

**O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI  
OLY TA'LIM, FAN VA INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI**

**MIRZO ULUG'BEK NOMIDAGI  
O'ZBEKISTON MILLIY UNIVERSITETI**



O'ZMU rektori  
I.Madjidov

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

Bilim sohasi: 300000 – Ijtimoiy soha, iqtisod va huquq  
Ta'lim sohasi: 310000 – Sotsiologiya va psixologiya  
Ta'lim yo'nalishi: 60310900 - Psixologiya

Toshkent- 2024

<b>Fan/modul kodi</b> PKP1506		<b>O'quv yili</b> 2026-2027	<b>Semestr</b> 5	<b>ECTS – Kreditlar</b> 6	
<b>Fan/modul turi</b> Majburiy		<b>Ta'lim tili</b> O'zbek/rus		<b>Haftadagi dars soatlari</b> 6	
<b>1.</b>	<b>Fanning nomi</b>	<b>Auditoriya mashg'ulotlari (soat)</b>	<b>Mustaqil ta'lim (soat)</b>	<b>Jami yuklama (soat)</b>	
	<b>Psixologik konsultatsiya va psixokorreksiya</b>	72	108	180	
<b>2.</b>	<p style="text-align: center;"><b>I. Fanning mazmuni</b></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;</p> <p>Fanning vazifasi - talabalarda bu soha bo'yicha qat'iy motivatsiyani shakllantirish, ularning bilimlarini bir tizimga keltirish. Psixologik konsultatsiya va psixokorreksiyaning nazariy asoslarini talabalar tomonidan uzlashtirilishi, uni amaliyotga tadbik qila bilishi, bevosita mustaqil bilim olish muximligini anglash.</p> <p style="text-align: center;"><b>II. Asosiy nazariy qism (ma'ruza mashg'ulotlari)</b></p> <p style="text-align: center;"><b>II.I. Fan tarkibiga quyidagi mavzular kiradi:</b></p> <p><b>1-mavzu: Psixologik konsultatsiyaning asosiy tushunchalari va predmeti.</b></p> <p>Psixologik yordam tizimida konsultativ psixologiyaning o'rni. Konsultativ psixologiya va psixokorreksiya fanining vujudga keligi 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. Patsient muammolarini klassifikatsiyalash. Konsultatsiyani o'tkazishda nazariya va dunyoqarash. Terapiya va konsultatsiyada shaxsiy uslub.</p> <p style="text-align: center;"><b>2-mavzu: Psixologik muammo</b></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 diagnoz muammolari. Psixoterapevtik masalalarni ifodalash.</p> <p style="text-align: center;"><b>3-mavzu: Konsultativ yordam tamoyillari</b></p>				

Konsultativ yordam tamoyillari.Sababiyat tamoyili.“Konsultativ alyans”.  
“Muammoli diagnostika”. Samaradorlik sharti. Psixologik vositachilik.  
Nomunipulyativ yondashuv. Baholamay qabul qilish tamoyili. Professionalizm  
tamoyili. Patsientni o‘z o‘ziga yo‘naltirish. Konsultatsiya jarayonini qayd qilish.  
Psixologik xulosa shakllari.

#### **4-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.

#### **5-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.  
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‘zgalari” muammosini qiyoslash qobiliyati.  
O‘tgan tajribalarni qayta o‘ylab ko‘rish. Psixologik cheklanishlar va  
shartlanganlikdan qutulish.

#### **6-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. Psixosomatik buzilishlar konsultatsiyasi. Suitsidal ahd va  
tushkunlik holati konsultatsiyasi. Yaqinlarini yo‘qotish bilan bog‘liq  
konsultatsiya. O‘layotgan inson bilan suhbatlashish xususiyatlari.

