

**O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIV TA'LIM, FAN VA INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI
CHIRCHIQ DAVLAT PEDAGOGIKA UNIVERSITETI**



**PSIXOLOGIK KONSULTATSIYA VA PSIXOKORREKSIYA
O'QUV DASTURI**

Bilim sohasi: 300 000 – Ijtimoiy fanlar, jurnalistika va axborot
Ta'lim sohasi: 310 000 – Ijtimoiy va xulq-atvorga mansub fanlar
Ta'lim yo'nalishi: 60310300- Psixologiya

Chirchiq – 2024

| Fan/modul kodi PKP1506 | O'quv yili 2026-2027 | Semestr 5 | ECTS - Kreditlar 6 | |
|----------------------------|--|----------------------------------|------------------------------|---------------------|
| Fan/modul turi Majburiy | Ta'lim tili O'zbek/rus | | Haftadagi dars soatlari 6 | |
| 1. | Fanning nomi | Auditoriya mashg'ulotlari (soat) | Mustaqil ta'lim (soat) | Jami yuklama (soat) |
| | Psixologik konsultatsiya va psixokorreksiya | 90 | 90 | 180 |
| 2. | <p>I. Fanning mazmuni</p> <p>Fanni o'qitishdan maqsad-professional aloqa o'rnatish va yordam berish sharoitlari, asosiy insoniy muammolarni psixologik tushunish, shuningdek, kasbiy ko'nikmalarni takomillashtirish to'g'risida ma'lumotlar berish; Fanning vazifasi-talabalarda bu soha bo'yicha qat'iy motivatsiyani shakllantirish ulaming bilimlarini bir tizimga keltirish. Psixologik konsultatsiya va psixokorreksiyaning nazariy asoslarini talabalar tomonidan o'zlashtirilishi, uni amaliyotga tadbiiq qila bilishi, bevosita mustaqil bilim olish muhimligini anglash.</p> <p>II. Nazariy qism (ma'ruza mashg'ulotlari)</p> <p>II.I.Fan tarkibiga quyidagi mavzular kiradi:</p> <p>1-mavzu: Psixologik konsultatsiyaning asosiy tushunchalari va predmeti.</p> <p>Psixologik yordam tizimida konsultativ psixologiyaning o'rni. Konsultativ psixologiya va psixokorreksiya fanining vujudga kelishi va rivojlanishi. Psixologik trening, psixoterapiya, psixologik korreksiya, diagnostika kabi turli ko'rinishdagi psixologik yordamni qiyosiy tahlil qilish orqali psixologik konsultatsiyaning o'ziga xosligini aniqlash. Psixologik konsultatsiyaga kelgan patsientning maqsad va vazifalarini tavsiflash.</p> <p>2-mavzu: Psixologik muammo</p> <p>Psixologik muammo. Konsultativ vazifalar. Psixologik talab. Muammoli vaziyat va patsientning shikoyatlari tahlili. Tipik talablar klassifikatsiyasi. Ilk bolalik davri konsultatsiyasiga xos talablar. Kichik maktab yoshi konsultatsiyasiga qo'yiladigan talablar. O'smirlik davri konsultatsiyasi talablari. Talabalarga psixologik xizmat ko'rsatishga oid talablar. Katta yoshdagilar konsultatsiyasiga doir talablar. Muammolarni identifikatsiyalash. Psixologik diaqnoz muammolari. Psixoterapevtik masalalarni ifodalash.</p> <p>3-mavzu: Patsient muammolarini klassifikatsiyalash. Konsultatsiyani o'tkazishda nazariya va dunyoqarash. Terapiya va konsultatsiyada shaxsiy uslub.</p> | | | |

4-mavzu: Konsultativ yordam tamoyillari

Konsultativ yordam tamoyillari. Sababiyat tamoyili. "Konsultativ alyans". "Muammoli diagnostika". Samaradorlik sharti. Psixologik vositachilik. Nomanipulyativ yondashuv. Baholamay qabul qilish tamoyili. Professionalizm tamoyili. Patsientni o'z- o'ziga yo'naltirish. Konsultatsiya jarayonini qayd qilish. Psixologik xulosa shakllari.

