (амалга ошириш)” ни белгиловчининг моҳияти ота-оналар, тарбиячилар, бошқа катта одамлар томонидан фарзандини табиий шароитда хулқини, хатти-ҳаракатларини аниқлашгача бўлган ойгача кузатиш натижалари асосида баҳоланади. Шу тарзда, экспериментал тадқиқотлар ўтказишдаги бола учун кўпинча янги, қулай бўлмаган, тушунарсиз шароитлардаги камчиликлар бартараф этилади. Шунингдек, аниқловчи бола учун табиий контекстнинг самарали таъсирини, яъни бола томонидан махсус мосламаларни (масалан, эшитишни кучайтирувчи мослама ёки кўзойнакни) ва атрофдаги одамларнинг қўллаб-қувватлашларини таъсирини ҳам эътиборга олади.

“Фаоллик ва иштирок” тузилмасидаги “ташқи ёрдамга асосланмаган потенциал қобилятлар”даги аниқловчининг моҳияти боланинг мутахассисс томонидан ёрдам кўрсатилмаган холда, бошқа ёрдам кўрсатувчи воситаларни қўлламадан (реабилитацион асбоб-ускуналар, якка ёрдам асбобларисиз) экспериментал текшириш натижаларига асосланиши билан белгиланади. Шу тарзда, экспериментаторнинг таъсири натижасидаги фаолиятни баҳолашдаги камчиликларнинг юзага келишини олди олинади.

Алоҳида мақсадда яна икки аниқловчиларни ўлчаш ҳам назарда тутилади. Бу “ташқи ёрдам кўрсатилгандаги потенциал қобилят” аниқловчиси бўлиб унда стандарт вазиятда ёрдам воситаларининг таъсири, мутахассисснинг ёрдами назарда тутилади. Иккинчиси “ташқи ёрдамсиз амалга ошириш” аниқловчиси бўлиб, унда табиий шароитдаги ёрдам воситаларисиз, қўллаб-қувватлашсиз кузатиш асосида баҳоланади.

КХТ-БЎдаги алоҳида категорияларнинг кодлаш системаси универсал тузилишга эга. Кодлар лотин алифбосида тузилган бўлиб, таснифларнинг тузилмаларини, тузилмалардаги категорияларни белгиловчи сонлар, нуқталар, аниқловчиларни категорияларини белгиловчи нуқтадан кейинги сонлардан иборат. “Организм функциялари” тузилмаси учун «b», “организм тузилиши” тузилмаси “s”, “фаоллик ва иштирок” “d”, “атроф муҳит омиллари” “e” билан ифодаланган.

Кодларнинг намуналари:

б 110.0

е 110+4

КХТ-БЎ барча кодлари ягона шкала асосида ўлчанади. Таснифнинг тегишли доменига мос қуйида кўрсатилган аниқловчи сўз танланади.

(xxx белгиси код ўрнида):

xxx.0 муаммо ЙЎҚ (хуч қандай, йўқ, деярли йўқ,...) 0–4%

xxx.1 ЕНГИЛ муаммолар (енгил, заиф,...) 5–24%

xxx.2 ЎРТА муаммолар (ўрта, сезиларли,...) 25–49%

xxx.3 ОҒИР муаммолар (юқори, интенсив,...) 50–95%

xxx.4 АБСОЛЮТ муаммолар (тўлиқ,...) 96–100%

xxx.8 аниқ эмас (чекланишларнинг оғирлиги аниқланмаган)

xxx.9 қўллаб бўлмайди

Болаларни текширишда «чекланиш» ёки «бузилиш, камчилик» терминлари ўрнига «сустлашиш» термини қўлланилиши мумкин<sup>4</sup>.

#### **1.4. Реабилитацион педагогиканинг психологик асослари**

Реабилитацион педагогиканинг психологик асосларига боланинг меъёрдаги ва патологиядаги психик ривожланишининг умумий ва хусусий қонуниятлари киритилади. Алоҳида ёрдамга муҳтож боланинг кўпгина муаммолари ана шу муҳим томонларни эътиборга олмасликдан келиб чиқади. Кўпинча ота-оналар ва мутахассислар боланинг касаллигига бутун диққатларини қаратиб унинг биринча навбатда бола эканлигини, ундан кейин иккинчидан унинг - ўзига хослигини ёддан чиқарадилар.

Бунга боғлиқ равишда боланинг ривожланиши ва тарбиясида учун сунъий шароитлар яратилади, унда нуқсонга диққат қаратилиб, нуқсонли функцияга мослашиш амалга оширилади, натижада ривожланаётган шахснинг касаллик таъсир қилмаган улкан потенциал иқониялари эътибордан четда қолади.

Махсус таълим ва тарбиянинг зарурлигини тан олинган ҳолда ҳозирги вақтда имконияти чекланган болаларнинг таълим-тарбиявий муҳитида сунъий равишда юзага келтирилган сегрегацияси танқид қилинмоқда. Психик ривожланишнинг гетерохронлиги асосий қонуниятлардан биридир. Таълим ва тарбиянинг энг қулай шароитларида ҳам шахснинг барча психик жараёнлари ва функцияларининг намоён бўлиши бир хил даражада бўлмайди.

---

<sup>4</sup> Conceptual Foundations of Occupational Therapy Practice. Gary Kielhofner, DrPH, OTR/L, FAOTA, Professor and Wade-Meyer Chair Department of Occupational Therapy, College of Applied Health Sciences University of Illinois at Chicago, 4th editions, 2009 by F.A.Davis Company, USA. CHAPTER 1: From Practical Discovery to Conceptual Understanding, 1-8 pages.

У ёки бу психологик хусусиятлар ва сифатларнинг таркиб топиши ва ривожланиши учун энг қулай бўлган ёш босқичлари сензитив даврлар дейилади. Сензитивликнинг сабаблари миянинг органик етилишининг қонуниятлари бўлиб, баъзи психик жараёнлар ва хусусиятлар бошқасининг асосида шаклланиши мумкин.

Масалан, уч ёшгача бўлган давр нутқнинг ривожланиши учун сензитив ҳисобланади. Агарда эшитишида муаммолари бўлган болада нутқ коммуникация воситаси сифатида шакланмаган бўлса, унда каттароқ ёшда унинг шаклланиши қийинчилик билан кечади, нутқдан тафаккурнинг қуроли сифатида фойдаланмаслик психик ривожланишнинг сустлашиши, ҳиссий-иродавий доиранинг бузилишларига олиб келади.

Бу бузилишлар тўғридан-тўғри нуқсон билан боғлиқ бўлмасдан, билвосита нуқсони ижтимоий ривожланишда юзага келади ва иккиламчи нуқсонлар деб аталади.

Ривожланишдаги гетерохронлик қонуниятларини ва иккиламчи бузилишларни билиш реабилитацион педагогга алоҳида эҳтиёжли болани ёки хавф гуруҳига кирувчи болани эрта, барвақт психологик-педагогик ёрдам билан таъминлаш мажбуриятини юклайди. Кўзи ожиз болани юришга ўргатиш, эшитмайдиганни эса - бошқа ҳар қандай бола гапирадиган, юрадиган вақтда ўргатишни бошлаш зарур.

Эшитмайдиган одамлар фойдаланадиган имо-ишоралар тўлақонли нутқ ҳисобланади. Эшитмайдиган бола ҳам ўзининг эшитиши меъёрида бўлган тенгдоши сингари ўзининг ривожланишида худди ўша босқичлардан ўтади (6 ойликда гувраш, 1 сўзлар бир ёшда, 1,5 ёшдан жумлалар ва 1,5 ёшда “луғат бойлигининг ҳаддан ташқари кўпайиши”).

Тадқиқотларнинг кўрсатишича, ота-онаси эшитмайдиган оилада тарияланаётган қар болаларнинг барчасида иккиламчи нуқсон сифатида психик ривожланишнинг сустлашганлиги кузатилади. Эрта аралашув бундай болага самарали ёрдамнинг омилidir. Бундай эрта ёрдам илк ёшда аниқланган нуқсонларнинг ярмини бартараф этишга ва бир қатор бедаво касалликларни муваффақиятли компенсация қилишга имкон яратади.

Эрта интервенциянинг мажмуавий характерда эканлигини таъкидлаш лозим, бунга тиббий ёрдам, ижтимоий-маиший шароитларни ва оиладаги ички муносабатларни (онани гўдакни ривожланишида муаммолари бўлган гўдакни парваришлаш ва ривожлантиришга ўргатишни ҳам киритган ҳолда) яхшилаш, психолог, логопед, педагог, оккупационал терапевт билан машғулотлар киради.

Ижтимоий мослашувдаги қийинчиликлар, атроф-муҳит билан алоқа, ўзаро ҳаракат қилишдаги бузилишлар нуқсонли ривожланишнинг ўзига хос

қонуниятларидир. Болани қамраб олган барча ижтимоий-маданий муҳит, унинг моддий базаси ва мосламалари, ижтимоий-психологик институтлар авлодан-авлодга ўтиб психо-физиологик ташкиллатиришга қаратилган. Қандайдир психик-физиологик функцияларида камчиликлари бўлган бола ҳаракатланиши, ҳаётга мослашиши қийин бўлган шароитда маълум бир ижтимоий типга айланиши зарурияти олдида турган. Замонавий психологик-педагогик ёрдамнинг мавжуд эмаслиги ва номаъқул ижтимоий муҳит шахснинг патологик шаклланишига олиб келади. Ижтимоий ва психоген омилларнинг моҳияти шу даражада муҳимки, улар касаллик иллюзияси, хаёлий психопатияга олиб келиши мумкин.

Ижтимоий муҳит инсоннинг барча олий психик функцияларини ривожланишининг манбаи, шарт ҳисобланиб, улар ҳаёт давомида шаклланади ва ўзининг табиатига кўра ижтимоийдир. Тафаккур, хотира, нутқ аввал мулоқот, жамоавий фаолият жараёнида ўзига хос “психологик қуроллар”, символлар, белгилардан фойдаланиш малакаларини билиб олиш орқали ўзлаштирилади.

Ушбу психологик қуроллар инсоннинг тарихий ривожланишида юзага келган маданият элементларидир. Сунъий юзага келган маданий системага товушли ва дактил нутқ, кўрув алифбоси ва Брайл алифбоси, мнемотехник усуллар киради. Шу тарзда психик функцияларнинг таълим ва тарбияга боғлиқлиги намоён этилади. Таълим ривожланишдан кейин, тарбия эса таълимдан кейин бўлмаслиги керак. Болаларда олий психик функцияларнинг ривожланиши намуналарни ўқитиш ва тарбиялаш жараёнида ўзлаштириш орқали кечади.

Нерв системасининг эгилувчанлиги ва компенсацияланиш имкониятлари - инсоннинг ривожланиш қонуниятлари бўлиб, ногиронликка эга бўлган бола билан ишлашда асосланган оптимизмни юзага келтиради. Бир функциянинг бўлмаслиги ёки заифлигида унинг ўрнини бошқа функция эгаллайди. Компенсация жараёни икки даражада-органик ва ижтимоий даражада амалга оширилади<sup>5</sup>.

Кўпгина тадқиқотчилар органик жароҳат, бузилишнинг фақатгина салбий характеристикасинигина эмас, балки ижобий томонларини ҳам кўрсатиб берадилар. Бузилиш, нуқсон шахснинг ривожланишида кули стимулга айланиб, фақатгина компенсацияга эмас, балки юқори компенсацияга ҳам олиб келиши мумкин. Мисол тариқасида Демосфенни келтиришимиз

---

<sup>5</sup> Counseling theories and techniques for rehabilitation and mental health professionals: second edition. Editors: Fong Chan, PhD, CRC, Norman L. Berven, PhD, Kenneth R. Thomas, DEd. Springer publishing company, LLC, 2015 New York., PART II: COUNSELING THEORIES, Humanistic Approaches, Person-Centered Counseling: John See and Brian Kamnetz, 15-49 pages

мумкин, у нутқ бузилишларига эга бўлиб туриб буюк нотик, Бетховен эшитишнинг органик бузилишига қарамасдан буюк композитор бўлган.

Шу сабабли ривожланишида муаммолари бўлган болага эрта психологик-педагогик ва ижтимоий ёрдам ташкил этиш, мақбул оила муҳитини юзага келтириш ва тенгдошлари жамоасига интеграциясини таъминлаш реабилитацион педагогнинг энг асосий вазифаларидандир.

### **Назорат саволлари:**

1. Реабилитацион педагогика фани ва ўқув предметининг юзага келиш сабаблари ҳақида сўзлаб беринг.

2. Дефектология ва реабилитацион педагогиканинг ўхшаш ва фарқ томонлари нимада?

3. Ногиронликни тушунишнинг тиббий ва ижтимоий модели нималар билан фарқ қилади?

4. Махсус мактабгача таълим муассасалари экосистеманинг қайси даражасига киради?

5. КХТ-БЎдан ривожланишида нуқсонли бўлган болаларни ўқитиш ва тарбиялашда қандай фойдаланилади

6. Боланинг психик ривожланишининг қонунийларини меъёрда ва патологияда қандай кечишини изоҳлаб беринг.

### **Фойдаланилган адабиётлар:**

1. Counseling theories and techniques for rehabilitation and mental health professionals: second edition. Editors: Fong Chan, Phd, CRC, Norman L.Berven, Phd, Kenneth R.Thomas, DEd. Springer publishing company, LLC, 2015 New York.

2. GaryKielhofner. Conceptual Foundations of Occupational Therapy-4th edition. USA 2009F. A. DavisCo.

3. Чичерина Я., Нуркелдиева Д., Бондарева Е. Инновационные подходы в подготовке кадров- дефектологов (монография). -Т.: “Навруз”, 2014 г.

4. Чичерина Я., Нуркелдиева Д., Бондарева Е. Мутахассислик фанларни ўқитиш методикаси. -Т.: “Фан ва технологиялар, 2013й.

5. Мўминова Л.Р. ва бошқалар. Махсус психология. Т.: “Ношир”, 2013 й.



## **2-мавзу: Психик ва жисмоний нуқсонга эга бўлган болалар ва катталарга кўрсатиладиган ижтимоий хизматлар.**

### **Режа:**

1. Нормаллаштириш тамойилининг мазмуни.
2. Нормаллаштириш тамойилининг моддалари ва ижтимоий-маиший мослашув.
3. Интеллектуал нуқсонга эга бўлган одамларни нормаллаштириш жараёнининг афзалликлари.
4. Интеграция ва унинг турлари.
5. Психик ва жисмоний нуқсонга эга бўлган болалар ва катталарда ҳаётий малакаларни шакллантириш ва ижтимоий хизматлар.
6. Жамиятда жиддий руҳий касалликларга учраган инсонларга кўникиш.
7. Аралашув ҳақида маълумот
8. Соғлиғи заиф бўлган болалар ва уларнинг хусусиятлари
9. Ҳимоя педагогик кун тартиби
10. Соматик заиф бўлган болаларнинг хусусиятлари
11. Ўқувчилардаги касалликларнинг профилактикаси ва таълим муассасаларида профилактика ишларини олиб борилиши ва гигиенага риоя қилиш

**Таянч иборалар:** нормаллаштириш тамойиллари; суткалик, ҳафталик, йиллик ритм; эрта аралашув; интернат типдаги муассасалар; ҳаётий малакалар; жисмоний, функционал, оилавий, гуруҳли, ижтимоий, жамоат, ташкилий, халқаро интеграция, соғломилаштириш, саломатлик, соматик жиҳатдан заиф болалар, даволов ҳимоя-педагогик кун тартиби, психологик-педагогик кўллаб-қувватлаш, абилитация, реабилитация, организм функциялари, толиқиш, нерв системасининг заифлиги, ўқув юкламаси, индивидуал таълим йўналишлари.

### **2.1. Нормаллаштириш тамойилининг мазмуни.**

Меъёрлаштириш тамойили қуйидагича таърифланади: интеллектуал ва бошқа функционал бузилишларга эга бўлган шахслар учун кундалик мавжудликни ва ҳаёт шароитларида шундай қулайликлар яратиладики, улар жамиятда қабул қилинган шаклларга анча яқин ёки улар билан деярли мос келган бўлади.

Бошқалар сингари ногирон инсонлар ҳам ҳақли бўлган ва ушбу тамойил камраб оладиган меъёрий кундалик ҳаётнинг ташкилий қисмлари ёки компонентлари қуйидагилардир:

- меъёрий кундалик ритм;
- меъёрий ҳафталик ритм;
- меъёрий йиллик ритм;
- ҳаёт цикли кечишининг меъёрий шакллари;
- ҳурмат ва танлаш ҳуқуқи;
- ушбу маданият учун хос бўлган меъёрий оилавий ҳаёт шакллари;
- ушбу мамлакат учун хос бўлган меъёрий иқтисодий шакллар ва ҳуқуқлар;
- ушбу жамият учун хос бўлган меъёрий турмуш тарзи ва атроф-муҳитга қўйилган талаблар.

Меъёрийлаштириш тамойили ушбу маданиятда мавжуд бўлган меъёрий ҳаёт ритми, амалиёти шакллари ва ногиронларнинг яшаши, ўсиши ва ривожланишига муносабатларини таъсирини тушунишга асосланади. Шунингдек, у ушбу ижтимоий шартлар ва маданият шакллари исталган ижтимоий муҳитда, барча маданиятларда жамиятда қабул қилинган инсон ҳуқуқларига мос равишда ногиронларни парваришlashга йўналтирилган аниқ одамлар учун кўрсатма сифатида қўлланилишини кўрсатади.

Меъёрлаштириш тамойили тиббиёт, педагогика, ижтимоий, сиёсий ва қонунчилик ишлари билан шуғулланадиган инсонлар учун йўлбошчи вазифасини ўташи лозим.

Инсонлар бирор қарор қабул қилиб, унга асосланиб ҳаракат қилганларида натижалар кўп ҳолларда нотўғри эмас, балки тўғри бўлиши лозим.

Меъёрлаштириш тамойили ақлий бузилишга эга барча инсонлар учун, улардаги орқада қолишнинг енгил ёки оғирлигидан ҳамда улар дунёнинг қаерида яшашларидан қатъи назар барча учун тааллуқлидир. У барча жамиятларда ва катталар гуруҳларида қўлланилади, шунингдек, индивидуал ривожланиш ёки жамиятдаги ўзгаришларга мослашиши мумкин.

Меъёрлаштириш тамойилларини қўлланилиши ақлий бузилишга эга бўлган шахсларнинг “меъёрий” бўлиб қолишларига олиб келмайди, бироқ унинг мақсади уларнинг яшаш шароитини функционал бузилишларини инобатга олган ҳолда қандай яхшиланишини кўрсатишдан иборат.

Меъёрлаштириш тамойилини шакллантириш вақтида, авваламбор, ақлий бузилишларга эга бўлган инсонларни парваришlash хизматини умумий камров асосида шакллантириш тамойилини топиш, “тиббий моделга“ қарам бўлмаган ҳолда жамиятда яшаш эҳтиёжини кўрсатиш ҳақида сўзланган. Ушбу ном билан, аввало, имконият ва қобилиятларни эмас, балки

бузилишларни кўра оладиган тизим номланган. Бу тизим исталган “касалхоналарни”, ёпиқ муассасалар ва изоляцияларни юзага келтирган.

Меъёрлаштириш тамойили барча функционал бузилишларга эга бўлган, келиб чиқиш сабабаларидан қатъи назар оилалари, жамият, маданиятдан маҳрум бўлиш хавфи мавжуд инсонларга тегишли бўлиб, бу тамойил уларнинг реабилитацияси ва ижтимоий интеграцияси учун хизмат қилади.

## **Меъёрлаштириш тамойилининг ташкил этувчилари**

### **1. Меъёрий кундалик (суткалик) ритм**

Меъёрлаштириш - функционал бузилишларга эга бўлган шахсларга имкон қадар меъёрий кундалик ритмни ташкил этишни англатади. Бу дегани инсон ҳаракат доирасида ва ривожланишида сезиларли орқада қолиш бўлганда ҳам каравотдан туриб кийиниши зарурдир. Бу эса овқатни меъёрий шароитларда истеъмол қилиш зарурлигини англатади: кун давомида бир маротаба кўпчилик билан гуруҳларда овқатланиш мумкин - мактабда, ишда - аммо асосан овқатни оилавийга ўхшаш тинч, осуда шароитларда истеъмол қилиш (қабул қилиш) керак.

Меъёрий кундалик ритм, шунингдек, ўз тенгдошларидан кичик ука ва сингилларидан эртароқ ухлаш заруриятининг йўқлигини англатади ва бу фақат хизмат кўрсатувчиларнинг етишмаслигидандир. Атроф-муҳит ҳам шундай тузилиши керакки, унда аниқ бир инсон учун шахсий кундалик ритм ҳам эътиборга олиниши керак: бу эса баъзида гуруҳ тартибидан четга чиқиш уни бузиш имкониятининг мавжудлигини англайди.

Меъёрий кундалик (суткалик) ритмни йўқлиги - йирик ёпиқ муассасаларда ногиронликни шаклланишининг яққол намоёндаси бўла олади: у ерда тартибга ногиронликни шаклланишини имконияти бўлмайди. Қатъий интизом ва тартиб барчада кучсизлик ва ёрдамга муҳтожлик ҳиссини вужудга келишига олиб келади. Янги муҳитда яқка тартибдаги машғулотларни олиб борилиши ҳатто иқтисодий жиҳатдан ҳам яхши натижаларга хизмат қилиши (олиб келиши) мумкин. Швециядаги йирик ёпиқ муассасаларда ўтказилган экспериментал иш натижалари шуни кўрсатдики, ушбу дастурнинг қўлланилиши бир йилда ювилиши зарур бўлган кийим ва чойшаблар сонининг беш тоннага қисқаришига олиб келди. Шунга асосан 600 иш соатлари бўшади, уни ишчилар пол артиш ва чойшаблар алмаштиришга эмас, балки парваришларидаги инсон билан ижобий ишга бағишлашлари мумкин бўлди. Меъёрий кундалик ритмда яшаш учун педагогик усулларни қўллаб, кундалик ҳаётда зарур бўлган турли фаолият турларига, ижтимоий малакаларга алоҳида эътибор бериш лозим. Улар билим ва малакаларни эгалашдаги аниқ қийинчиликларга мослашган бўлиши даркор.

Оғир нуқсонларга эга ногирон бола ва унинг оиласи ёки ўз яқинлари билан яшовчи кўшимча ногиронликка эга бўлган катта ёшдагилар иложи борица меъёрга яқин кундалик ритмга эга бўлишлари учун кўп ҳолларда махсус малакага эга бўлган уй хизматчиси томонидан қўллаб-қувватланиши талаб этилади. Барча ногиронлар кун давомида тайёрлов ёки оддий мактабларга боришлари, хизматга ёки бирор машғулотларга қатнашлари учун уйдан чиқиш имконига эга бўлишлари керак. Шунингдек, бўш вақтларини ўз истакларига кўра ўтказишлари керак. Буларнинг барчаси ногиронлар учун махсус транспорт воситалари бўлиши мумкин.

“Меъёрий кундалик ритм“ тушунчаси ёпиқ муассасаларнинг камчиликларини бўрттириб қўяди ва ёпиқ муассасаларда яшовчи функционал бузилишларга эга инсонларни очиқ жамиятдаги эҳтиёжларини кўрсатади”.

## **2. Меъёрий ҳафталик ритм**

Кўпчилик инсонлар бир жойда яшашади, бошқа ерда ишлашади ёки ўқишади, бўш вақтларида эса турли жойларда ўтказишади. Демак, ақлий бузилишга эга инсон, масалан, у учун уй бўлиб қолган муассасада ёки бинода у кундалик фаолияти билан шуғулланиши ва шу билан бўш вақтларини ҳам шу ерда ўтказиши нотўғридир.

Уй - бу шундай шахсий майдонки, у ерда инсон ўзи хоҳлаганича яшайди, шахсий, оилавий ҳаёт кечиради. У ердан осудалик ва тинчлик топиш мумкин. Мактаб ва иш жойи катта ҳисобда шахсий бўлмаган функцияни бажаради: улар индивиднинг маданий ва ижтимоий муносабатларини шакллантиради. Шунингдек, маданий мерос ассимиляциясини ёки жамиятнинг талаблари ва баҳолашига мослашиш имконини яратади. Бўш вақтнинг ўтказилиши шахсий ва шахсий бўлмаган функциялар бирлигини беради, шунингдек, ўзини кўрсатиш, танлаш ва ўз қизиқишларини қондириш имконини беради. У ўз ичига бошқа инсонлар билан мулоқотда бўлишни ва уларга мослашишни олади.

Бўш вақт ўсмирлар учун ижтимоий тренинглари, янги тажрибаларга эга бўлиш имконини беради, улар учун кенг йўл очади ва шу билан ўзларига баҳо беришларини оширади. Катталарга эса ижтимоий муносабатлар, бошқа инсонлар сингари яшаш, шунингдек, ўзига баҳо беришнинг чуқурроқ шаклланишига имкон беради.

Жамиятдаги ҳаёт айрим инсонлар ёки кичик гуруҳлар учун иш таъминловчи ҳамкорлар ёрдамида топиш имконининг кенгайишини - бу иш инсон қизиқишлари ва имкониятларига тўғри келиши, шунингдек, ушбу жойнинг ўзига ҳос шарт-шароитларига мос келишини англатади. Бу ижтимоий интеграция учун ҳам катта аҳамият касб этади.

Ўқув ва иш ҳафтасининг сўнгида дам олиш кунлари келади, улар оила билан бирга бўлиш, бирор жойга бориш, дўконга чиқиш, ҳордиқ чиқариш, байрам ташкил этиш, дўстлар ва яқинлари билан учрашиш, сайр қилиш, табиатда ҳордиқ чиқариш спорт билан шуғулланиш, муסיқа эшитиш, сеvimли иш билан шуғулланиш имконини беради. Бу шундай нарсаки, уни олдиндан кутишади, режалаштиришади ва хурсандчилик билан келишишади. Бу уйда алоҳида ўзи ёки бирор ким билан яшайдиган барчага тегишли. Дам олиш кунларида ёлғиз қолиш - ғамгин туюлади, бўшлиқ ҳиссини уйғотади ва инсон кўнглини чўктиради - айниқса, агар у доим такрорланиб турса.

Ушбу асосдаги ҳафталик ритм (уй – мактаблар, иш – бўш вақт – уй), шунингдек, ногиронларни парваришлаш бўйича жамиятни барча ҳаракатларини функционал режалаштиришни ва координацияни талаб этади. Мактабгача таълим муассасалари, тайёрлов ва оддий мактаблар нафақат ўз оилаларида яшовчи ногирон болаларга, балки мактаб ётоқхоналарида ва жамоа билан яшаш уйларида яшовчи болаларга мўлжалланиши лозим. Айнан шу нарса махсус жиҳозланган устахоналарга ва катталар учун мўлжалланган кундузги марказларга тааллуқли. Улар нафақат ўз уйларида, балки ижтимоий уйлар ёки жамоа бўлиб яшовчи уйларда ҳам имконият даражасида бўлиши керак. Худди шу сингари бўш вақтни ўтказишнинг жамият дастури ҳам ўз уйларида яшовчилар ва бошқа турмуш тарзида ҳаёт кечирадиганларни ҳам мўлжаллаши керак. Шунингдек, уларни дам олиш кунларида ижтимоий эҳтиёжлари инобатга олинади. Бундай функционал режалаштириш нафақат ёпиқ муассасаларни “очишга” ёрдам беради, балки уйда ақлий бузилишга эга бўлган фарзандлари бор ота-оналарга танлаш эркинлигини беради. Уларни катта ёшдаги ўғил ва қизлари ўзлари кўниккан уйга монанд турар-жой танлашлари мумкин.

Меъёрий ҳафталик ритмда яшаш функционал бузилишларга эга одамлар учун ижтимоий тренингга ва тажриба йиғишга кўп имкониятлар беради, жамиятнинг бошқа аъзолари билан бир хил ҳаёт шарт-шароитларида эканлигини англаши, инсон ўз ривожланиши ва етилишида салмоқли ўрин тутади.

Шаклига кўра турлича турар-жой ёки машғулот ўтиш учун мўлжалланган жой вакиллари ҳаракатига биноан атрофдагиларни кузатиш ва ахборот алмашилиш жараёни натижасида у янги тажриба ва билимларини эгаллайди. Бу эса унинг шахсий мотивацияси ва касбий мақомини оширади. Илгари ўз парваришларида бўлган инсонларга “хос” бўлган хулқи, ўзини тутиши шакллари йўқотиб, ҳаёт шароитларини

яхшиланиши туфайли ўз шахсий мотивациясини ошириб бориши сезиларли тарзда бўлади.

Йирик ёпиқ муассасаларда меъёрий ҳафталик ритмнинг иложиси йўқ ва у жамиятни, ногиронларни парваришлаш бўйича барча ҳаракатларининг функционал координациясини талаб этади.

### **3. Меъёрий йиллик ритм**

Меъёрлаштириш бу барча фасллар алмашинуви ва шахсий байрам ҳамда анъаналарни инобатга олган ҳолда меъёрий йиллик ритмда яшашни англайди. Меъёрий йиллик ритм нафақат фасллар алмашинуви ёки анъаналарни, оила аъзоларининг шахсий байрамларини, балки ижтимоий тадбирлар ва маҳаллий ҳамда диний байрамлар билан боғлиқ одатларни ифодалайди. Йил давомида иш кунлари изчиллигини бузувчи бу байрамлар ва тўхталишлар фаоллик ҳамда тажрибага асосланиши, овқатланиш ва кийим танлашга, уйдаги ва унинг ташқарисидаги ҳаётга, масалан, маданий-диний ва маданий, спорт анъаналарига таъсир этади. Бу ижтимоий малакалар бўлишини талаб этади. Лекин ҳеч ким ўз функционал бузилишлари туфайли четда қолиши керак эмас.

Турли жамият тадбирларида иштирок этиш, фуқаролик тажрибасини ва ўзига бўлган ишончни, ўзини тўғри баҳолашни ва умум тан олинган ижтимоийлашувни беради. У ёки бу муҳитда оғир ногиронларнинг мавжудлиги алоҳидаги баъзи фикрларни енгиб ўтишга сабаб бўлади.

Йирик ёпиқ муассасалар ўзида меъёрий бўлмаган муҳитни намоён этади. У ерда йил фаслларининг алмашинуви ташқарига нисбатан сустроқ сезилади.

Ёпиқ муассасаларда меъёрий йиллик ритм қандайдир сунъий, нотабий бўлган, очик жамиятларда эса у жамият ҳаётида иштирок этишни таъминлайди.

### **4. Ҳаёт циклини кечишининг меъёрий шакллари**

Меъёрлаштириш, шунингдек, ҳаётда ривожланишнинг барча босқичларини босиб ўтиш имкони мавжудлигини англатади: болалик, ўқувчи, ўсмирлик, катта ёшдаги инсон, қарилик.

#### **Ота-оналар тангликлари**

Функционал бузилишларга эга фарзандлари мавжуд ота-оналар ҳаёт цикли мобайнида 2 босқичдан ўтади: улар давомида меъёрий жараёнлар синади ёки бузилади. Бу бир ёки бир нечта функционал бузилишли фарзанд дунёга келганида ёки бирор оқибатда болада бундай бузилиш вужудга келгани - биринчи босқич ҳисобланади. Иккинчи босқич боланинг ўсиб бориши билан кечади, икки босқич ҳам ота-оналар учун ҳал қилувчи аҳамиятга эга ва шунинг учун улар бола ва ўсмирнинг ривожланиши ҳамда

илк ҳаёт ютуқларига етарли даражада таъсир кўрсатади. Айнан шунинг учун ёш ва ёши катта ота-оналарнинг осуда ҳаётларини қўллаб-қувватлаш ота-оналар ташкилотлари олдида турган асосий масалалардан биридир. Ота-оналар ўз ҳаётлари охирига яқинлашгани сари яна бир танглик вужудга келиши мумкин. Бунда улар қисман ёки тўлиқ нутқнинг йўқлиги билан кечадиган функционал бузилишларга эга фарзандлари билан шахсий тажрибада ва бебаҳо хотиралари билан ўзга ҳеч ким таниш эмаслигидан азият чекишади.

“Ҳаёт тарихи“ни фотосуратли китоблар, табрикномалар, расмлар ва кичик ҳикоялар тузиш хизматчиларда бу бола ҳақида чуқурроқ билимга эга бўлиш ва улар билан мулоқотга киришишга ёрдам беради, бу эса ота-оналарни тинчлантиради.

### **Эрта болалик**

Функционал бузилишларга эга бола бошқа барча болалар қатори меҳрибонлик ва яқинликка, инсонлар билан мулоқотда бўлишга эҳтиёж сезади.

Ҳеч қайси врач ёки бошқа инсон вазиятни қийинлаштирмаслиги ота-оналар тушуна олмайдиган ёки амалда қўллаб-қувватлай олмайдиган узоқни кўзловчи қарорлар қабул қилишга шошилмаслиги керак. Биз шуни биламизки, болани интеллектуал ва ҳаракат функцияларини, шунингдек, унинг ҳиссий ва шахсий ривожланишида ота-оналар меҳрибонлиги катта ўрин тутади. Айнан шунинг учун врачлар ҳамжамияти ва бошқа жамият ташкилотлари бундай оилаларга маслаҳатлар бериб бориш замирида ушбу этик меъёрлар ва ушбу психологияга катта эътибор билан ёндошишлари, айниқса, муҳимдир.

Агар натижада ногирон бола илгаригидек ўз ота-онаси билан яшай олмаслиги ва унга мос оила топилмаётганлиги аниқланса, унда болани илик муҳитли болаларга, хизмат кўрсатувчи ходимлар ва ота-оналар доим яқин муносабатда бўладиган катта бўлмаган гуруҳли яшаш уйларига жойлаштириш керак. Хизматчиларнинг алмашинуви энг кам даражада бўлиши лозим, чунки айнан шу йўл билан болани ҳар томонлама ҳимоясини ва ота-она ўрнини босувчи инсонлар билан мулоқотга киришиш имкониятларини таъминласа бўлади.

Функционал бузилишли бола ўзининг ҳиссий таассуротларини бойитувчи билим ва малакаларини суғорувчи асосга эга муҳитда ўзига ҳос ўсиш ва ривожланиш эҳтиёжига эга.

Хизматчиларни болаларга нисбатан меъёрларга зид муносабатини, болаларда эса яшашнинг нотўғри стратегиясини шакллантирувчи йирик муассасаларда ушбу зарурий эҳтиёжларни қондириб бўлмайди. Бундай

муассасаларда хизматчиларни аниқ болаларга эмас, балки аниқ масалаларга йўналтирилган амалиёти кўп ҳолларда муваффақиятсизликка учраган. Бунда бир хизматчи бир қанча болаларни ҳар томонлама парваришлашга масъул бўлади. Сўнгги ҳолатда хизматчи амалиётни автоматик айланмаси билан эмас, балки болалар эҳтиёжлари билан ҳисоблашади.

Болаларни гуруҳли яшаш уйлари - мактаб ётоқхоналари - фақатгина зарурий жисмоний парваришни таъминлаши керак эмас. Авваламбор, у болалар учун ўз уйлари бўлиши керак, иккинчидан болаларга ривожланиш стимуллари тақдим этиш керак ва учинчидан, жамият бу болаларга оддий мактабгача тарбия муассасаси ва тайёрлов мактабларига ҳамда уларни ривожлантирувчи дастурларга йўл очиб бериш керак.

Жисмоний нуқсонга эга ногирон болага янги таассуротларни олишга тўсқинлик, унда бу болага нафақат даволовчи жисмоний тарбия билан шуғулланишигина эмас, балки унинг ҳаракатларини кучайтирувчи ёрдамчи техник воситалар имконини ҳам бериш лозим. Агар бола кўриш нуқсонига эга бўлса, маълум даражада ишончни яратишга йўналтирилган алоҳида хатти-ҳаракатлар қилиш лозим. Улар болани ҳаракат малакаларини эгаллашга ва қўллашга қўрқмасликни ва атроф оламни изланим тушунишни бошлашга ўргатади. Эшитишида нуқсони бўлган болага келадиган бўлсак, улар билан мулоқот эмизиклик вақтдан ўрнатилиши керак, бола ҳаётини биринчи йилида алоҳида имо-ишоралар ёрдамида, кейинчалик эса тўлиқ имо-ишора ёрдамида амалга оширилади.

Ақлий бузилишга эга бўлган болаларда бўлиши мумкин бўлган кўшимча функционал бузилишлар - серебрял фалаж ёки бошқа ҳаракат функцияларининг бузилишлари - кўрлик, карликни олдиндан инобатга олиш ва уларга таъсир этиш лозим, бу ақлий қолоқлик чуқурлашувининг олдини олиш учун зарур. Аутизмга эга бўлган болани парваришлашга кўйиладиган асосий талаблар ҳам шунга киради.

### **Мактаб ёшида**

Мактаб ёши муҳим давр саналадиган жадал ривожланишнинг шундай босқичи, инсон нуқтаи назаридан ўз имкониятлари ва қобилиятларини англаш давридир. Ўз-ўзини тушуниш билимларига эга бўлишдан, мактабни яқунлаганидан сўнг меъёрий ҳаёт кечириш учун зарур бўлган ўзини баҳолаш, ўзига баҳо бериш жиҳатидан муҳим босқичдир. Мактаб даври, бу шундай даврки, унда мактаб ташқарисидан олинган таассуротлар шахс шаклланиши ва ривожланишида муҳим аҳамият касб этади. Ривожланишда орқада қоладиган мактаб ёшидаги болалар ва ўсмирлар таассуротларини чегаралаб ёки хиралаштириб қўядиган ёпиқ муҳитда яшамаслик керак. Шунингдек, болалар имкон қадар ўзига тенгдош ногирон бўлмаганлар



билан муносабатда бўлиб, ижтимоий тасаввурларга эга бўлишлари, уларнинг ижтимоий мослашуви эса улар учун оддий ҳаёт тарзини ва очик жамиятнинг оддий шартларини тажрибада қўллай олишга асос бўлиши керак.

Бу маънода эшитиши заиф болалар мустасно ҳолат бўлиб, улар учун имо-ишора ёрдамида ўқитадиган махсус синф ташкил қилиб бўлмайди. Уларга мактаб-интернатга бориш имконини бериш лозим, бу ерда улар нутқий ва тушунча муносабатларида ривожлана оладилар, шунингдек, имо-ишора нутқини билмайдиганлар билан алоқада бўлишда зарур бўладиган билим ва малакаларга эга бўладилар.

Йирик ёпиқ муассасада яшаётган болалар катталар ҳаёти ҳақида асосан хизматчиларни кузатиб маълумотга эга бўладилар, бу эса уларга чегараланган билим ва тажрибани беради. Яна бир хавф шунда мужассамки, муассасада қобилятлар қотиб қолиши мумкин, чунки ривожланишида юқори потенциалга эга болалар кўпчиликка мажбуран мослашадилар.

Ёпиқ муассасаларда боланинг ривожланиш муҳитлари - педагогик, ижтимоий, руҳий нуқтаи назардан тўғри келмаслиги илмий исбот қилинган.

Ҳатто оғир ақлий қолоқликка эга болаларнинг мактабга боришлари учун мақсадга йўналтирилган ва ёрдамчи педагогик воситалар билан таъминланган ўқув режаси зарур. Ҳозирги кунда халқаро миқёсда бунга имконият бор. Бу эса ҳозирда ёпиқ муассасаларда яшовчи болаларни кейинчалик жамоа бўлиб яшаш хонадонлари ёки мактаб ётоқхоналарига ўтиш ҳамда очик жамиятда яшашга тайёргарлик учун хизмат қилади. Шу тарзда очик жамиятга интеграциялаш имконини берадиган тизимдан фойда келтириб чиқариш мумкин.

### **Оғир (мураккаб) нуқсонли ногирон болалар ҳақида**

Интеграциялаш - бу инсонга куч бахш этадиган ва уни юксалтирадиган жараён дир. Агар у тўғри ташкил қилинса, ногирон боланинг кучлироқ намоён бўлиши ва кадр-қиммат ҳиссининг салмоғи ошишига имкон беради. Шуларни эътиборга олиб, интеграциялаш имкон қадар энг юқори даражада қўлланилиши лозим.

Ўзларини ажратиб қўйилганлар сингари сезмаслик учун дўстлар орттириш ва улар билан вақтларини ўтказиш, айниқса, болалар учун жуда муҳим.

Кўришида нуқсони бўлган, шунингдек, ривожланишида орқада қолган бола ақлий бузилишга эга тенгдошлари билан бир синфга бориши мумкин, албатта, агар улар мутахассислар томонидан етарлича кўмак ва зарурий воситалар билан таъминланса.

Айнан шулар жисмоний функционал бузилишларга ва ривожланиши орқада қолган болаларга ҳам тааллуқлидир. Тажрибаларнинг кўрсатишича, функционал бузилишга ёки ўхшаш муаммога эга болалар билан биргаликда эканлигидаги гуруҳ динамик эффекти – (мактабда бўш вақтларда, машғулотларда) ўзига хос қийнчиликларни енгишга ёрдам беради ва аҳамиятли бўлиши мумкин.

Ақлий бузилишга эга, шунингдек, эшитишида нуқсони бўлган болалар шу гуруҳ учун махсус ташкил этилган синфларга бориш имконига эга бўлишлари керак - бу уларга тўлиқ таълим олиш ва имо-ишора нутқининг доимий амалиётини таъминлайди. Бу уларни карлар маданий жамияти билан муносабатларини осонлаштиради. Худди шундай катта ёшда ҳам улар бирга гуруҳли хонадонларда яшаш имконига ва имо-ишора нутқидан фойдалана оладиган хизматчилар бўлишига имкони бўлиши керак. Бундай ногиронларни парваришlash учун хизматлар карларга ўқитувчи ва хизматчилар ишини таклиф этади.

Меъёрлаштириш тамойили қўлланилганлиги сабабли ақлий бузилишга эга шахслар, шунингдек, карлар маданий бирлашмаларга интеграциялаш имконига эга бўладилар.

### **Катталар ҳаёти**

Болалар ўз ота-оналари билан яшашлари ва улғайгач ота-оналарининг уйларини тарк этиб, ўзлари мустақил ҳаёт бошлашлари ҳам меъёрий ҳолдир.

Аммо ўсмирлик билан видолашув ва катта одамга айланиш, айниқса, ақлий бузилишга эга шахслар учун - анча узоқ, оғир ва бошқаларга нисбатан тушунарсиз жараёндир. Кўп ҳолларда уларни ўзлари ҳақидаги тасаввурлари чалкашиб, ноаниқ бўлиб қолади. Улар билан доим ҳам катталар сингари муносабатда бўлишмайди, катталар сингари қабул қилишмайди ва ҳурмат қилишмайди. Бунда атрофдагилар муносабати хоҳ уларнинг ота-оналари, қариндошлари, хизматчилар ёки жамият бўлсин катта аҳамиятга эга.

Барча сервис хизматлари ногиронларга мос касб ёки меҳнат таълимини ташкил қилишлари, гуруҳли яшаш хонадонларидаги, ўз хонадонларида ҳаёт малакаларини ривожлантиришлари, катта ёшда таълим олиш имкониятларини яратишлари, ижтимоий тренингларни кенгайтиришлари, жинсий маданиятни таркиб топтиришга ёрдам беришлари зарур.

Ёшлар учун ташкил этилган тренинг-дастурнинг мақсади ногиронларнинг кундалик ҳаётда имкон қадар мустақил бўлишлари, шунингдек, жамият ҳаётида улар истаганларича ёки имкониятлари

даражасида иштирок этишларига имкон берадиган ижтимоий малакаларни ривожлантиришдан иборат.

Бундай дастурлар нафақат реал мотивация беради, балки функционал бузилишларга эга одамларнинг шахсий қизиқишларини ҳисобга олади. Бундай тарзда уларга қарор қабул қилишни машқ қилиш учун жуда муҳим имконият бериш мумкин: қарор қабул қилиш имконияти - етилиш, ўсиш, лаёқатни ривожлантириш, катта инсон сифатида ўз қадрини англаш жараёнининг ташкилий элементидир. Бу турдаги дастурлар нафақат бирор инсонга ёрдам беради, балки ота-оналарда юзага келувчи муаммоларга тўғри ечимларни таклиф этади. Одатда, катта бўла бошлагач ёшлар таълим оладилар ва иш топадилар, ота-она уйларини тарк этиб оила қурадилар, фарзандлар орттирадилар ва уларни ота-оналари билан муносабатлари доим ўзгариб туради. Бу ота-оналарнинг кексайишига кўра содир бўлади. Аммо ёши катта ногиронлар - қизи ёки ўғлини бўлиши бундай намунага доим ҳам мос келавермайди. Бу ота-оналар стрессларига ва улар томонидан ҳаддан зиёд парваришларга олиб келади, бу эса, ўз навбатида, уларнинг болаларида стресс ва кўрқув ҳолатларини, ҳатто камситилиш ҳиссини уйғотиши мумкин. Бу ерда гап деярли тасдиқланган хавотир ҳақида кетяпти, у функционал бузилишга эга одамга ҳам, унинг оиласига ҳам кучли таъсир кўрсатади. Шунинг учун умум қабул қилинган намунага амал қилиш етарлича кўмак беради, бу вазиятда уни функционал бузилишга эга ўғил ёки қиз, шунингдек, бутун оила ўзаро муносабатларини меъёрий давом эттириши учун етарли бўлади.

Ижтимоий шарт-шароитларда изланишлар шунини кўрсатдики: ақлий бузилишга эга одамнинг ҳаёти қанчалик мустақил ва унинг кундалик ҳаёт фаолияти қанчалик адекват бўлса, у ўзини ҳаётда худди бошқалар сингари яхшириқ ҳис қилади. Аммо жамиятнинг бошқа аъзолари билан бўладиган муносабат ва бўш вақтни ўтказиш ҳақида сўз юритилса, кўп ҳолларда бу ва бошқа инсонлар орасидаги фарқ улқандир. Бу муносабатлар ва хордик нисбатан чегараланган, пассив ва тор ёки илгари таъкидланганидек улар умуман бўлмайди.

Катта ёшда қизиқиш, билим ва малакаларни кенгайтириш борасида таълим олиш вазиятни яхшилашда ижобий имкониятларни келтириш мумкин. Ўқиш учун қулай ва содда тилда ёзилган китоблар, газета ва журналлар катталар учун бой маданий ва ижтимоий ҳаёт билан яшаш имконини беради, спорт билан қизиқувчилар учун шунга ўхшаш йўллар мавжуд. Демократия асослари ва йиғилишлар ўтказиш технологиясини ўрганиш курслари иштирокчиларда ўзларининг шахсий клуб ва кўмиталарида фаолият олиб бориш қобилиятларини кучайтиради, қарор

кабул қилиш имконини беради, ўз истакларига кўра ҳордиқларини ташкил қилишга ва ифода этиш шаклларини таклиф этадилар. Шунингдек, бу кўмита ва турли ташкилотларнинг бошқарув органларини ва спорт клубларининг бирор топшириқларини бажаришга йўл очиб беради.

Бу турдаги дастурлар ўз олдига иштирокчиларни бошқариш, уларнинг доимий машқ қилиши ва бу билан уларнинг тобелигини мустаҳкамлашни мақсад қилиб қўймайди. Аксинча, катталарга қулай йўналтирилган педагогик усул ва иш шаклларини қўллаб, бу инсонларга янги кизиқишларнинг пайдо бўлиши, ижтимоий малакаларни мустаҳкамлаш ва бирор нарсага таъсир кўрсатиш билимларини эгаллашлари учун шарт-шароитлар яратишга ёрдам беради.

Улар маданият ва ижтимоий тадбирларда иштирок этиш имконини беради ва шу билан ақлий бузилишга эга одамларнинг ўзларини мустақил ва жамиятга таъсир ўтказа оладиган вакил сифатида англашларига олиб келади.

### **Қарилик (кексалик)**

Қарилик ишлашга илож, лаёқатнинг бўлмаслиги ҳисобланиб, у кўп инсонларда уларнинг ҳаётини мазмунга тўлдириб турган барча нарсалар билан ўзларига яхши маълум бўлган муҳитда, дўстлар ва танишлар даврасида мулоқотда бўлиб яшашдан иборат. Шунинг учун ақлий бузилишга эга кекса одамларнинг турар-жойи улар ҳаётини ўтказган жойга яқин жойлашиши зарур. Функционал бузилишга эга одамлар ҳаётининг ушбу босқичини жамият томонидан функционал режалаштириш илгариги босқичлардагидек муҳим. Шахсий ижтимоий хонадонга эга бўлган одам ҳис қиладиган осудалик ва қониқиш ҳисси жуда кучли.

Агар ҳаёт кечишини меъёрий шакллари билан ёпиқ турдаги муассасаларда яшашни таққосласа, у ердаги ҳаёт умрбод зиндонбандлик сингари эканлиги яққол кўринади. Фақатгина очик жамиятда яшашгина инсон ривожланиши учун реал шароитларни таъминлайди. Мана шундай қилиб сонияма-сония, сўзма-сўз сингари кун, ҳафта, йил, 10 йилликлар - вақт ўтиб бормоқда.

У доим ўзгариб ва тўхтовсиз оқиб туради ва меъёрлаштириш тамойилининг асосларидан бирини унинг мазмун, мақсад ва боғлиқликларини исбот қилади.

### **5. Ҳурмат ва танлаш ҳуқуқи**

Меъёрлаштириш тамойили, шунингдек, функционал бузилишга эга одамларнинг талабларини, истакларини уларни танлаш ҳуқуқларини энг юқори даражада ҳурмат қилиш ва инобатга олиш кераклигини англатади. Ўз шахсий кўмиталарини туза оладиган инсонларни интилишларини

рағбатланриш лозим. Уларнинг вакиллари эса ишчи хизматчилар билан бирга қоидалар, тартиб ва воқеаларни муҳокама қилишда қатнашишлари лозим.

Бу ушбу тамойилни марказий ташкил этувчиси бўлиб, у гапира олмайдиган ёки фикрини баён этиб бера олмайдиганлар фикри ҳам инобатга олиниши кераклигини аңлатади. У шахсий ўзликни ҳурмат қилиш заруриятини аңлатади: агар имкон бўлса, функционал бузилишли инсоннинг ўзи ўз кийимларини, мебель ва бошқаларни сотиб олиши зарур ёки вазиятга кўра уларни сотиб олинишида иштрок этиши керак.

Швецияда 1968 йили ақлий бузилишга эга бўлган 20 нафар ёшлар иштирокида анжуман ўтказилган.

Улар таътиллар ва бўш вақтларини муҳокама қилишган. Улар ўз бўш вақтларини ўтказиш масаласига таъсир кўрсатиш имконига эга бўлишни хоҳлардилар. Улар ўзлари бошқарадиган клуб ва ўқув маслаҳатхоналари бўлишини ва уларнинг сўзлари касаба уюшмаси ва улар хизмат жойларида инобатга олинишини исташарди. Улар 16 ёшгача бўлган ўсмирлар ва болалар билан турли байрамларга жалб қилинганликларига ва турли ҳаддан зиёд катта гуруҳлар бирлашувига қарши чиқдилар. Таътил вақтидаги сайр ва саёҳатларда қатнашадиган гуруҳлар кичик ва бир хил бўлишини талаб этишди. Уларнинг фикрларича, катта гуруҳларда бўлиш маълумотларни эшитиш ва тушунишга қийинчилик туғдиради. У вақтлардан сўнг ақлий бузилишга эга одамлар ҳаётини яхши тарафга ўзгартирадиган кўп воқеалар содир бўлди. Катталарнинг таълим олишлари учун ёрдам дастурлари, бирлашма технологияларини ўрганиш курслари, шунингдек, ақлий бузилишга эга одамларнинг ўз клуб ва кўмиталарида фаолият олиб бориши натижасида тўланган тажриба - буларнинг бари миллий ва халқаро даражаларда ўтказиладиган конгресс ва анжуманлар натижасидир. У ерда бу инсонлар сиёсий пойдевор яратишлари ва ўз талабларини илгари суришлари мумкин эди.

Барча ногиронлар учун уларни қизиқтирган саволларнинг муҳокама қилинишида маҳаллий ва миллий даражаларда иштирок этиш муҳимдир. Швецияда ақлий бузилишга эга одамлар 2 вазиятда қонунчилик жараёнида иштирок этишган. У янги қонун қабул қилинишида содир бўлиб, ақлий бузилишга эга одамларни жамият хизматидан фойдаланиш ҳуқуқини мустаҳкамлади. Ўз фикрларини баён этиш мақсадида ақлий бузилишга эга шахслар бутун мамлакат бўйлаб гуруҳларда ишладилар. Натижалар режаларга кўра қўшилди, сўнг янги қонунларни қабул қилиш лойиҳаси ишларининг ташкилий қисми сифатида ҳукумат томонидан китоб шаклида чиқарилди. Шу билан ақлий бузилишга эга одамлар фуқаро сифатида

меъёрий демократик қонунчилик жараёнида иштирок этишди, бу эса манфаатдор барча шахслар учун катта аҳамиятга эга эди. Ақлий бузилишга эга одамларнинг ўзи учун эса бу уларнинг билимлари ва фуқаро сифатида ҳурматга муносибликларини исботи бўлди. Оғир, жиддий ёки мураккаб турдаги ногиронликка эга ёки нутқий муаммоси бўлган одамлар учун атрофдагиларни шунга хос муносабати ҳал қилувчи аҳамиятга эга. Тушунилиш ва атрофдаги инсонларга ишониш имконига эга бўлиш жуда муҳимдир. Уларнинг “сокин тилини” тушуниш учун барча мавжуд воситалар қўлланилиши лозим. Ҳозирда турли ёрдамчи воситалар қатори мавжуд бўлиб, улар ўз ичига имо-ишора тили ва компьютер техникасини олади. Бу инсонларнинг ҳисси, истаклари, қарорлари ва эҳтиёжларини тушуниш учун юз ҳаракатларини, товуш тана тилини ва хулқини “ўқиш” билими ҳамда одатига эга хизматчилар бўлиши лозим. Бу уларга қўйиладиган асосий талаб.

“Тилсиз ” индивидни шахс ҳуқуқларининг кафолати учун, бир нечта одам уни тушуниши ва у билан билимларини бўлишиш кўникмаларига эга бўлишлари зарур. Агар буларнинг барини биргина инсон бажара олса ногирон жиддий хавфда бўлади, бу хавф у инсонинг ортиқ ишда бўлолмай қолишидир. Бу ерда бир парадокс бор: одатда, инсоннинг шахсий иши ҳақидаги маълумот ишонч билан боғлиқ бўлади ва унинг шахсий ҳимояси мақсадида махфий ҳисобланади.

Аmmo бир инсонга кучли тобе бўлиб қолган инсон билан мулоқотда бўлишнинг юклатилиши ногирон шахси ва унинг ҳимояси учун хавф солувчи нотўғри ёндашувдир. Барча эҳтиёжларни ногиронларни парваришлайдиган инсонга тушунтириб бериш лозим. Шунингдек, ҳар эҳтимолга қарши уларни бундай масъулиятли иш билан шуғулланувчи бошқа хизматчиларга ҳам тушунтириб ўтиш лозим.

“Ҳурмат ва танлаш ҳуқуқи” ёпиқ муассасаларда камситувчи гуруҳга эга, очик жамиятда эса бу фуқаро сифатида жамият ишларида иштирок этиш имконини ва муваффақиятли иш олиб борувчи демократияни англатади.

## **6. Жамиятдаги маданият учун хос бўлган меъёрий оилавий ҳаёт шакллари**

Меъёрлаштириш инсонларнинг “2 жинс” дунёсида яшашларини англатади. Ақлий бузилишга эга инсонларнинг бундай муносабатлари билан боғлиқ хавф-хатар юқори даражада оширилган эди. Бу кўп ҳолларда ақлий бузилишга эга одамларга зарар келтирадиган табиий бўлмаган сегрегацияга олиб келган ва уларнинг табиий ривожланишига тўсқинлик қилган. Улар ҳам бошқалар сингари анча озод ва табиий шароитда – нафақат болалар боғчаларида, бирор машғулотда, уйларида балки ўз турар-жойларида ҳам

муносабатда бўлиш имконига эга бўлишлари лозим. Тажрибаларнинг кўрсатишича, жамоа бўлиб яшаш хонадонларида ва турли хилдаги муассаса бўлимларида эркак ва аёлларнинг бирга яшаши билан боғлиқ юқори поғоналар мавжуд. Бунинг натижасида яхши ахлоқ ва анча табиий муҳит шаклланади. Биз барчамиз бу нарсани англашимиз лозим. Бу ҳислар соҳаси ва жинсий лаёқат у ёки бу даражада ҳаётнинг ташкилий қисмларидир ва улар доим илк болалиқдан кексаликкача турлича намоён бўлади. Биз муҳаббат пайдо бўлганида у жуда кадрли ва бирор кимга тақдим этишимиз мумкин бўлган нарса эканлигини, уни ривожлантириш ва идеал ҳолатларда узоқ вақт мобайнида сақлашимиз муҳимлигини англаймиз. Биз биламизки, болалар шундай зотки, уларни севиш, ардоқлаш, парваришlash, кўп йиллар давомида йўналтириб туриш лозим.

