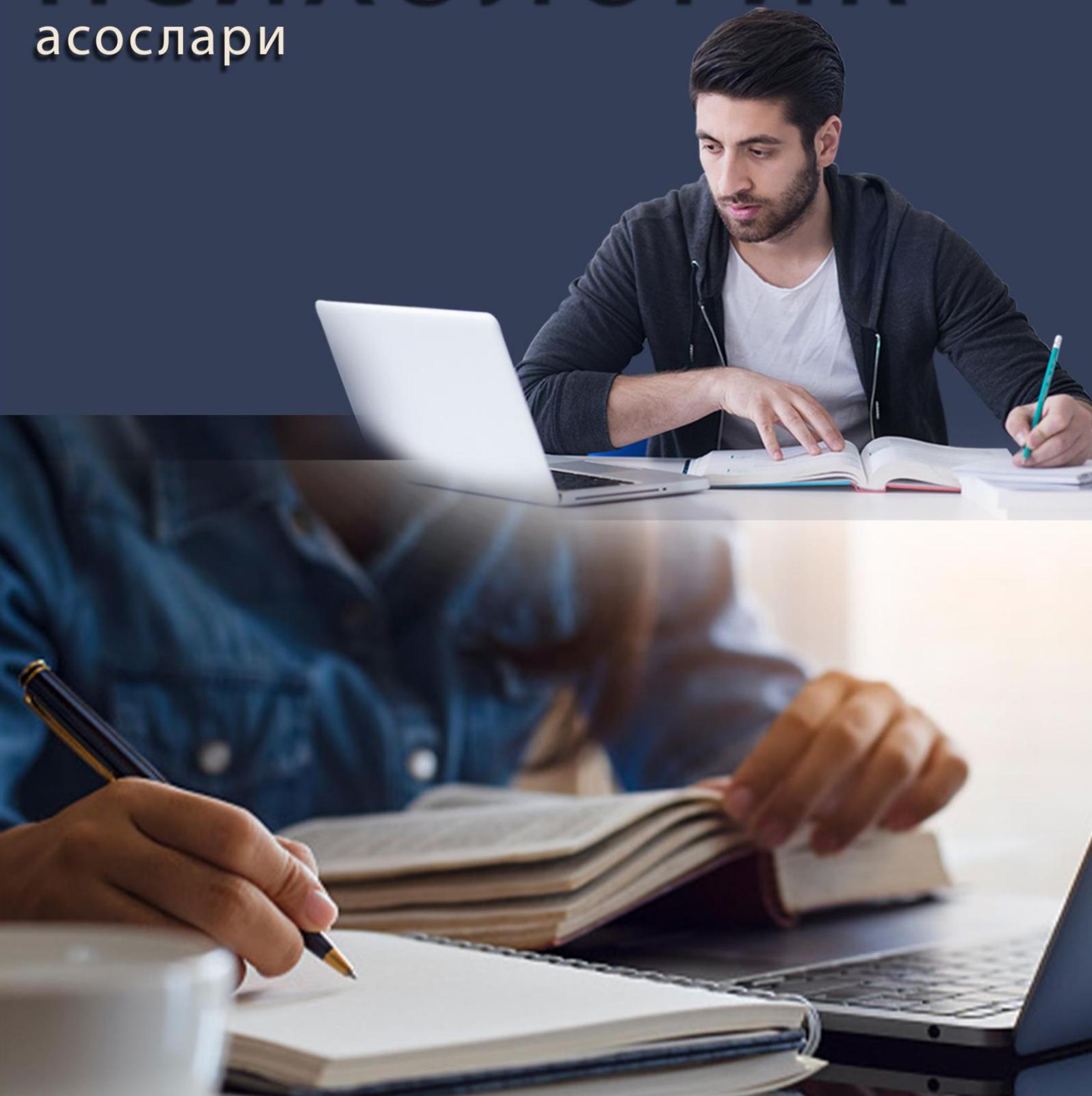


Таълим тизимида узлуксиз касбий
ривожланиш жараёнининг ижтимоий ва

ПЕДАГОГИК- ПСИХОЛОГИК

асослари



ЁШЛАРГА ИЖТИМОЙ-ПСИХОЛОГИК
ХИЗМАТ КЎРСАТИШ МАРКАЗИ

ЎЗБЕКИСТОН ХАЛҚАРО ИСЛОМ АКАДЕМИЯСИ

ТОШКЕНТ ВИЛОЯТИ ХАЛҚ ТАЪЛИМИ ХОДИМЛАРИНИ
ҚАЙТА ТАЙЁРЛАШ ВА УЛАРНИНГ МАЛАКАСИНИ
ОШИРИШ ҲУДУДИЙ МАРКАЗИ

**«ТАЪЛИМ ТИЗИМИДА УЗЛУКСИЗ КАСБИЙ
РИВОЖЛАНИШ ЖАРАЁНИНИНГ ИЖТИМОЙ ВА
ПЕДАГОГИК-ПСИХОЛОГИК АСОСЛАРИ»**

МАВЗУСИДАГИ ХАЛҚАРО
ИЛМИЙ-АМАЛИЙ КОНФЕРЕНЦИЯ

Мақолалар тўплами
2-ҚИСМ

Тошкент-2022

Таълим тизимида узлуксиз касбий ривожланиш жараёнининг ижтимоий ва педагогик-психологик асослари / Мақолалар тўплами. – Тошкент, 2022. – 297 бет.

Мазкур тўплам “Таълим тизимида узлуксиз касбий ривожланиш жараёнининг ижтимоий ва педагогик-психологик асослари” мавзусига бағишлаб ўтказилган Халқаро илмий-амалий конференцияси материаллари асосида тайёрланган. Ушбу тўпламда психология ва педагогиканинг назарий, методологик ҳамда умумпсихологик масалалари, ижтимоий-маънавий ўзгаришлар, ёшларнинг ижтимоий-психологик муаммолари, унинг сабаб ва ечимлари, ёшларнинг хулқ-атвори ва дунёқарашида кузатилаётган ўзгаришлар, ижтимоий-психологик таъсирлар, ижтимоий-психологик муаммоларнинг ёшлар руҳиятида намоён бўлиш хусусиятларини илмий тадқиқ этиш бўйича олиб борилаётган изланишларнинг долзарб йўналишлари, бу борада йиғилган маълумотлар ва улардан амалиётда фойдаланиш имкониятлари юзасидан амалий билимлар тақдим этилади.

Мақолалар тўплами соҳа мутахассислари, маънавий-маърифий ишларни ташкил этишга масъул ходимлар, педагоглар, амалиётчи психологлар, психология таълим йўналиши талабалари, тадқиқотчилар, бошқа турдош йўналишлар вакиллариغا мўлжалланган. Мазкур тўплам жамият илмий-маърифий ҳаётини янада такомиллаштиришга, соҳадаги тадқиқотларни жадаллаштиришга хизмат қилади.

ТАШКИЛОТЧИЛАР:

Ёшларга ижтимоий-психологик хизмат кўрсатиш маркази

Ўзбекистон халқаро ислом академияси

Тошкент вилояти халқ таълими ходимларини қайта тайёрлаш ва уларнинг малакасини ошириш худудий маркази

ТАХРИР КЕНГАШИ АЪЗОЛАРИ:

ЗЕБО КАСИМОВА - пед. фанлари номзоди, профессор, ЎзХИА кафедра мудири

МУҲАББАТ МУСАЕВА - пед. фанлари номзоди, доцент, ТВХТХҚТМОҲМ кафедра мудири

АБДИМУМИН РАСУЛОВ - психология фанлари доктори, доцент

МИРМУҲСИН АКРАМОВ - психология фанлари бўйича PhD, доцент в.б.

ДОНО КАЛАНДАРОВА - фалсафа фанлари бўйича PhD

АЗАМАТ НАЗАРОВ - катта ўқитувчи

ЭРДАВЛАТ ЖУМАНОВ - ТВХТХҚТМОҲМ катта ўқитувчиси

АЗИЗЖОН УМИДОВ - етакчи мутахассис

САРВАР ҚАХХОРОВ - таянч докторант, психолог

МАЪРУФ КУБАЕВ - стажёр тадқиқотчи, психолог

«Таълим тизимида узлуксиз касбий ривожланиш жараёнининг ижтимоий ва педагогик-психологик асослари» мавзусидаги Халқаро илмий-амалий конференциясини ўтказиш Ёшларга ижтимоий-психологик хизмат кўрсатиш маркази Илмий-психологик Кенгашининг 2022 йил 13 апрелдаги 01-04/03 сонли мажлис баёни билан мақулланган.

Тўпламда келтирилган маълумотларнинг холислиги ва ишончилигига мақола муаллифлари масъулдирлар.

МАКТАBGACHA TA`LIM TASHKILOTIDA ALISHER NAVOIY IJODINI BOLALARGA O`RGATISHDA INNOVATSION YONDASHUV

Nuraliyeva Shiringul Mansurovna
Navoiy viloyati Zarafshon shahar 8-sonli DMTT uslubchisi

Alisher Navoiy xalqimizning ongi va tafakkuri, badiiy madaniyati tarixida butun bir davrni tashkil etadigan buyuk shaxs, milliy adabiyotimizning tengsiz namoyondasi, millatimizning g'ururi, sha'ni-sharafini dunyoga tarannum qilgan o'lmas so'z san'atkoridir. Ta'bir joiz bo'lsa, olamda turkiy va forsiy tilda so'zlovchi biror-bir inson yo'qki, u Navoiyni bilmasa, Navoiyni sevmasa, Navoiyga sadoqat va e'tiqod bilan qaramasa.

Ta'lim-tarbiya berish borasida Sharq adabiyoti o'zining chuqur didaktikaga yo'g'rilgani bilan ajralib turadi. Insonni aqlan, ma'nau, zohiran va botinan poklikka chorlaydigan ijodkorlardan biri Alisher Navoiydir. Navoiy ijodi inson axloqining barcha ko'rinishlarida mezon darajasini belgilab olishga xizmat qiladi. Ularda asl inson qanday bo'lishi kerakligi uqtiriladi. Ijodining g'oyaviy mazmuni rostgo'ylikka, halollikka, mehnatkashlikka, insonni qadrlashga o'rgatadi. Insonning kamolotga yetishida asosiy yo'l ilm ekanligini takror-takror aytadi va ilm olishga chorlaydi.

Bugungi kunda Alisher Navoiy ijodidan yosh avlodni bahramand qilish uchun turli usullardan foydalanilmoqda. Asarlari nasriy bayon qilinib, hikmatli so'zlari alohida havola etilmoqda,

-Xamsa dostonlaridan ibratli so'zlar va hikoyatlar olinib, tarbiyaviy maqsad sari yo'naltirilmoqda. Butun turkiy xalqlarning buyuk ma'naviy merosi hisoblangan

-Xamsa tarkibidagi Hayrat-ul abror dostoni o'zining tarbiyaviy mohiyati bilan boshqalardan ajralib turadi. Unda berilgan hikoyatlar har biri o'ziga xos xususiyatlariga ko'ra ma'lum maqsadlarni bayon etish uchun xizmat qiladi. Yoshi ulug'lar bilan birgalikda aynan bolalarga ham tadbiq qilish mumkin bo'lgan hikoyatlardan biri Hotami Toy hikoyatidir. Unda o'z mehnati bilan kun ko'radigan o'tinchi haqida hikoya qilinib, halollik, mehnatkashlik ulug'lanadi. Bu holat bevosita xalq ertaklaridagi sofdil, mehnatkash, samimiy kishilarni-odatda mehnatkash insonlar qiyofasini

gavdalaniruvchi oddiy dehqon, cho`pon, o`tinchi timsollarini ko`z oldimizga keltiradi. Hikoyat bolani mehnatsevarlikka o`rgatadi, oson yo`l bilan topiladigan minnatli oshdan o`z peshona terisiga kelgan luqmaning afzal ekanligini uqtiradi.

Navoiy asarlarini targ`ib qilish, anglatish borasida qilingan ishlardan biri dostonidagi-“Sher bilan Durroj” hikoyati asosida ishlangan multfilmdir. Mazkur hikoyatning talqini bolajonlar tomonidan juda sevib tomosha qilinadi. Unda yolg`on gapirishga o`rgangan tildan aytilgan rost so`z ham yolg`on kabi eshitalishi isbotlangan. Yolg`onchilik qanday oqibatlarga olib kelishi qiziqarli va qulay usulda ko`rsatilgan. Hikoyatdan olinadigan xulosani bolaning o`zi chiqaradi.

Agar Durroj yolg`onchi bo`lmaganda edi, bu holatga tushmagan bo`lardil kabi xulosaga keladi. Demak, bolada-rostgo`y, to`gri so`z bo`lishim lozim, degan qarashlar yig`indisi paydo bo`ladi.

Navoiy asarlarining juda ko`p o`rinlarida Ta`lim-tarbiya berish borasida Sharq adabiyoti o`zining chuqur didaktikaga yog`rilgani bilan ajralib turadi. Insonni aqlan, ma`nan, zohiran va botinan poklikka chorlaydigan ijodkorlardan biri Alisher Navoiydir.

Navoiy ijodi inson axloqining barcha ko`rinishlarida mezon darajasini belgilab olishga xizmat qiladi. Ularda asl inson qanday bo`lishi kerakligi uqtiriladi. Ijodining g`oyaviy mazmuni rostgo`ylikka, halollikka, mehnatkashlikka, insonni qadrlashga o`rgatadi. Insonning kamolotga yetishida asosiy yo`l ilm ekanligini takror-takror aytadi va ilm olishga chorlaydi.

Bugungi kunda Alisher Navoiy ijodidan yosh avlodni bahramand qilish uchun turli usullardan foydalanilmoqda. Asarlari nasriy bayon qilinib, hikmatli so`zlari alohida havola etilmoqda, Xamsa dostonlaridan ibratli so`zlar va hikoyatlar olinib, tarbiyaviy maqsad sari yo`naltirilmoqda. Butun turkiy xalqlarning buyuk ma`naviy merosi hisoblangan Xamsa tarkibidagi Hayrat-ul abrord dostoni o`zining tarbiyaviy mohiyati bilan boshqalardan ajralib turadi. Unda berilgan hikoyatlar har biri o`ziga xos xususiyatlariga ko`ra ma`lum maqsadlarni bayon etish uchun xizmat qiladi. Yoshi ulug`lar bilan birgalikda aynan bolalarga ham tadbiq qilish mumkin bo`lgan hikoyatlardan biri Hotami Toy hikoyatidir. Unda o`z mehnati bilan kun ko`radigan o`tinchi haqida hikoya qilinib, halollik, mehnatkashlik ulug`lanadi. Bu holat bevosita

xalq ertaklaridagi sofdil, mehnatkash, samimiy kishilarni – odatda mehnatkash insonlar qiyofasini gavdalantiruvchi oddiy dehqon, cho'pon, o'tinchi timsollarini ko'z oldimizga keltiradi. Hikoyat bolani mehnatsevarlikka o'rgatadi, oson yo'l bilan topiladigan minnatli oshdan o'z peshona terisiga kelgan luqmaning afzal ekanligini uqtiradi.

Navoiy asarlarini targ'ib qilish, anglatish borasida qilingan ishlardan biri dostonidagi-“Sher bilan Durroj” hikoyati asosida ishlangan multfilmdir. Mazkur hikoyatning talqini bolajonlar tomonidan juda sevib tomosha qilinadi. Unda yolg'on gapirishga o'rgangan tildan aytilgan rost so'z ham yolg'on kabi eshitilishi isbotlangan. Yolg'onchilik qanday oqibatlarga olib kelishi qiziqarli va qulay usulda ko'rsatilgan. Hikoyatdan olinadigan xulosani bolaning o'zi chiqaradi.

Millatimizning dov rug'ini butun dunyoga tarannum etgan shaxs esa xalq qalbidan abadiy joy oladi. Ana shunday ulug' shaxslardan biri, o'zbek adabiyotining asoschisi, g'azal m ulkining sultoni, ilm-u m a'rifat kuychisi, mutaffakir Nizomiddin Mir Alisher Navoiydir. Alisher Navoiy milliy adabiyotimizning tengsiz namoyondasi sifatida o'zbek xalqining g'ururi, shon- shuhratini dunyoga tarannum qila olgan favqulodda iste'dod sohibidir

Quyida e'tiboringizga Alisher Navoiy hayotiga ta'alluqli ma'lumotlarni taqdim qilamiz:

-Navoiyning ilmga bo'lgan ishtiyoqi erta uyg'onib, 4 yoshida maktabda ta'lim ola boshlagan.

- Navoiy hazratlari 7 yoshida Farididdin Attorning «Mantiqut-tayr» asarini yoddan bilganlar.

-7 yoshli Nizomiddin Mir Alisher buyuk muhaddisimiz Buxoriy hazratlarining olti mingdan ziyod hadisi shariflarini yod bilgan.

- Mir Alisher 7-8 yoshlaridan boshlab g'azallar yoza boshlagan.

- Alisher Navoiy «muqarrabi hazrati sultoni» («sulton hazratlarining eng yaqin kishisi») degan unvonni olgan. Unvon Navoiyga davlatning barcha ishlariga aralashish huquqini bergan.

-Turkiy tilni qayta tiriltirgani Navoiyning ma'naviyatimiz uchun ulkan jasorati bo'lgan. Zahiriddin Muhammad Bobur «Turkiy til bila to she'r aytibdurlar, hech kim

oncha ko‘p va xo‘b aytqon emas», - deb yozsa, Husayn Boyqaro «Mir Alisher turk tilining o‘lik jasadig‘a Masih nafasi ila jon ato etdi» deb ta‘kidlagan.

Alisher Navoiy o‘n besh-o‘n olti yoshlarida ham turkiy, ham forsiyda ijod qiladigan “ikki tili” shoir sifatida tanilgan. Alisher Navoiy o‘smirlik yillarida o‘zi sevgan shoirlarning 50 ming baytdan ortiq she‘rlarini yod bilgan.

SOG‘LOM RUHIYAT SARI 10 QADAM. RUHIY STRESS VA UNING OQIBATLARI BO‘YICHA PSIXOLOGIK MASLAHATLAR

Naxalova Yulduz Bekpulatovna
Navoiy viloyati Uchquduq tumani 18-maktab psixologi

Annotatsiya: Ushbu maqolada inson ruhiyatining sog‘lom tutishi, stress, depressiya holatlariga tushmaslik, sog‘lom ruhiyat sari psixologik maslahatlar to‘g‘risida fikr mulohazalar yuritilgan.

Sog‘lom ruhiyat bu tanamiz, qalbimiz sofliqi, fikrlarimiz, jismimiz sog‘lomligi. Biz tanamizni toza tutsak, fikrlarimiz sog‘lomlashtirsak biz kutgan sog‘lom ruhiyatga erishamiz.



Sog‘lom ruhiyatga ega bo‘lish uchun “Besh barmoq usuli” undan unumli foydalaning!!!

Bosh barmoq- bugun tanam sog‘lom bo‘lishi uchun nima qildim!!!

Ko‘rsatkich barmoq- bugun kimga ko‘mak berdim, kimni kayfiyatini ko‘tardim?
O‘zimni kayfiyatimni ko‘tarish uchun nima qildim!

O‘rtanча barmoq- bugun o‘zim nimalarni angladim! Qaysi vaziyatlarni dars deb qabul qildim va ulardan nima oldim!

Nomsiz barmoq- qanday maqsad bilan yashayapman! Va bugun shu maqsadga erishish uchun necha qadam oldin yurdim!

Jimjiloq-o‘zingizga bir necha daqiqa jimjitlik ajrating chuqur nafas olib chiqarib Minnatdorchilik ayting!

Bu usul har kun kechqurun barmoqlarni uqalab yotish oldidan qilinadigan mashq! Ruhiy oldinga ketish va jismoniy o‘shish uchun juda ajoyib o‘zini o‘zi nazorat qilish usuli

“SOG’LOM RUHIYAT SARI 10 QADAM” ushbu tamoilga amal qiling!

Bugungi kunda ruhiy salomatlik bilan bog'liq muammolar hech kimga sir emas. Ushbu oddiy, ammo samarali maslahatlardan foydalanib, psixologik holatingizni yaxshilashga harakat qiling.

1. Uyqu rejimiga rioya qiling

Uyquning buzilishi nafaqat sog'liqning holatiga, balki ruhiy salomatlikka ham bevosita ta'sir qiladi. Birinchi javob beruvchilar, barcha odamlar singari, uzoq vaqt uxlash muammolari bo'lgan odamlarning ruhiy holati yomonlashishi ehtimoli ko'proq. Nima uchun bu sodir bo'ladi? Uyqusizlik paytida bezovtalanayotganda juda muhim gormon melatonin ishlab chiqarilmaydi. Melatonin etishmovchiligi quyidagilarga yordam berishi mumkin:

- depressiya va xotira buzilishining rivojlanishi;
- uyqusiz uyqu va erta uyg'onish;
- diqqat kontsentratsiyasining pasayishi charchoqni kuchaytirdi.

Shuni ta'kidlash kerakki, melatonin vazn yo'qotish va yoshlikni saqlab qolish uchun javobgardir. Siz qayta ko'rib chiqishingiz kerak sizning uyqu jadvalingiz. Birinchidan, uxlash vaqti 7-8 soat bo'lishi kerak. Ikkinchidan, o'zingizni har kuni bir vaqtning o'zida yotishga o'rgatishingiz kerak. Melatonin ishlab chiqarilishi uchun kechasi 12 dan oldin uxlab qolish kerak. Shu vaqtdan boshlab gormon sintezi sodir bo'ladi. Engil yorug'lik oqimi melatonin sintezini buzishi mumkinligini bilish muhimdir. Shunday qilib, qorong'u xonada va yoqilgan yorug'lik moslamalarisiz uxlashga arziydi!

2. Sog'lom ovqatlanish

Ko'pchiligimiz sog'lom ovqatlanish jismoniy sog'liq uchun foydali ekanligini bilamiz. Birinchi respondentlar uchun har doim yuqori ko'rsatkichlarga ega bo'lish uchun tana vaznini nazorat qilish kerak. Shu bilan birga, ko'plab kasalliklar, shu jumladan semirish, yurak-qon tomir kasalliklari, diabet va hatto xavfli o'smalarning rivojlanish xavfini sezilarli darajada kamaytiradi. Shu bilan birga, inson miyasi ham to'g'ri ishlashi va inson tanasidagi boshqa tizimlarning ishlashini nazorat qilish uchun ozuqa moddalarining to'plamiga muhtoj.

3. Tana va ongni yaxshiroq javob berish uchun jismoniy faollik

Jismoniy faollik sog'liqning barcha jihatlari, shu jumladan ruhiy farovonlik uchun juda muhimdir. Shuning uchun sport uchun kuniga kamida 20 daqiqa ajratish tavsiya etiladi. Bunday holda, yugurish yo'lida uzoq va zerikarli yugurish bilan o'zingizni toliqtira olmaysiz. Tabiatda vaqt o'tishi yaxshi ruhiy holatni ham ta'minlaydi. Yurish jismoniy faoliyatning eng qulay shakli bo'lib, u tabiat va do'stlar bilan muloqotda stressning salbiy ta'sirini kamaytirishga yordam beradi. Shuni ta'kidlash kerakki, o'tiradigan turmush tarzi (ofisda va uyda) ruhiy salomatlikka salbiy ta'sir qiladi. Eslab qoling yoga odamga ijobiy psixofizik ta'sirni olish usullaridan biridir va tashvish va depressiya belgilarining og'irligini kamaytirishga yordam beradi. Asosiy afzalligi shundaki, yoga bilan shug'ullanishda kontrendikatsiyalar yo'q!

4. Tana va ong signallarini tinglang

Inson tanasi noyob o'zini davolaydigan va o'zini tozalash tizimidir. Kiruvchi va zararli ta'sirlarni qayd etadigan ko'plab "sensorlar" mavjud. Tana biron bir narsani o'zgartirish zarurligini ogohlantirganda, ko'p usullar mavjud. Inson tanasi aqlli; bizni har kuni biror narsadan qutqarishga harakat qiladi. Shuning uchun bunday signallarni tinglash kerak. Meditatsiya va yoga amaliyoti bunga qaratilgan, har kuni sinab ko'ring!

5. Minnatdorchilikni mashq qiling

Minnatdorchilik bu shifobaxsh iksirga o'xshash tuyg'u. Biror kishi biron bir yorqin narsani sezishni boshlaganda, hayot yorqin ranglar bilan gullaydi. Doimiy tushunish va minnatdorchilik bildirish (har kimga, hatto mushukingizga yoki yaxshi ob-havoga) kayfiyatingiz va farovonligingizni yaxshilaydi.

6. Birinchi javob beruvchilar mos keladi - miyangizni ovqatlantiring: o'rganishni davom eting

O'rganish miyani yaxshi holatda saqlashga yordam beradi va Altsgeymer kasalligi rivojlanish xavfini kamaytiradi. Chet tillarini o'rganish yoki boshqa oliy ma'lumot olish shart emas. Jarayonning o'zi juda muhim: ko'nikmalarni rivojlantirish uchun professional adabiyotlarni o'qing. Pishirish darslariga boring. Badiiy va badiiy kitoblarni o'qing. Trikotajning yangi naqshlarini o'rganing yoki original hunarmandchilik qiling. Asosiy qoida - yangilikka intilish. Agar biror narsaga qiziqmasangiz, uni o'rganmang, chunki siz allaqachon boshlagansiz. Miyani mamnun qiladigan narsani tanlang. O'qish ob'ektlarini o'zgartirish hatto foydalidir, chunki siz turli faoliyat turlariga o'tishingiz kerak.

7. Hech qachon yerga tushmang

O'tmishni va nima sodir bo'lganligini va hech qachon bo'lmasligi mumkin bo'lgan narsalarni o'ylamasdan, hozirgi paytda yashash ruhiy salomatlik uchun juda muhimdir. Siz hozirgi paytda yashashni, o'zingizni va tanangizni his qilishni o'rganishingiz kerak. Ba'zi odamlar bu davlatni xabardorlik deb atashadi.

Bu sizning atrofingizda va yoningizda nima bo'layotganini aniq bilishingiz shartidir. Bir qarashda, bu juda sodda ko'rinadi, lekin aslida diqqat va murossasiz halollikni talab qiladi.

Masalan, nima uchun g'azablanganingizni tushuning: kimdir idishlarni yana yuvmagani uchun emas, balki ishda muvaffaqiyatsizlikka uchraganingiz uchun ertalabdan bezovta bo'lganingiz uchun. Va endi siz g'azabni olib tashlash uchun bahona izlayapsiz. Xabardorlik tufayli odamlar to'g'ri qaror qabul qilishadi, chunki biz barcha sharoitlarni tushunamiz va biz nima istayotganimizni bilamiz. Xabardorlik nafaqat chiroyli so'z, balki hayotni idrok etish usulidir. Bu ruhiy salomatlik uchun zarur!

8. Sizni baxtli qiladigan narsani tanlang

Hayotingizda qanday baxtli va yoqimli kechinmalar bo'lsa, umumiy ahvolingiz shunchalik yaxshi bo'ladi. Haftalik tartibda o'zingizni baxtli his qilish uchun etarli sabablarga ega bo'lish muhimdir. Odamlar va salbiy his-tuyg'ularni keltirib chiqaradigan vaziyatlar bilan aloqa qilishni rad etishni o'rganing. Masalan, tibbiy

tarjimalar sizni stressli vaziyatga olib keladigan bo'lsa, boring So'z nuqtasi asabingizni buzish o'rniga. Yodingizda bo'lsin, sizni xursand qiladigan narsa sizning oltin zaxirangizdir, bu stress va hayotdagi to'siqlarga qarshilikni oshiradi. Ushbu kichik tanlovlarni har kuni qilishni unutmaslik juda muhimdir. O'zingizni salbiy narsalardan himoya qilishni o'rganing va hayotingizga ijobiy va quvonchli daqiqalarni keltiring.

9. Telefon va internet ma'lumotlardan tanaffus qiling

Barcha elektron qurilmalaringiz va Internetdan tanaffus oling. Bir kun davomida smartfoningizni uyda qoldiring, ogohlantirishlarni o'chiring va sizni chalg'itadigan har qanday narsa. Jonli suhbatga vaqt ajrating, oila yoki do'stlar bilan qiziqadigan narsaga ega bo'ling. Buni bir marta qilsangiz, darhol boshingiz qanday ravshanlashayotganini his qilasiz.

10. Vaqtni tabiatga bag'ishlang

Bazida biz hamma narsadan charchaganmiz, shuning uchun biz ushbu tavsiyani yangi burchakdan yoritmoqchimiz. Harakatlanuvchi tabiiy ob'ektlarni (shamolda daraxtlarning tojlari, oqayotgan suv, bulutlar va boshqalar) kuzatish odamni tananing barcha qo'llab-quvvatlovchi tizimlari, shu jumladan aqliy faoliyati uchun foydali bo'lgan sayoz transga olib keladi.

Bundan tashqari, uy o'simliklari yoki sabzavot bog'i bo'lgan odamlar kamroq stressga duch kelishadi. Toza havo, yangi taassurotlar va ko'zlar uchun dam olish ham foydali "sotib olish" dir, buning uchun hech qanday maxsus narsa kerak emas. Tabiatga yaqinroq bo'ling!

Foydalanilgan adabiyotlar.