5-mavzu: Konsultatsiya bosqichlari

Konsultatsiyani o'tkazish bosqichlari va strukturasi. Patsient bilan tanishish va suhbatni boshlash. Qayta so'rash. Konsultativ taxmini tekshirish va ifodalash. Korreksion ta'sir. Suhbatni tugatish.

6-mavzu. Konsultativ ta'sir etish texnologiyasi

Konsultatsiyani o'tkazishning besh qadamli modeli. Konsultatsiya o'tkazish mikrotexnikalari. Suhbatning boshlanishi. Psixologik qo'llab- quvvatlash vositalari. Hissiyot va emotsiyalardan ozod bo'lish. Patsient "to'lqinlanishlariga" mayl bildirish. Dialog vaqtida konsultant nutqi chegaranlanganligi. Faol tinglash. Yashirin fikr va hislarni aniqlash.

7-mavzu: Konsultatsiya jarayonini tizimlashtirish.

Ustalik bilan yangi nuqtai nazarga o'tish. Shikastlovchi kechinmalarni uyg'unlashtirish. Psixologik muammoning azob-uqubatlarini yenigillashtirish. Muammoni o'zgacha qarashning qirralarini izlash. Ma'nosini yo'qotgan holat rekonstruksiyasi. Dunyoga yangicha ko'z bilan qarash. Qadriyatlarini qayta baholash. "Aksincha" istaklarni qo'zg'atish. Psixologik madadni izlash. "Hozir" va "shu yerda" tamoyili. Psixologik krizisni bartaraf etish taktikasi. Emotsional ravshanlik vaziyati tashkil qilish. Cho'zilgan oqibatlar effekti. Ijobiy "Men-konsepsiyasini" qo'llab-quvvatlash. "Refleksiv oyna". "O'z" va "o'zgalar" muammosini qiyoslash qobiliyati. O'tgan tajribalarni qayta o'ylab ko'rish. Psixologik cheklanishlar va shartlanganlikdan qutulish.

8-mavzu. Psixologik konsultatsiyaning maxsus muammolari

Xavotirlangan patsientlar konsultatsiyasi. Fobiya va qo'rquv holati konsultatsiyasi. Tajovuzkor va qasoskorlik kayfiyatidagi patsientlar psixologik konsultatsiyasi. "Motivatsiyalashmagan" patsientlar konsultatsiyasi. Yuqori talab qo'yuvchi patsientlar konsultatsiyasi. O'zini o'zi ayblash holati konsultatsiyasi. Yig'loqi patsientlar konsultatsiyasi. Isterik shaxslar konsultatsiyasi. Paranoidal buzilishlar konsultatsiyasi. Shizoid shaxslarning psixologik konsultatsiyasi. Asotsial shaxslar konsultatsiyasi. Alkogolizm konsultatsiyasi.

9-mavzu: Psixosomatik buzilishlar konsultatsiyasi.

Suitsidal ahd va tushkunlik holati konsultatsiyasi. Yaqinlarini yo'qotish bilan bog'liq konsultatsiya. O'layotgan inson bilan suhbatlashish xususiyatlari.

10-mavzu. Konsultatsiya amaliyotidagi ayrim yo'nalishlar

Turli madaniy va etnik olam vakillariga konsultatsiyani joriy qilish. Ayrim madaniy guruh vakillariga konsultatsiyani joriy qilishning o'ziga xosligi. Yoshga oid hamjihatlik konsultatsiyasi.

11-mavzu: Konsultatsiyada yosh xususiyatlari.

Individual va guruhiy konsultatsiya. Oila-nikoh konsultatsiyasi. Mansab masalalariga oid konsultatsiya. Telefon orqali konsultatsiya.

12-mavzu. Yetakchi zamonaviy konsultativ nazariyalar va texnologiyalar talqini

Psixoanalitik konsultatsiya. Klassik psixoanaliz. Psixodinamika. Adlerian konsultatsiya. Konsultatsiyada shaxslilik-markazda yondashuvi. K.Rodjersning shaxslilik-markazda yondashuvi. Ekzistensial konsultatsiya. R.Meya yondashuvi. V.Frankllogo terapiyasi. D.Byudjental yondashuvi. Geshtalt - nazariya va konsultatsiya. F.Perlz yondashuvi. Ratsional-emotiv terapiya. A.Bekning kognitiv terapiyasi. A.Ellisning xulq ratsional-emotiv terapiyasi. Transakt analiz. E.Bern yondashuvi.