Оилавий маърифат ҳар бир инсон учун тушунарли шаклда берилиши ва биргаликдаги ҳаётни омадли қилишни ўз ичига олишни билиши лозим. Шунингдек ўзаро ҳурмат, гигиена ҳақида ва турли контрацепсия воситаларини қўллаш ҳамда ҳомиладорлик ҳақидаги билимларини ёритиши лозим. Авваллари мажбурий ва камситувчи стерилизациялар ўтказилган, ҳозирда эса турли контрацепция воситаларидан фойдаланишга биноан ундан воз кечиш мумкин. Бундан ташқари, касалланиш хавфи мажбурлаш ва хўрлаш, ўзини ҳимоя қилиш, ўзига нисбатан хавф туғилганда яқиндаги инсонга мурожаат қилиш кераклиги, иложи борича полицияга хабар бериш кераклиги ҳақида маълумотлар берилади. Мана шу ҳажмдаги билимларни эгаллаш зарур бўлади!

Баъзи одамларга никоҳ қуриш билан боғлиқ ва бола ҳуқуқлари билан боғлиқ қонунлар ҳақидаги билимлар ҳам керак бўлади. Шунингдек, улар болани парваришlashни ва уни парваришlashда жамият хизматчилари билан ҳамкорликда бўлиш зарурлигини билишлари лозим.

Ёпиқ муассасаларда жинсий ҳаётнинг меъёрий шаклларини юзага келтириб бўлмайди, очик жамиятда эса реал талаблар ва имкониятлар мавжуд.

## **7. Мамлакат учун хос бўлган меъёрий иқтисодий шакллар ва ҳуқуқлар**

Ақлий бузилишга эга инсонлар имкон қадар меъёрий даражадаги ҳаётга эришишлари учун, албатта, уларга бошқа барча инсонларда мавжуд фундаментал иқтисодий ва ижтимоий ҳимояни таъминлаш лозим. У умумий ижтимоий қонунчиликка ва компенсацион иқтисодий ёрдамчи ўлчамларга боғлиқ бўлади. Бу масалан, болалар нафақаларини, вақтдан илгари

нафақани, ишга кўра нафақани, энг кам маош ва бошқаларни ўз ичига олиши мумкин.

Бирор турдаги ёпиқ муассасаларда яшайдиганлар ҳақида сўз юритадиган бўлсак, бу маблағни катта қисми озиқ-овқат ва яшашга сарфланиши мумкин, аммо турли сарфлар учун зарур бўлган кундалик пул миқдарини бу инсон доимий равишда олиб туриши лозим, бу реал ижтимоий тренинга асос солади, унга эркин танлаш имконини беради ва шахсий ваколатлилик ҳиссини оширади.

Ижтимоий-иқтисодий нуқтаи назардан ҳозирда барча ёпиқ муассасалар умуман самарасиз бўлса керак. Улар ўз тасарруфларидаги инсонларни онгсизлаштиради ва уларни ижтимоий муносабатларда сустлаштиради, шунингдек, хизматчиларнинг мутахассислигига салбий таъсир кўрсатади, чунки ишчилар ҳаракатлари ижтимоий жиҳатдан кўриб чиқилган аҳамиятли натижаларга олиб келмайди.

Ёпиқ муассасалар учун хос бўлган фикрлар образи ўз ортидан, шунингдек, сарфлар уларнинг самарадорлигидан келиб чиққан ҳолда ҳисобланмаётганлиги билан боғлиқ хавфни етаклайди. Маблағни мосламаларга эмас, инсонлар ва хизматчиларнинг таълимига сарфлаш лозим. Улар эса йилдан-йилга тажриба орттириб борадилар. Ёпиқ муассасалар иқтисодий шаклдан четга чиқадиладар. Маблағини кадр ресурслари ва ногиронларни ўқитишга сарфлаш лозим.

## **8. Жамиятда атроф-муҳитга ва турар-жой стандартларига кўйиладиган меъёрий талаб**

Меъёрлаштириш тамойили – турар-жой стандартларига, масалан, мактаб ётоқхоналари, жамоа бўлиб яшаш хонадонлари ва бошқа хонадонларга кўйиладиган талаблар бошқа фуқароларга кўйиладиган талаблар билан бир хил бўлиши лозимлигини аниқлатади. Бу функционал бузилишга эга инсонлар турар жойи ҳеч қандай вазиятда улар рози бўлган инсонлар сонидан ортиқ инсонга мўлжалланиши керак эмас. Вақт ўтиб боргани сайин ёпиқ муассасалар тобора самарасиз бўлиб бормоқда, чунки маош ва бошқа сарфлар ўсиб борган, аммо натижаларнинг сезиларли яхшиланиши содир бўлмаган. Хизматчи ходимлар, ота-оналар, шунингдек, ақлий бузилишга эга одамлар шартларининг инсонийлигини кўриб чиқиш талаблари ҳам кейинги ривожланишга асос бўлади.

Жисмоний бузилишга эга инсонлар учун ижтимоий интерфаолликни ва ҳаракатланишни осонлаштирадиган махсус техник мосламалари мавжуд муҳит зарур. Ёрдамчи техник воситалар билан бу одамлар катта мустақилликка ва шахсий ҳаётларида кўп имкониятларга эга бўладилар.



Изоляция ва сегрегация инсоний кадр-қимматни туширади ва турли фикрларга замин яратади. Ақлий бузилишга эга одамлар ҳаётини интеграция ва меъёрлаштириш ота-оналари билан нормал шароитларда яшаш имконини беради ва инсонлараро муносабатларнинг ривожланишини юзага келтиради, бу эса ногиронни жамиятда тушунилиши ижтимоий сабр ва унинг интеграциясига асос бўлади.

Функционал бузилишга эга одамларнинг зарурий эҳтиёжларига мослашувчи оддий иш жойи ва мактабларнинг қўлланилиши амалда тежамкорлироқдир. Бу махсус мактаб ва иш жойларини барпо этишдан қулайроқ. Чуқур оғир ёки мураккаб ногиронликка эга одамлар учун очик жамиятни шундай фаолият турларига имкон яратилиши керакки, у ердаги жой ва атроф-муҳит жуда муҳим аҳамият касб этади, бунинг учун ногиронларнинг ҳаракатланишларига боғлиқ бўлган махсус транспортлар, мосламалар зарурияти келиб чиқади.

Ёпиқ муассасалар меъёрий муҳитнинг аксидир. Очик жамиятда яшовчи функционал бузилишга эга одамларнинг турар-жойлари баъзида ушбу жамиятнинг бошқа гуруҳлари учун ҳам фойдали бўладиган мослашувини талаб этади.

### **Ақлий бузилишларга эга одамларни ўқитиш жараёни учун Меъёрлаштириш жараёнининг устунликлари**

Юқорида номи келтирилган Меъёрлаштириш тамойилини 8 та ташкил этувчиларига риоя қилиш, ақлий бузилишга эга аниқ бир одамнинг ҳаёт вазиятини меъёрлаштириш имконини беради. Меъёрлаштириш тамойили кўпчилик учун тўлиқ мустақилликка ва ижтимоий интеграцияга эришиш имкониятларини очиши мумкин. Ҳатто, бутун умрлари давомида у ёки бу даражада парвариш олишлари зарур бўлган инсонларга ҳам нисбатан мустақилликка эришишга ёрдам бериши мумкин. Бирор ривожланиши жиддий орқада қолган ёки мураккаб тиббий, руҳий ёки ижтимоий турдаги ногирон инсонлар бирор кимсага тобе бўлганларида ҳам жамиятда қабул қилинган меъёрий ҳаёт кечириш имконига эга бўлишлари мумкин.

Ақлий бузилишга эга болалар, ўсмирлар ва катта ёшдаги инсонлар учун деярли ҳар бир вазият педагогик аҳамиятга эга. Билим олиш ва ўқишга ҳар бир фуқаронинг ҳақ-ҳуқуқи бўлганидек, бу инсонлар ҳам ўзларига мос келадиган ўқиш, тренинг ва ривожланиш ҳуқуқига эгалар. Ўз-ўзини баҳолаш учун алоҳида қобилиятларни ривожланиши доимо бутун шахснинг ривожланишига таъсир этади. Шунинг учун ақлий бузилишга эга одамлар билан машғулот ўтказиш, унинг ҳаётини шакллантиришда иштирок этаётган одамларга жиддий масъулиятни юклайди. Ривожланишда орқада қолиш инсон учун катта қийинчиликлар туғдиради ва унда тушкунлик

ҳиссини уйғотади, бу эса унда ўзига баҳо беришни шакллантиришга кўмаклашиш заруриятини тобора орттиради.

Рағбатлантириш ва бой таассуротларга биноан инсон ўзини фаол шахс сифатида қабул қила олади, кам рағбатлантириш эса шу вақтни ўзида кўшимча ногиронликнинг юзага келишига олиб келади. Ўзига хосликни англашнинг ривожланиши - катта аҳамиятга эга. Ўзининг ҳеч ким эмаслиги ҳисси - хавfli ва зарарли. Ақлий бузилишга эга инсоннинг ўзи ҳақидаги тасавури унинг шахсий билимларини ижобий сезишига кўра шаклланиши керак. Бошқалар томонидан ажратиб қўйиш, ишончсизлик, кўркув ва кучсизлик ҳиссини уйғотади.

Ўзини ҳурмат қилиш ҳиссини ривожлантириш учун ақлий бузилишга эга одам ўз интилишлари орқали турли ишларни удалай олаётганини англаш имконига эга бўлиши ва шу билан ўзига масъулиятни олишни ўрганиши керак. Демак, кўп ҳолларда шахсий фаолликка имкон бермайдиган ҳаддан зиёд тор ва ҳимояланган муҳит унинг омадсиз эканлиги, ҳаётини мавқеи ва эътиборининг йўқлиги ҳиссини уйғотишга олиб келади.

Ўз кадр-қиммати ҳиссининг ривожланиши ўзини тутишни маълум даражасига етиш борасида ҳал қилувчи омил бўлиши мумкин. Шу вақтни ўзида бошқалар томонидан ҳурмат ва эътиборни кўрсатилмаслиги хавф-хатар ва бўшлиқ ҳиссини уйғотади.

Ақлий бузилишга эга одам ўзини катта ёшдаги масъулиятли ва ўзига тўғри баҳо бера оладиган инсон сифатида қабул қилиниши лозим бўлган босқичга етганида бу барча омиллар асосий ҳал қилувчи аҳамиятга эга бўлади. Бу омилларнинг муҳим саналиши шундаки, улғайиш, шунингдек, ўз ақлий қолоқлигини англаб яшашга ўрганиш заруриятини англатади.

### **Ўзаро муносабатни яхшилаш учун**

Меъёрлаштириш тамойилини қўлланилиши ривожланиши орқада қолган инсонлар, ногиронлар ота-оналари ва жамият учун илгарилиб борувчи оқибатларга эга.

Ақлий бузилишга эга бўлган болалар учун турар-жойлар ташкил этилганида, эксплуатация қилинган ва боланинг ҳақиқий уйи сифатида қаралганида, махсус мактаблар оддий мактабларга интеграциялашганда ва катталар учун мўлжалланган гуруҳли хонадонлар, авваламбор, шу инсонларнинг уйи деб қаралганида ақлий бузилишга эга одамларга нисбатан жамиятда мавжуд кундалик тўғри муносабатларнинг меъёрийлашувига олиб келади. Интеграция - бу инсонларни атрофдагилар томонидан тушунишнинг яхшиланишига асос бўлса, изоляция ва сегрегация билимсизликка замин яратади.

Ақлий бузилишга эга одамлар яшайдиган муҳитни Меъёрлаштириш, шунингдек, хизматчи (персонал) меҳнатининг шартлари меъёрийлашувига олиб келади. Хизмат кўрсатувчи персонал ақлий бузилишга эга одам билан умуман бошқа муносабатда бўла бошлайди, унинг ва ўзининг ролини тушуна бошлайди. Бу, ўз навбатида, жамият томонидан хизматчиларни бошқа тарафлама қабул қилинишига олиб келади. У ўз баҳоланишини юксалишига ва ижтимоий обрўси салмоғининг ошишига эришади, бу эса доим ишчи кучи самарадорлигининг юксалишига олиб келади.

Меъёрлаштириш тамойилини қўлланилиши, шунингдек, ота-оналар ҳолатларининг меъёрийлашувига олиб келиши мумкин. Меъёрий стандартларга мос ва қулай жойлашган турар-жойнинг, мактабгача таълим муассасаси, меҳрибонлик уйлари, махсус жиҳозланган устахоналарнинг мавжудлиги, вақтни ўтказиш жойларини танлашда қулайлик яратади. У иложсиз танлашга эмас, балки тинч, осуда муҳитда танлаб олиш имконини беради.

Агар масъул жамият ташкилотлари вакиллари ривожланиши орқада қолган инсонлар билан чамбарчас муносабатларга кириша олсалар, ўз қарорларини шакллантиришлари осон кечади, улар самарадорликнинг мақсадга йўналтирилган дастурлари вужудга келишига олиб келади.

### **Интеграция**

**Ўзликда бўлиш – бегоналар орасида ўзликда бўлишни билиш ва имконига эга бўлиш.** Бу инсоннинг интеграциясини англатувчиси. У инсонлар орасидаги муносабат бошқа инсоннинг ўзига хослигини ўзаро тан олиш ва умумий кадр-қиммат, ҳуқуқларига асосланиши кераклигини англатади.

Бундай тан олишларнинг бўлмаслиги тарки дунё қилиш, сегрегация ва бошқалардан ажралиш (яккаланиш) оқибати бўлиши мумкин.

Меъёрлаштириш тамойили ушбу тамойил қамраб оладиган саккизта ташкил этувчиларга кўра бошқа одамларни ақлий бузилишга эга одам билан ўзаро муносабати ҳақидадир. Шунинг учун ушбу тамойилга асосан инсон кўпгина соҳаларнинг боғлиқлигини тушуниши ва у орқали жамиятга кириши ҳамда интеграциялашиши жамият томонидан ўзига хослиги ҳурмат қилиниши керак.

Интеграция қуйида келтирилган аниқликлар ёрдамида таҳлил қилиниши мумкин.

### **Интеграция турлари**

1. Жисмоний интеграция функционал бузилишларга эга одамларга бошқа инсонлар билан бир хил жисмоний муҳитда яшаш ва у ерда меъёрий кундалик, ҳафталик ва йиллик ритмга эга бўлиш имконини беради.

Жисмоний интеграция бу инсонлар уйи оддий раёнларда жойлашганлигини, таълим олиш умумтаълим мактаб биноларида ўтишини, иш жойлари ишчи ва ишлаб чиқариш раёнларида жойлашганлигини, шунингдек, бўш вақтлари имкон қадар шунга монанд жойларда ўтишини англатади.

2. Функционал интеграция – бошқалар сингари ва улар билан бирга жамият функцияларига ёндашиш имконияти мавжудлигини англатади. Функционал бузилишга эга ҳар бир одам дўкон, музей, бассейн, ресторанлар сингари атроф-муҳитни меъёрий функционал компонентларидан фойдаланиш билимлари ва имконига эга бўлиши керак. Агар мактабда ақлий бузилишга эга болалар учун дам олиш ва тушлик вақти алоҳида белгиланса, бунда функционал интеграция ҳақида ҳатто у бошқа тарафлама интеграция функционал бўлса-да, сўзламаса ҳам бўлади.

3. Оилавий интеграция – ушбу инсон учун муҳим бўлган инсонлар билан доимий ўзгариб ва ўсиб боровчи шахсий эҳтиёжга кўра бирга яшаш билан боғлиқдир. Бу эса ўз ичига болани ота-онаси, ака-ука, опа-сингиллари, яқинлари ва дўстлари билан, катталарни эса қариндошлари, дўстлари, эрлари ёки хотинлари ва фарзандлари билан бўладиган муносабатни қамраб олади.

4. Гуруҳли интеграция (жадаллашув) турли ижтимоий гуруҳларга кириб боришни, қўшилишни англатади: қизиқишларга кўра мактабда кундалик дарсларда, дўстлар даврасида турли бирлашма ва клубларда. Интеграцион жараёни иштрокчиларини аста-секин алмаштириб борадиган гуруҳ динамикаси ёрдамида қўллаб туриш мумкин. Масалан, оддий вакилдан бошқарув вакилигача ёки ҳатто ўз клубида оқсоқол ёки юқори поғоналарда – регионларда (минтақаларда, миллий ёки халқаро даражаларда).

Турли гуруҳларда ўзлигини билиш имкони – пассив ёки фаол ижтимоий хабардорлик даражасининг ошишига, кадр-қиммат ҳиссининг кучайишига ва ўзи танлаш қобилятининг ўсишига асос бўлади.

5. Ижтимоий интеграция ўз ичига юқорида кўрсатилган барча турдаги интеграцияларни қамраб олади, лекин ундан ташқари инсонлараро ёки мактабда, ишда, қўшнилари билан ва умуман жамиятда муносабатга киришишни ўз ичига олади. Бу ерда муносабатлар, урф-одатлар ва баҳолаш ўзаро боғлиқликда бўлади. Ушбу муносабат майдонига оммавий ахборот воситаларининг умумий муносабатлари ва функционал бузилишга эга одамлар ҳақидаги жамият тасаввурлари таъсир кўрсатади. Ижтимоий ноғиронликни атрофдагилар юзага келтирадилар.

6. Жамият интеграцияси деб ўзини англашда ўз эҳтиёжларини амалга ошириш имконияти ва қонуний ҳуқуқлари ҳақида гап кетганда фуқаролар ҳуқуқининг амалга оширилишига айтилади. Шунинг учун яқка дастурлар ва

режалаштирилган қарорлар иложи борича энг юқори даражада булар тааллуқли бўлган ва уни келажагига боғлиқ инсон ёки унинг ишонган кишиси билан бирга қабул қилиниши ва амалга оширилиши лозим.

Функционал бузилишга эга инсон ҳам жамиятда турли хил гуруҳларни, бирлашмаларни ташкил қилувчи инсонлар билан бир қаторда ўз ҳуқуқларини намоён этишлари мумкин. Танлаш ҳуқуқининг амалга оширилиши кўпроқ ногиронлар билан бўладиган муносабатлар учун муҳимдир, чунки акси бўлганда яна қўшимча тарзда уларга бўлган ўзгача муносабат намоён бўлади ва улар жамиятга тўлиқ интеграция қилинишга номуносиб инсонлар сифатида кўрилади, уларнинг индивидуалликлари инобатга олинмайди, хавф остида қолади ёки инкор этилади.

7. Ташкилий интеграцияси ўз ичига функционал бузилишга эга одам интеграцияси жараёнини қўлловчи ва уларга ёрдам кўрсатувчи шундай ташкилий шакллар ва тузилмаларни олади, улар бошқаларга нисбатан тўғри йўл тутади. Жамиятда бу энг юқори даражада бўлган меъёрий модел ва бошқа органларни ишга киритиш орқали эришилади. Зарурий ҳаракатлар меъёрий сервис хизматлари доирасида қабул қилина олмаганда ёки махсус билим ва махсус тажриба талаб этилганда ёки жамиятда бундай сервис хизматлари бўлмаганида ташкил этилаётган сервис хизматлари аввалги мавжудларига параллел равишда бунёд этилиши ва бошқа жамият сервис хизматларига монанд бўлиши зарур. Интеграциялаш – бу шахсий ва ижтимоий жараён бўлиб, у функционал бузилишга эга одамларнинг кучларини бирлашишига, бошқа фуқаролар томонидан функционал бузилишга эга одамларнинг барча инсонлар сингари ҳурмат қилинишига ва бир хил ҳуқуқларга эга бўлишига асосланади.

**Халқаро интеграцияда** функционал бузилишларга эга одамларнинг халқаро муносабатлари ва БМТ миқёсида ҳал қилувчи ўрин тутган анжуман тобора катта аҳамиятга эга бўлиб бормоқда.

БМТ 1971-йилдаёқ ақлий бузилишга эга инсонларни ҳуқуқлари ҳақидаги декларациясини қабул қилди, оқибатда у бир қанча янги тавсиялар билан тўлдирилди, бу тавсиялар барча функционал бузилишга эга одамларга тааллуқли эди. Ақлий бузилишга эга одамларни халқаро интеграцияси электрон почтага кириш, турли анжуман ва учрашувларда иштирок этиш имконига, шунингдек, таржимон хизматидан фойдаланишга асосланади. Бунинг бари иштрокчиларни танлаш ҳуқуқи борасидаги тажрибаларни бойишига замин яратади ва уларни ўзлари яратган халқаро мавқедан баҳра олишларига хизмат қилади.

Швеция ногиронлиги бўлган одамларга ёрдам беришни уюштириш муҳитида пешқадамлик қилаётган давлат ҳисобланади. Бу давлатда

ногиронлиги бўлган одамлар ҳаётини Меъёрлаштириш тамойили илгари сурилган. 1968 йили “Ногиронлиги бўлган одамлар шароитини Меъёрлаштириш ҳақида”ги янги қонун ишлаб чиқилди. Бироқ бу қонун доирасида ногиронлиги бўлган одамлар ҳаётини Меъёрлаштириш махсус муассасалар шароитида (алоҳида иншоотлар, шахсий мебеллар, байрамлар) амалга оширилди. Кейинроқ маълум бўлдики, “Меъёрлаштириш” тамойилини махсус муассасадаги ҳаёт билан бирга олиб бориш мумкин эмас экан.

Шу муносабат билан Швецияда 1987 йили ногиронлиги бўлган одамлар учун махсус муассасалар тақикланди. Бугунги кунда ногиронлиги бўлган катталар ва болалар ўз мамлакатининг барча оддий фуқаролари каби яшайдилар.

1994 йилда “Муайян функционал бузилиши бўлган одамларни қўллаб-қувватлаш ва улар учун ижтимоий хизматлар ҳақида”ги қонун қабул қилинди. Бу қонун қабул қилингунига қадар ногиронлиги бўлган одамлар “Ижтимоий хизматларни тақдим этиш бўйича Қонун” асосида ёрдам олардилар. Бу қонун барча аҳолининг эҳтиёжларини таъминларди. Бу қонун асосида ёрдам олиш учун касаллик ташҳиси, ногиронлик даражасининг зарурияти йўқ, ижтимоий эҳтиёжнинг мавжудлигини ўзи етарли.

Бугунги кунгача ногиронлиги бўлган 70 фоиз одамлар Швецияда шу Қонун бўйича ёрдам олишни афзал кўрадилар, қолган 30 фоизи янги қонунга мурожаат қиладилар.

1994 йилдаги қонун бўйича ногиронлиги бўлган одамларга ижтимоий хизматларни олишда тенг имкониятлар ҳуқуқи тақдим этилди. Яшовчи аҳолининг ҳолати учун муниципалитет масъулдир. Ногиронлиги бўлган одамларга хизмат жамоатчилик ташкилотлари ва жамғармалари ҳисобига эмас, солиқлар ҳисобидан тақдим этилади.

Ногиронлиги бўлган одамлар, хусусан, болаларга ҳам қуйидаги хизматларни олиш кафолатланади:

**1. Мутахассисларнинг маслаҳати** (логопедлар, оккупационал терапевтлар, ижтимоий ишчилар, психологлар, тиббиёт ходимлари).

**2. Махсус ёрдам** (кимки шунга муҳтож бўлса, кунига 24 соатгача) – кундалик ҳаётда ёрдамлашиш – одамнинг шахсий квартирасида кийиниш, овқатланиш. Бу чора алоҳида эътиборга сазовор бўлган. Алоҳида эҳтиёжли одамлар шундай яшаш жойи билан таъминланадиларки, унда махсус ёрдамчи учун алоҳида хона бўлади. Истасалар ота-оналар ҳам махсус ёрдамчи бўлишлари мумкин, у ҳолда бу хизматлари учун улар ҳақ оладилар. Тиббий суғуртаси бўлган алоҳида эҳтиёжли одамнинг ўзи иш берувчи бўлиши ва ёрдамчи хизматига ҳақ тўлаши мумкин.

**3. Шерикнинг хизматлари** – одамнинг хоҳишига кўра унга дўст ролини бажарувчи шерик тақдим этилиши мумкин. У алоҳида эҳтиёжли одамни маданий тадбирлар, дискотека ва ҳ.к. ларда кузатиб боради, униқига меҳмонга боради, мулоқот қилади. Шерик хизматига ҳақ факт бўйича амалга оширилади.

**4. Контактли ёрдамчи** – интеллектуал бузилиши бўлган одамлар учун ёрдамчи. У турмушга оид турлича вазиятларда ногиронлиги бўлган одамларнинг манфаатларини ҳимоя қилади.

**5. Қариндошларини алмаштириш юзасидан хизматлар** (релиф-сервис) – асосан алоҳида эҳтиёжли болаларнинг қариндошларига дам олишга имкон бериш мақсадида ёки уйдан ташқарида қандайдир иш қилишлари учун тақдим этилади.

**6. Қисқа муддатга уйдан ташқарида бўлиш** – тегишли марказ, ёзги оромгоҳ, узоқ муддатли бўлмаган курслар ёки бошқа оилада бўлишни ташкил этиши мумкин.

**7. Қисқа муддатли қараб туриш** – 12 ёшдан ошган алоҳида эҳтиёжли болаларга уйдан ташқарида бўлиш учун ёки мактаб машғулотлари тамом бўлган вақтда, дам олиш кунлари ва таътилда тақдим этилади.

**8. Болалар учун яшаш шакллари** – боланинг бошқа оилада, алоҳида хизматлар тақдим этиш билан оилавий уйларда бўлишини таъминлаш учун кўшимча ходимлар жалб қилинади. Болалар миқдори 6 та одамдан ошмаслиги керак.

**9. Катталар учун жойлаштиришнинг муқобил шакллари** – биргаликда яшаш, шерикчилик.

**10. Кундалик фаолиятни уюштириш** – бевосита алоҳида эҳтиёжли одам билан режалаштирилади ва меҳнат терапияси, бошқа фаолликни ўз ичига олади, одамлар бунинг учун ҳақ олишлари мумкин<sup>6</sup>.

.....

## **2.6. Жамиятда жиддий руҳий касалликларга учраган инсонларга вақтинчалик кўникиш.**

### **Терри Крупа, Меган Эджелоу, и Дебби Редлофф-Габриэль**

Мана шу жамиятга киришув мен учун фойдали эканлигини мен шу ишга аралашиб ўзимни ўзим назорат қила олишни ўргандим бу фаолият жараёнида мен ўзимда ўзгариш, камчилик ва юруқларимни кузатдим. Мен ўтказган вақтимдан ва шу вақтимни фойдали ўтказганим билан фахрланаман.

---

<sup>6</sup> Counseling theories and techniques for rehabilitation and mental health professionals: second edition. Editors: Fong Chan, PhD, CRC, Norman L. Berven, PhD, Kenneth R. Thomas, DEd. Springer publishing company, LLC, 2015 New York., PART I: INTRODUCTION: An Introduction to Counseling for Rehabilitation and Mental Health Professionals: Norman L. Berven, Kenneth R. Thomas, and Fong Chan, 1-15 pages

Мижоз:

**Қисқача баён:** бу бўлимда жамиятимизда яшаб руҳий касалликларга дучор бўлган инсонлар ҳақида фикр боради. Асосий мақсад шундай инсонлар яшаш тарзини ўзгартириш ҳамда уларни реабилитация натижасида турли машғулотлар орқали яшашга, ҳаётга қизиқишларини уйғотишдан иборат. Уларнинг хатти-ҳаракатларини кузатиб, таълимий услублар ёрдамида ҳаётга мослаштиришдан иборат.

Экспериментлар натижасида руҳий касалликларга учраган шахсларни турли воситалар орқали, ҳаётга қайтариш, ҳақда уйқудан ташқари ҳолатда турли экспериментлар ўтказишдан иборат. Руҳий касалликка учраган шахсларнинг вақтларини бекорга ўтказмаслик учун турли хилдаги кузатишлар ўтказиш мақсадга мувофиқ бўлади.

Руҳий касалликларга дучор бўлган шахсларни оккупацион (қуршов)-терапия орқали назорат қилиш, уларни вақтинчалик назорат остига олиш-асосий вазифалардан бири ҳисобланади. Бундай шахсларда вақтинчалик жамиятга нисбатан муносабатлари ўзгарганлигини кузатиш, ҳамда бу кузатувлар орқали уларни ҳаётга қайтариш учун турли тадбирлар, яқка тартибдаги суҳбатлар ўтказиш мақсадга мувофиқ. Бундай тадбирларни яқка тартибда ҳамда жамоа билан бирга ўтказиш мумкин.

Кўпгина муваффақиятлар жамият билан ҳамкорликда ўтказилган уларни ҳаётга қайтариш ва яшашга ундаш билан эришилди. Кўпгина маълумотлар, кузатувлар орқали, ҳамда аҳолини рўйхатга олиш туфайли қўлга киритилади. Оккупацион (қуршов) терапияда асосий қизиқиш лаёқатсиз инсонларнинг фаолияти ва уларнинг вақтли саломатликлари, ҳамда ҳаёт тарзларини кузатишдан иборат. Бундай кузатувларнинг асосий мақсади: уларнинг кундалик ҳаётлари фаолиятларини ўзгартириш уларнинг саломатликларини ютуқларини ҳамда жамиятда иштирокини таъминлашдан иборат.

Услуб

Аралашувга (ёрдамга) номзодлар

Инерция билан ҳаракатланиш ўқув дастури руҳий касалликка учраган ката ёшдаги инсонлар учун ёзилган махсус қўлланма ҳисобланади. Ушбу қўлланма (шизофрения ёки руҳий тушкунликка тушиб қолганлар, жамиятда жиддий нуқсонларга, касбий касалликларга учраган, камҳаракатда бўладиганлар, ижтимоий ва маданий ҳаётда иштирок этадиганлар учун мўлжалланган.

Эпидемиология

Бу жиддий руҳий касаллик ҳисобланиб, инсонни руҳий шикастланиши (айниқса шизофрения, нерв толаларининг шикастланиши) кабиларни ўз ичига олади.



Лаёқатсиз ва касалликлар давоми катта ёшдагилар орасида бу касалликнинг тарқалиши юқори бўлиб 10% дан 20% гачани ташкил этади. Юқори даражадаги рухий касалликлар эса анча паст бўлиб тахминан 2%дан 5 % гачани ташкил этади.

Яқинда ўтказилган тадқиқотлар шуни кўрсатдики, жиддий рухий касаликка учраганлар асосан кун давомида бекорчи бўлиб, аниқ бир иш фаолияти билан шуғулланмайдиганлар, ҳаёт давомида фаолият кўрсатмайдиганларни ташкил этади. ((Bejerholm and Eklund, 2004 ; Farnworth, 2003 ; Krupa et al., 2003 ; Leufstadius et al., 2006 ; Minato and Zemke, 2004) Буларнинг барчаси рухий касаликка учраган инсонларни ишсизликка ҳаётда яшашга қийналишига, жамиятда ўз ўрнини топа олмасликка, ижтимоий ҳаётдан орқада қолишга, тиббий хизмат, ижтимоий таъминот, жамиятнинг кашшоқлашишига олиб келишига сабабчи бўлади.

#### Параметрлари

Ушбу ўқув қўлланма рухий саломатликни тиклаш, инсонларни соғломлаштириш ва келажакни барқарорлаштириш учун мўлжалланган. (жадвал 16.1 ва 16.2)

**Table 16.1** Determining relevance of the intervention: activity patterns

The individual may find the intervention beneficial if they meet three or more of the following criteria:	Check ✓
The person's daily activities demonstrate an imbalance among self-care, productivity, and leisure.	
The person spends a large amount of time without defined activity on a day-to-day basis.	
Much of the individual's day is spent in passive activities or rest.	
There is a lack of organized routine/structure to the person's daily activity.	
The person's daily activities limit his/her contact with others.	
The person's daily activities limit his/her access to a range of community environments.	
The person cannot define activities/occupations that are meaningful or of personal interest.	
The person experiences distress, or is easily overwhelmed in activity.	
The person's involvement in activity is impacted by a limited experience of enjoyment.	

**Жадвал 16.1** аралашув фаолиятини аниқлаш намуналари. Инсонга 3 турдаги воситанинг аралашуви фойдали бўлиши мумкин.

- Инсон кундалик ҳаётида ўз ўзига хизмат кўрсатиши дам олиши фойдали фаолият юритиши
- Инсон кундан кун бекорчиликка вақтини кўп сарфлайди
- Инсон кўп вақтини пассив ҳаракатта ва дам олишни ўтказди
- Турмуш тарзини фаол ўтказишда камчиликлари мавжуд бўлади
- Кундалик ҳаётида инсон ўзини суҳбатдан ёки мулоқотдан чегаралайди
- Кундалик ҳаётида инсон жамият билан мулоқотда бўлишдан чегараланади
- Инсон ўзининг ҳаракати ва машғулотларини жамият учун фойдали ёки фойдасиз эканлигини тушунмайди

- Инсон қийинчилик сеза бошлайди ёки бошлаган ишини ташлаб қўяди
- Инсон бажараётган ишидан қониқмай ўз фаолиятини тўхтатади.

**Table 16.2** Determining relevance of the intervention: realizing the benefits of activities

If six or fewer are checked, then this may be a helpful intervention for the individual

Client engages in activities that provide the opportunity for... ✓

Skill and/or knowledge development

Making a contribution to society

Gaining physical health benefits

The enjoyment of beautiful things

Self-expression and creativity

A range of social interactions

Meeting personal goals and experiencing accomplishment

Expressing personal values

Earning a personal income

Giving to others, such as family and friends

### Жадвал 16.2 Аралашув фаолияти ҳамда ҳаракатни тушуниш

Агар 6 ёки ундан ортиқ одам текшириладигга бўлса у фойдали аралашув ҳисобланади. Мижоз ушбу ҳаракатда иштирок этади.

- Билим ва маҳоратни ошириш
- Жамиятга ўз ҳиссасини қўшиш
- Саломатлиги учун жисмоний фойда олиш
- Чиройли нарсалардан баҳра олиш
- Ижодий потенциал ва мустақил фикрни баён эта олиш
- Шахсий нутқларни баён эта олиш
- Ўз ўзини иқтисодий таъминлай олиш
- Бошқаларга масалан оиласига ва дўстларига ёрдам қўлини чўза олиш

Натижа

Клиник таҳлил

➤ Ушбу ўқув қўлланма оккупацион терапия (реабилитация) ва мижознинг ҳамкорлиги учун мўлжаллангандир.

➤ Ушбу қўлланма жиддий руҳий касалликка учраганларни яқка тартибда ва гуруҳ билан ҳамкорликда ишлашга мўлжалланган. Бу жараён бир неча кунга мўлжалланган. Вақтни белгилаш ҳар бир кишининг ҳаракатини кузатиш, берилган вазифа ва ҳаракат жойлари аниқ қилиб белгиланади масалан: шифокор ва мижоз вақтдан фойдаланишни ундан актив ёки пасив ҳолатда фойдаланиш жамият учун фойдали ва таалуқли бўлган социал ҳолатларни белгилаб олишлари, мижозларга жиддий руҳий касалликларга учраган беморлар билан мулоқотда бўлиб, ўзларининг потенциал соғлиқли ва

харакатнинг фойдаси ҳақида маълумот беради. Мижоз унда белгиланган аниқ вазифа орқали фаолият юрита бошлайди. Қўшимча тарзда улар узок муддатга мўлжалланган ҳаракатларни ўз олдидаги муаммоларини тез ва чаққонлик билан ҳал этиш маҳоратига эга бўлишлари мумкин<sup>7</sup>.

## 2.7. Аралашув ҳақида маълумот

**Қисқача баён:** бу бўлимда қисқача расмли тарзда терапевтнинг мутахассис ўқитувчи сифатида мижозлар билан ишлаши ҳақида фикр юритилади. Бу ўқув- асосан нерв-мушак скелетлари ва уларнинг ҳаракатлари ҳамда психосоциологик ишлар билан ўзаро боғлиқ. Табиий ва ҳамкорликдаги изланиш жане билан содир бўлган ходисалар орқали кўрсатилган. Терапевтик жараён, терапевтик маълумотлар назарияси ўз-ўзини назорат қилиш ва ўзини билиш дастури орқали клиник практика жараёнида фаолликни оширади. Турли хилдаги ўқув қўлланмалари ёки терапевтик ўқувлар, диалог давомида стратегия ҳамда илова қилинадиган иллюстрацион расмлар қўл келади.

Калит сўзлар: ўз-ўзини билиш, ҳаракат билан боғлиқлик, нейромускулскелет, иштирок, психосоциологик, сенсорли функция, ўқув-ўқув қўлланма, бош мияни жароҳатловчи жароҳатлар. Иш билан боғлиқлик.

### Аралашув таълими

**Табиий ўрганиш.** Кўпчилик инсонлар учун ўрганиш ҳаёти давомида ўқитувчи иштирокисиз амалга оширилади. Табиий ўрганиш жараёнида одамлар номаълум ва олдиндан кўра олмайдиган муаммоларга дуч келадилар.

**Бошқалар ёрдамида ўрганиш.** Кўпчилик одамлар ҳаёти давомида мутахассислар ёрдами орқали ўзи амалга ошира олмайдиган режаларини ўрганишга мажбур бўладилар. Бу турдаги таълим жараёни баъзи бир кишиларга доимий равишда баъзан бутун ҳаёти давомида ёки лоқайтсиз бўлган вазиятларда юзага келади (**Ingrid Söderback**)

### Джейн воқеаси

Джейн 54 ёшда эди.ва бир неча йил олдин турмушдан ажралган. У ўта маълумотли, ўзининг соҳасининг етук мутахассиси ва 4 нафар фарзанднинг онаси эди. У уйда якка ўзи яшар эди. 3 ой муқаддам дугоналари билан кун бўйида соҳилда чўмила туриб, юзи билан йиқиқилиб ҳушидан кетди. У неврологик шифохонага ётқизилди ва тез ёрдам кўрсатилди. Джейн мийясига кон қуйилиши натижасида операцияни бошидан ўтқизди. Джейн соғайиб

---

<sup>7</sup> Ingrid Söderback International Handbook of Occupational Therapy Interventions Springer Science+Business Media, LLC 2009 P. 179-182

қайта текширилганда унда ҳеч қандай асоратлар қолмаганлиги аниқланди. Шифохонадан уйга қайтиб Джейн камида 2 кун четдан ёрдамга муҳтож эмаслигини кузатиши керак эди. Душанба куни эрталаб Джейн реабилитация клиникасига келиб, назоратдан ўтди. Мен бошқа бир мижознинг овқат билан бўлган эҳтиёжини кузатиш жараёнида шунинг гувоҳи бўлдимки Джейн ҳаддан ташқари кўп овқатланаяпти. Мен Джейн нинг саломатлигига нимадр салбий таъсир кўрсатаётганини сьездим. Шу кунинг ўзида Джейн уй ишини бажариш бўйича Интелектуал баҳо олиш учун ўқув ошхонасига келди. Джейнга бўтқа ва картошкали шўрва тайёрлаш вазифаси топширилди (эсланг Жайн йиллар давомида 4 фарзандни тарбиялаган аёл). Мен барча керакли идишларни тайёрлаб Жайнга топширдм. Джейн эса ярим литр сувни ва 2 та кубик пакетлардаги маҳсулотларни ўлчаши керак эди. Джейн нима қилиши кераклигини баланд овозда такрорлади. У кўрсатилган кубикларни кўлига олиб бир неча дақиқа давомида ҳеч иш қилмай қараб турди. Мен ундан “ сиз нима қилишингиз керак?” деб мурожаат қилганимда Жайн менга “ улар очик бўлиши ва идишга солинган бўлиши керак “деб жавоб берди. Лекин у, мен бир пакетни олиб намоиш этмагунимча ҳеч иш қилмади.

Бу кузатув жараёнида шу нарса аниқландики, Джейн ақлий заифликка учраб қолган. Бундай жараён миянинг пешона қисмининг жароҳатланишига олиб келганлиги аниқланди. Мижознинг хатти- ҳаракатларда ҳеч қандай билим, малака ва нутқнинг ёъклиги аниқланди, бироқ уларнинг психологик фаолияти сустлашган. .. улар мустақил режалар туза олмаслиги ва бировнинг ёрдамисиз режаларни амалга ошира олмасликлари кузатилди. Джейннинг бундай хатти-ҳаракатларини эрталабки нонуштадаги кузатувлрда ҳам пайқаш мумкин эди. Мен бу мулоқат давомида шуни билдимки Джейн 4 кун давомида уйда бўлиб тўла овқатланмаган. Мен Жайннинг окупацион дастурга муҳтожлигига амин бўлдим. ((Soderback, 1998, 1991)

Шундай қилиб Джейн ва шу каби мижозларга ушбу дастурнинг қўл келиши айни муддао.

### **Терапевтик ўқув жараёни**

Окупацион терапия- интервенцион талқинд динамик ва давомий жараён назариясининг қабул қилишига олиб келади. (Levine, 1991 ; von Bertalanffy, 1968). Бу динамик жараён ўзаро ҳамкорликда ОТ орасида мижозларнинг бандлигини вазифа ва ҳаракат) ҳамда экологик контекстларни таъминлайди.

Фундаментал компонент – бу терапевтик кўрсатмаларни мижозга ёрдам тариқасида ишини бажаришга кўмаклашишдан иборат (Sabari, 2001) .. Бу кўрсатмалар мижоз билан ишлаш учун мўлжалланган қўлланма ҳисобланади.

Ўқув жараёни турли хил вазифа ва ҳаракатлардан: парваришлашлар, жиҳозалш, кулинария, тозалаш, ўйин ўйнаш, ҳисоблаш, шартли вазифалар ва кўрсатмаларни бажариш га замин яратади (Ludwig, 1993 ; Soderback, 1988c) .

### **Мутахассис терапевтнинг роли**

ОТ ўқитувчи сифатида ҳамкор, лекин у арбоб эмас. У ўз миждозини ўргатади, шуғуллантиради ва турмуш тарзини енгиллаштиради. Шундай қилиб миждозга муайян ҳолатда яшаш шароитини ўргатади, қўйилган вазифаларни қандай бажарилишини уқтиради. Қўлга киритилган натижалар миждозни янги ҳаёт орқали йўналтиради. Унинг ҳаётини иждобий томонга ўзгартиради<sup>8</sup>.

### **2.8. Соғлиғи заиф бўлган болалар ва уларнинг хусусиятлари**

Маълумки, замонавий мактабда ўқув жараёни самарадорлиғи нафақат ўқувчилар таълим фаолияти сифатини оширишга қаратилган илмий-услубий фаолиятни сифатини оширишдан ташқари бошқа омилларга ҳам боғлиқ. Улардан энг муҳим мактаб ўқувчилари саломатлиғи ҳисобланади. Ҳозирги вақтдаги ўқувчиларнинг саломатлиғи ҳолатининг етакчи кўрсаткичи - унинг жисмоний ривожланиши бўлиб, унинг мазмунида морфологик - ва функционал хусусиятлари ва сифатлари ривожланишига, шунингдек, тана катталиғи, жисмоний, кўриниши, мушак кучи ва ишлаш қобилияти ва давомийлиғи билан боғлиқ ўзгаришлар жараёни динамикасини акс эттиради биологик ривожланиш даражасидир.

Анъанага кўра, тиббий мезонлар асосида саломатликнинг 5 гуруҳини ажратилади: буларга оғир сурункали касалликларга чалинган болалар тоифасидан тортиб то функционал ва морфологик анатомик нуқсонлари бўлмаган, нормал жисмоний ва ақлий ривожланаётган болалар киритилади. Педагогикада бу тоифадаги болалар анъанавий равишда бир қатор тушунчалар билан: "соматик жиҳатдан заиф болалар", "саломатлиғи заиф болалар", "тез-тез касал бўладиган болалар" ва ҳоказолар билан ифодаланади. Соматик жиҳатдан заиф болаларнинг соғлиғи ҳолатининг ўзгаришларида етакчи ролни уч гуруҳ оимллар белгилайди: популяциянинг генотиғи, ҳаёт образи, атроф муҳитнинг ҳолати.

Саломатлиғи заиф бўлган ўқувчиларнинг билиш ва ҳиссий жараёнлари хусусиятлари уларнинг ўқув фаолиятига салбий таъсир кўрсатади ва ўқишда бир қатор муаммоларни келтириб чиқаради:

---

<sup>8</sup> Ingrid Söderback International Handbook of Occupational Therapy Interventions Springer Science+Business Media, LLC 2009 P. 189-191

1) Мактаб таълимига бўлган тайёрликнинг паст даражадалиги, шахсий ва мотивацион этилмаганлик;

2) мактабга мослаштиришдаги қийинчиликлар (айниқса, биринчи синфда): мослашиш функциясини бузилиши одатий ҳаёт тарзининг ўзгариши, етакчи фаолиятини ўзгаришига жавобан юз беради;

3) вазифаларни бажаришда чарчаш, толиқишнинг кучлилиги;

4) объектдан объектга диққатнинг секин кўчиши; яққол ифодаланган диққатнинг тарқоқлиги, бунинг натижасида кўпинча соматик жиҳатдан заиф болаларни дангаса болалар қаторига киритишади;

5) иш суръатининг секинлиги, айнақса, ўқиш ва ёзишда;

6) ўқитувчининг танбехларига юқори даражадаги сезувчанлик;

7) ҳиссий беқарорлик, айнақса қўйилган баҳоларга нисбатан муносабатларда намоён бўладиган;

8) рол мавқеидаги можаролилик: шахснинг ички даражасида " Мен - касалман", "Мен ўқувчиман", "Мен шахсман" пастки даражада. Дастлаб соматик жиҳатдан заиф болада "Мен касалман" позицияси етакчи бўлади, сўнгра соғломилашиб бориши билан бу позиция кўпинча ҳимоя-интанацион позиция сифатида намоён бўлади.

9) ҳиссий-шахсий соҳа хусусиятлари кейинчалик боланинг шахси ўзгаришлар сабаб бўлади: у доимо енгил фаолият турига, ўқитувчилар ва атрофидаги болалар томонидан эҳтиётлаш шароитига, раҳмдиллик муҳтожман деб ҳисоблайди. Соматик жиҳатдан заиф боланинг ижтимоий вазият бўйича бошқалардан фарқ қилувчи хусусияти кўп касал бўлганлиги сабабли кўп дарс қолдириши натижасида таълимий депривациянинг ривожланишидир. Бола ривожланишининг бундай шароити албатта дастур материаллини ўзлаштирмасликка, билимдаги тизимлиликнинг йўқолишига олиб келади<sup>9</sup>.

Шундай қилиб, соматик жиҳатдан заиф болалар категорияси тез чарчаш, хавотирланиш, ишлаш қобилиятининг пасайиши, ўзига ишонмаслик, биологик ритмнинг бузилиши, вегетатив пароксизмлар билан характерланадилар. Бунинг натижасида улар таълимда алоҳида эҳтиёжли болалар қаторига кирадилар ва ўқитиш ва тарбиялашнинг махсус ташкил этилган шароитларига муҳтож бўладилар.

## **2.9. Ҳимоя педагогик кун тартиби**

---

<sup>9</sup> Conceptual Foundations of Occupational Therapy Practice. Gary Kielhofner, DrPH, OTR/L, FAOTA, Professor and Wade-Meyer Chair Department of Occupational Therapy, College of Applied Health Sciences University of Illinois at Chicago, 4th editions, 2009 by F.A.Davis Company, USA. CHAPTER 4: The Development of Occupational Therapy Practice in Mid-Century: A New Paradigm of Inner Mechanisms, 32-43 pages.

Ҳимоя педагогик кун тартиби - бу ўқувчиларнинг фаолияти йўналтирилганлиги, уларнинг хулқини, соғлиғини сақлашга қаратилган иш, бола учун тинч, хотиржам ва одатий тарздаги кун тартиби, барча тадбирларнинг режалаштирилганлигидир.

Ҳимоя педагогик кун тартиби қуйидаги омиллар орқали амалга оширилади:

- синфдаги ўқувчилар сонини нисбатан камлиги (меъёрга мос);
- ўқувчиларнинг ҳиссий ва шахсий ривожланишининг ўзига хос жиҳатларини ҳисобга олган ҳолда махсус таълим усуллари, фойдаланишга асосланган психологик қулайлик иқлим яратиш;
- маълумотларни мониторинги асосида ўқувчилар билан таълим фаолиятида фронтал ва индивидуал ишнинг муваффақиятини таъминлаш;
- ўқув материаллари ҳажми ва мураккаблигини меъёрлаш орқали руҳий ва жисмоний зўриқишларни, ҳиссий зўриқишларни олдини олиш;
- психолог билан релаксация психотерапия машғулотлари;
- ҳар бир дарсда даволов-коррекцион тадбирлар киритилган динамик танаффуслар ўтказиш;
- синфнинг хонасини, ўқувчининг иш жойини унинг ишлаш қобилияти ва соғлиғининг хусусиятларидан келиб чиққан безаш;
- мактаб биносида хоналарни талаб даражасида ёритиш, хоналардаги температурани талаб доирасида сақлаш.

Соматик заиф ўқувчиларнинг инклюзив таълим ташкил этишда қуйидагилар эътиборга олинishi лозим:

1) касалликнинг аниқлаш ва ташхис қилиш вақти. Касалликни эрта ташхис қилиш ўз вақтида ва мунтазам равишда сақланган психик жараёнларни психологик-педагогик ташхис ишларини олиб боришга имкон яратади;

2) психологик ва педагогик қўллаб-қувватлаш ва ёрдам. Мактабгача ёшдаги бошланиб, унинг асосий вазифаси мактабга боланинг тўлиқ тайёрлигини (мотивация, шахси, нутқ) шакллантириш бўлади;

3) абилитация ва ребилитация, у яқка психологик-педагогик дастур бўйича ўтказилиб, тиббий (бола саломатлиги гуруҳи, табиат, шакли ва касаллик, ташхис, вақт ва қабул даволаш табиатнинг вақт оғирлигига даражаси) ва психолого-педагогик кўрсаткичлари ичига олади;

4) таълим муҳитини ташкил этиш махсус шакллари ва ҳаётининг махсус шакллари: мактаб ҳафтада дам олиш кунини киритиш, “асраш кунларини” жорий этиш, дарсда тез-тез кичик дам олиш дақиқаларини ташкил этиш, топшириқларни содда ва мураккабларини алмаштириб бориш;

5) соматик заиф болаларнинг инклюзив таълимида педагоглар, психологлар, медиклар ва оиланинг ҳаракатларини интеграцияси;

### **2.10. Соматик заиф бўлган болаларнинг хусусиятлари**

Соматик жиҳатдан заиф ўқувчиларни таълими алоҳида шароитларда, уларнинг психик ва жисмоний хусусиятларини эътиборга олиган ҳолдаги ишлаб чиқилган яқка дастурлар асосида ўтказилиши лозим.

Бундан ташқари, ушбу туркумга кирувчи болалар учун психологик ва педагогик ёрдам, психо-ижтимоий ва касб-ҳунар мослашуви усулларини ишлаб чиқиш зарур. Бу вазифаларни хал этиш фақат ушбу туркумга кирувчи болалар учун таълимга бўлган махсус эҳтиёжларини эътиборга олинган ҳолда хал этиш зарур.

1. Таълим олиш вақти соматик жиҳатдан заиф болаларда одатда 7 ёшдан бошланади. Лекин баъзан (тез-тез ва узоқ касаллик, касалхонада, узоқ

Реабилитация, касалликдан сўнг даври ва ҳоказо) бола 8 ва кейинчалик ёшида мактабга қабул қилиниши мумкин.

2. Таълим мазмунида - соматик жиҳатдан заиф ўқувчиларга таълим махсус бўлимлари жорий этилмаган. Кўп ҳолларда бу болалар умумтаълим мактаб дастурини тўлиқ маълум ўзлаштира оладилар. Аммо, касалликлари туфайли дарсларни кўп вақт қолдирганликлари учун мактаб дастурини қисқа муддатда ўзлаштиришга тўғри келади. Бу ҳолатни ўқитувчи асосий (ўрганиш учун мажбурий) ва иккиламчи материалга ажратишида эътиборга олиши муҳимдир.

3. Махсус усуллари ва таълим воситалари танлаш - ўзига хос таълим воситалари ёрдамида "четлаб ўтиш" соматик жиҳатдан заиф болаларга таълим дастурини кўпроқ табақалаштирилган, "аста-секин" ўтишни режалаштириш зарур.

4. Таълимни махсус ташкил этишда-таълим муҳитини сифатли индивидуаллаштириш зарурияти, хусусан фазовий, вақт муҳитини эътиборга олиш:

а) кўпроқ индивидуал иш шаклларида фойдаланиш;

б) ўқув материаллар ўзига хос мазмунини ўзлаштиришда мустақил натижага эришиш учун орқалиқ босқичларни ажратиш;

с) асосий дастурни ижодий муаммоли вазиятларга кириш орқали предметлар (дарахт, уй, шахс, ҳайвон) дунёсининг асосий элементлари ёрдамида ўзлаштириш;

д) ишнинг ва ўқувчининг юкламасини индивидуал суръатини танлаш;

д) ўқувчининг ортиқча толиқишига йўл қўймаслик;

ж) ўқув йўналиши психологик қўллаб-қувватлаш.



Таълим маконининг чегараларини аниқлаш-таълим муассасасидан ташқари жойларда имкон даражада максимал кенгайтириш.

5. Соматик жиҳатдан заиф болалар тенгдошлари билан мулоқот ҳам алоқа қилиши ва ижтимоий тўсиқларни бартараф этиш учун уни имкон даражада мактаб ва мактабдан ташқари ўзаро ҳамкорлик ишларига жалб этиш ундаги коммуникатив ва ижтимоий тўсиқларни енгишга ёрдам беради, тенгдошлари билан мулоқот қилиш учун шароит яратади. Соматик жиҳатдан заиф болани ривожлантириш ишлари ташкиллаштирилган ва мажмуавий бўлиб, унибилиш фаоллигига йўналтиради. Бунинг учун бир неча шартларни бажариш зарур. Бу шартлар қуйидагилардан иборат: боланинг предметлар дунёси билан жимоний алоқасини таъминлаш, унинг тафаккурини умумлаштириш ва таққолслашга йўналтириш, оила аъзолари томонидан боланинг эътиборлилигини тушуниш.

6. Таълим муддатида – соматик жиҳатдан заиф болалар алоҳида ҳолатларда ўқув жараёнининг узайтириш учун эҳтиёжга муҳтож бўладилар, махсус ҳолларда (ўзлаштирилмаган ўқув дастури) соматик заиф болалар учун таълим узайтирилганлигини ёки такрорлаш талаб этилади.

7. Соматик жиҳатдан заиф болаларнинг таълимида иштирок этадиган ва улар билан ўзаро ҳаракат қиладиган мутахассисларни аниқлаш-турли соҳадаги малакали мутахассисларининг иштирокини мувофиқлаштиришдаги эҳтиёж. Таълимда соғломилаштириш, даволов, педагогик, ўқув ва психологик муаммолар вазифаларни бирлиги ва болаларни соғломилаштириш жисмоний ривожланишдаги бузилишларни ўз вақтида аниқлашга, уларга даволов ва коррекцион ёрдам кўрсатишга, индивидуал-таълим йўналишларини лойиҳалаштиришда тиббий ва болаларнинг айрим тоифаларига юкломани ўзгартиришда, тегишли тавсиялар ишлаб чиқиш ва ўқитувчилар учун маслаҳат ишларини амалга ошириш имконини беради<sup>10</sup>.

Ҳиссий ва ижтимоий ҳолат, бу болаларда ўқишга қобилият аста-секин яхшиланади. Болалар бу ҳолатларда ота-оналар ва ўқитувчилар томонидан ёрдамга муҳтож бўладилар. Ота-оналар эса эса ўз навбатида педагог ва даволовчи врач томонидан ёрдамга олишлари керак. Бу ҳолда оила ва ўқув жамоаси алоҳида эътибор ўз навбатида инклюзив таълим жараёнида ҳал этиладиган муаммолар шакллантириш боғлиқ қулай муҳит яратиш керак.

---

<sup>10</sup> Inclusive Special Education: Evidence-Based Practices for Children with Special Needs and Disabilities, Garry Hornby, University of Canterbury College of Education Christchurch, New Zealand. Springer Science+Business Media New York 2014, Chapter 2 Teaching Children with a Wide Range of Special Needs and Disabilities 41-61 pages

Бугунги кунда реабилитацион педагогнинг роли фақатгина билим, кўникма ва малакаларни беришдагина эмас, балки таълимда қийинчиликлари бўлган ўқувчиларга алоҳида таълим муҳитини ташкил этишдир.