1. R.Mavlonova, O. To'rayeva, K.Xoliqberdiyev "Pedagogika" Toshkent "O'qituvchi" 2001
2. P.I.Ivanov, M.E.Zufarova "Umumiy psixologiya" Toshkent -2008.

O'QITUVCHILARDA MULOQAT MADANIYATINI OSHIRISH

Normamatova Barchinoy Xudoyberdiyevna
Navoiy viloyati Uchquduq tuman 18-maktab psixologi

Annotatsiya: Ushbu maqolada o'qituvchilarning muloqat madaniyati oshirish o'quvchilar va ularning ota-onalari bilan muloqat madaniyatida yo'l qo'yilayotgan kamchiliklarni bartaraf etish to'g'risida fikr mulohazalar yuritilgan.

O'qituvchi muloqoti

Atoqli adib **B.Shou** so'zlari bilan aytganda: **“Biz hozir havoda qush kabi uchishni, suvda baliq kabi suzishni o'rganib olgan bo'lsakda, bizga bir narsa- insonlardek yashashni o'rganib olish etishmaydi”**, degan fikrni ilgari surishgan edi. Buni mazmun mohiatiga qaraydigan bo'lsak har bir inson muloqat jarayoni birinchi galda oilad o'rgansa to'g'ri muloqatni esa maktabda o'qituvchilarning o'quvchilarga qiladigan muloqoti jarayonida o'rganiladi. Har bir inson hayotda erishgan yutuqlari zamirida bir narsa muloqot jarayoni yotadi. O'qituvchilarimiz bugungi kunda maktabda oliy ta'lim yurtlarida, kasb hunar maktablarida tahsil berib kelayotgan o'qituvchining muloqot madaniyati nafaqat shahslararo munosabatlarga, balki shu bilan birga ishlab chiqarish, mehnat jamoasi, jamiyat hayotida ham kerakligini hisobga oladigan bo'lsak, bugungi kunda o'quvchi, talabalar fe'latvorini o'rganish, ularning birbirlariga mehr muruvvatli bo'lishga o'rgatish muloqot madaniyatini takomillashtirish umuminsoniy ehtiyoj sifatida o'z ahamiyatini yo'qotmasligi kerak.

Muloqot jarayonida o'qituvchining rioya qilishi kerak bo'lgan talablari

Muloqotlar jarayonida o'qituvchi ayrim talablarga rioya qilishiga to'g'ri keladi:

-o'z ishi jarayonida o'qituvchi har bir o'quvchining qadrdimmatini inson sifatida hurmat qilishi, o'quvchiga nisbatan ishonchi;

-bolaga mehribon, g'amho'r bo'lishi, shodligiga ham, tashvishlariga ham sherik bo'lish; bolalar bilan har qanday muloqot jarayonida alohida yondoshish, pedagogik taktikani saqlash.

-o'qituvchi o'zi uchun muloqot madaniyatining eng qulay bo'lgan uslublarini tanlab olishi kerak.

- pedagogik faoliyatiga monand muloqot madaniyati modelini ishlab chiqishi;

- o'z-o'zini kuzatish bilan muloqotdagi yutuq va kamchiliklarini muntazam taqqoslab borish;

- Muloqotda milliy ma'naviyatimiz, urf-odat va an'analarimiz imkoniyatlaridan doimiy foydalanish kerakligi o'qituvchini o'quvchi bilan muloqot jarayonida individual psixologik yondashish o'quchilarda bilim ko'nikma malakasini oshirish shu jumladan muloqot kommunikatsiyasi orqali o'quvchining bilish jarayonlarini rivojlantirib borish maqsadga muvofiqdir.

Muloqot madaniyatining tarbiyalovchi imkoniyatlarini ro'yobga chiqarish ko'p jihatdan o'qituvchining shaxsiy sifatlari bilan belgilanishini ta'kidlab o'tish lozim. Pedagogik muloqot madaniyatining har jihatdan to'g'ri tanlangan, o'qituvchining ma'naviy saviyasi, betakror xususiyatlariga muvofiq keluvchi uslubi quyidagi vazifalar majmuini hal qilishga yordam beradi:

birinchidan, muloqotda har bir o'quvchiga alohida e'tibor va dilkashlik sinf jamoasi bilan umumiy muloqot jarayonini soddalashtiradi, o'qituvchining erkin pedagogik faoliyati uchun zamin tayyorlaydi, ziddiyatli vaziyatlarni oson hal qiladi;

ikkinchidan, har bir o'quvchi bilan o'zaro munosabatni erkin muloqot asosida tashkil qilish, ularning yosh xususiyatlariga monand pedagogik va psixologik muloqot uslublarini tanlash, uning ruhiyatini bilishga, ichki dunyosiga "kirib borish"ga yo'l ochadi;

uchinchidan, pedagogik muloqotda o'qituvchining ma'naviy-axloqiy normalari muvaffaqiyatlar kaliti bo'lib, ta'lim-tarbiya samaradorligini oshiradi, muloqotning barcha bosqichlarida o'qituvchining o'z faoliyatidan qoniqish hissini va xotirjamligini ta'minlaydi.

O'qituvchining o'quvchilar bilan bo'ladigan muloqot madaniyati individual uslublarini shakllantirish metodikasi quyidagi bosqichlarni o'z ichiga oladi:

Har bir pedagog xodim borki kasb faoliyati davomida turli xil insonlarni turli xarakterdagi o'quvchilarni ko'zatishi mumkin xalqimizda shunday bir maqol bor "Guruch ko'rmaksiz bo'lmagani kabi" o'quvchilarni xarakterida ham yashirin holatlar bo'lishi mumkin shunday ekan sinfda 30-nafar o'quvchi bo'ladigan bo'lsa bu degani 30-xildagi xarakter egalari borligini bildiradi. Har bir o'qituvchi eng yaxshi pedagog bo'lish bilan bir qatorda eng mahoratli psixolog ham bo'lish kerak. Shunday ekan kelin sizlar bilan o'qituvchi va o'quvchi o'rtasidagi kanfiliktlarni bartaraf etish uchun bir qancha psixologik treninglardan foydalanish mumkin.

"Atrofda" trening mashg'uloti

Mashqning maqsadi: kamsitishning asosiy sabablari, tuzoqlari va mumkin bo'lgan oqibatlarini tushunishga yordam berish.

Ishtirokchilarning g'alati soni. Birinchidan, xona atrofida tasodifiy harakat bor; buyruq bo'yicha, ishtirokchilar juft bo'lib kurashishlari kerak. Juft topganlarning hammasi aylanada birlashadilar; kimdir atrofida bo'lib chiqadi. Ko'rsatmalar: aylana ishtirokchilarini aylana ortida turgan odamga kiritmaslik kerak; shunga ko'ra, ikkinchisi har qanday tarzda ichkariga kirishi kerak; kim sog'insa, davradan chetlatiladi. O'yin davomiyligi: 10-20 daqiqa. Oxirida ishtirokchilar o'z his -tuyg'ulari bilan bo'lishishadi va suhbat muammosiz ravishda kamsitish mavzusiga o'tadi. Qolaversa, ishtirokchilar har qanday ta'qibga uchragan vaziyatni eslash taklif etiladi.

Ishtirokchilar bu tajribani juft bo'lib bo'lishadilar yoki umumiy doirada bir nechta vaziyatlarni aytib berishadi. Biz kamsitish holatini kuzatishda qanday munosabatda bo'lishga, qanday his -tuyg'ular adolatli bo'lishga to'sqinlik qiladi va o'zboshimchalik uchun (aybdorlik, pushaymonlik, achchiqlik, sharmandalik va boshqalar) keyinroq qanday to'lashga e'tibor qaratiladi.

Rolli o'yin "Konfliktlarni yumshatish"

Mashg'ulotning maqsadi: nizolarni bartaraf etish ko'nikmalari va ko'nikmalarini mashq qilish.

Taqdimotchi nizolarni tez va samarali bartaraf etish qobiliyati kabi ko'nikmalarning ahamiyati haqida gapiradi; endi empirik tarzda nizolarni hal qilishning asosiy usullarini topishga arziydi, deb e'lon qiladi.

Ishtirokchilar uchtaga bo'lingan. 5 daqiqa davomida har bir uchlik stsenariyni o'ylab topadi, unda ikkita ishtirokchi ziddiyatli tomonlarni (masalan, janjallashayotgan er -xotinlarni), uchinchisi esa tinchlik o'rnatuvchi, hakamni o'ynaydi.

Muloqot mashqlari

Agar muloqot qobiliyatlari bilan bog'liq muammolar mavjud bo'lsa, siz ham bir qator mashqlarga murojaat qilishingiz kerak. Buni uyda qilish unchalik qiyin emas, lekin buni guruhda qilish yaxshidir. Har xil turdagi treninglarni o'tkazishda turli xil ijtimoiy-psixologik mashqlar qo'llaniladi. O'quv guruhining muvaffaqiyati shaxsning shaxslararo o'zaro ta'sir qilish qobiliyatini yaxshilashdir.

Ushbu mashqlar quyidagilarga mo'ljallangan:

1. O'zingizni va boshqalarni qabul qilishni o'rganing.
2. Bir qator ijtimoiy-psixologik bilimlarga ega bo'ling.
3. Bir-biringizning xabarlarini yaxshiroq tushuning.
4. O'zingizning ishtirokingizni yuzaga kelgan vaziyatlarda his eting.
5. Shaxslararo muloqotning xususiyatlarini tushuning.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Ivanov P.I, Zufarova M. "Umumiy psixologiya" T 2008yil
2. Karimova V.M. "Umumiy " T sharq 2002 yil
3. G'oziyev E. G'. "Umumiy psixologiya"1-2 tom Toshkent 2002 yil

БОЛАЛАР ПСИХОЛОГИЯСИНИ ЎРГАНУВЧИ МЕТОДЛАР

Хашимова Зарофат
Учтена тумани 81-ИДУМ психологи

Ҳар бир фаннинг ўз предметига қараб бир қанча ўрганиш ва текшириш методлари бўлади. Метод лотинча —methodas сўзидан олинган бўлиб, маълум бир фаннинг предметини текшириш, ўрганиш ва тушунтириб бериш усулларининг ёки воситаларининг йиғиндисидир.

Болалар психологияси умумий психологиянинг махсус соҳаси бўлгани туфайли, у ўз предметини ўрганишда умумий психологиянинг деярли ҳамма

методларидан фойдаланади. Лекин умумий психологиянинг методларидан болаларнинг асосий фаолиятларига мослаштириб қўлланилади.

Умумий психологиянинг методлари - кузатиш, эксперимент, суҳбат, фаолият махсулини ўрганиш кундалик ва биографик материалларни ўрганиш, социометрик метод, тест ва шу каби методлардир.

Болаларнинг бутун ақлий, яъни психик тараққиётлари уларнинг турли-туман фаолиятларида содир бўлади. Ана шунинг учун болалар психологияси юқоридаги методларни болаларнинг асосий фаолиятларига мослаштириб қўллайди.

Кузатиш методи. Болалар психологиясида субъектив кузатиш методидан деярли фойдаланилмайди. Болалар психологиясининг асосий методларидан бири - объектив, яъни болаларни ташқаридан кузатиб ўрганиш методидир. Тарбиячи ёки текширувчи психолог болаларнинг турли хил фаолиятларини табиий шароитда тизимли тарзида кузатилади. Бунда болаларнинг хулқ-атворлари, хатти-ҳаракатларига доир характерли моментларни қайд қилиб боради. Ҳар қандай кузатишнинг аниқ мақсади бўлиши керак. Бошқачароқ қилиб айтганда, тарбиячи болаларнинг хулқ-атвори ёки хатти-ҳаракатларига доир нималарни кузатмокчи эканини олдиндан аниқлаб олиши керак. Масалан, болалар диққатининг барқарорлигини ёки тафаккур жараёнлари билан боғлиқ бўлган анализ қила олиш қобилиятларини кузатишни олдиндан бошлаб олиш мумкин.

Шуни эсдан чиқармаслик керакки, кузатиш табиий шароитда олиб борилар экан, болалар ўзларининг кузатилаётганликларини мутлақо билмасликлари керак. Кузатишни болалар ўрганган тарбиячининг ўзи кузатгани маъқул. Агар кузатишни болалар кўзи олдида бегона одам ўтказса, болаларнинг хаттиҳаракатидаги табиийлик бузилади. Уларнинг хулқ-атворлари ва хаттиҳаракатларини бегона киши кузатишига тўғри келса, у вақтда яширин кузатиш методларидан фойдаланиш лозим. Бунда кузатувчи болаларга кўринмайдиган жойдан туриб кузатади. Болалар психологиясида кузатиш методидан фойдаланилганда, болаларнинг турли ўйин фаолиятлари, дидактик машғулотлари ва қуриш-ясаш ҳамда ижодий машғулотларида хилма-хил психик

жараёнларининг намоён бўлиши ва қанча давом этиши каби жараёнларни қайд қилиш мумкин. Бундан турли ёшдаги болаларни бир-бирига таққослаб, улардаги психик жараёнларнинг тараққиёти ўрганилади. Кузатиш методи - узлуксиз ва бу фаолиятни танлаб вақти-вақти билан ўрганилганда уларнинг барча феъл-атворлари ва хатти-ҳаракатлари кундалик фаолиятлари давомида умумий ҳолда ўрганилади. Узлуксиз кузатиш бир неча кун ёки бир неча ой давомида давом этгандан сўнг тўпланган маълумотлар таҳлил қилиниб, болага психологик характеристика бериш мумкин бўлади. Вақти-вақти билан танлаб кузатилганда боланинг барча хулқ-атвори ва характерлари эмас, балки фақат маълум ҳаракатлари, яъни диққати ёки хотираси, ё бўлмаса, унинг нутқи билан боғлиқ бўлган томонлари ўрганилади.

Болалар психологиясида кенг қўлланадиган иккинчи метод – эксперимент методидир. Эксперимент методи - кузатиш методига нисбатан фаол метод ҳисобланади. Агар кузатиш методида у ёки бу психик жараённи қайд қилиш учун психолог шу психик жараённинг қачон ва қандай шароитда пайдо бўлишини пойлаб юрса, эксперимент методи эса мутлақо бунинг аксидир. Эксперимент методида у ёки бу психик жараён юзага келадиган шароитни текширувчи психологнинг, яъни экспериментаторнинг ўзи ташкил қилади. Бунда экспериментатор ўрганаётган психик жараёнларни болаларда бир неча марта юзага келтириб ўрганади. Биз умумий психологиядан биламизки, эксперимент методи 2 хил бўлади: лаборатория эксперименти ва табиий эксперимент. Болалар психологиясида экспериментнинг ҳар иккала туридан кенг фойдаланилади. Бирок, бу методлардан болалар психологиясида фойдаланишнинг ўзига хос томони шундаки, мактабгача тарбия ёшидаги болалар лаборатория шароитида ўтказиладиган тажрибалар билан табиий шароитда ўтказиладиган тажрибанинг унчалик фарқи бормайдилар. Ҳар иккала ҳолда ҳам тажрибалар вазифа тарзида эмас, балки ўйин тарзида ўтказилса натижа яхши чиқади. Масалан: кичик ва ўрта гуруҳ ёшидаги болаларга бири иккинчисидан бир оз узунроқ бўлган таёкча кўрсатилиб, улардан қайси бири узунроқ эканлигини сўралса, болалар ҳеч

эътибор бермай, тасодифан биттасини кўрсатаверадилар. Агар бундай фарқлаш уларнинг ўйинларига айлантирилса, болалар дарҳол эътибор билан қарайдилар.

Кузатиш ва эксперимент асосий методлар ҳисобланади, лекин булардан ташқари бир қатор ёрдамчи методлар ҳам мавжуд. Масалан: фаолият маҳсулотларини ўрганиш методи, социометрик ва тест методлари. Фаолият маҳсулотларини ўрганиш методи ҳақида гап борар экан, шуни айтиш керакки, болалар ҳам жуда катта одамлар сингари доим маълум фаолият билан машғул бўладилар. Катта одамлар бошқа одамлар учун керак бўладиган ижтимоий фойдали нарсалар ишлаб чиқариш фаолияти билан банд бўлсалар, болалар ўз фаолиятларида деярли ижтимоий фойдали меҳнат билан шуғулланмайдилар.

Боғча ёшидан болаларнинг фаолиятлари - ўйин, расм чизиш, пластилин ёки лойдан бирор нарса ясаш, аппликация, қуриш-ясаш ва шу қабилардан иборат бўлиши мумкин. Болалар одатда, катта кишиларнинг топшириқ ва таклифлари билан маълум фаолиятга киришадилар. Айрим ҳоллардагина болаларнинг ўзлари мустақил равишда у ёки бу фаолиятни бажарадилар. Ҳар икки ҳолатда ҳам болалар фаолияти маълум натижага эга бўлади. Кўпинча болалар фаолиятининг маҳсулоти улар чизган расмларга, лой ёки пластилиндан ясалган нарсага қараб ўрганилади. Кўпинча болаларнинг чизган расмларида улар идрокининг хусусиятлари ва онгида юзага келаётган турли тасаввурлар ҳамда атрофларидаги нарса ва ҳодисаларга бўлган муносабатларида ўз ифодасини топади. Ана шу жиҳатдан болаларнинг чизган расмларидан фаолият маҳсулотини ўрганиш сифатида фойдаланиш мақсадга мувофиқдир. Турли ёшдаги болаларнинг ишлаган расмларини анализ қилиш орқали уларнинг айна пайтдаги эҳтиёжларини, майл-истаклари, қизиқишлари, қобилияти ва лаёқатларини ўрганиш мумкин. Шу сабабли, бу методдан ҳам болалар психологиясида кенг фойдаланилади.

Сўраш – суҳбат методидан болалар психологиясида анча чекланган ҳолда фойдаланилади. Бу методни боғча ёшидаги болаларга нисбатан деярли қўллаб бўлмайди, чунки бу ёшдаги болаларда турмуш тажрибаси жуда оз, тафаккурлари ҳали яхши ривожланмаган бўлади. Шу сабабли кичик ёшдаги болалар катталарнинг берган саволларига ўйламай-нетмай жавоб қайтараверадилар.

Сўраш методидан фойдаланилганда одатда жуда содда ишланган айиқчалар, узок ва яқин қилиб ишланган уйлар ва дарахтлар ва х.к. Болалардан қайси айиқ катта, қайси айиқча кичик ёки қайси уй узок, қайси уй яқин деб сўралади.

Болалар психологиясида сўнгги йилларда қўллана бошлаган методлардан бири, тест методидир. Тест сўзи инглизча сўз бўлиб, у ўлчаш деган маънони билдиради. Тест методи орқали болаларнинг умумий ақлий тараққиёт даражалари ва айрим психик жараёнларнинг (тафаккур, хаёл, хотира каби) қанчалик ривожланганлик даражаси аниқлаб, таққосланади. Тест методи ёрдамида болаларнинг ўз ёшларига нисбатан нормал тараққий этганликлари ёки орқада қолганликларини ҳам аниқлаш мумкин. Масалан, тест методидан болаларга топшириладиган вазифалари бир неча вариантда бўлиб, улар кучлари етган вариантдаги вазифаларни бажардилар. Ҳар бир бажариладиган вазифага балл системасида баҳо қўйиб борилади. Вазифалардан қанчаси бажарилганлиги ва тўплаган балига қараб, болаларнинг ўртача тараққиёти белгилаб берилади.

МАКТАБГАЧА ТАЙЙОРЛОВ GURUHLARIDA МАТЕМАТИК ҚОБИЛИЯТЛАРИНИ ШАКЛЛАНТИРИШДА MULTIMEDIA ТЕХНОЛОГИЯЛАРДАН FOYDALANISHNING АҲАМИЯТИ

*Yarashova E`tabor Yandash qizi
Navoiy viloyati Zarafshon shahar 14-sonli davlat
maktabgacha ta`lim tashkiloti tarbiyachisi*

Tarbiyachi mashg`ulotga tayyorlanar ekan, dastur mazmunini sinchiklab o`rganadi. Matematik bilimlar bolalarga qat`iy aniqlangan sistema va izchillikda beriladi, bunda yangi materiallar bolalar o`zlashtira oladigan darajada bo`lishi kerak. Har bir vazifa bir qator kichik topshiriqlarga bo`linadi. Bu kichik topshiriqlar ketma-ket o`rganiladi. Masalan, tayyorlov guruhi bolalarini buyumlarni bo`laklarga bo`lish bilan tanishtirish bunday ketma-ketlikda amalga oshiriladi: bolalar birinchi mashg`ulotda buyumlarni ikkita teng qismga bo`lishni mashq qiladilar va yarim nima ekanini o`zlashtiradilar; ikkinchi mashg`ulotda bolalarning teng ikkiga bo`linadigan buyumlar haqidagi

tushunchalari kengaytiriladi va shunga mos lug‘ati aktivlashtiriladi; tarbiyachi uchinchi mashg‘ulotda bolalarga buyumlarni teng to‘rt qismga bo‘lish usullarini tanishtiradi, shuningdek butunning qismga munosabatini ko‘rsatadi; keyinroq bolalarga geometrik shakllarni ikki va to‘rt qismga bo‘lishning har xil usullarini ko‘rsatadi, bolalar butun bilan qism orasidagi munosabatlarni o‘rnatishadi.

Maktabgacha ta‘lim muassasasi uzluksiz ta‘lim tizimining birinchi turi, ya‘ni dastlabki bosqichidir. Bugungi kunda Davlatimiz uzluksiz ta‘lim tizimi oldiga ma‘naviy yetuk va intelluktual salohiyatli barkamol avlodni shakllantirishdek muhim vazifani qo‘ymoqda. Maktabgacha yoshdagi bolalarni har tomonlama rivojlanishini ta‘minlashga qaratilgan pedagogik jarayon murakkab va rang - barangdir. Bugungi kun va ertamizning egalari bo‘lgan bolajonlarimizni bilimli va ilmga intiluvchan, fanga qiziqtirish eng muhim masalalardan biridir. Shu sababli, yoshlarimizga matematikani qiziqarli va oson o‘rgatishni o‘ziga xos ba‘zi jihatlarini ushbu maqolada ko‘rib o‘tamiz.

Boshqa fanlarga nisbatan matematika, abstraktsiyaning eng yuqori o‘lchamdali va aniqligi bilan ajralib turadi. Uning bu xususiyati «fanlar podshoxi» deyilishiga sababdir. Matematik bilimlarning nihoyatda mantiqiyli, inson ongining boshlang‘ich aqli yetmasligini namoyish etadi. Zamonaviy bilimlarni egallash orqali bolalarda boshlang‘ich matematik bilimlarni shakllantirishning o‘ziga xos usullaridan biri sifatida multimedia texnologiyalaridan foydalanish mumkin. «Multimedia - deganda turli shakldagi ma‘lumotlarni qayta ishlovchi vositalar majmuasi tushuniladi» 12 «Multimedia - bir vaqtning o‘zida turli ko‘rinishdagi axborotlardan: matn, grafika, tovush va boshqalardan foydalanishni ko‘zda tutgan foydalanuvchi interfeysining konsepsiyasi», «Multimedia bu informatikaning dasturiy va texnikaviy vositalari asosida axborotning an‘anaviy va original turlari asosida o‘quv materiallarini o‘quvchilarga yetkazib berishning mujassamlashgan holdagi ko‘rinishidir». Multimedia bu maxsus texnologiya bo‘lib, dasturiy va texnik moddiy ta‘minot asosida kompyuterda bir vaqtning o‘zida matnli, tasviriy axborotni tovushli va harakatli holda ifodalash imkoniyatidir. Bunday imkoniyatdan bolalarga bilim berishda keng ko‘lamda foydalanish mumkin. Bolalarda boshlang‘ich matematik bilimlarni shakllantirishda maxsus multimediali o‘yinlardan foydalanish maqsadga muvofiq hisoblanadi.

Matematik xossalarni aniqlash o'zining o'xshash yoki qarama-qarshi xossalari (uzun-qisqa, yumaloq-yumaloqmas va shu kabilar) bilan bir-biridan farq qiluvchi narsalarni taqqoslash asosida amalga oshiramiz. Zamonaviy matematikada "son", "figura" va boshqa tushunchalarni asoslashda to'plamlar nazariyasidan foydalanish mumkin.

Kichkintoylarga narsalar bilan turli xil ishlarni bajartirib, ularni sanoqni o'zlashtirishga olib kelinadi, ularda natural son haqida tushuncha paydo qilish uchun imkoniyatlar yaratiladi. Kichik guruhda narsalarni bo'yiga, eniga, balandligiga, hajmga qarab taqqoslash mashqlariga katta e'tibor beriladi. Bolalarda katta (miqdor) va ularning xususiyatlari to'g'risida dastlabki tasavvurni hosil qilish, ular figuralar bilan tanishtiriladi, doira, kvadrat uchburchak shaklidagi narsalarning rangi katta-kichikligidan qat'iy nazar, bir-biridan farq qilishiga, ularning nomini aytish bu shakllarning modelini tanlay olishiga o'rgatiladi. Bolalar uchun yaratilgan, matematikadan boshlang'ich bilimlar berishga mo'ljallangan elektron ta'limiy o'yinlar, ularda texnika va matematikaga bo'lgan qiziqishlarini oshirib boradi.

Shuni ta'kidlash lozimki, ta'lim berishda axborot texnologiyalaridan foydalanish murakkab masala hisoblanib, ko'plab bahs-munozaralarga sabab bo'lmoqda. Lekin shunga qaramay, kichik maktab yoshidagi bolalarni tarbiyalash va ularning har tomonlama yetuk inson bo'lib rivojlanishida kompyuter texnologiyalari vositalaridan foydalanish o'zining ijobiy samarasini bermoqda. Bugungi kunda maktabgacha ta'lim muassasalarida tarbiyalanuvchilarning badiiy-musiqiy faoliyatini, matnlarni o'qish, rasmlarni ko'rish va ajrata bilish, matematik tasavvurlarini kengaytirish kompyuterli o'yin dasturlari orqali fikrlash va mustaqil qarorlar qabul qilish bo'yicha bilim, ko'nikma va malakalarini shakllantirishda axborot texnologiyalaridan keng foydalanilmoqda.

Bolalarning rivojlanishi uchun mo'ljallangan kompyuterli o'yin dasturlarining barchasi ham ta'lim jarayonida o'z samarasini beravermaydi. Shuning uchun ham kompyuter o'yinlarini tanlash va ulardan foydalanish uchun jiddiy yondashuv va e'tibor kerak bo'ladi. Kompyuterli o'yin dasturlari shunday yaratilgan bo'lishi kerak-ki, unda bajariladigan har bir harakat bolalar tomonidan to'g'ri qabul qilinishi, bajarilishi va tasavvur etilishi lozim. O'yin dasturidagi har bir harakatni bola tushuna olishi, uni

qanday bajarish kerakligini o‘ylash va amalga oshirish imkoniyatiga ega bo‘lishi lozim. Bundan tashqari, bolalarning axborot texnologiyalari bo‘yicha boshlang‘ich savodxonligini ham oshirish zarur, ya’ni kompyuterning umumiy tuzilishi, asosiy qurilmalari to‘g‘risida umumiy tushunchalarni, klaviaturadan foydalana olish malakalarini hosil qilish mumkin. Bu ishlar bolalarning kompyuter o‘yinlaridan foydalana olish bo‘yicha malaka va ko‘nikmalari shakllanishida asosiy omil bo‘lib hisoblanadi va ularni texnika, matematikaga oid boshlang‘ich bilimlarni qiziqish bilan o‘rganishida o‘ziga xos samara beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati:

1. Adilova S. Multimedia va ularni ta'lim jarayonida qo'llash // Pedagogik ta'lim-
T.: TDPU, 2001. № 2. -B. 20-21
2. Beloshistaya A.V. DOW da matematikani o‘qitish: uslubiy qo‘llanma. - M .:
Iris-press, 20

“QURISH-YASASH VA MATEMATIKA” MARKAZI VA UNI TASHKIL ETISH METODIKASI MAKTABGACHA TA’LIM TASHKILOTLARIDA

*Sherqulova Madina Mardonqul qizi
Navoiy viloyati Zarafshon shahar 14-sonli davlat
maktabgacha ta'lim tashkiloti tarbiyachisi*

Maktabgacha ta'lim sohasi uzluksiz ta'lim tizimining birlamchi bo‘g‘ini hisoblanib, u har tomonlama sog‘lom va barkamol bola shaxsini tarbiyalash va maktabga tayyorlashda g‘oyat muhim ahamiyat kasb etadi.

O‘tgan davr mobaynida mamlakatimizda barkamol avlodni sog‘lom va har tomonlama yetuk qilib voyaga yetkazish,,o`quv jarayoniga samarali ta'lim va tarbiya shakllari hamda usullarini joriy etishga qaratilgan maktabgacha ta'limning samarali tizimini tashkil etish bo‘yicha keng ko‘lamli ishlar amalga oshirildi.

Maktabgacha yoshdagi bolalarni intellektual, axloqiy, estetik va jismoniy jihatdan har tomonlama rivojlantirish uchun sharoitlarni yaratish maktabgacha ta'lim

tashkilotlarida ta'lim-tarbiya jarayonini tashkil qilishning mavjud tartibini qayta ko'rib chiqishni hamda maktabgacha ta'lim xizmatlarini ko'rsatishning zamonaviy usullarini joriy etishni talab qiladi.