13-mavzu: Bixevioral va kognitiv- bixevioral texnika.

Klassik bixeviorizin (B.F.Skinner) va konsultatsiya. Jetonli dasturlash.texnikasi. D.Krambols. D.Michebaum texnikasi. Reallik terapiyasi (U.Glasser). Oilaviy terapiya. M.Bouenning poligeneratsion yondashuvi.

14-mavzu. Korreksion ishlar ko'rinishlari va tushunchalari

Psixologik korreksiya. Psixoterapiya, psixologik trening tushunchalarining nisbati. Psixokorreksion jarayonining maqsad va vazifalari. Psixologik korreksiyani tashkil etishning metodologik asoslari. Psixologik korreksiyani tashkil etish uchun psixologik ma'lumotlarni olish xususiyatlari.

15-mavzu. Guruhiy psixokorreksiyaning asosiy metodlari.

Guruhiy munozara. Psixogimnastika. Proyektiv rasmlar. Musiqiy terapiya. Qo'shimcha psixokorreksion metodlar va usullar. Inson muomalasi ontologiya. Ijodiy vizualizatsiya. Yoshga oid psixokorreksion ishlarning o'ziga xosligi.

III. Amaliy mashg'ulotlari bo'yicha ko'rsatma va tavsiyalar
Amaliy mashg'ulotlari uchun quyidagi mavzular tavsiya etiladi:

1. Psixologik konsultatsiyaning asosiy tushunchalari va predmeti.
2. Psixologik yordam tizimida konsultativ psixologiyaning o'rni.
3. Psixologik konsultatsiyaga kelgan patsientning maqsad va vazifalarini tavsiflash
4. Muammolarni identifikatsiyalash
3. Psixologik muammo
4. Konsultatsiya o'tkazishda nazariya va dunyoqarash
5. Psixologik diagnoz muammolari
6. Patsient muammolarini klassifikatsiyalash.
7. Terapiya va konsultatsiyada shaxsiy uslub.
8. Professionalizm tamoyili.
9. Konsultativ taxmini tekshirish va ifodalash
10. Konsultativ taxmini tekshirish
11. Konsultatsiya o'tkazishning besh qadamli modeli
12. Konsultativ yordam tamoyillari
13. Konsultatsiya bosqichlari
14. Konsultativ ta'sir etish texnologiyasi
15. Konsultatsiya jarayonini tizimlashtirish
16. Psixologik krizisni bartaraf etish taktikasi
17. Psixologik konsultatsiyaning maxsus muammolari
18. O'z-o'zini ayblash holati konsultatsiyasi
19. Psixosomatik buzilishlar konsultatsiyasi
20. Konsultatsiya amaliyotidagi ayrim yo'nalishlar.
21. Konsultatsiyada yosh xususiyatlari.
22. Individual va guruhiy konsultatsiya
23. Yetakchi zamonaviy konsultativ nazariyalar va texnologiyalar talqini.
23. Bixevioral va kognitiv- bixevioral texnika.
24. Psixoanalitik, Adlerian, Ekzistensial konsultatsiya
25. Psixokorreksion jarayonning maqsad va vazifalari
26. Korreksion ishlar ko'rinishlari va tushunchalari
27. Guruhiy psixokorreksiyaning asosiy metodlari
28. Psixogimnastika, proyektiv rasmlar, musiqa terapiya
29. Qo'shimcha psixokorreksion metod va usullar
30. Inson muomalasi, ontologiya

IV. Mustaqil ta'lim va mustaqil ishlar

Mustaqil ta'lim uchun tavsiya etiladigan mavzular:

Mustaqil ta'lim va mustaqil ishlar

Mustaqil ta'limni baholash – bu talabalarning jamoaviy tartibda va yakka

tartibda berilgan amaliy loyihalarni bajarishlari orqali amalga oshiriladi. Bunda har bir talabaga bitta jamoaviy loyiha va ikkita yakka tartibda bajariladigan loyiha beriladi. Talaba berilgan loyihaning maqsad va vazifalarini, mohiyatini tushungan holda qo'yilgan masalani o'rganib, izlanishlar olib boradi. Olingan natijalarni tahlil qilib, hulosalari bilan taqdimotlar tayyorlab himoya qiladi. Ishchi fan dasturida loyihalarning soni, mavzusi, mazmuni bajarish usullari va topshirish muddatlari to'liq ochib beriladi.