Ҳозирги жамиятда соғлиқни сақлашнинг асосий мақсадларига эришишнинг мураккаблиги саноат ва қишлоқ хўжалиги, энергетика, автоматлаштириш ва меҳнатни жадаллаштиришга жараёни технологияларнинг, янги энергия манбаиларининг, кимёвий моддаларнинг кириб келиши инсон саломатлигига салбий таъсир кўрсатиши билан боғлиқ бўлиб, оғир касалликларнинг келиб чиқишига сабаб бўлмоқда.

Буларнинг барчаси соғлиқни сақлаш ва тиббий фанлар олдига муракаб вазифалар, энг аввало жамоат ва индивидуал профитактиканинг мажмуавий чора-тадбирларини ишлаб чиқишни кўймоқда. Илмий тадқиқотлар касалликнинг олдини олиш ва экологик омиллар салбий ўзгаришлар таъсири аҳолини ҳимоя қилишга қаратилган профилактик чора-тадбирлар иқтисодий самарадорлигини исботланган.

### **2.11. Ўқувчилардаги касалликларнинг профилактикаси ва таълим муассасаларида профилактика ишларини олиб борилиши ва гигиенага риоя қилиш**

Гигиена (юнонча *Hegetinos* - соғлиқ) аҳолини соғломлаштириш фани ҳисобланади. Бу энг қадимги фанлар бири бўлиб, қадимий дунёда гигиенани ривожлантириш Гиппократнинг “Ҳаво, сув ва тупроқ тўғрисида”, “Соғлом турмуш тарзи ҳақида” асарлари далолат беради. Замонавий гигиена фани турли экологик омиллар, атроф муҳитнинг турли омилларини, таълимнинг инсон саломатлиги, унинг ишлаши ва ҳаёт давомийлиги фаолиятига таъсирини ўрганади.

Замонавий гигиена бир қатор мустақил фанларни, шу жумладан мактаб гигиенасини (болалар ва ўсмирларнинг гигиенаси) ҳам ўз ичига олади. Гигиена ушбу бўлимда ривожланиб бораётган бир организмни ҳимоя қилиш ва ёш авлод саломатлигини таъминлашга қаратилган гигиена стандартларини ривожлантириш учун атроф-руҳий ҳимоя омилларининг ўзаро таъсирини ўрганади. Мактаб гигиенаси фанининг вазифаларидан бири таълим муассасаларининг ўқув-тарбиявий сертификатлаш вазифаларидан бири кўлами ва ҳафталик ўқув юк миқдори, ўрганиш режимида, янги таълим усуллари фойдаланиш қараб таълим муассасаларининг ўқув дастурлари, тананинг функционал давлат талабаларнинг баҳолаш, мазмуни ҳисобланади.

Гигиена талабларига кўра мактаб катта савдо иншоотлари, кинотеатр, катта транспорт қатнови бўлган кўча, завод, фабрика, ферма, гараж, бозор кабиларнинг яқинига жойлашмаслиги керак. Бу қоидаларга амал қилиш мактабни шовқиндан, ортиқча ифлосланишдан, ўқувчилар ўртасида юқумли

касалликларнинг тарқалишидан, транспорт ҳаракати йўлида шикастланишлардан ҳимоя қилади.

Шаҳар ва туман марказларида аҳоли яшайдиган ҳудуд билан мактаб ўртасидаги масофа 1-1,5 км дан узоқ бўлмаслиги тавсия этилади.

Мактаб ер майдони 1,5-3,0 гектаргача бўлиши мақсадга мувофиқ.

Мактабнинг ер майдони шартли равишда 6 та зоналарга бўлинади:

1. Мактаб биноси жойлашган зона. Бу ернинг тупроғи куруқ, у атрофдаги майдонларга нисбатан бироз баландроқ бўлиши керак. Бу ёмғир, қор сувларини атроф майдонларга оқиб кетишига, бинонинг захламаслигига имкон беради.

2. Дам олиш зонаси – мактаб биноси ёнида жойлашади. Бу зонага ўриндиклар, сув ичадиган идишлар ўрнатилади.

3. Ўқув-тажриба зонаси - мактаб биносидан четроқда кўкаламлаштирилган жойга география, ботаника, зоология, физика каби фанларнинг бурчаклари ташкил этилади.

4. Жисмоний тарбия ва спорт зонаси – мактаб ер майдонининг марказий қисмида жойлашган бўлиб, ўртасида футбол майдони, атрофида югуриш йўлаги, унинг чеккасида волейбол, баскетбол, теннис ва бошқа спорт майдончалари жойлашади.

5. Хўжалик зонаси-мактаб биносидан камида 25-30 метр четроқда бўлиб, хожатхона, ўтин-кўмир, омборхона, транспорт воситалари жойлашади. У пастроқ девор ва дарвоза билан чегараланган бўлади.

6. Ҳимоя зонаси - мактаб биноси билан кўча ўртасидаги кенглиги 20-30 метр майдон бўлиб, унга чинор, терак каби баланд ўсадиган дарахтлар экилади. Дарахтлар мактаб биносини шамолдан, ўта ўткир қуёш нуридан, кўча шовқини ва чангдан тўсиб туради. Дарахтлар экиладиган майдон чети билан мактаб биноси ўртасида 6-8 метр орқалиқ бўлиши керак. Бу дарахтлар суғорилганда бино пойдеворини захлашдан сақлайди.

### **Синф хонасининг гигиенаси**

Кўп қаватли мактаб биносида бошланғич синфлар пастки қаватда жойлаштирилади. Синф хонасининг пол сатҳи 50 м<sup>2</sup> бўлиши тавсия этилади. Одатда бошланғич ва ўрта синфларда 40 ўқувчи ўқийди, ҳар бир ўқувчига 1,25 м<sup>2</sup> пол сатҳи, юқори синфларда 36 ўқувчи ўқийди, ҳар бир ўқувчига - 1,40 м<sup>2</sup> пол сатҳи тўғри келади. Синф хонасининг узунлиги 8,2 метрдан ошмаслиги керак, бундан узун бўлса кейинги парталарда ўтирган ўқувчилар доскадаги ёзувларни яхши кўра олмайди. Синф хонасининг кенглиги 6,2 метрдан ошмаслиги керак, акс ҳолда деразаларнинг қарама-қарши томонидаги парталарга ёруғлик кам тушади ва бу парталарда ўтирган ўқувчиларнинг тез чарчаши ва кўзи хиралашиб қолишига сабаб бўлади. Синф

хонасида ҳарорат +18-20 даража, нисбий намлик 40-60% бўлиши керак. Синф ҳавоси таркиби худди атмосфера ҳавосидек тоза бўлиши тавсия этилади. Ҳаво таркибидаги карбонат ангидрид миқдори 0,04-0,07% дан ошмаслиги керак. У 0,1 % дан ошса, бош мия нерв хужайраларининг фаолияти пасайиб, ўқувчиларда безовталаниш, эснаш, мудраш, ўзлаштиришнинг пасайиши каби бош миянинг чарчаши белгилари юзага келади.

Дарс пайтида ўқувчиларнинг ўзлаштириши яхши бўлиши учун синф хонасининг ҳавоси янгилаб турилиши зарур. Бунинг учун об-ҳавонинг совук кунлари, дарс пайтида дераза дарчаси 2 марта 1-2 минутдан очилиб, ҳаво янгиланади. Об-ҳаво иссиқ кунларида эса дераза дарчаси доим очиб қўйилади. Танаффус пайтида навбатчи ўқувчидан бошқалар ташқарига чиқишлари, эшик-деразалар очиб қўйилиши талаб этилади.

### **Синф хонанинг ёруғлиги**

Синф табиий ва сунъий усуллар ёрдамида ёритилади. Табиий ёритиш деразалар орқали таъминланади. Синфнинг табиий ёруғлик коэффициенти 1:4, камида 1:5 га тенг бўлиши керак, яъни синфдаги ҳамма деразаларнинг умумий сатҳи, синфнинг пол сатҳини тўртдан ёки бешдан бир қисмига тенг бўлиши лозим. Демак, синфнинг пол сатҳи гигиена қоидасига биноан 50 м<sup>2</sup> бўлиб, деразаларнинг умумий сатҳи 12,5 м<sup>2</sup>, камида 10 м<sup>2</sup> бўлиши талаб этилади.

Синфнинг табиий ёруғлиги яхши бўлиши маълум даражада бўёқларнинг рангига ҳам боғлиқ. Қора, кўк, тўқ яшил, жигар-ранг каби рангли бўёқлар ёруғликни камайтиради. Гигиена қоидасига биноан синфнинг девори оч сариқ ёки оч пушти, шип оқ, дераза ва эшик оқ ёки ҳаворанг, парта (стол) ларнинг устки қисми оч яшил, ён томони ва ўтирғичлари оқ рангли бўёқлар билан бўялиши лозим.

Деразага ўрнатилган туваклардаги гуллар ёруғликни тўсиб, уни 20-30 фоизгача камайтиради. Шунинг учун тувакдаги гуллар синф бурчакларига ва деразадан қарши томонга махсус столчаларга ўрнатилгани маъқул. Синф деразаларига тутиладиган пардалар ҳам ёруғликни тўсади. Эстетик кўриниш мақсадида тутилган оч сариқ ёки оч пушти рангли узун пардалар деразанинг икки четига суриб қўйилиши керак. Фақат ёзнинг иссиқ кунлари куёш нурини тўсиш учун парда деразанинг куёш тушаётган томонига суриб қўйилади. Деразадан куёш ўтгач, парда яъна четга сурилади.

Баъзи мактабларда дарс пайтида ўқувчиларнинг эътибори бўлинмасин деган мақсадда, дераза ойналарининг пастки қисмига бўёқ суртиб қўйишади. Бундай қилиш мутлақо мумкин эмас. Чунки, биринчидан бўёқ суртилган ойна ёруғликни кам ўтказди; иккинчидан эса, дарс пайтида ўқув-ёзув машғулотлари ўқувчилар кўзини чарчатади, кўзнинг ичидаги босими ошади,

шунинг учун ҳар 10-15 минутда ўқувчи эътиборини ўқитувчига қаратгани холда, у дераза ойналаридан узокқа қараб, кўзини дам олдириши керак. Бунда кўз қорачиғи торайиб, кўз ичидаги босим пасаяди ва кўзи дам олади. Шу сабабдан деразага қараган ўқувчига, ўқитувчи танбеҳ бермаслиги ва аксинча, ўқувчиларни шунга одатланиши лозим.

Синфнинг сунъий ёруғлантирилиши электр чироқлари ёрдамида бўлади. Оддий, яъни спираллик чироқлар қўлланилганида синф пол сатҳининг 1 м<sup>2</sup> сатҳига 18 вт электр қуввати тўғри келиши керак. Демак, синфнинг пол сатҳи 50 м<sup>2</sup> бўлгани учун, унинг ёритилишига 900 вт электр қуввати талаб этилади. Бунинг учун ҳар бири 100 вт лик 9 та электр лампалар 2 қаторга 4 тадан илинади, биттаси доска устига илинади.

Люминесцент лампалар қўлланадиган бўлса, электр қуввати 2 марта кўп талаб қилинади, яъни 1 м<sup>2</sup> пол сатҳига 36 вт, жами 1800 вт қувватга эга бўлган люминесцент лампалар синф шипига 2 қатор қилиб ўрнатилади. Синф доскасини ёритиш учун махсус ойна ўрнатилган ЛПО-13 типдаги люминесцент лампа қўлланади.

Ўқув стол-стул (парта)ларига гигиеник талаб.

Ўқув стол ва стул (парта)лари қуйидаги 3 та гигиеник талабга жавоб бериши зарур:

1. Ўқувчининг бўйига мос бўлсин.
2. Ўқувчининг ўқув-ёзув машғулотларини бажариши учун қулай бўлсин.
3. Ўқувчи организмнинг нормал ўсиши ва ривожланишига зарар етказмасин.

Стол ва стулларнинг керакли гуруҳини аниқлаш қулай бўлиши учун, уларга рангли бўёқлар билан белги қўйилади (маркировка қилинади). Бунинг учун столнинг иккала ён томонига ва ўтирғичнинг пастки юзасига 2 см узунликда ва кенгликда А гуруҳ стол ва стулларига сариқ, Б гуруҳга-қизил, В гуруҳга-ҳаворанг, Г гуруҳга- яшил, Д гуруҳга - оқ рангли белги қўйилади.

#### **Ўқув стол-стулларининг гуруҳлари.**

<b>Стол-стул гуруҳлари</b>	<b>Ўқувчининг бўйи (см)</b>	<b>Столнинг баландлиги (см)</b>	<b>Стулнинг баландлиги (см)</b>	<b>Рангли белгилари (маркировка)</b>
А	130-см гача	54 см	32 см	Сариқ
Б	131-145 см	60 см	36 см	Қизил
В	146-160 см	66 см	40 см	Ҳаворанг
Г	161-175 см	72 см	44 см	Яшил

Д	176 ва бундан баланд	78 см	48 см	Оқ
---	-------------------------	-------	-------	----

Агар мактабдаги ўқув стол-стуллари ва парталарининг гуруҳлари белгиланмаган, яъни маркировка қилинмаган бўлса, жадвалда кўрсатилган рақамлар бўйича уларнинг баландлигини сантиметр лента ёрдамида ўлчаб, рангли белгилар қўйиш (маркировка қилиш) лозим.

### **Синф доскаси.**

Досканинг узунлиги 3 метр, кенлиги 1,2 метр бўлади. Бошланғич синфларда досканинг пастки қиррасини полдан баландлиги 85 см, ўрта ва юқори синфларда -95 см бўлади. Доска оч яшил рангли, чизмачилик хонасида-қора рангли бўёқ билан бўялади.

Кейинги йилларда икки томони очилиб-ёпиладиган, ўртаси эса кино ва диафильм кўрсатиш учун мослаштирилган синф доскалари ишлаб чиқарилмоқда.

*Ўқув стол-стул (парта)ларини синф хонасида жойлаштириш.* Стол ва стул (парта)лар синф хонасида 3 қатор қилиб жойлаштирилади. Парталар билан деразалар ўртасидаги масофа 80-100 см, синфнинг ички девори билан парталар ўртасидаги масофа 50-60 см, парта қаторлари ўртасидаги масофа 50-70 см бўлади.

Доска билан биринчи қатор парталари ўртасидаги масофа 2,5-3 метр бўлади. Доска ва парталар синфда жойлаштирилганда ўқувчиларнинг деразага нисбатан чап томонлари билан ўтиришлари таъминланмоғи лозим.

Ҳар бир синфда бўй усунлиги турлича бўлган ўқувчилар ўқиши мумкинлигини ҳисобга олган ҳолда, синфда 3 хил ўлчамдаги стол ва стул (парта)лар жойлаштирилади. Кичик ўлчамдагилар олдинги, ўртачалари синф ўртасига ва катта ўлчамдаги парталар, охириги қаторларга жойлаштирилади.

Ўқувчиларни синф хонасида жойлаштириш. Бўйи паст ўқувчилар олдинги, бўйи баланд ўқувчилар эса охириги парталарга ўтқазиладилар. Кўриш ўткирлиги пасайган ўқувчилар дераза яқинига ва олдинги қатор парталарда, эшитиш қобилияти пасайган ўқувчилар ўқитувчи столига яқин партага, ангина, ревматизм, буйрак, нафас аъзолари яллиғланиши касалликларнинг сурункали кечувчи шакллари билан оғриган ўқувчилар эса, йилнинг совуқ фаслида иситиш манбайига яқин парталарга ўтқазилишлари тавсия этилади.

Ўқув йилининг ҳар чорагида дераза ёнида ва синфнинг ички девори ёнида ўтирган ўқувчиларнинг жойлари бир-бирлари билан алмаштирилиши керак.

Акс ҳолда синфнинг ички девори ёнида ўтирган ўқувчиларнинг кўзи хиралашиб қолиши мумкин.

### **Ўқувчиларнинг партага ўтириш қоидалари.**

Ўқувчилар стол ва стул (парта)да қуйидаги гигиеник қоидаларга амал қилган ҳолда ўтиришлари тавсия этилади;

1. Ўқувчи гавдасини тик тутган ҳолда, бошини бироз олдинга эгиб, ўтиради. Унинг иккала елкаси бир текисликда бўлсин.

2. Ўқувчи кўкраги билан стол қирраси ўртасидаги масофа унинг кафти кенглигида бўлсин.

3. Ўқувчининг бели стул суянчигига тегиб (суяниб) турсин.

4. Ўқувчининг оёқлари тизза бўғимида тўғри бурчак ҳосил қилиб букилиши ва оёқларининг пастки юзаси ёппасига полга тегиб турсин.

5. Ўқувчи кўзи билан дафтар-китоб ўртасидаги масофа, унинг 2 қаричига тенг бўлсин. Юқори синф ўқувчилари ва катта одамлар учун бу масофа 40 смга тенг, яъни уларнинг ҳам икки қаричига тенг бўлади.

Мактабда ҳафталик дарс жадвалини тузишга гигиеник талаб.

Дарс жадвали гигиеник талаб асосида тузилиши, ўқув куни давомида ўқувчиларнинг иш қобилияти юқори даражада бўлишига, дарс материалларини яхши ўзлаштирилишига, дарс пайтида ўқувчиларнинг чарчаб қолмаслигига имкон беради.

Мактабда ўқитиладиган фанлар, ўзлаштирилиши қийин ёки осон бўлиши нуқтаи назаридан, шартли равишда 3 гуруҳга бўлинади:

1. Ўзлаштирилиши қийин фанларга математика, физика, кимё, чет тиллари, рус тили ва адабиёти киради;

2. Ўзлаштирилиши ўртача даражада қийин бўлган фанларга тарих, жамиятшунослик, она тили ва адабиёти, география, чизмачилик ва биология фанлари киради;

3. Ўзлаштирилиши енгил фанларга жисмоний тарбия, меҳнат, расм, ашула кабилар киради.

Дарс жадвалини тузишда, бош мия пўстлоғи нерв хужайралари физиологик хусусиятларини, яъни уларнинг иш бажариш имконини эътиборга олиш, ўқувчиларнинг фанларни ўзлаштириш қобилияти юқори даражада бўлишига имкон беради. Уларда ақлий чарчашни юзага келишининг олдини олади.

Гигиена фани талабига биноан ҳафталик дарс жадвалини қуйидаги тартибда тузиш тавсия этилади:

- биринчи ва иккинчи соатларга ўзлаштирилиши қийин фанлар жойлаштирилиши лозим;

- учинчи соатга ўзлаштирилиши ўртача фанлар жойлаштирилади;

- тўртинчи соатга ўзлаштирилиши осон фанлар жойлаштирилади;

Ўзлаштирилиши осон фанларни тўртинчи соатга қўйилишига сабаб шуки, бу соатда ўқувчиларнинг мияси дам олади.

Натижада бешинчи ва олтинчи соатларга ўзлаштирилиши ўртача қийинликдаги фанларни жойлаштиришга имкон яратилади.

Дарс жадвалига фанларни жойлаштиришда юзага келадиган айрим қийинчиликларни бартараф этиш учун, юқорида айтилган тартибга айрим ўзгаришлар киритган ҳолда биринчи ва иккинчи соатларга қийин фанлар, учунчи соатга ўзлаштирилиши осон, тўртинчи соатга ўртача қийин, бешинчи соатга осон, олтинчи соатга ўртача қийинликдаги фанлар қўйилиши мақсадга мувофиқ бўлади.

Соғлом турмуш тарзини шакллантириш. Соғлом турмуш тарзи тушунчаси одам хулқ атворининг ҳамма жихатларини чуқур қамраб олади. Санитария-гигиена қоида ва талабларига риоя қилиш, атрофдагиларга илтифотли бўлиш, ўзининг психик ҳолатларини бошқара билиш, тўғри овқатланиш, жисмоний тарбия ва спорт билан шуғулланиш, зарарли одатлардан воз кечиш кабилар одам ўз-ўзини билишининг асосий мазмунидир.

Соғлом турмуш тарзини шакллантиришда кун тартиби, рационал овқатланиш, шахсий гигиена, ақлий ва жисмоний меҳнат гигиенаси, зарарли одатлар (тамаки чекиш, нос отиш, спиртли ичимликлар истеъмол қилиш, гиёҳвандлик ва ҳакозо) га берилмаслик кабилар муҳим аҳамиятга эга.

### **Болаларда тиббий покизалик малакасини шакллантириш.**

Гигиеник тарбиянинг муҳим вазифаларидан бири, боланинг ёшлигидан тиббий покизаликка ўргатишдир.

Эрталабки гимнастика билан шуғуллангандан кейин, ювиниш, сочиқни намлаб баданнинг ҳамма қисмларини тери қизаргунча яхшилаб артиш. Сўнгра, нонушта қилиш.

Ҳафтада бир марта ҳаммом қилиш. Йилнинг илиқ, айниқса иссиқ фаслларида ҳар куни уйқудан 1-2 соат олдин душ қабул қилиш (устидан илиқ сув қуйиб, яхшилаб артиниш).

Кўл-оёқ тирноқларини ҳар 1-2 ҳафтада олиш. Ҳожатдан кейин, кўчадан уйга қайтганда, ўйнагандан ёки иш бажаргандан, пул ушлагандан кейин, таом қабул қилиш олдидан болани албатта кўлни совунлаб ювишга одатлантириш, чунки, пул юқумли касалликлар билан хасталанган беморлар кўлида ҳам бўлади, ерга ҳам тушади, яъни у инфекциянинг манбайларидан бири ҳисобланади.



Бола икки ёшга тўлганида унинг 20 та сут тишларининг ҳаммаси чиққан бўлади. Шу боис, болада ҳар куни кечки уйқу олдидан, тишларини чётка ва паста билан тозалаш малакасини шакллантириш лозим.

Мева ва сабзавотларни албатта тоза водопровод сувида 2-3 марта ювгандан кейин истеъмол қилиш.

Дарё, ариқ, ҳовуз, қудуқ каби очиқ сув манбайлари сувидан фақат яхши қайнатгандан сўнг фойдаланиш, ҳатто мева-сабзавотларни ювиш учун ҳам қайнатиб ишлатиш лозимлигини болаларга тушунтириш зарур.

Болада тиббий покизалик малакасини шакллантиришда, шу мақсадга йўналтирилган ҳар бир ҳаракатни, оғзаки тушунтириш билан бир қаторда, шу ҳаракатни бажариш тартибини эринмасдан кўрсатиш лозим.

### **Назорат саволлари:**

1. Нормаллаштириш тамойилининг мазмунини ёритиб беринг.
2. Психик ва жисмоний нуқсонлари бўлган мактабгача ва мактаб ёшидаги болалар қандай ижтимоий хизматларга мухтож бўладилар?
3. Ривожланишида нуқсони бўлган мактаб ёшидаги болалар қандай психик ва ижтимоий муаммоларга дуч келадилар?
4. Бундай ҳолатларда реабилитацион педагог қандай ёрдам кўрсатилиши лозим?
5. Ёшлар ва катталар билан реабилитацион педагогика технологияларини ёритиб беринг.
6. Сизнинг районингиз, шаҳарингизда инновацион ижтимоий хизматларнинг қайси шаклини кўрсатиш энг қулай ва осон?
7. Таълим муассасаларида даволов, ҳимоя -педагогик кун тартибини ўрнатиш қандай йўллари биласиз?
8. Таълим муассасаларида профилактика ишларини олиб борилиши ва гигиенага риоя қилиш қай тарзда амалга оширилади?
9. Соматик жиҳатдан заифликнинг омилларини ёритинг.
10. Саломатлиги заиф бўлган ўқувчиларнинг билиш ва ҳиссий жараёнлари хусусиятлари уларнинг ўқув фаолиятига салбий таъсир изохланг ва ўқишда қандай муаммоларни келтириб чиқаришини айтинг.
11. Ҳимоя педагогик кун тартибининг қандай омиллари мавжуд?
12. Таълим муассасаларида даволов, ҳимоя -педагогик кун тартибини ўрнатиш қандай йўллари биласиз?
13. Таълим муассасаларида профилактика ишларини олиб борилиши ва гигиенага риоя қилиш қай тарзда амалга оширилади?

### **Фойдаланилган адабиётлар:**

1. Ingrid Söderback. International Handbook of Occupational Therapy Interventions. © Springer Science+Business Media, LLC 2009
2. Conceptual Foundations of Occupational Therapy Practice. Gary Kielhofner, DrPH, OTR/L, FAOTA, Professor and Wade-Meyer Chair Department of Occupational Therapy, College of Applied Health Sciences University of Illinois at Chicago, 4<sup>th</sup> editions, 2009 by F.A.Davis Company, USA.
3. Чичерина Я., Нуркелдиева Д., Бондарева Е. Инновационные подходы в подготовке кадров- дефектологов (монография). -Т.: “Навруз”, 2014 г.
4. Чичерина Я., Нуркелдиева Д., Бондарева Е. Мутахассислик фанларни ўқитиш методикаси. -Т.: “Фан ва технологиялар, 2013й.
5. Пўлатова П. ва бошқалар. Махсус педагогика. Т.: “Фан ва технология” нашриёти, 2014 й.
6. Conceptual Foundations of Occupational Therapy Practice. Gary Kielhofner, DrPH, OTR/L, FAOTA, Professor and Wade-Meyer Chair Department of Occupational Therapy, College of Applied Health Sciences University of Illinois at Chicago, 4<sup>th</sup> editions, 2009 by F.A.Davis Company, USA.
7. Inclusive Special Education: Evidence-Based Practices for Children with Special Needs and Disabilities, Garry Hornby, University of Canterbury College of Education Christchurch, New Zealand. Springer Science+Business Media New York 2014.
8. Counseling theories and techniques for rehabilitation and mental health professionals: second edition. Editors: Fong Chan, Phd, CRC, Norman L.Berven, Phd, Kenneth R.Thomas, DEd. Springer publishing company, LLC, 2015 New York.
9. Чичерина Я., Нуркелдиева Д., Бондарева Е. Инновационные подходы в подготовке кадров- дефектологов (монография). -Т.: “Навруз”, 2014 г.
10. Чичерина Я., Нуркелдиева Д., Бондарева Е. Мутахассислик фанларни ўқитиш методикаси. -Т.: “Фан ва технологиялар, 2013й.
11. Мўминова Л.Р. ва бошқалар. Махсус психология. Т.: “Ношир”, 2013 й.
12. Пўлатова П. ва бошқалар. Махсус педагогика. Т.: “Фан ва технология” нашриёти, 2014 й.

**3-мавзу: Ота-оналар ёки уларнинг ўрнини босувчи шахсларни ривожланишида бузилишлари бўлган болаларни парваришлаш, тарбиялаш ва ривожлантиришга ўргатиш.**

**Режа:**

1. Психик ва жисмоний нуқсонларга эга бўлган болалар оиласининг ижтимоий мослашуви ва интеграцияси.

2. Психик ва жисмоний нуқсонларга эга бўлган болалар оиласидаги ўзаро муносабатлар.

3. Психик ва жисмоний нуқсонларга эга бўлган болаларнинг мустақил ҳаёти.

**Таянч иборалар:** эмоционал зўриқиш, жамоатнинг ёрдами, ижтимоий интеграция, оиладаги муносабатлар, ҳаддан ташқари васийлик қилиш, ижтимоий мослашув, мустақил ҳаёт.

**3.1. Психик ва жисмоний нуқсонларга эга бўлган болалар оиласининг ижтимоий мослашуви ва интеграцияси**

Ҳеч ким жисмоний ёки бошқа камчилиги бор болани хоҳламаган бўлар эди. Биз фарзандимизнинг соғлом, чиройли, ақлли бўлишини, жамиятда ютуқларга эришишини, бизга таянч бўлишини кутамиз. Биз, ҳаттоки, кичкинтойлар орасида чиройлилар тадбирини ўтказамиз. Ҳайрон қоладиган жойи йўқ, ҳар бир фарзанд кутаётган ота-она ҳаяжонланади, агарда улар кутаётган бола бирор нуқсон ёки камчилик билан дунёга келса, улар учун оғир мусибат ҳисобланади.

Бундай кутилмаган ҳолат, одатда, ота-оналар учун оғир ҳисобланади. Бошида улар ўзларини айблашади, уялишади, ўз-ўзига раҳмини келтириб вазиятдан чиқишга уринишади. Баъзида ўзини ва болани ўлдириш хоҳиши пайдо бўлади. Натижада бундай ҳолатни қабул қила олмаслик боладан воз кечишга, у билан бахтсиз ҳодиса юз беришига ёки унинг бегонадек бўлиб қолишига олиб келади.

Оналар ўзларини саволлар билан қийнашади: “Нимани мен нотўғри қилдим?” Менга нима бўлди? Натижада кўрқинчли жавоблар топишади. Мен соғлом бола туға олмайман. Менинг бўксам жуда тор, шунинг учун унинг бошини эзиб қўйганман. Турмушга чиқмаганим маъқул эди. Соғлом фарзандли ота-оналарни кўришга кўзим йўқ! Баъзида орқасидан қуйидаги саволлар туғилади: Мен қандай бахтсиз одамманки, менинг бошимга бундай фикрлар келади. Уни севучи она керак, биз эса ундан воз кечмоқчи эдик!

Афсус қилиш билан бирга ёлғизликка интилади ҳамда соғлом фарзанд кўриш умиди ҳам сўниб боради. Улар орзу қилган фарзанд йўқлигини ўйлаб

кўриб турган вақтларида уларнинг ёнларида ногирон бола мавжуд, уни парваришlash зарур.

Аччиқ ҳақиқатни қай тарзда енгилари фақатгина фарзандларнинг келажагига эмас, балки бутун оиланинг барқарорлигига таъсир этади. Сир эмаски, ота-оналар бу болага 2 хил муносабатда бўлишлари мумкин: Соғлом фарзандлари каби уни севишади, яхши кўришади ёки ундан жаҳллари чиқиб, боладан воз кечишади. Шунини тушуниш мумкинки: бола кутилган ва севимли, бироқ унинг нуқсони кутилмаган ва шунинг учун ота-оналар қайғуришмоқда. Кўпгина ота-оналар уни соғлом кўриш умидида янги шифохоналарга ва шифокорларга мурожаат қилиб кўришади. Айбдорлик ҳислари ва жаҳлини беғуноҳ болага эмас, бошқаларга қўймоқчи бўлган ота-оналар 2 йўлдан бирини танлашади: Ўзида айб сезган ҳолда бутун умрини ногирон фарзандига хизмат қилишга бағишлайди ёки айбни шифокорларнинг совуққонлигига, ижтимоий хизматчилар, ўқитувчиларнинг эҳтиётсизлигига юклашади. Баъзилар уни ҳам, буни ҳам қилишади.

Ота-оналар тезроқ ўзларини қўлга олган ҳолда ҳодисага кўникишлари лозим, акс ҳолда оила барқарорлигига путур етказишади. Кўпгина ота-оналар ушбу ҳолатни ўзлари, мутахассис ёрдамсиз енгилга уринадилар, лекин бу бола билан муносабатнинг бузилишига, оила тинчлигининг йўқолишига олиб келиши мумкин. Ахир оқибат ота-она ва фарзандлари орасидаги ижтимоий муносабат йўлга қўйилади, лекин фарзанднинг иложи борица нуқсонларини енгилга қўшимча ёрдам зарур бўлади.

Нуқсонли болага соғлом бола сингари уни севишлари қандай бўлса шундайлигича барча муаммо ва қийинчиликлари билан қабул қилишлари лозим. Болани тан олиш у билан ўзаро алоқани ўрнатишдир. Унинг оиласига ёқадиган хурсандчилик муносабатларини йўлга қўйиш бола ривожланиши учун энг яхши жой ҳисобланади. Шундагина у ўзига ишонган ҳолда оламга кириб келади, у жамиятга яхшилик тилайдиган, фойда олиб келадиган бўлади, бола қандай бўлса шундайлигича, яъни ҳаракат-таянч аъзоларида нуқсони бор ёки ақлий нуқсонлари билан бирга ижтимоий жиҳатдан мослашади. Ҳар қандай соғлом ёки касал болага унинг келажак бахти ва жамиятдаги муваффақияти учун бахтли ва тўлиқ оила керак. Агар у бахтли бўлса ва оиласидан ўзаро муносабат умидлари бўлса унинг таълим олиши шунчалик осонроқ кечади.

Фарзанд ногирон туғилганлигини шифокорлар тўғри қилиб етказа олсалар ва энг қийин дамларида ёрдам берсалар, ота-онага бу хабар унчалик зарба бўлиб туюлмади. Ҳаттоки, ҳозир бундай ёрдамни кўпгина оилалар олишмайди. Секин бўлса-да вазият ўзгармоқда. Агар ота-оналар қўшимча ёрдамга мухтож бўлишса, улар Буюкбританиянинг SCOPE жамоасига ёки

МЕКСАР га мурожат этсалар, улар жамоага керакли мутахассисларни топишда ёрдам берадилар. Зарба сусайгач оила янги туғилган гўдакка ёрдам бериши лозим. Оила учун энг зарур нарса - бу ота-онанинг ўзаро муносабатлари мустаҳкамлигидир, шу билан бирга, бир-бирларини қўллаб-қуватлаб ёрдам беришларидир. Шуниси зарурки, иккала ота-она болани парваришлаш бўйича жавобгарликни бир хилда олишлари керак. Энг ёмони тенг ҳуқуқликнинг бўлмаслиги, улардан бири ўз зиммасига ҳамма оғирликни олиши ёки тескараси бола билан ҳам шуғулланиш, барча ташвишларни, парваришни оналар ўз бўйинларига олишади, оталар эса қаршилик кўрсатишмайди. Она тўлиқ тўққиз ой фарзандини кўтариб юради, у соғлом туғилиши учун барча маслаҳатларни эшитади, унга зиён етказиб қўйишдан қўрқади. Табиийки, барча айбдорлик ҳисларини у ўз зиммасига олади ва боланинг азоб-уқубатлари, парваришини ўзи бажаради. Ачинарлиси, бундай вазият туғилишига шифокорлар ҳам айбдордир, чунки улар суҳбатга фақатгина отанинг ўзини чақиришади ва бу салбий хабарни хотинига ўзи юмшоқроқ қилиб айтишни таклиф этишади. У боланинг бундай ҳолати онасига тегишли эканлигини, отасининг вазифаси эса уни парваришлаш эканини кўрсатиб ўтади.

Ҳаётда ота-оналар ўзаро жуда яқин бўлиб, бир-бирларини қувонч ва ташвишда бир хилда қўллаб-қувватлашлари керак. Эри шуни яхши тушуниши керакки, у хотинига ўзининг муаммоларини очикчасига айтиши аёли учун жуда муҳимдир. Бошиданок ота-оналар шуни билишлари керакки, бирон-бир нарсага хоҳиш фақат фарзандларида эмас, балки уларнинг ўзларида ҳам бўлиши ва ўзларининг никоҳларидан роҳатланиб яшашлари лозим. Улар бир-бири билан ўзаро алоқага зордирлар, бўш вақтларини биргаликда ўтказишга, дўстлари билан учрашишга, жамоавий ҳаётни юритишга, бошқа фарзандларини ҳам парваришлашга ҳақлидирлар. Нуқсонли болага, унинг ака-опаларига ва ота-онасига доимо меъёрий оила зарурдир. Ногирон фарзанд устида керагидан ортиқ қайғуриш каттик чарчашга олиб келади ва оила тарқалиб кетиши билан тугаши эҳтимолдан ҳоли эмас. Оталар боласидан хафа бўлишади, чунки онасининг барча диққатини у эгаллаб олади, аввал эса ушбу эътибор унга, яъни отасига қаратилган эди. Фақатгина диққат-эътибор нуқсонли болагагина қаратилса унинг ака ва опаларига уйнинг қизиқ жойи қолмайди ва улар секин-аста узоклашиб кетишади.

Йўқ: Нуқсонли боланинг талаблари худди соғлом болаларникидай. Уларни ҳам севиш, парваришлаш, ҳаётда мустақил бўлишига ва жамоада ўз ўрнини топишига ёрдам бериш керак.

Фарзандининг нуқсон билан туғилишини билгач, ота-оналар кўни-кўшниларга, қариндош-уруғларга нима деб айтиш ҳақида ўйлаб қоладилар. Жавоб битта: ҳақиқат, шифокордан тўғриси айтишини сўрайсизми, демак, сиз ҳам шундай қилишингиз керак. Баъзи шифокорлар ота-оналарга раҳми келиб, ундан бор ҳақиқатни яширишади, ота-оналар ҳам дўстларини ноқулай вазиятга қўймаслик учун улар ҳам шундай қилишади. Туғруқхонадан келганингиздан сўнг дўстларингиз, кўшниларингиз гўдак ҳақида сиздан сўрашади, агар ўша вақтда бор ҳақиқатни айтмасангиз, кейинроқ янада қийин бўлади. Ҳамма сўраётганларга, шу жумладан, фарзандларингизга зўрламасдан, имкони борича тўғриси, яъни шифокорлар фикрича, гўдакнинг кўл ва оёқлари нозиклигини ёки унда ақлий ёки жисмоний нуқсонларни мавжудлигини ёки унда ҳушидан кетишлар кузатилишини, уни даволаш ишлари бошланганини айтинг. Сиз уялишингиз керак эмас, ҳеч ким сиздан ёрдамни аямайди. Агар болангизда “ҳаммаси яхши”, - дея ёлғон гапира бошласангиз, ўзингиз ва дўстларингиз орасида девор қуришни бошлайсиз. Кейинчалик уйингизда меҳмон кута олмайсиз, чунки уларнинг ўзлари фарзандингиз нуқсонини пайқаб қолишади. Улар ўзларидан сўрашади: Балки ҳаммасини биласиз, лекин айтишга уяласиз? Балки сиз ҳеч нарсани пайқамаяпсиз? Лекин улар кўзингизни очишни хошлашмайди. Секин-аста жамоадан ўзингизни олиб қоча бошлайсиз, дўстларингиз ҳам бўладиган учрашувдан ўзларини олиб қочишади.

Албатта, бошқа одамлар сизга ёрдам бермоқчиликлари ноқулайликлар туғдиради. Баъзилар шифокор фикрининг нотўғри эканлигини ва унинг ўзи ҳам кичкина болада нима бўлишини қаердан билишини ёки вақт ўтиши билан ҳаммаси ўтиб кетишини айтиб, сизни тинчлантиради. Сиз миннатдорчилигингизни билдирган ҳолатда уларнинг фикрлари нотўғри эканлигини тушунтиринг.

Агар сиз тўғриси борлигича айтсангиз, сизнинг атрофингизда ёрдам беришни хоҳловчилар: дўстлар, қариндошлар, кўшнилар, дўкондаги сотувчилар тўпланади ва сизни кўллаб-қувватлашади. Агар бошқа йўлни тутсангиз, сизга қийин бўлади, ташқи дунё билан тўқнашишдан қўрқасиз, оилангизнинг ўзини ичида ёпиқ ҳолда қолиб кетади ва бу жуда ёмондир. Агар жамият билан алоқада бўлсангиз ҳар хил гап-сўзларни енгиб ўтишингиз осонроқ кечади. Сизга қаратилган оғриқлардан хафа бўлманг, уларга сизни тушунишларига ёрдам беринг. Нуқсонли фарзандлари бор оила талабларини жамият эътиборига олиб чиқиш, ота-онанинг табиий ҳуқуқига айланиши керак.

Ота-оналар кўпинча бизга ҳеч ким ёрдам бермаяти, дея шикоят қилишади. Агар кўпчиликка ёрдам бериш имконияти топилса, уларга ёрдам

беришган бўлар эди. Аввал атрофингиздагиларни танлаб олинг. Жудаям мағрур бўлиб, ёрдам сўрашдан уялманг ҳамда ёрдамдан воз кечманг. Турмуш ўртоғингиз билан оқшомги айланишлардан ўзингизни маҳрум қилманг. Танишингиздан болангиз билан бирга ўтириб туришини илтимос қилинг ва жуфтингиз билан бир-бирингизнинг дийдорингизга тўйинг. Сиз ўзингизни бундай хурсандчиликлардан турлича: ҳеч ким сизга ёрдам беришга кўнмайди, ҳеч ким болангизга тўғри қарай олмайди, балки унга бирор нарса бўлиб қолади ва сиз унинг олдида бўлишингиз керак ва ҳ.к. сабаблар билан маҳрум қиласиз.

Сиз ўзингизни ўзингиз ташвишларга тўлдириб юборасиз, лекин бу болага ёрдам бермайди, аксинча оилавий хурсандчиликлардан маҳрум этади. Агар она доимо асабий бўлса, оила бахтли бўла олмайди. Бир неча тарбиячитолинг. Агар бирортасини ҳам билмасангиз оилавий шифокорингиздан, ҳамширангиз, ишчиларингиздан сўраб кўринг, улар сизга ниманидир тавсия этадилар. Баъзи кўшнилари бир-бирининг болаларига қарашади, ёрдам беришади, уларнинг ҳамрўҳлигига қўшиларсиз? Тарбиячига боланинг шикоятлари туғилиши мумкин бўлган муаммолар ва уларни қандай бартараф этиш мумкинлиги ҳақида айтиб беринг. Болани парваришлаш, ҳатто ўсмирларнинг ҳам қўлидан келади, агар улардан илтимос қилинса, хурсанд бўлиб ёрдам беришга рози бўладилар. Агар жамиятга юзма-юз келиб, нуқсонли инсонларнинг муаммоларини билдирмасангиз, улар ҳеч қачон уларнинг муаммоларини билишмайди ва тушунишмайди ҳамда ёрдам беришмайди.

Ота-оналар боланинг нуқсонларига кўникиб ва у учун қўлларидан келган ҳамма нарсани қилишга тайёр бўлганларида, аввал улар нима қилмоқчи эканликларини аниқ билиб олишлари керак. Нуқсонли бола улғаяди. Катта бўлганда ўз ўрнини топиши жамиятга қандай қўшилишига боғлиқ. Агар унинг ҳаётида дўстлари бўлса, жамиятда меъёрий яшай олса, жамият ҳаётида қатнашса ва одамлар ичида дам ололса, у бахтли бўлади. Аксарият ҳолларда, дўстларисиз, атрофдагилардан қочиб, ғалати қилиқлар қилса, унда у бахтсиз бўлади. Шунини ота-она бошидан оқ билиши керакки; ҳар бир бола улғаяди ва ўзини катталардек тута олиши зарур. Агар бола ёшига мос ахлоқни эгаллаш олмаса унда боланинг ижтимоий мослашиши қийин кечади ёки буткул мослаша олмайди. Сиз, албатта, сўрашингиз мумкин: агар бола ўзини қандай тутиш кераклиги ҳақида фикр юритиш учун етарлича ақлли бўлмаса-чи? Жавоб шундай: бу ҳақда сиз унчалик қайғурманг, чунки бу тўғри эмас. Жамиятда ўзини тўғри тута олиши учун алоҳида ақл керак эмас. Унга ўргатаётганингизда шундай шароитлар яратингки, бола шу вазиятлар орқали ўзини қандай тутиш кераклигини ўргансин. Шунда у ҳаётда шундай

шароитларга тушиб қолганида ўзини қандай тутиш кераклигини аниқ билади.

### **3.2. Психик ва жисмоний нуқсонларга эга бўлган болалар оиласидаги ўзаро муносабатлар**

Бола энг биринчи ва энг керакли алоқани оила аъзоларидан ўрганади ва шундан бошлаб ижтимоий мослашиши бошланади. Одамлар билан муносабатга киришишида у биринчи олган тажрибасига таянади, агар улар самарали бўлса, бу унинг келажакда шахс бўлиб шаклланишига ёрдам беради. Ҳиссий ва ижтимоий тарафдан қараганда нуқсонли болалар бошқалардан ҳеч нарса билан фарқ қилмайди. У сизнинг парваришингизга, уни яхши кўришингизга муҳтож, лекин бошқа болалардан ортиқ эмас. Унга ортиқча раҳм қилишингиз, эркалашингиз, ҳаётий даволанишларни олиб боришингиз керак эмас. Албатта, бола ҳаётининг бошида сизнинг мулоқотингизга, эркалашларингизга, парваришларингизга эҳтиёж сезади. Бу нарсалар фақат тинч, ижобий ҳаётдагина ўз самарасини кўрсатади, чунки чақалоқ онасининг овози ва унга бўлган жисмоний мулоқот орқали унинг кайфиятини яхши сезади.

Бироқ гўдак шахс сифатида тез шакллана бошлайди. Энди у ёрдамга муҳтож ва пассив эмас, агар унда қандайдир нуқсонлар кузатилса, уни диққат билан кузатиб боринг, лекин унинг эшитаётгани ҳамда кузатаётганини эътиборга олинг. Айни шу пайтдан оилавий муносабатлар бошланади, у энди сизни ва оламини тушуниб, идрок эта бошлайди.

Боланинг ривожланиши, уни қанчалик муҳимлиги ҳақида ҳозирги кунда кўп гапирилади, лекин унинг ота-она билан ўзаро алоқасининг зарурлиги тўғрисида кам гапиришади. Тўғри, ота-она ва боланинг ўзаро алоқаси вақт ўтиши билан ўзгаради. Икки ҳафталик гўдакка қилинадиган оддий алоқа 5-6 ойлик болага ва албатта ундан ҳам кўпроқ 5 ёшли болага ўтмайди: “У ҳали кичкина ёки ҳали улгуради ёки у ҳали тушунмайди” тарздаги қарашлардан қочинг. Булар орқали ота-она фарзандининг камчиликларини яширишга уринади, бунинг оқибатида бола ҳам ўзи ҳақида шундай хулосаларга кела бошлайди, ўзини кичкина дея ҳисоблайди, шу билан ўзининг ёрдамга муҳтож эканлигини кўрсатади. Афсуски, бундай муносабат болани заиф қилиб қўяди, натижада бола ривожланишида эриша оладиган ютуқлардан орқада қолади. Бола ривожланишининг қайси томони яхшироқ бўлса, унинг ўша томонига кўпроқ эътибор бериш зарур, шундагина у кўпгина тўсиқларни икки баробар куч билан енга олади. Агар умуман тесқари ҳолат бўлса, яъни ота-она болани ҳадеб айбли, ёрдамга муҳтож қилиб кўрсатса, у ҳолда бола мустақил бўла олмайди. Болангиз тўғри ривожланиши учун унинг ҳар бир ижобий ҳаракатини рағбатлантириб туришингиз керак. Шунда ойдан-ойга, йилдан-



йилга сизнинг қўл остингизда бола аввал эриша олмаган билиш кўникмаларини ўрганади. Худди шу нарса ҳақиқий ота-она меҳрини беради. Болани батамом ўзингизга қарам қилиб қўйманг.

Қачондир бола сизсиз қолади, ҳаттоки бирор нуқсонга эга бўлишига қарамасдан эгаллаган билим, малакалар унга мустақил, сизга қарам бўлмасдан жамиятда бошқа одамларга қўшилган ҳолда яхши яшашига замин яратади. Шундай қилиб, бола ривожланишининг охири мақсади, яъни мустақил, қарам бўлмаслиги шундай ифоданланади: бошида берган меҳр, парваришингиз орқали унда ўзига ишонч уйғонади, сўнгра қадамма-қадам мустақилликка ўрганади.

Гўдакнинг ижтимоий ривожланишида онанинг жисмоний ва ҳиссий мулоқоти муҳимдир. Онаси билан ва кейинчалик бошқа инсонлар билан бўладиган мулоқот бола хулқига ўз таъсирини кўрсатиш имконини беради. Гўдак ҳаётининг биринчи ойларида, ҳомилалик даврида онасининг ёнида, қорни тўқ, ўзи иссиқ бўлгани боис онасини роҳат олувчи танбадек ҳисоблайди. Гўдак учун ҳаттоки онасининг ҳиди, овози, унга тегиши жуда муҳимдир. Уйғоқлик пайтида ўзини онасининг олдида ҳимоялагандек сезади ва бундан таскин топади, чунки у агарда нимадир бўлса онаси ёрдам беришини ва унга яхши бўлишини билади. Бола ижтимоий ривожланишида онасининг мулоқоти зарурлиги аниқдир, лекин боланинг ақлий ривожланишида ҳам унинг роли катта. Таълим беришни 5 ёшдан ёки мактабдан бошлаш эмас, балки туғилиши биланоқ бошлаш лозим. Ҳамма зарур нарсаларни кўпинча болалар ўзлари билмаган ҳолда оналаридан ўзлаштириб оладилар. Ҳаётда ўраб турган кўп нарсалардан керакли предметни ажратиб олиш, билим, кўникмаларини онаси у билан қилган мулоқотдан билиб олади. У, шунингдек, эътиборли бўлишга, ўйлашга, олдиндан топишга, ўз фикрини ифодалашга, интилишга ўрганади. Боланинг қилган ҳаракатларини онаси рағбатлантириб, қулиб қўяди. У бундан завқланади.

Ушбу ҳолат унинг кейинги таълими учун асос бўлиб ҳисобланади. Нарсаларнинг даражасига тўғри эътибор бермасалар уларга ҳеч нимани ўргатиб бўлмайди. Онасининг юзи унга яқинлашганда гўё бутун дунё яқинлашгандек туюлади ва бу кун сайин давом этади. Шунингдек, онасининг юзи унга қизиқарли бўлиб кўринади, унинг шакли, ранги, кўзларининг чакнаши, таниш овози, ҳиди, ёқимли тегиши уни ром этади. Тасаввур қилинг, исталмаган фарзанд нималарни ҳис қилади. Кўп вақт у бир ўзи ёлғиз ётади, уни ҳеч ким эркаламайди, ёқимли бўлган овозни эшитмайди. Бу ҳолат боланинг улғайганида бефарқ, эътиборсиз, бахтсиз ва жамиятга қўшилмайдиган бўлиб қолишига сабаб бўлади.

Ўйинлар боланинг ривожланишида муҳим ўрин эгаллайди, лекин ҳамма ота-оналар ҳам фарзандлари билан тўғри ўйнашни билишмайди. Агар ўйин шарти қизиқарли бўлиб болага ёкса, унда бу ўйинни бола фаол ва хоҳиш билан бажаради. Борди-ю ўйин шартлари зерикарли бўлиб, болага ёкмаса ёки қийинлик қилса, уни бажариш мураккаб бўлган ишдай қабул қилади, натижада бажариши учун бирор нарса ваъда қилишга тўғри келади. Ўйин давомида ота-она ва бола бир хилда завқланиши керак.

Болага томоша қиладиган ўйинлар ҳам ёқади: унинг юзига катталар юзларини яқинлаштирадilar, гоҳо узоқлаштириб бошини ўгириб унга тилини чиқарадилар, беркиниб олиб ва яна пайдо бўлишади ва ҳоказо. Яна “овозли” ўйинлар, катталар қўшиқ айтади, хуштак чалади, тили билан турли овозлар чиқаради. Аста-секин оддий тизимли ўйинларга ўтилади. Шуни эсдан чиқармаслик керакки, ота ҳам бола билан ўйнаши керак. Ота билан ўйнайдиган ўйинлар ўзига яраша қизиқарлидир. Унинг овозлари паст, қарашлари ўзгача. У боласини осмонга отишни яхши кўради. Бу ўйинлар боланинг ҳаётига ўзининг турли таъсирларини ўтказади, шу билан бирга, эркакча феъл-атвор, хулқи билан танишишга имкон беради. Овозларга қизиқтириш жуда зарурдир. Бунинг учун болага ҳар хил овоз чиқарувчи ўйинчоқлар берилиши, қоғозларни ёғимлаш, қошиқ билан пиёла ёки патнисга уриш орқали товушларга ўргатиш мумкин. Доимо биргаликда шуғулланаётганингизда у билан гаплашинг, жим ўтирманг, унга алоҳида сўзларни қайтаришга мажбурлигини билдириб, бирор-бир товушни мустақил тинглашга, оддий она нуқтини эшитишга имкон беринг. Кейинроқ уларга тақлид қилиб гугулаши ва ўзининг овози билан сизни ҳаяжонлантиради. Ҳаттоки артикуляция аъзоларида нуқсонлар бўлса ҳам нутқнинг тушунилиши, табиийки, кўп қайтариладиган оддий сўзларнинг тушунарли бўлиши муҳим омил ҳисобланади. Агар болангиз бирор товуш чиқарса, ҳатто оддий овоз бўлса ҳам уни қайтаринг. Озгина кутиб туриб яна қайтаринг, аста-секин бола сизнинг овозингизни қайтаришга, қабул қилишга ўрганади ва уни эшитиб сизга кулиб қўяди. У товушлар билан ўйнай бошлайди, кейинчалик бола атайин сиз қайтаришингиз учун турли овозлар чиқара бошлайди. Шундай қилиб, сиз болангиз билан худди копток отиб ўйнагандек, товушлар билан ўйнайсиз ва роҳатланасиз. Сўнгра товушларни ўзгартиришингиз мумкин, бунда бола сизнинг орқангиздан такрорлашга ҳаракат қилади. Товушларни тўғри чиқариши учун сиз унга эшитиш ва ўзининг нутқий аппаратидан тўғри фойдаланишга ўргатинг. Шундай қилиб, у гапиришга ўрганади. Ҳар бир ўйинда таълимнинг ҳар бир шаклидек боланинг реакцияси ва жавобини кутинг. Чидолмасдан боладан кутаётган жавоб реакциясини унинг ўрнига қилишингиз осон, лекин боланинг ўзига

бажариш имконини бериш зарурдир. Болага нима қилишни кўрсатганингиздан сўнг кутиб туриш, у кутганингиздек топширилган вазифани бажариб беради. Агар у сизнинг ҳаракатларингиз ва товушларингизни қайтаришга уринса, яна бир бор қайтариб унинг навбати эканини кўрсатиб кутиб туриш. Жуда тез ва кўп қайтарилган вазифалар болада ўйнаш хоҳишини йўқотиши мумкин ва у бошқа ҳаракат қилмайди. У ҳаттоки томошабин бўлиб сизни томоша қилишга қарор қилади<sup>11</sup>.

Бу ерда ўйинда фойдаланган қоидаларни қўллаш керак. Боланинг ўзи ҳаракат қилишга имкон берувчи барча кучларни тўплаш зарур. Фақатгина сабр эмас, балки вақт ҳам зарур. Болани узок вақт муаммолари билан қолдирмаслик керак, чунки у омадсизликлар натижасида интилиш, хоҳишини йўқотади, лекин дарров ёрдам беришга ҳам шошилмаслик керак, бўлмаса улар пассив қўғирчоққа айланиб қолишади. Кўпгина уринишлардан сўнг сиз билан бирга керакли ҳаракатларни бажаради. Инжиқлик қилса ҳам бу кўп давом этмайди. Қачонки булар амалга оширилганда, бола бажарилаётган ҳаракатларга қўшилганда унга ёрдам беришни камайтириш, айниқса, вазифанинг охирида аралашмаслик керак. Болага ишнинг охиригача етказишга имкон бериш зарур. Масалан, болага қошиқда овқат ейишига ўргатаётганингизда у қошиқни ўзи ушлаши керак, сиз эса унинг қўлидан тутинг. Қошиқ лабларига тегай деганда қўлингизни қўйиб юборинг. Шундай қилиб, бола бошлаган ишини ўзи тугатиши кераклигини тушунади. Болага ўзига-ўзи хизмат қилиш кўникмаларини туғилганидан бошлаб ўргатиш зарур. Болани эмизганингизда олдин унга кўкракларингизни кўрсатиб, унинг учи лабларига текканида оғзини очиш кераклигини имлаш лозим. Кўкрак учи ёки сўрғични унинг оғзига зўрлаб тикманг. Чақалоқни, айниқса, бирор нуқсонни бўлса, у ҳеч нарсани тушунмайди, деб ўйлаш осондир, болада қизиқиш уйғотмаслик уни ҳеч қандай ҳаракатларга ундамаслик натижасида сиз унга ҳалақит берасиз. Сиз истасангиз, истамасангиз ҳам бола ўрганadi. Агар болани ўз-ўзига ёрдам беришга ўргатмасангиз унда сиз уни ҳаракатсиз қилиб қўясиз.

Бола сизга тўлиқ қарамлигини билиш сизни хурсанд этиши мумкин, лекин бу хурсандчиликнинг кичик нозик соясидир, сиз аксинча, унга ўзининг камчиликларини енгишга ёрдам берсангиз сиз янада кўпроқ хурсанд бўласиз.

Болага таълим беришнинг барча даврларида сизнинг уринишларингиз самарали бўлиши учун бир қатор қоидаларга риоя этинг:

---

<sup>11</sup> Inclusive Special Education: Evidence-Based Practices for Children with Special Needs and Disabilities, Garry Hornby, University of Canterbury College of Education Christchurch, New Zealand. Springer Science+Business Media New York 2014, Chapter 7 Skills for Collaborating with Professionals and Parents, 143-157 pages.