Ma'lumki, 2018 yil sentyabr oyidan boshlab Respublikamizdagi maktabgacha ta'lim tashkilotlarida o'quv ta'limiy faoliyatlari bolalarning erkin ta'lim faoliyati asosida tashkil etilib kelinmoqda. Bunga ko'ra bolalar -Qurish-yasash va matematikal, -Mazmunli qoidali o'yinlar va sahnalashtirish, -Nutq va till, -Fan va tabiat markazi hamda -San'at markazida erkin faoliyat yuritadilar.

-Qurish-yasash va matematika markazida bolalarga konstruktorlik hamda matematik.bilimlar ma'lum.sistema.va.izchillikda berib boriladi.

-Qurish-yasash va matematikal markazida bolalarda tizimli ravishda geometrik figuralar, fazoviy kenglik, elementar matematika kabi tasavvurlar shakllantiriladi, zarur malaka va ko'nikmalar hosil qilinadi. Ta'limiy faoliyatlarda va kundalik xayotda didaktik o'yinlardan hamda o'yin-mashqlardan keng foydalaniladi. Ta'limiy faoliyatlardan tashqari vaqtlarda o'yinlar tashkil qilinib, bolalarning matematik tasavvurlari mustahkamlanadi, chuqurlashtiriladi va kengaytiriladi.

Maktabga borish davriga kelib bolalar qurish-yasash ishlari orqali to'plam va son, shakl va kattalik haqida o'zaro bog'langan bilimlarni nisbatan ko'proq egallagan, fazoda va vaqtni oriyentatsiya qila bilishni o'rgangan bo'lishlari zarur. Bularning hammasi bolalarning aqliy rivojlanishlariga va maktabda o'qishlarining muvaffaqiyatli kechishi imkoni beradi, bu esa mavzuning dolzarb ekanligini belgilaydi. Qurish-yasash lotin tilidan olingan bo'lib, turli predmetlarni, qism va elementlarni ma'lum bir holatga keltirish, degan ma'noni bildiradi. Bolalarni qurish-yasashida qurilish materiallaridan, qog'ozdan, karton, daraxt va boshqa materiallardan turli xil o'yinchoqlar yasash o'rgatiladi. O'z xarakteriga ko'ra bolalar qurish-yasashi ko'pincha tasviriy va o'yin faoliyati bilan o'xshashdir - bu tevarak atrofda aks etadi. Bolalarning yasagan narsalari asosan amaliyotda ishlatiladi. Masalan: o'yinlar, archani yasatish uchun, onalarga sovg'a uchun. Qurish-yasash faoliyati - amaliy faoliyat bo'lib, oldindan belgilangan, biror maqsadga qaratilgan real voqelikdir. Qurish-yasash faoliyatiga o'rgatish jarayonida bolalarda aqliy, axloqiy, estetik va mehnat tarbiyasi yanada shakllanib boradi

hamda ularda tevarak-atrofdagi predmetlarni tahlil qilish ko‘nikmasi, mustaqil fikrlash, badiiy did, shaxsning irodaviy sifatlaridan (maqsadga intilish, qat‘iylik va hokazo...) tarkib topa boshlaydi, bularni barchasi bolalarni maktabda o‘qishga tayyorlaydi. Maktabgacha.ta‘lim tashkilotida bolalarni qurilish materiallari yordamida o‘yin va ta‘limiy faoliyatlar o‘tkazishning ahamiyati katta. Bolalarni har tomonlama tarbiyalashda maktabgacha.ta‘lim tashkilotida qurilish materiallari yordamida o‘tkaziladigan o‘yin va ta‘limiy faoliyatlar katta o‘rin egallaydi. Bolalarning qurilish o‘yinlari rollarga bo‘linib, o‘ynaladigan o‘yinlarning ajralmas bir qismi hisoblanadi. Qurilish o‘yinlarida ham bolalar tevarak atrofdagi narsalarni, kattalarning faoliyatlarini aks ettiradilar. Qurilish o‘yinlarining mazmuni bolalarning o‘zlari yaratadilar. Bolalar ko‘pincha kattalarning qurilishdagi faoliyatlariga taqlid qilib, “Quruvchi ishchi” rolini bajaradilar. Bolalarning qurilish o‘yinlari qiziqarli ijodiy faoliyatdir. Ular o‘z o‘yinlarida qurilishlarni transport harakati, kattalarning mehnati haqidagi taassurotlarini aks ettiradilar. Bunday o‘yinlar bolalarda tashabbuskorlikni uyg‘otishga, ularni fikr yuritish va harakat faoliyatlarini faollashtirishga keng imkon yaratadi. Ta‘limiy faoliyat va o‘yin vaqtida bolalar bir-birlari bilan turlicha munosabatda bo‘ladilar. Ular rollarni o‘zaro bo‘lishib oladilar, ishlarni bajarishda bir birlariga yordam beradilar va maslahatlashadilar. Qurilish o‘yinlarida harakat elementlari ko‘p bo‘lib, u bolalarning harakat qilishga nisbatan bo‘lgan talablarini qondirishga yordam beradi.

Bola biror narsani qura boshlaganda qurilish materiallarini tegishli joyga olib boradi, ularni stol yoki pol ustiga joylashtiradi, engashadi, bu vaqtda uning qo‘llari faol harakat qiladi, ya‘ni ma‘lum miqdorda jismoniy kuch sarflaydi. Mayda qurilish materiallari bilan o‘ynaganda qo‘lning mayda muskullari yaxshi rivojlanadi. Qurilish o‘yinlari o‘ynash natijasida bolalarning kuzatuvchanligi ortadi, texnikaga bo‘lgan qiziqishlari o‘sib boradi. Bundan tashqari ular o‘yin jarayonida oddiy geometrik shakllarning tuzilishi bilan ham tanishadilar. Qurilish o‘yinlarining tarbiyaviy ta‘siri bolalar aks ettiradigan xodisa va narsalarning g‘oyaviy mazmuni o‘z aksini topadi.

Maktabgacha yoshdagi bolalarda tafakkurning tahlil va sintez, taqqoslay bilish kabi jarayonlari hali sust rivojlangan bo‘ladi. Qurilish materiallari yordamida o‘tkaziladigan o‘yinlar esa bolalarning tafakkurini, ijodiy qobiliyatini o‘stiradi.

Tarbiyachining ko'rsatgan narsasini esda saqlab qolish va uni qayta esga solish bolalarni narsalarni bir-biriga solishtirishga, tahlil va sintez qilishga, o'xshashini topib qo'yishga va farqini ajrata bilishga majbur qiladi va qurilishdagi vazifalarni pala-partish bajarmaslikka, tasodifiy xulosa bilan qoniqib qolmay, balki maqsadga muvofiq yo'l tutishga o'rgatadi. Bolalar bilimni mavzuli ravishda qurilish o'yinlari faqat tevarak-atrofni bilib olish vositasigina bo'lib qolmay, balki axloqiy sifatlarni tarbiyalovchi vosita hamdir.

Bolalar bevosita kuzatayotgan qurilishdagi konkret misollar bolalarning o'zbek xalqi o'z mehnatini qanchalik sevishini tushunishlariga yordam beradi. Qurilish o'yinlari orqali tarbiyachi bolalarda mehnatsevarlik, mustaqillik, o'z ishiga javobgarlikni hissini tarbiyalab borishga harakat qiladi. Bolalar jamoasini to'g'ri tashkil etishda qurilish materiallari bilan o'tkaziladigan o'yin va ta'limiy faoliyatlar katta ahamiyatga ega. Qurilish materiallari bilan o'tkaziladigan o'yin va ta'limiy faoliyatlar bolalarni maktabga tayyorlash ishini amalga oshirishda ham yordam beradi. Bu o'yin va ta'limiy faoliyatlar jarayonida bolalarda diqqatni bir joyga to'plash, oldiga qo'ygan maqsadga chidam va sabot bilan erishish, olgan bilimi va malakasi asosida ijodiy tashabbuskorlik ko'rsatish xususiyatlari shakllanib boradi. Qurilish haqidagi asosiy bilimni bolalar "Qurish-yasash va matematika" markazida egallaydilar. Ana shu markazda ular narsalarning elementar ko'rinishlarini, qurilish qismlaridan maqsadga muvofiq foydalana olishni o'rganadilar va qurilishni badiiy jihatdan bezashning oddiy usullarini o'zlashtirib oladilar. Maktabgacha yoshidagi kichik bolalar qurish-yasashga bir necha bor urinadilar, ular faqat qurilish to'plamlaridagi materiallarni yapaloq tomoni bilan qo'yib terib chiqadilar yoki bir-birining ustiga qo'yadilar. Tarbiyachi bolalarni har xil narsalar qurishga o'rgatgan bo'lsa, kichik yoshdagi bolalarning qurilish o'yinlarida u o'z aksini topadi.

Bolalar qurish texnikasini yaxshi o'zlashtirib olishlari uchun guruhlarda zarur shart-sharoitlarni yaratish lozim. Buning uchun avvalo guruhda yetarli miqdorda qurilish materiallari bo'lishi, ya'ni hamma bolalar bir vaqtda yoki hech bo'lmaganda yarim guruh bolalar mashg'ul bo'la oladigan darajada material bo'lishi zarur. Namunaga qarab qurish ta'limiy faoliyatida ham bolalarni materialdan cheklab qo'ymay, balki har kimga

keragini taqsimlab berish lozim. Material har doim zarur bo'lganini olib ishlata bilishni o'rgansinlar. Bolalar qurish-yasash malakalarini endigina egallay boshlaganlirida, ya'ni ikkinchi kichik guruhdan boshlab qurish ta'limiy faoliyatlarini o'tishga ruxsat beriladi. Ta'limiy faoliyatlarda qurish-yasashga o'rgatish uchun stol ustida o'ynaladigan qurilish to'plamidan foydalangan ma'qul, chunki bu qurilish materiallari bir vaqtning o'zida ko'pchilik bolalar qurib o'ynash uchun yirik qurilish materiallaridan foydalaniladi. Bu materiallar bolalarni ko'pchilik bo'lib qurishga, o'ynashga o'rgatadi. Guruhdagi bolalarning hammasi qurish usullarini yaxshi o'zlashtirib olishlari uchun ta'limiy faoliyat vaqtida stollarni har xil joylashtirish mumkin. Bolalar bino, inshootni qurishni bilib olishlari uchun (baland poydevorning ustini qanday bekitish, bir qismni qanday qilib boshqasi bilan almashtirish, tekislikni qanday kengaytirish va shu kabilar) qurilishning ayrim qismlarini ko'rsatish kerak. Tarbiyachi tomonidan bajarilayotgan qurilishning ayrim qismini davom ettirishni bolalarga taklif qilish lozim.

Katta maktabgacha yoshdagi bolalar ta'limiy faoliyatdan tashqari konstruktorlardan (taxtali, plastmassa, metall) foydalanadilar. Bu to'plamlar orqali turli konstruksiyalar yasash mumkin. Tarbiyachi rahbarligida bolalar oddiy birlashtirish usulidan suratlar bo'yicha turli xil harakatli konstruksiyalar yasaydilar. Asosiy diqqat bolalarni ma'lum qismlarini birlashtirish malakalarini shakllantirishga qaratiladi. Bunda bolalarni qo'llarini muskullari ishtirok etadi, Bu yoshda qo'l muskullari xali yaxshi rivojlanmagan bo'ladi. Tarbiyachi avval konstruktor yig'ishni metodik ko'rsatmalarini o'rganadi. Tarbiyachi rahbarligida qurilish materiali va konstruktorlar bolalarga ketma-ket beriladi. Katta maktabgacha yoshdagi bolalar ta'limiy faoliyatdan tashqari vaqtda turli xil konstruktorlardan: yog'ochli, platmassali va metalldan tayyorlangan konstruktorlardan foydalanadilar. Bu to'plamlar yordamida qismlarning joylashtirilishi ancha murakkab bo'lgan qurilmalar yasaydilar.

"Lego" - bu chiroyli va yorqin dizayni bilan bolalarni jalb etadigan ta'limiy o'yin. Shu to'plamni qanday yig'ishning usullari katta miqdorga ega, shuning uchun bu o'yin hech qachon bola yoki kattalar kabi zerikish imkoniga ega emas.

Tarbiyachi rahbarligi ostida bolalar yangi birlashtirish yo'llarini va turli xil xarakterdagi konstruksiyalarni rasmga, chizmaga qarab yaratishga o'rganadilar. Bu ishlarni bolalarga

taklif etishdan oldin, tarbiyachining o‘zi bu konstruktorlar, ularga berilgan metodik ko‘rsatmalar bilan yaxshilab tanishib, o‘rganib chiqishi zarur. Bolalarga qurilish materiallari va konstruktorlar to‘plami hammasi birdaniga berilmaydi, balki asta-sekin, ketma-ket bolalarning o‘zlashtirishlariga qarab beriladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Maktabgacha ta‘lim muassasalarida ta‘lim jarayonini mavzuviy rejalashtirish (tayyorlov guruhi). Toshkent-2018.

2. Axmedova X., Raximova L. Bolaga yo‘naltirilgan ta‘lim» dasturini tashkil etish. T.: 2012 Djurayeva D.R. Maktabgacha yoshidagi bolalarga ta‘lim-tarbiya berishning zamonaviy tendensiyalari. T.: 2015 y. UzPFITI. Uslubiy qo‘llanma.

QIZ BOLA TARBIYASI

*Bozorova Aziza Masim qizi
SamDu Maktabgacha va boshlang‘ich ta‘lim fakulteti,
pedagogika va psixologiya yo‘nalishi, 3-kurs talabasi*

Annotasiya: Ota-ona qiz farzandiga tozalik-ozodalik, uy-ro‘zg‘or, oila tutish, sabr-bardoshlilik, shirin so‘zlik, odab-iffatlilik, haqquylik kabi ijobiy fazilatlar faqatgina oilada shakllanishi va rivojlanishi mumkinligini anglagan holda o‘zlari siymosida bola ongida shakllantirish kerak. Qiz farzand tarbiyasiga jiddiy e‘tibor qaratish eng muhim masaladir. Zero "Qo‘sh inida ko‘rganini qiladi" deb bejizga aytilmagan.

Kalit so‘zlar: Oila, ota-ona, qiz farzand, tarbiya, uyat-andisha, tozalik-ozodalik, odob, iffat, sabr, bardosh, mardlik, rostguylik, halollik, poklik, mehribonlik, kelin, ta‘lim, nasl-nasab, ma‘naviy yetuklik, ruhiy kamolot, diniy va dunyoviy bilim.

Qiz farzand dunyoga kelsa „FARISHTA MISOLI” deb tarif berishadi, aslida ham qiz farzand dunyoga kelgan vaqt farishtalardan ham a‘loroq bo‘lar ekan. Ayni o‘sha vaqtdagidek poklikni asrab, gard yuqtirmasdan voyaga yetkazish ota-onaning vazifasidir. Qiz farzand ota-onasining aka-ukasining yuzi, oilasining sha‘ni, or-nomusidir. Biz o‘zbeklarda qiz bola tarbiyasiga jiddiy yondashish, uning xulq-atvorini

nazorat qilish ota-onaning hamda aka-ukalarning burchi hisoblanadi va bu Allohning omonatini asrashni guyoki yigitlar o'zlari uchun ota-bobolaridan qolgan meros kabi ulug'lashadi. Oilaviy munosabatlarning o'tgan asr va bugungi kundagi vaziyatlariga nazar tashlaydigan bo'lsak, oldingi davrgiga nisbatan hozirda oilaga, oilaviy munosabatlarga katta e'tibor qaratilayotgan bo'lsa ham ajrimlarning ko'payayotganligi achinarli holat. Maxsus adabiyotlarda yozilishicha va o'tkazilgan tadqiqotlar natijalarida so'nggi 100 yil ichida odamlarda kuzatilayotgan akseleratsiya jarayoniga ko'ra ularning jinsiy fiziologik balog'atga yetishi 2-3 yilga ilgari ketgan. Bundan 100 yilcha oldin yoshlarning jinsiy balog'atga yetish davri 15- 16 yoshga to'g'ri kelgan, hozir esa bu holat o'rtacha 12-13 yoshga to'g'ri keladi. Bu ma'lumot orqali shuni aytmog'chimanki: yoshlarda oila muqaddas tushuncha ekanligini anglay olmayotganligi. Qizlar voyaga yetib bir uyning bekasi, suyuqli yor, mehribon ona bo'lishi uchun odob, iffat, sabr – bardoshlilik kabi ijobiy hislatlarni yoshlikdan singdirmoq zarurdir. Chunki hozirgi vaqtda ajrimlarning ko'payishiga, ko'plab nizoli holatlarning paydo bo'lishiga afsuslar bo'lsinki yosh kelinlarda oila muqaddas ekanligi, eriga itoatda bo'lish kerakligi haqidagi tushunchalarning yo'qligida. Qiz bola tarbiyasidagi ba'zi nuqsonlar, kamchiliklar yoki yaxshi tarbiyalanganlik darajasi albatta u oila qurgach yaqqol ko'zga ko'rinadi. Ba'zi qizlar turmushning og'ir yengiliga sabr qilmasdan "guldek" oilasini tashlab ketishadi. Nosog'lom muhitda voyaga yetgan qizlar esa yomon yo'lga kirishi ya'ni spirtli ichimliklarga ruju qo'yish, nikohsiz farzand dunyoga keltirish kabi ayanchli holatlar yuz bermoqda. Bunga sabab nima deb o'ylaysiz? - albatta ota-onasi ko'proq aybdor, dunyoda ota uchun o'limdan ham yomoni bu qizining noqobil bo'lishi " pichoqsiz suyish" bilan barobar. Sharq mutafakkirlarining barchasini g'oyaviy jihatdan birlashtirgan asos shu bo'lganki, ular shaxs tarbiyasi va kamolotida oilaning, oilaviy tarbiyaning rolini yuqori qo'yishgan, ayniqsa shaxsning aqliy va axloqiy kamolotida oilaning o'rni ota-ona va yaqin kishilarning yo'naltiruvchi va tarbiyalovchi vazifalariga alohida e'tibor berganlar. Ular faqat oiladagina rivojlanishi va shakllanishi mumkin bo'lgan sifatlar; halollik, poklik, mardlik, mehribonlik, haqquylik kabi qator fazilatlarni barcha sifatlardan yuqori qo'yishlari bilan birga insoniy munosabatlarda namoyon bo'ladigan yuksak fazilatlar avvalo ota-onadan bolaga o'tishi va ularning jamiyat

taraqqiyotiga ijobiy ta'siri kabi qimmatli fikrlarini o'z falsafiy-axloqiy, sotsiologik va psixologik qarashlarida yaqqol ifodalab berganlar. Bu fikrlardan ma'lum boladiki avvalo bolaning tarbiyasi otasini, onasini tanlashdan boshlanadi. Rasuli Akram alayhissalom aytganlar: Munosib kelin yoki kuyov tanlanglarki, irq o'tuvchidir", ya'ni ota-onaning fe'li bolaga o'tadi, shuning uchun bola yaxshi tarbiyali bo'lishi uchun ota onasi tarbiyali bo'lishi kerak, onasi nasl-nasabli, pokiza, din-diyonatli bo'lsa bola nasl-nasabga tortadi, undan qochib ketolmaydi deyish mumkin. Bugunki kunda ham naslning yetti avlodga ta'sirini psixogenetika ham isbotlagan. Ayrim manbalarda keltirilishicha buyuk bobokalonimiz Amir Temur o'g'il va nabiralarini uylantirish uchun qiz tanlashda avvalo ularning yetti avlodini surushtirib so'ng munosibini tanlagan, chunki kelinlari o'z avlodi davomchilarini dunyoga keltirishi va bu avlodi aslzodalardan bo'lishini hojlagan. Abu Rayxon Beruniyning oila qurayotgan qizlarga ota-onaning pand nasihatini keltirib, oiladagi tinchlik totuvlik ko'proq ayollar zimmasiga tushishini takidlab shunday yozadi: "Ey qizim! sen o'rgangan uyingdan ketib, notanish xonadonga tushmoqdasan, sen bo'lajak kuyovingning hamma hislatlarini bilmaysan, sen yer bo'l, u osmon bo'ladi. Demak sen u bilan shunday yo'l tutki uning oldida yer kabi kamtar bo'lsang, u osmon kabi oliyjanob bo'ladi. Osmon shifobaxsh yomg'iri bilan yerni ko'kartirgani kabi ham o'z mehri shavqati ila seni xushnud etadi. Ering sendan faqat yumshoq va shirin so'zlar eshitsin, yaramaydigan va eski libosda yoki sochlaring tartibga solinmagan holda uning oldida o'tirma. Qizim, kuyovingdan kuchi yetmagan va sotib olishga qudrati yetmagan narsalarni talab qilma. Bunday qilsang orada totuvlik yuqoladi, turli xil janjallar paydo bo'ladi. Qizim rashk qilishdan saqlangin chunki u ajralib ketish(taloq) ning kalitidir. Eringga ha deb gina (tanbeh) qilishni men senga man qilaman(ta'qiqalayman), yaxshisi sen u bilan xushmuomalada , shirin so'zli bo'lgin, bu ishing har qanday sehru jodudan yaxshidir. O'zingga xushbo'y narsalar bilan oro bergil, pokizalik hamisha yo'ldoshing bo'lsin"- deb nasihat qilgan. Insonning dunyo qarashi, tabiati oilada shakillanadi. Shuning uchun bola tarbiyasida ota-ona ta'siri va namunasi benihoya kattadir. Darhaqiqat inson dunyoga yomon bo'lib kelmaydi uni tashqi muhit o'zgartiradi. Beruniy bobomizning yana bir fikrlarini shu o'rinda aytib o'tmoqchiman bola komil inson bo'lib shakillanishi uchun quyidagi omillarni; irsiyat, ta'lim-tarbiya, tashqi muhit va shaxsiy

faollikni muhim sanab o'tgan. Bola tarbiyasidagi asosiy ta'sirchan kuch-qudrat onadir. Shuning uchun hozirgi kunda xotin-qizlarni ilm olishi, ma'naviy yetuk, barkamol inson bo'lib yetishishi uchun shart sharoitlar ortig'i bilan yaratilgan. Keling azizlar tarbiyani o'zimizdan boshlaylik!!! Islom dini ta'limotida ham qiz bola tarbiyasiga katta e'tibor qaratilgan, Imom Buxoriy "Al-adab al-mufrad" kitobida bir hadis keltirgan Jobir ibn Abdulloh(roziyallohu anhu) aytdi: Rasululloh (sollallohu alayhi vasalam): "Kimning uchta qizi bo'lib, ularni o'z qo'lida tarbiyalab katta qilsa jannatga kirishi muqarrardir", dedilar. Shunda bir kishi: Yo Rasululloh, uning qizi ikkita bo'lsa-chi? - deb so'radi. U zot(s.a.v.) "ikkita bo'lsa ham", dedilar. Onalar o'qimishli, aqilli, dono bo'lishsa undan tug'ilajak farzandlar qobilyatli, bilimli bo'lishdan tashqari chuqur mulohazakor hamda mas'uliyatli barkamol shaxs bo'lishiga shak-shubha yo'qdir.

XULOSA

Farzand tarbiyalayotgan har bir ota-ona birinchi navbatda o'zlari farzandining kelajagi uchun namuna ekanliklarini bilishi zarur. Har bir ota-ona o'z farzandini sevadi, undan yomon va baxtsiz inson shakllanishini istashmaydi. Farzandining har bir yutug'i ota-onani xursand qilib, faxr va g'urur tuyg'ularini vujudga keltiradi. Ammo bilib bilmay qizlarini baxtsiz qilib qo'yishlari ham mumkin. Ona qizini "o'qisin-odam bo'lsin" deb barcha yumushlarni o'zi qilishi, yoki aksincha "o'qib nima qiladi, uy ishlarini eplasa bo'ldida" degan noto'g'ri qarashlar bor hali hanuz. Qiz bolaga oila tutishni, uy-ruzg'orni, tozalik-ozodalikni, sarishtalikni yoshlikdan shakllantirish va shu bilan birga o'z vaqtida o'qishga, ilm olishga yo'llash ma'qul deb bilaman. Bu bilan qiz bolada iroda, tafakkur, sabr kabi ijobiy fazilatlar shakllanadi. Ota-onaning jamiyatdagi o'rni, qiz farzandlarining aqilli va chaqqon kelin, mehribon ona, vafoli ayol qilib tarbiyalaganligi bilan belgilanadi.

Millat onalarini ham jismonan ham ruhan kamol topishi uchun barcha say harakatlarni amalga oshirishimiz, qizlarni ham dunyoviy ham diniy bilimlar bilan shakllantirishimiz kerak. Bugungi kundagi dolzarb masalalardan biri bo'lgan ommaviy madaniyatdan yiroqlatish va o'z o'zligimizni anglatadigan milliy, din-u diyonatimizga mos va xos uzunroq va odmiroq kiyinishni o'rgatish zarurdir.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Masaru Ibuka "Uchdan keyin kech". Toshkent "Akademnashr".2019.
2. Sh.Usanov. Sh.Axmedova. "Qizlar tarbiyasining o'ziga xos xususiyatlari", o'quv uslubiy qo'llanma. Samarqand: Sam.Du nashr.2018.
3. Abu Rayxon Beruniy " Minerologiya".M:1963.
4. Imom Buxoriy "Al-adab al-mufrad".
5. Xidirova F. "Oilada qizlarni oilaviy hayotga tayyorlash.T.:2007.

YOSHLARNI DUNYO QARASHI VA HULQ-ATVORIGA TA'SIR ETUVCHI IJTIMOIIY PSIXOLOGIK OMILLAR

Kaynazarova Dinara

Chimboy tumani 1-ixtisoslashtirilgan maktab psixologi

Yoshlarni dunyoqarashi va hulq-atvoriga t'sir etuvchi ijtimoiy psixologik omillardan biri shuki, o'smirning individual-tipologig xususiyatlari hamda ichki pazitsiyasi yani dunyoqarashidagi o'zgarishlar. Hammamizga ma'lumki ichki pazitsiya o'z-o'zidan emas, balki subektning tashqi muhit bilan uzluksiz aloqada bo'lishi va bu muhitning unga ta'sir etishi jarayonida shakllanadi.

Yoshlarni dunyoqarashi va hulq-atvoriga ta'sir etuvchi ijtimoiy psixologik omillar:

1. Oilaviy muhit.
2. Hulqida og'uvchanlikni nasliy bo'lishi.
3. Do'stlari.
4. Telvideniya va matbuot.
5. Yoshlarga maktab muhiti va o'qituvchilarning ta'siri.
6. Yoshlarga telefondan foydalanishning salbiy omillari.
7. Qarindoshlarning fikrlari yoshlarga o'z ta'sirini o'tkazish omillari.

1. Oilada o'smirlarga ta'sir etuvchi omillar , o'smirning oila a'zolarining o'zini tutishi, muomilasi, kiyinishi hamda ualrning sog'ligi ham o'z ta'sirini o'tkazadi.

Individual xususiyatlar esa ruhiy holatlar va bilishning psixik jarayonlari esa o'smir ichki dunyosining shakllanishiga ta'sir etuvchi psixologik omillar hisoblanadi.

Bunday psixologik omillarning o'zbeklar mintalitetiga alohida ko'rinishlarda nomoyon bo'lishini hisobga olgan holda, o'quvchilarning ota-onalari bilan ishlash, farzandining maktabda o'zini tuta bilishi, darsda qanday o'tirishidan ota-onalarni xabardor qilish ham muhim ahamiyatga ega. Shu joyda shuni ham ta'kidlash kerakki har bir oila farzandi har xil xususiyatga ega bo'ladi. Ana shunga ko'ra turli ota-onalar bilan turlicha suhbat o'tkaziladi.

O'smirning ota-onalari bilan suhbatlashish jarayonida pedagogic-psixologik tashxis bir yoki ikkita metodikani o'tkazish bilan emas balki korreksion rivojlantiruvchi xususiyatga ega bo'lgan uzluksiz jarayon sifatida amalga oshirilishi maqsadga muvofiq.

Oilada otaning o'ta darajada hurmat talab bo'lishi, o'smirning ijtimoiy hulq atvorida keskin o'zgarish yasaydi. Vaqti kelib ota bo'lganda farzandidan o'ziga nisbatan ko'proq hurmat talab qiladi. Sababi bolalikda kuzatgan, kim hurmatliroq uyda faqat ota, bu uning aynan o'smirlik davrida ko'ziga ko'rinadi.

2. Hulqida og'uvchanlikning nasliy bo'lishi-yoshlarning o'smirlik davriga kelib undagi biologic garmonal o'zgarishlar faollashadi. Garmnlarning faollashgan davrida yoshlar tanasida turli o'zgarishlar ro'y beradi. Ba'zi yoshlar tug'ilishidan oldin ona qornidayoq hulqida buziluvchanlik yuzaga kelgan bolalar. Bunday bolalar ko'plab korreksiyaga muhtoj bolalar hisoblanadi. Bunday bolalar boshqalardan, atrofdagilarga ishonchsizlik bilan qarash, doimiy agressivlik xususiyatlari bilan ajralib turadi. Mana shu kabi yoshlar psixolog tomonidan ramida 7 marotaba korreksiya qilinadi. Hulqidagi noto'g'ri qarashlarni ketkazish uchun bolalar psixolog ijobiy o'yinlar, ijobiy fikrlashga o'rgatuvchi mashg'ulotlar o'rgatib boradi.