#### **7-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. Konsultatsiyada yosh

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

### **8-mavzu: Yetakchi zamonaviy konsultativ nazariyalar va texnologiyalar talqini**

Psixanalitik konsultatsiya. Klassik psixanaliz. 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 kognitivnaya terapiyasi. A.Ellisning xulq ratsional-emotiv terapiyasi. Transakt analiz. E.Bern yondashuvi. Bixevioral va kognitiv-bixevioral texnika. Klassik bixeviorizm (B.F.Skinner) va konsultatsiya. Jetonli dasturlash.texnikasi. D.Krambols. D.Michebaum texnikasi. Reallik terapiyasi (U.Glasser). Oilaviy terapiya. M.Bouenning poligeneratsion yondashuvi.

### **9-mavzu: Korreksion ishlar ko‘rinishlari va tushunchalari**

Psixologik korreksiya, psixoterapiya, psixologik trening tushunchalarining nisbati. Psixokorreksion jarayonining maqsad va vazifalari. Psixologikkorreksiyani tashkil etishning metodologik asoslari. Psixologikkorreksiyani tashkil etish uchun psixologoik ma‘lumotlarni olish xususiyatlari. Guruhiy psixokorreksioning asosiy metodlari. Guruhiy munozara. Psixogimnastika. Proektiv rasmlar. Musiqiy terapiya. Qo‘shimcha psixokorreksion metodlar va usullar. Inson muomalasi ontologiya. Ijodiy vizualizatsiya. Yoshga oid psixokorreksion ishlarning o‘ziga xosligi

### **III. Amaliy mashg‘ulotlarini tashkil etish bo‘yicha ko‘rsatma va tavsiyalar**

Amaliy mashg‘ulotlar uchun quyidagi mavzular tavsiya etiladi:

1. Psixologik konsultatsiya va psixokorreksioning asosiy tushunchalari va predmeti.
2. Psixologik muammo.
3. Konsultativ yordam tamoyillari.
4. Konsultatsiya bosqichlari.
5. Konsultativ ta‘sir etish texnologiyasi.
6. Psixologik konsultatsioning 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. Art-terapiya.
12. Tranzaksion tahlil guruhiy faoliyatda turli yo‘nalish.

Mazkur ro‘yxatdagi mavzulardan amaliy mashg‘ulotlar uchun ajratilgan soatlar hajmiga mos holda foydalanish tavsiya etiladi.

#### **IV. Mustaqil ta'lim va mustaqil ishlar**

Mustaqil ta'lim uchun tavsiya etiladigan mavzular

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.Frankllogo 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.Bern yondashuvi.
35. Bixevioral va kognitiv-bixevioral texnika.
36. Klassik bixeviorizm (B.F.Skinner) va konsultatsiya.
37. Jetonli dasturlash texnikasi. D.Krambols.
38. D.Michebaum texnikasi.
39. Reallik terapiyasi (U.Glasser).
40. Oilaviy terapiya.

	<p>41. M.Bouenning poligeneratsion yondashuvi.</p> <p>Mazkur ro'yxatdagi mavzulardan mustaqil ta'lim soatlari hajmiga mos holda foydalanish tavsiya etiladi.</p>
3.	<p><b>V. Fan o'qitilishining natijalari (shakllanadigan kompetensiyalar)</b></p> <p>Fanni o'zlashtirish natijasida talaba:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-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 <b><i>bilishiva ulardan foydalana olishi</i></b>;</li> <li>-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 <b><i>malakasiga</i></b> ega bo'lishi;</li> <li>- 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 <b><i>ko'nikmalariga ega bo'lishi kerak.</i></b></li> </ul>
4.	<p><b>VI. Ta'lim texnologiyalari va metodlari:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– ma'ruzalar;</li> <li>– interfaol keys-stadilar;</li> <li>– amaliy mashg'ulotlar ( mantiqiy fiklash, tezkor savol-javoblar);</li> <li>– guruhlarda ishlash;</li> <li>– taqdimotlarni qilish;</li> <li>– individual loyihalar;</li> <li>– jamoa bo'lib ishlash va himoya qilish uchun loyihalar.</li> </ul>
5.	<p><b>VII. Kreditlarni olish uchun talablar:</b></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 va joriy, oraliq nazorat shakllarida berilgan vazifa va topshiriqlarni bajarish, yakuniy nazorat bo'yicha yozma ishni topshirish.</p>
6.	<p><b>Asosiy adabiyotlar</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. R.B.Qudratullayeva Psixologik konsultatsiya va psixokorreksiya. – O'quv qo'llanma.Toshkent. "Ma'rifat", 2023.-140 b.</li> <li>2. Кочюнас Р. Психологическое консультирование. Учебное пособие.- М.: - 2022 г.222с.</li> </ol> <p><b>Qo'shimcha adabiyotlar</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. Sh.M.Mirziyoyev Buyuk kelajagimizni mard va olijanob xalqimiz bilan</li> </ol>