- бола ҳар қандай ёшда ҳам ҳаракат қилишга тайёр бўлиши керак, яъни вазифа қизиқарли бўлиши лозим. У диққат билан, хурсанд бўлиб сизга жавоб берсин. Шунинг учун у ёки бу ҳаракатларга жуда қизиққан пайтда ўргатиш керак. Масалан, болага мустақил овқат ейишни унинг қорни оч пайтида ўргатиш зарур, қорни тўқ ёки ўйинқароқ пайтида ўргатиш тавсия этилмайди;

- болани оз-оздан ўқитиш керак: агар унинг зерикиб қолганини сезсангиз тезда машғулотни тўхтатинг. Бола билан жанжаллашиш мумкин эмас, сиз барибир ютқазасиз, иккалангизга ҳам тўхташ мақсадга мувофиқ;

- шундай қилинг: кўрсатинг, кутинг, олқишланг, кутинг, кўрсатинг ва ҳ.к.;

- боланинг интилишини кўриб, ўзига келиб олиши учун вақт беринг, олқишланг, мақтанг, кулиб қўйинг ва ҳ.к.;

- боланинг ҳар бир ҳаракатларига яхши муносабатда бўлинг, унинг ҳар бир хатоларига танбеҳ берманг, ҳар бир, ҳаттоки, энг кичик ҳаракатларини ҳам рағбатлантиринг. Шунда у хоҳиш билан ўрганади;

- охириги босқичдан бошлаб вазифани бажаришга ўрганинг. Аввал биргаликда бажаринг, охириги қадамда эса болани ўзига мустақил бажаришига имкон беринг. Шу босқични яхшилаб ўрганганидан сўнг охиригидан битта олдингисига ўтинг. Шундай қилиб, бола аввал эгаллаган ҳаракат-кўникмаларига қайтади ва унда ўз кучига ишонч, омадни сезади ва ўзи бажара олишидан хурсанд бўлади;

- агар бола қаршилиқлар кўрсатса, уни қийнаманг, яхшиси машғулотни тўхтатинг. Сиз уни қанчалик мажбурласангиз у шунчалик қаршилиқ кўрсатишини унутманг. Нима учун? Чунки бола ўз кучига ишониб, сизни ўжарлиги билан жаҳлингизни чиқариб, бўйсунини хоҳламайди. Хафа бўлганингизни кўрсатиб, уни хурсанд қилманг. Агар бола овқат ейишдан бош тортса, унинг идишини тинчгина олиб қўйинг (унга раҳм қилманг, кейинги овқатгача ҳеч нарса берманг, ўжарлиги сизга эмас, ўзига зарарлигини тушунсин). Қаттиққўллик? Умуман, ундай эмас, яхшиси охир-оқибат қаттиққўллик қилиш керак. Аниқ қоидалар тез ва осон қабул қилинади;

- сиздан сабр ва вақт талаб этилади. Агар нуқсонли, секин ҳаракатланувчи болангизга етарлича вақт ажратмасангиз, фарзандингиз кутилаётган вазифани бажаришга улгурмайди. Натижада у сизга ҳеч нарсани тушунмаётгандек туюлади. Бу, айниқса, жисмоний нуқсони бор болаларга тегишлидир: уларнинг ҳаракатлари секин ва қийин, баъзида бола уларни бажаришга қурби етмайди;

- агар боланинг қўл-оёқлари бутунлай ишламаса, унга сизни тушунган ёки тушунмаганлигини кўрсатишга ўргатинг. Масалан, бошини эгиб “ха”, бошини чайқатиб “йўқ” дейиши мумкин;

- ҳаракатларингизни тўхтатманг, ҳаттоки тузалиш жуда қийин кечса ҳам ҳар бир яхшиланиш томонларини ҳисобга олинг. Агар сиз ўргатишдан тўхтасангиз унда бошқа ўрганишга имкон бўлмайди. Агар сиз бола бирор нарсани қила олиш имкониятига эга эмас, дея қарор қилсангиз, у бу ишни ҳеч қачон қила олмайди. Сузишни қандай ўрганганингиз эсингиздами, бир муддат сизнинг қўлингиздан келмайди, деб ўйлагансиз, бошқалар сузишига қандай ҳавас қилганингиз эсингиздами?! Бирдан сиз ҳам сузишни ўргандингиз, энди нимаси қийин бўлганини эслай ҳам олмайсиз.

Табиийки, боланинг келажаги ҳақида ота-она қайғуради. Бу ҳолат доимий бўлиб қолиши мумкин. Ота-оналарни қуйидаги саволлар қийнайди: у гапирадими, у юра оладими, қачондир ишлай оладими, биздан кейин у қандай яшайди? Бу саволларга оилавий шифокор жавоб бериши лозим, фақат имкон бўлганда. Жавобни ниҳоятда эҳтиёткорлик билан айтиш даркор, чунки бола кичиклигида ҳамма нарсани олдиндан айтиб бўлмайди.

Бироқ боланинг келажаги ҳақида қайғурмасдан, унга ҳозирдан бирор куч билан ёрдам бериш зарур. Ташвишланиш кўпинча сиз учун бузувчидир, чунки у барча имкониятлардан фойдаланишга халақит беради, бу эса, албатта, болага ўтади, натижада у бахтсиз бўлади. Ҳамма нарсага ишонавермасдан, боланинг ҳолатини баҳолаб, унга барча имкониятларингизни жамлаб ёрдам беринг. Ҳеч нарса ташвишларингизни тузатмайди, сиз ўзингиз тушунган ҳолда фарзандингиз муаммоларига доимий ёрдам бериб борсангиз самарали бўлади. Омад, ҳаттоки, энг кичиги ҳам – бу умиддир. Умид қилиш мақсад сари қўйилган биринчи қадамдир. Болангизга қандай ёрдам беришингиз ҳақида керакли маълумотларни ўқинг, эшитинг, сўраб, суриштиринг. Сиз унинг асосий ўқитувчиси ҳисобланасиз. Мутахассис сизга ёрдам беради, лекин сизнинг вазифангизни улар бажара олмайди. Улардан ўрганинг. Шундагина болангизга мукамал ёрдамни таъминлай оласиз. Шуни унутманг, сиз биринчи кунданок болангизга энг зарур ишни қилдингиз, сиз унга севишни, диққат-эътиборли бўлишни, оламни кузатишни, таълим олишга хоҳишни уйғотдингиз. Шунинг учун сиз бир тўхтамга келиб, боланинг ҳозирги ҳолати, унинг нималарга муҳтожлиги ёки эҳтиёж сезиши мумкинлиги ҳақида ўйланг, бироқ у умуман меъёрий ҳолатга келиб қоладими, деб ўйлаш керак эмас. Ачиниш, танбех, кўрқув, нуқсонни тузалиб кетади, деб кутиб ўтириш ортиқчадир. Сизга зарур нарса – билим, кўникма, сабр, бир фикрга келиш. Аммо буларга аста-секин эришиш

зарур. Бола ҳақидаги ташвишлар сизни тўлиқ камраб олиши нотўғри. Акс ҳолда сиз ва бутун оила аъзоларингиз бахтсиз бўлиб қоласиз.

Ота-она вазифаларини эверест алпинисти билан солиштириш мумкин: у ҳам баландликка чиқа олмасдан йиқилиб тушиши мумкин. Аммо у олдидаги тўсиқларни қандай енгишини билади. Жуда баланд чиқа олмас, ўзи учун одам қандай баландликка чиқа олишини билиб олади, шунинг учун ҳар бир қадамини яхшилаб ўйлаб бажаради.

Балки нуқсонли болалар учун “тартиб-қоида” сўзи жуда қаттиқ ёки керакмас бўлиб туюлар, лекин ундай эмас. Серебрал фалажланган бола бошқалар сингари жамоа олида ўзини тўғри тутишни билиши шарт, акс ҳолда жамоа қоидалари билан ҳисоблашмаса, у ўзи ҳақида салбий фикрлар туғилиши мумкинлигини билиши зарур. Ҳаттоки, оғир ақлий нуқсонли одамлар ҳам ўзини жамоа олдида тўғри тутишни ўргана олишлари мумкин, чунки бунинг учун кўп ақл зарур эмас. Бироқ бундай болаларга таълим бераётганлардан тизимли ишлаш талаб қилинади: боладан нима кутилаётганини ва у нима қилиши кераклигини билиши керак. Агар нуқсонли ўсмир ёки катта одам ўзини болалардек тутса, бу уни ўзини катталардек тутта олиш қобилиятига эга эмас, деган фикрни туғдирмасдан, балки унга ўзини шундай тутиш ўргатилган, деб ўйланади. Умуман ҳамма нарсага ўргатиш мумкин: югурмасдан жим ўтиришга, нарсаларни олмасликка, уларни тақиллатмасликка, одамлар ғашига тегмасдан улар билан суҳбатлашишга, болалар ўйинчоқларини олиб кўймасдан улар билан ўйнашга...

Тартиб-қоидага ва ўз-ўзини идора этишга ўрганишни илк ёшларидан бошлаш керак. “У буни тушуниш қобилиятига эга эмас”, деб ўйламасликка ҳаракат қилинг. “У бошқалар сингари ўрганиши керак”, деб ўзингизга айтинг.

Бошиданоқ бола сиз билан биргаликда ўзаро мулоқот қуришни ўрганишни бошлайди: у сизнинг танбехларингиздан қочиб, сизнинг розилигингизни олишга уриниши зарур. Бунинг ҳаммаси болага ўзининг қай вақтда тўғри ва нотўғри иш тутаётганлигини тушунишга ёрдам беради. Нотўғри ҳулқини тузатишни бола сизнинг қошларингиз билан унга қаттиқ қарашингиз ёки овозингиз орқали билиб олиши керак. Шундай қилиб, сиз унинг яхши ҳулқ-атворига эришасиз. Сизга тизимли бўлишингиз ҳақида қайтаришга сабаб йўқ.

Албатта, кўпгина ота-оналар ўзларини шундай тутишади, лекин ўзингизни бир маротаба ҳам нотўғри тутсангиз, унда ҳеч нарса ўхшамайди. Ушбу схема фақатгина шундай ҳолларда ўз таъсирини кўрсатиши мумкинки, қачонки сиз болангизни уришишдан кўра кўпроқ мактаб ўзаро

муносабатларингизни ижобий қилсангизгина ёрдам беради. Шунда у сиз уни яхши кўришингиз ва у ҳам сизни яхши кўришини билади. Сўнгра сизлар бир-бирингизга хурсандчилик улашишга ҳаракат қиласиз. Шунда у сизни хафа қилмасликка ҳаракат қилади. Агар болага танбеҳ бериб, ундан норози бўлаверсангиз, сизнинг ўзаро алоқангиз жуда суст ва ёмон бўлади. Бола ўзини кераксиз ва ёмон деб ҳис қилади. Доимий танбеҳ ва норозиликлар билдирсангиз у билан узоқлаштиришга ёки бошқа муаммоларга сабаб бўлиши мумкин. Натижада бола яна қулоқсиз, сизни хафа қилишдан хурсанд бўладиган ёки кўрқоқ бўлиб қолади. Ҳар икки ҳолатда ҳам ижтимоий тарбиялаш кўникмалари имконсиз бўлиб қолади. Натижада боланинг ўжарликларига умуман чидай олмайдиган бўлиб қолади. Агар болани уриша туриб катталар кулиб туришса ёки ижобий муносабат билдириб турсалар ёки ота-онадан бири бошқача муносабат билдирса, бола тушунмовчиликда қолади ва тарбияни олмайди ёки нотўғри салбий томонини олади. Катталар болаларнинг эркаликларни қўллаб жамоа олдида нотўғри хулқини тасдиқлаётганларини тушуниши осон эмас. Бола кичиклигида қилган қилиқларини аввал қўллаб-қувватлаган бўлсангиз аста-секинлик билан ҳаракат қўлинг. Боланинг ривожланиш имкониятлари меъёрий бўлиши учун у билан бирга ота-онаси ҳам шаклланиши, ўсиши керак. Мен шуни назарда тутаяпманки, бола билан биргаликда ота-онаси ҳам улғайиши керак. Нуқсонли болаларнинг ота-оналарига қийин. Уларга бола шаклланмаётгандек туюлади ва натижада улар ҳам бўшашиб қолишади. Лекин улар ўзлари шаклланиб, ривожланиб бормасалар, унда болада ҳеч қандай ўзгариш бўлмайди. Бола билан ўзаро ривожланишингиз жуда зарурдир. Акс ҳолда сиз болани гўдаклигидаги онасига бўлган муносабатни сақлаб қоласиз ва уни буза олмайсиз. Гўдак тирноқлари билан юзингизни тилганда ёки қўллари билан сочингизни тортганда сизга бу ёқимли туюлади. Сиз уни кулиб қўллаб қўясиз. Бу тўғри, сиз бола билан ижтимоий муносабатга киришмоқдасиз, бунинг натижасида унинг ҳаракат-кўникмалари ривожланади. Сизнинг танангиз тузилишини ўрганади. Лекин вақт ўтиши билан кучи кўпаяди, у нозик ҳаракатлар қилишга, бошқа одамларнинг туйғуларига диққатини қаратишга ва эндиликда турли ўйинчоқларни, предметларни, ўраб турган оламини кузатиб ўрганиши керак. Бунинг учун ота-оналар боланинг предметларга бўлган қизиқишларини қўллаши ва ёмон хулқининг олдини олишлари керак. Шуни айтиб ўтиш керакки, болани тарбиялашда унинг ахлоқини ҳадеб муҳокама қилавермай, ривожланишини тўхтатиб қўймаслик учун аста-секинлик билан ўргатиб бориш зарур. Бола аввал фақат катталар билан ўйнаган бўлса, ўйинчоқ олганидан сўнг диққатининг бир қисми унга қаратилади. Болани ўраб турган олам эса унга

учинчи томонлама муносабат бўлади. Ҳайинчоқ ва машғулотларга бўлган қизиқиш боланинг ривожланишига ёрдам беради. У эндиликда икки томонлама одам ва одам муносабатига боғланиб қолмайди. У хали ҳам катталарнинг қўллашига муҳтож, лекин эндиликда у ўзига доимий диққатни талаб қилмайди. Чунки у ўзи учун янги оламни очди, бу ҳайинчоқ билан бўлган муносабатдир. Ота-оналарга ютуқ бу боласининг мустақил бўлаётганини, шахс сифатида шаклланаётганини ҳар хил ҳолатларда одамларга кўникишини кузатишдир.

Ҳар доим боланинг кўнглига қарайвериш уни тантиқ қилиб кўяди, лекин ота-оналар бирданига бола ўзини бошқача тутиши мумкинлигини тушуниб қолиб, унга бирданига бошқа талабларни кўйиб келишади. Бундай тез ўзгариш болани бир тизимликдан чиқариб ташлайди. Сиз ҳар доим рухсат берган нарсаларингизга рухсат берманг ва мана сизга ёқимсиз совға: у болача тўполонни бошлайди, чийиллайди, полни оёғи билан тақиллатади. Агар у бу билан ўз ниятига етса онаси кўрққанидан уни кўйиб юборса, бола ушбу хулқ-атворни ўз мақсадларини амалга ошириш йўлида доимий қўллайди. Бундай бўлмаслиги учун боланинг хулқини секин-асталик билан оддий илтимослар орқали тўғрилаб бориш, ҳар бири талабларингизни тинч, қаттиқ кўйинг. Агар тўполон қилиш кўникмалари шаклланган бўлса, уларни тўғрилаш мумкин. Энг яхшиси унга эътибор бермасдан бошқа хонага чиқиб кетиш, агар у одамлар олдида бундай қилса уни олиб кетиб тинчланмагунча ёлғизлатиб кўйиш керак. Агар тўполонни ҳаракат-таянч аппаратида камчилиги бўлган бола уюштирса, у тинчланмагунча унга орқангизни ўгириб олинг. Шунини айтиб ўтиш керакки, бундай томон билан ўзини норозилигини билдираётгандай бола сизга жавобан бир қанча вақт ўзини ёмон тутиши мумкин. Тўполонлар унга барча нарсаларга эришишига ёрдам берган ва табиийки, у синалган усулни қўллайди. Қаршиликка дуч келиб у янада баландроқ бақариб, оёғи билан узоқ ва қаттиқроқ уриши мумкин. Шунини тушуниш муҳимки, келажак муносабатларингизни яхшилаш учун буларнинг ҳаммасидан ўтиш керак. Агар кўпгина уринишларидан сўнг кечиритдан воз кечасиз, вазият ёмонлашади, чунки бола эндиликда биладикки яхшилаб ҳаракат қилса, ўз ниятига етади.

Қайта тарбиялашга тўғри вақтни танлаш ҳам муҳим аҳамиятга эга. Бу ишни дўконда ёки бошқа жамоавий жойда бошламанг: одам кўп жойда тўполонга таъсир этиш қийин. Энг яхшиси буни уйда қилганингиз маъқул, ўзингиз томонга ижобий хал бўлгунча одамлар олдида муносабатларингизни хал этманг.

Таъкидлаб ўтаманки: барча кўрсатилган муаммолардан қочиш мумкин, агар бошидан ўзингизни олдингизда болани тўғри тарбиялашни мақсад



килиб қўйсангиз ва секин-асталик билан ўзини тўғри тутишга ўргатиб борсангиз, шунда ўзингиздан кучсиз инсонга бунчалик аёвсиз куч ишлатсангиз тўғри келмайди. Тўполонларни тўхтатиш учун жисмоний куч ишлатиб уни уриш керак эмас, яхшиси уни ўзга кўзлардан олиб кетиш керак. Жисмоний томондан уни уришиш бола билан бўлган ўзаро алоқангизни бузади, у асабий, ўжар бўлиб қолади, чунки сизга тақлид қилади. У ўзининг ака-опалари ёки бошқа болалар билан уришқоқ бўлиб қолади. “Уни урсанг мен сени ураман” каби қўрқитишларни ўйлаб топиши мумкин. Шундай килиб, сиз унга уришқоқ бўлиши мумкинлигини, ким кучли бўлса ўша ютишини кўрсатасиз.

Ота-оналар болага ҳар куни гўшт, балиқ, оқсиллар ейиши кераклигига ишониб уни қанчалик мажбурласалар, бола уларни ейишдан шунчалик бош тортади. Қанча кўп уни мажбурласангиз у янада кўпроқ қаршилик қилади. Сиз болагни овқат ейишга ва ютишга мажбурлай олмайсиз, у дарров қайт килиб юборади. Мажбурлашлар юмшаб, уриш тугаганидан сўнг бола ўзи бир куни бошқалар еяётган овқатдан егиси келади. У сизга бошқа қаршилик қилмайди ва сизни хафа қилмайди.

Шундай ҳолат яна сиз болангиз кўпроқ овқат ейишини хоҳлаганингизда рўй беради. Овқатланиб, у егулик билан ўйнашга тушади ва столни ифлослантиради. Болага тез ва кўпроқ қаршилик кўрсатишга имкон яратасиз. Сиз болага катта одамдек муносабатда бўлиб, ўзи қанча овқат ейишини ҳал қилишга имкон беринг, овқат билан ўйнаши эса унинг қорни тўйганлигидан далолат бўлади. Тувакка ўргатишда ҳам худди шу жойдан қайтарилади. Уни мажбурлашингиз болага сиз учун бу зарур эканлигини билдиради, сиймасдан ушлаб қолишга имкон туғдиради. Агар бола тувакка боришдан воз кечса ёки 10 дақиқа ўтиб иштонини ҳўлласа, ҳойнахой у ушлаб турган бўлади.

Касалхоналарда баъзан оғир хулқ бузилишларига эга бўлган, масалан, кечасилари қичқирадиган, бошини урадиган, қўлларини тишлайдиган, доимо тебранадиган ёки гипарфаол болаларни кўриш мумкин. Бундай муаммолар тиббий текширишни талаб этади, чунки бу тарздаги ахлоқ кўпгина касалликларда кузатилади, аммо кўпинча ҳеч қандай касалликлари бўлмаслиги ҳам мумкин.

Диққат-эътибордан қолган, мулоқотдан, эркалитишдан махрум бўлган бола танаси билан ўйнаб ўзини ўзи машғул қилмоқчи бўлади. Бу усулни кўпинча эшитиши, кўриши бузилган, оғир ақли заифликлар бўлган болалар қўллайдилар. Кўпгина стереотип ҳаракатлар – чайқалиш, бошини чайқаш, тилини чиқариш, бармоқлари билан ғайритабiiй ҳаракатлар қилиш – бундай болаларда атрофдагилар билан алоқа қилишни, рағбатлантиришининг ўрнини босади. Бу ҳаракатлардан болалар кўпинча ўзини ўзи тинчлантириш учун

фойдаланадилар. Агарда бундай ҳаракатлар турғун бўлиб қолган бўлса, уларни йўқотиш жуда мушкул бўлади. Тақиклаш билан иш битмайди, бу ҳаракатлар ўрнини босадиган қизиқроқ машғулотларни киритиш лозим.

Таъкидлаб ўтаманки, барча кўрсатилган муаммолардан қочиш мумкин, агар бошидан ўзингизнинг олдингизга болани тўғри тарбиялашни мақсад қилиб қўйсангиз ва секин-асталик билан ўзини тўғри тутишга ўргатиб борсангиз, шунда ўзингиздан кучсиз инсонга бунчалик аёвсиз куч ишлатишингизга тўғри келмайди. Тўполонни тўхтатиш учун жисмоний куч ишлатиб уни уриш керак эмас, яхшиси уни ўзга кўзлардан олиб кетиш керак. Жисмоний томондан уни уришиш бола билан бўлган ўзаро алоқангизни бузади, у тажовузкор, ўжар бўлиб қолади, чунки у сизга тақлид қилади. У ўзининг ака-опалари ёки бошқа болалар билан уришқоқ бўлиб душманлашиб қолади. “Уни урсанг мен сени ураман!” каби кўрқитишларни ўйлаб топиши мумкинлиги энг ёмонидир. Шундай қилиб, сиз унга уришқоқ бўлиш мумкинлиги, ким кучли бўлса ўша ютишини кўрсатасиз.

Пассив ўжарликни турли йўллар билан тузатиш мумкин. У қачонки болага бирор ишни мажбурлаб қилдириш билан бирга унга ҳадеб танбеҳ бериш орқали пайдо бўлади. Бошқача айтганда, агар катталар сабрсиз ва бетоқат бўлиб болани ҳадеб уришаверса, уни имирсқи, ахмоқ, қобилиятсиз деб атайвериш, буларнинг барчаси, айниқса таълим бериш шароитида ўзаро алоқанинг ёмонлашишига олиб келади. Ҳаракат қилишни хоҳламаслик – табиий реакциядан қочиш, ўз хоҳишини кўрсатмаслик, бошини эгиш, кўзини олиб қочиш ёки юмиш, қўлини букиб мушт ушлаш орқали ифодаланади. Вазиятни тўғрилаш учун болани шоширмаслик, сабр билан унинг ҳаракатларини рағбатлантириш зарур. Баъзида болага ўқишга хоҳишни уйғотиш, аввалги ўқиш қаватидаги муваффақиятсизликларни унутишга педагог ёки бошқа одам ёрдам бериши мумкин. Фақатгина ушбу машғулотларга рухсат бермаслик билан вазиятдан чиқиб бўлмайди, уни ўрнини босувчи янада қизиқроқ ва ёқимли машғулот топиш керак. Мулоқотга ва оламга болада қизиқиш уйғониш учу, узоқ сабр ва машаққат керак. Бир ёки икки одам боланинг оламига кириб кўришига ҳаракат керак, лекин бола устидан ҳукмронлик қилиш керак эмас. Аввал унга оддий жисмоний мулоқотли ўйинлар ўйнашига ўргатиш зарур. Сўнгра ҳар хил мосламалардан фойдаланувчи ўйинларга ўтиш, кейинроқ эса предметли ўйинларга, масалан, копток билан машиналар билан ўйнашга ўргатиш керак.

Ҳаракатида нуқсони бор болалар камдан-кам боғланувчи ҳаракатларга тўхташмайди. Агар бундай ҳолат юз берса ёки бола сизга эътибор бермаётганини сезсангиз уни тезроқ мутахассисга кўрсатинг. Боланинг

кўриш ва эшитишини текшириб (ёки қайта текшириб) кўришади ва сизга у билан қандай ўйнашни ҳамда уни қандай ривожлантиришга ўргатишади.

Бошқа турдаги нотўғри ахлоқдан бола сизнинг эътиборингизни қаратиш учун фойдаланиши мумкин: у уй бўйлаб тентакка ўхшаб юриши мумкин, олишга рухсат берилмаган буюмларни бесўроқ олиши мумкин. Соқов болалар ўзларининг ғалати хулқи билан катталар диққатини тортишига уринсалар, жисмоний ёрдамга мухтож болалар бақириб эътибор қаратидилар. Кўпчилик хафа бўлган болани тинчлантиришнинг йўли у билан гаплашиб кўриш, кўлига кўтариб уни эркалаш, кроватига ётқизиб қўйиш деб ҳисоблашади. Меъёрий бола, табиийки, катталар билан ижтимоий мулоқотга киришишга ҳаракат қилади ва ҳатто текширишларда тасдиқланганки, болалар катталарга ҳар бир сонияларда эътиборларини қаратишади, бу овози, қарашида ифодаланади, кўзи билан катталар кўзига қараб мулоқот ўрнатишади, жисмоний томондан қўлларини ушлашади, тиззаларига чиқиб олишади ва жавобга эришишади Афсуски, жисмоний нуқсонли болалар ҳам худди шу мулоқот талабларини ҳис этишади, кўпинча ўзларига диққатни оддий йўллар билан қарата олмайдилар. Агар бола ҳаракатлана олмаса, чақира олмаса, бошини айлантира олмаса, ҳаттоки баъзида сизга назар ташлай олмаса унда нима қилиш қолади? У қила оладиган ягона нарса бақириб. Агар у ёрдам берса, унга эътибор қаратиш керак бўлган вақтда ҳар гал бақиради.

Ушбу муаммоларни оддий бўлиб кўринар, лекин осон эмас, она бошида болани ёнида ҳамма вақт бўлишга ҳаракат қилиш керак ёки доимо уни эшитиши, қараб туриши ёки унга тегиб туриш билан эътибор бериши зарур. Буни гапириш осон, сиз бунга ҳамма кучингизни ишлатишингизга тўғри келади, чунки у сизни бошқача чақира олмайди. Бу бир неча ойларни, ҳаттоки йилларни, узоқ вақтни талаб этиши мумкин. Сиздан сабр ва тоқат талаб этилади. Бошқа жуда зарур томони бу сиз кузатувчан бўлишингиз керак. Албатта, ҳар доим болани кузатиб ўтира олмайсиз, лекин у чиқараётган ҳар бир товушларига эътибор бериб, унга жавоб беринг, бу уни қизиқтиради ва сизни чақирибни ўрганиб қолади. Агар сиз унинг паст овозларига эътибор бермасангиз, унда янада баландроқ бақириб тўғри келади. Ёдингизда тутишга ҳаракат қилинг, меъёрий бола ота-онаси билан тез-тез мулоқотга киришишига интилади, нуқсонли боланинг талаблари ҳам худди шундай, бу қийин? Ҳа! Оналар кўпинча боланинг хоҳишларига эътибор бериб чарчаганликларини билдиради, бироқ шуни эсингизда тутингки, мулоқот унинг ривожланишида муҳим омил бўлиб ҳисобланади. Катталарнинг эътибори орқали бола унга керакли мулоқотга диққатини қандай йўл билан қаратишни билиб олади. У бақираяптими, демак, уни

мулоқотга чақиришлари қабул қилинмаган, унинг тинч қараши билан ёки паст овози билан қилган ҳаракатлари эътиборга олинмаган. У бақиргандан кейин келиб қиладиган кўп эътиборингиз керак эмас, унга уни паст баландликда эшитишингиз керак. Бошқача айтганда у бақирмагунча уни ҳеч ким пайқамайди, шунинг учун у бақириш билан хоҳшига эришади. Бақираётган болани кўпинча дарров тинчлантиришади, овутишади, қучоқлашади, силашади ёки тебратишади. Ўзи бир неча ҳафталик болага ўйинли ҳаракатларни ўргатиш керак. Имкони борича у билан эрта ўйнашни бошлаши керак. Бола билан “ку-ку яна” (бекиниб пайдо бўлиш) ўйинини, сўнгра унга шиқилдоқ ўйинчоқлар бериш, қоғоз ўйинчоқлар, предметлар билан оламга қизиқишини уйғотиш лозим.

Худди шу сабабларга кўра оғир жисмоний камчиликларга эга бўлмаган бола боши билан уриши, кўли билан чапак чалиши, жудаям фаоллиги билан ёки ўзини бошқача тарзда ёмон тутиши мумкин. Хулқи, ҳаракати қанчалик ёмонлашса, у катталар эътиборини шунчалик ўзига қаратишга ҳаракат қилган бўлади. Катталарнинг уни тинчлантиришга ҳаракат қилишлари натижасида бола талаб қиладиган эътиборига эришади, чунки бошқача йўл билан ушбу эътиборга эга бўлолмайди. Барча кучингизни тўплаб ушбу хулқни бартараф этишингиз лозим, яна шуниси зарурки, бошқа сафар бола учун қизиқарли ва керакли машғулот билан шуғулланишингиз зарур. Баъзи катталарга бола тинч ва ижобий кайфиятида бўлганида унинг эътиборини ўзига қаратиш қийин экан. Сиз болангиз билан муносабатда ижобий кайфиятда бўлишингиз лозим, чунки сиз унга ниманидир ўргатмоқчисиз. Сиз уни олдига келиб, бирор нарса билан қизиқтиришингиз, қўллаб-қувватлашингиз, у билан ўйнашингиз керак, чунки фақатгина уни тинчлантиришингиз ёки жим қилишингиз учун эмас. Ўзингиздан “қачон у билан охириги маротаба гаплашдим?” дея сўранг. Агар у бақирганидан кейин, оёғи билан полни тақиллатиб, боши билан урганидан кейин бўлса унда сиз болани ўзингизни диққатингизни худди шу йўл билан қаратишига ўргатаёсиз.

Агар бола одатдагидан кўра катталарга узоқ вақт муҳтож бўлса, айниқса, уни битта одам парваришласа унда болада боғланиб қолиш хавфи бор. Ушбу муаммо фақатгина мактабгача таълим муассасаси ёки мактабда ўз қийинчилигини кўрсатмасдан, балки сизнинг йўқлигингизда у жудаям таъсирчан бўлиб қолади, ахир сиз касалхонага тушиб қолишингиз ёки вафот этишингиз мумкин. Шунингдек, унинг ўзини касалхонага ётқизиб қўйишлари мумкин. Бола ҳаётининг биринчи йилида ота-онаси бир хилда қарашлари, вақти-вақти билан унинг опа-акалари ва бошқа одамлар у билан вақтини ўтказиши жуда зарур.

Бошқа инсонлар билан ўтказаетган вақти болани оддий меъёрий ҳаётининг бир қисмини эгаллаши зарур. Шунда ижтимоий муносабатлар уни ҳафа қилмасдан, балки роҳат бағишлайди. Икки ёшдан катта бўлган болалар учун ижтимоий муносабат янада муҳимдир, унинг танишиш доирасини кенгайтириш керак, шунда у 3-4 ёшга етганида мактабгача таълим муассасасида сиздан ажралишини ўйламасдан бемалол қолади. Агар болани жудаям аяса, у онасига ёки иккала ота-онасига жудаям боғланиб қолади, натижада уни муассасага бериш барча учун оғир ва қийин кечади.

Она боласи ҳали кичкиналигини ва усиз бирон соат ҳам қололмаслигига ўзини ишонтира бошлайди. Охир-оқибат агар болани яна уйда қолдиришса, у янада кўпроқ уларга боғланиб қолади, бу қанчалик узоқ давом этса, у шунчалик қаттиқроқ боғланади.

Ижтимоий ривожланиш бошқалар каби аста-секинлик билан амалга оширилиши зарур, чунки бола аввал ўзини ўз оиласида эркин тутсин, сўнгра бошқа одамлар олдида тутиш, вазиятларга, ўзига ишонсин. Ота-оналар болаларни ортиқча аяш орқали уни бахтли ва ўзига ишонувчан қилиб эмас, балки бахтсиз, ўзига ишонмайдиган хавфли, қарам, атрофдагиларни ёмон кўрадиган қилиб кўядилар. Шунини яхши эсда тутинки, сизнинг ногирон болангиз бошқа болаларингиз сингари улғаяди. Сиздан ажралади ва бошқа одамларга интилади, сиз унинг қувонч ва ташвишларида кўмакдош бўлишингиз керак.

Ногирон фарзанднинг ака ва опалари тўғрисида кўпинча унутиб кўйишади, ваҳолонки улар ҳам ўзларига алоҳида эътиборни хоҳлайдилар ва улар бунга ҳақлидирлар. Кичик ёшдаги болалар ота-онасини янги туғилган чақалоқдан рашк қилишади, айниқса, ҳамма эътибор унга қаратилса, кўпинча шундай ҳолатлар туғилса, табиийки, ота-она ундан ташвишланиб у билан кўпроқ вақтини ўтказади. Катта болаларига вақт ажратиш ва эътибор бериш, ўйиндаги талабларини қондириш, улар билан мулоқот қилишни давом эттириши керак, бунинг учун қўшимча куч керак бўлади. Болалар ўзларини хўрланган ва эсдан чиқарилгандек ҳис этишлари керак эмас. Катта фарзандингизни чақалоққа қараб туришига жалб қилишингиз мумкин, бу унга фойдали, шунда сиз бир йўла иккала фарзандингизга эътибор қаратасиз. Агар сиз кичик ёрдамчингизга раҳмат айтиб, уни мақтасангиз фойдаси текканини билиб хурсанд бўлади ва сингил ёки укачасига меҳри уйғонади. Тез орада нима учун кичкинтойнинг ривожланиши секин кечишини сўрайди: нима учун ўтира олмаслиги, юра олмаслиги, гапирмаслиги ҳақидаги жавобни тўғри ва бола тушунадиган тилда бериш керак.

Ўсмирлар баъзида гўдакда бирор нуқсон бўлса уяладилар. Улар, айниқса, уйларига ўзига қарама-қарши жинсли ўртоқларини чақиришганда

сиқилишади. Лекин ота-она унинг саволларига доимо тўғри жавоб берган бўлса, унинг ўртоқлари ва қўшнилари билан очикчасига мулоқотда бўлган бўлса, у яқин орада ўзини табиий тутати ва қаттиқ сиқилмайди.

Психик ва жисмоний нуқсонларга эга бўлган болаларнинг мустақил ҳаёти.

Бир умр ота-оналар ногирон боласи тўғрисида қайғурадилар, улар қаригандан ёки вафот этганидан кейин боланинг тақдири нима бўлади, деб ўйлайдилар. Илгари ота-оналар ўлим тўшагида бошқа фарзандларидан ногирон фарзандини ташлаб қўймасликлари тўғрисида ваъда олар эдилар. Улар ногирон фарзандини интернатга тушиб қолишидан қўрқишар эди, лекин ҳозир ҳаммаси ўзгарди, Буюк Британиядаги шу типдаги муассаса яхши парваришни таъминлайди. Бола ўсмирлик ёшига етганда уни баъзида уйининг олдидаги интернатга юбориб туриш керак. Агар у ер болага ёқиб қолса, ота-оналар келажакка тинч қарайдилар. Бу болага мустақил бўлишга ўргатишнинг бир туридир.

Ҳозирда Буюк Британияда кўп катта ёшдаги ногиронлар вақти-вақти билан бир оз муддатга интернатга бориб туришади, табиийки, бу уларга ота-онасининг уйини ташлаб кетиш имконини беради. Катта бўлгач, нуқсонли инсон ўзи алоҳида яшаши мумкин. Унинг ҳолатига кўра унга керакли муолажа таъминланади. Бундан ташқари, унинг ота-онаси, табиийки, дам олишга ва қариллик гаштини суришга ҳақлидир. Унинг ака ва опалари вақт ўтиши билан ўзининг оилаларини қурадилар, унга доимо қараша олишмайди, албатта, кўпчилик ёрдам беришга ҳаракат қилади.

Тушунарли ҳолки, ногирон болаларнинг ота-оналари ўз фарзандларининг ўқиш, ёзиш, санаш малакаларини ва ҳеч бўлмаганда ўрта маълумотга эга бўлишларини хоҳлайдилар. Ногирон болалар худди соғлом болалар сингари ҳаётга мослашиши, интеллектуал ривожланишидан ҳам зарурроқдир. Агар болада таълим олишга қийинчиликлар туғилса, мавҳум фикрлаш қобилияти бўлмаса, унда ўз ўзига хизмат қилиш кўникмаларини (овқатланиш, юриш, кийиниш, гаплашиш) тарбиялаш керак, шунда у атрофдагилар меҳрини қозонади. Энг зарур, лекин жуда қийин эгалланадиган сифатлардан бири – бу одамларни ўзига қарата олишдир. Бошқаларни ўзига юмшоқ сўз, бағрикенглик билан қарата олиш, улардан ёрдам сўраш ёки ёрдам таклиф этиш жуда қимматли сифатдир.

Биз шу фикрга келдикки, нуқсонли инсонга бошқаларга ёрдам беришга имкон яратиш ва бу ишларини қўллаб-қувватлашлари зарур. Кимки жамиятга фойдали инсон қилиб ўзини кўрсата олса, бу унинг ютуғи бўлиб ҳисобланади. Жамият фаол ҳаракатдаги одамларни, тобе, ҳаракатсизлардан фарқли равишда уларни ҳурмат қилади. Ногирон инсон ҳам бошқа одамларга

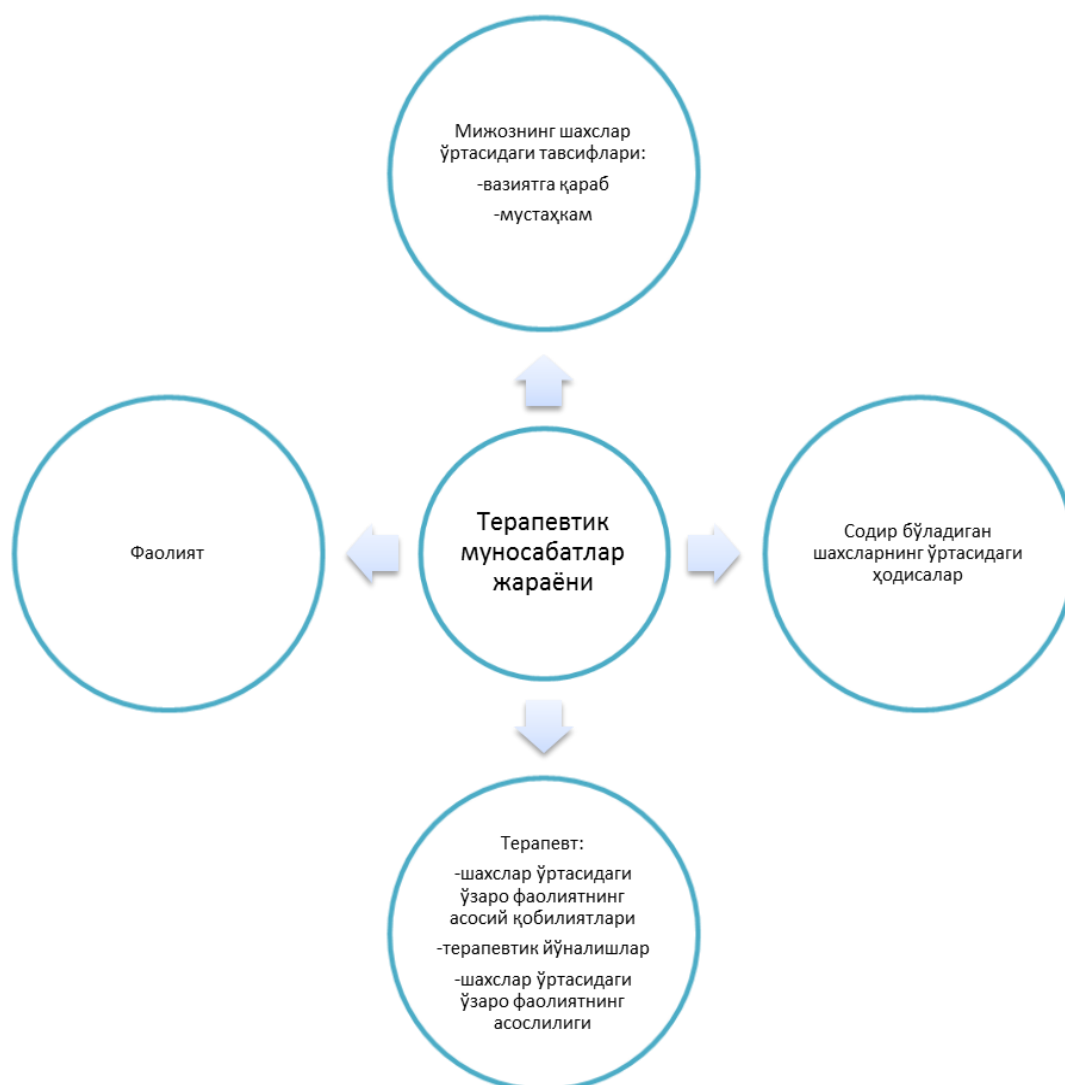
ёрдам бериши керак. Бу ғалати туюлар, лекин бунинг имкони бор. Кўп ҳолларда катта ёшдаги ногиронлар кичик ёшдаги оғир ногиронларни парваришлайдилар, ўзларининг меҳрларини берадилар, эвазига меҳр қозонадилар, бошқа ҳолларда бунга эриша олмасдилар.

Хуллас, ҳаётининг кўп қисмини одамларга муҳтож бўлиб ўтказишдан кўра, ҳар бир киши ўзи ҳам ёрдам қўлини чўзиши шарт ва лозим. Унга иложи борича эртароқ уй юмушларида, ака-опаларига, қўшнилари, дўстларига ёрдам бериш каби енгилроқ вазифалар юклаш лозим. Бизнинг мақсадимиз - бундай одамларни фақатгина мустақил бўлишга ўргатиш эмас, балки унга хурсанд бўлишга имконият яратиш, бошқалар томон қадам ташлаб, уларга ёрдам бериш ва парваришlash орқали хурсанд бўлишга ўргатишдир. Фақат шундагина у ўзини жамиятнинг бир қисмидек сезади.

Қуйидаги мисоллар кўрсатганидек, терапевтик жавоб талаб қиладиган касбий терапия ўз ичига шахслараро ҳодисаларни қамраб олган (хулқ, хис туйғулар ўзаро таъсирлар). Ҳаммага маълумки, терапевтик аралашини шахсий, индивидуал ҳамда субъектив жараён бўлиб, ҳақиқатданам касбий терапия омадли ўтганлигини кўриш мумкин. Ўтган мисолларда кўришиб турибдики, касбий докторлар яхшилаб ўйлаб тартиб билан вазияларга баҳо бермаганда бу терапия жараёнига салбий таъсир кўрсатиши мумкин эди. Ўша вазиятларнинг ҳар бирида терапевтлар мақсадли муносабатлар Моделининг тушунчалари ва принципларидан фойдаланган.

Мақсадли муносабатлар Модели касбий терапиянинг шахслараро жараёнларини батафсил концептуализацияни тавсия этади.

Бу модел “мен”нинг касбий терапияда ёрдам бериш ва ижобий натижа кўрсатиш мақсадида қандай қўлланилишини тушинтириб ўтади. Мақсадли Муносабатлар Модели ҳар кунги амалиётда пайдо бўладиган шахслараро дилемма ва муоммоларни ҳал қилишга эрготерапевт учун мўлжалланган. Мақсадли муносабатлар моделининг кўпгина тушунчалари психотерапиянинг асосида ёшлар ўз илдизлари ва назарияларига эга. Бунга қарамасдан, мижоз ва терапевт ўртасидаги муносабатлар катта аҳамиятга эга бўлган ананавий психотерапиядан ва фаолиятга диққатни қаратилган оккупацион терапиядан бу модел фарқ қилади. Шу йўл билан мақсадли муносабатлар Модели оккупацион терапиянинг мазмуни бошқа оккупацион амалий терапиялар билан аниқланишини тан олади. Шунини айтиб ўтиш керакки мижознинг фаолияти мижоз ва терапевт ўртасидаги муносабатларни узвий алоқадорлигини бу модел белгилаб ўтади. Шу йўл билан, мижоз ва терапевтнинг муносабатлари оккупацион терапиянинг умумий жараёнига қандай таъсир этиши ва терапиянинг самарадорлигини ошириш учун қўлланилишини мақсадли муносабатлар Модели (МММ) тушунтиради.



## Назария

*1-расмда* кўрсатилганидек, мақсадли муносабатлар Модели терапевтик муносабатларни қуйидаги тушунчалардан таркиб топганини кўрсатиб ўтади.

Мижоз

Терапия жараёнида содир бўладиган шахслараро ҳодисалар.

Терапевт

Оккупация

Мижоз

Мижоз бу моделнинг координацион маркази ҳисобланади; миждоз билан иждобий иждобий муносабатларни ривожлантириш ва миждозга тўғри баҳо бериш учун, терапевт миждозни ҳозирги вазиятни ва шахсларнинг табиятини тушуниши учун кўп ишлаши лозим. Вазиятнинг ҳолатлари миждознинг аниқ бир вазиятга бўлган ўткир хиссий реакцияларини акс этиришади (кассаллик, пушаймонлик ёки стрес ҳолатлари). Бу тавсифлар миждознинг фел атвори ёки шахсиятини асло акс эттирмайди.

Вазиятдаги тавсифлар миждозни жахлини чиқарганда, ҳафа қилганда ёки терапевт миждозга бирор нима қилиб таъсир қилганда кузатилиши мумкин.



Асосий тавсифлар мижознинг фел атворини аниқлаб беради. Улар ўз ичига мижоз танлаган мулоқот усули ишонч қобилияти ва бошқа назорат ва ўзгаришларга, пушаймонликка тўғри баҳо беришини камраб олади. Буларни билиб терапевт мижозга бу вазиятлардан чиқиш йўлини кўрсатади.

Шахслар ўртасидаги содир бўладиган ҳодисалар – бу табиий мулоқот, жараён терапия вақтида содир бўладиган ҳолатлар. Бу бобни ёритиб берган сценарийлар шахслар ўртасидаги содир бўладиган ҳодисаларни мисоллари ҳисобланади:

Мижоз терапевтик томондан хавф сезади ва буни қилиш учун секинлашади.

Терапевт мижоз эмоционал томондан жавоб бериши қийин бўлган савол беради.

Терапия жараёнида ноқулайликлар содир бўлгани учун мижозни кўнгли қолади.

Мижоз ва терапевтни терапияни мақсади ҳақидаги фикрлар бир бирига тўғри келмайди.

Мижоз терапевт берган маслаҳатларни фойдалилигига шубҳа билан қарайди.

Албатта, бу профессионал терапия жараёнида содир бўладиган саноғи йўқ шахслар ўртасидаги ҳодисаларни кичкина бир қисми. Мижозлар ўзларининг шахсиятиг, бошқаларга бўлган муносабатига асосланиб. Бу ҳодисаларни қабул қилади ва тушунади. Шунинг учун ҳодисанинг таъсирлиги айнан иштирок этаётган мижозга боғлиқдир. Шахслар ўртасида ҳодисалар содир бўлганда, терапевт булардан хабардор бўлиб. Тўғри баҳо бериши лозим.

Шахслар ўртасидаги ҳодисалар терапиянинг бошқа ҳодисаларидан ўзининг эмоционал. Ҳиссий таъсирчанлиги билан фарқ илади. Шундан келиб чиқадики. Бу ҳодисаларга бефарқ бўлиб, уларга нотўғри жавоб бериш терапевтик муносабатларни ва мижознинг фаолиятини хавф оситга қўяди. Тўғри жавоб берилганда эса улар ижобий, самарадор ўқиш, мижозни ўзгартириш ва терапевтик муносабатларни янада мустаҳкам қилиш учун имкониятлар яратади.

Бу ҳодисалар муқаррар экан, шу учун терапевтик авваломбор МММ ёрдамида, терапевтик муносабатларни мустаҳкамламоқ учун, шу муқаррар ҳодисаларга тўғри баҳо бериш керак<sup>12</sup>.

Терапевт.

---

<sup>12</sup> Conceptual Foundations of Occupational Therapy Practice. Gary Kielhofner, DrPH, OTR/L, FAOTA, Professor and Wade-Meyer Chair Department of Occupational Therapy, College of Applied Health Sciences University of Illinois at Chicago, 4th editions, 2009 by F.A.Davis Company, USA. Section 2 Conceptual Practice Models, 99-103 pages.

МММ бўйича. Терапевт (барча) муносабатларни самарадор қиладиган барча ақлий ҳаракатлар учун маъсулдир. Терапевт муносабатларга шахсларнинг ўзаро фаолиятининг учта асосий асосий тушунча киритади:

Ўзаро фаолиятнинг асосий қобилиятлари

Терапевтик модалностлар (шахсий усуллар)

Шахсларнинг ўзаро фаолиятини асослаш қобилият

Терапевтнинг одамлар билан ишлаш асосий қобилиятлари мижоз билан тўғри, яхши натижа кўрсатадигин муносабатлар қуриш учун терапевтга керакдир. Қуйидаги жадвал ўша моделни ичига кирган бир қанча қобилиятларни кўрсатиб беради. Терапевтнинг тажрибасига, билимига ва тмкониятларига боғлиқ бўлган баъзи қобилиятлар онсон қўлланади, баъзилар эса самарадор қўлланиши учун кўпгина ҳаракат ва амалиётни талаб қилади.

<b>Асосий қобилиятлар минтақаси</b>	<b>Мазмуни</b>
Терапевтик коммуникация	Сўзлари ва сўзсиз (вербал, новербал) мулоқот, терапевтик, тинглов ишонч, мижозга раҳбарлик ва қайта алоқа қилишга имконият бермоқ.
Интервью олиш қобилиятлари	Сезгир бўлиш ва олдиндан режалаштирилган саволлар бериш, стратегик саволлар ишлатиш, бу дегани мижозни янада кенг ва эркин ўйлашга, фикрлашга ёрдам берадиган саволлар тузиш.
Муносабатларни ташкил қилмоқ	Ўзаро тушуниш, терапевтик услубни мижозга мослаштириш, мижознинг кучли ҳиссиётларини бошқариш, маданиятлилик каби фазилаларни ташкили.
Оилалар, ижтимоий тизимлар, гуруҳлар	Тушуниш; шериклар (партнёрлар), ота-оналар, бошқа оилалар ва дўстлар билан терапия мақсадида ҳамкорлик ташкил қилиш; тизимнинг, жараёнинг ва шахслар ўртасидаги гуруҳли терапиянинг фаолиятини тушуниши.
Раҳбарлар, иш берувчилар ва бошқалар билан самарали ҳамкорлик	Мижозлар тўғрисида бошқа мутахассислар билан сўзлашув. Динамик куч ва қадриятлар тизимини тушуниши; улар устоз ва талаба, иш иш берувчи ва ишчи ўртасидаги муносабатларни белгилаб ўтади.
Мраккаб шахслар ўртасидаги хулқни тушуниш ва бошқариш	Ўз ичига манипуляция (ўз хоҳишига қарши бошқарув), қарамлик, барқарорлик, ҳиссий ажралиш ва инкор, душманлик, ҳамда

	муносабатлар ва ишонч пайдо бўлиш жараёнидаги қийинчиликларга самарали жавоб бериш ва баҳо бериш бўлими.
Эмпатия ва мунозаралар	Мунозараларни ҳал қилиш, тинчлантириш; мижоз ва терапевт ўртасидаги ўзаро тушунишни ташкил қилиш бўлими.
Касбий хулқ, кадриятлар ва ахлоқ	Ўз қадириятлар эрготерапиянинг асосий кадриятларига тўғри келиши ёки келмаслиги, ахлоқли хулқ ва қарорлар қабул қилиш ўзининг хулқини, феъл-атворини англаш содиқлик, махфийлик, касбий чегараларни ташкил қилиш ва бошқариш билими.
Терапиянинг ривожланиши ва шахснинг ўсиши	Мижозларга бўлган ҳиссий эмоционал реакцияларни билиш, бошқариш ва маъсулият сезиш; ўз шахсий ҳаётини назорат қилиш ва керакли ёрдам излаш, мижознинг ижобий натижа кўрсатишига ишониш.

Шахслар ўртасидаги муносабатларнинг иккинчи қисми – бу терапевтик модалностлар билан қўлланиш. Терапевтик модалность – мижозга бўлган махсус бир муносабатнинг тури. МММ олти асосий терапевтик модалностларни белгилайди:

Адвокатирования (ҳимоя қилиш)

Ҳамкорлик

Ғамхўрлик

Рухлантириш

Таълимий

Муаммоларни ҳал қилиш

Қуйидаги жадвалда бу модалликларни мисоллари кўрсатиб ўтилган:

Модаллик	Тавсиф	Мисол
Ҳимоя қилиш	Мижознинг ҳақлари талаб қилиниши тامينламоқ. Терапевт ўртага тушиши. фасилатор. Ҳимоячи бўлиши мумкин.	Суғурта компанияларидан мижоз учун барча имкониятлар яратиб бериш.
Ҳамкорлик	Мижоздан фаол ва тенг терапиянинг иштирокчи бўлишини кутмоқ.	Мижоз билан иргаликда терапиянинг мақсадларини аниқлаб,

	Мижознинг эркинлигини, мустақиллигини, юқори даражада таъминламоқ.	уларни тез-тез қайта кўриб чиқмоқ.
Эмпатия	Биронта бир қарор чиқарганда миждознинг ҳаёлларини, ҳисларини хулқини тушинишга бўлган доимий интилиш. Бу миждознинг терапевтнинг ростгўйлигини ва ишончилиги тасдиқлашини таъминлашидир.	Яқинда орқа мийя шикастланишини бошидан ўтказган миждозининг кўрқувини тушуниш ва ғамхўр бўлиш, уни тўлиқ эшита билиш.
Рухлантириш	Ҳар доим миждозга нажот, умид бериш, хурсанд қилиш, қўллаб қуватлаш, ўзига бўлган ишончини ортириш.	Янги усулни ўргатаётганда болани балан овоз билан қувватламоқ.
Таълимий	Терапевтик фаолиятни баътафсил тизимлаштириш. Аниқ буйруқларни ва миждоз бажараётган вазифаларига баҳо беришни таминлаш.	Машқларни, вазифаларни қандай қилишни кўрсатиб бермоқ, ёрдам бермоқ.
Муаммоларни ҳал қилиш	Мантқиқий фикрлашга диллеммаларни ечишга ундамоқ, рағбатлантирмоқ, стратегик саволларни аниқлаб, солиштириш ва анализ қилиб ўйлашга имкониятлар бермоқ.	Жарохатдан кейин миждоз ўз фаолиятига қайтиши учун у билан ҳатолар устида ишламоқ, ҳаракат қилмоқ.

Терапевтлар терапевтик усуллари билан қўлланилиши таббий. Терапевтик усуллар билан фойдаланишига қараб терапевтлар фарқланади. Баъзилар фақат бир ёки икки усуллар орқали ишлайди, бошқалар эса юқори натижага эришиш учун кўпгина усуллардан фойдаланилади. МММ барча усуллар билан ишлашни тавсия қилади. Терапевтик услуб шу билан аниқланади. Мультимодел терапевтлар барча усуллар билан самарали фойдалана оладилар.

МММ бўйича, терапевт миждознинг феъл-атворига мослаштириб аниқ бир терапевтик усулларини танлаши ва ишлатиши керак. Теулорни айтиши

бўйича, “агар муаммо ҳал қилиш пайтида мижоз терапевтни ҳаракатларини бефарқлик билан қабул қилиш, терапевт бошқа усулда ишлаши яхшироқ бўларди муоммони ҳал қилиш усулидан ғамхўрлик усулига, шунда терапевт мижознинг реакцияларини, ҳаракатларини ва муоммонинг илдиэларини яхшироқ англаб етади”.

Учунчи асосий қисми – шахслар қобилияти ўртасидаги ўзаро фаолиятни асослаш. Бу қобилият терапиянинг шахслараро аспектига, томонларига ва пайдо бўла оладиган муоммоларига аҳамият беришни, анализ ва баҳо беришни талаб қилади.

Керакли фаолият тури

Керакли фаолият тури терапевт ва мижоз терапия учун танлаган вазифа ёки фаолиятга киради. Аввал таъкидланганидек, керакли фаолият турини танлаш ва уни касбий кўллаб-қувватлаш китобда кўриб чиқилган бошқа моделларга асосланади. Мақсадли муносабатлар модели терапевтни мижоз ва терапевт ўртасидаги шахслараро динамикани бошқаришга йўналтиради. Терапевтик муносабатлар:

-касбий фаолият учун ўзаро ҳаракат учун;

-мижознинг ҳислари ва жараёнлар йўналтирилган, ўзининг нуқсонларига, унинг асоратлари билан боғлиқ кундалик машғулотларни бажариш учун фазо.