3. Do'stlarning ta'siri- yoshlarga albatda bir-birining ta'siri juda katta. Buni ijtimoiy hamda psixologik ko'rib chiqish mumkin. Yoshlarning o'rtasida do'stlashish ularning ijtimoiy kelib chiqishi bilan bog'liq yani o'z dunyoqarashiga ko'ra tendoshlariga nisbatan, sinfdoshlariga nisbatan o'zicha fikrlaydiga, o'ziga oxshab fikrlaydigan bolalar bilan do'stlashish ular uchun osonroq.

4. Televideniya va matbuotning ta'siri – Yoshlarga televideniya juda katta ta'sir o'tkazadi. O'smirlarning eng ko'p diqqatini o'ziga jalb etuvchi omillardan hisoblanadi. Telivideniya tomonidan taqdim e'tilayotga kino, kliblar, qo'shiqlar bolalarga salbiy

ta'sirini o'tkazmaslik uchun, har biro ta –ona farzand tarbiyalar ekan uning ruhiyatida ijobiy fikrlashni o'rgatmog'i zarur. Ota-onalarga shu joyda tavsiya bo'ladiki "Hozir sen ko'rayotgan narsaning eng yaxshi tomoni qaysi ekan "deb so'rab qo'ysin, yoki ijobiy ro,l ijrochisini so'rab u tomonga fikrlashini oshirish kerak. Matbuot xizmatining reklamalari ham o'smirlarni o'ziga jalb e'tuvchi jarayonlardir. Ammo o'smirlarning har birini tarbiyasiga bog'liq, qay tarzda tushunishi ularning oilaviy muhitiga ham bog'lik.

5. O'qituvchi va o'quvchilarning Yoshlarning dunyoqarashi hamda hulq-atvoriga ta'siri – bitta sinfdagi o'quvchilar 30 ta bo'lsa ularning harakter hususiyatlari har xil bo'ladi. Oilaviy muhiti ham har xil bo'ladi. Hamma pedagoglar uchun ma'lumki tarbiyasi og'ir bolalar dasr jarayonida normal holatda otirmaydi, pedagogik jarayonlarga qarshilik ko'rsatadi. Tarbiyasi qiyin bolalardagi o'qishga nisbatan salbiy munosabatning paydo bo'lishiga qator sabablar ta'sir ko'rsatishi mumkin. Jumladan, o'quv faoliyati usuli, malakalari to'la tarkib topmaganligi, muayyan vaziyatlarda hulosa va qaror chiqarishda qiyinchilikka dush kelishi, o'qituvchilar tomonidan o'quvchiga ob'yektiv baho berilmasligi, o'qituvchi tomonidan bolaning individual-psixologik va intellektual imkoniyatga yetarlicha e'tibor bermasligi, o'qitish saviyasining pastligi, darslarning qiziqarsiz o'tilishi, o'quvchining sinf jamoasi bilan yaxshi aloqada bo'lmasligiva boshqalarni misol qilib ko'rsatish mumkin.O'quvchi ayni paytda yosh u bilan jamoa fikrining mos kelmasligi uning jamoa ichida o'z o'rnini brogan sari yo'qotib borishiga sabab bo'ladi. Jamoa a'zolari bunday yoshlarning qarashlarini vaqti-vaqti bilan hisobga olishlari yaxshi natija berishi mumkin. Natijada bola uchun kelajak rejalarining poymol bo'lish xavfi tug'ilib, o'qishdan va jamoadan yuz o'g'irgan o'smir o'z kelajagini, orzu umidlarini maktab va tengdoshlari faoliyatiga bog'lashdan ko'ra, o'z guruhidan tashqarida topgan yangi o'rtoqlari ko'rishib suhbatlashishni afzal ko'rishadi. Buning natijasida o'quvchi nosog'lom hulqli bolalar to'dasiga tushib qoladi, va ularning hulq-atvoriga xos bolgan harakterga ega bo'lib qoladi. Mana bular yoshlarning bugungi kundagi hulq atvoriga dunyoqarashiga salbiy ta'sir o'tkazuvchi omillardir.

6. Yoshlar telefondan foydalanishining salbiy omillari.

Yer yuzida internet tarmog'i butun dunyo bo'ylab tarqalgan. Telefon qo'ng'iroqlari soniyalar ichida manzilga yetib boradi. Demak unda katta to'lqinlar

mavjud. Yoshlarning kundalik turmushida, doimiy qo'lida telefondan foydalanishi olib yurishi ularning eng birinchi sog'ligiga salbiy ta'sir o'tkazadi. Telefon qo'ng'irog'i davrida odam tanasidan simpatik hamda parasimpatik nerv sistemasining faollashishi yuzaga keladi. Bu esa yoshlar tanasida bo'layotgan garmonal o'zgarishlarni salbiy tomonga surilishiga sabab bo'ladi. Telefonda dunyo bo'yicha turli yangiliklar bilan bohabar bo'lishi hamda o'zining yoshiga mos bo'lmagan voqea hodisalarni ko'rishi ham ularning ruhiyatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Bo'lar bo'lmas narsalarni telefonda ko'rishi yoshlarning turmush tarziga nisbatan, o'zga jinsga nisbatan ertaroq qiziqishlarini paydo bo'lishi, sog'ligida ham muammolar bolishiga olib keladi. O'zi yosh bo'la turib kattalarga xos bo'lgan hususiyatga ega bo'lib qolish ham ruhan, ham jismonan toliqtiradi odamni.

7.Qarindoshlari orasida yoshlarga nisbatan ijobiy ijobiy va salbiy fikrlar ularga nisbatan o'zta'sirini o'tkazadi. Oiladagi fikrlar ular uchun doimiy tushunchalar, qarindoshlarning fikri esa boshqacha hulosa chiqarishga sabab bo'ladi.

Bu esa yoshlarning dunyo qarashiga hamda hulq-atvorlaeiga o'z ta'sirini o'tkazmay qo'ymaydi.

Yoshlarning taqdiriga albatda 50 % ota-ona ta'sir o'tkazadi buyuk yozuvchimiz Tohir Malik aytgandek Odam bu dunyoga inson bo'lish uchun keladi. "Ovqat yeb yotib turishni hayvonlar ham uddalaydi", degan yana "Yaxshi fikrlovch birgina inson borki bu olamdan qiyomat qoyim yiroqdir". Shunday fikrli adabiyotlar har oilada bolishi yoshlarga o'qib eshittirilishi lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. "Maktab va hayot" Ilmiy metodik jurnali 2012 yil 5- soni.
2. "Maktab va hayot" Ilmiy metodik jurnali 2013 7-8-soni.
3. O'zbekiston yozuvchisi Tohir Malikning "Odamiylik mulki".
4. O'zbekiston yozuvchisi Tohir Malikning "Kongil nima uchun qorayadi".

ОИЛАДА СОҒЛОМ ТУРМУШ ТАРЗИ МАДАНИЯТИНИ ШАКЛЛАНТИРИШ ПСИХОЛОГИЯСИ

Дуршекеева Гулмира Оринбаевна

Қорақолпоғистон Республикаси Чимбой тумани 42-мактаб психологи

Мустақиллигимизнинг дастлабки йилларидан бошлаб, аҳоли саломатлигини, айниқса, оналик ва болаликни, ёшларни, оилани ижтимоий муҳофаза қилиш масалалари ҳукуратимиз сиёсатида марказий ўринни эгаллаб келмоқда. Бу бежиз эмас, албатта - ҳозир биз инсоният тарихида унутилмас бўлган бир даврда – илм-фан, техника, умуман цивилизация кучли тараққий этган ХХI асрда яшамоқдамиз ва қолаверса, юртимизда ҳуқуқий демократик фуқаролик жамиятини барпо этиш жараёни кечмоқда. Умумжаҳон ҳамжамияти билан турли йўналишларда ҳамкорлик қилиш, олдимизда турган ижтимоий-иқтисодий, маънавий-маърифий ҳамда сиёсий масалалар ечимини халқимиз фаровонлигини таъминлаш нуқтаи назаридан мўътадил равишда амалга ошириш вазифалари фуқароларимизнинг, оила ва келажак авлоднинг ҳар томонлама баркамол (ҳам жисмонан, ҳам маънавий жиҳатдан соғлом), доно, илғор фикрли ва заковатли бўлишини тақозо этади.

Бугунги кунда соғлом турмуш тарзининг негизи ҳисобланган психик саломатлик - қисқа муддат давомида йирик тадқиқотлар соҳасига айланиб улгургани айни ҳақиқатдир. Мазкур ҳолатни қуйидаги рақамлар исботлаб турганини қайд этишимиз лозим. Агар 1975 йили АҚШда психик саломатликни муҳофазасига оид 200 дастур татбиқ этилган бўлса, 1990 йилга келиб бундай дастурлар 5000 га ортган. Ҳозирги кунда улар салмоқли иқтисодий самарадорликни кўрсатмоқда. Айни пайтда АҚШдаги психологларнинг ҳар ўн нафаридан биттаси психик саломатликнинг у ёки бу муаммоси билан шуғулланмоқда, шунингдек, инглиз забон психологик журналларда чоп этилаётган ҳар учта мақоладан биттаси ушбу соҳанинг турли жиҳатлари билан боғлиқлигини эътироф этиш жоиз.

Соғлом турмуш тарзи ҳақида сўз борар экан, унинг энг аввало инсон тани ва вужудининг бетоб бўлишига сабаб бўлувчи зарарли одатлардан фориг бўлишни тасаввур қилишга ўрганиб қолганмиз. Бу атама, энг аввало, соғлиқни сақлаш ходимлари фаолияти билан боғлиқ тарзда тушунтирилади. Аммо, соғлом турмуш тарзини шакллантиришда - тан ва вужуд, ақл ҳамда идрок бевосита одамники, унга боғлиқ бўлгани учун ҳам инсон руҳияти қонуниятлари ва сирларини ўрганувчи фан бўлмиш психологиянинг унга алоқаси бор. Шунга кўра, психология фанида соғлом турмуш тарзи психологияси тушунчаси мавжудки, у соғлом турмуш тарзига энг аввало, инсон онги ва тафаккурининг инъикоси сифатида қарайди. Демак, ҳар биримиз учун сув ва ҳаводек зарур бўлган соғлигимизни таъминлаш ва бунга эришиш учун соғлом турмуш тарзига одат қилиш нафақат тиббиёт ходимлари, балки психологларнинг, психология фанининг ҳам изланиш предмети сифатида намоён бўлади.

Шу маънода, психология соғлом турмуш тарзини шакллантиришда инсон феъли, хулқ-атвори ва турли психологик ҳолатлари нуқтаи назаридан ўрганганда: асосан, ҳар биримиз гуёки сирдек туюлган руҳиятимизнинг ўзимизни соғ-саломат, бешикаст ва тетик ҳис қилишимизга алоқадор қандай жиҳатлари борлигини, уни бошқариш орқали ўз бойлигимиз – саломатлигимизни сақлаш борасида қўлимизда қандай имкониятлар мавжудлигини, соғлом турмуш тарзи психологиясини шакллантириш ҳар биримизга ўз руҳий ҳолатимизни бошқариш, онгу-шууримизда рўй бераётган ўзгаришларни вақтида илғаш орқали уни мўтадил тутиш, ўзгарувчан шарт-шароитларга мослашиш йўлларини, бу борадаги профилактикани ўрганадиган фан ҳамда фойдали амалиёт сифатида тобора ҳаётимизга дадил кириб келмоқда.

Қолаверса, соғлом турмуш тарзини шакллантиришнинг психологик жиҳатларига - инсон феъл-атворини; соғлом турмуш тарзига нисбатан шахснинг муносабатини; соғлом турмуш тарзини шакллантиришнинг ижтимоий-психологик омилларини; шахснинг индивидуал-психологик хусусиятларини; шахс ўсиб-ўлғайган оила муҳитнинг таъсири, яъни ташқи омилларни киритиш мумкин.

Манбаларда таъкидланишича, тиббиёт ходимлари турли омилларни ҳисобга олган ҳолда соғлом турмуш тарзининг йўналишларини белгилаганлар ва унга риоя этиб яшашни тавсия этадилар. Айтиш лозимки, инсон саломатлиги нафақат биологик омилларга, балки яшаётган ижтимоий муҳит, шахснинг ўзи, атрофидаги инсонлар билан ўзаро мулоқотига ҳам боғлиқ. Инсоний муносабатлар эса, аввало, оиладан, оила муҳитидан бошланади. Соғлом турмуш тарзига амал қилиб яшаш кўникмаси инсонда бирдан пайдо бўлиб қолмайди, у ўзига хос малака ҳам талаб этгани боис илк болалик чоғлариданок, унга оилада ўргатиб бориш лозим бўлади. Бу ота-она зиммасидаги энг муҳим, масъулиятли вазифалардан биридир.

Аввалига бўлажак турмуш ўртоқларнинг ҳар бири учун алоҳида, сўнг ушбу андозаларни амалий бажарилишига кўмаклашувчи механизмларни топиш даркор, яъни фаровон оилани яратиш йўллари аниқлаш зарур, бошқача қилиб айтганда, алгоритмларни ишлаб чиқиш лозим. Бунда маънавий; психологик; жисмоний; тиббий жиҳатлар инобатга олинishi лозим.

Маънавий жиҳатлар меъёрлари - эркаклар учун ҳам, аёллар учун ҳам бир хил, яъни оила фаровонлигини таъминловчи ижобий фазилатларга асосланган бўлиши зарур: билим даражаси, ўқимишлилик даражаси, масъулият, дунёқарашнинг бир бирига мослиги, маданияти, такомиллашишга интилиш туйғуси.

Психологик жиҳатлар меъёрлари - қуйидаги фазилатларда намоён бўлиши мумкин; толерантлик, яъни ҳамжиҳатликда, жон қуярликда, оқилаликда, одоб-ахлоқда ва хушмуомалаликда. Аёллар эса бокиралик, мулойимликни шакллантиришлари лозим, ҳамиша ўзиникини уқтиришга интилишдан қочишлари керак. Руҳий меъёрларни шакллантирувчи алгоритм бевосита маънавий алгоритм билан боғлиқ ва кўп жиҳатдан ёшларнинг таълим-тарбиясига бориб тақалади.

Қайд этиб ўтилган ижобий самараларга эришиш учун эса, мазкур йўналишда юртимизда олиб борилаётган ишларни янада кучайтириш, барча турдаги оммавий ахборот воситаларидан ва кенг жамоатчилик кучидан мақсадли фойдаланган ҳолда, аҳоли ўртасида соғлом турмуш тарзини мунтазам равишда

кенг тарғибот қилиш, оилаларга мўъжаз спорт жиҳозларини олиб кириш, маҳаллаларда, таълим масканларининг барча бўғинларида спорт залларини, майдончаларини замон талабларига хос ва мос равишда барпо этиш ва тегишли жиҳозлар билан тўлиқ таъминлаш, спорт тўғараклари, секциялари турларини кўпайтириш, ушбу даргоҳларда фаолият олиб бориши учун маҳаллий кадрларни тайёрлаш, оилавий спорт билан шуғулланадиган, ва уни тарғибот этадиган фаол жамиятимиз аъзоларини рағбатлантириб бориш мақсадга мувофиқ бўлар эди.

Юқоридагилардан хулоса қилиб таъкидлаш мумкинки, соғлом турмуш тарзи, бир томондан, инсоннинг жисмоний саломатлиги ва камолотини назарда тутса, иккинчи томондан, инсон маънавий ва мафкуравий саломатлиги, унинг шахс сифатидаги тўла камол топишининг асосини ташкил қилади. Нафақат жисмоний, балки ижтимоий, руҳий жиҳатдан ўзини соғлом ҳис қилган одамгина жамиятнинг фаол аъзоси бўлиб, ўзига ва атрофидагиларга наф келтириши мумкин.

Адабиётлар

1. Bennet, G. (1987) *The Wound and the Doctor: Healing Technology and Power in Modern Medicine*. London: Seeker & Warburg.

2. Borril, C. S., Wall, M. A., West, G. E., et al (1996) *Mental Health of the Workforce in NHS Trusts*. Leeds: Institute of Work Psychology, University of Sheffield & Department of Psychology, University of Leeds.

3. Обидов А. О., Новиков Ю.В. Соғлигимиз ўз кўлимизда. Тошкент. “Медицина” 1989.

4. В.М.Шапиро Л.Н.Башмакова. *Здоровый образ жизни. Пособие для учителей*. Алмата. 2003.

KICHIK MAKTAB YOSHIDAGI O'QUVCHILARDA KO'RISH VA ESHITISH XOTIRASINING RIVOJLANISHI

Jumamurodova Umida
O'zMU Psixologiya (faoliyat turlari) ta'lim yo'nalishi
I-bosqich magistranti

O'zbekiston Respublikasi mustaqillikni qo'lga kiritgach mamlakatimizda yashayotgan barcha fuqarolar uchun munosib turmush sharoitlarini yaratish ma'naviy jihatdan mukammal rivojlangan shaxsni shakllantirish ta'lim va maoruf tizimini yuksaltirishdek ustuvor vazifalrni amalga oshirishga alohida e'tabor berildi. 1998- yilda «Kadrlar tayyorlash milliy dasturi» haqida qonun qabul qilindi. Unda keltirilgan uzluksiz ta'lim tizimining barcha bo'g'inlarida ushbu muammoni hal etishda o'qitish jarayoni subyektlarining o'ziga hos o'rni mavjud shu o'rinda mamlakatimiz taraqqiyoti boshlang'ich ta'limdan boshlanishi lozimligini ham qayd etilgan. Sog'lom avlodni tarbiyalash—buyuk davlat poydevorini farovon hayot asosini qurish demakdir. Bilimga chanqoq istedodli yoshlarni vatanga fidoiy insonlar qilib tarbiyalash muqaddas vazifamiz hisoblanadi. Respublikamizning «Talim togrisida»gi Qonunda, Kadrlar tayyorlash Milliy Dasturida har tomonlama yetuk, barkamol shaxsni tarbiyalash hozirgi kun talim tizimi oldidagi dolzarb muammolardan biri ekanligi alohida takidlanadi. Bugungu kunda ushbu vazifani amalga oshirilayotgan ijtimoiy-siyosiy ozgarishlar Ozbekiston Respublikasi Prezidenti Sh.M.Mirziyoyevning 2017 yil 7 fevraldagi «Ozbekiston Respublikasini yanada rivojlantirish boyicha Harakatlar strategiyasi togrisida»gi Farmoni bilan Xarakatlar strategiyasini «Xalq bilan muloqot va inson manfaatlari yili»da amalga oshirishga oid Davlat dasturining «Ijtimoiy sohani rivojlantirish» deb nomlangan tortinchi yonalishida maktabgacha talim muassasalarining qulayligini taminlash, umumiy orta, orta maxsus va oliy talim sifatini yaxshilash hamda ularni rivojlantirish chora-tadbirlarida turadi. 2019-yil 20-mart kuni Prezidentimiz tomonidan beshta muxim tashabbus ilgari surildi, bular quydagilar

Birinchi tashabbus yoshlarning musiqa, rassomlik, **adabiyot**, teatr va san'atning boshqa turlariga qiziqishlarini oshirishga, istedodini yuzaga chiqarishiga xizmat qiladi.

Prezidentimiz Sh.M.Mirziyoyev bu beshta tashabbusni ilgari surishdan asosiy ko'zda tutilgan maqsad shuki barchasi yurtimiz kelajagi farovon turmushini taminlashdir. Ayniqsa yosh avlodning bilim darajasini yanada yaxshilash ularning o'qiziqishlari va qobiliyatlaridan kelib chiqqan holda biron bir kasbga yo'naltirish maqsad qilingan. Bolalarda musiqaga, rasomchilikga bo'lgan qobiliyat yosh davridan boshlab yani kichik maktab yoshidan rivojlana boshlaydi, ayniqsa ularning ko'rgan va eshitgan narsalari xotirasida bir umrga muxirlanadi. Shu sababli bolalarning kasib tanlashida ularning qobiliyatlariga alohida etibor berish lozimligi Prezidentimiz tomonidan ham alohida takidlab o'tilgan.

Prezidentimiz Sh.M.Mirziyoyevning «Yoshlarimizning mustaqil fikrlaydigan, yuksak intellektual va manaviy salohiyatga ega bolib, dunyo miqyosida oz tengdoshlariga hech qaysi sohada bosh kelmaydigan insonlar bolib kamol topishi, baxtli bolishi uchun davlatimiz va jamiyatimizning bor kuch va imkoniyatlarini safarbor etamiz», deb e'tirof etilganlaridek yangicha modeldagi shaxsni kamol toptirish yosh avlod ongining ta'lim olish davridagi rivojlanish tendinsiyalaridan tortib toki yangicha o'qitish texnologiyalarini bola tominidan o'zlashtirishi va undagi bilish jarayonlari, xususan, xatirasini rivajlanishiga nechog'lik ta'sir ko'rsatayotganligini o'rganish ma'naviy barkamollik tamoillarini maktabda va yangi tipdagi ta'lim muassasalarida joriy etish psixologik yo'ndashish o'qitishning eng ilg'or va zamonaviy shakllarini amaliyotga tadbiq etishni taqozo etadi. Hozirgi kunda shaxs talim tarbiyasi dalzarb masala sifatida etirof etilayotgani barchaga malum. Shu bois, shaxs shakllanishi va uning taraqqiyotiga doir muammolarni organishda psixologiya fanlarining orni muhim hisoblanadi. Chunki inson shaxsining shakllanish jarayonida bir qator psixologik va fiziologik ozgarishlar roy beradiki, bu ularning keyinchalik rivojlanish jarayonlariga oz tasirini korsatadi. Ayniqsa, kichik maktab yoshi shaxs taraqqiyotidagi muhim davr sifatida korsatib otiladi. Bu davrda bolalarga psixalogik jihatdan yaxshi rivojlanishiga e'tibor qaratish muhim hisoblanadi, ularda kechayotgan har bir psixik jarayonlardagi o'zgarishlarga befarq bo'lmaslik lozim. Yurtimizda amalga oshirilayotgan tub islohatlarning yaratuvchisi sifatida shaklanayotgan yosh avlodni voyaga yetkazish ularning zamon talablari darajasida bilim olishi shaxs sifatida kamol topishi

boshlang'ich ta'lim sirlarini o'rganish va kundalik turmush yumushlarini hal etishga tayyorlab borish masalasi asosiy muammolar tariqasida ta'lim jarayonida ko'ndalang bo'lib turibdi. Bola xotirasini rivjlantirishda psixologik yondashuvlar o'rni beqiyosdir bunda albatta o'qituvchi ta'lim berish orqali o'quvchilar intellektual salohiyatini oshirish erkin firklashga o'rgatishga alohida ahamiyat berishlari zarurdir. Bu davrda bolalarda ayniqsa bilish jarayonlarida ham muhim o'zgarishlar sodir bo'ladi, shu sababli bunday vaqtda ularga befarq bo'lmaslik lozimdir. Jahonning barcha davlatlarida bo'lgani kabi dunyo haritasida munosib o'rin olgan respublikamizning ta'lim sohasida islohatlar boshlandi. Bu islohatlarning barchasi inson ongli har qachongidan ham yuqori saviyaga ko'tarib inson va uning mukammalligi o'z ustida ishlashi o'z mukammalligi hususida qayg'urish muammosi har qachongidan ham dolzarb masalaga aylandi. Ayniqsa boshlang'ich ta'lim tizimida o'quvchilarning aqliy rivojlanishining muammosining psixologik hususiyatlarini tarkib toptirish ushbu muammolarni bartaraf etishga qaratiladi. Milliy dasturda e'tirof etilgan yangicha modeldagi shaxsni kamol toptirish yosh avlod ongining ta'lim olish davridagi rivojlanish tendinsiyalaridan tortib toki yangicha o'qitish texnologiyalarini bola tominidan o'zlashtirishi va undagi aqliy intellektual qobiliyatlarga nechog'lik ta'sir ko'rsatayotganligini o'rganish ma'naviy barkamollik tamoillarini maktabda va yangi tipdagi ta'lim muassasalarida joriy etish psixologik yo'ndashish o'qitishning eng ilg'or va zamonaviy shakllarini amaliyotga tadbiiq etishni taqozo etadi. Ayniqsa boshlang'ich ta'lim tizimida o'quvchilarning bilish jarayonlari va aqliy rivojlanishni tarkib toptirishda psixologik yo'ndashuvlar muhim ahamiyatga ega hisoblabadi.

Inson xotirasining qonuniyatini o'rganish psixologiya fanining markaziy masalalaridan bo'lib hisoblanadi. Malumki insonning har qanday kechinma xatti-harakatlari uzoq muddat ongda saqlanib, malum bir sharoitda qayta namoyon bo'luvchi izlar qoldiradi. Ayniqsa boshlang'ich sinf o'quvchilarida ko'rgan narsasini uzoq muddatga eslarida saqlab qolish kuchli rivojlangan bo'ldi.

Psixologiya fani oldida xotira jarayonlarini o'rganish bilan bog'liq qator murakkab muammolar masalalarni tadqiq qilish masalasi turibdi.

Bular quydagilardan iborat: izlarni esda olib qolishning fiziologik mexanozimlari qanday esda olib qolishga bo'ektiv,subektiv, biyalogik va ijtimoiy, psixologik sharoitlar tasir qiladi. Ularning chegaralari qanday degan masalalarga qaratilgan.

Xozirgi zamon xotirani tadbiiq qilish bilan bog'liq tadqiqotlarda markaziy o'rin xotira jarayoning asoslariga ajratilagan. Xotira jarayonining asoslari 3 yo'nalishda o'rganilgan. o'rganilgan Psixologik, neyro-fizialagik, biyoximik.

Xotiraning psixologik nazariyalari inson faoligi bilan bog'liq bo'lgan xotira jarayonlarini shakilantirishni tadqiq etadi. Ulardan birinchisi assatsativ nazariyadir. Ulardan birinchisi assotsiativ nazariyadir. Ma'lum bir bilimlar inson ongida birin ketin o'rin olishi tufayli ularda assotsiativ bog'liqlikni yuzaga keltiradi va ushbu bog'liqlikda biror bir narsa esga tushiriladi. Boshlang'ich ta'limda bolalar psixologiyasida ro'yberadigan o'zgarishlar ularning yosh xususiyatlari bilan bog'liq bo'lgan jarayonlar psixolog ota-onalardan muhim e'tiborni talab qiladi. Manashu sababli boshlang'ich sinf o'quvchilarini psixologik jihatdan tadbiiq etish ishning bosh maqsadi sifatida gavdalanadi.

VOYAGA YETMAGANLARNI MUSTAQIL HAYOTGA TAYYORLASH VA SOG'LOM TURMUSH TARZINI SHAKLLANTIRISH

*Qurbonboyeva Gulayho Shuhrat qizi
Xorazm viloyati Qo'shko'pir tumani
29-maktab psixologi*

Mustahkam oilalarni shakllantirishning eng muhim shartlaridan biri bu voyaga yetmagan yoshlarni, xususan, qizlarni oila qurish, mustaqil oilaviy hayotni tashkil etish, oilada sog'lom ruhiy muhitni qaror toptirish, farzandlar tarbiyasini samarali tashkil etish jarayoniga muvaffaqiyatli tayyorlashdir. Mazkur jarayonning moxiyati quyidagilarda namoyon bo'ladi:

birinchidan, yoshlarda nikoh hamda oilaviy hayot, shuningdek, ikki jins

o'rtasidagi munosabatlar mohiyati borasida to'g'ri tushunchalar hosil bo'ladi;

ikkinchidan, ularni nikoh hamda oilaviy hayotni tashkil etish jarayoniga ruxiy jihatdan tayyorlaydi;

uchinchidan, yoshlarda nikohga kirishish hamda oilaviy hayotni tashkil etish (oila a'zolari o'rtasida ijtimoiy munosabatlarni tashkil etish, oila a'zolari (qaynота, qaynona, qaynsingil va qaynog'alar) bilan muloqotni yo'lga qo'yish, oila xo'jaligini boshqarish, pazandalik hamda bichish - tikish ishlarini yuritish, farzandlar tarbiyasini olib borish va xokazo jarayonlarni tashkil etish borasida amaliy ko'nikma hamda malakalarni shakllantiradi. Oilada voyaga yetmaganlarni mustaqil oilaviy hayotga tayyorlash murakkab pedagogik- psixologik jarayon sanalib, mazkur jarayonning samarali tashkil etilishi bu boradagi muayyan kamchilik va muammolarning bartaraf etilishi bilan belgilanadi. Bugungi kunda dunyoning ko'plab mamlakatlari global pandemiya bilan kurashmoqda. Ushbu pandemiya davrida insoniyat jismonan chiniqish, sog'lom turmush tarziga rioya qilishning organizmga qanchalik foydali ekanligini yana bir anglab yetdi desak mubolag'a bo'lmaydi. O'zbekiston Respublikasida amalga oshirilayotgan tub islohatlarning asosiy vazifalaridan biri yoshlarni jismonan chiniqtirish, sog'lom turmush tarzi asosida hayot kechirishga odatlantirishga qaratilgan bo'lib, mazkur vazifa aniq, rejalashtirilgan, moddiy ta'minlangan, ma'naviy qo'llab-quvvatlangan davlat siyosati orqali amalga oshirilmoqda. Jumladan, Prezidentimiz Sh.M.Mirziyoyev tomonidan ilgari surilgan

“Ijtimoiy va ma'naviy ma'rifiy sohalarga oid “Besh tashabbus”i hisoblanib, aynan ikkinchi tashabbusida yoshlarni jismoniy chiniqtirish, sport bilan shug'ullanishlari uchun zarur sharoitlar yaratishdir. Bu islohatlar yoshlarni sog'lom turmush tarzi asosida hayot kechirishlari uchun yana bir muhim qadamdir. Jismoniy tarbiya kishilarga qulay ta'sir ko'rsatib, ularning salomatligini mustahkamlaydi, ishlash qobiliyatini oshiradi, uzoq umr ko'rishga yordam beradi. Sport-har qanday yoshda ham qaddi-qomatni tarbiya qilish, kuch-quvvatni saqlab turishning ajoyib vositasidir. U dam olish bilan mehnatni almashtirib turishga yordam beradi, ijodiy his-tuyg'u manbai bo'lib xizmat qiladi. Qisqasi, jismoniy madaniyat va sport sog'lom, kuchli, chaqqon, topqir, to'siqlarni yenga oladigan, ona Vatanni ko'z qorachig'iday e'zozlovchi vatanparvar, kelajakka ishonch

bilan qaraydigan yoshlarni vujudga keltiruvchi ijtimoiy omillardan biri hisoblanadi. Shu sababli kishilik jamiyatining eng ibtidoiy holatidan hozirgi kunimizga qadar har qanday jismoniy kamolot va sog'likni avlodlarning kamolotini ta'minlovchi zanjir deb hisoblab kelishgan. Demak, o'sib kelayotgan yosh avlodning jismoniy barkamolligini ta'minlash faqat ota-ona, maktabning ishigina bo'lib qolmasdan, balki u davlat ahamiyatiga molik ish hamdir. Inson salomatligi unga in'om etilgan eng oliy ijtimoiy boylik hisoblanadi. Ammo inson salomatligi o'z-o'zidan kechadigan va yuzaga keladigan tabiiy jarayon bo'lmay, balki insonning o'zidan mas'uliyatli va davomli sa'yi-harakatlarni talab etadigan voqelikdir. Shu bois, inson salomatligi uning eng asosiy tamoyillari singdiriladigan va shakllantiriladigan oila, ta'lim tizimi, shuningdek mahalladan ham har bir shaxs salomatligini asrash, salomatlik mo'tadilligini saqlash va ta'minlash maqsadli chora-tadbirlar ko'rishni talab etib qoladi. Sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish oxir oqibat millat genofondini asrash va uni sog'lomlashtirishning asosi hisoblanadi.