1. Psixologik konsultatsiya va psixokorreksiyaning asosiy tushunchalari va predmeti.
2. Psixologik muammo.
3. Konsultativ yordam tamoyillari.
4. Konsultatsiya bosqichlari.
5. Konsultativ ta'sir etish texnologiyasi.
6. Psixologik konsultatsiyaning maxsus muammolari.
7. Konsultatsiya amaliyotidagi ayrim yo'nalishlar.
8. Yetakchi zamonaviy konsultativ nazariyalar va texnologiyalar talqini.
9. Korreksion ishlar ko'rinishlari va tushunchalari.
10. Ratsionalno-emotiv terapiya.
11. Konsultativ yordam tamoyillari.
12. Sababiyat tamoyili.
13. "Konsultativ alyans". "Muammoli diagnostika". Samaradorlik sharti Psixologik vositachilik.
14. Nomunipulyativ yondashuv.
15. Baholamay qabul qilish tamoyili.
16. Professionalizm tamoyili.
17. Klientni o'z-o'ziga yo'naltirish.
18. Konsultatsiya jarayonini qayd qilish.
19. Psixologik xulosa shakllari.
20. Psixoanalitik konsultatsiya.
21. Klassik psixoanaliz. Psixodinamika.
22. Adlerian konsultatsiya.
23. Konsultatsiyada shaxslilik-markazda yondashuvi.
24. K. Rodjersning shaxslilik-markazda yondashuvi.
25. Ekzistensial konsultatsiya.
26. R. Meya yondashuvi.
27. V. Frankl logo terapiyasi.
28. D. Byudjental yondashuvi.
29. Geshtalt-nazariya va konsultatsiya.
30. F. Perlz yondashuvi.
31. Ratsional-emotiv terapiya.
32. A. Bekning kognitivnaya terapiyasi.
33. A. Ellisning xulq ratsional-emotiv terapiyasi.
34. Transakt analiz. E. Bem yondashuvi.
35. Bixevioral va kognitiv-bixevioral texnika.

| | |
|----|---|
| ✓ | <p>36.Klassik bixeviorizm (B.F.Skinner) va konsultatsiya. 37.Jetonli dasturlash.texnikasi. D.Krambols. 38.D.Michebaum texnikasi. 39.Reallik terapiyasi (U.Glasser). 40.Qilaviy terapiya. 41.M.Bouenning poligeneratsion yondashuvi. 42.Musiqiy terapiya 43.Proyektiv rasmlar 44.Guruhiy munozara 45.Ijodiy vizualizatsiya</p> |
| 3. | <p>V. Fan o'qilishining natijalari (shakllanadigan kompetensiyalar)</p> <p>Fanni o'zlashtirish natijasida talaba:</p> <ul style="list-style-type: none"> - guruhiy va individual konsultatsiyaning maqsadi to'g'risidagi zamonaviy tushunchalarga; zamonaviy psixologik yo'nalishlarning nazariy tamoyillari; konsultatsiya va psixokorreksiya jarayonining strukturasi; konsultant shaxsiga qo'yiladigan talablarni, konsultativ aloqa o'rnatishdagi zamonaviy tasavvurlar to'g'risida; "yonish sindromi"ni bartaraf etish usullari; psixologik konsultatsiyani o'rganish metodlarini <i>bilishi va ulardan foydalana olishi</i>, -individual va guruhiy psixologik konsultatsiya va psixokorreksiya; konsultatsiyani tashkil etishdagi turli psixologik yondashuvlar tahlili; konsultatsiya jarayonini tashkil qilish; psixologik konsultatsiya va korreksiya texnikasini o'tkazish <i>ko'nikmalariga ega bo'lishi kerak.</i> - terapevtik muhitni yaratish; konsultativ psixologiya va korreksiyaning o'tkazish vaqtini tuzish; konsultativ aloqani ushlab turish; konsultatsiyani tashkil etishda o'tkazish va ko'chirish qoidasiga amal qilish; psixologik konsultatsiya jarayonini tashkil qila olish <i>malakasiga ega bo'lishi.</i> |
| 4. | <p>VI Ta'lim texnologiyalari va metodlari:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ma'ruzalar, - interfaol keys-stadilar; - seminar mashg'ulotlar (mantiqiy fiklash, tezkor savol-javoblar); - guruhlarda ishlash; - taqdimotlarni qilish; - individual loyihalar; - jamoa bo'lib ishlash va himoya qilish uchun loyihalar. |
| 5. | <p>VII. Kreditlarni olish uchun talablar:</p> <p>Fanga oid nazariy va uslubiy tushunchalarni to'la o'zlashtirish, tahlil natijalarini to'g'ri aks ettira olish, o'rganilayotgan jarayonlar haqida mustaqil mushohada yuritish vajoriy, oraliq nazorat shakllarida berilgan vazifa va topshiriqlarni bajarish, yakuniy nazorat bo'yicha yozma ishni topshirish.</p> |
| 6. | |