Терапевт ахлоқий тамойиллар ва қийматга эга бўлган муносабатларни маълум бир экспертизани ўтказадиган шахс сифатида кўрилади. Мижоз эса маълум бир эҳтиёжларни қондириш учун хизматларни қабул қилладиган шахс сифатида қаралади. Уларнинг ўзаро муносабатлари эса ягона мақсадда, яъни мижознинг вазиятини яхшилашга қаратилладиган муносабат сифатида тушунилади. Бу параметрлар - муносабатларни аниқлашдаги муҳим кўрсаткичлардир»<sup>13</sup>.

Муносабатлар икки хил турли даража ёки шкалада ифодаланиши мумкин: макро-даража (яъни, мижоз ва терапевт ўртасидаги ўзаро муносабат, терапевт ўртасидаги ўзаро ҳаракатнинг намуналари, ўзаро ҳаракатларнинг узоқ давом этиши ва турғун муносабатлар);

- микро-даража (яъни, ҳозирги вақтдаги муносабатлар бўлиб, терапиянинг шахслараро муносабатларини аниқлайди, муносабатларни ижтимоий жиҳатдан қийинлаштиради ёки бойитади.

---

<sup>13</sup> Conceptual Foundations of Occupational Therapy Practice. Gary Kielhofner, DrPH, OTR/L, FAOTA, Professor and Wade-Meyer Chair Department of Occupational Therapy, College of Applied Health Sciences University of Illinois at Chicago, 4th editions, 2009 by F.A.Davis Company, USA. CHAPTER 5: Emergence of the Contemporary Paradigm: A Return to Occupation 43-59 pages.

Терапевтик ўзаро алоқадорликнинг микро и макро шкалаларининг иккаласи ҳам эрготерапия жараёнида танқидий рол ўйнайди ва ўзаро боғлиқ бўлади. Терапевт маълум бир тарзда терапевтик муносабатларнинг чегараларини аниқлаши ва шахслараро муносабатларда ижобий муҳитни қўллаб туриши лозим (ишонч, ўзаро хурмат и софлик). Иккала шкала терапевтнинг терапиядаги персоналларо ходисаларга жавоб бериши, диққатни қаратишига боғлиқ бўлади. Терапевтик муносабатлар шунингдек, мижоз ва терапевт муносабатлари характеристикаси ва хулқдаги, вазиятдаги ўзгаришларга таъсир кўрсатади (масалан, мижознинг нуқсони табиати ва терапия контексти).

Тейлор (2008)нинг кўрсатишича: «терапевтик муносабатлар бир маромда ва муваффақиятли бўлиши узоқ давом этмайди.

Кўпинча, терапевт энг аввало ўзаро тушунишни ўрнатишга ҳаракат қилиш, ўзаро алоқани йўлга қўйиши билан бошланади, мижознинг шахслараро муносабатларга бўлган эҳтиёжларидан келиб чиққан ҳолда терапиянинг вазиятларига ва даволов параметрининг талалабарига мос бўлади<sup>14</sup>.

Терапевтик муносабатларнинг муваффақиятли бўлишига кўпгина омиллар таъсир кўрсатади, терапевт ўз диққатини ушбу омилларга қаратиши, бу омилларни ўрганиши, аниқлаши ва қўллаб-қувватлаши лозим. Мижозлар ҳам терапевтик муносабатларга ўзига хос таъсир кўрсатадилар. Аммо, МММнинг таъкидлашича, терапевт муносабатларга тўлақонли жавобгар эканлигини билиши, мижоз учун қулай шароит яратиши, унинг заиф, таъсирчан, асабий, лоқайди ёки кўрқувдан жахлдор бўлиши ўзаро муносабатларни бузилишига олиб келади.

Қуйида терапевтик муносабатлардаги зиддиятларни келтириб чиқадиган жуда кўп сабаблардан бир неча намуна келтирамиз:

Мижоз аввалги эмоционал ёки хулқий мураккабликларни муносабатларга кўчириши мумкин.

Терапия вазиятлари мижозга тажовуз сифатида туюлиши мумкин (масалан, ишга қайтишга, ногиронликни тасдиқлаш ва нафақа олишга ёки олмасликка қаратилган баҳолашни амалга ошириш):

➤ терапевт ва мижознинг шахслараро муносабатини ёшга, жинсга ёки этник келиб чиқишга нисбатан мос бўлмаслиги;

---

<sup>14</sup> Conceptual Foundations of Occupational Therapy Practice. Gary Kielhofner, DrPH, OTR/L, FAOTA, Professor and Wade-Meyer Chair Department of Occupational Therapy, College of Applied Health Sciences University of Illinois at Chicago, 4th editions, 2009 by F.A.Davis Company, USA. CHAPTER 5: Emergence of the Contemporary Paradigm: A Return to Occupation 43-59 pages.

➤ мижозни экстремал стрессга олиб келадиган нуқсон ёки бирор бир ҳаётий вазият ўзгариши;

Мижоз ёки терапевт бехосдан бирор нарсани гапириши ёки бирор иш қилиши натижасида унинг оқибати қаттиқ таъсир сифатида идрок этилади ва вазият таҳлил қилинмайди, муаммо ҳал этилмайди.

Терапевтнинг учрашувни бошқа вақтга кўчириши ёки терапиядаги бирор бир жиҳатни тушунмаслик ёки шахсий таназзул, дори-дармонларнинг салбий таъсири каби оддий ҳолатлар ўрнатилган муносабатларга ҳам аввал ўрнатилган муносабатларни бузилишига олиб келиши мумкин. Терапевтнинг бундай ҳодисаларга қандай жавоб кўрсатиши ҳам терапия натижаларига жиддий таъсир кўрсатади. Ҳатто терапевтик муносабатлар кучли бўлган ҳам терапевтнинг бундай ҳодисаларга реакцияси танқидий бўлиши лозим. Шахсларо ҳодисаларга тўғри жавоб қила олмаслик фаолиятга салбий таъсир кўрсатади ва терапевтик муносабатларни заифлашувига олиб келади.

### **МММнинг асосий тамойиллари.**

Бу моделнинг асосида 10та фундаментал тамойил мавжуд. Улар қуйидагилар:

Ўз-ўзини танқидий англаш-бу ўзидан ихтиёрий фойдаланиш калитидир

Ўзини танқидий англаш, ўзига нисбатан танқидий муносабатда бўлиш турли шахслар билан турли вазиятларда, шароитларда мулоқотда бўлишга доир умумий билимларга, шахсларо муносабат бўйича тушунчаларга эга бўлишни назарда тутди.

Шахсларо тенденциялар ўзига стрессга, ноқулайликка, асабийлашишга бўлган шахсий эмоционал реакциялар ва хулқни (вербал ва новербал) киритади. Шахснинг ўзидан самарали фойдаланиши доимо танқидий ўзини-ўзи англашни талаб этиб, инсоннинг ўзи коммуникацияни танлашини кўрсатади (вербал- сўзларни танлаш, новербал (имо-ишора ва юз ифодаси), ва ҳиссий (овознинг баландлиги, тони, ҳажми).

Персоналаро ўзининг интизоми –ўзидан самарали фойдаланишнинг асоси.

Терапевт мижоз билан доимий терапевтик муносабатларни бевосита ва билвосита алоқа ўрнатишга ва уни бошқарига маъсул. Бу персоналларо ўзининг интизомини (олдиндан кўра билиш, мижоз билан давом этаётган коммуникациянинг самарасини ўлчаш ва жавоб бериш) талаб этади. Шахсларо ўзининг интизоми (ўзини тутиш) терапевтга мижоз билан мустаҳкам муносабат ўрнатишга, бунда мижоз терапевтга ишонади, мижоз терапевтдан нимани истаётганини аниқ билади, терапевт эса ўзаро муносабатлардан мижоз нимани исташига диққатини қаратади ва ўзининг шахсий реакцияси ва истакларини четга суради. Бу айниқса, инжиқ, сезгир,

мураккаб ёки қандайдир бир тарзда заиф мижозлар билан ишлашда жуда муҳим аҳамият касб этади.

### **Аввал ўйлаш, сўнгра эса хис қилиш**

Ҳеч ким таббӣй ҳолда терапия билан мос равишда тутиш ва унга муносабатда бўлиш бўйича ўзининг юраги қандай тўғри ҳолатда эканлигини таъминлай олмайди. Кўпинча барча терапевтлар доимо ҳам мижозларга ижобӣй таъсир кўрсата олмайдилар маълум бир тенденцияларга (ўзининг ижобӣй режаларига қарамай ) эга бўладилар. Шу сабабли мижозлар билан фаолият юритишда ҳисларга эмас, балки ўзини, фаолиятини танқидий англашга, шахсларо интизомга риоя этиш зарур.

### **Мижозни билиш учун онгли эмпатия зарур**

Онгли эмпатия – бу «ички эмоциялар, эҳтиёжлар, мотивларни сезиш ва тушуниш, шу билан бирга объектив қарашни эътиборга олган ҳолдаги кузатишнинг ҳаққонӣй модаллигидир. Бу терапевтик муносабатларнинг яхши гаровидир. Онгли эмпатия терапиядаги уларнинг тажрибасига бўлган мижозларнинг экспертлигидир.

Ўзингизнинг шахсларо билимларингизни базасини кенгайтиринг.

Шахсларо коммуникация мажмуавӣй бўлиб, терапевтдан самарали тинглаш, аниқ коммуникация, асосӣй тўқнашув ва ҳодисаларни бартараф этиш, ўзининг мустаҳкамлилиги ва олдиндан кўра билишини назарда тутати. Бу модел терапевт ўзида ривожлантириши керак бўлган малакалар тўпламини бирма-бир муҳокама қилишни назарда тутати.

Терапевтик модалликларнинг кенг тўплами оккупацион терапия жараёнида уларни тўғри ва ўз ўрнида қўллашда ўзаро алмаштирилиши мумкин.

Ҳар бир терапевт ҳаётӣй тажрибаси давомида туғма ва эгалланган шахсларо характеристикага эга. Бу характеристикалар терапевтга бир ёки бир неча терапевтик модаллардан фойдаланишга имкон яратади. Аммо, бирор-бир модаллар бошқасидан устун эмас. Бундан ташқари, жуда фарқли шахсий характеристикаларга эга бўлган модалностларнинг турли комбинацияларидан фойдаланаётган икки терапевт бир хилда самарали бўлиши мумкин. Шунга қарамай, маълум бир модаллар ва персаналларо стиллар одамларнинг маълум бир гуруҳлари билан ва маълум бир вазиятларда яхши ишлайдилар.

Шунинг учун ўзидан терапевтик фойдаланиш модаллардан мос ва тўғри фойдаланишни, мижознинг эҳтиёжлари ва вазиятга йўналтирилиши зарур. Бу модел терапевтларга турли хил модалликларни қўллашдаги имкониятларини кенгайтиришга ёрдам беради.



## **Мижоз муваффақиятли муносабатларни аниқлайди**

Мижозлар терапевтик муносабатлардан нимани исташлари билан фарқланадилар. Баъзилари анча формал муносабатларни афзал кўрадилар, бунда терапевт асосан ўқитади, йўналтиради, ўргатади. Бошқа миждозлар анча шахсий алоқаларни ва эмоционал кўллаб-қувватлашни истайдилар. Бошқа бирлари эса тенг муносабатлар ва ҳамкорликни истайдилар. Вақт ўтиши билан миждозлар муносабатлардан нима кутишларини ўзгартирадилар. Масалан, бошида эмоционал кўллаб-қувватлашни ва аниқ кўрсатмаларни истаган миждоз кейинроқ ҳамкорликка асосланган муносабатларни хоҳлайди. Ёки аввал ҳамкор бўлган миждоз ногиронлик чуқурлашиши билан дуч келганда камроқ маъсулият ва жавобгарликни, кўпроқ кўллаб-қувватлашни истаб қолади. Ва ниҳоят, муносабатлардаги муваффақият эрготерапевт билан эмас, балки миждозга боғлиқ бўлади.<sup>15</sup>

Турли нуқсонли ҳар хил ёшдаги болаларнинг ота-оналарига ёрдам берувчи мақолани ёзиш қийин. Фақатгина бир неча саволлар кўтарилди, лекин улар ҳам кимларнидир кўрқитиб юбориши мумкин. Яхшиси, йўлга чиқишдан аввал ҳамма томонини синчиклаб текшириш зарур, токи тўсиқлар бўлмасин, шундагина қопқонга тушиб кетилмайди. Бахтимизга болалар тез эгилувчан, уларни бошқаларнинг ёрдамисиз тарбиялаб олиш кўпчиликни кўлидан келади. Агарда ушбу муаммоларни енга олмасангиз, ҳаяжон ва ғамда бўлсангиз унда кўшимча ёрдам сўранг, балки ўз бошидан ўтказган ота-оналар ўзларининг тажрибаларини бўлишар ёки кимгадир мурожаат қилишингизга маслаҳат беришар. Нима бўлгандаям келажакка умид ва ишонч билан яшашга интилинг.

### **Назорат саволлари:**

1. Фарзандининг оғир ногиронлик ташхисини билганда ота-оналарда кузатиладиган стресс ҳолатлари ҳақида гапириб беринг.
2. Оилага стресс ҳолатидан чиқишга ва вазиятга мослашишда нима ёрдам беради?
3. Бундай оилалардаги муносабатларда қандай қийинчиликлар кузатилади?
4. Ногирон болани парваришлаш ва тарбиялашда ота-оналарга махсус педагог қандай ёрдам кўрсатади?

---

<sup>15</sup> Conceptual Foundations of Occupational Therapy Practice. Gary Kielhofner, DrPH, OTR/L, FAOTA, Professor and Wade-Meyer Chair Department of Occupational Therapy, College of Applied Health Sciences University of Illinois at Chicago, 4th editions, 2009 by F.A.Davis Company, USA. CHAPTER 19: Therapeutic Reasoning: Using Occupational Therapy's Conceptual Foundations in Everyday Practice 283-290 pages.

## 5. Ногиронлиги бўлган болани мустақил ҳаётга қандай тайёрланади?

### **Фойдаланилган адабиётлар:**

1. Conceptual Foundations of Occupational Therapy Practice. Gary Kielhofner, DrPH, OTR/L, FAOTA, Professor and Wade-Meyer Chair Department of Occupational Therapy, College of Applied Health Sciences University of Illinois at Chicago, 4<sup>th</sup> editions, 2009 by F.A.Davis Company, USA.

2. Counseling theories and techniques for rehabilitation and mental health professionals: second edition. Editors: Fong Chan, Phd, CRC, Norman L.Berven, Phd, Kenneth R.Thomas, DEd. Springer publishing company, LLC, 2015 New York.

3. Inclusive Special Education: Evidence-Based Practices for Children with Special Needs and Disabilities, Garry Hornby, University of Canterbury College of Education Christchurch, New Zealand. Springer Science+Business Media New York 2014.

4. Чичерина Й., Нуркелдиева Д., Бондарева Е. Инновационные подходы в подготовке кадров- дефектологов (монография). -Т.: “Навруз”, 2014 г.

5. Чичерина Я., Нуркелдиева Д., Бондарева Е. Мутахассислик фанларни ўқитиш методикаси. -Т.: “Фан ва технологиялар, 2013й.

6. Мўминова Л.Р. ва бошқалар. Махсус психология. Т.: “Ношир”, 2013 й.

7. Пўлатова П. ва бошқалар. Махсус педагогика. Т.: “Фан ва технология” нашриёти, 2014 й.

## 4-мавзу: Реабилитацион педагогикада эрготерапевтик технологиялар.

### Режа:

1. Эрготерапия - соҳалараро фаолият сифатида.
2. Мустақил овқатланиш ва ичишга ўргатиш.
3. Ювиниш, чўмилиш ва шахсий гигиена малакаларига ўргатиш.
4. Мустақил кийинишга ўргатиш.
5. Коммуникатив малакаларни ривожлантириш.
6. Тўғри ижтимоий хулқни тарбиялаш.
7. Ногиронлар учун қўл асбобларининг дизайни
8. “Вақтинчалик адаптацияга (мослашувга) ва руҳий касалликларга учраган инсонлар.

**Таянч иборалар:** эрготерапия, фаоллик, ўзига-ўзи хизмат қилиш малакалари, ижтимоий малакалар, ҳаётий малакалар, коммуникациянинг альтернатив усуллари, ҳунармандлар, қулайлик, шикоят, ноқулайлик, қўл асбоблари, иш.

### 4.1. Эрготерапия - соҳалараро фаолият сифатида

Эрготерапия - бу ўзига хос соҳалараро мутахассислик бўлиб, унинг мақсади турли жисмоний ёки руҳий ногиронлиги бўлган одамларга кундалик ҳаётларида бошқалардан максимал даражада мустақилликка эришишлари учун ёрдам беришдир. Эрготерапиянинг асоси - бу мақсадга йўналтирилган , зарур фаолият бўлиб, бирор бир вазифани хал этишга, йўналтирилган, ҳаракатланишдаги, ҳиссий, когнитив ва психик функцияларнинг яхшиланишига ёрдам беради. Эрготерапевт ёрдамида бемор ўзининг истак-хоҳишларига мос равишда атрофидаги жисмоний, ижтимоий ва маданий муҳитда тўлақонли ҳаёт кечиришга масалан, ҳаракатланишида бузилишлари бўлган бемор ва унинг яқинлари учун ўзининг уйи шароитида ҳаракатлана олиши муҳим бўлса, унда эрготерапевт ногиронлик арачасида ҳаракатланишини қаердадир эмас, унинг уйида ўргатади. Беморни тўғри ҳаракатланишга, бир жойдан иккинчи жойга кўчишга ўргатади.

Эрготерапевт хонадонда бемор учун яшаш қулай бўлиши ва ривожланиши учун хавфсиз шароит яратиш ҳақида маълумот беради. Шунингдек, нутқий малакаларни ва майда моторикани ривожлантириш учун маълумот муҳитини юзага келтиради. Беморнинг жисмоний имконияти, атрофидаги омиллар асосида дастур тузади. Маълум бир мақсадга

эришилгандан сўнг кейинги мақсадларга ўтилади. Аниқ реабилитацион вазибалар амалга оширилади.

Машғулот ўтишда эрготерапевт:

- бемор фаол ҳаёт кечириши учун жисмоний тўсиқлар бунга халақит бермаслигига ҳаракат қилади;

- беморнинг фаоллиги даражасини кўтаришга ва унинг атрофдагиларидан мустақил бўлишига интилади;

- беморнинг ҳаёт фаолияти сифатини ошириш учун ёрдамчи мосламалар, махсус асбоб-ускуналарни танлайди ва қўллашга ўргатади, атроф муҳитдаги шароитга мослаштиради (уйда, мактабда, ишда).

- эрготерапия тиббий, махсус педагогика, психология, психиатрия, социология, биомеханика, эргономика ва бошқа фанлардаги билимларни қўллайди ва умумлаштиради.

#### **4.2. Мустақил овқатланиш ва ичишга ўргатиш**

##### **Ўз-ўзига хизмат кўрсатиш малакалари**

Бола ўзлаштириб олган ўз-ўзига хизмат қилиш малакалари унга мустақил овқатланиш, чой ичиш, кийимларини кийиш, шахсий гигиенага риоя қилиш учун имкон беради. Бошқалардан фарқли болага, албатта, ўзини парваришлаш малакаларини ўргатиш керак, айниқса, ривожланиши бузилган кўплаб шундай болалар учун, ҳатто ҳаракатланишида оғир бузилишлари бўлган болаларда ҳам буни бемалол эгаллаш мумкин. Эҳтимол, сизнинг болангизга овқатланиши, кийиниши ва ванна ҳамда ҳожатхонадан фойдаланишни ўрганиши учун кўпроқ вақт, қўшимча воситалар ва сизнинг ёрдамингиз талаб қилинар, лекин у бу малакаларни эгаллаб олганидан кейин ўзини парвариш қилиш керак бўлган пассив объект сифатида эмас, балки ўз ҳаётини анча мустақил қилиши билан биргаликда эркин инсон, деб ҳис қилади.

##### **Овқатланиш ва ичимлик**

Овқатланиш кўникмаси – боланинг талабларини қондириш учун ишлаб чиқариладиган муҳим ҳаётий малакалардан бири.

Ҳатто янги туғилган чақалоқда ҳам бошини буриб кўкракни қидириши, сўриши ва ютиниши, оч қолганида бақиринишга мажбур қиладиган рефлекслари бор. Ёши катта бўлиши билан болада овқатланиш малакалари мукамаллашади. Гўдак олдин суюқликни сўриши ва ютиши учун лаблари ва тилидан фойдаланади, кейин эса оғзидаги юмшоқ овқатни жойлаштиришни, қаттиқ овқатни тишлаб олиш ва чайнашни, қўли билан оғзига олиб келишни ва ниҳоят ликопчадаги овқатни ейиш учун қошиқдан фойдаланишни ўрганади.

Ривожланишида ўзига хос хусусиятлари бўлган болада овқатланиш малакаларининг табиий ривожланиши оғир бўлиши мумкин. Бу малаканинг шаклланиши ҳаракатланиш қийинчиликларини, боладаги жисмоний ёки ақлий ҳолатнинг баъзи бузилишларини кечиктириши мумкин. Лекин баъзида бунинг сабаби бошқалардан фарқли боланинг мустақил овқатланиши малакалари секин ривожланиши ёки бутунлай ривожланмаслигига сабаб ота-оналарнинг нотўғри муносабати бўлади. Катталар, агар бола овқатланишни ўрганишга қийналса, у ҳолда болани “азоблаш” керак эмас, деб ҳисоблашлари мумкин ва бутилка ёки қошиқдан овқатлантириш унинг учун “яхши” (улар учун ҳам осон) бўлади, деб давом эттирадилар. Баъзида ота-оналар агар боланинг ривожланишида бузилишлар бўлса, бунда у ҳеч қачон мустақил овқатлана олмайди, деб ҳисоблайдилар ва унга шунчаки бу малакани ўргатмайдилар.

Бундан ташқари, бундай муносабат бола учун ғоят муҳим бўлган ҳаётий малакаларни эгаллаш имкониятларидан маҳрум қилади, у яна боланинг соғлиғи учун баъзи хавфли оқибатларни туғдириши мумкин. Агар ўсаётган болани сут ва суюқ бўтқалар билан бутилкадан овқатлантириш давом эттирилса, ўсиши ва ривожланишидан ташқари бола доимо бир хил овқатланишдан озиқ-овқат моддалари ва керакли овқат миқдорининг етишмаслигини ҳис қилади. Болада анемия, витаминлар, микроэлементлар ва бошқа муҳим ташкил топувчиларнинг етишмаслиги пайдо бўлиши мумкин, бу эса, ўз навбатида, бола соғлиғининг ҳолатини ёмонлашувига олиб келади ва унинг ривожланишини янада кўпроқ пасайтиради. Бундан ташқари, агар бола қуюқ таомни ҳазм қилиш ҳолатида бўлса ҳам фақат суюқ овқат еса, унда бола ички органларининг ишлашида касалланиш бошланади ва моддалар алмашинуви бузилиши мумкин.

Бошқа томондан бошқалардан фарқли болани ортиқча овқатлантириб юбориш эҳтимоли бор. Кўпинча бу ота-оналарнинг болани тез-тез ва ортиғи билан овқатлантириш, кўп ширинликлар бериш билан ўз ғамхўрликларини ифодалашларида кўринади. Агар бола бунда ҳаракатланишдан чекланган ёки овқатга бўлган ўз эҳтиёжини назорат қилиш унинг учун қийин бўлса, натижада боланинг ортиқча вазни бўлиши мумкин.

Болалар учун қорни овқатга тўймаслик каби кўп еб қўйиш ҳам жуда ёмон, модомики, униси ҳам буниси ҳам болалар соғлиғига зарар етказди ва ривожланишни бузади. Шунинг учун ривожланишида ўзига хос хусусиятлари бўлган бола ўзининг ёшига мос энг яхши ҳажмда тўла қимматли овқатни олиши ва ота-оналар болани мустақил овқатланишга ўргатишлари учун ҳамма имкониятлардан фойдаланишлари муҳим.

Болани қанчалик эрта овқатланишга ўргатиш жуда муҳим, чунки саломатлик ва ҳаёт учун тўлақонли овқатланиш зарур.

Боланинг тили, лабларидан яхши фойдаланишни билиши ва чайнаш кўникмалари нутқ ривожланиши учун муҳим аҳамиятга эга, овқатланиш вақтида гавданинг тўғри ҳолати жисмоний ривожланишга имкон беради, қўл ва бармоқлардан мунтазам фойдаланиш эса майда моторика малакаларини ривожлантиради ва мустаҳкамлайди.

### **Болани овқатлантириш**

Биз чақалоқ учун энг яхши овқат - бу кўкрак сути эканлиги ҳақида айтган эдик ва бир йил давомида, ҳатто бир ярим ёшгача ҳам болани кўкракдан овқатлантириш мумкин ва керак. 6 ойликдан бошлаб болаларга кўшимча овқат берилади, тахминан бир ёшидан эса секин-аста “катталарнинг” овқатига ўтади. Агар сизнинг болангизда овқатланиш ва уни ҳазм қилиш билан боғлиқ бузилишлар бўлмаса, унда овқатнинг таркиби, консистенцияси ва ҳажми оддий боланинг овқатланишидан ҳеч қандай фарқ қилмаслиги керак.

Баъзи болаларда овқатлантириш ва овқатланишнинг мустақил малакаларини эгаллаш жараёнида мураккабликлар пайдо бўлиши мумкин

Боланинг ўз танасини бошқариши қанчалик қийин бўлса, унинг овқатланиши шунчалик қийин бўлади. Болада ҳаракатлар мувофиқлигининг умумий кучсизлигидан, агар унинг кўриш, ўтириш ва предметларни ушлаш қобилиятлари ёмон бўлса, овқатланиш билан бўлган қийинчиликлар, оғиз ва лаб мускулларининг кучсизлиги, бошни яхши ушлай олмасликдан пайдо бўлиши мумкин. Боланинг овқатланишини йўлга қўйиш ва унга имкони борича ўзи мустақил овқатланишини ўрганиши учун ёрдам бериш, буларнинг ҳаммасини, албатта, ҳисобга олиш керак.

Овқатлантириш жараёнини сиз ва бола учун енгиллаштирадиган, уни кўкракдан, бутилкадан ёки қошиқ билан овқатлантираётган босқичда қулай ҳолатни топиш жуда муҳим.

### **Мустақил кўникмаларни шакллантириш**

Бола мустақил овқатланиши учун оғзи, лаблари ва тилини ишлата билишдан ташқари, бошини тўғри ушлашни, предметларни ушлаши ва уларни оғзига олиб келишни бажара олиши керак.

Боланинг овқатланишни ва сувни ўзи ичишини ўрганишини рағбатлантириш учун овқатланиш пайтида ўз ёрдамингизни аста-секин камайтиринг. Бола яхши вазиятда ўтирганини кузатинг ва унга чашкани мустақил ушлашни ҳамда қошиқдан фойдаланишни ўргатинг.

### **4.3. Ювиниш, чўмилиш ва шахсий гигиена малакаларига ўргатиш**

#### **Шахсий гигиена кўникмалари**

Шахсий гигиена кўникмалари – бола ривожланиши ва унинг мустақиллигини шаклланишидаги муҳим босқич ҳисобланади. Ўз шахсий тозалиги ва озодалигини сақлай олиши болага ўз-ўзига ғамхўрлик қила олиши ва ўзини жамиятда дадил ҳис эта олишига имконият беради.

Одатда болалар шахсий гигиенанинг барча кўникмаларини 6 ёшгача ўрганадилар ва ривожланишида бузилишга эга бўлган болани ҳам бу босқичда ўз-ўзига хизмат кўрсатишга ўргатиш муҳимдир.

Болани қўли, юзи, бурнини тоза тутишга, тиш тозалаш, чўмилиш ҳамда бошини ювишни, ҳожатхонадан фойдаланишни ўргатиш лозим. Болалар кўп ҳолларда кўчада сайр қилиб ёки бирон бир ижодий фаолият билан машғул бўлиб устки кийимларини ифлос қиладилар. Масалан, расм чизиш вақтида боланинг тоза бўлишини назорат қилиш қийин ва керак ҳам эмас.

Энг муҳими бола кир бўлган қўл, оёқ ва юзини тозалаш осон эканлигини тушуниб етишидадир. Белгиланган вазиятларда - ҳожатхонага бориб келганидан кейин, овқатдан олдин ва кейин ҳамда уйқудан олдин, албатта, тозалик қоидаларига риоя қилишни одат тусига киргизиши муҳимдир.

Болага иложи борича ўз-ўзини кундалик гигиеник парвариш қилишда мустақил бўлишига ёрдам беринг ва ҳатто унга сизнинг ёрдамингиз керак бўлса-да, бола учун ҳамма ишни бажарманг.

Масалан, сиз болага ваннага киришига ва ўзига қулай ҳолатни эгаллашига ёрдам беришингиз мумкин, лекин қолган барча ҳаракатларни унинг ўзи бажарсин. Ёдда тутинг, агарда фарзандингиз ўз-ўзини гигиеник парвариш қилишни мустақил амалга ошира олмаса, у улғая борган сари жамиятда ўзини ноқулай ҳис қилади.

#### **Болани чўмилтириш**

Доимий чўмилиш барча болалар учун зарур. Фарзандингиз бу жараёндан кўрқмаслиги ва уни яхши кўриши учун болани, иложи борича, барвақт сувга ўргатинг ҳамда чўмилишни бола учун ёқимли ва қизиқарли қилинг.

Бола билан мулойим гаплашинг, сувнинг ҳарорати бола учун қулай бўлишини, боланинг кўзи ва оғзига сув кирмаслигини назоратда ушланг, у билан тактил ва кўриш алоқасини ушланг, бола ўзини тинч ҳис қилсин. Болани чўчитмаслик учун душ ёки тоғорадан бола бошига сув куйманг ва уни сувга аста-секин солинг. Бу вақтни фақат болани чўмилтириш учун фойдаланманг, болага ўйинчоқ билан ўйнашга ёки шунчаки сувни шاپиллатишига имконият беринг.

Боланинг ўсиши ва ривожланиши билан уни чўмилтириш жараёнига янада фаолроқ жалб этинг ва ўз-ўзини парвариш қилиш ҳаракатларини кўпроқ унинг ўзига мустақил бажаришига кўмак беринг.

Болага янги кўникмаларни ўзлаштириш қулай бўлиши учун раковинанинг олдига кичкина ўтиргич ҳамда боланинг бўйига мослаб тиш чўтка ва совун учун тоқча, сочиқ учун илгич ва кўзгу кўйиш мумкин.

Фарзандингиз ўзини кўзгуда кўриши жуда муҳимдир. Шу орқали у кир ва тоза юзнинг фарқини, тиш чўткадан кейин унинг тишлари қандай ярқирашини ҳамда унинг бурни оқаётганда у қандай кўринишда эканлигини кўриши мумкин.

Болани ўз ташқи кўринишига ва ювиниш, тишини тозалаш ва бошини ювганидан кейин рўй берадиган ўзгаришларга эътиборини жалб этиш учун кўзгудан фойдаланинг, шунингдек, у чўмилишдан сўнг қандай чиройли ва тоза-озода бўлганлигини унга айтинг.

Агарда бола белгиланган ҳаракатлар натижасида у тоза-озода, соғлом, ўзи ва бошқаларнинг эътиборини жалб этувчи ҳолатда эканлигини тушуниб етса, у ушбу ҳаракатларни ўрганиш учун ўз тайёргарлигини намоён этади.

Боланинг тишлари пайдо бўлиши билан уларни тозалашни бошлаш зарур. Аввалига буни сиз ўзингиз кичкина ва юмшоқ чўтка ёки пахта ўралган таёқча билан тозалашингиз мумкин. Уч ёшгача булган болалар учун тиш чўткасини ишлатиш зарурий эмас.

Бола тиш чўткасини ушлашни ўрганганидан сўнг уни ўз тишларини мустақил тозалашга ўргатинг. Олдин унга тишни қандай тозалаш кераклигини ўзингизда кўрсатинг сўнгра боладан сизнинг ҳаракатларингизни такрорлашини сўранг. Болага тиш ювиш жараёнини тушуниши учун унга тиш чўткасини беринг, унинг қўлини ўз қўлларингизга олиб, чўтка билан унинг тишларига олиб боринг.

Аста-секин қўллаб-қувватлашни камайтириб боринг ва болага сўз орқали ёрдам беринг. Боладан ҳар сафар тишларини тозалаб бўлгач кўзгуга қарашни сўранг, ва у билан биргаликда унинг тишлари тоза ва ялтираб туришидан қувонинг. Болага тишини изчил тозалашга: ички ва ташқи томонларини, чўткани турли йўналишлар - у томондан бу томонга ва юқоридан-пастга ҳаракатлантиришга ўргатинг.

### **Ҳожатхонадан фойдаланиш кўникмалари**

Табиий эҳтиёжлардан ҳоли бўлишни ўргатиш болада мустақилликни ва ўз шахсий ғурурини шакллантириш учун муҳим аҳамиятга эга. Агарда бола жисмоний бузилишга эга бўлса, ушбу кўникмани эгаллаши учун қийинчиликлар юза келиши ва мутахассиснинг ёрдами керак бўлиши



мумкин. Лекин, ўтиб бўлмас қийинчиликлар мавжуд бўлмаса, болани албатта ҳожатхонадан фойдаланишга ўргатиш лозим.

Ва ҳатто бола оғир жисмоний бузилишга эга бўлса ва унга ҳожатхонага бориши ва ўз кийимларини жойлаштириш учун ёрдам керак бўлса, у ёрдам сўрашни ва сабр қилишни ўрганиши мумкин.

Ушбу кўникмаларни муваффақиятли ўзлаштириш, фарзандингизни болалар боғчасига, мактабга, меҳмонга бориш ва сайр қилиш имконияти мавжуд эканлигидан далолат беради, сиз эса болани парвариш қилиш вазифангизни аҳамиятли даражада енгиллаштирасиз.

Болани ҳожатга чиқаришни ўргатиш турли оилаларда турлича бўлиб, улар бир-бирларидан фарқ қиладилар. Лекин бугунги кунда мутахассислар болани бир ярим ёшгача тувакка ўтиришни сўрашни ўргатишни тавсия этмайдилар. Одатда ушбу ёшдаги болада ҳожатга чақирувлар ўртасидаги белгиланган масофа ўрнатилади ва бола ўз танасида нима содир бўлаётганлигига эътиборини қарата бошлайди. Алоҳида хусусиятли бола қовуқ ва ичаклари устидан назорат ўрнатиш ҳамда содир бўлаётган ўзгаришларни англаб етиши учун узоқ вақт талаб этилиши мумкин, лекин унинг бу ўзгаришларни сезиши учун анча барвақт ҳам тайёр бўлиши эҳтимолдан холи эмас.

Ҳар қандай ҳолатда ҳам, фарзандингиз қайси ёшда бўлишидан қатъи назар, табиий эҳтиёжларидан холи бўлишни ўргатишни қуйидаги мезонларга суянган ҳолда бошлаш мумкин.

Қовуқни назорат қила олиш қобилияти. Агарда бола узоқ вақтгача қуруқ бўлса ва у ёки бу усул билан сийишга эҳтиёжи борлигини билдира олса, демак унда бу қобилият шаклланган.

Жисмоний тайёргарлик. Агарда бола майда нарсаларни ушлай олса, ёрдамсиз ўтира олса ва мувозанатини сақлай олса, у ҳолда болага ўргатишни бошлаш мумкин.

Катталар билан ўзаро ҳаракат қилишга тайёргарлик. Агарда бола ўзига қаратилган оддий сўзларни тушуна олса ва сизнинг илтимосингиз билан мураккаб бўлмаган ҳаракатларни бажара олса, демак у ўрганишга тайёр.

Умуман болани ҳожатхонадан фойдалана олишга ўргатиш усули ота-онанинг бошқа ҳар қандай болани бу жараёнга ўргатиш усулидан фарқ қилмайди. Фарзандингизга ушбу кўникмани ўзлаштириши учун кўп вақт кетиши сизга эса сабр ва қатъийлик зарур бўлиши мумкин, лекин олинган натижа ушбу даврдаги қийинчиликларнинг ўрнини босади.

Болани ҳожатхонадан фойдаланишга ўргатишни бошлашда қуйидаги кўрсатмаларга амал қилишга ҳаракат қилинг:

Болани тувакка ўтиришга мослашиши учун имконият беринг. Болани иштони ёки таглигини алмаштиргунча, аввал болани тувакка бир неча дақиқага ўтиргизинг. Болани яхши ушлайдиган ва мустаҳкам тувак танланг. Агарда бола тувакка ўтиришни ёқтирмаса, у тувакда бир неча дақиқа ушлаб туриш учун унинг эътиборини бирон бир қизиқарли нарса билан жалб этишга ҳаракат қилинг, у билан биргаликда ўйнанг.

Бола ўз табиий эҳтиёжларидан ҳоли бўлишни билдирувчи ва бола тушунадиган ҳамда фойдалана оладиган белгиланган сўзлардан фойдаланинг. Агарда бола сўзлашишга кийналса, сўзлар ўрнига имо-ишоралар ёки белгиларни ўйлаб чиқаринг. Ҳар сафар бола тувакка ўтирган ёки ҳожатхонага борадиган вақтда ушбу сўз ёки имо-ишораларни такрорланг.

Бир неча кун давомида болани кузатинг, у қачон ҳожатга чиқади, (масалан, нонуштадан ёки тушликдан сўнг). Болани ҳар сафар айнан шу вақтда ёки боланинг хатти-ҳаракатида уни ҳожатга чиқишни хоҳлаётганлигини сезган вақтингизда тувакка ёки унитазга ўтиргизинг.

Ҳожатга чиқишни англаувчи сўз ва имо-ишоралардан фойдаланиб, боладан тувак ёки унитазга “ўз ишини бажаришини” сўранг, уни бир неча дақиқага қолдиринг, лекин 10 дақиқадан ортиқ эмас. Агарда ушбу вақт ичида бола ўз ҳожатини чиқарган бўлса, уни мақтанг, сиз ундан хурсанд эканлигингизни кўрсатинг. Боланинг эътиборини уни қуруқ ва тоза бўлишига жалб этинг, бунинг учун уни мақтанг. Агарда бола ҳеч нарса қилмаса ёки иштонини ифлос қилса, уни уришманг ва ўзини айбдор, деб ҳис этишга мажбурламанг.

Боладан нима талаб этилаётганини унга кўргазмали тарзда кўрсатинг. Сиз пластмасса ёки резинали кўғирчоқдан фойдаланишингиз мумкин. Кўғирчоқни тешиб, унга сув солинади ва болага у қандай қилиб ҳожатхонага чиқишни “билиши” кўрсатилади. Сиз, шунингдек, унинг ака, сингиллари тувак ёки ҳожатдан қандай фойдаланишларини кўрсатишингиз мумкин, бу, айниқса, ақлий ва нутқ ривожланишидан ортида қолган болалар учун жуда муҳимдир.

Аста-секин бола сиздан тувакка ўтиргизишни сўрайди, у ёки бу усул билан у ҳожатга чиқмоқчи эканлигини кўрсатади, лекин маълум бир вақтгача бу ҳақида хабарни кечикиб ҳам бериши мумкин. Уни уришманг, аксинча у сизга бу ҳақда хабар берганлиги учун уни мақтанг. Бола ҳожатга чиқиши учун ўрганган сўзлардан фойдаланиши ёки сизнинг эътиборингизни тортиш учун кийимингизни тортиши, тувак ёки ҳожатхона эшигини кўрсатиши мумкин бўлган ҳаракатларга эътиборли бўлинг.

Бола ҳатто тувакка ўтиришни ёки ҳожатхонага боришни сўрашни ўрганган бўлса-да, кийимини ечиш ва кийиш, ҳожатхона қоғозидан

фойдаланиш ёки сувни оқизиш учун унга сизнинг ёрдамингиз керак бўлади. Агарда бола ёши ёки жисмоний етуклиги бўйича бу ишларни бажара олса, болани бу ишларни мустақил бажаришга ўргатинг.

#### **4.4. Мустақил кийинишга ўргатиш**

Уст ва оёқ кийимларини мустақил кийиш ва еча олиш - ҳар қандай бола учун муҳим кўникмадир. Агарда унинг ҳаракатида бузилиши ёки ривожланишдан орқада қолган бўлса, бу ҳолатда ушбу кўникмани эгаллаш секин амалга ошиши мумкин. Ушбу ҳолатда кўпинча ота-оналар ва яқинларининг яхшиси болани ўзлари кийинтириш ёки ечинтиришлари тезроқ бўлади деб бола учун ҳамма нарсани ўзлари бажариб қўя қоладилар, бу билан боланинг ўрганишига имконият бермайдилар ва унинг ривожланишини орқага тортадилар. Кийиниш ва ечиниш – инсоннинг ҳар куни бир неча марта бажарадиган ҳаракатидир, агарда фарзандингиз ушбу ҳаракатларни бажаришни ўзлаштирмаган бўлса, у ҳар доим кимнингдир ёрдамига муҳтож бўлади ва бошқа мустақил ҳаракатлардан чекланиб қолади.

Болага кийиниш ва ечинишни ўргатиш учун вақт ва сабр-тоқат талаб этилади, бундан ташқари кийиниш ва ечиниш бола ҳаракат функциясининг маълум даражада ривожланишини талаб этади. Шунинг учун болага ўргатишни бошлаганда етарлича вақт ажратинг, боланинг ривожланиш даражасидан келиб чиқиб, сизга ёрдам бериш истагини туғдирган ҳолда уни бу жараёнга жалб этинг. Айни пайтда болани дарҳол барча ҳаракатларга ўргатишга интилманг, унинг аста-секин ҳаракат қилишига имконият беринг, ёдда тутинг кийиниш ва ечиниш - мураккаб кўникма.

Сиз кийиниш жараёндан болани дарҳол бошқа соҳаларда ҳам ривожлантириш имконияти сифатида фойдаланишингиз мумкин: ўзи ва атроф-муҳитни англаш, билиш жараёнларини ривожлантириш, ҳаракат кўникмалари ва бошқарувини ривожлантириш, нутқ ва муомала кўникмаларини ривожланиши. Бунинг учун болани кийинтириш ва ечинтириш вақтида, албатта, у билан сўзлашинг, кийимлар ва тана қисмларининг номини айтинг, боланинг эътиборини кийимнинг ранги ва пайпаслашда қанақа эканлигига қаратинг. Бола кийиниб бўлгач уни кўзгуга қаратинг ва унинг тартибли ҳамда чиройли ташқи кўриниши учун мақтанг.

Болани кийинтириш вақтида болага қулай ҳолатни топиш учун турли ҳолатларда синаб кўринг.

Мускули тортишувчан болани тиззаларингиз устига ётқизиб, юзини пастга қаратилган, оёқлари сонига букилган ҳолатда кийинтириш мумкин.

Болага ёнбош ҳолатда ётиб кийиниш қулай бўлиши мумкин. Ушбу ҳолатда бола у ёнбошидан бу ёнбошига бурилиб ўзи кийинишни ўрганиши мумкин.

Бола деворга тиранаётгани ва ота-онаси ёнида эканини чизиб тугаллаш керак.

Болани кийинтира туриб, кийимларни у кўра оладидан ва қўли ета оладиган ҳолатда тахланг.

Агарда бола ҳаракатида бузилиш бўлса, аввал танасининг зарарланган қисмини кийинтиринг ва ечинтиришда эса шу қисмини охирги навбатда бажаринг.

Болага бажараётган ҳаракатларингизни айтинг, иложи борича унда бу жараёнга иштирок этиш хоҳишини уйғотинг, масалан, ундан қўлини кўтаришни ёки оёғини букишини сўранг.

### **Мустақил кийиниш кўникмаларини шакллантириш**

Болада кийиниш ва ечиниш жараёнида иштирок этиши учун жисмоний имконият, сизнинг сўзларингиз ва имо-ишораларингизни тушуна олиш имконияти пайдо бўлиши билан баъзи бир ҳаракатларни мустақил бажаришга ўргатишни бошланг. Боладан мустақил равишда қўлини кийими енгига, оёғини эса иштониغا ёки юбкасига тикиши, бош кийимини ёки пайпоғини ўзи тортишини сўранг.

Кийинишдан кўра ечиниш осонроқ бўлгани учун унга ечиш осон бўлган нарсаларни – шапка, пайпоғини, оёқ кийимининг ипини ечишни сўранг. Боланинг куртка ёки пальтосининг тугмаларини ечиб, уларни устидан ташлашни сўранг. Сўнгра эса мураккаблиги даражасига кўра қийин бўлган ҳаракат - юбка ёки шимни ечиш ҳаракати келади, шундан сўнг бола кўйлаги ва свитерини ечишни ўрганади.

Кийинишни ўрганиш қуйидаги тартибда ривожланади: аввал бош кийимни кийишни, сўнгра эса майка, кўйлак, свитер ва ундан сўнг эса труси, шим ва юбка кийишни ўрганади. Охирги навбатда эса бола пайпоғи ва оёқ кийимини кийишни, кийимларининг тугмаларини ўтказиш ва оёқ кийимининг ипларини боғлашни ёки махсус ўтказгичларини ўтказишни ўрганади.

Кўникмаларни ўзлаштиришнинг ушбу кетма-кетлигини билган ҳолда, унга бажариш осон бўлган ҳаракатлардан бошлаб, болани кийиниш ва ечинишга босқичма-босқич ўргатиб боринг.

Болани кийиниш кўникмаларини ўзлаштиришга қизиқтириш учун қуйидагаларни бажаришингиз мумкин:

Бола билан биргаликда ўйнаб, қўғирчоқ, айиқчани ёки бошқа ўйинчоқларни кийинтириш ва ечинтириш мумкин.

Бола билан биргаликда кийиниш ва ечиниш ҳамда “маскарад” ўйинини ўйнаш, болага катталарнинг кийимини, қизиқарли костюмларни кийдириш, боладан сизни ёки оила аъзоларидан кимнидир кийинтиришни сўраш мумкин.

Бола билан биргаликда журналдан кийимларнинг суратини қирқиб олиш ва улардан китобча тайёрлаш.

Кийиниш вақтида ғойиб “хатоларни” қилиш, масалан, сиз боланинг пайпоғини кийишингиз, унга эса ўзингизнинг пайпоғингизни кийдиришингиз ёки кийимни тескарисига кийиш ва бола бу хатоларни тўғрилашини кутишингиз мумкин.

Тугма ўтказиш ва ип боғлаш каби мураккаб кўникмаларни ўзлаштириш учун, кичкина стенд тайёрланг, унга ип, боғич, ҳалқа билан тугма тикилган мато бўлаги, замок ва ёпишгич бириктирилади. Бу каби стенд кўмагида бола керакли кўникмаларни ўрганишни амалиётда синаб кўради ва майда моторик ҳаракатларни қўшимча равишда ривожлантиради.

Болани кийинтиришга ўргатиш вақтида унда шаклланиб бўлган ўтириш, тиззасига ёки оёғида тик туриш кўникмалари орқали машқ қила олиши мумкин бўлган қатъий ҳолатни танланг. Болага ўз танасини тўғри ушлашга ёрдам беринг, лекин қолган барча ҳаракатларни боланинг ўзи максимал даражада бажарсин. Болага ҳозир сиз нима қилишингизни айтинг ва ундан кейин нима қилиш кераклигини сўранг. Агарда болада оғзаки нутқни идрок қилишида қийинчилик бўлса, имо-ишора ёки суратлардан фойдаланинг.

Шунингдек сизнинг эътиборингизни боланинг уст-бош ва оёқ кийими нафақат қулай, балки чиройли ҳам бўлиши кераклигига қаратишни хоҳлар эдик. Бола ҳатто кўп вақт уйда бўлса-да, унинг кийимлари ҳаётнинг ҳар хил вазиятлари, яъни кундалик ва байрам кунлари учун тайёр бўлиши керак. Фарзандингиз аравада юрса ҳам унинг учун чиройли оёқ кийим олинг ва сайрга чиққан вақтда, албатта, оёқ кийимини кийдинг. Боланинг хоҳишларини ҳурмат қилинг, униандай уст бош ва оёқ кийимни сотиб олиши ва кийиб юришида танлаш ҳуқуқидан маҳрум этманг.

Ушбу қисмда боланинг бошқалар билан ўзаро ҳаракатга киришиш ва жамиятда яшаш қобилиятини белгилайдиган муҳим кўникмаларни шакллантириш масалаларига тегишли бўлган ижтимоий кўникмаларнинг ривожланиши устида тўхталамиз.

Биз жамиятда яшаймиз ва бизга бошқаларни тушуна олишимиз ва улар учун тушунарли бўлишимизга, атроф-муҳит билан алоқа ўрнатиш ва ушлаш, турли ҳаётий вазиятларда ўзимизда ишончни ҳис этишимизга ёрдам берадиган кўникмалар зарурдир.

Тенгдошлари ва катталар билан мулоқот қила олиш, янги вазиятларга нисбатан йўналишни ола билиш, хулқ-атворнинг умум қабул қилинган меъёрларига мос ҳолда жамиятда ўзини тута билиш – буларнинг барчаси муҳим ижтимоий кўникмалар бўлиб, ҳар қандай болани ушбу кўникмаларга ўргатиш муҳимдир.

Ўз-ўзига хизмат кўрсатиш, бу ривожланиш ҳақида юқоридаги қисмларда тўхталган эдик, шунингдек, у ижтимоий кўникмалар таркибига кирази, чунки боланинг жамоатчилик қоидаларига мос келишига ҳамда инсонлар билан мулоқотда жараёнида ўзига нисбатан ишонч ҳиссини туйишига кўмак беради.

Ижтимоий кўникмаларни шакллантириш тўғридан-тўғри боланинг эмоционал ривожланиши билан боғлиқ. Ўзи ва бошқаларнинг ҳисларини тушуна олиш, ўз-ўзини баҳолай олиш қобилиятининг шаклланганлиги, ўз-ўзини назорат қила олиши болага бошқа кишилар билан ўзаро алоқага киришишни ўрганиш ва улар билан яхши муносабатларни ўрнатиши учун керак.

Бола ўзининг индивидуаллигини англаши ва ўзини алоҳида шахс сифатида идрок этиш даражасига кўра у жамиятда, яъни оилада, қариндошлари, дўстлари, қўшнилари, мактабгача таълим муассасасидаги ва мактабдаги ўртоқлари ва ҳ.к. орасида яшашни ўрганади.

Шундай қилиб, ижтимоий кўникма бу – кенг маънода боланинг инсонлар орасида яшашига имконият берувчи барча қобилиятидир. Бунинг учун эса бола олдида амалиётда қатор аниқ кўникмаларни эгаллаш вазифаси туради. Демак булар – “йўқ” деб жавоб қайтара олиш, ёрдам сўрай олиши, бўлиша олиш, ҳамкорлик, қоидаларга амал қилиш; бошқаларни эшита олиш қобилияти, танқидни қабул қила олиш, миннатдорчилик билдира олиш, ўз фикрини ҳимоя қила олиш, можароли вазиятларни ҳалқ ила олишидир.

Албатта, ижтимоий кўникмаларни ўзлаштириш катта ёш даврларида ҳам давом этади, лекин уларнинг шаклланиши илк болалик давридаёқ бошланади ва ривожланишида алоҳида хусусиятга эга бўлган бола учун, албатта, катталарнинг кўмаги зарур. Сиз учун муҳим бўлган вазифа – ўз фазандингизга унинг учун мумкин бўлган барча усуллар орқали мулоқотга киришишни ўргатишдир. Болани хатти-ҳаракат меъёрлари ва қоидаларига ўргатиш, фарзандингиз энг юқори даражада мустақил инсон ва жамиятнинг тўлақонли аъзоси бўлишига интилишингиз зарурдир.

## 4.5. Коммуникатив малакаларни ривожлантириш

### Нутқ ва мулоқот

Биз мулоқотга бўлган эҳтиёж инсоннинг муҳим эҳтиёжларидан бири эканлиги ҳақида сўзлашган эдик. Алоҳида хусусиятли бола учун мулоқот қила олиш кўникмаларини эгаллаш ўта муҳим аҳамиятга молик, чунки бу нафақат унинг кейинги ривожланишига ижобий таъсир кўрсатади балки боланинг кундалик ҳаётидаги чегараларни мулоқот учун янада кенгайтиради ва бола учун катта оламга кириш имкониятини яратади.

Бола мулоқот жараёнига кириб, олам, инсонлар ва ўзи ҳақида янги маълумотларни олади, хатти-ҳаракатнинг янги шакллари ўзлаштиради, атроф-муҳит билан ўз муносабатини ўргатади.

Мулоқот жараёнида болада билиш қобилияти ривожланади, қабул қилиш ва тушуниш эҳтиёжи қониқтирилади, ёлғизлик ва ажралиб қолиш ҳиссини тарк эта олади. Азиз ота-оналар, сизнинг фарзандингиз, албатта, савол бера олиш ва жавоб олиш, ўз хоҳиш-истакларини, содир бўлаётган вазиятга нисбатан рози ёки рози эмаслиги, ўз фикр ва ҳисларини бўлиша олиш имкониятига эга бўлиши керак. Унинг ижтимоий ривожланиши учун нафақат оила аъзолари билан, балки бошқалар, яъни турли ёшдаги болалар ва катталар билан ҳам мулоқотда бўлиши зарурдир.

Одатда, мулоқот ҳақида сўзлаб, ушбу жараённи биз оғзаки нутқ, сўзларни назарда тутамиз, лекин мулоқот бу – инсон учун кенг маънодаги тушунчадир. У ўз таркибига биз бошқаларнинг маълумотларини қандай тушунишимизни ҳамда бошқаларга ўз фикр, ҳисларимиз ва истакларимизни қайси усуллар орқали билдиришимизни ҳам киритади. Ва ҳар доим ҳам бошқа кишиларни тушуниш ва ўзаро алоқага киришиш учун сўзлар зарур эмас.

Аслида, одатий инсоний мулоқот жараёнида сўзлар биз ўйлагандек унчалик кўп жой эгалламайди. Олимларнинг фикрича мулоқот жараёнида сўзлар фақат 7% ташкил этади, холос, 38% эса товуш ва интонация (оханг), 55% эса тана ҳолати, имо-ишоралар каби усуллардан иборатдир. Сўзлар орқали биз маълумотларни етказамиз, бошқа, яъни новербал усуллар орқали эса ушбу маълумотларга нисбатан ўз муносабатимизни билдираемиз.

Алоҳида хусусиятли бола учун бошқа ҳар қандай бола каби мулоқот ва сўзлашишни ўрганиш жуда муҳимдир. Лекин фарзандингизда оғзаки нутқни эгаллаши учун тўсиқ бўладиган бузилиш мавжуд бўлса, у ҳолда сиз уни ўзлаштира олиши мумкин бўлган мулоқот усулларини қўллай олишга ўргатишингиз лозим. Нафақат сўз балки имо-ишоралар, суратлар орқали ҳам сўзлашиш мумкин. Нутқида бузилишга эга бўлган болаларни ўргатиш мумкин бўлган имо-ишоралар тили мулоқот учун тўлақонли тил

ҳисобланади. Шунингдек, рамзлар ва белгилар орқали мулоқот қилиш мумкин бўлган тиллар ҳам мавжуд («БЛИСС», «Мақатон», «Сингалонг»).

Сизнинг эътиборингизни ўзига қаратиш ва қандайдир маълумот етказиш учун, масалан, бола қуйидаги усуллардан фойдаланиши мумкин:

Овоз орқали товушлардан фойдаланиш.

«Ҳа-Йўк» хабарини етказиш (бош, кўз, қўл ёки оёғини қимирлатиш ёрдамида)

Бирон нарсани кўзи ёки бармоғи билан кўрсатиш

Имо-ишоралардан фойдаланиш

Сурат ва фотосуратлардан фойдаланиш

Ёзма нутқ ва расм чизиш.

Боланинг реал имкониятидан келиб чиққан ҳолда, агарда сўзлашишни ўргана олса, уни сўзлашишга ўргатинг ва оғзаки нутқни ўзлаштиришида ёрдам беринг, лекин сиз болани узоқ вақтдан буён сўзлашишни бошламаганлигини кўрсангиз, у ҳолда болага мулоқот қила олиш имкониятини бериш учун бошқа усуллардан фойдаланинг. Имо-ишоралар фойдаланишда бола оғзаки сўзлашишдан тўхтаб қолади деб ташвишланманг, агарда болада оғзаки нутқни эгаллаш учун жисмоний чекланганлик бўлмаса бу вазият рўй бермайди. Болани мулоқот учун эгаллаган усулларида фойдаланган ҳолда уни оғзаки сўзлашишга ҳам параллел ҳолда ўргатишни давом эттиринг.