Voyaga yetmaganlarni sog'lom turmush tarzi asosida tarbiyalash vazifasi ular tafakkurida salomatlik asoslari bo'yicha ma'lum qonun-qoidalarni shakllantirishni talab etadi. Ularning ichida inson salomatligini saqlash bo'yicha bosh qoidalar asosiy o'rin egallaydi. Shu bilan birga, kundalik tartibni to'g'ri tashkil qilish, mehnat va dam olish me'yorlarini to'g'ri tashkillashtirish, ratsional ovqatlanish tizimini amal qilish, jismoniy harakatlarga bo'lgan odam organizmi ehtiyojini o'z vaqtida qoplash, shaxsiy gigiyena tamoyillariga rioya qilish o'quvchilarning ham jismonan, ham aqlan, ham ruhan rivojlanishida katta ahamiyat kasb etadi. Sog'lom turmush tarzi, shu nuqtai nazardan, ko'p tarmoqli jarayon bo'lib, inson hayotining psixologik, pedagogik, tibbiy muammolarini o'z ichiga qamrab oladi. Ammo sog'lom turmush tarzi talablarini bajarish ijtimoiy voqelikka ham dahldor bo'lib, inson kundalik hayoti, oilalar farovonligi, jamiyatning barkamollik mavqei bilan aloqadorlikda rivojlanadi. Shuning uchun ham, sog'lom turmush tarzi targ'iboti jamiyat hayotining turli darajalari va yo'nalishlarida olib borilishi lozim. Bugungi kunning zamonaviy ta'lim-tarbiya konsepsiyasi o'zining bosh maqsadi qilib komil shaxs g'oyasini ilgari suradi. Har tomonlama mukammal shakllangan va barkamol shaxsni esa bugungi kunda sog'lom

turmush tamoyillarini uning tafakkurida shakllantirmay turib, yaratib bo'lmaydi. Ammo salomatlikning eng aziz va noyob boylik ekanligini hamma e'tirof etgani holda, sog'lom turmush tarzini insonlar ongiga singdirish oddiy jarayon bo'lmay, balki ta'lim tizimidagi murakkab jarayondir.

Bugungi kunda yoshlar o'rtasida ijtimoiy tarmoqlarga qaramlik holatlari kuzatilmoqda. Virtual o'yinlarga berilib ketishlari natijasida jismonan zaif bo'lib qolishini oldini olishni ta'minlash maqsadga muvofiqdir. Shuningdek, Oila muhiti – bu qandaydir tarbiya vositasi emas, balki ota-onalarning va katta yoshdagi kishilarning har taraflama olib boradigan tarbiyaviy ish natijalari, oila a'zolarining o'zaro yuksak axloqiy munosabatlarning yig'indisi va nihoyat kattalarning bolalarga ijobiy ta'sir ko'rsatish na'munasidir. Maqsadga muvofiq muhit ota-onalari bilan noto'g'ri munosabatda bo'lmaydigan, bir-birlarini tushunmaydigan, hurmat qilmaydigan, bolalarning to'g'ri tarbiyalanishini doimo nazorat qiladigan hamda bolalariga shaxsiy namuna bo'la oladigan oilalarda tashkil topadi. Bolalarga ota-onalarning xatti-xarakatlarigina emas, balki gapirilayotgan gaplar, o'zaro savol-javoblari uyga kelgan kishilar va qo'shnilar bilan bo'ladigan muomala ham bevosita ta'sir ko'rsatadi.

AGRESSIV XULQLI BOLA BILAN KORREKSION ISH OLIB BORISH

Allaberganova Gulora Aminovna
Xorazm viloyati Gurlan tumani 26-maktab psixologi

Agressiv hulq- atvor deganda shahsning buzg'unchilikka intilishi bilan harakterlanuvchi hususiyat bo'lib asosan subyektlararo munosabatlar sohasida namoyon boladi. Agressiv og'ir havfli vaziyat paydo bo'lganida aggressivlik himoya bazida esa vaziyatni bartaraf etuvchi vazifani bajaradi. Agressiv hulq ayniqsa bolada yoshga hos bo'lgan o'tish davrida kuzatiladi. Bu shundan dalolat beradiki, yosh davrlari krizisi paytida bolaning yashashi qiyinlashadi, har qanday murakkab vaziyatda bola qiyinchilikni his qiladi va shu sababli aggressiv hulqning elementlarini kuzatish mumkin. Korreksion metodikaning qo'llanishi to'liqligicha aggressiv hulqning sababiga

bog`liq bo`ladi. Karreksiya metodi konkret hodisa va konkret bolani hisobga olgan holda tanlanadi. Bu quyida sharhlangan karreksiya metodlarini diqqat bilan ko`rib chiqishni taqozo etadi.

1 Agressiyaga moyillikni e`tiborga olmay qo`yish, unga atrofdagilarning diqqat qaratmasligi.

2 Agressiv harakatlarni o`yin mazmuniga kiritish va unga yangi emotsional mazmun berish. Bu orqali bolaning atrofdagilarga zarar yetkazmagan holda agressiv moyilligini chiqarib yuborish (masalan, qaroqchi va qazaqlar o`yinida agressiv hulqli bolaga qaroqchi ro`lini berish).

Agressiv hulqli bolaning ota- onasi bilan ishlash. Bu juda murakkab ishlardan biri hisoblanadi. Agressiv hulqli bolalarning ota onalari tez- tez bolaga nisbatan yoqimsiz hissiyotni boshdan kechiradilar va bolaga yordam berish uchun emas, balki bolani "yuvvoshlantirish" uchun psixologik konsultatsiyaga murojat qiladilar. Ular bolaning tinchlantirilishini va bola ularni hafa qiluvchi ishlarini tugatishini istaydilar.

Birinchiidan, ota -onaning qadr -qimmatiga negativ ta'sir etishdan qochish lozim (siz o`z bolangizning shaxsi bo`lishi haqida hech nima bilmsaysiz, hozir men sizga tushuntirib beraman). Ota-onaning shaxsiyatiga tegmagan holda vaziyatni aniqlab olish lozim. Ikkinchiidan, ota- ona bolaga bo`lgan ustanovkasini o`zgartirishi lozim. Ular agressiv hulqli bolani noshukur deb hisoblashadi.

Uchinchiidan, ota-onaga o`zlarining bolalik xotiralarining, o`sha davrdagi agressiv qilmishlarining sabablarini eslatish kerak. Balki bu ko`pgina shaxsiy komplekslarni ochishi mumkin. Bu holatda ularga psixik yordam ko`rsatish va shaxsiyatini barqarorlashtirish kerak bo`ladi. Bolalar muammosi har doim oilaviy muammolarni ko`taradi.

To`rtinchiidan, bola tug`ilguncha va chaqaloqligining birinchi oylarida ota-onaning unga bo`lgan munosabatini aniqlab olish lozim. Ba`zan bola onaning "majburiy" yoki "tasodifiy" homiladorligi asosida dunyoga kelgan bo`lishi mumkin. Bu holatda ota-ona qattiy bir qarorga kelishi lozim. Agar bola ularning hohishsiz tug`ilgan bo`lsa ham baribir ota-ona unga g`amho`rlik qilishga burchli.

“Tarbiya biz uchun yo hayot, yo mamot, yo najot, yo halokat, yo saodat, yo falokat masalasidir” A. Avloniy.

O`quvchilarning ruhiy holatlarini o`rganish .

Maqsad: Qaltis guruhga mansub o`smirlarning tengdoshlari orasidan to`g`ri ajratib olish, ularning stress holatiga tushishlari oldini olish va realibitasiya etish, shuningdek ular bilan olib borishi zarur bo`lgan individual tarbiyaviy va psixokorreksion ishlarning to`g`ri yonalishini belgilab olish.

Ko`rsatma: psixolog bu mashg`ulotni o`smir bilan alohida yakka tartibda amalga oshirishi maqul. Chunki ba`zi bir savollar tug`ilishi va ular atrofdagilardan tortinib murojat eta olmasligi mumkun. (Aniq javob olish maqsadida psixolog savollarni izoxlab turishi mumkun.

1 O`smir psixologik stress va zo`riqishlariga nisbatan chidamlimi?

2 O`ziga nisbatan ishonchsizlik va o`z -o`zini baholaganda past baho berish holatlari tez-tez namoyon bo`ladimi?

3 Tengdoshlar bilan ko`chada muomila qilishda qinalasanmi?

4 Maktabda o`zini tutish yoki muomila munosabatida havotirlanish, qo`rquv hissini namoyon qiladimi?

5 Qanday yo`l bilan bo`lsada yangi his-tuyg`ulardan rohatlanishga intilishi tez-tez namoyon bo`ladimi?

6 O`smirda do`stlari va tanishlarining fikriga tez qo`shiluvchanlik, biro`vlarning hayot tarziga taqlid qiluvchanlik, tanqidiy va mustaqil fikr bildirishdan yiroqlik kuzatiladimi?

7 Yuqumli va tug`ma kasalliklar, miya jarohati yoki potologiyasiga bog`liq bo`lgan og`ishlar uning hulq-atvorida aks etganmi?

8 Nizoli vaziyatlardan chekkada yurish va tinchlik olamiga intilish harakter hususiyatingda namoyon bo`ladimi?

9 Ota yoki onasining giyohvandlik yoki alkogolizm kasalligi nasliy harakterga egami?

1,2,3 savollarning “ha” javoblari uchun 5 ball beriladi. 6,8 savollarning “ha” javoblari uchun-10 ball beriladi. 5,7,9 savollarining “ha” javoblari uchun esa 15 ball beriladi. “Yo`q” javobi uchun 0 ball qo`yiladi.

15 balldan kam to`plagan bo`lsa, o`smir qaltis guruhga kirmaydi, havf-hatardan yiroq.

15 dan 30 ballgacha to`plagan bo`lsa, o`smir qaltis guruhga yaqin, uning hulq-atvori va yurib-turishi nazorat etish katta e`tiborni talab etadi.

30 dan yuqori ball to`plagan bo`lsa, darhol tajribali pedagog, psixolog, vrach va voyaga yetmagan huquqbuzarlik ishlari bilan shug`ullanuvchi militsiya hodimlariga murojat etib, maslahatlashish lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar.

1. Tarbiyasi qiyin guruhga mansub bolalar bilan ishlash G. T. Yodgorova. Toshkent 2007 yil

O`SMIRLIK YOSHIDAGI AGRESSIV XATTI-HARAKATLARNING IJTIMOYIY-PSIXOLOGIK SABABLARI.

*Elmurodov Otabek Komil o'g'li
Mirzo Ulugbek nomidagi Milliy Universitet
Psixologiya yo`nalishi magistranti*

Annotatsiya: o`smirlik davrining o`ziga xos xususiyatlari, agressiv xulq atvorning paydo bo`lishi, ijtimoiy muhit, fiziologik o`zgarishlar, jinsiy yetilishning boshlanishi va bu bilan bog`liq ravishda kechadigan o`zgarishlar, o`smirlar agressiyasiga nisbatan turlicha yondoshuvlar.

Kalit so`zlar: o`smirlik, o`tish davri, krizis, o`zgarish, ijtimoiy ta`sirlar, fizologik o`zgarishlar, agressiya.

Bolalarning o`smirlik davri tananing jadal rivojlanishi va bolaning ijtimoiy faolligini qayta qurish bilan ajralib turadi. O`smir hayotining barcha sohalarida kuchli

siljishlar sodir bo‘lmoqda, bu yoshni bolalikdan kattalikka “o‘tish davri” deb bejiz aytishmagan. Bu vaqtda xulq-atvorning barqaror shakllari, xarakter xususiyatlari va hissiy javob usullari shakllanadi va rivojlanadi, ular kelajakda kattalar hayotini, uning jismoniy va ruhiy salomatligini belgilaydi. Biroq, bola uchun yetuklik yo‘lining boshlanishi, ko‘plab dramatik tajribalar, qiyinchiliklar va inqirozlarga boy.

Zamonaviy o‘smir zamonaviy jamiyatning jadal rivojlanishi va ular bilan bog‘liq ijtimoiy qarama-qarshiliklar - demografik, ijtimoiy-iqtisodiy va psixologik oqibatlarini to‘liq boshdan kechirmoqda.

O‘smirlik - bu nafaqat kattalarning hayotiy tajribasini o‘zlashtirish, balki bolaning dunyoqarashini yo‘qotish davri, yanada beparvo hayot tarzi, o‘zini va o‘z imkoniyatlari haqida og‘riqli tashvishlar, o‘zida va boshqalarda haqiqatni izlash davri hisoblanadi. Ko‘pincha o‘smir ko‘plab tashqi va ichki qarama-qarshiliklarga yetarlicha dosh berolmaydi va ogohlantirishlarga agressiv xatti-harakatlar bilan javob beradi, bu ayniqsa o‘smir o‘g‘il bolalarga ko‘proq xosdir.

Zamonaviy jamiyatda o‘smirlarning agressiv xatti-harakatlari endi hodisa emas, balki mamlakatimizda ham, chet elda ham o‘qituvchilar, psixologlar, shifokorlarni qiziqtirgan muammodir. Ammo bir narsa aniqki, agressiv xulq-atvorga ega bo‘lgan o‘smirlar kattalarning malakali yordamiga muhtoj. Tadqiqotchilar muammoning quyidagi jihatlariga e‘tiborni qaratdilar: agressiyaning biologik va ijtimoiy determinantlari, agressivlikning namoyon bo‘lishini belgilovchi shart-sharoitlar, agressiv xatti-harakatlarning individual, jins va yoshi xususiyatlari va uni tuzatish usullari.

O‘smirlik - bu insonning ijtimoiy hayotda majburiy ishtirok etish yoshi bilan bog‘liq bo‘lgan bolalik va kattalik o‘rtasidagi chegara. Ko‘pgina qadimgi jamiyatlarda balog‘atga o‘tish maxsus marosimlar bilan rasmiylashtirilgan, buning natijasida bola nafaqat yangi ijtimoiy maqomga ega bo‘libgina qolmay, balki go‘yo yana tug‘ilgan, yangi ism olgan va hokazo.

Bolaning rivojlanishidagi o‘smirlikning alohida pozitsiyasi uning nomlarida aks etadi: “o‘tish davri”, “tanqidiylik davri”, “qiyinchilik davri”. Ular hayotning bir davridan ikkinchisiga o‘tish bilan bog‘liq bo‘lgan bu yoshda sodir bo‘ladigan

rivojlanish jarayonlarining murakkabligi va ahamiyatini qayd etdilar. Bolalikdan kattalikka o'tish bu davrda rivojlanishning barcha tomonlari - jismoniy, aqliy, axloqiy, ijtimoiy sohalarning asosiy mazmuni va o'ziga xos farqidir. Barcha yo'nalishlarda sifat jihatidan yangi shakllanishlar paydo bo'ladi, balog'atga yetish elementlari tanani qayta qurish, o'z-o'zini anglash, kattalar va o'rtoqlar bilan munosabatlar, ular bilan ijtimoiy o'zaro munosabatlar usullari, qiziqishlar, kognitiv va ta'lim faoliyati, mazmuni natijasida paydo bo'ladi.

Shunday qilib, ushbu yosh davrida agressivlikning paydo bo'lishining sabablari va mexanizmini tushunish uchun o'smirlikning ba'zi asosiy xususiyatlarini batafsil ko'rib chiqamiz.

O'smirlikning birinchi umumiy namunasi va o'tkir muammosi, yuqorida aytib o'tganimizdek, ota-onalar bilan munosabatlarni qayta qurish, bolalarga qaramlikdan o'zaro hurmat va tenglikka asoslangan munosabatlarga o'tishdir. O'smirlik davri o'tish davri deb ataladi. O'smirlikning psixologik holati ushbu asrning ikkita "burilish nuqtasi" bilan bog'liq: psixofiziologik – balog'atga yetishish va u bilan bog'liq bo'lgan hamma narsa va ijtimoiy - bolalikning tugashi, kattalar dunyosiga kirish bilan izohlanadi.

Agressiya – shaxsning buzg'unchilikka intilishi bilan xarakterlanuvchi xususiyati bo'lib, asosan shaxslararo munosabatlar sohasida namoyon bo'ladi. Agressiv xulqni «yomon» xulq bilan bir xil hisoblash mumkin emas. Og'ir, xavfli vaziyat paydo bo'lganida agressivlik himoya vazifasini, ba'zida esa vaziyatni bartaraf etuvchi vazifasini ham bajaradi.

Agressiv xulq, ayniqsa, o'smirda yoshga xos bo'lgan o'tish davrida kuzatiladi. Bu shundan dalolat beradiki, o'tish davrida o'smir har qanday murakkab vaziyatda qiyinchilikni his qiladi va shu sababli unda agressiv xulqning unsurlarini kuzatish mumkin. Bu shu davrni boshdan kechirayotgan barcha o'smirlarga birdek tegishli. O'smir hissiy olamida buzilish bo'lganida agressiya odatiy hodisaga aylanadi, hatto xulq-atvorning birdan bir shakli bo'lib qoladi. Biroq, shunga qaramasdan, o'smir xulqida agressivlikning bor bo'lishi ular bilan o'zaro munosabatda qiyinchilik

tugʻdiradi. Har zamonda kuzatiladigan agressiv tugʻyonlarni tasodifiy salbiy holat deb baholab boʻlmaydi.

Shuni esda tutish kerakki, oʻsmir hissiy olamining rivojlanishi jarayonida uning faolligi qonuniy ravishda ortishi mumkin. Odatda, kattalar yordamida oʻtkazilgan ruhiy tuzatishning bu zaruriy bosqichida oʻsmir oʻzini qurshagan reallikka mos keladigan muloqotni oʻzlashtirishi mumkin. Oʻsmir agressiyasini bartaraf etishni uning sababini aniqlashdan boshlashi lozim. Agar agressiya hissiy olamning buzilishi sababli boʻlmasa, tuzatish ishlarini uni yoʻqotishga emas, balki salbiy oqibatlariga olib keluvchi agressiv xulqni yumshatish va uning namoyon boʻlishiga yoʻl qoʻymaslikka qaratish lozim.

Shu bilan birga, kattalarning oʻzini ham oʻsmirdagi agressiv harakatni ijobiy idrok qilishga tayyorlash lozim. Boshqa holatda, yaʼni agressiya oʻsmir hissiy olamidagi buzilishning namoyon etilishi boʻlsa, ota-ona harakati oʻsmirning mustahkamlanmagan agressiv harakatiga yoʻnaltirilishi lozim. Ularga quyidagicha taʼsir koʻrsatish mumkin boʻladi:

- Agressiyaga moyillikni eʼtiborga olmay qoʻyish, unga atrofdagilarning diqqatini qaratmaslik.
- Agressiv harakatlarni oʻyin mazmuniga kiritish va unga yangi hissiy mazmun berish. Bu orqali oʻsmirning atrofdagilarga zarar yetkazmagan holda agressiv moyilligini chiqarib yuborish (masalan, qaroqchi va kazaklar oʻyinida agressiv xulqli oʻsmirga qaroqchi rolini berish).

“Agressiya” va “agressivlik” tushunchalarini farqlash zarur. Agressivlik - bu agressiyaga tayyorlik, shuningdek, boshqa birovning xatti-harakatlarini dushman sifatida qabul qilish va talqin qilish tendensiyasida ifodalangan nisbatan barqaror shaxsiy xususiyatdir. Oʻzining barqarorligi va shaxs xususiyatlari tarkibiga kirishi tufayli agressiv xatti-harakatlarning umumiy tendensiyasini oldindan belgilashga qodir.

Odamlarda agressivlikning namoyon boʻlishi cheksiz va xilma-xil ekanligini hisobga olsak, bunday xatti-harakatni A.Bass tomonidan taklif qilingan konseptual asos bilan oʻrganishni cheklash juda foydali boʻlib chiqadi. Uning fikricha, agressiv harakatlarni uchta shkala asosida tavsiflash mumkin: jismoniy – ogʻzaki, faol - passiv

va bevosita - bilvosita¹. Ularning kombinatsiyasi sakkizta mumkin bo'lgan toifani beradi, ular ostida eng agressiv harakatlar tushuniladi. Masalan, otishma, pichoqlash yoki kaltaklash kabi bir kishi boshqa shaxsga nisbatan jismonan zo'rvonlik ko'rsatadigan harakatlar jismoniy, faol va bevosita deb tasniflanishi mumkin.

Olimlar o'smirning agressiv harakatlarga moyilligini turli yo'llar bilan tushuntirishga harakat qilishdi. Birinchi nuqtayi nazar "tug'ma instinktlar" nazariyasi bo'lib, unga ko'ra hayvonlar va odamlarda tug'ma "agressiv instinkt" mavjud. Freyd insonning halokatga bo'lgan instinktiv asosiga ishora qilib, bu jarayonni to'xtatishga urinish samarasiz deb hisobladi.

Insonning agressivligi o'zining evolyutsion va fiziologik ildizlariga ega. Agressiyaning fiziologik omillari orasida jinsiy gormonlar mavjud.

Frustratsiya nazariyasiga ko'ra, agressiya - bu organizmning ichaklarida avtomatik ravishda paydo bo'ladigan tortishish emas, balki umidsizlik oqibati, ya'ni subyektning maqsadli harakatlari yo'lida paydo bo'ladigan to'siqlar yoki holatning boshlanishidir. Bu nazariya, birinchidan, agressiya har doim umidsizlikning oqibati bo'lsa, ikkinchidan, umidsizlik doimo agressiyani keltirib chiqaradi.

Agressiv xulq-atvorning kelib chiqishiga oid yana bir qarash L.Berkovitz tomonidan ijtimoiy o'rganishlar nazariyasida keltirilgan. Agressiv xulq-atvorning paydo bo'lishi va ma'lum bir obyektga tarqalishi uchun ikkita shart mavjud bo'lishi kerak: birinchidan, maqsadli faoliyat yo'lida paydo bo'lgan to'siq odamda g'azab reaksiyasini uyg'otadi, ikkinchidan, to'siqning sababi sifatida boshqa shaxs idrok qilinadi. Agressiv xulq-atvorning kelib chiqishi haqidagi eng zamonaviy nuqtayi nazar, biz birinchi bobda keltirib o'tgan agressiyaning kognitiv nazariyasi bilan bog'liq.

Agressiv harakatlar nafaqat umidsizlik natijasida, balki o'rganish, boshqa odamlarga taqlid qilish natijasida ham ko'rib chiqiladi. Ushbu konsepsiyadagi agressiv xatti-harakatlar quyidagi kognitiv va boshqa jarayonlarning natijasi sifatida talqin etiladi²:

¹ Семенюк Л.М. Психологические особенности агрессивного поведения подростков и условия его коррекции. М., 1996. –254 с.

² Маринина Е., Воронов Ю. Подросток в «стае» // Воспитание школьников. 1994. № 6. С. 42-43.

1. Subyekt tomonidan uning agressiv xatti-harakatlari oqibatlarini ijobiy deb baholash.

2. Xafagarchilikning mavjudligi.

3. Odam undan qutulmoqchi bo'lgan ichki taranglik bilan kechadigan ta'sir yoki stress kabi emotsional haddan tashqari qo'zg'alishning mavjudligi.

4. Tanglikni bartaraf etish va umidsizlikni bartaraf etish mumkin bo'lgan agressiv xatti-harakatlarning mos obyektining mavjudligi.

Agressiyaning sabablari haqida gapirganda, agressiya tabiatan geterogn ekanligini hisobga olish kerak. Agressiyaning har xil turlari va shakllari mavjud.

Birinchidan, reaktiv va spontan agressiya o'rtasida farq bor. Bir qator muhim farqlarni S. Feshbax qayd etib, ekspressiv, dushmanlik va instrumental agressiyani bir-biridan ajratib turdi. Ekspressiv agressiya - bu jahl va g'azabning beixtiyor portlashi, diqqat markazida bo'lmagan obyektga shaxsning hujumkorona yo'nalishidir.

Shaxsga doir individual taraqqiyot samarasini hamda shaxslararo munosabatlarni belgilovchi xulq-atvor va xatti-harakatlarning eng muhim xususiyatlaridan biri agressivlikdir. Agressiya – bu odamlar, odamlar guruhiga nisbatan jismoniy va ruhiy zarar yetkazishga qaratilgan individual yoki jamoaviy xatti-harakatlar majmui hisoblanadi. Bugun insoniyat tarixi ishonchli tarzda shuni isbotlamoqdaki, agressiya shaxs va jamiyat hayotining ajralmas qismiga aylanib bormoqda. Bundan tashqari, agressiya ulkan tortishish kuchi va yuqumlilik xususiyatiga ega – ko'pchilik o'zining agressiv ekanini inkor etadi, ammo o'zining kundalik hayotida esa, uni keng namoyish qiladi. Aynan agressiv xulq-atvor shaxslararo nizolarning vujudga kelishiga va ularni hal etishning asossiz yo'llari paydo bo'lishiga olib keladi. Ijtimoiylashuv – individning ijtimoiy tajribani o'zlashtirish jarayoni va faolligi bo'lib, bu o'z navbatida muloqot va faoliyatda namoyon bo'ladi. Ijtimoiylashuv jarayoni jamiyatdagi turli o'zgarishlar va maqsadga yo'naltirilgan tarbiya natijasida stixiyali tarzda kechadi.

Ijtimoiylashuv jarayonini turli psixologik ilmiy maktablar turlicha tahlil qilganlar: 1) neobixeviorizm namoyandalarining fikricha, ijtimoiylashuv – bu ijtimoiy o'rganishdir; 2) interaksionizm vakillarining fikricha, o'zaro ta'sirlar natijasi; 3) gumanistik psixologiya vakillarining ta'riflashicha, «Men» konsepsiyasining namoyon

bo‘lishidir. Ijtimoiylashuv serqirra jarayon bo‘lib, yuqorida keltirilgan psixologiyaning ilmiy maktablari namoyandalari uning faqat bir tomonigagina asosiy urg‘u beradilar. Bu konsepsiya shaxslararo munosabatlarga kirisha olish darajasiga bog‘liq ijtimoiy xulq-atvorni boshqarish tizimini tahlil qiluvchi dispozisiyalar ierarxiyasini o‘z ichiga qamrab oladi. Insonlardagi shaxslararo munosabatlarda namoyon bo‘luvchi xulq-atvor tiplaridan biri agressiyadir.