Asosiy adabiyotlar

- 1.Бондаренко А. Ф. Психологическая помощь: теория и практика. - М., 2005.
- 2.U.M. Ro'ziyev Psixologik konsul'tatsiya va psixokorreksiya [Matn] : darslik /.-Buxoro: ООО "Sadridin Salim Buxoriy" Durdon, 2021.- 588 b
- 3.T.Nishonova "Psixologik xizmat psixokorreksiya" Ijod pris- 2019 O'zROVO'MTV

Qo'shimcha adabiyotlar

- 1.Mirziyoyev Sh.M. Buyuk kelajagimizni mard va olijanob xalqimiz bilan birga quramiz. - Toshkent: "O'zbekiston", 2017. - 488 b.
- 2.Берн Э. Игры, в которые играют люди. - Л.,2002.
- 3.Елизаров А. Н. Телефон доверия: работа психолога - консультанта с родителями в ситуации родительско- юношеских конфликтов // Вопр. психологии. - 2005. - № 3. - С. 38-45.
- 4.Капустина С. А. Границы возможностей психологического консультирования // Вопр. психологии. - 2003. - № 5. - С. 50-56.
- 5.Мэй Р. Искусство психологического консультирования. - М., 2004.
- 6.Психологическое консультирование в школе: Хрестоматия/ Сост.Н. В. Коптева. - Пермь, 2003.
- 7.Самоукина Н. Практический психолог: лекции, консультирование, тренинги. -М., 2007.
- 8.Харрис Т. А. Я хороший, ты хороший: Пер. с англ. - М., 2013.
- 9.Хэмбли Г. Телефонная помощь. - Одесса, 2012.

Axborot manbalari

- 1.<http://www.edu.uz>
- 2.<http://www.gov.uz>
- 3.www.cspu.uz
- 4.www.natlib.uz
- 5.<https://unilibrary.uz/>

| | |
|----|--|
| 7. | Chirchiq davlat pedagogika universiteti tomonidan ishlab chiqilgan va universitet Kengashining 2024 yil " _____ " _____dagi qarori bilan tasdiqlangan |
| 8. | Fan/modul uchun ma'sullar: S.R. Mirzayeva – CHDPU "Psixologiya" kafedrası dotsenti, psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori N.Sh. Ruzmatova - CHDPU, "Psixologiya" kafedrası o'qituvchisi |
| 9. | Taqrizchilar: N.Sh. Umarova - Nizomiy nomidagi Toshkent davlat pedagogika universiteti "Amaliy psixologiya" kafedrası mudiri. psixologiya fanlari doktori, professori N.J. EshnayeV - CHDPU, "Psixologiya" kafedrası mudiri, v.b. dotsenti, falsafa fanlari nomzodi |