### **Мулоқот кўникмаларини шакллантириш**

Болага инсонлар билан алоқа ўрнатишга ёрдам берадиган кўникмаларнинг шаклланиш жараёни, бола биринчи сўз ва жумлаларни айтмасдан олдин бошланади. Илк болалик даврида ўзлаштирадиган ва унинг асосида ўзаро ижтимоий алоқаларини шакллантирадиган кўникмалар сифатида қуйидагиларни ажратиш мумкин:

Инсонларга ва уларнинг эътиборини тортишга нисбатан қизиқишнинг пайдо бўлиши.

Ўз диққатини тўплай ва жавоб қайтара олиши қобилияти.

Ўйин ўйнай олиш қобилияти.

Навбатга риоя қила олиши ва бўлиша олиш қобилияти.

Тақлид қилиш ва ҳамкорликдаги фаолият.

Бола туғилганидаёқ инсонларга нисбатан ўз қизиқишларини намоён эта бошлайди, айнан инсон юзи янги туғилган чақалоқни ҳамма нарсадан кўпроқ қизиқтиради. Бола ривожланиш даражасига кура жилмаяди ва гуврана бошлайди ва бунга катталар томонидан ижобий жавоб қайтарилади. Агарда бола бирон нарсани хоҳласа катталарнинг эътиборини жалб этиш ва истаган



нарсасини олиш учун бақиради, йиғлайди ёки ҳар хил товушларни чиқаради, оёқк ва қўлчаларини ҳаракатлантира бошлайди.

Шундай қилиб, бола бошқа кишилар ўзаро алоқага кира олиш қобилиятига эга эканлигини тушунишни ўрганади ва унинг белгиланган ҳаракатлари унга бошқаларнинг эътиборини тортиш ҳамда ўзи хоҳлаган нарсани эгаллаш имкониятини беради.

Баъзи бир алоҳида хусусиятли болаларда бошқа кишиларга нисбатан қизиқишнинг пайдо бўлишида қийинчиликлар бўлиши мумкин, ривожланишидаги баъзи бир бузилишлар эса катталар эътиборини жалб этиш қобилиятини чеклаб қўяди. Бу ерда ота-оналар, албатта, ёдда тутишлари керак-ки, ҳатто бола сиз ва атрофидаги кишиларга нисбатан қизиқишини намоён этмаса, сизга суст жавоб қайтарса ёки умуман жавоб қайтармаса, сиз асло бола билан мулоқот қилишни тўхтатманг!

Агарда сиз болага диққат-эътиборингизни қаратишни тўхтатсангиз, унинг алоқа ўрнатиш ва сизнинг эътиборингизни тортишга қилган ҳаракатларига эътибор бермасангиз, фарзандингиз кишилар ва атроф-муҳитга нисбатан қизиқишини йўқотади. Мулоқот қилишни ўрганмаслик бола ривожланишига салбий таъсир кўрсатади.

Бола ўзини ўраб турган муҳитга нисбатан ўз қизиқишларини намоён этиш даражасига кўра, у нарса ва инсонларга нисбатан диққатини тўплашни ва рўй бераётган ҳодисаларга нисбатан эса жавоб қайтаришни ўрганишни бошлайди.

Нарсаларга нисбатан ўз диққатини тўплай олиш болага уларни ўрганишни, инсон юзи, овози ва хатти-ҳаракатига эътиборини қаратиш унга товушларга қулоқ солиш ва сўзларни такрорлаш, катталар хатти-ҳаракатидан нусха кўчириш имкониятини беради. Ушбу кўникмаларни фарзандингизда ривожлантиришга ёрдам бериш учун болани атрофидаги оламга қизиқишларини фаоллаштириш учун барча усуллардан фойдаланинг (юқоридаги кўрсатмаларга қаранг), шунингдек, болага қисқа муддат ичида бўлса-да, ундан диққатини тўплаш ва кутишни талаб этувчи машғулотларни таклиф этинг.

Шар ёки машина туннелга қараб ҳаракатланувчи ва бола кўзи билан кузатиши керак бўлган ўйин ўйнанг, совун кўпикларини секин пуфланг ва пуфакларни чиқаринг, бола кейинги пуфакларнинг чиқишини бир неча дақиқа кутиб турсин. Бола диққат билан эшитиш ва кўришдек муҳим бўлган кўникмани ҳам ривожлантиринг. Бунинг учун болага унга ёқадиган китоб ўқиб беринг, хикоялар сўзлаб беринг, суратлар, фотосуратларни томоша қилинг, конструктор ва пазлларни тўпланг.

Ўйин – бола учун ўз-ўзини, бошқа одамларни ва олами англашидаги муҳим усуллардан биридир. Ўйинда боланинг аклий, жисмоний, ҳиссий ривожланиши жараёни кечади, нутқ фаол ривожланади ва мулоқот ҳамда ижтимоий ўзаро ҳаракатлар кўникмалари шаклланади. Ўйин бу – бола учун табиий ўқиш жараёнидир, агарда фарзандингиз учун қайси бир сабаблар билан ўйнаш қийин бўлса, улар бошқа муҳим кўникмалар учун асос эканлигини ёдда тутган ҳолда, албатта, уни ўйин кўникмаларини ўзлаштиришига ёрдам беринг.

Боланинг ижтимоий ривожланиши учун ўйин муҳим аҳамиятга моликдир, чунки уйин болага бошқа кишилар билан алоқага киришиш, ўзаро ҳаракат қилиш, улар билан келишиш, қоидаларга риоя қилиш имкониятини беради. Ўйин жараёнида бола бошқаларни тушунишни ўрганади, улар билан ўз муносабатни ўрнатади, уларнинг ҳис-туйғуларига эътиборини қаратишни, ўз навбатини кутиш ва атрофдагилар билан бўлишиш каби ижтимоий кўникмаларни ривожлантиради.

Ўз навбатини кута олиш умуман сўзлашиш ва мулоқот жараёнининг асосий шarti ҳисобланади. Болада ушбу кўникмани иложи борича эрта ривожлантиришни бошланг: у билан мулоқотни диалог шаклида қуринг ва (ҳатто бола хали сўзлашмаса ҳам) ундан жавобни ҳар қандай шаклда кутинг. Агар сиз боладан бирон нарса сўрасангиз, сабр билан жавобини кутинг ва сиз ҳам ўз навбатида унинг саволларига жавоб беринг, унинг сўзлашиш учун қилган барча ҳаракатларига жавоб қайтаринг.

Болани бўлишишга ўргатинг – бу биргаликдаги фаолиятини ташкил этишда ва ўта муҳим шахсий кўникма бўлиб, болага фикр юритишни ўрганиши ва бошқалар ҳақида ғамхўрлик қила олишида ёрдам беради.

Тақлид қила олиш боланинг таълим олиш жараёни учун муҳим ҳаётий қобилият бўлиб, айниқса, мулоқот ва умуман ижтимоий кўникмаларини ривожланиши учун муҳим ҳисобланади. Катталарга тақлид қилиб, бола товуш ва сўзларни талаффуз қилишни ўрганади, унинг асосида нутқ шаклланади, имо-ишора ва хатти-ҳаракатлардан нусха кўчирган ҳолда ўзини тутишни ўрганади. Бола бошқа кишилар, биринчи навбатда эса ўзига аҳамиятли булган кишилар ортидан хатти-ҳаракатларни такрорлаб сўзлашишни, мулоқот қилиш усулларини, ўз-ўзига хизмат кўрсатиш кўникмаларини ўрганади.

Ҳамкорликдаги ўйин ёки бошқа фаолият боланинг бу каби кўникмаларини фаол ривожлантиради, бундан ташқари эса унинг ўзи ҳам болада янги кўникмаларни ўзлаштириши учун муҳим восита ҳисобланади. Тенгдошлари билан ўйнаб, оила аъзолари билан кундалик турмуш ишлари билан машғул бўлиб, бола алоқа ўрнатиш ва қўллаб-қувватлаш, ўз

хошишларини бошқаларнинг истакларига мос келтиришни, хатти-харакатнинг янги шаклларини ўзлаштиради.

Болага ижтимоий кўникмалар жамиятда яшаши учун керак, лекин улар асосан бошқа кишилар билан ўзаро алоқада янада фаол ривожланади. Азиз ота-оналар шуни ёдда тутингки, болада нутқ, мулоқот, ижтимоий ўзаро ҳаракат кўникмаси жамоада – мактабгача таълим муассасасида, болалар майдончасида, мактабда, дўстлари орасида муваффақиятли ривожланади. Болани таълим муассасаларига қатнашишининг барча имкониятларидан фойдаланишга, фаол мулоқотда бўлишга ҳамда дўстлашишга ҳаракат қилинг.

#### **4.6. Тўғри ижтимоий хулқни тарбиялаш**

Болада ижтимоий кўникмаларни ривожлантириш бўйича кўшимча кўрсатмалар:

Болани имо-ишора ва сўзлардан фойдаланган ҳолда саломлашиш ва хайрлашишга ўргатинг.

Болани имо-ишора ва сўзлар орқали ўзининг вазиятдан рози ёки норози эканлигини ифода этишга ўргатинг.

Болани бошқа кишилардан ёрдам сўрашга ўргатинг.

Болани сизнинг илтимосингиз билан ҳаракатларни бажаришга, сизга бирон нарсани беришга ўргатинг.

Болага таниш ва нотаниш кишиларни ажрата олишига кўмак беринг.

Болани ўзининг исми, фамилияси, ёши, қайси жинсга мансуб эканлигини билишга ўргатинг.

Болани аниқ қоидалар мавжуд бўлган ўйинларни ўйнашга ургатинг.

Бола билан сюжетли ва ролли “Она – киз”, “Ошхонада тайёргарлик”, “Дўконга ташриф буюриш” каби ўйинларни ўйнанг.

Нутқ ва мулоқот муқобил усулларининг ривожланиши

Нутқни ўзлаштирганча болалар аввал уларга айтилаётганларни эшитиш ва тушунишга ўрганадилар, товуш чиқарадилар, кейин эса сўзларни талаффуз қиладилар ва улардан гап тузадилар. Боланинг биринчи сўзи яқин одами ёки яхши таниш бўлган предметини англатади, кейин у оиланинг қолган аъзоларини, овқат, кийим-кечаклар, тана қисми, ўйинчоқларни номилашга ўрганади. Секин-аста бола ўзининг луғат бойлигини кенгайтиради ва битта сўздан бошқалари билан уйғунликда фойдаланишни бошлайди, олдинига икки сўздан иборат жумлани талаффуз этганча, кейинроқ жумлаларга янги ва яна янги сўзларни қўшиб, ўз нутқини мураккаблаштириб ҳамда ривожлантириб боради. Нутқни биз юқорида айтиб ўтган – мимика, имо-ишоралар ва интонация каби мулоқотнинг новербал усуллари кузатиб боради. Улар нафақат нутқни бойитади, балки бола учун

мулоқот имкониятини кенгайтиради, шу сабабли учун уларнинг ривожланиши ҳам бола учун жуда муҳим.

Одатда, болалар нутқнинг асосий малакаларини 3-4 ёшга келиб ўзлаштириб оладилар, бироқ баъзи жисмоний ёки психик бузилишлар туфайли фарзандингизнинг нутқ ривожланиши қийинлашиши мумкин. Келинг, болани гапиришга қандай ўргатиш мумкинлиги ҳақида батафсил тўхталиб ўтамиз.

Қачонки фарзандингиз энди гапиришни ўрганаётганида сизни яхши тушуниши учун қуйидаги тавсияларга амал қилишни синаб кўринг:

Бола билан гаплаша туриб, мураккаб сўз ва гаплардан фойдаланманг, аниқ ва равшан сўзланг. Болага мурожаатингиз ва илтимосингизни шундай аниқ ифодалангки, у сизни осон тушуна олсин. Масалан, “мен сенинг қошиқ билан столни тақиллатишингни истамаган бўлардим” дейиш ўрнига, “тақиллатма” деб айтинг.

Болага тушуниши учун вақт бергунча битта сўз ва жумлани бир неча бор такрорланг.

Юз ифодангиз ва гап оҳанги айтаётган сўзингизга мос тушишига интилинг.

Бола билан гаплашганда ўз сўзларингизни оддий имо-ишоралар билан ифодаланг, шунда унинг яхшироқ тушунишига ёрдамлашган бўласиз.

Бола билан гаплашганда унинг бўйи баробарида туринг ва нигоҳ ёки жисмоний алоқани сақланг.

Шу даражада болага у сўзсиз жавоб қайтариши мумкин бўлган саволларни беришни бошланг.

Масалан, ўйинчоқлар билан ўйнаганча, боладан айтилган ўйинчоқни бармоқлари билан кўрсатишга ундаганча қуёнча қани?, айиквой қани?, кўғирчоқ қани? деб сўранг.

Болани ювинтираётганингизда ва кийинтираётганингизда унинг тана қисмлари ва кийимларининг номини айтинг ҳамда уларни сизга кўрсатишини сўранг.

Боладан оддий ҳаракатларни бажаришини, масалан, коптокни олиб беришини, қўлини силкитишини ва бошқаларни сўранг.

Бола товушни талаффуз қилишни бошлаши учун унда оғиз ва хиқилдоқ мускуллари ривожланган бўлмоғи даркор. Сиз болага бу мускулларни машқ қилишида қуйидаги усуллардан фойдаланганча ёрдамлашишингиз мумкин:

Болада кулгуни чақиринг – бу мускулларни мустаҳкамлашнинг яхши усули. Болани қитиқланг ва у билан қувноқ ўйинларни ўйнанг.

Боланинг овози ва мимикасидан нусха олинг, ўзингиз кулгули қиёфалар яратинг, товушлар чиқаринг ва болани сизга тақлид қилишига унданг. Буларни бола билан кўзгуга қараганча қилишни синаб кўринг.

Агар қарши далил бўлмаса, унда бола билан пуфлаш талаб қилинадиган ўйинларни ўйнанг: совун кўпиклари ва стакандаги сувни похолпоя билан пуфлаш, ҳуштак чалиш, қамишсурнайда ўйнаш. Болага қоғоз ва мато, лента ва шарфлар бўлагига пуфлашни ўргатинг.

Болани чайнаш керак бўлган қаттиқ овқатлар билан овқатлантиринг ва уни трубкача билан ичишга ўргатинг. Болани қошиқни ялашга ва унда ёпишган овқатларни ялаб кўйишга ўргатинг – шундай қилиб лаб ва тил мускуллари машқ қилади.

Ўйин ёки ўқиш давомида товушга тақлидий сўзларни талаффуз қилинг, масалан: “му-у-у”, “мяу”, “гав-гав”, “хлоп-хлоп”, “зин-зин” ва болани ортингиздан такрорлашини рағбатлантиринг.

Бармоғингизни боланинг юқориги ва пастки лаби устидан юргизганча ёки кафтингиз билан оғзига шапатилаганча унга товушларни қандай чиқаришни тушунишида ёрдамлашинг. Худди шуларни бола сиз қандай овоз чиқараётганингизни кўриши учун ўз лабингизда қилиб кўрсатинг. Бола сизнинг лабларингиз қандай ҳаракатланишини кўриши учун товуш чиқарганча фаол артикуляция қилинг.

Қачонки бола товуш талаффуз қилишга уринганида унга ўз бармоғингиз билан унинг лабларини енгил ушлаб турганча ва ҳаракатлантирганча ёрдам беришга ҳаракат қилинг. Боланинг қўлларини бола кўриши ва буни қандай қилаётганингизни ҳис қилиши учун ўз лабингиз устига кўйинг ва товуш чиқаринг. Бу усул, айниқса, кўриш, эшитиш ва англаш қобилиятида бузилиши бўлган болаларнинг таълими учун жуда муҳим.

Нутқ ривожланиши учун ритм катта аҳамиятга эга, шунинг учун болага кўшиқ, айниқса, биргаликда қарсак чалиб, депсинадиган кўшиқлардан хиргойи қилиб беринг.

Қачонки бола сўзларни талаффуз қилишни бошлаган босқичда сиз унга талаффуз қилинган сўзларни, шунингдек, уларни аниқ предметлар ва вазиятлар билан алоқа ўрнатиши орқали тушунишини рағбатлантирганча ёрдамлашингиз мумкин:

Боланинг имо-ишорасини сўзга ўғиринг. Агар у ниманидир кўрсатса, ўзингиз бу предметнинг номини айтинг. Масалан, “Сен яна сут ичишни истайсанми? Мана сут”.

Агар бола сўз талаффуз қилмоқчи бўлиб, уни тўлиқ айта олмаса ёки нотўғри айтса, болани қўллаб-қувватланг ва унинг ортидан сўзни тўлиқ ва тўғри қилиб такрорланг. Масалан:

Бола билан ўйнаб, уни оддий “юқори ва паст”, “бер, ол”, “очдик, ёпдик” каби жуфт сўзларга ўргатинг.

Бола билан предметлар ва одамларни тасвирловчи оддий ёрқин суратлари бўлган китоб, шунингдек, фотоальбомни кўриб чиқинг. У ёки бу одамни ёхуд предметни кўрсатиб, боладан ким ёки нима эканини сўранг. Агар бола сўзларни нотўғри талаффуз қилса, уни тўғрилашга уринманг, бироқ шу сўзни ўзингиз тўғри тарзда такрорланг. Қачонки бола уйингизда мавжуд бўлган суратдаги предмет номини айтса, ундан шу предметни олиб келишини илтимос қилинг. Фотоальбомни томоша қилиб, оила аъзолари номини айтганча бола ҳозир уйда фотоальбомда сурати бўлган ким борлигини таққослаши мумкин.

Болага ғамхўрлик қилганча ёки у билан ўйнаганча, унга ўйинчоқлар, кийимлар ёки таомилар орасидан ниманидир танлашга имкон беринг.

Предметларни шундай жойлангки, бола уларни яхши кўра олсин ва у нимани истагини сўранг.

Қачонки сиз болани янги сўзга ўргатар экансиз, унда бола билан суҳбатлашганда, шу сўзни бир неча бор ва турли предметлар ёки вазиятларга нисбат бериб такрорланг. Болани жавоб қайтаришга ундаганча янги сўздан фойдаланиб, савол беринг. Масалан, бола билан ўйнаганча, шундай деб айтиш мумкин: “Мана айиқча ухляпти, кўғирчоқ ҳам ухляпти, машина ҳам ухляпти, копток ҳам ухляпти. Қуёнча қани? Қуёнча нима қиляпти?”

Боланинг луғат бойлиги кенгайиши даражасида уни сўз иборалари, икки ёки ундан ортиқ сўзлардан иборат жумлалардан фойдаланишга ўргатинг.

Бола сиз унга айтаётганларингизни шунчаки янги сўз маъноси ҳақида фаҳмлашни эмас, тушунаётганига ишонч ҳосил қилинг,

Бунинг учун болага оддий илтимослар, бироқ боладан тушуниш талаб қиладиган вазиятда мурожаат қилишга уриниб кўринг. Масалан, қачонки бола оиланинг бир неча аъзолари доирасида бўлса, улардан бирини қучоқлаш ёки ўпишни илтимос қилинг. Худи шундай боладан кўплаб предметлар ёки ўйинчоқлар ичидан битта ниманидир олиб келишини сўранг.

Ҳар гал бола бита сўзни талаффуз қилганида унга иккинчи сўзни кўшимча қилинг. Агар бола “Кучукча” деса, сиз “Кучукча югуряпти” ёки “Кучукча овқатланяпти” деб айтинг. Қачонки бола “бер” ёки “яна” сўзларидан фойдаланиб, ниманидир сўраса, сиз шу жумлаларни айтинг “Олмани бер”, “Яна ўйнаймиз” ва ҳ.к.

Бола билан икки сўздан иборат оддий жумлалардан фойдаланиб, атрофда содир бўлаётганларни баён қилганча гаплашинг, масалан: “ойиси ўқияпти”, “Сардор ўйнаяпти”, “шўрва қайнаяпти”, “машина турипти”. Бола билан мулоқотнинг кундалик вазиятларида ҳам икки сўздан иборат жумлалардан

фойдаланинг: “е” ва “ич” сўзлари ўрнига “овқатингни е”, “Кефирни ич” ва ҳ.к.

Бола билан суратли китобларни кўриб чиқинг ва у билан тасвирланган одамлар, ҳайвонлар ва предметлар нималар қилаётганини муҳокама қилинг. Бола билан кўғирчоқлар ва ўйинчоқлардан фойдаланганча унинг кундалик ҳаётини акс эттирувчи сюжетли ўйинларни ўйнанг ва боладан ким нима қилаётганини тасвирлаб беришини сўранг.

Қачонки бола икки сўздан иборат жумладан ишонч билан фойдалана бошлашга ўрганса, иккита сўзга учинчисини қўшишни бошланг. “Отанг кетди” дейиш ўрнига “Отанг магазинга кетди”, ёки “Ойиси машинада кетди”, “Палов тайёрлашни бошлаймиз” ва ҳ.к.

Бола билан унга қизиқарли бўлган нарсалар ҳақида гаплашинг ва янги сўзлардан фойдаланинг. Масалан, агар болага расм чизиш ёкса, у билан боғлиқ бўлган предмет ва ҳаракатлар ҳақида суҳбатлашинг: қоғоз, мўйқалам, бўёқлар, стол, стакан, қизил, кўк, хўл, кучлироқ, юқорига, бўяш ва ҳ.к.

Болага китоб ўқиб беринг, у билан китобдаги воқеалар сюжети ва расмларни муҳокама қилинг. Боладан у ёки бу персонаж нималар қилаётгани, қандайлиги, нима учун у шундай қилганлиги, кейин нималар бўлгани ва ҳ.к. лар тўғрисида сўранг.

Бола билан кундалик ҳодисалар тўғрисида гаплашинг, унга уйда нималар содир бўлаётганини сўзлаб беринг, ундан нималар билан шуғулланганлиги, оиланинг бошқа аъзолари нималар қилганини гапириб беришини сўранг.

Болани одамлар ва предметларнинг жойлашган жойини аниқловчи сўзлардан фойдаланишга ўргатинг.

Болага нутқни ўзлаштириши, янги сўзларни ўрганиши ва ҳийла мураккаб гапларни тузиши ёрдамлашишда давом этинг. Машғуллот вақтида ёки уни парваришлаётган пайтингизда бола билан гаплашинг, болани оиланинг бошқа аъзолари билан мулоқотга фаол жалб қилинг, умумий суҳбатларда иштирок этишини рағбатлантиринг.

Агар фарзандингизда кўриш, эшитиш қобилиятининг бузилиши ёки баъзи ҳаракатли бузилишлар туфайли нутқнинг шаклланишида қийинчиликлар бўлса гаплашишга ўргана туриб, у гапираётганингизда сизнинг лабингиз ва томоғингизни пайпаслаши керак бўлади. Боланинг кўлини ўзи гапираётганида унинг лаблари ва томоғига кўйинг, уларнинг ҳаракатланишини ҳис қилишига ёрдамлашинг.

Биз учун оғзаки нутқ – мулоқотнинг жуда муҳим усули, бироқ у ягонадир.

Агар фарзандингизда оғзаки нутқ узок вақт ривожланмаса, унга мулоқотнинг бошқа альтернатив усулларида фойдаланишида ёрдамлашинг

ва буни иложи борича эртароқ бошланг. Бобнинг бошланишида биз болалар сизга ўз эҳтиёжлари ҳақида маълум қилишлари учун имо-ишоралар ва суратлардан фойдаланиши мумкинлиги, нимани исташини бармоқлари билан ёки кўз ҳаракатлари билан кўрсатишлари мумкинлиги ҳақида гапириб ўтгандик.

Агар фарзандингизда эшитиш қобилиятининг кучли бузилиши бўлса ёки сиз унга гапиришни ўрганиш қийин кечаётганини кўрсангиз болани, албатта, имо-ишоралар тилига ўргатинг ва бола билан тўлақонли мулоқот имкониятига эга бўлиш учун бу тилни ўзингиз ҳам ўргансангиз мақсадга мувофиқ бўларди. Ҳатто фарзандингиз алоҳида товушлар ва ўхшаш сўзларни талаффуз қилса, унинг гапириб кетишини кутманг, бу амалга ошмаслиги мумкин, нутқни фаол шакллантиришнинг бошқа усуллари вақти бой берилиши мумкин. 0 дан 3 ёшгача бўлган давр боланинг ривожланиши учун ўта муҳим, шунинг учун айнан шу вақтда нутқ фаол ривожланади, бу даврда барча болаларда уларга тушунарли бўлган нутққа ўргатишни бошлаш зарур.

Ёдда тутинг, фарзандингиз ривожланмоқда ва унга ўз эҳтиёжлари ҳақида маълумот бериш учун унга усул ва мулоқот имконияти керак, акс ҳолда бола интеллекти, ҳиссий ҳолатининг жиддий бузилиши содир бўлади. Болани келгусида ўқиш ва ривожланиш имкониятидан махрум қилмаслик учун бу масалада эътиборли бўлинг.

Бола ва сизга имо-ишоралар нутқини ўзлаштиришда мутахассислар ёрдамлашаидалар, бироқ бола билан мулоқотнинг баъзи усулларида фойдаланишни ўзингиз синаб кўришингиз мумкин.

Агар сиз бола сизни тушунаётганига ишонч ҳосил қилсангиз, турғун “ҳа-йўқ” сигналини ривожлантиришга ҳаракат қилинг. Боланинг имкониятларига ориентир олганча, “ҳа” ва “йўқ” ни англатадиган муайян имо-ишораларни танланг ва болани сизнинг саволларингизга жавоб қайтара туриб улардан фойдаланишга ўргатинг. Бола “ҳа” деб жавоб қилганда бошини чайқатиши, “йўқ” деганида эса бошини бир томондан бошқа томонга чайқатиши, қўллари ёки кўзлари ҳаракатидан фойдаланиши мумкин.

Қийин ҳаракатланадиган бола сизни агар ёнида бўлмасангиз қандай чақириши мумкинлиги ҳақида ўйлаб кўринг. Болада сизни бошқа хонадан чақириш имконияти бўлиши учун уни кўнғироқчадан фойдаланиш ёки оёғи билан пол ёки махсус мосламани тақиллатишга ўргатинг.

Сиз бола билан болага таниш бўлган предметлар ва кундалик ҳаракатлар тасвирланган суратлар ёрдамида мулоқот қилишингиз мумкин. Уларни ўзингиз чизишингиз, тайёр суратлар ёки фотографиялардан фойдаланишингиз мумкин. Сиз уларни битта китобчага жамлашингиз, боланинг ҳозир ва кейин нималар билан шуғулланишини тушунишида ёрдам



бериш учун деворга муайян кетма-кетликда осиб чиқишингиз мумкин. Бола сизга суратларни кўрсатганча ўзининг хоҳишлари, режалари ва ҳатто туйғулари ҳақида маълум қилиши мумкин.

Аввалги бобларда биз бола учун ўзининг оилага мансублигини ва уни қабул қилишлари ҳамда қадрлашларини ҳис қилиши қанчалик муҳим эканлиги ҳақида айтиб ўтгандик. Боланинг муваффақиятли ривожланиши, шу жумладан, нутқ ва мулоқот малакаларининг ривожланиши ҳам кўп жиҳатдан бу ишончга боғлиқ, ахир агар бола у билан қизиқаётганларини тушунса, мулоқот қилишга интилади ва гаплашишга ўрганади.

### **Ҳиссиётлар ва ахлоқ**

Ҳиссиёт ва туйғуларни ҳис қилиш ҳамда ифода этиш – инсоннинг хусусияти ва унинг табиий эҳтиёжи. Боладаги ҳиссиёт оламининг ривожланиши жуда эрта бошланади ва унинг ғамхўрлик ҳамда меҳрга дастлабки эҳтиёжларини ота-онаси ва яқинлари қондирадилар. Биз боланинг барча ривожланиши учун ўз вақтида эътибор олиш ва ота-онасининг самимий илиқлиги қанчалик муҳимлиги ҳамда бошқалардан фарқли бола ўзининг чеклови, бузилиши туфайли булардан бенасиб қолиши мумкинлиги ҳақида айтиб ўтгандик. Яна бир бор сизнинг диққатингизни боланинг ривожланиши, қачонки унинг барча эҳтиёжлари, биринчи навбатда, муҳаббат, хавфсизлик ва қабул қилинишга бўлган эҳтиёжлари қондирилганида муваффақиятли амалга ошишига қаратишни истардик.

Болада ҳиссий муҳитнинг муваффақиятли шаклланиши унинг ижтимоий ривожланиши учун ҳам асос бўлади: ўзи ва ўз туйғуларини тадқиқ этганча бола бир вақтнинг ўзида уларни бошқаришни, бошқа одамларнинг туйғулари билан таққослашни, ахлоқнинг шакллари танилашни ўрганади. Ота-оналар ёрдамида бола ўз индивидуаллиги билан танишади, унда феъл-атвор ва ахлоқ услуби шаклланади.

Агар бола тарбиясидаги баъзи лаҳзаларнинг муҳимлиги ҳақида ёдда тутсангиз ўз фарзандингизга бошқалар билан мулоқотда ўзини ишонч билан ҳис қилиши ва унинг шахсий ўсишида кўмаклашиб, кўп нарсада ёрдамлашингиз мумкин.

### **Ўз-ўзини баҳолашни мустаҳкамлаш**

Болалар ўзлари ва бошқалар ўртасидаги фарқни жуда эрта англашни бошлайдилар ва бошқалардан фарқли болада эса бундай таққослаш қувончли бўлмаган туйғулар ҳамда фикрларни уйғотади, шунингдек, ўзини паст баҳолашни шакллантиради. Ўзига бундай муносабат бошқалардан фарқли боланинг шундай ҳам енгил бўлмаган ҳаётини унга мулоқот қилиш, одамлар

билан муносабат қуриш, катта ҳаётга қадам қўйишда халақит қилганча жиддий тарзда қийинлаштиради.

Болада ўзига ишончни ривожлантириш учун унинг ўз-ўзини баҳолашини мустақамлаш аҳамиятли ва буни жуда эрта ёшдан бошлаш зарур. Фарзандингизни тез-тез мақтаб туринг, эътиборни унинг муваффақиятларига қаратинг, ниманидир уддалай олмаганида уни қўллаб-қувватланг ва қийинчиликларни енгишида ёрдам беринг. Болага ўта ғамхўрлик қилишдан қочинг, албатта, сизга ёрдам керак, бироқ ўзи ҳаракатланиш ва қийинчиликларни бартараф этиш имконияти болага ўзидан фахрланиш ҳамда илгари силжиш учун имкон беради. Боланинг хатоларидан чўчиманг ва хатоси учун уни уришманг, аксинча уларга нисбатан болада тўғри муносабатни ишлаб чиқишига кўмаклашинг. Фақат хатолар содир этиб, улардан сабоқ олганча инсон нимагадир ўрганиши мумкин. Болангизни омадсизликларни енгиб ўтишга ва янги таржрибадан кўркмасликка ўргатинг.

Боланинг танлашга ўрганиши ва унда шундай имкониятнинг бўлиши жуда муҳим. Агар сиз болага мустақил танлашга имкон бермасангиз, у ташаббус кўрсатиш ва қарор қабул қилишга ўрганмайди, ўзига ишонмайдиган бўлиб боради ёки қайсарлик ва тажовузкорликни намоён эта бошлайди. Болага қаерда мумкин бўлса, ўша жойда танлаш имконини тақдим этинг, ёдда тутинг, танлаш қобилияти унга мустақиллик ва эркинлик туйғусини беради.

Болага ўзининг кучли томонларини топишида (улар ҳар биримизда бор) ёрдамлашинг, унинг қобилиятини ривожлантиринг, янги малакаларни ўзлаштиришга интилишини қўллаб-қувватланг ҳамда унинг муваффақиятларини қадрланг.

### **Тушуниш ва туйғуларни ифодалаш**

Болани ўз туйғулари ва ҳиссиётларини ижобий бўлганидек, салбийларини ҳам тушунишга ўргатинг ва унга бошқа одамларнинг туйғуларини тушунишида ёрдамлашинг. Болага ўзининг барча туйғуларини бир вақтнинг ўзида уларни тўғри ифодалашни ўрганишида ёрдамлашганча очиқ намоён этиш имкониятини тақдим қилиш жуда муҳим.

Бунинг учун болага у ёки бу вазиятда атрофдаги одамлар билан нималар содир бўлаётганини ва улар нималарни ҳис қилаётганларини тушунтиринг, қахрамонлари турли ҳиссиётларни намоён этувчи китоблардан ўқиб беринг, турли ифодалари бўлган оадмлар юзининг тасвирларини кўрсатинг.

Ўз туйғуингизни ўзингиз намоёиш этинг ва уларни бола билан биргаликда муҳокама қилинг. Болани тез-тез қучоқланг ва ўпинг, оиланинг бошқа аъзолари, дўстларингиз, ҳайвонларга нисбатан ўзингизнинг илиқ туйғуларингизни ифодаланг, бунга болани ҳам ўргатинг. Бола маюсланиб

колганида ёлғиз қолдирманг, агар у азобланаётган бўлса, унга тасалли беринг ва ўзингизнинг қувончингиз ҳамда яхши кайфиятингизни сахийлик билан бўлишинг.

### **Ахлоқ қоидалари**

Болани тўғри ахлоққа ўргата туриб, биринчи навбатда, буни шахсий намуна ёрдамида қилинг. Ёдда тутинг, тақлид – бу бола унинг ёрдамда ўрганадиган асосий усулдир ва агар сиз бола қандайдир вазиятда муайян тарзда ўзини тутишини истасангиз, буни шахсий ахлоқда намойиш қилинг.

Ҳар қандай оиланинг ўз қоидалари мавжуд, фарзандингизни кучи етганча уларни бажаришидан чекламанг ва унинг учун қандайдир махсус қоидалар ўрнатманг. Ахлоқнинг дастлабки сабоқларини биз оилада оламиз, шунинг учун болани бошқалар билан биргаликда белгиланган қоидаларга амал қилишга ўргатинг, бироқ унинг эркинлигини сиқиб қўйманг ва болага нима яхши-ю, нима ёмонлигини ажратиб олишига имконият тақдим этинг.

Қадрли ота-оналар, ўз фарзандингизга ривожланишида ёрдамлашганча, ўйлаб кўринг, ўғил болалар ва қизлар ўзларини қандай тутишлари кераклиги, улар нималар билан шуғулланишлари ва ким бўлиб ишлашлари ҳақидаги стереотипни мажбуран қабул қилдириш керакмикин?! Фарзандингиз бундай кўшимча чекловлар керакмикин ёки яхшиси, унга нимани яхши уйдаласа, ўшанга ўрганиш ва энг юқори даражада мустақил бўлиш имкониятини тақдим этиш лозиммикин?!

### **Болага исталмаган ахлоқни ўзгартиришида қандай ёрдамлашиш мумкин**

Ахлоқи билан мураккаблик ҳамма болаларда бўлади, бу ривожланиш ва болага таълим беришнинг меъёрий босқичи. Бошқалардан фарқли болага ўзидаги қандайдир бузилиш сабабли ўзини назорат қилиш ва ножоиз деб ҳисобланадиган ахлоқни уйдалаш қийин бўлади. Шунини ёдда тутганча, болага “ўзини яхши тутиши”даги ўта юқори талабларни қўйманг, бироқ айна дамда унга жамият ҳаётига ва одамлар билан мулоқотга тайёрлаш учун қоидаларга амал қилишни ўргатинг.

Ахлоқ - бу мулоқот шакли ва қачонки фарзандингиз ўзини исталмаган тарзда тутса, у бу усулдан сизнинг эътиборингизни жалб қилиш ва ўз эҳтиёжлари ҳақида маълум қилиш учун фойдаланади. Шунинг учун бола ахлоқини ўзгартиришга уринишдан аввал у шу тарзда сизга нима “демоқчи” бўлганини тушунишга ҳаракат қилиб кўринг. Эҳтимол, ҳозир унга сизнинг эътиборингиз керакдир ёки бола қийин вазиятни эплай олмаётгандир, унга нимадир халақит қилаётган ёки у чарчаган бўлиши мумкин.

Кўпгина болаларга уларни кўплаб одамлар ёки предметлар ўраб турадиган жойларда ўзини сокин тутиш қийин бўлади, масалан, магазинлар, бозорларда, навбатда туриш ёки меҳмонга борганда. Болага бундай шароитга секин-аста кўникишида ёрдамлашинг ва бола ўйинли шароитда ўзини керакли тарзда тутишга ўрганиши учун даставвал уйда шунга ўхшаш вазиятни яратишга уриниб кўринг. Бола билан магазинга, бозор, кафе ёки меҳмонга боришни ўйнанг, оиланинг бошқа аъзоларидан бирга ўйнаш ва болага ўзини қандай тутишни кўрсатишларини илтимос қилинг. Янги, демак, бола учун стрессли вазиятларда нималар содир бўлишини болага тушунтиринг ва унинг диққатини нимадир қизиқарли нарсага жамлашга ҳаракат қилинг.

Болага ахлоқнинг мақбул қоидаларини ўрганиши ва исталмаганларини ўзгартиришида ёрдамлашиш учун қуйидаги баъзи тавсиялардан фойдаланишга уриниб кўринг:

Бола учун рухсат этиладиган ахлоқ чегараларини белгиланг. Агар бола нимадир рухсат этилмайдиган нарсани қилса, масалан, кимнидир урса ёки рухсатсиз ниманидир олса, болани дарҳол уришишга тушманг. Қатъий, бироқ аччиқланишсиз унга “йўқ” ёки “мумкин эмас” деб айтинг ва сўзни имо-ишора билан мустаҳкамланг, масалан, қўллар ҳаракати ёки бошни чайқатганча. Болага бақирманг, ўзингизни сокин тутинг ва болага ўзини бундай тутиши керак эмаслиги ва сиз бундай ахлоққа чидамаслигингизни тушунишига ёрдамлашинг. Болани чалғитишга урининг, унга бошқа машғулот ёки ахлоқнинг мақбул усулларини таклиф қилинг. Масалан, агар бола бошқа болаларнинг сочини торта бошласа, унга “йўқ” денг ва одамларнинг сочини тортиш мумкин эмаслиги, уларнинг бошини силаш эса мумкинлигини тушунтиринг.

“Йўқ” деганда қатъиятли ва чекинмайдиган тарзда изчил бўлинг. Агар бугун сиз болага ниманидир ман этсангиз, эртага эса рухсат берсангиз, бола сизнинг тақиқларингизга реакция қилишни тўхтатади. Агар бола илк онларда жанжал кўтарса, исталган натижага эришиш учун бардошли бўлинг. Қоидани қабул қилишдан олдин бола гўёки унинг чегарасини текширади ва қачонки ҳиқиллаш, чинқириқ ёки йиғи билан ўзгартириш мумкин эмаслигига ишонч ҳосил қилгачгина қоидани қабул қилади ва келгусида унга хотиржам амал қилади.

Бола ҳаётига ўта кўп қоида ва чекловлар киритманг, фақат боланинг ривожланиши учун ҳақиқатан ёмон ва боланинг шахсий бўлганидек, бошқа одамларнинг ҳам ҳаёти ҳамда соғлиги учун хавфли бўлганларини тақиқланг.

Яхши хулқни рағбатланиринг ва ёмонларини инкор этинг. Болани ёмон ахлоқи учун койиманг ва жазоламанг, бу – самарасиз усул, чунки бола шу

тарзда сизнинг эътиборингизга эришишга интилади ва натижада бунга эришади ҳам. Сизнинг вазифангиз – болага эътиборни тортиш ва исталганини олишнинг бу усули ишламаслигини тушунишида ёрдамлашишдан иборат. Агар сиз шовқин кўтарсангиз, болани ўзини ёмон тутгани учун койисангиз унда бола сизнинг эътиборингизга эришади ва эҳтимол истаганини олади ҳамда бу ахлоқдан келгусида ҳам фойдаланади. Агар сиз боланинг ёмон ахлоқини “сезмасангиз”, бироқ унга ўзини яхши тутганида эътиборли бўлсангиз, унда сиз болани ёмон ахлоқ – мулоқот қилиш учун самарасиз, яхшиси эса самарали усул эканини тушунишга ўргатасиз. Чидамли бўлинг ва қачонки бола ниманидир талаб қилса, жанжал кўтарса ва шовқин солса, унинг ахлоқига бефарқ бўлинг ва унга (агар бу бола ва атрофдагилар учун хавфсиз бўлса) умуман эътибор қилманг. Агар болага тинчланиш қийин бўлса, унга ёлғиз бўлишига вақт беринг. Ҳеч қачон боладан юз ўгирманг ва унга ёрдам беришга тайёр туринг, аммо унинг салбий ахлоқи измида бўлманг ва инжиқликларига йўл қўйиб берманг.

Бола ўзини яхши тутганида мақтанг ва маъқулланг. Ота-оналар кўп ҳолларда бола қилиши керак бўлган нарсаларни қилишини, масалан, тинч ўтириб, ўз ишлари билан шуғулланишини шундай бўлиши зарур деб қабул қиладилар. Ахир бу биз боладан кутган ва одатда, сезмайдиган яхши ахлоқнинг ўзи-ку. Боланинг шундай ахлоқига эътибор қаратинг ва уни ўзи ёки болалар билан тинч ўтириб, ўйнаётгани, батартиб овқатланаётгани, расм чизаётгани, ўзининг кийимларини мустақил жойлаётгани ва дарс қилаётгани, сизга ёрдамлашаётгани ва ҳ.к. учун мақтанг.

Болага унинг ахлоқида нималар сизга ёқиши ва ёқмаслигини тушунтиринг. Болани мақтаганда ёки унга танбеҳ берганда шунчаки “Яхши қиз!” ёки “Сен ёмон боласан!” деб айтманг. “Баракалла, чашкангни ўзинг юваяпсан” ёки “Менинг сочимдан тортма” денг. Бола уни нима учун мақтаётганлари ва қайси ҳаракатларини оқламасликларини тушуниши зарур.

Чидамли ва бардошли бўлинг. Барча болалар инжиқ, қайсар, катталар илтимосини бажаришни истамайдиган даврдан ўътадилар. Сизнинг фарзандингизга эса бу босқичлар бирмунча мураккаб ўтиши ва узоқроқ чўзилиши мумкин. Қачонки бола шундай муаммоларни ҳис қилаётган бўлса чидамли бўлинг, унга ёш ва ахлоқ қийинчиликларини енгишида бардош билан ёрдам беринг.

Агар бола ниманидир синдирса, ўзини исталмаган тарзда тутса, ўзи синдирган нарсаларини тузатишида ёрдамлашинг. Бу болага уни рад этмаслигингиз ва тўғри йўл тутишида ёрдамлашингизни тушунишга кўмаклашади.

Фарзандингиз ўзини ёмон ёки исталмаган деб ҳис қилишига имкон берманг. Ҳеч қачон болани рад этманг ва унга сиз фақат зинҳор унинг ўзига эмас, балки ахлоқига салбий ёки танқидий муносабатда эканингизни тушунишида ёрдамлашинг.

Болани жазоламанг, бу унга ўз ахлоқини яхши томонга ўзгартиришига ёрдамлашмайди. Болага бақирмасликка ва уришмасликка ҳаракат қилинг ҳамда **ҲЕЧ ҚАЧОН ЖИСМОНИЙ ЖАЗОНИ ҚЎЛЛАМАНГ!** Болага нимани нотўғри қилгани ва нима учун бу ўзи ва атрофдагилар учун ёмон эканини сокин, қатъий ва сабот билан тушунтиринг.

Болага унинг ахлоқи бошқаларда қандай акс этишини тушунишига ёрдамлашинг. Болага сиз ва яқинларингиз унинг ёмон ахлоқидан қанчалик ранжишингиз ва у ўзини яхши тутганида қувонишингизни айтинг ва кўрсатинг.

Агар бола кимгадир алам етказса, у ўзининг ҳаракатлари натижасини кўриши ва бошқа одам ўзини қандай ҳис қилаётганини тушуниши керак. Агар бола ранжиган одамга нисбатан ачиниш туйғусини ҳис қилса, у кейинги сафар ўз ҳаракатини такрорлашни исташи, даргумон. Болани ўз ҳаракатлари учун кечирим сўрашга, бошқа одамларга тасалли беришга, соқғалар қилишга ўргатинг.

Агар фарзандингизда ўзига ёки бошқаларга нисбатан тажовуз намоён қилиш одати шакллана бошланса, эътиборли бўлинг. Агар бола ўзига зарар етказса, бу унинг кўрқаётгани ёки бошқалар уни тушунмаётганидан ўкинчи ҳис қилаётганлиги билан боғлиқ бўлиши мумкин. Боланинг ўзига зарар етказишмаслиги учун ҳамма нарсани қилинг ва болани чалғитишга урининг. Болага ўз эҳтиёжларини ифодалашни ўрганишида ёрдамлашишда давом этинг, сиз болани салбий ҳиссиётларни бошқа, анча хавфсиз усуллар билан, масалан, қоғозни парчалаб ёки ёстиқни муштлаб уддалашга ўргатишингиз ҳам мумкин.

Боланинг ўсяпти ва улғаяпти, кейинги ҳаётида у ўзини ишончли ҳис қилиши учун ҳаммамизга ҳам катталар ҳаётига киришга ёрдамлашадиган билим ва малакалар зарур.

\* Болага ўз вақтида ва керакли ҳажмда улғайиш давомида унинг танаси билан нималар содир бўлиши, қандай жараёнлар билан тўқнашиши ҳақидаги маълумотни тақдим этинг. Бола билан одамлар орасидаги турли муносабатлар – дўстлик, муҳаббат, оила қурилиши, болалар туғилиши ҳақида гаплашинг. Болага унинг тушуниш даражасидан келиб чиқиб, эркак ва аёлнинг ўзаро муносабатлари тўғрисида гапириб беринг ва улғайиш давомида бундай ўзаро муносабатларнинг хавфсиз қоидалари билан таништиринг.

\* Болани, албатта, нотаниш одамлар билан хавфсиз ахлоққа ўргатинг. Ривожланишида ўзига хослиги бўлган болалар, афсуски, бирмунча нозик ва уларнинг зўравонлик вазиятига тушиб қолишлари хавфи юқори. Болани ҳеч қачон бегона одамлар билан гаплашмаслик, улар билан бирга кетмасликка ва агар у хавфли вазиятга тушиб қолса ўз имкониятларидан келиб чиқиб, қочиш, қаттиқ қичқириш, ёрдамга чақириш ёки бошқа усуллар билан одамлар диққатини тортишга ўргатинг.

\* Биз қўлланмада кўриб чиққан ўз-ўзига хизмат кўрсатиш малакаларидан ташқари, сиз фарзандингизни унга мустақил ҳаётида зарур бўладиган бошқа муҳим кўникмаларга ҳам ўргатишингиз мумкин. Болани уйни йиғиштиришга, кир ювиш, дазмоллаш, овқат тайёрлаш, маҳсулот ва кийим-кечак харид қилиш, пул билан муомалада бўлишга ўргатинг. Унинг мустақил ҳаётида справочникка ёки тез ёрдамга тельефон қилиш, шифокорни чақириш, коммунал хизматлар учун ҳақ тўлаш, дорихона ёки алоқа бўлимига чиқиш кўникмаси керак бўлиши, эҳтимол машина ҳайдашни ўрганиш зарурияти юзага келиши мумкин. Фарзандингиз учун у ҳеч қачон ўрганолмаслиги мумкинлиги ҳақида аввалдан қарор чиқарманг, унинг имкониятларидан келиб чиқинг ва унга қанча мустақил бўла олиши мумкин бўлса шунча ёрдамлашинг.

#### **4.7. Ногиронлар учун қўл асбобларининг дизайни**

**Қисқача баён:** ҳунармандлар қўл асбобининг қулайлиги-бу эҳтиёж ёки ортиқчалик? Фойдаланишда қулайлик яратувчи эргономис яхши ишлаб чиқарилган асбоблар, сўғлиқ билан боғлиқ зўриқишни камайтиради ва иш сифатини оширади. Шунинг ун қўл асбоблари фойдаланиш учун қулай ишлаб чиқарилган ва ҳунармандлар эргономис яхши ишлаб чиқарилган қўл асбобларида тўғри фойдалана олишлари бу ортиқчалик эмас, балки эҳтиёж, талабдир.

Фон: қўл асбоби: бу алоҳида ишни бажариш учун фойдаланиладиган тузилма. Уни инсон қўлида ушлаб, бемалол бошқариш мумкин. Қўл асбоблари ўроқ, омбир, скалпер ва пичоқ каби жуда тез тез, инсонлар томонидан уларнинг ҳар кунги ҳаётлари, иш фаолиятларида ишлатилади.

Қўл асбобларини ишлатиш жараёнида жуда кўп ноқулайликларга олиб келади. Олиб келадиган ноқулайликлар ишчининг ўзининг ишидан қониқмасликка ва узоқ йиллар иш фаолияти натижасида суяк мускул муаммоларига сабаб бўлиши мумкин. Шунинг учун инсонлар яхши ишлаб чиқарилган қўл асбоблари бн ишлаши жуда муҳим ҳисобланади. Профессионал докторлар (ОТС) ва эргономис-консультантлар мижозларга

тўғри маслаҳат беришлари учун яхши ишлаб чиқарилган қўл асбоблари билан танишган бўлишлари лозим.

### **Услуб**

#### **Аралашувга номзодлар.**

Аралашувга номзодлар-булар ҳирурглар, дурадгорлар, йиғиб терувчилар, сартарошлар, ошпазлар ва боғбонлар каби узоқ йиллар мобайнида, кун давомида қўл асбоби билан ишловчи профессионал группалардир.

#### **Қўл асбобларини баҳолашдаги кузатув натижалари.**

Лаборатория кузатувлари натижасига кўра, қўл асбоблари суяк мускулларининг турли хилдаги коринишларида намоён бўлиши мумкин. Қўл асбобларининг омиллари аниқлаш учун объектив ва субъектив жиҳатлари ҳам қўлланилади.

Хунармадларнинг қўл меҳнатлари баҳолаш учун уларнинг қўл ҳаракатлари кузатилади, қанчалик даражада куч сарфланиши ҳамда қўлларининг ҳаракат босими кузатилади. Бунда бир неча турдаги объектив тадбирлар мавжуд.

- Қўл ва тирсак ҳаракатларининг электогониметрасбоби орқали ўлчаб текширилади.
- Сарфловчи куч доимий назорат остида туриши лозим
- Қўл кучини синовчи асбоблар орқали текширилади
- Қўл кучининг ишлатилиши доимий равишда назорат қилинади.
- Ташқи реакциялар ўлчаниб, баҳоланади
- Электромиографийда (ЭМГ) билан ўлчалинади



(расм-2)

• Босимнинг тақсимланиши қўлнинг устига ҳамда босимни ўлчовчи асбоблар орқали кузатилади.

• Қўл асбобларини ишлатилишида субъектив ўлчовчилар қўлланилади.  
(Расм-2 Электрогониометрика)

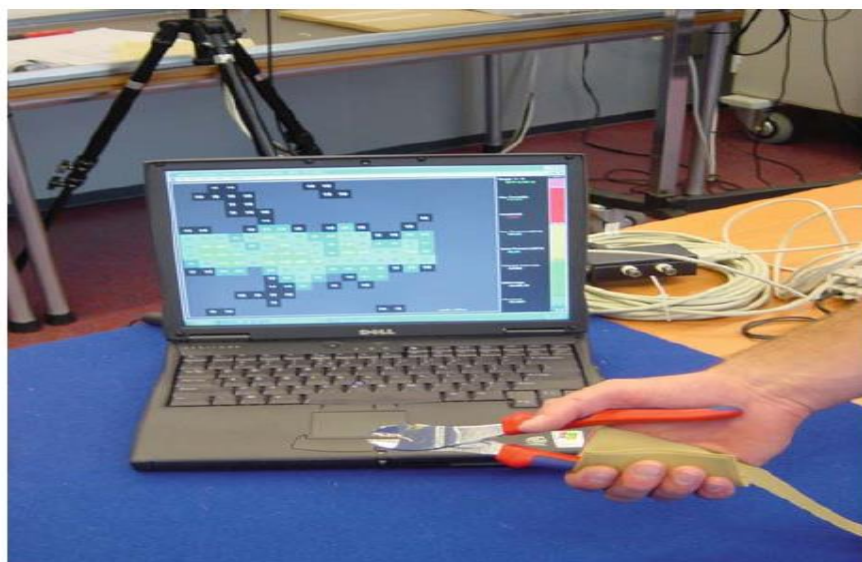




Расм-3 Электромиографик ўлчов.

### **Клиник таҳлил**

Қўл меҳнاتини баҳолаш ва техника воситаларини лойиҳалаштириш, қўл асбобларини тақсимлаш жараёнидаги умумий кўрсаткичлар.



*Босимни ўлчаш (4-расм)*

### **Қўл асбоблари лойиҳалаштиришдаги оптимал омиллар.**

#### **Даста узунлиги**

Дастакнинг узунлиги унинг оптималлигидан келиб чиқади. Кафтга хаддан ортиқ босим тушмаслиги усун дастакнинг узунлиги фойдаланувчи қўлининг узунлигидан анҳа узун бўлиши шарт. Бундай натижага учун метакарпафаланга қўлининг узунлиги кенглигидан фойдаланилади. Адабиётларда узунлиги 110- 135 мм бўлган қўлқоплар тавсия қилинган.

### **Дастакнинг диаметри**

Эргономиканинг нуқтаи назаридан кичик, ўрта ва ката диаметрли дастаклар 30- 35-40 мм лик бўлиши мақсадга мувофиқ. Эргономика фани нуқтаи назаридан 1 хил ҳажмдаги дастаклар бутун бошли ишчилар жамоасига тўғри келмайди. (Дес ва бошқ. . 2005; Куйт - Эверс и Эихут, 2006).

### **Дастак шакли**

Дастак шакли, унинг узунлиги, ҳамда ҳаракатланганда олдин ва орқага дастак ёрдамида қўлнинг ҳаракатини кузатади. Асбоб ҳаракатланишида кўпроқ куч сарфлаш ҳамда ҳимоя вазифасини бажаради. Бундан ташқари дастак силлик, шаффоф ҳамда тиниқ бўлиши керак.

### **Дастак тайёрлаш учун хом-ашё.**

Дастак тайёрлашганда резинали, букланадиган пластмасса ёки ёғоч энг асосий хом ашё ҳисобланади. Дастак қулай бўлиши учун, маҳсулот ўрсатмага асосан тайёрланади. (Бобъер ва бшқ., 1993; Бухольз ва бшқ., 1988).

### **Асбобнинг мувозанати ва массаси(оғирлиги)**

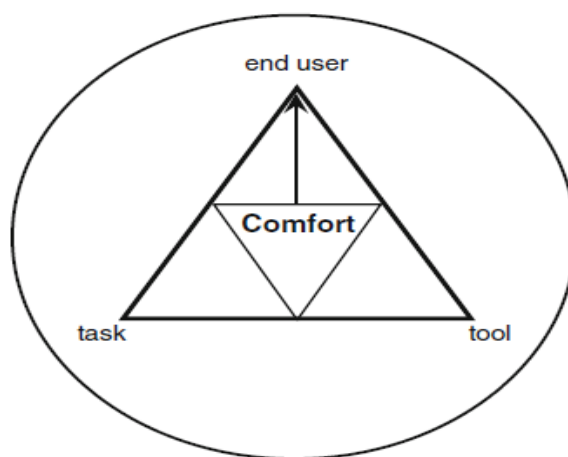
Асбоб ўзининг оғирлиги жиҳатдан қўлга ишлашга қулай бўлмоғи лозим.асбобни қўллаш учун олдиндан унинг вазифасини,нимага мўлжалланганлигини билиб олиш ҳамда шунга кўра фойдаланиш керак ( масалан асбоб орқали бирор бир жиҳозни тешиш ёки у орқали ишчи кучуни синаш). Бошқа ҳолатларда асбобнинг оғирлиги тахминн 1 кг максимал ҳолатда эса 1,5 кг ни ташкил этиши кк. Асбобдан 2қўллаб фойдаланилганда унинг максимал оғирлиги 3 кг ни ташкил қилади.

### **Асбобнинг ишлаш ҳолати ( ишлатиладиган қисми)**

Асбобнинг ишлатиладиган қисми ( масалан арранинг кесадиган томони). Бу асбобнинг асосий қисми ҳисобланиб, иш жараёнида унинг ўткир ёки ўтмаслиги узатилади. ( арранинг ўтмаслиги иш жараёнини 50 % пасайишига олиб келди). Бу билан ишчиларнинг иш сифатини пасайиши ҳамда дискомфортнинг кўпайишикузатилади.

### **Қўл меҳнат жараёнида кузатиладиган қулайликлар.**

Қулайлик- бу шахсий тажриба вас шарт-шароитлардан келиб чиқади. Қулайликка фойдаланувчининг муносабати ҳамда қўл меҳнати ва унинг вазифалари, теварак атроф муҳитига боғлиқ. (5-расм)



### **Асбобнинг вазифалари**

Асбобнинг асосий мақсади, қўйилган вазифани бажариш, масалан: тахта ёғочини кесиш ёки майда бўлақларни бириктириш.