«Agressiya» tushunchasiga izoh berish qator qiyinchiliklarni tug‘diradi, chunki bu atama ko‘plab xatti-harakat shakllarini ifodalaydi. Odamlar biron kimsani agressiv shaxs sifatida tavsiflaganlarida, uni boshqalarni haqorat qiluvchi yoki badfe'l, barcha narsani o‘zi istaganidek qilishni istaydigan yoki o‘z g‘oyalarini qat‘iy himoya qiladigan, yechimi yo‘q muammolar girdobiga o‘zini giriftor qiladigan inson kabi ta’riflarni keltirishlari mumkin. Insonning agressiv xatti-harakatlarga moyilligini turlicha tushuntirishga qaratilgan dastlabki nuqtai nazarlar ichida U.Makdugall, Z.Freyd, G.Marrey va boshqa olimlarning «inson va hayvonlarda agressiyaning tug‘ma instinkti mavjud bo‘ladi», degan qarashlaridir. Agressiv xulq-atvor haqidagi fikr-mulohazalar XX asrning boshlarida frustratsiya nazariyasi bilan bog‘liq ravishda yuzaga keldi. Unga ko‘ra, agressivlik frustratsiyaning oqibatidir. Bunday qarashni birinchi bo‘lib J.Dollard ilgari surdi. Ammo, ushbu ikki xil nuqtai nazar ham amaliyotda o‘z tasdig‘ini topmadi. Agressiv xulq-atvor xususidagi yana bir nuqtai nazar L.Berkovichning ijtimoiy bilish nazariyasida bayon qilingan. Unga ko‘ra, maqsadga yo‘naltirilgan faoliyat davomida vujudga keladigan to‘siq shaxsda agressiv xatti-harakatlarni hosil qiladi. Nihoyat, agressiv xulq-atvorning kelib chiqish sabablari haqidagi eng zamonaviy nuqtai nazar bilishning kognitiv nazariyasi bilan bog‘liq holda ifodalanadi. Bu konsepsiyada agressiv harakatlar quyidagi jarayonlarning natijalari sifatida baholanadi:

1. Subyektning o‘z agressiv xulq-atvorini ijobiy deb baholashi;
2. Frustratsiyaning mavjudligi;
3. Affekt yoki stress tipidagi emosional qo‘zg‘alishning kuchliligi.

R.Kratchfild va N.Livson agressiyaning bir-birini inkor etmaydigan va birday maqbul ikki tavsifini keltirganlar. Birinchisi, xulq-atvorning zohiriy (tashqi) alomatlariga asoslanadi: «Agressiya – kimgadir ziyon yetkazuvchi xulq-atvorning har

qanday ko‘rinishidir». Ikkinchisi, odamning botiniy (niyatleri) bilan bog‘liq, ya'ni insonni harakatga undovchi kuchlar bilan mushtarak: «Аgressiya – boshqa bir insonga ziyon yetkazishni maqsad qilib olgan har qanday xatti-harakatdir». Аgressiyaning yuqorida zikr etilgan tavsiflariga monand tushunchalarga tayangan ko‘plab psixologlar agressiyani mavjudotning yashash uchun kurash bilan bog‘liq uzviy xususiyati deb hisoblaydilar.

D.Bass taklif etgan ta’riflardan biriga ko‘ra, boshqalar uchun xavf tug‘diruvchi va ularga ziyon yetkazuvchi har qanday fe’l-atvor agressiyadir. Bir necha taniqli tadqiqotchilar tomonidan taklif etilgan ikkinchi ta’rif esa quyidagicha: u yoki bu harakatlari agressiya sifatida tasniflanishi uchun ular oxir-oqibat xafa qilish yoki haqoratlashga olib kelishi emas, balki xafa qilish va haqoratlarni maqsad qilib qo‘yishi lozim.

Nihoyat, uchinchi nuqtayi nazar X.Zilman tomonidan bildirilib, unga ko‘ra, agressiya o‘zgalarga tan jarohati va boshqa jarohatlar yetkazish demakdir. «Аgressiya» tushunchasining talqinidagi kelishmovchiliklarga qaramay, ijtimoiy fanlar sohasidagi ko‘plab mutaxassislar uning ikkinchi nuqtai nazarda bayon etilgan ma’nosiga ko‘proq tayanadilar.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati

1. Аgressiya v podrostkovom vozraste. – Санкт-Петербург, «Питер», 2007.
2. Алфимова М.В. Трубников В.И. Психогенетика агрессивности // Вопросы психологии. – 2000. - №6. –С.112-121.
3. Бандура А. Уолтерс Р. Подростковая агрессия. - М., 1999. – 512с.
4. Бандура А., Уолтерс Р. Подростковая агрессия. Изучение влияния воспитания исемейных отношений. / Перевод с англ. – М.: «Апрель Пресс», 1999.
5. Бандура А., Уолтерс Р. Подростковая агрессия. М. 2000.
6. Берковиц Л. Аgressiya i agressivnoe povedeniye. – Воронеж: «Научная книга», 2004. –С. 80.
7. Берковиц Л. Аgressiya. Причины, последствия, контроль. М., 2001. – 512 с.

O'QUVCHILARNI KASBGA YO'NALTIRISHNING PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK MUAMMOLLARI

Jo'rayeva Iroda Muxsinovna

Namangan viloyati To'raqo'rg'on tumani 56-maktab psixologi

Bu dunyodagi barcha xatti-harakatlarimizning ibtidosi yashashga bo'lgan intilishga borib taqaladi. Aslida esa yashash uchun unchalik ko'p narsa zarur emasdek go'yo. Lekin inson ongli mavjudot bo'lgani bois shunchaki yashash, havo, suv, ozuqa, issiqlik, yorug'likka bo'lgan ehtiyojlarini qondirish bilangina kifoyalana olmaydi. U yaxshi yashashga intiladi, ehtiyojlarini imkon qadar to'liqroq qondirish payida bo'ladi.

Odamzod dunyoga kelibdiki, yaxshi yashash yo'llarini izlaydi. Bu esa unda olamni bilishga, o'zligini anglashga intilish, qavmdoshlari bilan o'zaro muloqotda bo'lish va ma'lumot almashish kabi ma'naviy ehtiyojlarni ham vujudga keltiradiki, bugun endi aynan shu ehtiyojlar qay darajada qondirilayotgani farovon yashash sharti, to'kin-sochinlikning asosiy omili hisoblanmoqda. Bugungi kunda insonning o'zi xohlaganchalik umr kechirishining muhim omillaridan biri munosib kasb egasi bo'lish bilan ham belgilanadi.

Ta'lim jarayonida o'quvchi tarbiyasi qanchalik muhim bo'lsa, uni qobilyat va qiziqishlari asosida kasbga yo'naltirish ham bugungi kunda muxim pedogogik-psixologik muammolardan hisoblanadi. Chunki yurtboshimiz ta'biri bilan aytganda, "Bugun yangicha fikrlaydigan, o'z kelajagini jamiyat demokratik qadryatlarni mustahkamlash bilan mamlakatimiz kelajagini jaxon xam jamiyatiga integratsiyalashuvi bilan bog'liq holda ko'radigan yangi avlod vakillari xayotga kirib kelmoqda". Yangi avlodni kasb-hunarga yo'naltirish kelajakda jamiyatimiz uchun salohiyatli kadrlarni yetkazib chiqishda ahamiyatli rol o'ynaydi.

Umumta'lim maktablarining o'quvchilarini kasb tanlashga yo'naltirish muhim masalalardan biri bo'lib, asosiy maqsad o'sib kelayotgan yosh avlodni ongli va mustaqil ravishda, o'z hoxishi bilan kasbiy moyilligini aniqlash orqali kelgusi hayoti, faoliyati va yutug'ini ta'minlab beradigan kasb tanlashini to'g'ri tashkil etishdan iboratdir.

O'quvchilarni kasb-hunarga yo'naltirish ishlari ta'lim-tarbiya bilan uzviy kechadigan, uning barcha qirralarini qamrab oladigan uzluksiz jaroyandir.

Mehnat faoliyatini boshlash uchun kasb tanlashda bu ishga ongli ravishda yondoshmoq va uni mustaqil ravishda hal qilmoq kerak. Muayyan iqtisodiy tumannig xodimlarga bo'lgan ehtiyoji, tanlanadigan kasbga o'quvchining qiziqishi, qobiliyati, so'g'lig'i to'g'ri kelsagina kasbni ongli ravishda tanlash mumkin.

Kasb tanlashda mustaqillik deganda kushining bu sohadagi maksimal dahlsizligi, o'zining tashabbuskorligi to'la namoyon bo'lishi tushuniladi. Lekin bu bilan o'quvchi hojlagan kasbni o'zi tanlashi lozim degani emas, bunda eng avvalo oiladagi katta yoshli kishilarning fikrlari nazarda tutiladi. Kasb tanlash to'g'risidagi masalada o'quvchining va ota-onalarning fikri bir joydan chiqsa yaxshi, albatta. Mabodo bunday hamfikrlik bo'lmasa, o'z imkoniyatlarini chamalab, katta yoshli kishilarning fikr mulohazalarini tahlil qilib ko'rish lozim.

Bundan tashqari o'quvchilarga mehnat faoliyatiga amaliy va axloqiy tayyorgarlikni bilish uchun quyidagi qoidalarga amal qilish lozimligi aytib o'tildi:

1. Kasbning mohiyatini anglatish orqali o'quvchilarga inson jamiyat taraqqiyotidagi o'z o'rniga ega bo'lish;
2. Inson mehnati hamda mehnat mahsuli bo'lgan moddiy va ma'naviy ne'matlarni qadrlash va avaylashga o'rgatish;
3. O'quvchilarga kasbga nisbatan muhabbatni o'rgatish;
4. O'quvchilarni kasb tanlashda ongli ravishda, vijdonan yondashishga odatlantirish;
5. Kasb tanlaganda uning hayotiy zarurat ekanligi, inson faoliyatining asosi sifatida munosabatda bo'lish;
6. O'quvchilarda mehnatsevarlik xislatini tarbiyalash; o'z mehnati samarasidan g'ururlanish tuyg'usini shakllantirish;
7. Muayyan kasb-hunar sirlarini o'zlashtirishga erishish va hakoza.

Kasb tanlashda onglilik va mustaqillik insonning o'z qiziqishi qobiliyatlari, irodaviy sifatlariga o'zi baho berishini taqozo etadi. Lekin har bir o'quvchi o'z imkoniyatlarini to'g'ri baholay olmaydi. Shuning uchun fan o'qituvchilarining, murabbiylarning fikrlariga quloq solish va amal qilish muhim ahamiyatga egadir.

Chunki har bir pedagog o'quvchining xulq - atvorini qiziqishlarini, mayillarini, xarakterini va mehnatga qay darajada tayyor ekani to'g'risida hammadan ko'ra yaxshiroq fikr bildiradi.

Kasb-hunarga yo'naltirish ishlarining samarali usullarini amaliyotga joriy etish maqsadida o'smir yoshdagi o'quvchilarning individual-psixologik xususiyatlarini inobatga olgan holda faol ijtimoiy hayotga tayyorlashda ularning qiziqishi, jismoniy va aqliy imkoniyatlari, mehnat bozoridagi kasblarga bo'lgan ehtiyojga qaratish muhimdir .

O'quvchilarni uzluksiz kasb-hunarga yo'naltirish usullaridan biri esa kasbiy tashxis metodikalari yordamida ularning kasbiy yo'nalganligini aniqlashdir. Barchamizga ma'lumki hozirgi kunda 9-sinf bitiruvchilari bilan „Qiziqishlar anketasi“, „Kasbiy motivatsiyani aniqlash“, „Deferensial-diagnostik so'rovnoma“, „O'quvchilarni kasbiy yo'nalganligini aniqlash metodikasi“, „Shaxs sifatleri va kasbiy qobiliyatlarni o'rganish metodikasi“, „Kommunikativ va tashkilotchilik qobiliyatini aniqlash metodikasi“, „Qiziqishlar xaritasi“ kabi kasbiy tashxis metodikalaridan foydalaniladi. Bundan tashqari maktab psixologlari va kasbga yo'naltiruvchilar, mehnat va boshqa fan o'qituvchilari tamonidan turli usullar yordamida o'quvchilarning kasbiy qiziqishlarini aniqlash mumkin.

Kasb tanlash katta hayot yo'lidagi eng muhim qadamdir. Inson o'zini baxtli his qilishi uchun albatta atrofida sevimli insonlar bo'lishi bilan birgalikda ,o'zi qiziqqan kasb egasi bo'lishi lozim. Ba'zi yoshlar ko'p yillar orzu qilgan mutaxassislik uchun oliy ta'lim tizimiga hujjat topshirish vaqti kelganda, ikkilanish yuzaga keladi. Chunki uning o'z bilimiga nisbatan ishonchi bo'lmaydi. Shuning uchun ham bilimdan kelib chiqib kasb tanlash emas, balki bilimni maqsadga qarab oshirib borish zarur. Buning uchun esa bolaga yoshligidanoq o'zi yoqtirgan kasb haqida oilada va maktabda to'g'ri tushuncha berish va bolada qiziqish va layoqatni shakllantirib borish lozim.

O'zbekiston Respublikasi birinchi Prezidenti I.A.Karimov „Yuksak ma'naviyat-engilmas kuch“ asarida ta'kidlaganidek; ”Har kuni, har soatda fidoyi bo'lish, o'zini tomchi va tomchi, zarrama-zarra buyuk maqsadlar sari toliqmay tinimsiz safarbar etib borish, bu fazilatni, kundalik faoliyat mezoniga aylantirish –haqiqiy qahramonlik aslida mana shu ...”. Zero, umumta'lim maktablari psixologik xizmatning asosiy

yo'nalishlaridan biri sifatida o'quvchilarni kasb-hunarga yo'naltirish o'quvchilarning qobiliyati, qiziqishi, iqtidorini aniqlash, ularni o'z jismoniy va ruhiy imkoniyatlariga mos kasblarga yo'llash ularning kelgusida el-yurt ravnaqi uchun qo'shadigan hissasiga asos bo'ladi.

Xulosa qilib aytganda kasbga ongli munosabatni tarbiyalashning yana bir talabi o'quvchilarni ilm fan, madaniyat, texnika va texnologiya borasidagi yangiliklardan boxabar etish, ularga nisbatan qiziqishni hosil qilish, bu boradagi layoqat, qobiliyat va iqtidorlarini oshirib borishdan iborat.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Umumiy psixologiya . E. G'oziyev. Toshkent-2002
2. Turmush tarzi, ta'lim va milliy o'ziga xoslik. A.Jabborov, Sh.Bekova. Qarshi-2002
3. Maktab va hayot ilmiy metodik jurnal

ILK O'SPIRINLIK DAVRIDA YOSHLARNING SHAXSIY XUSUSIYATLARI

Sharipova Gulzora
Murishkor tuman 30-maktab psixologi

O'spirinlarni hali to'la katta deb hisoblab bo'lmaydi, chunki ularning shaxsiy xususiyatlarida hali bolalikni kuzatish mumkin. Bu ularning fikrlarida, berayotgan baholarida, hayotga va o'z kelajaklari munosabatlarida ko'zga tashlanadi. Intellekti yaxshi rivojlangan o'spirinlar kattalarni tashvishga solayotgan masala, muammolarini tushuna oladilar va ularni muhokama eta oladilar. O'spirinlar juda ko'p muammoli savollarga javob o'ylaydilar. Ularning diqqatini ko'proq axloqiy masalalar tortadi.

Agar kichik maktab yoshidagi o'quvchilar uchun axloqiy masalalarni yechish manbai - bu ular uchun o'qituvchilar bo'lsa, o'smirlar bu savollarga javobni ko'proq tengdoshlari davrasida qidiradilar, o'spirin yoshdagilar esa savollarga to'g'ri javobni topishda ko'proq katta kishilar foydalanadigan manbalarga murojaat etadilar. Bunday manbalar asosan real, ko'pqirrali, murakkab insoniy munosabatlar va ilmiy-ommabop,

badiiy, publitsisgik adabiyotlar, san'at asarlari, matbuot, radio, televidenie bo'lib hisoblanadi. Bugungi o'spirinlarga hayotga nisbatan hushyor, aqliy-amaliy qarash, erkinlik va mustaqillik xos. Ular haqqoniy bo'lish tushunchasiga ham real tarzda yondoshmoqdalar. Masalan, o'tgan yillardek "haqqoniylik bu hammaga bir xil emas, balki har kimning imkoniyatiga harab va hammaning ishiga yoki inson manfaatlariga qo'shgan hissasiga qarab belgilanadi", deb tushunadilar va talqin etadilar. Maktabni tugallash vaqtiga kelib, juda ko'p o'smirlar axloqiy jihatdan shakllangan va ma'lum axloq normalari qat'iyilashgan xususiyatlariga ega bo'ladilar.

O'spirinlarda axloqiy dunyoqarash bilan bir qatorda ijtimoiy, siyosiy, iqtisodiy, ilmiy, madaniy, diniy va boshqa sohalar bo'yicha ma'lum bir qarashlar vujudga keladi. Juda ko'p yillardan beri o'spirinlarni yaxshilik va yomonlik, haqiqat va noqonuniylik, axloqiylik va axloqsizlik masalalari tashvishlantirib keladi. Hozirgi davr o'spirinlari har bir narsaga ishonuvchan yoki salbiy munosabatlarga xos bo'lmay, balki hayotga real, aqliy, amaliy qaraydigan, ko'proq erkin va mustaqil bo'lishga intiluvchi yoshlaridir.

O'spirinlar ongli ravishda egallangan axloq normalari asosida, o'z xatti-harakatlarini yo'lga solishga intiladilar. Bu esa, avvalo o'spirinning o'zini anglashining o'sishida namoyon bo'ladi. O'zini anglash murakkab psixologik struktura bo'lib, quyidagilarni o'z ichiga oladi:

- birinchidan, bolada tashqi olamdagi predmet ta'siridan paydo bo'lgan sezgilari o'z tanasi bilan farq qila boshlaganda vujudga keladi;
- ikkinchidan, o'zining shaxsiy "Ideal"ligini aktiv faoliyati asosida anglashi;
- uchinchidan, o'zining psixik xususiyati va hislatlarini anglashi;
- to'rtinchidan, ijtimoiy, axloqiy o'z-o'ziga baho bsrishning'ma'lum sistemasini anglashi.

Mana shu elementlarning barchasi bir-biri bilan funksional va genetik bog'langandir. Lekin, bularning hammasi sizga ma'lumki, bir vaqtning o'zida shakllanmaydi,. Bolaning "Ideal"ligini anglashi tahminan 3 yoshda paydo bo'ladi, bunda bola shaxsiy olmoshni ishlata boshlaydi. Masalan: men, meniki, mendan va hokazo, o'zining psixik sifatlarini anglash va o'z-o'ziga baho berish o'spirinlik yoshida borgan sari ko'proq ahamiyat kasb eta boshlaydi. O'spirinlar har joyda o'zini ko'rsatish

xus:usiyatiga ega bo'lgan ; o'smirlik vaqqidayoq, o'zlarining shaxsiy xususiyatlarini kuzata boshlaydilar. Ya'ni o'zlarining tashqi qiyofalariga tanqidiy qaray boshlaydilar: bo'yining pastligi yoki aksinchasi, semizlik, yuzidagi xusnbuzarlar, yigit va qizlarni bezovtalantiradi, ular iztirob chekadilar. Kech yetiladigan o'gil va qizlar yashirin kechinmalar kechiradilar. Kishining o'z obrazi - bu o'spirinlikning o'zini anglashi ancha muhim komponent bo'lib hisoblanadi. O'spirinlikda o'z shaxsiy hislatlariga baho berish kuchayadi. O'spirin ham o'smir singari o'z qadr-qimmatini, o'ziga nimalarni qilishga arzishi va nimalarga qodir ekanligini benihoya bilgisi keladi. O'ziga bahoberish ikkita usulda bo'ladi. Kishi o'zi qo'lga kiritgan yutuqlari natijasi bilan baholaydi. Masalan: bola qiyin vaziyatda o'zini yo'qotmaydi . Ma'lum qiyin topshiriqni bajaradi. "Men qobiliyatliman", deydi. Axloqqa oid bunday xatti - harakatlar, o'spirinning oz qat'iyligini sinashi hamdir.

Ijtimoiy taqqoslash, ya'ni o'zi haqidagi boshqa ishlarni fikrlarni solishtirishdan iboratdir. Masalan: o'quvchilar tomonidan "mardlik" deb ma'qullangan xatti-harakatni o'qituvchi "qalbaki o'rtoqlik" deb aytadi. Bunda bolalar o'z xatti-harakatlari to'g'risida o'ylab, bosh qotira boshlaydilar. Shaxsiy "men" obrazi, juda murakkabdir. Hatto kattalarning o'zini anglashi qarama-qarshiliklardan holi emas. O'spirinlarda yanada kuchliroq bo'ladi. Ba'zi o'spirinlar o'zini kuzatish uchun kundalik daftarlar tutadi. Bu holat qizlarda ertaroq va ko'proq uchraydi. Bu holat shunchaki o'sishni bildirib qolmasdan, balki shaxsda mohiyat jihatidan tubdan boshqacha tarzda o'z shaxsiyatining ma'naviy-ruhiy fazilatlarini, ijtimoiy turmush tarzi, maqsad va vazifalarini anglashi, ularni oqilona baholash zaruratini aks ettiradi. Undagi o'z - o'zini anglash, turmush, yashash, o'qish, mehnat va sport faoliyatlari tarzida bilan namoyon bo'ladi. O'quv muassasa, mikromuhitidagi odatlanmagan vaziyat, shaxslararo munosabatlar va muommala ko'lamining kengayishi o'ziga xos tipologik aqliy, axloqiy, irodaviy, hissiy xususiyatlarini oqilona baholash, qo'yilayotgan talablarga javob berish tariqasida yondashish, o'z - o'zini anglashini jadallashtiradi. O'spirin o'quvchilarining o'z - o'zini anglashga aloqador o'ziga xos xususiyatlari mavjud, ular dastavval o'zlarining kuchli va zaif jihatlarini, yutuq va kamchiliklariyi aniqroq baholash imkoniyatiga ega bo'ladilar. O'spirin o'quvchining o'smirlik davridagi boladan o'zgacharoq yana bir

xususiyati - bu, murakkab shaxslararo munosabatlarda aks etuvchi burch, vijdon hissini anglash, o'z qadr – qimmatini e'zozlashi, sezishi va fahmlashga ko'proq moyilligidir. O'spirin o'quvchida o'zini anglashi negizida o'zini tarbiyalash istagi tug'iladi. Natijada unda o'z – o'zini tarbiyalash vositalarini saralash, ularni kundalik turmushga tadbiq qilib ko'rish ehtiyoji vujudga keladi. Lekin, o'z – o'zini tarbiyalash jarayoni o'spirin ruhiyatidagi mavjud nuqsonlarga barham berish, ijobiy xislatlarni shakllantirish . bilan kifoyalaniq qolmasdan, balki voyaga yetgan kishilarga xos ko'p qirrali, umumlashgan idealga mos ravishda tarkib toptirishga yo'naltirilgan bo'ladi.

O'quvchilar o'zida shaxsning eng qimmatli fazilatlarini, o'quv va mehnat malakalarini ongli, rejali, tartibli, izchil va muntazam ravishda egallab borishga, shaxsning muayyan bir fazilatlarini va xislatlarini hosil qilishga harakat qiladilar; o'z-o'zini tarbiyalash muammolarini, yaxlit ma'naviy-ruhiy qiyofani shakllantirishga intaladilar.

O'spirin uquvchilarning o'z – o'zini tarbiyalash jarayoni o'quv muassasa, jamoat tashkilotlari, pedagoglar jamoasining tarbiyaviy ta'siri doirasida bo'lmog'i shart. Toki o'z-o'zini tarbiyalashning takomillashtirishi jamoada munosib o'rin egallashga, ijtimoiy burchni anglash, foydali mehnatga jalb etish ishiga xizmat qilish, o'z-o'zini tarbiyalash to'g'ri izga solib yuborish uchun uyg'un bir ishni tashkil etgan tarbiyaviy chora-tadbirlar majmuasi tarzida ta'sir o'tkazish jamoa majburiyati, o'zaro yordam va nazorat qilish, o'zaro baholash va tanqid qilish kabilar maqsadga muvofiqdir. Ijtimoiy turmushda uchraydigan ba'zi bir yaramas yurish – turish ko'rinishlariga, illatlariga, sarqitlariga qaqshatkich zarba berish, ularning ta'siridan yigit va qizlarni asrash, yot tashviqot mohiyatiga qarshi kurash olib borish pedagoglar jamoasining bosh vazifasidir. O'spirinlarda balog'atga yetganlik tuyg'usi takomillashib borib, o'z-o'zini qaror toptirish, o'z ma'naviy qiyofasini ifodalash tuyg'usi o'sib o'tadi. Bu narsa ularning alohida shaxs ekanligini tan olishga intalishida o'z ifodasini topadi. Buning uchun ayrim yoshlar turli modalarga mayl qo'yish, tasviriy san'atga, musiqaga, kasb-hunarga, tabiatga maftunkor qiziqishlarini namoyish qilishga harakat qiladilar. O'quv va mehnat jamoalari ta'sirida matonat, jasurlik, sabr-toqat, kamtarlik, intizomlilik, halollik kabi

insoniy fazilatlar takomillashadi. Xudbinlik, loqaydlik, munofiqlik, laganbardorlik, dangasalik, qo'rqqoqlik, g'ayirlik singari illatlarning barham topishi tezlashadi.

O'spirinlar shaxsining shakllanishi jarayoiida jamoat tashkilotlarining roli alohida ahamiyat kasb etadi.

Mana bo'lardan ko'rinib turibdiki, o'spirinlar o'z-o'zini analiz qilish teranligi va yuksak talablarni bajarish kerakligini o'zida aks ettira boradi. Bu esa o'spirinlarning kelgusi yutuqlari shartlaridan biridir.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Voxidov M. "Bolalar psixologiyasi" T.: O'qituvchi. 1982 y.
2. Davletshin M.G. Umumiy psixologiya. T., TDPU, 2002.
3. G'oziyev E.G'. Umumiy psixologiya. 1-2 tom. T., Fan, 2002.
4. G'oziyev E.G'. Ontogenez psixologiyasi. – T.:Noshir. 2010.
5. Davletshin M.G, Do'stmuhammedova Sh.A., Mavlonov M.M., To'ychiyeva S.M., "Yosh va pedagogik psixologiya" T. TDPU, 2004

O'QUVCHILARNI KASBGA YO'NALTIRISHNING O'ZIGA XOS PSIXOLOGIK OMILLARI

*Polvonova Sadoqat Ulug'bek qizi
Mirishkor tuman 33-maktab psixologi*

Hammamizga ma'lumki, har qanday jamiyatning ravnaqi, ijtimoiy, siyosiy, iqtisodiy barqarorligi uning fuqarolarining aqliy va ahloqiy salohiyatini yuksak darajada rivojlanganligiga bog'liq. Zero, jamiyatimizning ma'naviy yangilanishida, ijtimoiy yo'naltirilgan bozor iqtisodiyotini shakllantirishda jahon hamjamiyatiga qo'shilishini ta'minlaydigan demokratik huquqiy davlat qurish kadrlar tayyorlashning milliy masalasi ustuvor mezon sifatida muhim rol o'ynaydi. Chunki xalqning boy intellektual merosi va umuminsoniy qadriyatlar

asosida zamonaviy madaniyat, iqtisodiyot, fan-texnika va texnologiyaning yangi yutuqlari asosida mukammal tayyorgarlikdan o'tgan kadrlarni tayyorlashning yangi tizimini shakllantirish O'zbekiston Respublikasi taraqqiyotining muhim shartlaridan biri bo'lib qoldi. Inson bolasi kamolga yetgani sari ilmga, ma'rifatga talpinadi. Dastlabki saboqni u maktabdan oladi. Ammo kelajagimiz egalari bo'lgan yoshlarga ta'lim berish ularni o'qitish bilan bog'liq ayrim muammolar bugungi kunda kishini o'ylantirib qo'yayotgani tabiiy. Kasb jamiyatning mehnatga layoqatli a'zolarini ijtimoiy tashkillashtirishning alohida shakli bo'lib, bunda a'zolar faoliyatining umumiy turi va kasbiy ongi bilan birlashgan. B.Shouning fikri bo'yicha kasb - mutaxassislarning chetdagi odamlarga qarshi fitnasidir. Y.A.Klimov o'z ishlarida bu borada bir necha ta'riflarni ilgari suradi. Nisbat batafsil ta'rif quyidagicha "Kasb - jamiyat uchun zarur va qadriyatli soha bo'lib bunda insondan jismoniy va ruhiy kuch talab etadi" bu kuchlar unga sarflangan mehnat o'rniga yashashi va rivojlanishi uchun muhim vositalar omili sifatida namoyon bo'ladi. Bu ta'rifni yanada batafsil yoritirib, Y.A.Klimov kasbiy faoliyatning sifatli tarixiy rivojlanuvchi tizim va shaxsning o'zini namoyon etish sohasi deb ta'riflaydi. Yana bir ta'rifni keltiramiz. "jamiyat nuqtai nazaricha kasb bu kasbiy masalalar, kasbiy faoliyat shakllari va turlari, shaxsiy kasbiy xususiyatlari tizimi bo'lib, ular jamiyat ehtiyojlarini qondirish uchun muhim bo'lgan natija mas'uliyatlarni yetkazishni ta'minlab berishi kerak bo'ladi" nisbatan tor ta'rifni esa V.G.Makushin keltiradi, kasb - bu shunday faoliyatki, uning yordamida shaxs jamiyat hayotida ishtirok etadi va uning yashashi uchun moddiy vositalar asosiy manbasi bo'lib xizmat qiladi. Mavjud ta'riflarni umulashtirib, quyidagilarni xulosa qilish mumkin. Mashhur rus psixologi K.K.Platonov mutaxassisning kasbiy tayyorligi bu o'zining muayyan kasbiy faoliyatini bajarishga qodir va tayyorgarlik ko'rgan deb hisoblovchi va uni bajarishga intiluvchi shaxsning sub'ektiv holatidir - deb hisoblangan. Mutaxassisning kasbiy tayyorligi murakkab ko'p darajali va ko'rinishli tizimli

psixik shaklga ega bo'lib, birinchi navbatda odamning shaxsiy ko'rinishi asosiy o'rin egallaydi. Shu bilan birga, kasbiy tayyorgarlik mutaxassisda kerakli darajada jismoniy sog'liqni kasbiy faoliyat uchun zarur bo'lgan jismoniy sifatlar shakllanganligi va rivojlanganligini talab qiladi. Chunki har qanday kasbiy faoliyat insonning qandaydir kuch jismoniy energiya sarflashini ko'zda tutadi. Har bir shaxs turi ma'lum kasbiy muhitga yo'naltirilgan idealistik tur - moddiy buyumlar yaratishga texnologik jarayon va texnik qurilmalar, iqtidor - aqliy mehnatga, ijtimoiy - iqtisodiy mehnat bilan o'zaro aloqaga, konvensional aniq tuzilgan faoliyatga, ishbilarmonlik - odamlarga rahbarlik va badiiy - ijodga. har bir shaxs turi modeli quyidagi sxema bo'yicha tuziladi: maqsadlar, qadriyatlar, qiziqishlar, qobiliyatlar, istalgan kasbiy rollar mumkin bo'lgan yutuqlar, karera va boshqalar. Keyingi kasblarning tizimlash qobiliyatlarini hisobga olishga asoslanadi. Talab etiladigan qobiliyatlar bo'yicha kasblarni tizimlash bo'yicha bir necha bor urinishlar bo'lgan. Dastlab, 1953 yilda D Paterson tomonidan taklif etilgan. Kasblar tizimlashga to'xtalib o'tamiz. U juda keng tarqalgan bo'lib, tizimlash asosini 9 ta turli qobiliyatlar tashkil etadi. Minnesota Occupational Rating Scale yordamida kasbshunos psixologlar tomonidan 432 ta kasb tanlab olinib, quyidagi 7 ta guruhga ajratiladi. Akademik, mexanik, ijtimoiy, diniy, musiqaviy, artistlik va jismoniy guruhlardir. Bitiruv ishi natijalarini umumlashtirish natijasida 432 kasbni 214 ta namunaga keltirildi, ulardan 137 tasi bitta kasb mutaxassislikka qolgan 77 tasi ikkitadan 18 tagacha, mutaxassislikni birlashtiradi. E.A.Klimov ishlab chiqqan kasblar tuzilmasi ham keng tarqalgan.