	<p>birga quramiz. – Toshkent: “O‘zbekiston”, 2017. – 488 b.</p> <p>4. Алешина Ю.Е. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование.- М.,2020.</p> <p>5. Берн Э. Игры, в которые играют люди. – Л.,2002.</p> <p>6. Гулина М. Терапевтическая и консультативная психология.- СПб.,2021.</p> <p>7. Елизаров А. Н. Телефон доверия: работа психолога – консультанта с родителями в ситуации родительско– юношеских конфликтов // Вопр. психологии. – 2005. - № 3. – С. 38-45.</p> <p>8. Капустина С. А. Границы возможностей психологического консультирования // Вопр. психологии. – 2003. - № 5. – С. 50-56.</p> <p>9. Мэй Р. Искусство психологического консультирования. – М., 2004.</p> <p>10. Психологическое консультирование в школе: Хрестоматия/ Сост.Н. В. Коптева. – Пермь, 2003.</p> <p>11. Самоукина Н. Практический психолог: лекции, консультирование, тренинги. –М., 2007.</p> <p>12. Харрис Т. А. Я хороший, ты хороший: Пер. с англ. – М., 2013.</p> <p>13. Хэмбли Г. Телефонная помощь. – Одесса, 2012.</p> <p>14. Шостром Э. Анти- Карнеги, или Человек- манипулятор. – Минск, 2012.</p> <p>15. Юпитов А. В. Проблематика и особенности психологического консультирования в вузе // Вопр. психологии. – 2005. - № 4. – С. 49</p> <p style="text-align: center;"><b>Axborot manbalari</b></p> <p>16.<a href="http://www.ziyo.net">http://www.ziyo.net</a></p> <p>17.<a href="http://www.edu.uz">www.edu.uz</a></p> <p>18.<a href="http://psylib.org.ua/index.html">http://psylib.org.ua/index.html</a></p> <p>19.<a href="http://www.koob.ru/news">http://www.koob.ru/news</a></p> <p>20.<a href="http://www.bookap.by.ru">http://www.bookap.by.ru</a></p> <p>21.<a href="http://www.vusnet.ru/biblio/default.aspx">http://www.vusnet.ru/biblio/default.aspx</a></p> <p>22.<a href="http://www.psyinst.ru/library.php">http://www.psyinst.ru/library.php</a></p> <p>23.<a href="http://www.expert.psychology.ru">www.expert.psychology.ru</a></p> <p>24.<a href="http://www.psycho.all.ru">www.psycho.all.ru</a></p>
7.	<p>O‘quv dasturi Mirzo Ulug‘bek nomidagi O‘zbekiston Milliy Universiteti Kengashining 20 __yil _____ gi __ sonli bayonnomasi bilan tasdiqlangan.</p>
8.	<p><b>Fan/modul uchun ma’sular:</b>  R.B.Qudratullayeva - O‘zMU, “Ijtimoiy psixologiya” kafedراسи dotsenti, psixologiya fanlari nomzodi.</p>
9.	<p><b>Taqrizchilar:</b>  B.A.Abdullayev – O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti huzuridagi Ijtimoiy</p>

	himoya milliy agentligi mas'ul xodimi, PhD G.T.Turg'unova – O'zMU, Ijtimoiy psixologiya kafedrası katta o'qituvchisi, PhD
--	--