### **Асбобнинг вазифаси:**

5-расмдаги иллюстрацияда кўрсатилганидек фойдаланувчи қўл асбоби ҳамда уларнинг вазифалари худди учбурчак шаклда ифодаланган. *Расм Л.Ф.М. Куит-Эверс. Издан в Куите-Эверсе Л.Ф.М. қўл асбобларини ишлатишдаги қулайликлар; назария, дизайн ва баҳо. 2006. ТНО Квалитеит ван Левен, Хофдорп, проэфсчрифт.*

Қўл асбоби ишчи кучи орқали баҳоланади. Шу билан бирга асбобнинг ишга лаёқатли ёки лаёқатсизлиги баҳоланади. Қўл асбобини сифатли ишлаб чиқилганлиги унинг келажакдаги вазифаларини белгилаб бера олади.

### **Фойдаланувчи ва асбобнинг ўзаро ҳаракатлари.**

Қўл асбобининг қўл орқали жисмоний жиҳатдан ўзаро ҳаракатлари уларнинг асосий қулайликларини ярата олади. Лойиҳалаштирувчи учун дастак ва ОТс асосий вазифани бажариши ва яхши ёмон жиҳатларини белгилаб олиши муҳим.

Иш жараёнида ноқулай вазиятларнинг келиб чиқишига қўл асбобининг ишлаб чиқилишида ёъл қўйилган камчиликлар ва нуқсонлар сабаб бўла олади.

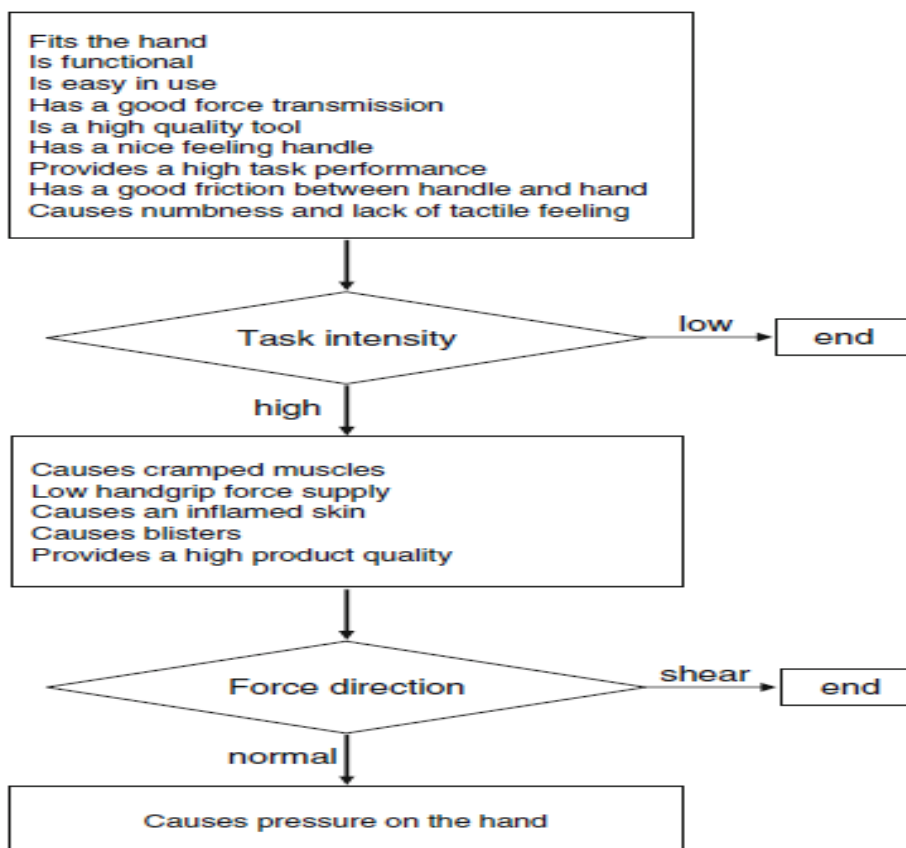
### **Фойдаланувчи ва қўйилган вазифани ўзаро ҳаракати.**

Фойдаланувчининг қўл асбоби билан ишлаши унинг тажрибасига боғлиқ. Тажрибали ва тажрибасиз кишилар иш жараёнида сезилади. Бунда тажрибали мутахассислар ўзларининг жисмоний маҳоратларини кўрсата олади. Тажрибали мутахасис иш жараёнида ўзининг маҳорати орқали диссомфорт сезмайди.

### **Қўл асбоби учун аниқ омиллар.**

Биз асбобнинг вазифаси ва фойдаланувчининг атроф муҳитга тасири

Кўриб чиқдик. Қўл асбоблари қулай бўлиши учун ҳар бир ишловчи асбоб қулайликлари И мукаммал билиши лозим. Бу омиллар қойилган вазифанинг сифатли ва нуқсонсиз бажарилишига пухта замин ярата олади.



6-расмда хусусий вазифаларни бажариш қайси омилларга суяниши тасвирланганини кўришимиз мм

- Ушлашга қулай
- Функционаллиги
- Ишлатишда енгиллиги
- Кучни яхши етқазиб бериши
- Юқори сифатли асбоб
- Бошқарилиши қулай
- Ишни сифатли бажаришга кўмаклашади
- Қўл ва дастак ораси яхши ишқаланиши
- Иш сифатини оширишда асқотади
- Иш сифатини бажарилиши
- Мускулларнинг толиши ( бақувватлашиши)
- Терининг яхшиланишига замин ярата олади
- Иликларнинг толишига
- Маҳсулотни юқори сифатини таъминлайди
- Кучларнинг ёъналтирилиши

- Нормал ҳолат
- Қўл босимини ҳолатини
- Кесиш
- Ниҳоя

Асосий омилга якун ясаб, қўл асбобидан фойдаланишда унинг функционал асбоб эканлиги унга нисбатан жисмоний ҳаракат ҳамда асбоб билан ишлаганда фойдаланувчи ва асбоб ўртасида боғлиқлик кузатилишини айтиб ўтиш керак.

Қулайликнинг асосий жиҳати, турли хилдаги қўл асбобларининг фойдаланувчи орқали ишлашидадир. (худди 6-расмда кўрсатилгандек)

### **Муҳокама**

ОТС ун шуни тавсия этиш лозимки мижозга сифатли ҳамда мукамал ишлаб чиқилган асбобларни таклиф этиш, фойдаланувчининг диссомфорт сезмаслиги учун унинг қулай жиҳозларини тавсия этиш лозим. Ишчи диссомфорт сезганда у иш сифатини пасайишига ҳамда иш жараёнида кунларнинг фойдасиз ўтказишга мажбур бўлади. Бошқа жиҳатдан яхши ишлаб чиқилган асбобфойдаланувчига сомфорт ҳамда жисмоний иш жараёнда камчиликлар туғдирмайди. Шунинг учун асбоб сифатли ва нуқсонсиз тайёрланган бўлиши шарт<sup>16</sup>.

### **“Вақтинчалик адаптацияга (мослашувга) ва руҳий касалликларга учраган инсонлар**

Мижоз исми

Шифокор исми

Сана

Диаграммага кўра типик куннинг қанча сарфланганлигини тўлдилинг

Time	Activity	Where?	Anyone else present?	How did you experience activity?
7 am				
7:30 am				
8:00 am				
8:30 am				
9:00 am				
9:30 am				

<sup>16</sup> Ingrid Söderback International Handbook of Occupational Therapy Interventions Springer Science+Business Media, LLC 2009 P.167-175

Вақт

Жойи?

Иштирок этган бошқа инсон?

Сиз қандай ҳаракат қилдингиз?

7:00 7:30 8:00 8:30 9:00 9:30

24 соат давомида вақтни рўйхатдан ўтказинг?

Ҳаракатлар натижаси кузатилиб шифокордан мотивацион ҳамда ўқитувчилик услублари талаб қилинади ва мижознинг ижобий ўзгаришлари кузатилади.

### **Терапевтнинг профессионаллик ўрни**

Ушбу бўлимда терапевтнинг нисбатан бўлган асосий вазифалари кўрсатилган. Бунда бошқа гуруҳлар ёки тенгдошлари билан ишлаш мумкин.

Аmmo оккупацион терапия ўқув жараёнида кузатиш ва аралашувни баҳолаш ҳамда хизмат доирасида терапевтнинг фаолияти аниқ бўлиши шарт.

**Қандай қилиб аралашув тушқунликни енгиллаштиради? Фаолиятни чегаралаш ва иштирок этишни чегаралаш.**

Жиддий руҳий касалликка учраганлар ҳаракати, соғлиқни сақлаш ҳамда соғломлаштириш борасида олиб борилаётган тадқиқотлардан бири ҳисобланади. Бу таълимий воситалардан бири ҳисобланиб, инсон руҳиятини соғломлаштириш ва реабилитация қилишда уларнинг билим ва маҳоратларини ошириш, жисмоний ва психологик жиҳатдан саломатликни кузатишда кўринади.

### **Далиллар асосида амалиёт**

Охирги вақтгача оккупацион терапияда аралашув, вақтни ўтказиш учун мўлжалланган деган хулосага келинган эди. Ушбу ўқув қўлланмаси бугунги кунда янги кузатувларни талаб этади. Кузатувлар натижасида кўпчилик руҳий касалликларга учраганлар ўзларида ўзгаришларни ҳис эта бошлаганлар. 12 ҳафта (3 ой) ичида ўтказилган кузатувлар анчагина ижобий натижаларни кўрсатганлиги, ҳамда оккупацион терапевтнинг кўрсатмасига асосан 3 ойлик муддат бундай кузатувлар учун қисқа ҳисобланиб, ижобий ўзгаришларни юқори даражада кўрсатиш учун кузатувлар муҳлатини ошириш лозимлиги уқтирилган.

### **Муҳокама**

Малакали шифокорлар аралашув жараёнини такомиллаштириш ва бу ишни ривожлантиришга руҳий касалликларда учраганлар билан кўпроқ шуғулланиш лозимлигини таъкидламоқда.

Аралашувнинг ўзи узоқ вақтлар давомида кўпгина ўзгаришлар ва тўсиқларга учраб келди. Бироқ бугунги кунда руҳий касалликка учраган инсонлар билан ишлаш уларни янги ҳаётга бошлаш айниқса уларнинг

маълумоти ҳамда билим савиялари билан шуғулланишга ката эътибор бермоқдала. Руҳий касалликларга учраганларни ишлаб чиқариш тармоқлари ва социал иқтисодий томондан тайёрлаш борасида талайгина ишлар амалга оширилмоқда<sup>17</sup>.

#### **Назорат саволлари:**

1. Эрготерапияни касбий фаолият сифатида таърифлаб беринг.
2. Ногиронликка эга бўлган одамнинг мустақил ҳаёти учун зарур бўлган кундалик машғулотлар турини изоҳланг.
3. Ногиронликка эга бўлган боланинг асосий ҳаётий малакаларини шакллантириш йўллариини ёритиб беринг.
4. Нутқсиз боланинг коммуникатив малакаларини қандай ривожлантириш лозим?

#### **Фойдаланилган адабиётлар:**

1. Ingrid Söderback International Handbook of Occupational Therapy Interventions Springer Science+Business Media, LLC 2009 536 P.
2. Conceptual Foundations of Occupational Therapy Practice. Gary Kielhofner, DrPH, OTR/L, FAOTA, Professor and Wade-Meyer Chair Department of Occupational Therapy, College of Applied Health Sciences University of Illinois at Chicago, 4<sup>th</sup> editions, 2009 by F.A.Davis Company, USA.
3. Counseling theories and techniques for rehabilitation and mental health professionals: second edition. Editors: Fong Chan, Phd, CRC, Norman L.Berven, Phd, Kenneth R.Thomas, DEd. Springer publishing company, LLC, 2015 New York.
4. Inclusive Special Education: Evidence-Based Practices for Children with Special Needs and Disabilities, Garry Hornby, University of Canterbury College of Education Christchurch, New Zealand. Springer Science+Business Media New York 2014
5. Чичерина Й., Нуркелдиева Д., Бондарева Е. Инновационные подходы в подготовке кадров- дефектологов (монография). -Т.: “Навруз”, 2014 г.
6. Чичерина Я., Нуркелдиева Д., Бондарева Е. Мутахассислик фанларни ўқитиш методикаси. -Т.: “Фан ва технологиялар, 2013й.

---

<sup>17</sup> Ingrid Söderback International Handbook of Occupational Therapy Interventions Springer Science+Business Media, LLC 2009 P.183-184

#### IV. АМАЛИЙ МАШҒУЛОТ МАТЕРИАЛЛАРИ

##### 1-амалий машғулот:

##### Реабилитацион педагогиканинг ижтимоий, тиббий ва психологик асослари

##### Амалий машғулот таълим технологияси модели.

<b>Тингловчилар сони - нафар</b>	Ўқув соати – 4 соат
<b>Ўқув машғулотининг шакли</b>	Амалий
<b>Ўқув машғулотининг тузилиши</b>	1.Амалий машғулотга тайёргарлик. 2.Вазифаларни эълон қилиш. 3.Саволларга жавоб бериш. 4.Гуруҳларда ишлаш. 5.Гуруҳлар тақдимоти. 6.Мавзуни мустаҳкамлаш. 7.Мустақил вазифалар бериш.
<b>Ўқув машғулотининг мақсади</b>	Тингловчиларда реабилитацион педагогиканинг ижтимоий, тиббий ва психологик асослари тушунчасини шакллантириш.
<b>Ўқув фаолиятининг натижалари</b>	1.Тингловчилар реабилитацион педагогиканинг махсус педагогикадаги инновацион йўналиш сифатидалигини муҳокама қилдилар ва тушуначага эга бўлдилар. 2.Тингловчилар ногиронларга нисбатан шахсий стереотипларини англадилар ва ногиронликнинг ижтимоийлиги ҳақида тасаввурга эга бўлдилар. 3.Тингловчилар Касалликларнинг ҳалқаро таснифи-БЎ ҳақидаги тасаввурларини ушбу таснифни таҳлил қилиш асосида кенгайтирдилар.
<b>Ўқитиш усуллари</b>	Машқ, гуруҳлар билан амалий иш, муҳокама, маъруза
<b>Ўқитиш шакллари</b>	Якка, гуруҳли
<b>Ўқитиш шарт-шароитлари</b>	Техник воситалардан фойдаланишга ва кичик гуруҳларда ишлашга мўлжалланган аудитория.
<b>Мониторинг ва баҳолаш</b>	Оғзаки назорат.



**Амалий машғулотнинг технологик картаси**

<b>Босқичлар</b>	<b>Фаолият мазмуни</b>	
	<b>Профессор - Ўқитувчи</b>	<b>Тингловчилар</b>
<b>Тайёргарлик Босқичи (5 -минут)</b>	Тингловчиларни мазкур мавзудаги амалий машғулот мавзуси, режаси ҳамда тайёргарлик учун адабиётлар рўйхати билан таништиради. (1-илова).	Амалий машғулотнинг режаси билан таништирилади, машғулотга тайёргарлик кўрадилар.
<b>1-босқич. ”Ногиронлик ва инкор этилганлик” машқи (30-минут)</b>	1.Ўқитувчи иштирокчиларга улар қачон бошқалар томонидан инкор этилганликларини эслаб кўришни таклиф этади. Қайси ёшда ва қанча вақтligининг аҳамияти йўқ. Шунингдек, Ўқитувчи иштирокчилардан ўз ҳиссиётларини таърифлаб беришни сўрайди.	Сўнгра иштирокчилар “инкор этилишни ҳис этиш нима билан боғлиқ бўлган эди?” саволига жавоб берадилар.
<b>2-босқич. Якка ва кичик гуруҳларда ишлаш (55-минут).</b>	2.1. Топширик: 5 дақиқа давомида “Ногиронлик нима?” саволига жавоб беринг.	2.1. Гуруҳларда амалий иш вазифаларини бажарадилар. Ҳар бир гуруҳ ўз саволини ёритади.
	2.2. Топширик: Сўнгра яна 5 дақиқа давомида жуфт бўлиб жавоб вариантларини муҳокама қилинг, муҳокама давомида умумий тушунчага келишга ҳаракат қилинг.	2.2. Муҳокама давомида умумий тушунчага келишга ҳаракат қиладилар
	2.3. Топширик: эса жуфтлар кичик гуруҳларга бирлашиб,	2.3. Ҳар бир гуруҳ ўз хулосасини намойиш этади ва ўз нуқтаи -

	ногиронликнинг умумий тушунчасини яратинг.	назарини ҳимоя қилиши лозим.
	2.4. Гуруҳларнинг тақдимоти тингланади.	2.4. Мавзу бўйича билимлари умумлашади.
<b>3-босқич. Якка ва кичик гуруҳларда ишлаш (55-минут).</b>	Топширик: Иштирокчилар 4-6 кишидан иборат кичик гуруҳларга бўлинадилар (1 илова)	Ҳар бир гуруҳ берилган саволларга тиббий ва ижтимоий модел нуқтаи назаридан жавоб беришлари лозим. Жавобларни флипчартларга жадвал шаклида ёзадилар
	2.5.Вазиятга мосланган ролли ўйин ( 2 илова)	Тингловчилар кичик гуруҳларда берилган вазиятни муҳокама қиладилар, уни ҳал этиш йўлларини тақдимот қиладилар
	2.6.КХТ таҳлили ва унинг асосида “Қандай? » иерархик диаграммаси (3-илова)	Тингловчилар КХТ таҳлил қиладилар ва унинг асосида ҳар бири “Қандай?” иерархик диаграммаси тўлдирадилар
<b>4-босқич. Якуний босқич якунловчи 15-минут.</b>	3.1.Вазифани бажариш жараёнида қилинган хулосалар берилган жадвални тўлдириш асосида чиқарилади. Иш якунларини эълон қилади.	3.1.Жадвални тўлдирадилар. Тинглайдилар ва ёзиб оладилар. Фикр ва мулоҳаза билдирилади.
	3.2.Дарсда фаол иштирок этган Тингловчилар қайд этилади.	3.2.Эътироф этилади.
	3.3.Мустақил иш учун вазифа беради. (4-илова)	3.3. Тинглайдилар ва ёзиб оладилар.

## 1- машқ. “Нима учун..?”

**Мақсад:** ногиронликнинг ижтимоий тушунчасини мустаҳкамлаш ва ижтимоий моделга асосланган ҳолда таҳлил ўтказиш кўникмаларини шакллантириш

Вақт: (40 дақиқа)

Топшириқ: Иштирокчилар 4-6 кишидан иборат кичик гуруҳларга бўлинадилар. Ҳар бир гуруҳ берилган саволларга тиббий ва ижтимоий модел нуқтаи назаридан жавоб беришлари лозим. Жавобларни флипчартларга жадвал шаклида ёзадилар:

Тиббий модел	Ижтимоий модел

Ҳар бир гуруҳ ўз вазияти буйича берган жавобларини намоиш этадилар. Мунозара жараёнида жавоблар қанчалик тиббий ёки ижтимоий моделга мос келишлиги муҳокама қилинади.

Муҳокама учун саволлар:

Нима учун ногиронлик аравачасидан фойдаланувчи киши кутубхонадан фойдалана олмайди.

Нима учун кўр бола яқин атрофдаги мактабда ўқий олмайди.

Нима учун қулоғи эшитмайдиган бола ота-онасига кўнғироқ қила олмайди.

Нима учун нуткида бузилиши бўлган бола дўкондан ўзига керакли нарса сотиб ололмайди.

Хулоса: Ногиронлиги бўлган кишилар ҳаётида чегараларни келтириб чиқарувчи сабабларга тўсиқ сифатида қараш мумкин. Улар жамият томонидан бунёд этилган бўлиб, бунинг шахс ногиронлигига алоқаси йўқ. Флипчартга тўсиқларнинг ҳар хил турлари ёзилади.

## 1-вазият

Кодиржон ака. Ёшлари 75 да. Аёли 2 йил олдин оғир бетобликдан сўнг вафот этган. Ёлғиз фарзанди – 35 яшар қизи ва 2 нафар 16 ва 17 яшар неваралари бор. Аёли вафот этгач қизи отасидан келиб хабар олиб кирини ювиб, овқатини тайёрлаб кетарди. Неваралари эса ўқишидан сўнг уй юмушларида келиб ховли, 3 хонали уйни тозалашда ёрдам бериб туришарди. Ярим йил олдин қизи ва неваралари оилавий иқтисодий етишмовчилик сабабли чет элга ишлашга мажбур бўлиб кетиб қолди. Қодиржон ака бугун энди ёлғиз ўзи яшамокда.

Қодиржон ака бугунги кунда соғлиғи ёмонлашиб, ҳаракатлари координацияси бузилиб, ўз чойини дамлаб ичишга ҳам қийналиб қолган. Қўшнилари сўзига караганда яқинда юрак ҳуружи ҳам бўлиб ўтди. Қўшнилари баъзида чиқиб Қодиржон аканинг рўзғоридан хабар олиб турадилар. Қодиржон ака ўз вақтида яхши иш ҳақи олган. Шунинг учун унинг пенсияси миқдори ёлғиз ўзининг рўзғорига ва соғлиғи учун дори дармонлар олишга етади.

Роллар:

Қодиржон ака, 75 ёшда;

Қўшни;

Маҳалла вакили;

Хизмат ижтимоий ишчиси;

Шифокор.

### **2-вазият**

Мухлиса ая. Ёшлари 75 да. Эрлари 1 йил олдин вафот этган. Мухлиса аянинг ёлғиз фарзанди – Дилдоранинг ногиронлиги мавжуд. Мухлиса ая бутун умр шу фарзандининг соғлиғи билан шуғулланиб, унга ғамхўрлик қилиб келган. Фарзанди болалиқдан ногиронлиги мавжуд: ДСП ташхиси билан оғрийди. У юра олмайди, Лекин деворни ушлаб юриб бўлсада ўзига-ўзи хизмат кўрсата олади. Мухлиса ая ҳеч қаерда ишламаганлиги сабабли ёши бўйича нафақаси миқдори кўп эмас. Фарзандининг ногиронлиги учун нафақа олиб туради.

Роллар:

Мухлиса ая, 75 ёшда;

Қизи Дилдора;

Қўшни;

Маҳалла вакили;

Хизмат ижтимоий ишчиси;

Шифокор.

### **3-вазият**

Собир ота. Ёшлари 71 да. 2-гурӯҳ ногирони. 3 сотихдан иборат ҳовлида ёлғиз ўзи яшайди. Фарзандлари йўқ. Ховлисида мевали дарахтлар мавжуд. Ошхона, ҳаммоми бор, лекин иссиқ ва совуқ сув йўқ. Уйда электр тез-тез ўчиб туради, табиий газ мавжуд. Чорвадан сигир ва бузоғи бор. Ногиронлиги бўйича нафақа олади.

Яшаш хонаси 3 хонадан иборат бўлиб, анча таъмир талаб. Ошхонада овқат тайёрлаши учун имкониятлари жуда ёмон. Санитар-гигиеник коидаларга риоя қилинмайди. Ётоғи ҳамда жиҳозлари ҳам ноқулай.

Соғлиғи: тез-тез қон босими ошиб кўтарилиб туради, кўзи яхши кўрмайди, ташқи таъсирларга берилувчан, дори-воситаларини ҳаддан ташқари кўп қабул қилади.

**Роллар:**

Собир-ота 2-гуруҳ ногирони, 71 ёш;

Қўшни;

Маҳалла раиси;

Ижтимоий иш мутахассиси;

Врач.

**4-вазият**

Холида хола, 82 ёшда. Бир ўзи ёлғиз яшайди. Фарзанд кўрмаган. Бутун умри давомида турли хил соҳаларда фаолият кўрсатган. Якка ёлғизлиги сабабли инжиқ бўлиб қолган. Одамни ёқтирмайди. 2 та яшаш учун мўлжалланган хона, ховли, хожатхона, ювиниш хоналари мавжуд. Ховлиси 6 сотихдан иборат. Томорқага ҳеч нарса экилмаган.

Соғлиғи яхши эмас. Қандли диабет касаллигига чалинган. Ёрдамга муҳтож, ўзи иш қила олмайди. 550 000 пенсия олади. Уйлари таъмир талаб.

Роллар:

Холида Абдусаидова, 85 ёш;

Қўшни;

Маҳалла раиси;

Ижтимоий иш мутахассиси;

Врач.

**3-илова**

**«Қандай?» иерархик диаграммаси**

«Қандай?» иерархик диаграммаси асосида фаолиятни ташкил этиш қоидалари:

Вужудга келган муаммони сабабини аниқлаш зарур, аммо ана шу муаммони қандай йўллар билан ҳал этиш мумкин деган саволга жавоб беришни ўрганиш муҳим вазифалардан биридир. «Қандай?» иерархик диаграммаси ана шундай солларда самарали натижа беради.

«Қандай?» иерархик диаграммаси муаммо ҳақида бутунлигича умумий тасаввурга эга бўлишга имкон берадиган саволарнинг мантиқий занжири кўринишида намоён бўлади.

Кетма-кет равишда «Қандай?» саволини қуйиш орқали сиз фақат муаммони ҳал этишнинг барча имкониятларини тадқиқ этибгина қолмай, балки уларни амалга ошириш усулларини ҳам ўрганасиз.

Диаграмма стратегик даражадаги савол билан иш бошлайди. Муаммони ҳал этишнинг қуйи даражаси биринчи навбатдаги ҳаракатлар руйхатига мос булади.

Ўйламай , баҳоламай ва уларни ўзаро солиштирмай тезликда барча ғояларни ёзиш лозим бўлади.

Диаграмма ҳеч қачон тугалланмайди: унга янги ғояларни киритиш мумкин бўлади.

Агарда савол схемада бир қанча «шоҳлар»да қайтарилса, демак у нисбатан муҳимдир. У муаммони ҳал этишнинг муҳим қадами бўлиши керак.

Янги ғояларни қандай график кўринишда қайд этишни ўзингиз танлаб олинг( дарахт, каскад ва б.) Бунда муаммо шажараси кўз олдингизда намоён бўлади.

Тўғри мулоҳаза қилиш ва хулосалар чиқариш орқали муаммонинг ечимини топиш энгил кечади.

### **«Қандай? » иерархик диаграммасининг схематик кўриниши**

Кичик гуруҳлар ўз вазиятларини ўрганиб, уни “қандай?” иерархик диаграммага тушириб, ўз тақдимотларини ўтказадилар

### **Назорат саволлари:**

1.Реабилитацион педагогика фани ва ўқув предметининг юзага келиш сабаблари ҳаикда сўзлаб беринг.

2.Дефектология ва реабилитацион педагогиканинг ўхшаш ва фарқ томонлари нимада?

3.Ногиронликни тушунишнинг тиббий ва ижтимоий модели нималар билан фарқ қилади?

### **Фойдаланилган адабиётлар:**

1. Counseling theories and techniques for rehabilitation and mental health professionals: second edition. Editors: Fong Chan, Phd, CRC, Norman L.Berven, Phd, Kenneth R.Thomas, DEd. Springer publishing company, LLC, 2015 New York.

2. GaryKielhofner. Conceptual Foundations of Occupational Therapy-4th edition. USA 2009F. A. DavisCo.

3. Чичерина Й., Нуркелдиева Д., Бондарева Е. Инновационные подходы в подготовке кадров- дефектологов (монография). -Т.: “Навруз”, 2014 г.

4. Чичерина Я., Нуркелдиева Д., Бондарева Е. Мутахассислик фанларни ўқитиш методикаси. -Т.: “Фан ва технологиялар, 2013й.

5. Мўминова Л.Р. ва бошқалар. Махсус психология. Т.: “Ношир”, 2013 й.

6. Пўлатова П. ва бошқалар. Махсус педагогика. Т.: “Фан ва технология” нашриёти, 2014 й.

**2-Амалий машғулот:**  
**Психик ва жисмоний нуқсонга эга бўлган болалар ва катталарга**  
**кўрсатиладиган ижтимоий хизматлар.**  
**Амалий машғулот таълим технологияси модели.**

<b>Тингловчилар сони - нафар</b>	<b>Ўқув соати – 2 соат</b>
<b>Ўқув машғулотининг шакли</b>	<b>Амалий</b>
<b>Ўқув машғулотининг тузилиши</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Амалий машғулотга тайёргарлик.</li> <li>2.Вазифаларни эълон қилиш.</li> <li>3.Саволларга жавоб бериш.</li> <li>4.Гуруҳларда ишлаш.</li> <li>5.Гуруҳлар тақдимоти.</li> <li>6.Мавзуни мустаҳкамлаш.</li> <li>7.Мустақил вазифалар бериш.</li> </ol>
<b>Ўқув машғулотининг мақсади</b>	<p>Махсус педагогнинг умумқабул қилинган ва амалий роллари ҳамда вазифалари билан танишиш, ижтимоий хизматлар мижозларининг кенгроқ тоифалари ҳақидаги тасаввурларини ошириш. Ушбу мавзу, шунингдек мухахасиснинг жамиятда содир бўлиши мумкин бўлган ижтимоий ўзгаришларга эришилишидаги ҳамда бошқа тоифадаги ижтимоий ҳимояга муҳтож шахсларнинг ижтимоий ҳимояланишидаги ролининг муҳимлигини тушуниш учун ҳам ёрдам беради</p>
<b>Ўқув фаолиятининг натижалари</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Тингловчилар реабилитацион педагогнинг мижозларни ҳаёт босқичларининг турли босқичларида роли ва функциялари ҳақидаги билимларини муҳокама қиладилар ва мустаҳкамлайдилар</li> <li>2. Тингловчилар махсус педагог учун зарур бўлган билим, кўникма, малака ва кадриятларни тахлил қиладилар</li> </ol>
<b>Ўқитиш усуллари</b>	Машқ, гуруҳлар билан амалий иш,

	муҳокама,
<b>Ўқитиш шакллари</b>	Кичик гуруҳли
<b>Ўқитиш шарт-шароитлари</b>	Техник воситалардан фойдаланишга ва кичик гуруҳларда ишлашга мўлжалланган аудиториЙ.
<b>Мониторинг ва баҳолаш</b>	Оғзаки назорат

### Амалий машғулотнинг технологик картаси

<b>Босқичлар</b>	<b>Фаолият мазмуни</b>	
	<b>Профессор - Ўқитувчи</b>	<b>Тингловчилар</b>
<b>Тайёргарлик Босқичи (5 - минут)</b>	Тингловчиларни мазкур мавзудаги амалий машғулот мавзуси, режаси ҳамда тайёргарлик учун адабиётлар рўйхати билан таништиради. (1-илова).	Амалий машғулотнинг режаси билан таништирилади, машғулотга тайёргарлик кўрадилар.
<b>1-босқич. Пресс-конференция (20-минут)</b>	1.1.Реабилитацион педагогнинг роли ва функцияси бўйича тарқатма материаллар тарқатади	1.1. Материални ўрганадилар, проесс-конференция учун саволлар тайёрлайдилар
	2.2.Тингловчиларнинг саволларига жавоб беради	2.2.Саволлар берадилар, жавобларни тинглайдилар
<b>2-босқич. Кичик гуруҳларда ишлаш (45-минут).</b>	2.1. Топширик Ўқитувчи иштирокчиларни 4 кичик гуруҳларга бўлади. Ҳар бир гуруҳ учун флипчартда қуйидагиларни ёзиб чиқиш вазифаси берилади ( 2-илова)	2.1.Гуруҳларда амалий иш вазифаларини бажарадилар. Ҳар бир гуруҳ ўз саволини ёритади. Тингловчилар мустақил тарзда ногиронлиги мавжуд шахслар билан ишловчи мутахассиссга қандай билим, кўникма ва малакалар керак эканлиги, қандай қадриятлаа ва тамойилларга риоя қилишлари кераклиги, самарали реабилитацион жараёни юқорида келтирилган тўрт компонентнинг ўзаро



		мувофиқлашуви натижасида юага келиши ҳақидаги фикрга келадилар.
	2.4.Гуруҳларнинг тақдими тингланади.	2.4. Мавзу бойича билимлари умумлашади.
<b>3-босқич. Якуний босқич яқунловчи 10-минут.</b>	3.1.Вазифани бажариш жараёнида қилинган хулосалар берилган жадвални тўлдириш асосида чиқарилади. Иш яқунларини эълон қилади.	3.1. Жадвални тўлдирадилар. Тинглайдилар ва ёзиб оладилар. Фикр ва мулоҳаза билдирилади.
	3.2.Дарсда фаол иштирок этган Тингловчилар қайд этилади.	3.2.Эътироф этилади.
	3.3.Мустақил иш учун вазифа беради. (4-илова)	3.3.Тинглайдилар ва ёзиб оладилар.

### **1-илова**

Реабилитацион педагогикада бир қанча ролларни бажариш билан бир қаторда бир неча функцияларни амалга ошириш зарур. Умуман олганда, махсус педагог, қайси соҳада ишлашидан қатъий назар, эгаллаб турган лавозими ҳамда ваколатларидан келиб чиққан ҳолда қуйидаги функцияларни амалга оширади:

- баҳоловчи, диагностик функция – ижтимоий диагноз (ташхис)ни қўйиш;
- прогностик (олдиндан тахмин қилиш) функция;
- профилъактик (олдини олишга қаратилган) функция;
- маслаҳат берувчи функцияси;
- ижтимоий-педагогик функция;

- ижтимоий-психологик функция;
- ижтимоий-тиббий функция;
- ижтимоий-ҳуқуқий функция;
- ижтимоий-маиший функция;
- реклама-ташвиқотчилик функцияси;
- ахлоқий-гуманистик функция;
- ташкилий функция (ижтимоий хизматларни ташкиллаштириш – брокер);
- бошқарувчилик функцияси – “кейс менеджер”.

Мазкур функцияларни амалга ошириш мобайнида махсус педагог бир вақтнинг ўзида бошқа бир қанча ролларни ҳам бажариши мумкин. Шунингдек ҳар қандай амалий ролни амалга оширишда бир қанча функциялардан фойдаланишга тўғри келади. Ёки аксинча битта махсус функция ёки фаолият турини бир қанча бошқа ролларни бажариш мобайнида амалга ошириш мумкин. Масалан, махсус педагог ижтимоий хизмат брокери ролида ҳам, маслаҳат берувчи ёки кейс-менеджер роли доирасида ҳам муассаса тарбияланувчиси вазиятини баҳолаш функциясини амалга ошириши мумкин.

Юқорида айтиб ўтилганидек махсус педагог бир нечта ролларни бажаради. Илмий-услубий адабиёт таҳлили ҳамда махсус педагогларининг тажрибасидан келиб чиққан ҳолда ижтимоий ҳимояга муҳтож ва ногиронлиги мавжуд бўлган шахслар билан ишловчи махсус педагогнинг кўйидаги роллари ажратилади:

**Хизмат соҳаси брокери. Мақсади.** Муайян вазиятдаги ногиронлиги мавжуд бўлган шахснинг ҳуқуқ ва манфаатларини ҳимоя қилиш мақсадида тегишли ижтимоий хизмат институтлари ва бошқа ресурслар билан боғланиш ва муаммони ҳал қилиш учун тегишли мулоқотни юритиш ва шу кабилар.

**Ижтимоий ва мослашувчанлик кўникмалари ўқитувчиси. Мақсади.** Ногиронлиги мавжуд бўлган шахсларда мураккаб ҳаётий вазиятларни ҳал этишга ёрдам берадиган ҳаётий амалий кўникмаларни тиклаш, мустаҳкамлаш варивожлантириш, хулқ-атворини ўзгартириш, шахснинг ижтимоий ҳаётида ушбу кўникмалардан фойдаланиш бўйича тажрибаларини оширишга ва ҳ.з.ларга қаратилган тренинг-семинарларни амалга оширувчи.

**Маслаҳатчи - клинитсист. Мақсади.** Реабилитацион педагогика объектларининг (мижознинг) шахсий установкалари ҳамда хис-туйғуларини тушуниш, муаммоли ижтимоий вазиятда ўз хулқ-атворини бошқариш ёки шахсий етукликка эришишга ёрдам берувчи усул ва воситаларни ўрганиш

йўли орқали уларнинг ижтимоий ҳаёти тарзини ўзгартиришларига терапевтик ёрдам бериш.

**Кейс менежер. Мақсади.** Мижозларнинг қийин ҳаётий вазияти билан боғлиқ муаммоси туридан келиб чиқиб мунтазам равишда тегишли идора ва хизматлар билан боғлаш, шунингдек, хизматларни мувофиқлаштириш йўли билан сифатли хизмат кўрсатилишига эришиш ва уларнинг самарадорлиги ҳамда узлуксизлигини таъминлаш.

**Иш юкламаси ҳажми менежери. Мақсади.** Мижозларга имкон қадар самарали ёрдам бера олиш ва ўз иш берувчилари олдида жавобгарликни ҳис эта олиш учун ўз юкламасининг ҳажмини бошқариш. Махсус педагоглари бир вақтнинг ўзида хизматларни самарали амалга оширишга интилишлари лозим, бироқ шу билан бир қаторда у хизмат қилаётган ташкилот ёки муассасанинг ички сиёсати, талаб ва меъёрларига риоя қилиши лозим бўлади. Ўз ваколати доирасида ўз мажбуриятларига риоя қилиши лозим.

**Ходимлар штатини ривожлантириш ташкилотчиси. Мақсади.** Семинар ва тренинглар уюштириш, фаолиятни назорат қилиш, маслаҳатлар бериб бориш ва ижтимоий муаммо ҳал этилиши жараёнини бошқариш воситасида муассаса ходимларининг касбий ривожланишини таъминлаш.

**Муассаса маъмурияти аъзоси. Мақсади.** Ижтимоий-гуманитар ҳамда педагогик-психологик хизматлар кўрсатилиши бўйича тадбирлар, дастур ва иш режаси ҳамда Ижтимоий фаолияти юкламасини ишлаб чиқувчи, режалаштирувчи ва амалга оширувчи, бошқарувчи, назорат қилувчи.

**Ижтимоий ўзгаришлар агенти. Мақсади.** Жамиятда мавжуд муаммоларни ҳамда ҳаёт тарзини яхшилаш мумкин бўлган муаммоли соҳаларни аниқлаш, умумий ягона қараш ва қизиқишга эга бўлган инсонлар гуруҳини фаоллаштиришда иштирок этиш, ўзгаришларга интилиш ёки янги имкониятларни ривожлантириш тарафдори сифатида илғор бўлиш.

**Ўз ишининг “устаси” (профессионали). Мақсади.** Унинг шахсий ва касбий салоҳиятига мос ҳамда ахлоқий амалий фаолият билан шуғулланиш билан боғлиқ шахсий фазилат ва касбий кўникмаларга эга бўлган, ўз тажрибаси билан ижтимоий иш касбининг ривожланишига улус қўша оладиган, ёш кадрларга намуна, устоз бўла оладиган ходим. Ижтимоий иш ходими доимо ўз билими ва кўникмаларини ривожлантиришга, унинг томонидан кўрсатиладиган хизматлар сифати оширишга интилмоғи лозим.

**Мижознинг ҳуқуқ ва қонуний манфаатларини ҳимояловчи (рус. Адвокатирование). Мақсад.** Қария ва ногиронлиги мавжуд бўлган шахсларнинг ҳуқуқ ва манфаатларини ҳимоялаш мақсадида тегишли идора ва ташкилотлар олдида мижоз ҳуқуқларини ҳимояловчи вакил сифатида иштирок этади

Реабилитацион педагогикадаги самарали амалиётнинг тўрт компонентлари»



**Мақсад:** мазкур усул ёрдамида тингловчилар мустақил тарзда ногиронлиги мавжуд шахслар билан ишловчи мутахассисга қандай билим, кўникма ва малакалар керак эканлиги, қандай қадриятлаа ва тамойилларга риоя қилишлари кераклиги, самарали реабилитацион жараёни юқорида келтирилган тўрт компонентнинг ўзаро мувофиқлашуви натижасида юага келиши ҳақидаги фикрга келадилар.

**Давомийлиги:**

- кичик гуруҳларда ишлаш учун 20 дақиқа;
- ҳар бир гуруҳ иши натижасини тақдим қилиши учун 5 дақиқадан вақт берилади.

**Йўриқнома:**

Ўқитувчи иштирокчиларни 4 кичик гуруҳларга бўлади. Ҳар бир гуруҳ учун флипчартда қуйидагиларни ёзиб чиқиш вазифаси берилади:

1-гуруҳ-Ногиронлиги мавжуд бўлган шахслар билан ишловчи мутахассисс нималарни БИЛИШИ керак? (реабилитацион педагогга керак бўладиган билимлар);

2-гуруҳ-Ногиронлиги мавжуд бўлган шахслар билан ишловчи мутахассисс ўзини қандай ТУТИШИ керак? (ижтимоий иш ходими риоя қилиши лозим бўлган қадриятлар);

3-гуруҳ-Ногиронлиги мавжуд бўлган шахслар билан ишловчи мутахассисс нималарни ҚИЛА ОЛИШИ лозим? (ижтимоий иш ходимига керак бўладиган кўникмалар);

4-гуруҳ-Ногиронлиги мавжуд бўлган шахслар билан ишловчи мутахассисс нималарни БАЖАРАДИ? (ижтимоий иш жараёни – миждоз билан ўзаро фаолиятга киришиш жараёни қандай босқичлардан таркиб топган).

Топшириқни бажариш учун гуруҳларга 20 дақиқадан берилади. Ўқитувчи гуруҳ иши ҳолатини кузатиб бориши ва заруриятда уларни ечимни излаш ҳамда топишга йўналтириб бориши керак. Гуруҳларнинг иши натижалари флипчартда ёзиб борилиши керак.

## 1-илова

### Амалий машғулоти мавзуси:

1. Махсус болалар боғчасида коррекцион-тарбиявий жараённи режалаштириш.

#### Амалий машғулоти режаси:

1 Махсус болалар боғчасида коррекцион-тарбиявий жараён.

2. Махсус болалар боғчасида коррекцион- тарбиявий жараённи режалаштириш.

#### Амалий машғулоти мақсади:

Махсус болалар боғчасида коррекцион-тарбиявий жараённи режалаштириш ва ҳимоя педагогик-кун тартибини ўрнатиш ишларини жараёнга киритиш

#### Амалий машғулотидан кутилаётган натижалар:

Махсус болалар боғчасида коррекцион-тарбиявий жараённи режалаштириш да ҳимоя-педагогик кун тартибини ўрнайш ҳақидаги назарий билимлари мустаҳкамланади

Гуруҳларда ишлаш қоидаси

Шеригингизни диққат билан тингланг.

Гуруҳ ишларида ўзаро фаол иштирок этинг, берилган топшириқларга жавобгарлик билан ёндашинг.

Агар Сизга ёрдам керак бўлса, албатта гуруҳ аъзоларига мурожаат қилинг.

Агар Сиздан ёрдам сўрашса, албатта ёрдам беринг.

Гуруҳлар фаолияти натижаларини баҳолашда ҳамма иштирок этиши шарт!

Шуни аниқ тушунмоғингиз лозим:

Бошқаларга ўргатиш орқали ўзимиз ўрганамиз;

Биз битта кемадамиз: ёки биргаликда сузиб чиқамиз, ёки биргаликда чўкиб кетамиз.

## Гуруҳларнинг билим ва кўникмаларини баҳолаш мезонлари

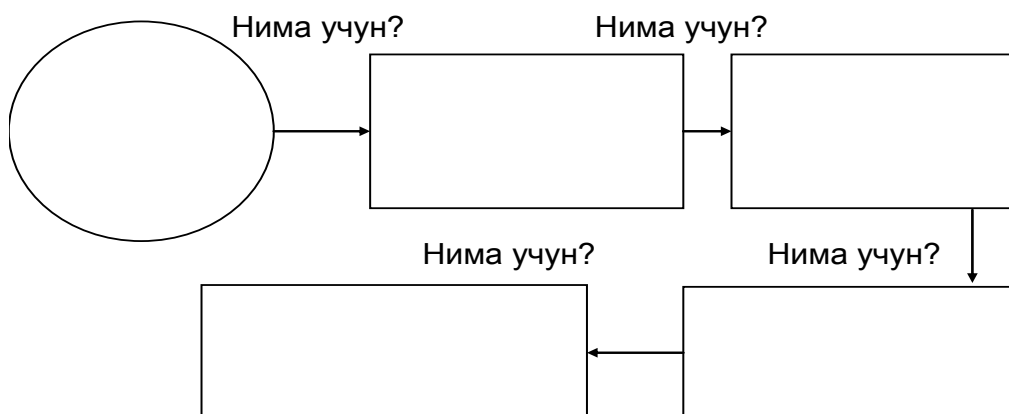
Топшириқлар, баҳолаш кўрсаткичлари ва мезонлари	1-гуруҳ	2-гуруҳ	3-гуруҳ
Максимал балл – 2			
- савол тўлиқ ёритиб берилди (0,5 балл)			
- жавоблар этарли даражада асослаб берилди (0,5 балл)			
- гуруҳ иштирокчиларининг фаоллиги (0,5 балл)			
- берилган саволларга жавоб берди (0,3 балл)			
- регламентга риоя қилди (0,2)			
Жами: (2 балл)			

1,5 – 2 балл - «аъло»

1,0 – 1,4 балл - «яхши»

0,5 – 0,9 балл - «қониқарли»

0 - 0,4 балл - «қониқарсиз»

Махсус муассасада химоя педагогик кун тартибини ташкил этиш  
нима учун

## Назорат саволлари:

1. Нормаллаштириш тамойилининг мазмунини ёритиб беринг.
2. Психик ва жисмоний нуқсонлари бўлган мактабгача ва мактаб ёшидаги болалар қандай ижтимоий хизматларга мухтож бўладилар?
3. Ривожланишида нуқсони бўлган мактаб ёшидаги болалар қандай психик ва ижтимоий муаммоларга дуч келадилар?
4. Соматик жихатдан заифликнинг омилларини ёритинг.

5. Саломатлиги заиф бўлган ўқувчиларнинг билиш ва хиссий жараёнлари хусусиятлари уларнинг ўқув фаолиятига салбий таъсир изохланг ва ўқишда қандай муаммоларни келтириб чиқаришини айтинг.

6. Ҳимоя педагогик кун тартибининг қандай омиллари мавжуд?

#### **Фойдаланилган адабиётлар:**

1. Conceptual Foundations of Occupational Therapy Practice. Gary Kielhofner, DrPH, OTR/L, FAOTA, Professor and Wade-Meyer Chair Department of Occupational Therapy, College of Applied Health Sciences University of Illinois at Chicago, 4<sup>th</sup> editions, 2009 by F.A.Davis Company, USA.

2. Чичерина Й., Нуркелдиева Д., Бондарева Е. Инновационные подходы в подготовке кадров- дефектологов (монография). -Т.: “Навруз”, 2014 г.

3. Чичерина Я., Нуркелдиева Д., Бондарева Е. Мутахассислик фанларни ўқитиш методикаси. -Т.: “Фан ва технологиялар, 2013й.

4. Мўминова Л.Р. ва бошқалар. Махсус психология. Т.: “Ношир”, 2013 й.

5. Пўлатова П. ва бошқалар. Махсус педагогика. Т.: “Фан ва технология” нашриёти, 2014 й.

6. Conceptual Foundations of Occupational Therapy Practice. Gary Kielhofner, DrPH, OTR/L, FAOTA, Professor and Wade-Meyer Chair Department of Occupational Therapy, College of Applied Health Sciences University of Illinois at Chicago, 4<sup>th</sup> editions, 2009 by F.A.Davis Company, USA.

7. Inclusive Special Education: Evidence-Based Practices for Children with Special Needs and Disabilities, Garry Hornby, University of Canterbury College of Education Christchurch, New Zealand. Springer Science+Business Media New York 2014.

8. Counseling theories and techniques for rehabilitation and mental health professionals: second edition. Editors: Fong Chan, Phd, CRC, Norman L.Berven, Phd, Kenneth R.Thomas, DEd. Springer publishing company, LLC, 2015 New York.

9. Чичерина Й., Нуркелдиева Д., Бондарева Е. Инновационные подходы в подготовке кадров- дефектологов (монография). -Т.: “Навруз”, 2014 г.

10. Чичерина Я., Нуркелдиева Д., Бондарева Е. Мутахассислик фанларни ўқитиш методикаси. -Т.: “Фан ва технологиялар, 2013й.

11. Мўминова Л.Р. ва бошқалар. Махсус психология. Т.: “Ношир”, 2013 й.

12. Пўлатова П. ва бошқалар. Махсус педагогика. Т.: “Фан ва технология” нашриёти, 2014 й.

### 3-Амалий машғулот:

Ота-оналар ёки уларнинг ўрнини босувчи шахсларни ривожланишида бузилишлари бўлган болаларни парваришлаш, тарбиялаш ва ривожлантиришга ўргатиш.

#### Амалий машғулот таълим модели.

<b>Тингловчилар сони - нафар</b>	<b>Ўқув соати – 4 соат</b>
<b>Ўқув машғулотининг шакли</b>	<b>Амалий</b>
<b>Ўқув машғулотининг тузилиши</b>	1.Амалий машғулотга тайёргарлик. 2.Вазифаларни эълон қилиш. 3.Саволларга жавоб бериш. 4.Гуруҳларда ишлаш. 5.Гуруҳлар тақдироти. 6.Мавзуни мустаҳкамлаш. 7.Мустақил вазифалар бериш.
<b>Ўқув машғулотининг мақсади</b>	Машғулотнинг мақсади: иштирокчиларни ногиронлиги бўлган бола оиласининг ўзига хос хусусиятлари билан таништириш.
<b>Ўқув фаолиятининг натижалари</b>	1. Тингловчилар ногиронлиги бўлган бола оиласи ҳаёт циклининг хусусиятлари билан танишдилар, бу ҳақида тушунчага эга бўлдилар 2. Тингловчилар ногиронлиги бўлган бола оиласи дуч келадиган ижтимоий қийинчиликлар ҳақида тушунчага эга бўлдилар. 3.Махсус педагогнинг ногирон фарзандлари бўлган ота-оналар билан иш олиб бориши ҳақида билимга эга бўладилар. 4.Ногиронлиги бўлган болаларнинг ривожланиш қонуниятлари ҳақида тушунчага эга бўладилар.
<b>Ўқитиш усуллари</b>	Машқ, гуруҳлар билан амалий иш, муҳокама,
<b>Ўқитиш шакллари</b>	Кичик гуруҳли
<b>Ўқитиш шарт-шароитлари</b>	Техник воситалардан фойдаланишга ва кичик гуруҳларда ишлашга



	мўлжалланган аудиторий.
<b>Мониторинг ва баҳолаш</b>	Оғзаки назорат.

**Амалий машғулотнинг технологик картаси**

<b>Босқичлар</b>	<b>Фаолият мазмуни</b>	
	<b>Профессор - Ўқитувчи</b>	<b>Тингловчилар</b>
<b>Тайёргарлик Босқичи (5 -минут)</b>	Тингловчиларни мазкур мавзудаги амалий машғулот мавзуси, режаси ҳамда тайёргарлик учун адабиётлар рўйхати билан таништиради.	Амалий машғулотнинг режаси билан таништирилади, машғулотга тайёргарлик кўрадилар.
<b>1-босқич. Оилавий альбом машқи (60-минут)</b>	“Оилавий альбом” машқи (1-илова). Топширик: Иштирокчилар ўзлари билан олиб келган турли ёш давридаги фотосуратларни ёш даври бўйича териб чиқадилар (хар бир гуруҳ маълум ёш даври бўйича фотосуратларни танлаб оладилар) ва кейинги саволларга жавоб берадилар.	Иштирокчилар ёш даврларига мос ҳолда гуруҳларга бўлинадилар: гўдаклик, илк болалик, мактабгача ва мактаб даври, ўспиринлик, ўсмирлик даврлари. Елимли тасма ёрдамида фотосуратларни ёпиштириб “оилавий альбом бетларини” тайёрлайдилар. Ҳар бир гуруҳ хар бир ёш даври бўйича берилган саволларга жавоб юзасидан чиқиш қиладилар.
<b>2-босқич. Фильмни томоша қилиш ва унинг муҳокамаси (60-минут).</b>	2.1.«Худди капалакдек» фильмни намоиш этади (30 дақиқа)	2.1.Тингловчилар фильмни диққат билан томоша қиладилар
	2.2. Фильм муҳокамаси (30 дақиқа) (2-илова)	2.2.Муҳокама давомида умумий тушунчага келишга ҳаракат қиладилар
<b>3-босқич. Яқуний босқич яқунловчи 35-минут.</b>	3.1.Вазифани бажариш жараёнида қилинган хулосалар берилган жадвални тўлдириш асосида чиқарилади. Иш яқунларини эълон қилади.	3.1.Жадвални тўлдирадилар. Тинглайдилар ва ёзиб оладилар. Фикр ва мулоҳаза билдирилади.
	3.2.Дарсда фаол иштирок	3.2.Эътироф этилади.

	этган Тингловчилар қайд этилади.	
	3.3.Мустақил иш учун вазифа беради. (4-илова)	3.3.Тинглайдилар ва ёзиб оладилар.

## 1-илова

### “Оилавий альбом” машқи

**Мақсад:** бола ривожланишидаги ёш хусусиятлари, турли ёш даврида бола эҳтиёжлари ҳақидаги билимларни фаоллаштириш, мустаҳкамлаш.

Вақт: 90 дақиқа.

**Топширик:** Иштирокчилар ўзлари билан олиб келган турли ёш давридаги фотосуратларни ёш даври бўйича териб чиқадилар (ҳар бир гуруҳ маълум ёш даври бўйича фотосуратларни танлаб оладилар) ва кейинги саволларга жавоб берадилар:

Боланинг исми ва ёши?

Ушбу ёшда бола ўз ота-онасини нима билан кўпроқ қувонтирган?

Унинг асосий машғулоти нимадан иборат эди?

Нимани кўпроқ яхши кўрар эди, нимага кўпроқ муҳтож бўлган эди?

Ота-она бу ёшда бола учун нима муҳим, унга нима бериш керак, деб ҳисоблаганлар?

**Кўрсатма:** Иштирокчилар ёш давларига мос ҳолда гуруҳларга бўлинадилар: гўдаклик, илк болалик, мактабгача ва мактаб даври, ўспиринлик, ўсмирлик давлари. Елимли тасма ёрдамида фотосуратларни ёпиштириб “оилавий альбом бетларини” тайёрлайдилар. Ҳар бир гуруҳ ҳар бир ёш даври бўйича берилган саволларга жавоб юзасидан чиқиш қиладилар.

Ўқитувчи флипчартга асосий ёш даврига тегишли характерли хусусиятларини ёзиб чиқади. Гуруҳларнинг чиқишларидан сўнг Ўқитувчи боланинг ҳар бир ёш даврига тегишли хусусиятлар ва эҳтиёжлари бўйича хулоса чиқаради.

## 2-илова

«Как бабочка» фильмини томоша қилиш (30 дақиқа)

Фильм муҳокамаси (30 дақиқа)

Муҳокама учун саволлар:

Фильм сизда қандай ҳиссиётларни уйғотди?

Сизга нима кўпроқ таъсир қилди?

Асосий қаҳрамоннинг ҳаёти бошқача кечиши мумкин эдими? Қандай қилиб?

Сизнинг фикрингизча, муассаса бола ривожланишига қандай таъсир кўрсатади? Қандай оқибатларга олиб келади?

Бола ёпиқ типдаги муассасага тушмаслиги учун қандай хизматларни ташкил этиш лозим?

Уйга вазифа: тренингда олинган маълумотлар ва таниш бўлган ногиронлиги бўлган бола ривожланиши ҳақида эссе тайёрлаш.

### **Назорат саволлари:**

1. Фарзандининг оғир ногиронлик ташхисини билганда ота-оналарда кузатиладиган стресс ҳолатлари ҳақида гапириб беринг.

2. Оилага стресс ҳолатидан чиқишга ва вазиятга мослашишда нима ёрдам беради?

3. Бундай оилалардаги муносабатларда қандай қийинчиликлар кузатилади?

### **Фойдаланилган адабиётлар:**

1. Conceptual Foundations of Occupational Therapy Practice. Gary Kielhofner, DrPH, OTR/L, FAOTA, Professor and Wade-Meyer Chair Department of Occupational Therapy, College of Applied Health Sciences University of Illinois at Chicago, 4<sup>th</sup> editions, 2009 by F.A.Davis Company, USA.

2. Inclusive Special Education: Evidence-Based Practices for Children with Special Needs and Disabilities, Garry Hornby, University of Canterbury College of Education Christchurch, New Zealand. Springer Science+Business Media New York 2014.

3. Counseling theories and techniques for rehabilitation and mental health professionals: second edition. Editors: Fong Chan, Phd, CRC, Norman L.Berven, Phd, Kenneth R.Thomas, DEd. Springer publishing company, LLC, 2015 New York.

4. Чичерина Й., Нуркелдиева Д., Бондарева Е. Инновационные подходы в подготовке кадров- дефектологов (монография). -Т.: “Навруз”, 2014 г.