Mehnat obektiga ko'ra 5 ta kasb turlari ajratiladi.

1. Inson – tabiat. Bu tur namoyondalari o'simlik va hayvonot mikroorganizmlar va ular yashash sharoitlari bilan ishlashadi. Masalan, meva - sabzavot ustasi, agranom, zootexnik, vetenar, mikrobiolog.

2. Inson – texnika. Ishchilar jonsiz texnik mehnat ob'ektlari bilan ishlashadi. Masalan, texnik, mexanik, muxandis mexanik, muhandis elektrik, texnik texnolog va hokazo.

3. Inson – inson. bunda ijtimoiy tizimlar, axloqiy guruhlar, turli yoshdagi insonlar bilan ishlash nazarda tutiladi. Masalan, oziq - ovqat mahsulotlarini sotuvchisi, sartaosh, shifokor, o'qituvchi va boshqalar.

4. Inson - belgilar tizim. Tabiiy va sun'iy tillar, shartli belgilar, ramzlar, raqamlar, formulalar kasb turi namoyondalarini qiziqtiruvchi predmetlar olami va boshqalar. Masalan, dasturchi, chizmachil - kartagraf, matematik, tilshunos, nashriyot muqarriri.

5. Inson - badiiy obraz. hodisalarni badiiy aks etishi dalillari - mana shu narsalar bu kasb turi vakillarini qiziqtiradi. Masalan, rassom dekarator, rassom - restavrator, musiqa asboblarini sozlovchi, balet artisti, konsert ijrochisi, aktyor va boshqalar.

Bu beshta kasb turlari maqsadlar belgisiga ko'ra 3 ta sinfga bo'linadi. 1. Gnostik kasblar (G) (qadimgi yunonchadan “gnosis” bilim); 2. O'zgartiruvchi kasblar; 3. Qidiruvli kasblar; Asosiy ish qurollariga ko'ra har qaysi sinf doirasida 4 ta bilimni ajratish mumkin. 1. Qo'l mehnati kasblari; 2. Mashina qo'l mehnati; 3. Avtomatlashgan va avtomatik tizimlar qo'llanishi bilan bog'liq kasblar; 4. Funktsional ish quroli bilan bog'liq kasblar. Mehnat sharoitlariga ko'ra, YE.A.Klimov kasblarni 4 guruhga bo'ladi. Maishiy mikroiklimga xonakiga yaqin ish.(B) har xil ob-havo sharoitida ochiq havoda bo'lish bilan bog'liq kasblar agronom, payvandchi, avtonazorat inspektori. Odatiy bo'lmagan sharoitlarda balandlikda, suv tagida, yer tagida baland past darajalarda ishlash: havvos, o't o'chiruvchi va hokazo. Insonlar sog'ligi, hayoti uchun yuqori mas'uliyat sharoitida ishlash: moddiy qadriyatlar, bolalar boqchasi tarbiyachisi, o'qituvchi, tergovchi. Shartli belgilarni qo'llagan holda, kasblar dunyosi “xaritasini” va ma'lum kasbning na'munaviy formulasini tuzish mumkin. Har bir inson hayotida

kasbiy faoliyat muhim ahamiyatga ega. Ota-onalar farzandlarining ilk qadamlaridanoq uning kelajagi to`g`risida o`ylab qolishadi. Farzandlarining qiziqish va qobiliyatlarini kuzatish orqali ularning kasbiy kelajagini aniqlashga harakat qiladilar. Ko`pgina maktab bitiruvchilari kelajakda kim bo`lsam ekan yoki qaysi sohaning mutaxassisi bo`lsam ekan? – degan savolni o`z oldilariga qo`yib, kasb tanlash muammosiga duch kelishadi. Natijada o`quvchilar tomonidan mutaxassisliklar tasodifan tanlanadi. Hech qanday maxsus tayyorgarlikka ega bo`lmasdan yoki kasbiy kelajagini tushunib etmasdan maktab bitiruvchilarining bir qismi darhol ishga joylashadi. Bunday misollarni keltirib o`tadigan bo`lsak juda ko`p, aslida.

Foydalanilgan adabiyotlar ro`yxati:

1. G`oziyev, E. (2010). Umumiy psixologiya. Yangi asr avlodi.
2. Davletshin, M. (2002). Umumiy psixologiya. TDPU.

MAKTAB AMALIYOTCHI PSIXOLOGI VA PEDAGOG JAMOANINGNING O`SMIR YOSHDAGI O`QUVCHILAR BILAN ISHLASH BO`YICHA TAVSIYALAR

*Yorova Nigora Boymurodovna
Surxondaryo viloyati Uzun tumani 13-maktab psixologi*

Maktab psixologi, o`qituvchisi va umuman har bir tarbiyachi uchun bolalarning o`smirlik davri psixologiyasini bilish psixologik nuqtai nazaridan ham pedagogik nuqtai nazaridan ham muximdir. Bu davrni biz yana o`tish davri ham deb ataymiz. O`smirlik davri asosan 11-15 yoshdagi bolalarni o`z ichiga qamrab oladi, ya`ni 5-8 sinf o`quvchilarini. O`smir o`quvchilarni ta`lim va tarbiya berish ishlarida uchraydigan ayrim qiyinchiliklar bu yoshdagi bolalarning psixik rivojlanishi va hususiyatlarini ba`zan yetarli darajada bilmaslikdan yoki inkor qilishdan kelib chiqadi. Kichik va katta

yoshdagi maktab o`quvchilariga qaraganda o`smirlik yoshidagi bolalarni tarbiyalashda juda ko`p qiyinchiliklar bo`ladi. Chunki, kichik bolaning katta odamga aylanishi jarayoni juda kiyin kechadi. Bu jarayon o`smirlar psixologiyasining odamlar bilan bo`lgan munosabat formalarining jiddiy ravishda o`zgarishi, hamda hayot sharoitining o`zgarishi bilan bog`liqdir. Bu davrda o`smirlarning o`z shaxsiy fikrlari paydo bo`ladi. Ularda o`z qadr-qimmatlari haqidagi tushuncha kengayadi. Ilmiy psixologiyaning aniqlashi bo`yicha o`smirlarning psixik taraqqiyotini xarakatga keltiruvchi kuchlar, ularning faoliyatlari bilan tug`iladigan extiyojlar bilan bu extiyojlarni qondirish imkoniyatlari o`rtasidagi dialektik qarama-qarshiliklarni yuzaga kelishi va bartaraf qilinishidan iboratdir. Qarama-qarshiliklar ancha yuksak darajadagi psixik taraqqiyotini, ancha murakkab shakldagi faoliyat turlarini va shaxsning qator yangi psixologik hususiyatlarini tarkib toptirish orqali bartaraf qilishdan iboratdir. Shundan keyin psixik taraqqiyotning yuksakroq bosqichiga o`tiladi. Sana shu nuqtai nazardan o`smirlik yoshini yanada oydinroq qarab chiqaylik. Bola boshlang`ich sinfni tugatadi. Bolaning o`rta maktabda o`qishga o`tishi uning hayotida burilish davri hisoblanadi. O`smirlarning yangi ijtimoiy jixatdan tashkil topgan va rang-baranglantirilgan faoliyatni uning psixologik hamda shaxsning tarkib topishiga asos, sharoit va vosita xizmat qiladi. Shunday qilib, o`smirlarga ta`lim-tarbiya berishning yangi to`g`ri usullari hamda vositalarni topishi uchun o`smirlik yoshining o`ziga xos hususiyatlarini jismoniy va psixologik taraqqiyotini yaxshi bilishimiz kerak. O`smirlik yoshining mazmuniy xarakteristikasi vaqt o`tishi bilan o`zgarib boradi, chunki inson xayotining xususan ijtimoiy sharoitlari o`zgaradi.

Psixologiya taraqqiyotining biologik omillariga o`smirlar ongiga og`ir, ba`zan kuchi etmaydigan bo`lib tushadigan, ularni jiddiy psixik inqirozga va hayajonga soladigan, masalan: o`smirlar uchun xarakterli bo`lgan norozilik, qo`pollik, qaysarlik, o`z-o`zini analiz qilishga moyillik sub`ektiv olamga va shunga o`xshash hislatlarni keltiradigan jinsiy etilishga nixoyatda katta axamiyat beradilar. Jinsiy yetilish munosabati bilan paydo bo`ladigan yangi sezgilar fikrlar, maylliklar, kechinmalar guyo usmirlar ongida xukmron bo`ladi. Ularning xulki atvorini belgilaydi. Mana shu tarika oqibat natijada o`smirlarning psixologik qiyofalari asosan yolg`iz sof biologik omil deb

qaraladi. Psixologlarning fikricha yosh psixologik xususiyatlari faqatgina yolg'iz biologik jihatidan etilishi va taraqqiyot etilishining natijasi bo'lmay balki bolaning ijtimoiy hayot sharoitlari va faoliyatlarining o'zgarishi hamda bu jihatdan yangi ijtimoiy omillarning paydo bo'lishi natijasida o'smirning taraqqiyotiga va unga beriladigan maktabdagi ta'lim va tarbiya berishni aniq tashkil qilish o'smirlarning konkret hayot sharoitlari va faoliyatning mahsuli deb qarab bo'lmaydi.

Boshqacha qilib aytganda ijtimoiy sharoitlar rolini konkret hayot sharoitlari va faoliyatlarining rolga almashtirib bo'lmaydi. Mana shu yuqorida aytilganlardan shunday xulosa qilish mumkin, o'smirning yoshi va uning hususiyatlari absolyut ahamiyatli kasb etmaydi shu munosabat bilan o'smirlik yoshi mutloqo aniq ma'lum va absolyut chegara hamda xarakteritsikaga ega emas bu erda ancha muhim bo'lgan ma'lum fikrlar bor. Bu farqlarni konkret ijtimoiy omillarning ta'siri bilan va o'smirlarga beriladigan turli ta'lim va tarbiya sharoitlarining ta'siri bilan tushuntirish mumkin. Taraqqiyotning asosiy yo'nalishi bolaning o'smirlik davridagi taraqqiyotining asosiy xarakteritsikasini ajratish mumkin. O'smirlik davri organizmning jo'shqin o'sish davridir. Bu davrda tananing intensiv ravishda rivojlanishi yuzaga keladi, Musqol apparatlari mutsahkamlanadi va skeletning suyaklanish jarayoni davom etadi. O'smirlarning yoshi ham jismoniy psixik hususiyatga egadir, organizm Pavlov ta'limotiga ko'ra, bir butun sitsemadan iborat bo'lib, bunda barcha to'qimalar va organlar fiziologik jarayonlar uzviy ravishda bir-biri bilan bog'langan bo'ladi.

O'qituvchilar va sinf rahbarlari datsavval shuni chuqur anglashlari lozimki, jinsiy yetilish organizmning jismoniy taraqqiyotiga ta'sir qilishdan ularning psixik rivojlanishiga ham katta ta'sir ko'rsatadi. O'smirlarda jinsiy etilish bilan birga shu paytgacha ularga noma'lum bo'lgan qandaydir xislar, kechinmalar qarama-qarshi jinsga spetsifik qiziqish noma'lum mazmundagi kitoblarga qiziqishlarning paydo bo'lishi tabiiydir. O'smirlik davrida nazariy tafakkur yuqori ahamiyatga ega bo'la boshlaydi. Chunki bu davrdagi o'quvchilar atrof-olamdagi boglanishlar mazmunini yuqori darajada bilishga harakat qiladilar. Bu davrda o'smirning bilishga bo'lgan qiziqishida progress sodir bo'ladi. Ilmiy nazariy bilimlarning egallab olinishi tafakkurning rivojlanishiga olib keladi. Buning ta'sirida isbot, dalillar bilan fikrlash qobiliyati

rivojlanadi. Unda deduktiv xulosalar chiqarishga qobiliyat paydo bo'ladi. Maktabda o'qitiladigan fanlar o'smir uchun o'z taxminlarini yuzaga keltirish yoki tekshirish uchun sharoit bo'lib xizmat qiladi J.Piajening ta'kidlashicha, "Ijtimoiy hayot uch narsaning ta'siri - til, mazmun, koidalar asosida shakllantiriladi". Bu borada o'zlashtirilgan ijtimoiy munosabatlar o'z-o'zidan tafakkurini yangi imkoniyatlarini yaratadi. 11-12 yoshdan boshlab o'smir endi mantiqiy fikrlab xarakat qila boshlaydi O'smir bu yoshda xuddi kattalar singari keng qamrovai taxlil etishni o'rgana boshlaydi. O'smir tafakkurning nazariy darajaga kanchalik tez ko'tarila olishi, o'quv materiallarini tez va chuqur egallashi uning intellektini xam rivojlanishini belgilab beradi. O'smirlik davri yuqori darajadagi intellektual faollik bilan farqlanadi. Bu faollik o'ta qizikuvchanlik xamda atrofdagilarga o'z layokatlarini namoyish etish, shuningdek, ularda yuqori baxo olish extiejining mavjudligi bilan belgilanadi usmirning kattalarga beradigan savollri mazmunli, muloxazali va aynan o'sha masala doirasida bo'ladi. Bu yoshdagi bolalar turli-farazlarni keltira oladilar taxminiy fikr yuritib, tadbirkot utkaza oladilar xamda matlum bir masala buyicha mukobil variantlarni takkoslay oladilar. O'smir tafakkur ko'pincha umumlashtirishga moyil bo'ladi. Respublikamizning bozor iqtisodi sharoitida o'tishda kishilardagi amaliy tafakkurning axamiyati oshmoqda. Amaliy tafakkur tizimiga quyidagi aqliy sifatlar kiradi:

- tadbirkorlik. tejamkorlik, xisob-kitoblik, yuzaga kelgan muammolarni tez yecha olishlik va boshqalar.

Ko'rsatilgan barcha sifatlar mavjud bo'lgan taqdirdagina amaliy tafakkurini rivojlangan deb xisoblash mumkin. Bu sifatlarni 1 sinfdanoq rivojlantira borish nixoyatda muxim usmirlik davrida ishbilarmonlik sifatini o'quvchilarning o'z-o'zini boshqarishni yo'lga qo'yishi umumiy foydali tadbirkorlik ishlarida ishtirok etishi orqali rivojlantirish mumkin. Shu va shunga o'xshash yuksak insoniy xususiyatlar va aniq kelajak maqsadini ko'ra bilgan o'smir o'quvchilarni ko'paytirish orqaligina maktab psixologi, pedagogik jamoagi tarbiyachilarni biz haqiqiy tarbiyachi deb atay olamiz.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Davletshin M.G. Hozirgi zamon maktabining o'qituvchisi psixologiyasi. –T.: «O'zbekiston» 1999.- 123 b.

2. Goziyev E.G. Oliy maktab psixologiyasi. T, ToshDU, 2006 -212 b.
3. Ziyonet.uz

БОЛАЛАР ВА ЁСМИРЛАРДА ТАРБИЯ БУЗИЛИШИНING КЕЛИБ ЧИҚИШИДА ИЖТИМОЙ МУҲИТ ВА ОИЛАВИЙ ТАРБИЯNING ЎРНИ

*Мавланова Насиба Убайдуллаевна
Самарканд вилояти Пахтачи тумани
22-мактаб амалиётчи психологи*

Оиладаги носоғлом психологик муҳит ва оилавий тарбиядаги йўл қўйилаётган нуқсонлар ҳамда таълим жараёнида кузатилаётган нуқсонлар, болалар ва ёсмирлар яшаётган маҳаллалар ҳаёти, уларнинг психологик муҳити вояга етмаганларда хулқ оғишининг келиб чиқишига ўз таъсирини ўтказмасдан қолмайди. Маълумки, объектив шарт-шароитлар ва ижтимоий муҳит воқеа-ҳодисалари ёсмирнинг онги, хоҳиш иродасига бўйсунмаган ҳолда таъсир этади ва унинг онги, дунёқарashi, шахс сифатида шаклланиш ва хулқ-атвори мазмунини белгилаб беради. Учинчидан эса ғайриқонуний йўл-йўриқлар ва роллар тақсимоти ёсмирда аста-секин ижтимоий муҳит талаб ва меъёрларига нисбатан деформациялашувнинг келиб чиқишига сабаб бўлади. Қолаверса, ўз ноқонуний ҳаракатларининг жавобсиз қолишини, катталар томонидан маъқулланишини ҳис этган ёсмир низоли вазиятларга барҳам беришда ноқонуний йўлни танлайди. Чунки у ота-онасидан, атрофдагилардан жазо олмаслиги билади. Бу эса ёсмирга янги-янги ноқонуний ҳаракатларни бажаришга имконият эшигини очиб беради. Ота-оналарнинг оилада фарзандлари билан қилаётган муомала ва муносабатлари кўринишлари болалар ва ёсмирларда хулқ оғишининг келиб чиқишига баъзан сабаб бўлиши мумкин. Кузатишларга қараганда, кейинги йилларда оилаларда турли хил сабабларга кўра, хусусан юртимизда кечаётган ислохотлар, бозор

муносабатларига ўтиш, кишиларда кундалик турмуш ташвишларига барҳам бериш, қийинчиликларни енгиб ўтиш ва келажакка нисбатан янгича қараш лаёқатининг етишмаслиги ва шу қабилар оилада фарзандлар тарбиясига эътиборнинг биров сусайишига сабаб бўлиб, ота-оналар фарзандлари билан кам мулоқотда бўлишига тўғри келмоқда. Шу боисдан юртимизда оиладан ташқарида фарзандлар камолоти, тарбияси билан машғул бўладиган турли хил машғулотларга, (спорт, касб-хунар) тўғаракларга нисбатан бўлган эҳтиёжнинг ортиб бораётганлиги кузатилмоқда. Шу ўринда таъкидлаш лозимки, бу борада мамлакатимизда олиб борилаётган тадбирлар мақтовга сазавордир. Аммо бу соҳада ҳали қилинадиган ишлар ҳам бисёрдир. Оилада етарлича тарбия кўрмаган болалар турмуш қийинчиликларидан қоқилади. Турли хил низоли вазиятларга дуч келади. Тарбиясизлик ўсмирни яхши ўртоқларидан, давралардан айиради. Оқибатда ўсмир учун бирдан-бир йўл носоғлом хулқли ўсмирлар даврасига қўшилиб кетиш бўлиб қолади. Болалар ва ўсмирларда хулқ оғишининг келиб чиқишига сабаб бўлувчи оилавий тарбияга боғлиқ бўлган омиллардан яна бири оилавий тарбияда приметив (эскирган, номаъқул) усуллардан фойдаланиш ҳисобланади. Бундай тарбия усулида тарбия ўта қаттиққўллик, авторитар, болаларнинг фикр ва қарашларини инобатга олмаслик асосида олиб борилади. Бундай усулда болаларни тарбиялашнинг нотўғри эканлигини бугун ҳаётнинг ўзи кўрсатиб турибди. Чунки бугунги ёшлар мустақил фикрлашга интилувчан, ўз қарашларига эга бўлган, ақлан етук ёшлардир. Оқибатда ўзига маъқул бўлган оиладан ташқари гуруҳ ёки кўча муҳитини қабул қилади. Бу муҳит ўзининг характериға кўра, болага салбий ёки ижобий таъсир қилиши мумкин. Афсуски, носоғлом муҳит психологиясига эга бўлган кўча муҳити болаларга кўп ҳолатларда салбий таъсир кўрсатади.

Маълумки, ўсмирлик (12-14 ёш) даврида кескин психофизиологик ўзгаришлар содир бўлади. Ушбу ўзгаришлар кўпинча ўсмир руҳиятиға ҳам таъсир ўтказади. Бу ўсмирда тажанглик, серзардалик, инжиқлик, таъсирланувчанлик ҳолатларининг келиб чиқишиға сабаб бўлади. Ўсмир руҳий

дунёсида пайдо бўлган бундай ўзгаришлар балоғат даври ўтиши билан бир меъёрга келиб қолади. Шунинг учун балоғат ёши даврида ота-оналар ўсмирлар тарбиясига алоҳида эътибор беришлари, уларда кечаётган психофизиологик ўзгаришларни ҳисобга олишлари мақсадга мувофиқдир. Кўпинча оилавий тарбияда болаларнинг ёш ва индивидуал-психологик хусусиятларининг инобатга олинмаслиги уларнинг нотўғри, ёмон йўлларга кириб кетишларига сабаб бўлади. Оилада ота-оналар кўпинча фарзандлари бирон бир ёмон иш қилиб қўйса, уни қаттиқ жазолаш, тақиқлаш ва уларни уйдан чиқармай қўйиш усуллари орқали тарбияламоқчи бўладилар. Фарзанди ўзларига ёқадиган ишга қўл урса уни ҳаддан ортиқ мақтайдилар ва мукофотлайдилар. Ўзлари қўллаётган усулларни қай бири тўғри, қай бири нотўғри эканлигини англаб етмайдилар. Ўзларича тарбия шундай берилади, деб ўйлайдилар. Натижада ўзлари билмаган ҳолда болаларининг тарбиясига салбий таъсир кўрсатадилар. Шунинг учун отаона энг аввало, оилада болаларни тарбиялаш тўғрисидаги назарий ва амалий билимларга эга бўлиши лозим бўлади. Бунинг учун эса улар тарбия тўғрисидаги педагогик ва психологик китобларни, газета ва ойномаларни кўпроқ ўқишлари зарур бўлади.

Бугунги кунда ўзбек оилаларида ота-оналарнинг ёки оиланинг катта аъзоларининг рад этиш, таъқиқлаш, рухсат этмаслик асосидаги тарбиялаш усули ҳам болалар ва ўсмирларда хулқ оғиши ва баъзан ўз жонига қасд қилиш ҳолатларига сабаб бўлаётганлиги кузатилмоқда. Бу хилдаги тарбия усулида болаларнинг хохиш-истаги, ўй-хаёллари, орзу ва интилишлари, фикр ва мулоҳазалари инобатга олинмайди. Бундан ташқари бундай тарбия усулида болаларга ўз фикр мулоҳазаларини очикча баён этиш, мустақил қарорларга келиш ва муайян вазиятларга ўз нуқтаи назарини билдириш имконияти чекланади. Бундай тарбия усулида баъзан болаларнинг хатти-харакатлари мажбурий тарзда тақиқлаш усуллари билан бошқариб борилади. Уйда бу нарсага тегиш мумкин, бу нарсага тегиш мумкин эмас, бу кийимни киясан, бунисини киймайсан қабилидаги муносабат ўрнатилади. Боланинг қизиқиши,

эркинлиги, ўзига ёққан кийимни кийиши, кўнгли истаган иш билан машғул бўлиши, қизиққан китобини ўқиши ва хоҳлаган спорт тури билан шуғулланиши ота-она ихтиёри билан амалга оширилади. Шунингдек, уларда нутқнинг суст ривожланиши ҳолати ҳам кузатилади. Бундай болалар бутун умр давомида бировларга тобе бўлиб яшайдилар. Уларда раҳбарлик, бошқарувчанлик қобилиятлари суст ривожланган бўлади. Улар бировларнинг гап-сўзларига тез учадилар. Шунинг учун улар алдовлар, кўзбуйамачиликлар, таъмагирликлар қурбонига айланиб қолмоқдалар. Қолаверса, улардаги фикрлаш қобилиятининг суст ривожланганлиги низоли вазиятларга тез-тез тушиб қолишликка сабаб бўлади.

Фойдаланилган адабиётлар рўйхати:

1. С.Х.Таджиева, Д.Ф.Сабилова “Танглик вазиятида қолган болага психологик ёрдам кўрсатиш”. Т.: РБИММ, 2011 й. 142 б
2. Ғозиев Э.Ғ. Ўқувчиларнинг умумлаштириш усулларига ургатиш ва уларнинг аклий тараккиёти. Т., "кит" 1983 й.
3. Практикум по психодиагностике, Дифференциальная психометрика. (Под ред. В.В.Столина, А.Г.Шмелева. М: Изд-во М., Ун-та, 1984 г. 154
4. Практическая психология образования: Учебник для студентов высших и средних учебных заведений. Под ред. И.В.Дубровиной. - 2- е издание. - М.: ТЦ «Сфера», 1998.

SHAXSNI IJTIMOIIY PSIXOLOGIK HIMOYA QILISH MUAMMOLARI

Abdullajonova Lazizaxon Azimjonovna
Bag‘dod tumani 20-maktab psixologi

Annotasiya: Farzandlarimizning umuminsoniy qadriyatlar ruhida tarbiyalash hozirgi murakkab va tahlili zamonda milliy o‘zligimiz, azaliy qadriyatlarimizga yot va begona bo‘lgan turli xil xurujlar, yoshlarimizning ongi va qalbini egallashga qaratilgan g‘arazli intilishlar tobora kuchayib borayotgani barchamizni yanada xushyor va ogoh bo‘lishga da‘vat etishi tabiiydir.

Kalit so‘zlar: Milliy o‘zlik, qadriyatlar, globallashuv.

Ma‘lumki, farzandni tarbiyalash, unga ilm berish, kasb o‘rgatish qadimdan eng mas‘uliyatli vazifa sanalgan. Odob-axloq, yoshi ulug‘larga hurmat, mehr-oqibat, oilaga, kindik qoni to‘kilgan zaminga sadoqat fazilatlarini kamol toptirish bola tarbiyasida eng muhim jihatlardan hisoblanadi.

Ta‘lim tizimida amalga oshirilayotgan tub islohotlar natijasida bunyod etilayotgan zamonaviy o‘quv maskanlarida yoshlarning chuqur bilim olish, kasb egallashlari uchun barcha shart-sharoitlar yaratildi. Ta‘lim jarayoni tubdan o‘zgarimoqda. Har bir o‘quvchining qiziqishi, qobiliyati, bilim olish salohiyati inobatga olingan holda, ta‘lim jarayoniga zamonaviy pedagogik usullar joriy etilmoqda. Bundan ko‘zlangan asosiy maqsad – yoshlarni shaxs sifatida shakllantirish, ongini o‘stirish, dunyoqarashini boyitishdir. Zero, yoshlarning ma‘naviyatini yuksaltirish, ularda e‘tiqod, Vatan tuyg‘usini kamol toptirish tarbiyaning ustuvor yo‘nalishlaridandir.

Agar biz bu masalada xushyorlik va sezgirligimizni, qat‘i va mas‘uliyatimizni yo‘qotsak, bu o‘ta muhim ishni o‘z holiga, o‘zi bo‘larchilikka tashlab qo‘yadigan bo‘lsak, muqaddas qadriyatlarimizga yo‘g‘rilgan va ulardan oziqlangan ma‘naviyatimizdan, tarixiy xotiramizdan ayrilib, oxir-oqibatda o‘zimiz intilgan umumbashariy tarqqiyot yo‘lidan chetga chiqib qolishimiz mumkin.

Demak, mana shunday mas‘uliyatli zamonda milliy manfaatlarimizni talab darajasida anglash va uni uzluksiz amalga oshirib borishni ta‘minlash, bu borada barcha imkoniyatlarni safarbar eta olish qobiliyatini yuksaltirib borish jamiyatimizning eng

dolzorb va hal qiluvchi vazifalari sirasiga kiradi. Mazkur hayotiy muhim muammolarni hal qilinishida xalqimizning ma'naviy salohiyati asosiy kuch manbai sifatida xizmat qilishini mustaqil taraqqiyotimizning shu paytga qadar erishilgan natijalari tasdiqlamoqda.