5. Чичерина Я., Нуркелдиева Д., Бондарева Е. Мутахассислик фанларни ўқитиш методикаси. -Т.: “Фан ва технологиялар, 2013й.

6. Мўминова Л.Р. ва бошқалар. Махсус психология. Т.: “Ношир”, 2013 й.

7. Пўлатова П. ва бошқалар. Махсус педагогика. Т.: “Фан ва технология” нашриёти, 2014 й.

**4- Амалий машғулот:**  
**Реабилитацион педагогикада эрготерапевтик технологиялар**  
**Амалий машғулот таълим технологияси модели.**

<b>Тингловчилар сони - нафар</b>	<b>Ўқув соати – 4 соат</b>
<b>Ўқув машғулотининг шакли</b>	<b>Амалий</b>
<b>Ўқув машғулотининг тузилиши</b>	1.Амалий машғулотга тайёргарлик. 2.Вазифаларни эълон қилиш. 3.Саволларга жавоб бериш. 4.Гуруҳларда ишлаш. 5.Гуруҳлар тақдимоти. 6.Мавзуни мустаҳкамлаш. 7.Мустақил вазифалар бериш.
<b>Ўқув машғулотининг мақсади</b>	Тингловчилар эрготерапиянинг асосий терминларини ва категорияларини тушунадилар, эрготерапия ва махсус педагогиканинг боғлиқлиги ҳақида тасаввурга эга бўлдилар.
<b>Ўқув фаолиятининг натижалари</b>	1. Тингловчилар эрготерапиянинг моҳиятини муҳокама қилдилар ва у ҳақидаги тушунчаларини мустаҳкамладилар. Тингловчилар психик ва жисмоний нуқсонга эга бўлган болалар ва катталарда ҳаётий кўникмаларни шакллантиришдаги махсус педагогнинг аҳамиятини тушундилар. 3. Тингловчила ҳаётий малакаларни шакллантириш бўйича иш усуллари ҳақида тасаввурга эга бўлдилар..
<b>Ўқитиш усуллари</b>	Машқ, гуруҳлар билан амалий иш, муҳокама, маъруза
<b>Ўқитиш шакллари</b>	Якка, гуруҳли
<b>Ўқитиш шарт-шароитлари</b>	Техник воситалардан фойдаланишга ва кичик гуруҳларда ишлашга мўлжалланган аудиторий.
<b>Мониторинг ва баҳолаш</b>	Оғзаки назорат.

### Амалий машғулотнинг технологик картаси

Босқичлар	Фаолият мазмуни	
	Профессор - Ўқитувчи	Тингловчилар
Тайёргарлик Босқичи (5 - минут)	Тингловчиларни мазкур мавзудаги амалий машғулот мавзуси, режаси ҳамда тайёргарлик учун адабиётлар рўйхати билан таништиради. (1-илова).	Амалий машғулотнинг режаси билан таништирилади, машғулотга тайёргарлик кўрадилар.
1-босқич. “Пазллар” машқи (80- минут) (1- илова)	1.1. <i>Топшириқ:</i> Иштирокчилар гуруҳларга бўлинадилар. Ҳар бир гуруҳ пазллар жамланмасини оладилар. Пазллар оддий мозаикалар ва маълум бир иборалар ёзилган шакллардан иборат. Ушбу ибораларни териб чиқиш ва уларни ўқиш лозим. Вақт – 3 дақиқа. 1.2. Профессор - Ўқитувчи ёрдами билан иштирокчилар хулосалар чиқарадилар.	1.1. Иштирокчиларни улар вазифани бажара олишга қобилиятлари йўқлиги учун эмас, балки улар учун сунъий равишда яратилган қийинчиликлар учун бажара олмаганликлари ҳақидаги фикрга олиб келинади (агарда кўришида муаммоси бор кишилар учун ёзувлар аниқ ва ёрқин рангда ёзилганида, ментал бузилиши бўлган кишилар учун аниқ кўрсатмалар берилганида ва ҳ.к. вазифа ҳеч қандай қийинчиликларсиз бажарилган бўлар эди). 1.1. иштирокчилар хулосалар чиқарадилар
2-босқич. Фильмни томоша қилиш ва унинг муҳокамаси (60-минут).	2.1. «Ногирон қирол» фильмини намойиш этади (30 дақиқа) 2.2. Фильм муҳокамаси (30 дақиқа)	2.1.Тингловчилар фильмни диққат билан томоша қиладилар 2.2.Муҳокама давомида умумий тушунчага келишга ҳаракат қиладилар
3-босқич. Яқуний босқич	3.1.Вазифани бажариш жараёнида қилинган хулосалар берилган жадвални	3.1.Жадвални тўлдирадилар. Тинглайдилар ва ёзиб оладилар. Фикр ва мулоҳаза

якунловчи 20-минут.	тўлдириш асосида чиқарилади. Иш якунларини эълон қилади.	билдирилади.
	3.2.Дарсада фаол иштирок этган Тингловчилар қайд этилади.	3.2. эътироф этилади.
	3.3.Мустақил иш учун вазифа беради. (4-илова)	3.3. Тинглайдилар ва ёзиб оладилар.

## 1-илова

### “Пазллар” (И.Я.Кузнецова томонидан ўзгартирилган)

**Мақсад:** “ногиронлик” вазиятини моделлаштириш ва тингловчиларда ногиронликнинг ижтимоий тушунчасини ривожлантириш

**Вақт:** 60 дақиқа.

**Топшириқ:** Иштирокчилар гуруҳларга бўлинадилар. Ҳар бир гуруҳ пазллар жамланмасини оладилар. Пазллар оддий мозаикалар ва маълум бир иборалар ёзилган шакллардан иборат. Ушбу ибораларни териб чиқиш ва уларни ўқиш лозим. Вақт – 3 дақиқа.

**Кўрсатма:** Топшириқни бажаришга киришишдан аввал бинт, елимли тасма ёрдамида баъзи иштирокчиларнинг ҳаракатлари бироз чегараланади: тирсакни бука олмаслиги учун бинт билан боғлаб қўйилади, елимли тасма билан ўнг қўлдаги иккита бармоқ бирлаштириб ёпиштирилади, Оёқлари арқон билан стулга қаттиқ боғлаб қўйилади. Бу инсонни ҳаракат бузилишларига эга одам сифатида ҳис этишга имкон беради. Бошқа иштирокчиларга унча катта бўлмаган пазллар берилиб, бунда ҳар бир топшириқдаги бир неча “тўғри” элементлар бошқа машқлардаги худди шундай катта-кичикликдаги, шакл ва ранги бўйича ўхшашига алмаштирилади. Табиийки, иштирокчилар машқ ўтказувчининг элементларни алмаштириб қўйганлигини билмайдилар. Шу тарзда иштирокчилар ментал бузилишларга эга одамларнинг ҳисларини тушуна оладилар.

Бошқа гуруҳ иштирокчилари жуда майда шрифтдаги ва бўғинлари ташлаб кетилган мозаикани йиғадилар – шу тарзда кўришида нуқсонлари бўлган одамлар томонидан маълумотлар олиш муаммоси вазияти моделлаштирилади. Ва ниҳоят охири гуруҳ аудиториядан ташқарига чиқарилади ҳамда уларга ҳеч қандай кўрсатма берилмайди. Бу эшитишида муаммоси бўлган кишилар дуч келадиган вазиятни яратишга ва уларнинг кечинмаларини ўз бошларидан ўтказиб кўришларига имконият беради.

Ўқитувчи вазиятни янада қийинлаштириши мумкин, у доимо иштирокчиларни машқни тезроқ бажаришни, бу каби машқларни соғлом одамлар жуда тез бажаришларини таъкидлаб туради.

Машқдан сўнг иштирокчилар ўз ҳис-туйғуларини тавсифлаб берадилар. Ўқитувчи, иштирокчилар ҳис этган ушбу салбий ҳисларга ногиронлиги бўлган кишилар ҳар куни дуч келишларини, бу уларнинг реал ҳаётлари эканлигини айтиб, хулоса қилади.

Ўқитувчи савол беради:

Нима учун бу вазият юзага келади?

Иштирокчилар ҳис этган қийинчиликларнинг сабаби нимада?

Ўқитувчи ёрдами билан иштирокчилар ногиронликнинг ижтимоий модели бўйича хулосалар чиқарадилар.

Хулоса: Иштирокчиларни улар вазифани бажара олишга қобилиятлари йўқлиги учун эмас, балки улар учун сунъий равишда яратилган қийинчиликлар учун бажара олмаганликлари ҳақидаги фикрга олиб келинади (агарда кўришида муаммоси бор кишилар учун ёзувлар аниқ ва ёрқин рангда ёзилганида, ментал бузилиши бўлган кишилар учун аниқ кўрсатмалар берилганида ва ҳ.к. вазифа ҳеч қандай қийинчиликларсиз бажарилган бўлар эди).

Худди шундай, ногиронлиги бўлган киши ҳам у бу вазифани ўз касаллиги ёки ногиронлиги туфайли эмас, балки керакли шароит яратилмаганлиги, яъни пандуслар, сурдопедагоглар, ассивтив технологияларнинг йўқлиги сабабли бажара олмайди, холос.

### **Ўқитувчи учун эслатма**

*Иштирокчилар ўқитувчига нисбатан ўта норизолик, аламзадалик, хафагарчилик ҳисларини намоён этадилар. Иштирокчилар ўз салбий ҳиссиётлари ҳақида сўзлашларига ёки ноқулай аҳволга тушиб қолмасликлари учун имконият ва ёрдам бериши зарур.*

*Иштирокчилар бошларидан кечирган ҳиссиётлари ҳақида сўзлаб берганларидан сўнг Ўқитувчи иштирокчиларга ўз салбий ҳиссиётларидан холи бўлишларига ёрдам бериши, машқнинг мақсадини, ушбу вазият атайлаб ташкил этилганлигини аниқ тушунтириб бериши лозим.*

*Иштирокчиларга пазлларни тўғри териб чиқишларига имконият берилади ва уларнинг ҳаракатлари қўллаб-қувватланади ҳамда барча ҳаракатлар аниқ ва тўғри бажарилганлиги таъкидлаб ўтилади. Сўнгга ногиронлиги бўлган кишилар нисбатан қўлланиладиган сўзлар ва иборалар таҳлил этилади, аламзадалик, жаҳлдорлик, тажовузкорлик, ўзини-ўзи паст*

*Баҳолашлари каби ҳолатлар айнан уларга нисбатан ноҳақлик туфайли юзага келишини таъкидлаб ўтиш лозим. Ногиронлиги бўлган кишилар ҳаётлари давомида доимий равишда ўз имкониятларини амалга оширишга имконият бермайдиган турли хил тўсиқларга ва ноҳақсизликка дуч келадилар.*

#### **Назорат саволлари:**

1. Эрготерапияни касбий фаолият сифатида таърифлаб беринг.
2. Ногиронликка эга бўлган одамнинг мустақил ҳаёти учун зарур бўлган кундалик машғулотлар турини изоҳланг.
3. Ногиронликка эга бўлган боланинг асосий ҳаётий малакаларини шакллантириш йўллариини ёритиб беринг.

#### **Фойдаланилган адабиётлар:**

1. Conceptual Foundations of Occupational Therapy Practice. Gary Kielhofner, DrPH, OTR/L, FAOTA, Professor and Wade-Meyer Chair Department of Occupational Therapy, College of Applied Health Sciences University of Illinois at Chicago, 4<sup>th</sup> editions, 2009 by F.A.Davis Company, USA.
2. Inclusive Special Education: Evidence-Based Practices for Children with Special Needs and Disabilities, Garry Hornby, University of Canterbury College of Education Christchurch, New Zealand. Springer Science+Business Media New York 2014.
3. Counseling theories and techniques for rehabilitation and mental health professionals: second edition. Editors: Fong Chan, Phd, CRC, Norman L.Berven, Phd, Kenneth R.Thomas, DEd. Springer publishing company, LLC, 2015 New York.
4. Чичерина Й., Нуркелдиева Д., Бондарева Е. Инновационные подходы в подготовке кадров- дефектологов (монография). -Т.: “Навруз”, 2014 г.
5. Чичерина Я., Нуркелдиева Д., Бондарева Е. Мутахассислик фанларни ўқитиш методикаси. -Т.: “Фан ва технологиялар, 2013й.
6. Мўминова Л.Р. ва бошқалар. Махсус психология. Т.: “Ношир”, 2013 й.
7. Пўлатова П. ва бошқалар. Махсус педагогика. Т.: “Фан ва технология” нашриёти, 2014 й.



## **V. КЕЙСЛАР БАНКИ**

### **1. Тожиева Саида, 12 ёш.**

Қизча гаплашмайди, товушлар чиқаради, аммо ҳамма нарсани тушунади. Хаёлпараст, узоқ жим туради, фақат бир иш билан машғул бўлади, доимо ўзига эътибор талаб қилади. Ўзи кийинади ва ўзини ораста тутишга ҳаракат қилади. Ўзи овқатланади, аввалда пала-партиш овқатланган бўлса ҳам, ҳозир тартибли овқатланади. Нарсаларни ушлайди, ҳамма нарсани ўз жойига кўйишга ҳаракат қилади (доимий ёрдам керак). Кубикларни тахлашни ва ётар жойини йиғиштиришни яхши кўради.

### **2. Ҳамдарова Мухлиса, 8 ёш.**

Кузатуви бор, ҳаракатдаги жисмларни кузатади. Ам-ма, на-на каби товушларни талаффуз этади. Исмини билади. Саволларга кулиб жавоб беради. Артикуляцияни кайтаришга ҳаракат қилади. Жисмларни кўлида ушлай олади, осилиб турган ўйинчоқларни ўйнашга ҳаракат қилади. Фақат ётади. Ўз-ўзига хизмат қилиш малакаси йўқ.

### **3. Турсунходжаева Малика, 6 ёш.**

Йиғлоқи. Айрим ҳолларда тажовузкор. Гапирмайди, «увиллайди». Кузатуви бор, унга мурожаат этилса аҳамият беради. Бир неча сония ўйинчоқларни кўлида ушлаб тура олади. Ўз-ўзига хизмат қила олмайди. Чайнайди, суюқ овқатларни яхши юта олади, ёрдам билану ўтиради.

### **4. Қосимова Муяссар, 4 ёш.**

Характери тинч. Шовқинга аҳамият беради. Исмини билади. Кузатуви қисқа вақтли. Гаплашганда кулоқ солади. Сўзлашувчига бир неча сония қараб туради. Гапирмайди, унли товушлар чиқаради. Ўз-ўзига хизмат қила олмайди. Чайнамай ютади. Предметларни кўлида ушлай олмайди.

### **5. Исмоилов Абдулло, 5 ёш.**

Тажовузкор, кузатуви бор, исмига аҳамият бермайди, буйруқларни бажармайди. Предметларни кўлида ушлай олмайди, фақат тега олади. Гапирмайди, унли товушлар чиқаради. Ўз-ўзига хизмат қила олмайди. Чайнади, суюқ таомни яхши ютади. Кўлига таянган ҳолда ўзи ўтира олади.

### **6. Нурматов Рахим 15 ёш**

Характери тинч. Сўзлашаётган шеригига қарайди. Исмини билади. Бир хил буйруқларни тушунади. Гапирмайди, истакларини имо-ишора орқали

билдириб «увиллайди». Ўз-ўзига хизмат қила олмайди, чайнайди. Суюқ таомиларни яхши ютади. Ёрдамсиз мустақил юради.

#### **7. Ниязова Диана, 14 ёш.**

Характери тинч. У билан сўзлашганда жавобан кулади. Исмини билади. Гапирмайди, истакларини имо-ишора билан билдириб «увиллайди». Қисман ўз-ўзига хизмат қилиш малакасига эга: мустақил овқатланади, кийинтирганда қўлини чўзади, юз-қўлини ювади, сочиқ узатсангиз артинади.. Чайнайди, суюқ таомни яхши ютади. Мустақил юрмайди, ёрдамсиз ўтира олади.

#### **8. Илёсов Хожиакбар, 11 ёш.**

Тажовузкор, кузатуви бор, исмига қарайди, буйруқларни бажармайди. Предметларни қўлида бир неча сония ушлаб тура олади. Гапирмайди, истакларини имо-ишора орқали билдириб айрим товушларни талаффуз қилади. Ўз-ўзига хизмат қилиш малакаси йўқ. Чайнайди, суюқ таомиларни яхши ютади. Ёрдамсиз мустақил юра олади.

#### **9. Файзуллаева Азимахон, 5 ёш.**

Барвақт болалар аутизми.

Текширув натижасида болани тажовузкорлиги, доим бақириши, нутқни йўқлиги, нигоҳини қаратмаслиги, хулқидаги стереотип ҳаракатларини қайтариши кузатилади (совун ҳидлаш). Курсатмаларни бажармайди. Ота она сўзидан: бола мустақил ейди, қаламни қўлда яхши ушлайди ва чизади.

#### **10. Лян Андрей, 13 ёш.**

Барвақт болалар аутизми.

Болада қуйидагилар кузатилди: тажовузкорлик, нутқнинг йўқлиги, психик жараённинг бузилиши, кўзга тик боқмаслиги, кўрсатма ва илтимосларни бажармаслиги қайд этилди. Таниш муҳитда бўёқлар билан расм чизади, қора рангни афзал куради. Ўз-ўзига хизмат кўрсатиш малакасига эга.

#### **11. Умаров Маъруф, 8 ёш.**

Посттравматик энцефалопатия, мотор афазияси, нутқнинг тўлиқ ривожланмаганлигининг 1-даражаси.

Бола тажовузкор, гиперқўзғалувчан, хулқида ноадекват ҳолатлар кузатилади. Бола ўйин фаолиятида қатнашмайди, қизиқиши йўқ, қўли бармоқлари ҳатти-ҳаракатларининг бузилганлиги, рангларни ажрата олмаслиги, нутқининг эхоло依ликлиги (маъносиз сўзлашувчининг сўзини

қайтариши) кузатилади. Кўрсатмаларни бажармайди, қаратилган нутқга аҳамият бермайди.

### **12. Омонжонов Ортиқжон, 5 ёш.**

Эпилепсиянинг фармакорез ҳолати, руҳий ва нутқий ривожланишнинг сустиги, анемия.

Мурожаат пайтидаги эпилептик тутқаноқликнинг доимий қайтариб турилиши сабаби – бола нутқи аста-секин йўқола бошлагани аниқланди.

Мулоқоти – имо-ишоралар билан. Предметли расмларни номилай олмайди, рангларни билмайди, ҳисоблаш малакаси йўқ, қўлида ручка ва қаламни ушлай олмайди. Ўз-ўзига хизмат малакасига эга эмас. Коммуникатив ва ижтимоий малакалари йўқлиги намоён.

### **13. Ҳабибуллаев Бехруз, 10 ёш.**

Даун синдромининг мозаик кўриниши.

Кузатилганда – мулоқот ва ижтимоий мослашувнинг йўқлиги аниқланди. Янги шароитда - муҳитда ва янги одамлар орасида кўрқув ҳисси кузатилиши аниқланди. Бола гапирмайди. Предметли расмларни номилай олмайди. Рангларни ҳисоблашни билмайди. Қўлига ручка ва қаламни ушлай олмайди, ўз-ўзига хизмат малакасига эга эмас.

### **14. Мардонова Шахло, 15 ёш.**

Кўриб қабул қилиш малакалари яхши ривожланган. Кўрган нарса ёки буюмни қаерда сақланиши, қаерда ишлатиш кераклигини тушунади ва кўрсатади. Мардонова Шахло ўз-ўзига хизмат малакалари яхши шаклланган, тиш ювиш, ювиниш, кийимларни кийиш, ечиш, овқатланишни билади. Катталар қилган ишларни давом эттира олади. Меҳнат кўникмалари ҳам ривожланган, ўт юлиш, ахлат ташиш, чанг артишни билади. У соқов, шунинг учун у ўзига керакли нарса ёки буюмни имо-ишора орқали тушунтиради. Рангли расмларга қизиқади, тушунса кўрсатиб тушунтиради. Майда қўл моторикаси яхши ривожланган, лего рангларини рангларга қўшиб тўғри ясайди. Йирик моторикаси ҳам яхши ривожланган, ҳаракатли ўйинларда фаол қатнашади.

### **15. Гулмуродов Равшан, 13 ёш.**

ДЦП, тетропарез, ғилайлик, микроцефалия.

Олинган вақтида боланинг нутқи йўқ эди, предметларни унчалик ушлай олмасди, ҳаракати кам эди. Ҳозир ҳаракатлари анча яхши, предметни ушлаб юра олади, пиёлани ушлаб чой ичади, диққатини бир жойга жамлай олади.

Унга отини айтиб чақирса қараб келади. Ўйинчоқларини яхши, икки қўл билан ушлаб ўйнайди. Бугунги кунда шу малакалари шакллантирилиб келинмоқда. Камчиликлари: ёзилиб қўяди, тез – тез алмаштирилмаса қўли билан ўйнайди. Тишлайди, ўртоқларини уради, ўйинчоқларни отади, қошиқ ушлай олмайди.

#### **16. Суяркулов Ахмад, 18 ёш.**

Ушлашни, туришни билмасди, қўл ва оёқ ҳаракатлари яхши эмас. Ҳозир нарсаларни бир қўлидан иккинчи қўлига олади, қўлларини оғзига олиб келади, машғулотга яхши қатнашади, диққатини бир жойга жамлай олади. Бугунги кунда шу малакалари шакллантирилиб келинмоқда. ЛФК машқларини бажариб ҳозир предметни ушлаган ҳолда 5-10 дақиқа тура олади. Камчиликлари: ёзилиб қўяди, қўли билан овқат ея олмайди, жаҳли чиқса бақариб ташлайди.

#### **17. Жамалова Гулноза, 17 ёш.**

Унча ўтира олмайди, предметни ушлашга қийналади, ҳаракати жуда кам. Ҳозирда предметни ушлай олади, қўлини анча ҳаракатга келтирган, исмини айтиб чақирганда қарай олади, ЛФК машқлари туфайли ҳозир ўтира олади. Шу малакалари шакллантириб борилмоқда.

Камчиликлари: қўлини иштонини ичига солиб ўтиради, ёзилиб қўяди, қошиқ ушлай олмайди.

#### **18. Туропов Алишер, 10 ёш.**

Туропов Алишер оилада иккинчи фарзанд бўлиб, ўз исмини билади, жисмонан ривожланиши сушт, танасининг чап қўли сушт ишлайди. Йиғлоқи, кўпроқ бола ўз – ўзига хизмат қилишга қийналади, ўзига таниш бўлган одамни жойини билади. Тарелка, қошиқ, кружкадан фойдалана олади, ўйинчоқни номи айтилса ўзига таниш ўйинчоқни олиб келади ва катталарнинг илтимоси билан жойига қўяди. Иккита - учта сўзларни такрорлашга ҳаракат қилади. Алишер катта-кичик рангларни ажратишга қийналади.

#### **19. Холматов Ўктам, 19 ёш.**

Холматов Ўктам оилада иккинчи фарзанд исмини билади, чақирса қарайди, исмини айтиб чақирса чапак чалади, «ўтир-тур, менга бер, ол» сўзларини тушунишга ҳаракат қилаяпти. Ўз-ўзига хизмат қила олмайди, қувноқ бола. Тарелка, қошиқ, кружкадан фойдалана олади. Қўради, эштади, нутқи пассив, ўзига таниш одам ва жойини билади. Қўлига тушган буюм ва ўйинчоқларни отади. Бир жойда ўтира олмайди, доимо ҳаракатда. Секин-аста

стулга ўтиришга ҳаракат қилмоқда, урушқоқ бола, айбини кулиб туриб енга олади.

### **20. Абдумуталов Нуриддин, 6 ёш.**

Абдумуталов Нуриддин оилада биринчи фарзанд, исмини айтиб чакирса қарайди, олдимга кел деса келади. Куриши, эшитиши яхши, нутки пассив, уз-узига хизмат кила олмайди. Кошиқ ва чашкадан фойдаланиб овқатланади. Мусика эшитишни яхши куради. Уйинчоқлардан машина ва коптокни яхши куриб уйнайди. Товуш ва сезгига жилмаяди, чапак чалади. Камчиликлари: куп ёзилади.

### **21. Толипова Маржона, 15 ёш.**

Толипова Маржона интернатга келган вақтида уй боласилиги билиниб турарди, тоза ва озода қиз эди, кейин кейин ҳар хил хунарлар чиқарадиган бўлди. Иштонига сийиб қўядиган одат чиқарди. Уст-бош кийимини ҳам йиртадиган бўлди. Овқатланиш пайтида қошиқдан фойдаланиб тўкмай овқатини ўзи ея олади. Телевизор кўришга қизиқмайди, бошқа болалар билан қизиқиб кўшилиб ўйнамайди. Бир ўзи ўтиришни яхши кўради. Ўзига-ўзи хизмат кўрсата олади. Уст-бош кийимини ечиб кийишни билади.

### **22. Султонова Омина, 13 ёш.**

Тутқаноқли синдром.

Султонова Омина кўриб қабул қилиш малакалари шаклланмоқда. Ўзига-ўзи хизмат қилиш малакаларидан ўзи мустақил қошиқда ликопчадан олиб истеъмол қилади. Ювиниш, кийиниш жараёнида қатнашмайди. Омина ўз тана аъзоларинини тўғри кўрсатиб беради. Майда қўл моторикаси унча ривожланмаган, фақат конфет берганда очиб ейишни яхши кўради. Йирик моторика яхши ривожланган, танасини тўғри тутиб юра олади. Ўйинчоқлар билан ўйнашни яхши кўрмайди. Уни ўйинчоқлар, рангли расмлар кўришга, ўйнашга ўргатиш керак. Султонова Омина жуда қаттиқ тутқаноғи тутади. Гоҳида иштонига сийиб ўтиради. Овқатга қўлларини тиқиб ейишга ўрганиб қолган. Омина чўмилишни ёмон кўради .

### **23. Соатова Муслима, 6 ёш.**

Бу бола эшитиш қобилияти яхши. Исмини айтганда қарайди. Болаларни исмини айтганда кўрсатади ва исмини айтсангиз қайтаради. Ўз-ўзига хизмат қилишда енгил кийимларни ўзи ечади ва тахлайди. Овқатланишда қошиқ, ликопча ва пиёладан фойдаланади. Тўғри овқатланади. Тананинг уч қисмини кўрсатади. Уришқоқ ва қайсар, жаҳли чиққанда болалар билан уришади ва

итариб юборади. Тез овунмайди. Унга кўпроқ эътибор беришингизни талаб қилади.

#### **24. Раупов Абдужалил, 13 ёш.**

ДЦП менингоцефалия, Олинган вақтида бола пиёлани ушлай олмасди, уни қўллари, оёқлари яхши ҳаракат қила олмасди. Ҳозир анча ўзгаришлар бор, нутқи яхши, «ойи, хайр» деб тушунтира олади. Машғулотга яхши қатнашади, қўлидан ушласа юради, пиёлани ушласа чой ича олади. Кўриши ва эшитиши, диққатини бир жойга жамлашга анча ўрганди. Машғулотда ўтилган мавзуларни қайтара олиш каби малакалар шакллантирилиб борилмокда. Қўлини оғзига олиб бориб келади, сийиб қўйиб айтмайди.

#### **25. Халилов Азиз, 12 ёш**

ДЦП, микроцефалия.

Кўриниши жуда нимжон, ва озғин. Жуда яхши овқатланади (берилган таомни ейди), ҳаттоки ўтни ва тошларни, фарқига бормай барча нарсани оғзига тикади, шунинг учун доимо назорат қилиш лозим. Шунча овқатланиб, сира семирмайди. Азиз исмига яқиндагина жавоб бера бошлади. Баъзида “ўтир” деганини тушунади. Уни доимо назоратда ушлаш лозим, у тўсатдан ўзини овқатга ташлаб, шартта олиб ҳамма нарсани оғзига тикади. Атрофдагилар, ўйинчоқлар билан кам қизикади, болалар билан сира ўйнамайди. Худудда ва гуруҳда енгил ва тез ҳаракатланади. У холерик, бир жойда кўп ўтира олмайди, кийимини сўради, пеленкаларни ейди ва ғажийди, кроватини тишлайди. Баъзида ўзига ўзи нималарнидир пичирлаб, жилмаяди, мусиқани берилиб тинглайди.

#### **26. Раҳманбаева Ирода, 19 ёш.**

ДЦП.

Ташқи кўринишидан соғлом, доимо кулиб туради, кайфияти яхши. Кўпинча шамоллашлар орқали ташхиси бўйича касали қўзиб туради. Яхши бўлиб турган пайтида жуда ҳаракатчан, ҳамма ерни бетартиб кезиб юради. Кийимини ташлайди, ҳожатхонага боришни сўрамайди, ўрни доим бетартиб, доим овқат излайди, кучсизроқ боладан тортиб олиши мумкин, бегоналар косаларига қўлини тикади, уни доимо боқиш лозим, акс ҳолда бақирини бошлайди. Ўйинчоқлар билан қизикмайди. Доим сўлаги оқади, тез-тез кийим алмаштириши лозим, ўзини-ўзи мутлақо эплай олмайди.

### **27. Жумаев Бекзод, 10 ёш.**

Тутқаноқли синдром.

Доимий кўзғашлар бўлади, мушаклари доим таранг, жуда ёмон ўтиради ва ёрдам орқали юради. Кўпинча оқ уради ёки увлайди. Реакцияси деярли йўқ (фақат овқатга). Фақат кўзи ҳаракатланади, бу унинг эшитишини билдиради. Кунлаб ҳеч нима қилмай ва ҳаракатланмай ётиши мумкин.

### **28. Асхужаев Рамазон, 16 ёш.**

Бола юра олмайди, эътиборсиз, гапирмайди ва ҳеч нимага қизикмайди. Ўз-ўзига хизмат кўрсатишни билмайди, кийим кийишни ҳам билмайди. Овқатланиш пайтида ўзи ейди ва ичади, қошиқ ва пиёлани нотўғри ушлайди.

Оддий топшириқларни тушунмайди (бер, ол). Кўриш эшитиш қобилияти бўйича, бола мусиқани тинглаганда тинчланади, товуш манбасига қулоқ солади, турли товушларни чиқаради.

### **29. Ҳамидов Рустам, 10 ёш.**

Гапирмайди, унли товушлар чиқаради. Ўз-ўзига хизмат қила олмайди. Чайнамайди, фақат ютади, предметларни қўлида ушлай олмайди, доим латта чайнайди. Эътибори йўқ, исмига ва шовқинларга жавоб бермайди. Харақтери тинч. Юрмайди, ёрдам орқали ўтира олади.

### **30. Ҳасанова Ситора, 9 ёш**

Тажовузкор. Эътиборли, ҳаракатдаги жисмларни кузатади. Исмига жавоб бермайди. Буйруққа аҳамият бермайди. Жисмларни қўлида ушлай олмайди. Ўз-ўзига хизмат қила олмайди.

### **31. Холматов Дилшод, 7 ёш .**

Тажовузкор, эътиборсиз, исмига жавоб бермайди, буйруқларни бажармайди. Доимо айлана бўйлаб югуради, деворга қўли билан уради. 2-3 та товушлар чиқаради. Ўз-ўзига хизмат қила олмайди.

### **32. Азамов Ёдгор, 10 ёш.**

Менинго – энцефелит касаллигини асорати, иккиламчи микроцефалия. Текширув натижасида: бола гапирмайди. Қўлида ҳеч нарса ушламайди. Кўзга тик бокмайди. Болада ҳеч қандай хиссий кўриниши йўқ, умумий фаолияти – маъносиз домий юриш. Ҳонада мустақил ҳаракатлана олади.

### **33. Якубов Миркомил, 7 ёш.**

Фармакатоз. Тубероид склероз, чап тарафлама гемипарез.

Бола тажовузкор, унга қаратилган нутқнинг тушунмаслиги, нутқнинг ноаниқлиги, алоқа кўникмаси, ижтимоий кўникмаси йўклиги; элементар ўз-ўзига хизмат кўрсатишни билмаслиги (мустақил емайди, кийинмайди, ювинмайди ва ҳок.), предметларни ҳаракатлантира олмаслиги, чап қўлининг ҳаракатланиши чекланганлиги аниқланди.

### **34. Ибрагимов Камол, 4 ёш.**

Даун синдроми. Бола гапирмайди, ўзига қаратилган нутқни тушунмайди, ҳамма билиш жараёни бузилган: хотира, диққат, тафаккури. Қўли ва бармоқлари билан бажарадиган ҳаракатлари мувофиқлашмаган, идрок этиш қобиляти бузилган. Бола билан мулоқотга киришиш кийинрок, бола кузгалувчан, сержахл, тажаввузкор, эмоционал ҳолати пасайган.

### **35. Раупов Абдужалил, 13 ёш.**

ДЦП менингоцефалия.

Бола пиёлани ушлай олмайди, қўллари, оёқлари яхши ҳаракат қилмайди. Қўлидан ушласа юради, пиёлани ушласа чой ича олади. Кўриши ва эшитиши, диққатини бир жойга жамлашга ҳаракат қилади. Қўлини оғзига олиб бориб келади, сийиб қўйиб айтмайди.

### **36. Юлдашева Наргиза, 16 ёш.**

Ўзига-ўзи хизмат қилиш малакалари умуман ривожланмаган. Овқатни қошиқ билан ейишни, мустақил ювиниб кийинишни билмайди. Наргиза овқатларни қўл тиқиб ейди. Содда ўйинчок ва буюм берганда хурсанд бўлиб 5 дақиқа қарайди. Ўйинчоклар бериб жойига жойига қўйишни билмайди. Наргиза иштонига сийиб, гохида отаси келиб кетгач ўзини уриб отади. Наргизани айблашганда қўлини жинсий аъзосига тиқиб олади. Наргиза хотира ва диққати жуда паст. Унга ўйинчок берганда оғзига солиб сўриб ўтиради. Ҳожатхонага боришни билмайди.

### **37. Таджибаев Жавоҳир, 14 ёш.**

ДЦП, микроцефалия.

Умуман ҳеч нарсани сезмайди, ўйинчок ҳам ўйнамайди, ўзича ҳеч нима қилмайди. Овқатни ея олмайди, чой ича олмайди, овқатни тилига олиб ютади, унда бунда товушни чиқариб қўяди. Оёқ ва қўллари боғлиқ туради, чунки оёқ ва қўлини сўриб ташлайди, қўлларини сўрганидан шилиб ташлайди, ҳатто ўтирмайди. Кўп сўлак чиқаради, латта ёки адёл оғзига тегса



дарров сўлагини оқизиб ҳўл қилади. Ўзи қошиқни, стаканни ушламайди, ўзи чой ича олмайди. Нутқи йўқ, турмайди, юрмайди, гапирмайди, гапга ҳам тушунмайди. Агар оёқ қўли боғлиқ бўлиб оғзи бўш қолса бақириб йиғлашга тушади. Овқати майдаланган бўлиши керак. Одамга умуман қарамайди, ўзи ўзи билан овора. Ётган жойда чичиб-сийиб қўяди, латталарни чайнаб ташлайди.

### **38. Арбаева Тулғаной, 12 ёш.**

Боланинг эшитиш қобилияти паст, гапирмайди. юришга қийналади, тез чарчаб қолади. Мустақил ювина олмайди. Овқатланишга қийналади, ёрдам берсангиз қошиқни тишлаб ўжарлик қилади. Кийина олмайди, ўз кийимларини танймайди, оёқ кийимларини еча олмайди. Нутқи йўқ, имо – ишораси йўқ. Ўйинчоққа қарамайди. Қўлига бирор-бир предмет ёки ўйинчоқ берсангиз оғзи билан текширади.

### **39. Бобоқулов Ҳасан, 6 ёш.**

Олигофрения, имбецил, тутқаноқ синдроми.

Бу боланинг эшитиш қобилияти паст, гапирмайди. Доим диққат марказида. Бола ҳаракатчан, йўлда учраган болани итаради, йиқитади. Овқатланишда қошиқ, ликопча ва пиёладан фойдаланади. Кийинишда бепарво. Ўз оёқ кийимларини танймайди. Йиғлоқи, кулгу уйғотувчи қилиқлар қилади. Сув ўйнашдан завқ олади. Исмини айтиб чақирсангиз қарамайди. Нутқи паст. Гапирсангиз қарамайди, бошини сарак-сарак қилиб турли товушлар чиқаради. Эркаланишни яхши кўради.

### **1-Топшириқ. Юқрорида келтирилган вазиятларни таҳлил қилинг ва қуйидари жадвални тўлдиринг.**

<b>Муаммони келтириб чиқарувчи сабаблири</b>	<b>Муаммони тасдиқловчи далилар</b>	<b>Ечиш усуллари</b>

**2-Топшириқ. Келтирилган вазиятларни таҳлил қилинг ва Т-жадвалини тўлдириг.**

<b>Т-жадвали</b>	
<b>Ижобий</b>	<b>Салбий</b>

## VI. ГЛОССАРИЙ

Термин	Ўзбек тилидаги шарҳи	Инглиз тилидаги шарҳи
<b>Абилитация</b>	бола ёки катта кишида ривожланишдан кескин равишда орқада қолган ёки мавжуд бўлмаган руҳий ва жисмоний функцияларни, кўникмаларни ривожлантириш ҳамда шакллантириш	services that help a person learn, keep, or improve skills and functional abilities that they may not be developing normally.
<b>Ассистив технология</b>	АКТ дан фойдаланган ҳолда ногиронлиги бўлган кишиларнинг функционал имкониятларини яхшилайти ёки юқорига кўтаришти, бу ўз навбатида, унинг имкониятларидан реабилитация жараёнида чексиз равишда фойдаланиш имкониятини беради: кўришида муаммоси бўлган кишилар учун ўқув дастури; масофадан ўқитиш ёки бандлик ва бошқалар.	Any item, piece of equipment or product system, whether acquired commercially off the shelf, modified, or customized, that is used to increase, maintain, or improve the functional capabilities of children with disabilities.
<b>Жамоа базасидаги реабилитация</b>	Жамоада яшаётган ногиронлиги бўлган бола ёки катта кишининг эҳтиёжларини қондиришга асосланган яхлитлик ёндошуви: шахсий, ижтимоий, таълим, меҳнат, бўш вақтини ўтказишдаги эҳтиёжларига қаратилади, топ доирадаги тиббиёт ёки махсус ёрдамга таяниб	Is a strategy within community development for the rehabilitation, equalization of opportunities and social integration of all people with disabilities. CBR is implemented through the combined efforts of disabled people themselves, their families

	<p>қолмайди. Эҳтиёжлар, биринчи навбатда, ногиронлиги бўлган кишининг ўзи томонидан ёки боланинг ота-онаси билан биргаликда аниқланади. Эҳтиёжларни қондирувчи ресурслар жамоанинг ичидан қидирилиб, кўнгиллилар иштирокида кенг доирада амалга оширилади. Фақат зарурият туғилганида (мураккаб тиббиёт аралашуви, ортопедик протезларни ёки реабилитация учун бошқа техник воситаларни олишда) туман, вилоят ёки республика даражасидаги муассасаларга мурожаат этиш учун йўлланма бериш мумкин.</p>	<p>and communities, and the appropriate health, education, vocational and social services. This approach to CBR is multi-sectoral and includes all governmental and non-governmental services that provide assistance to communities. Many of the services which can provide opportunities for and assistance to people with disabilities are not traditionally considered relevant to CBR programmes and people with disabilities. Examples include community development organizations, agricultural extension services, and water and sanitation programmes.</p>
<p><b>Индивидуал таълим режаси</b></p>	<p>индивидуал таълим дастури боланинг имконияти ва эҳтиёжларини ҳисобга олган ҳолда мутахассислар командаси билан ишлаб чиқилади (умумтаълим мактаб педагоглари, махсус, ижтимоий ишчи, психолог, ота-оналар) ИТРнинг асосий мақсади бола ривожланиши ва таълим</p>	<p>Is a document that is developed for each public school child who is eligible for special education. The IEP is created through a team effort reviewed periodically. An IEP defines the individualized objectives of a child who has been found with a disability, as defined by federal regulations. The</p>

	<p>олиши учун оптимал шароитларни яратишдир. ИТРнинг мазмуни бошқа болалар ўтаётган дастурдан озгина фарқ қилиши мумкин, лекин бошқа болалар ўрганаётган предметлар асосида ишлаб чиқилади. ИТР аниқ мақсад ва вазифалар, муддати, қўлланиладиган усуллар ва баҳолаш тизимига эга. Бола умумтаълим стандартлари асосида дастурларни ўзлаштира олмаган ҳолатда унга маълумотнома ёки махсус шаклдаги гувоҳнома берилади.</p>	<p>IEP is intended to help children reach educational goals more easily than they otherwise would.<sup>[21]</sup> In all cases the IEP must be tailored to the individual student's needs as identified by the IEP evaluation process, and must especially help teachers and related service providers (such as <u>paraprofessional educators</u>) understand the student's disability and how the disability affects the learning process.</p>
<b>Инклюзив таълим</b>	<p>Болаларнинг психофизиологик ёки маданий ўзига хослигидан қатъи назар умумий синфда ўқитиш. Бунда ўқитувчи эмас, балки таълим тизими бола эҳтиёжларидан келиб чиқиб шароит яратади. Бу жараёнда индивидуал ривожланиш режасидан фойдаланиш мумкин.</p>	<p>As once described as an approach where in students with special educational needs spend most or all of their time with non-disabled students. Now it is crucial that all policy makers, school boards, administrators, guidance counsellors, teachers, parents and students ensure inclusive practice in all aspects of educational environments.</p>
<b>Ногиронликнинг тиббий модели</b>	<p>Жисмоний имконияти чекланган кишилар жамиятда дуч келиши</p>	<p>Is a medical model by which illness or disability, being the</p>

	<p>мумкин бўлган ижтимоий салбий тўсиқларни инкор этмайди, лекин ижтимоий жамиятдан ажралиш сабабини жисмоний чекланганликда, деб қарайди. Муаммо фақат тиббиёт нуктаи назаридан қаралганлиги сабабли улар фақат реабилитация ва даволаш орқали ҳал этилади: баъзи бир ҳолатларда эса кишини институционал муассасаларга жойлаштириш билан жамиятдан ажратилади. Бу каби ишлар ногиронлиги бўлган кишиларга ғамхўрлик кўрсатиш, уларнинг махсус парвариш олишлари ёки соғлигини тиклаш мақсадида амалга оширилади.</p>	<p>result of a physical condition intrinsic to the individual (it is part of that individual's own body), may reduce the individual's quality of life, and cause clear disadvantages to the individual.</p> <p>The medical model tends to believe that curing or at least managing illness or disability mostly or completely revolves around identifying the illness or disability from an in-depth clinical perspective (in the sense of the scientific understanding undertaken by trained healthcare providers), understanding it, and learning to control and/or alter its course. By extension, the medical model also believes that a "compassionate" or just society invests resources in health care and related services in an attempt to cure disabilities <i>medically</i>, to expand functionality and/or improve functioning, and to allow disabled persons a more "normal" life.</p>
--	--	---

		The medical profession's responsibility and potential in this area is seen as central.
<b>Оккупационал терапия</b>	Техник воситалардан фойдаланган ҳолда ногиронлиги бўлган кишиларда ҳаётини керакли кўникмаларни шакллантириш ва уларни фаоллаштириш.	Treatment that helps people who have physical or mental problems learn to do the activities of daily life. It's based on engagement in meaningful activities of daily life (as self-care skills, education, work, or social interaction) especially to enable or encourage participation in such activities despite impairments or limitations in physical or mental functioning.
<b>Реабилитация</b>	Беморлик, бахтсиз ҳодиса ёки бошқа сабаблар оқибатида йўқотилган руҳий ёки жисмоний функциялар, кўникмаларни тиклаш.	Is a treatment or treatments designed to facilitate the process of recovery from injury, illness, or disease to as normal a condition as possible.
<b>Ногиронликнинг ижтимоий модели</b>	Кенг миқёсда ногиронлиги бўлган кишилар дуч келадиган иқтисодий ва маданий, шунингдек, атроф-муҳитдаги тўсиқларга диққат-эътиборини қаратади. Ногиронликка эга бўлган кишиларни жамиятнинг тўлақонли аъзоси бўлиб	Is a reaction to the dominant medical model of disability which in itself is a functional analysis of the body as machine to be fixed in order to conform with normative values.[1] The social model of disability identifies systemic

	<p>яшашига тўсиқ бўлувчи ҳолатларни бартараф этишга қаратилган. Ушбу моделга асосан ногиронликка эга бўлган кишиларнинг жамиятдаги ҳолати ва ҳуқуқларининг бузилиши жамият томонидан сунъий равишда яратилган бўлиб, уларнинг ногиронлар эга бўлган бузилишларга алоқаси йўқдир.</p>	<p>barriers, negative attitudes and exclusion by society (purposely or inadvertently) that mean society is the main contributory factor in disabling people. While physical, sensory, intellectual, or psychological variations may cause individual functional limitation or impairments, these do not have to lead to disability unless society fails to take account of and include people regardless of their individual differences.</p>
<p><b>Илк аралашув</b></p>	<p>Бола ногиронлик билан бола туғилганидан сўнг бола ва унинг оиласига дарҳол ёки вақтли комплекс, яъни психологик, педагогик, ижтимоий ёрдам кўрсатиш. Турли мутахассислар командаси томонидан болага ривожланишдан орқада қолганида ёки бошқа муаммолари бўлганида уларни бартараф этиш ёки энг кам даражага тушириш учун ёрдам кўрсатилади (педагог, махсус педагог, логопед, ижтимоий ишчи, психолог, жисмоний терапевт, ота-</p>	<p>Is a support and educational system for very young children (aged birth to six years) who have been victims of, or who are at high risk for child abuse and/or neglect. Some states and regions have chosen to focus these services on children with developmental disabilities or delays, but Early Childhood Intervention is not limited to children with these disabilities. The mission of Early Childhood Intervention is</p>



	она ва бошқалар).	to assure that families who have at-risk children in this age range receive resources and supports that assist them in maximizing their child's physical, cognitive, and social/emotional development while respecting the diversity of families and communities.
<b>Деинституционализация</b>	одамларни охирги ҳожат бўлмаганда стационарларга жойлаштириш ва сақлашдан қойишга интилиш; 2) стационарда тутиб туриш зарурияти бўлмаган шахсларни жойлаштириш, даволаш, реабилитация қилиш учун муносиб мақбул вариантларни ташкил этиш; 3) аввал стационарда жойлаштириш қарори қабул қилинганларнинг яшаш жойларидаги парвариш ва даволаш шароитини яхшилаш.	Is the process of replacing long-stay psychiatric hospitals with less isolated community mental health services for those diagnosed with a mental disorder or developmental disability. Deinstitutionalisation works in two ways: the first focuses on reducing the population size of mental institutions by releasing patients, shortening stays, and reducing both admissions and readmission rates; the second focuses on reforming mental hospitals' institutional processes so as to reduce or eliminate reinforcement of dependency,

		hopelessness, learned helplessness, and other maladaptive behaviours.
<b>Интернат муассасалари</b>	Кексалар ва ногиронларга ижтимоий хизматлар кўрсатадиган ногиронлар учун «Мурувват» интернат-уйлари, кексалар ва ногиронлар учун «Саховат» интернат-уйлари, Ўзбекистон Республикаси Меҳнат ва аҳолини ижтимоий муҳофаза қилиш вазирлигининг Уруш ва меҳнат фахрийлари учун республика пансионати.	Broadly defined, is a pre-college education provided in an environment where students both live and learn outside their family homes. Varied forms of residential education have been in existence in the United States since before the nation's founding. Some typical forms of residential education include boarding schools, preparatory schools, orphanages, children and youth villages, residential academies, military schools and, most recently, residential charter schools.
<b>Новербал мулоқот</b>	Тана ҳолати, ишоралар, юз ифодаси, овози оҳанги, кўз алоқаси, муносабатлардаги масофа, атроф омиллари ва шароитлари, аниқлик, ишончлилик кабиларни ўз ичига олувчи нутқсиз мулоқот. Новербал мулоқот сезги, эмоция ва муносабатларни етказди. У вербал мулоқотдан кўра кўпроқ натижа бериши мумкин ва кўпинча мижоз	Is the process of sending and receiving messages without using words, either spoken or written. Similar to the way that italicizing emphasize s written language, nonverbal behavior may emphasize parts of a verbal message.

	нималарни хис қилаётганлигини яхшироқ кўрсатиб беради.	
<b>Ижтимоий ёрдам</b>	<p>Ногиронларга бериладиган нафақалар ва бошқа тўловлар, имтиёзлар, натура тарзидаги ёрдам (озик-овқат маҳсулотлари, кундалик эҳтиёж гигиена товарлари, реабилитациянинг техник воситалари ва бошқалар).</p> <p>Ижтимоий иш жараёни биринчи навбатда баҳолаш жараёни ўтказилишини тақозо этади. Баҳолаш жараёни бир неча босқичлардан иборат бўлиб, улар қисман вақт жиҳатидан бир-вақтнинг ўзида амалга оширилиши мумкин: маълумотлар олиш; далил ва ҳис-туйғулар таҳлили; айтилган вазиятга нисбатан бола ва оила қарашларидан кўра салоҳиятли мутахассис томонидан вазият идрок этилишидаги фарқни англаш; бўлиб ўтаётганларни (имконият бўлганда оила иштирокида) тушунишга эришиш, оиладаги муаммолар, уларнинг кучли томонлари, мазкур омилларнинг болага таъсирини аниқлаш; бола</p>	<p>Consists of help towards towards living expenses or for special circumstances in life. Those receiving help towards living expenses or under special circumstances in life are in an emergency situation, assuming that no other persons, social service systems or other institutions are in a position to provide services or adequate help. Social assistance is intended to ensure recipients an existence with human dignity and if possible enable them to live independent of this help in the future. Help towards living expenses, covering the necessities of daily life, is in most cases calculated in terms of fixed service rates (standard rates). Special emergencies are eliminated by help under special circumstances in life (among others by integration assistance for the disabled, sickness assistance, assistance in</p>

	<p>эхтиёжлари ҳамда ҳаракатлар режасини шакллантиришда асос сифатида хизмат қилувчи ота-оналик салоҳияти кабиларнинг таҳлилини қилиш.</p> <p>Тўғридан-тўғри амалиёт – алоҳида шахсларга, гуруҳ, оилаларга ўзида терапия, маслаҳат бериш, таълимини ошириш каби вазифаларни акс эттирган ҳамда мижозларнинг ўзида ўз муаммоларини ҳал қила олиш салоҳияти даражасини оширишга қаратилган, уларнинг ҳаёти фаровонлигини яхшилаш, асосий инсоний эҳтиёжларини қондиришга йўналтирилган жараёнدير.</p>	<p>building up or securing life's fundamentals and assistance in overcoming particular social difficulties).</p>
<p><b>Ижтимоий хизматлар</b></p>	<p>Кексалар ва ногиронлар ҳаёти сифатини оширишга, уларга жамият ҳаётида қатнашиш учун бошқа фуқароларга тенг бўлган имкониятлар яратишга ва(ёки) ўзининг базавий ҳаётини эҳтиёжларини мустақил равишда таъминлаш имкониятларини кенгайтиришга йўналтирилган чоратадбирлар ва хатти-ҳаракатлар комплекси.</p>	<p>Are a range of public services provided by governmental or private organizations. These public services aim to create more effective organizations, build stronger communities, and promote equity and opportunity.</p> <p>Social services include the benefits and facilities such as education, food subsidies, health care, job training and subsidized</p>

		housing, adoption, community management, policy research, and lobbying.
<b>Ижтимоий стереотип</b>	Ижтимоий объектнинг (гурух, инсон, воқеалар, вазиятлар ва ш.к.) нисбатан барқарор ва соддалаштирилган образи бўлиб, у маълумотларнинг етишмаслиги асосида ҳосил бўлади. Одатда бу индивиднинг шахсий тажрибасининг умумлаштирилиши, баъзида эса жамиятда мавжуд бўлган баъзи қарашларнинг оқибати сифатида ҳам намоён бўлади. “Ижтимоий стереотип” тушунчаси дастлаб америкалик журналист У.Липтон томонидан қўлланилган.	Are qualities assigned to groups of people related to their race, nationality and sexual orientation, to name a few. Because they generalize groups of people in manners that lead to discrimination and ignore the diversity within groups, stereotypes should be avoided.
<b>Экологик ёндашув</b>	Ижтимоий ишга татбиқ этилганида экологик ёндашувда асосий эътибор “шахснинг атроқ муҳитга” муносабати ва одамлар ҳамда атроф-муҳит ўртасидаги ўзаро ҳаракати даражасига қаратилади. Бу ёндашувда бошқалардан кўпроқ эътибор бир томондан инсоннинг ҳуқуқлари, эҳтиёжлари, имкониятлари ва мақсадларига	Offers a comprehensive theoretical base that social practitioners can draw upon for effective social treatment. The critical concepts of the ecological approach are presented. It is suggested that the ecological perspective can be a useful treatment strategy for improving the social functioning of the client system.

	мувофиқлигига ва бошқа томондан, муайян вақт орқалиғида аниқ маданият ёки субмаданиятга татбиқан атроф муҳитнинг сифати ҳамда хусусиятларига жалб қилинади.	
--	---	--

## VII. АДАБИЁТЛАР РЎЙХАТИ

1. Conceptual Foundations of Occupational Therapy Practice. Gary Kielhofner, DrPH, OTR/L, FAOTA, Professor and Wade-Meyer Chair Department of Occupational Therapy, College of Applied Health Sciences University of Illinois at Chicago, 4<sup>th</sup> editions, 2009 by F.A.Davis Company, USA.
2. Counseling theories and techniques for rehabilitation and mental health professionals: second edition. Editors: Fong Chan, Phd, CRC, Norman L.Berven, Phd, Kenneth R.Thomas, DEd. Springer publishing company, LLC, 2015 New York.
3. Inclusive Special Education: Evidence-Based Practices for Children with Special Needs and Disabilities, Garry Hornby, University of Canterbury College of Education Christchurch, New Zealand. Springer Science+Business Media New York 2014, 200 pages.
4. Воронин Г.Л. Конфликты в школе.// Социологические исследования, 1994. - № 3
5. Ганиева М.Х. Ижтимоий иш асослари –Т.: РБИММ «Chashma print», 2010 г. 92с.
6. Грюневальд Г., Нире Б. Ақлий ва бошқа функционал бузилишларга эга бўлган шахслар учун ташкил этилган ёпиқ муассасаларда ҳаётни меъёрлашуви. СПб, 2003.
7. Ишмуҳаммедов Р.Ж. «Инновацион технологиялар ёрдамида ўқитиш самарадорлигини ошириш йўллари» Тошкент: 2000й. 161 б.
8. Мўминова Л.Р. ва бошқалар. Махсус психология. Т.: “Ношир”, 2013 й.
9. Пўлатова П. ва бошқалар. Махсус педагогика. Т.: “Фан ва технология” нашриёти, 2014 й.
10. Рыбакова М.М. Конфликт и взаимодействие в педагогическом процессе. – М.: 1991(1992). – 128 с.
11. Чичерина Й., Нуркелдиева Д., Бондарева Е. Инновационные подходы в подготовке кадров- дефектологов (монография). -Т.: “Навруз”, 2014 г.
12. Чичерина Я., Нуркелдиева Д. Не интеграция, а равноправие // Бола ва замон. - №2, 2006. - С. 20-21.
13. Чичерина Я., Нуркелдиева Д., Бондарева Е. Мутахассислик фанларни ўқитиш методикаси. -Т.: “Фан ва технологиялар, 2013й.
14. Шубина А.В. Особый ребенок: уход и развитие. Пособие для родителей. Т: РЦСАД, 2009.
15. Шугуров М.В. Социальный конфликт и самоосуществление личности. – Саратов, 1994 г. 236 с.
16. Югай А.Х. Лабораторно-практические занятия по психологии - Т.:

ТДПУ, 2008 г. 92 с.

### **Интернет ресурслари**

1. Ўзбекистон Республикаси Президентининг Матбуот маркази сайти: [www.пресс-сервис.uz](http://www.пресс-сервис.uz)
2. Ўзбекистон Республикаси Давлат Ҳокимияти портали: [www.gov.uz](http://www.gov.uz)
3. Ахборот-коммуникация технологиялари изоҳли луғати, 2004, УНДП ДДИ: Программе [www.glassariy.uz](http://www.glassariy.uz)
4. Ўзбек интернет ресурсларининг каталоги: [www.uz](http://www.uz)
5. Электрон журнали: [www.infocom.uz](http://www.infocom.uz)
6. <http://www.bank.uz/uz/publisIVdoc/>
7. [www.пресс-uz.info](http://www.пресс-uz.info)
8. <http://www.uforum.uz/>
9. Ахборот ресурс маркази <http://www.asss.uz/>
10. <http://www.xabar.uz>.
11. [www.ziyonet.uz](http://www.ziyonet.uz)