Endilikda ma'naviy manbalarimizni yuksaltirish va jamiyat taraqqiyotining ustuvor vazifalariga to'liqroq safarbar qilish hamda yoshlarimiz tafakkurida, dunyoqarashida davrimizning turli salbiy tendentsiyalariga qarshi barqaror ijtimoiy immunitetni zamon bilan hamnafas bo'lgan holda shakllantirish eng ustuvor vazifamizga aylandi.

Ma'lumki, yangi jamiyatni qurish jarayonida uning barcha tashkil qiluvchi tomonlarini birdek yagona maqsad sari harakat qilishiga erishish, ijtimoiy munosabatlardagi barqarorlikni saqlab qolish uchun jamiyat a'zolarining yuksak mas'uliyati, oldindan turgan vazifalarga nisbatan yuqori saviyadagi madaniy munosabati suv bilan havodek zarur bo'ladi. Bunday samaraga erishish, albatta, yuksak ma'naviyatni shakllantirish vazifasi bilan bevosita bog'liqdir. Shu bois ham bizning mamlakatimizda yangi demokratik jamiyat qurish vazifalari jamiyatimizning ma'naviy tayanchlarini rivojlantirish bilan bog'liqlikda belgilanadi. Zeroki, mamlakatimizni taraqqiy ettirish muddaosining zaminida inson omili va uning egu manfaatlarini amalga oshirish yotadi.

Ta'lim va tarbiya, ilm-fan, intellektual salohiyatni yuksaltirish, hozirgi davrdagi zamonaviy taraqqiyotning yetakchi qonuniyatiga aylandi. Ushbu umumsotsiologik qonuniyat bizning jamiyatimiz uchun ham begona emasdir. Shu bois ham Davlatimiz 1-rahbari tomonidan "Barkamo avlod yili" davlat Dasturida mazkur masalalarga alohida chuqur e'tibor qaratilishi lozimligi ko'rsatib o'tildi.

Buni chuqur anglab olgan davlat, bunday xulosani chiqargan, xalqaro hamjamiyat va taraqqiy topgan mamlakatlar qatoriga ko'tarilish uchun harakat qilayotgan jamiyat, birinchi navbatda, bugun unib-o'sib kelayotgan farzandlarining har tomonlama barkamol avlod bo'lib hayotga kirib borishini o'zi uchun eng ulug', kerak bo'lsa, eng muqaddas maqsad, deb biladi".

Ma'lumki, bugungi kunda farzandlarimizning ma'naviy olamini yuksaltirish, ularni milliy va umuminsoniy qadriyatlar ruhida tarbiyalash masalasi biz uchun eng

dolzarb vazifa bo'lib qolmoqda, ayniqsa, hozirgi murakkab va tahlili zamonda milliy o'zligimiz, azaliy qadriyatlarimizga yot va begona bo'lgan turli xil xurujlar, yoshlarimizning ongi va qalbini egallashga qaratilgan g'arazli intilishlar tobora kuchayib borayotgani barchamizni yanada xushyor va ogoh bo'lishga da'vat etishi tabiiydir. Demak, jamiyatimiz ma'naviy manbalarini yoshlarimizning ongida, madaniyatida sog'lom turmush tarzi qadriyatlarini chuqur qaror toptirishga yanad chuqurroq, kuchliroq safarbar qilish hamda yashab turgan davrimizning turli salbiy tendentsiyalariga qarshi barqaror ijtimoiy immunitetni zamon bilan hamnafas bo'lgan holda shakllantirish, barkamol avlod tarbiyasining ajralmas uzviy bo'lganini tashkil qiladi.

Bugungi kunda mamlakatimiz hayotida amalga oshirilayotgan keng ko'lamli ma'naviy-tarbiyaviy chora va tadbirlar o'zining ijobiy amaliy natijalarini bermoqda. Buni hayotda o'zining munosib o'rnini egallayotgan ayni chog'da jamiyatimiz taraqqiyotining turli sohalariga zalvorli xissa qo'shayotgan har tomonlama faol, vatanparvar yoshlarimiz misolida ko'rishimiz mumkin.

Jamiyatimizda amalga oshirilayotgan ta'limi va tarbiya, yuksak ma'naviyatni shakllantirish jarayonlari yoshlarimizning o'z iste'dodlarini har tomonlama namoyon qilishlari uchun beqiyos ulkan imkoniyatlar va shart-sharoitlarni vujudga keltirmoqda.

Hozirgi paytda "Madaniyatlar to'qnashuvi ijtimoiy deviantlik omili sifatida" mavzusida ilmiy izlanishlarini davom ettirmoqda.

Orzusi – kelajakda yetuk mutaxassis bo'lish va o'zi yaxshi ko'radigan she'riyat sohasida eng sara she'riy namunalarni yaratish. Shu bilan bir qatorda, har bir inson orzu qiladigan mukammal baxtga erishish".

Shiori – o'ziga, "Sen kuchlisan, Barno!" deya ta'kidlagan holda doim olg'a intilish va yutuqqa erishish".

Hozirgi davrda jahon miqyosida globallashuv jarayonlari tobora chuqurlashib borayotgan bir paytda ayniqsa, jamiyatimiz yoshlarini vatanparvarlik ruhida tarbiyalash ishlarini yanada takomillashtirish va samarali amaliy antijalarga erishish vazifalari nihoyatda dolzarb ahamiyat kasb etib borayotganligini ham zinhor xotiramizdan chiqarmasligimiz lozimdir. Zero, xalqaro globallashuv nihoyatda murakkab va serqirra

jarayon hisoblanib, barcha xalqlar vadavlatlar taqdiriga bir xilda ta'sir etayotgani yo'q. Shu bois ham mamlakatimiz milliy mustaqilligini mustahkamlanishida, globallashuvning salbiy ta'sirlariga nisbatan mustahkam immunitetni shakllantirilishida jamiyatimiz yoshlarining vatanparvarlik xissining ahamiyati beqiyos kattadir.

Inson va jamiyat hayotida ular manfaatiga xizmat qilish imkoniyatiga ega har qanday narsa, voqea-hodisa inson va jamiyat ehtiyojini qondirishga, ular faoliyatini davom ettirishga qodir bo'lganligi uchun "qadriyat" deb ataladi. Umuman olganda, qadriyatlar deganda inson va jamiyat ehtiyojlarini qondirishga xizmat qiladigan, uning kamolotiga ijobiy ta'sir etadigan, inson, jamiyat hayotida ijtimoiy ahamiyat kasb etuvchi barcha tabiiy va ijtimoiy narsa- hodisalar, moddiy hamda ma'naviy boyliklar, ne'matlar, fazilatlarni tushunamiz.

Qadriyatlarning mohiyatini bilish, ularni o'zlashtirish yoshlarda vatanparvarlik, milliy g'urur, milliy iftixor, miliylik birlik va birdamlik tuyg'usini, insonparvarlik, xalqparvarlik, adolatparvarlik, xalollik, poklik mehnatservarlik fazilatlarini shakllantirishda katta o'rin tutadi.

Bizning qadimiy va go'zal diyorimiz nafaqat Sharq, balki jahon sivilizatsiyasi eshiklaridan biri bo'lganini xalqaro jamoatchilik tan olmoqda va e'tirof etmoqda. Bu tabarruk zamindan ne-ne buyuk zotlar, olimu ulamolar, siyosatchi va sarkardalar yetishib chiqqani, umumbashariy sivilizatsiya va madaniyatning uzviy qismiga aylanib ketgan dunyoviy va diniy ilmlarning, ayniqsa, islom dini bilan bog'liq bilimlarning tarixan eng yuqori bosqichiga ko'tarishida ona yurtimizda tug'ilib kamolga yetgan ulug' allomalarning xizmatlari beqiyos ekani bizga ulkan g'urur va iftihor bag'ishlaydi".

Yoshlarda vatanparvarlikning shakllanishi – ularning milliy va umuminsoniy qadriyatlar mushtarakligini anglab yetish bilan bog'liq. Vatanparvarlikni shakllantirishda xalq milliy taraqqiyoti, tarixi, madaniyati, san'at va adabiyoti, turmush tarzi, axloqi, e'tiqodi, ijtimoiy ruhiyati bilan bog'liq bo'lgan urf-odatlar, marosimlar, an'analar alohida e'tiborga molik qadriyatlar sanaladi. Shuningdek, "Yoshlarda vatanparvarlikni shakllantirishga kuchli ta'sir etadigan qadriyatlar jumlasiga – ona tili va adabiyot , milliy, diniy bayramlar, har xil milliy marosimlar, oilaparvarlik, bolajonlik, ota-ona, qo'ni-qo'shni, qarindosh-urug', mahalla-ko'y, keksalarga hurmat,

mehr-muruvvat, rahm-shavqat, xalollik, poklik, imon-e'tiqod, vatanimizning go'zal tabiatidan ilhomlanish, uni asrash madaniyatiga ega bo'lish kabi fazilatlar kiradi.

Shu munosabat bilan alohida ta'kidlash joizki, vatanimiz yoshlarni xalqimiz milliy urf-odatlarini, qadriyatlarini va an'analariga sadoqat ruhida tarbiyalashda mamlakatimizning ommaviy axborot vositalarining roli beqiyos kattadir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Mirziyoev SH.M. Tanqidiy tahlil, qat'iy tartib-intizom va shaxsiy javobgarlik – har bir rahbar faoliyatining kundalik qoidasi bo'lishi kerak. –T.: O'zbekiston. – 2017.
2. Ivanov P.I., Zufarova M. Umumiy psixologiya. T.: O'qituvchi, 2008.
3. Klimov Ye.A. Общaya psixologiya – SPb.: Piter, 2001.

KASBIY KOMPITENTLIKNI TAKOMILLASHTIRISH YO'LLARI

Norinova Lolaxon Rashitovna
Andijon viloyati Asaka tumani 34-maktabi psixologi

Annotatsiya: Ushbu maqolada bugungi kunning dolzarb muammosi Zamonaviy ta'lim nazariyasida o'qituvchining mavqei o'quv-tarbiya jarayonining boshqaruvchisi sifatida tavsiflangan. Demak, tarbiyachi, shu jumladan, boshlang'ich sinf o'qituvchisi pedagogik jarayonni to'g'ri boshqara bilishi uchun chuqur bilim va kasbiy kompetensiyaga ega bo'lishi lozim.

Kalit so'zlar: psixologiya Tarbiyachining kasbiy kompetentligi uning pedagogik-psixologik, mutaxassislik bilim, ko'nikma, malakalariga ,pedagogik mahoratiga bog'liq.

O'zbekiston Respublikasining —Ta'lim to'g'risidagi Qonuni hamda Kadrlar tayyorlash milliy dasturi qabul qilingandan so'ng mamlakatimiz ta'lim tizimida, xususan, boshlang'ich ta'limda keng qamrovli ijobiy o'zgarishlar amalga oshirildi. Boshlang'ich ta'lim konsepsiyasida —Boshlang'ich ta'lim jarayonini rivojlantirishda O'qituvchining kasbiy kompetentligi va o'qimishlilik darajasi, bolalar

psixologiyasi, hozirgi zamon boshlang'ich ta'lim pedagogikasi va bu sohadagi ilg'or tajribalar, shaxsga yo'naltirilgan ta'lim konsepsiyasi va kompetensiyaviy yondashuv asoslarini bilishi boshlang'ich ta'lim sifati va samaradorligini ta'minlashda muhim ahamiyatga ega ekanligi takidlangan. Boshlang'ich ta'limning samaradorligini ta'minlashda tarbiyachining shaxsiysifatlari va pedagogik mahorati ham muhim ahamiyat kasb etadi. Tarbiyachi barcha psixologik-pedaogik vositalarni qo'llagan holda, bolalarda yaxlit tarzdagi o'quv faoliyatini shakllantira olishi kerak. Zamonaviy ta'lim nazariyasida o'qituvchining mavqei o'quv-tarbiya jarayonining boshqaruvchisi sifatida tavsiflangan. Demak, tarbiyachi, shu jumladan, boshlang'ich sinf o'qituvchisi pedagogik jarayonni to'g'ri boshqara bilishi uchun chuqur bilim va kasbiy kompetensiyaga ega bo'lishi lozim. Tarbiyachi ko'p jihatdan bola uchun o'rnakdir. SHuning uchun ham, u birinchi navbatda, ularni o'ziga jalb eta olishi kerak. SHaxsga yo'naltirilgan hamda kompetensiyaviy yondashuvga asoslangan boshlang'ich ta'limni tashkil etishni nazarda tutgan holda tarbiyachining shaxsiy sifatlari, kasb mahorati hamda bilim darajasini tashxislash asoslari ishlab chiqilishi zarur. Tashxislash natijalari asosida tarbiyachilarini tayyorlash, qayta tayyorlash, ular malakasini uzluksiz oshirish mazmuni va texnologiyalari takomillashtirishi lozim. Tarbiyachining kasbiy madaniyati va etukligini ko'rsatuvchi muhim omillardan biri uning kiyimi hisoblanadi. Pedagog kiyimining to'g'ri tanlanishi o'quvchilarda yoqimli tasavvurlar hosil qilish imkonini beradi. CHunki tarbiyachining kostyumi uning kasbiy etukligi va shaxsiy sifatlari: tartibliligi, shaylanganligi, jiddiyliги, ozodaligi, tarbiyalanganligi, madaniyatlilikini ifodalashga xizmat qiladi. Bu esa uning kasbiy faoliyatini amalga oshirishda qulaylik tug'diradi. SHuning uchun ham tarbiuachilarning kiyinish qoidalariga qat'iy rioya qilishlarini ta'minlash lozim. Tarbiyachining kasbiy kompetentligi uning pedagogik-psixologik, mutaxassislik bilim, ko'nikma, malakalariga ,pedagogik mahoratiga ham bog'liq. Ta'lim tarbiya jarayonini tashkil etishda ilg'or tajribalarni o'z faoliyatiga joriy etishda ham o'qituvchining kompetentligi ko'zga tashlanadi. Boshlang'ich sinf o'qituvchisining kasbiy kompetentligi uning o'z ustida ishlashida ,Jumladan kasbiy bilim,ko'nikma,malakani takomillashtirib borish, faoliyatga tanqidiy va ijodiy

yondashish, kasbiy va ijodiy hamkorlikka erishish, ishchanlik qobiliyatini rivojlantirish, kasbiy faoliyat bilan bog‘liq salbiy odatlarni muntazam ravishda bartaraf etishva ijobiy sifatlarni o‘zlashtirib borish. Tarbiyachi o‘z kasbining mutaxassisi sifatida kompetentligini takomillashtirib borish quydagilarda namoyon bo‘ladi. Aniq maqsad, intilish asosida pedagogik jarayonni samaradorligini, o‘zining ishchanlik faolligini oshirish, izchil ravishda yangilanib borayotgan pedagogic bilimlarni o‘zlashtirib faoliyatiga joriy etish, ilg‘or texnologiyalar, metod hamda vositalardan xabardor bo‘lish, faoliyatiga fan- texnikaning so‘ngi yangiliklarinisamarali tadbiq etish, kasbiy malakalarni takomillashtirish, ko‘nikma salbiy pedagogik nizolarning oldini olish, bartaraf etish choralarini izlash yo‘lida olib boriladigan amaliy harakati uning o‘z ustida ishlashi va kasbiy kompetentligi takomillashtirishning ososiy omillaridan biri hisoblanadi. Boshlang‘ich sinf o‘qituvchisining kasbiy kompetensiyasini takomillashtirishda quydagilarga e‘tibor qaratish lozim: pedagogika- psixologiyaga oid bilimlarini takomillashtirib borish; o‘z ustida ishlash; ta‘lim jarayonini tejalashtirish, boholash va qayta aloqani o‘rnata olish; ta‘lim jrayonida o‘quvchilarda motivatsiyani shakllantirish; axborot kommunikatsion texnologiyalarini bilishi, bilimlarini oshirib borishi va kasbiy faoliyatida ulardan samarali foydalanish; ta‘lim muhitiga yangilik kiritish; o‘z fanini mukammal bilish va bilimlaridan ta‘lim jarayonlarda ulardan foydalanish; Hozirgi zamon ta‘lablaridan kelib chiqqan holatda xorijiy tillardan birini bilish ham o‘qituvchining kasbiy kompetentligini takomillashtirib borishning asosiy shartlaridan biridir.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Botirov B.M., —O‘zbek mentalligining psixologik xususiyatlaril monografiya. T.: Fan va texnologiyalar, 2011.
2. Qodirov U.D. Yoshlarni destruktiv ta‘sirlardan himoyalashning psixologik jihatlari. Monografiya. – T.: Fan va texnologiyalar nashriyoti, 2013
3. M.Xoliqova.Ta‘lim-tarbiya jarayonini samarali tashkil etishning muhim omillari ..
- 4.Ta‘lim to‘g‘risidagi qonun 1997 yil

MAMLAKATIMIZDA YOSH KELAJAK OVLODNING IJODIY KOMPETENTINI SHAKLLANTIRISH VA RIVOJLANTIRISH

G.Tojiboyeva

Andijon davlat universiteti Umumiy psixologiya kafedrasida dotsenti,

F.Mutalipova 2-bosqich magistranti

Anotatsiyasi: Yurtimizda zamonaviy kasbiy pedagogik-psixologik ta'limni ijodiy va gumanistik yangilash muammosi ko'rib chiqiladi. Pedagogik kadrlarni kasbiy pedagogik tayyorlash nazariyasi va amaliyotining hozirgi holati tahlil qilinadi. Bo'lajak o'qituvchining ijodiy kompetensiyasini shakllantirish va rivojlantirishning kontseptual asoslari zamonaviy ijtimoiy-psixologik voqelik tendentsiyalarini, psixologiya fanini rivojlantirish istiqbollari va strategiyalarini hisobga olgan holda asoslanadi.

Kalit so'zlar: Mamlakatimizda ijtimoiy-psixologik voqelik, uzluksiz pedagogik ta'lim tizimi, bo'lajak o'qituvchi, kasbiy pedagogik-psixologik tayyorgarlik, ijodiy kompetentsiya, shakllantirish va rivojlantirish, ijodiy rivojlanayotgan ta'lim maydoni.

Mamlakatimizda zamonaviy jamiyatida siyosiy va ijtimoiy-iqtisodiy sohalarda tub o'zgarishlar ro'y bermoqda. Mavjud voqeliklarga javoban milliy ta'lim tizimi ham o'zgarmoqda, bu esa o'quvchilarni barkamol, ijodiy, kasbiy jihatdan innovatsion o'qitish va ijodiy rivojlantirishni amalga oshira oladigan o'qituvchilarga bo'lgan ehtiyojni belgilaydi. Gumanistik paradigma nuqtai nazaridan, ta'limning asosiy qiymati sub'ektning ijodiy salohiyatga asoslangan kasbiy faoliyatda o'zini o'zi anglash qobiliyatidir. Bo'lajak o'qituvchining kasbiy rivojlanishining samaradorligi kasbiy kompetentsiyada bo'lib, uning shakllanishiga uzluksiz pedagogik ta'lim yordam beradi. Muammoni dastlabki o'rganish pedagogikada yaxlit bilimlarning yetishmasligini aniqlashga imkon berdi: ijodiy kompetentsiyaning mohiyati haqida; o'qituvchi-talabanning ijodiy malakasini shakllantirishga yordam beradigan kasbiy tayyorgarlikning muntazam aloqalari va uslubiy asoslari haqida; tegishli ijodiy rivojlanayotgan ta'lim maydoni va kasbiy pedagogik ta'limni modernizatsiya qilishning hozirgi sharoitida uni yaratish yo'llari to'g'risida; bo'lajak o'qituvchining ijodiy qobiliyatlarini

rivojlantirishning ilmiy asoslangan mantiqiy ketma-ketligi va bu jarayonni tegishli uslubiy va texnologik ta'minlash to'g'risida.

O'qituvchi faoliyatidagi ijodkorlikning turli asoslarini va kasbiy kompetentsiyaning mohiyatini zamonaviy maktab o'qituvchisi shaxsiyatining ajralmas xususiyati sifatida ko'rib chiqish ijodiy kompetentsiyani o'qituvchining integral kasbiy va shaxsiy xususiyati sifatida belgilashga imkon berdi. Bu uning tipik va favqulodda pedagogik vaziyatlarda muvaffaqiyatini ta'minlaydi. Ijodiy kompetentsiya tarkibiga umumiy madaniy eruditsiya va pedagogik tafakkur kiradi; maxsus kasbiy qobiliyat va ko'nikmalar; ijodiy ahamiyatga ega bo'lgan shaxsiy fazilatlar majmuasida shakllangan ijodiy tayyorgarlik. Strukturaviy komponentlarning yaqin aloqasi kasbiy va ijodiy kompetentsiyani tizim sifatida tavsiflaydi. (*A.V. Tutolmin*)[1]

Gumanistik paradigma nuqtai nazaridan, ta'limning asosiy qiymati sub'ektning ijodiy salohiyatga asoslangan kasbiy faoliyatda o'zini o'zi anglash qobiliyatidir. Bo'lajak o'qituvchining kasbiy rivojlanishining samaradorligi kasbiy kompetentsiyada bo'lib, uning shakllanishiga uzluksiz pedagogik ta'lim yordam beradi. Muntazamlik hodisalar va jarayonlarning ob'ektiv ravishda mavjud bo'lgan, zaruriy, muhim, takrorlanadigan aloqasi sifatida ularning o'zaro ta'siri va munosabatlarining xilma-xilligini aks ettiradi. Bo'lajak o'qituvchining ijodiy kompetensiyasini shakllantirish va rivojlantirish muammosining hozirgi holatini ko'rib chiqishda quyidagi barqaror bog'liqliklar aniqlandi: Kelajak ijodiy kompetentini shakllantirish va rivojlantirish. O'qituvchi son-sanoqsiz ta'lim muammolarini hal qilib, doimo o'zgarib turadigan sharoitlarda ishlaydi. U o'z ishida talabalar bilan pedagogik o'zaro munosabatlar jarayonida "ob'ektiv-sub'ektiv yaratish" xususiyatlari bilan vositachilik qiladigan nostandart yondashuvlarni amalga oshirishi kerak. Shu sababli, bo'lajak o'qituvchining kasbiy o'sishi bevosita ijodiy psixologiya va innovatsion pedagogika sohasidagi bilimdonlikka va ko'p qirrali pedagogik jarayonda ijodiy qarorlar qabul qilish uchun noaniqlik sharoitida bilimlarni safarbar qilish va yangilash qobiliyatiga bog'liq.

Muntazamlik hodisalar va jarayonlarning ob'ektiv ravishda mavjud bo'lgan, zaruriy, muhim, takrorlanadigan aloqasi sifatida ularning o'zaro ta'siri va munosabatlarining xilma-xilligini aks ettiradi. Bo'lajak o'qituvchining ijodiy kompetensiyasini shakllantirish va rivojlantirish muammosining hozirgi holatini ko'rib chiqishda quyidagi barqaror bog'liqliklar aniqlandi:

- bo'lajak o'qituvchining kasbiy tayyorgarligi samaradorligining ijtimoiy ustuvorliklarga bog'liqligi, unga ko'ra zamonaviy jamiyat ijtimoiy taraqqiyot sari ijodiy harakatni amalga oshirishga qodir bo'lgan faol, tashabbuskor, ijodiy fikrlaydigan va harakat qiluvchi shaxslarga muhtoj;
- kelajakdagi o'qituvchining ijodiy shaxsi rivojlanishining ijtimoiy murakkablikka bog'liqligijamiyatning iqtisodiy sharoitlari, muammoga turlicha qarashlarning mavjudligi;
- kasbiy pedagogik ta'lim mazmunining bo'lajak o'qituvchilarning real va potentsial imkoniyatlari bilan shartliligi;

Bo'lajak o'qituvchining kasbiy ijodiy kompetensiyasiga aylanish jarayonida shakllanish va rivojlanishning birligi printsipi . Shakllanish strategiyasi "aralashuv" - shaxsning ichki psixologik makoniga tashqaridan aralashuvni, unga jamiyat tomonidan ishlab chiqilgan usullarni, faoliyat usullarini, me'yorlar va baholashlarni yuklashni nazarda tutadi. Shunday qilib, shakllanish tashqi tomondan belgilanadigan rivojlanishdir. U ilmiy asoslangan pedagogik vositalar, usullar va texnologiyalar bilan ta'minlanadi.

Bo'lajak o'qituvchilarni tayyorlash holatini tizimli tahlil qilish shuni ko'rsatadiki, tendentsiyalar (lot. *tendenzo* - yo'naltirilganlik) zamonaviy o'qituvchilar ta'limi:

Pedagogik kasbiylashtirishning barcha bosqichlarida ta'lim jarayonining ijodiy yo'naltirilganligi printsipi- ta'lim jarayonining kasbiy yo'nalishi bo'lajak o'qituvchi shaxsining kasbiy ta'lim faoliyatining maqsadlari, mazmuni, shakllari, usullari va natijalarida ijodiy namoyon bo'lishi uchun zarur shartsharoitlarni yaratish bilan ta'minlanadi. Ta'lim jarayonining ijodiy yo'nalishi o'qituvchilar va o'qituvchilarning shaxsiyati va faoliyatining xususiyatlarini hisobga olishni o'z ichiga oladi. Ijodiy yo'naltirish tamoyilini amalga oshirish o'qituvchi talabalariga ijodiy shaxs bo'lish,

bo'lish va qolish istagida har tomonlama yordam berishdan iborat bo'lib, bu ularga ishdagi qiyinchiliklar va to'siqlarni engib o'tishga yordam beradi. Shakllangan ijodiy yo'nalish xatti-harakatlarning idroki va mantiqini, kelajakdagi o'qituvchining butun qiyofasini belgilaydi. Kognitiv va ijtimoiy yo'nalish bilan bir qatorda, kasbiy va ijodiy yo'nalish talabalarni pedagogik kasbiylashtirishning barcha jabhalarini qamrab olishi kerak: nazariy, amaliy tayyorgarlik, shuningdek, kasbiy va shaxsiy rivojlanish.

Bo'lajak o'qituvchining ijodiy qobiliyatlarini shakllantirish va rivojlantirishning uzluksizligi va izchilligi printsiplari- bu tamoyil pedagogik ta'lim bosqichlari, bosqichlarining vaqt va fazoviy bog'liqligini, ularning uzluksizligi va diskretligini ifodalaydi. Pedagogik kasbiylashtirish jarayonida uzluksizlik deganda yangi bilimlarni, texnologiyalarni, kasbiy va shaxsan muhim sifatlarni bosqichma-bosqich egallash tushuniladi. Diskretlik rivojlanishning qandaydir to'liqligini ko'rishga imkon beradi. Kompetentsiyaga asoslangan yondashuv zamonaviy ta'lim sifatini ta'minlaydi. Har xil turdagi kompetensiyalarni o'zlashtirish o'quv jarayonining asosiy maqsadi va natijasiga aylanadi. Mohiyatan, ta'lim sifatini boshqarish, shu jumladan kasbiy ta'lim, ta'lim natijalari sifatida ta'lim jarayonida o'zlashtirilishi lozim bo'lgan kompetensiyalar tarkibini aniqlashdan boshlanadi. Zamonaviy ta'limda kompetensiya modelidan foydalanish o'quv jarayonini tashkil etishda, uni boshqarishda, o'qituvchilar va o'qituvchilar faoliyatida, o'quvchilarning ta'lim natijalarini o'quv jarayoni bilan solishtirganda baholash usullarida tub o'zgarishlarni nazarda tutadi. "bilimni o'rganish" tushunchasiga asoslanadi. Asosiy qadriyat – bu ma'lumotlar yig'indisini o'zlashtirish emas, balki tinglovchilarning o'z maqsadlarini aniqlash, qarorlar qabul qilish va odatiy va nostandart vaziyatlarda harakat qilish imkonini beradigan bunday ko'nikmalarni rivojlantirishdir. Shaxsni rivojlantirish yondashuvi kasbiy ta'limni tashkil etishning ma'lum bir usuli sifatida qaraladi, bu jarayonda o'qitish sub'ektlarining o'zaro ta'siri maksimal darajada shaxsning kasbiy rivojlanishiga va kelajakdagi kasbiy faoliyatining o'ziga xos xususiyatlariga yo'naltiriladi.

Faoliyat sub'ektining faollik darajasi uning shaxsiyatni rivojlantiruvchi xususiyatini belgilaydi. F. Zeer ushbu faoliyat turini dominant deb ataydi (ta'lim va tarbiya tizimi tomonidan shaxsga beriladigan yetakchi faoliyatdan farqli o'laroq). Ko'rinib turibdiki,

o'qitishning mazmuni va texnologiyalari, ta'lim motivatsiyasi, shaxsiy ma'nosi faoliyatning rivojlanish imkoniyatlarini belgilaydi. Kasb-hunar ta'limida har xil va "ko'p qirrali" faoliyat turlari mavjud bo'lib, ularning har biri ma'lum ob'ektiv sharoitlarda shaxsning rivojlanishini belgilab beruvchi ustunlik qiladi. Shaxsiy rivojlanish yondashuvini amalga oshirish uchun nafaqat o'quv va kognitiv faoliyatni tashkil etish, balki uni kasbiy yo'naltirish ham muhimdir. Biz tomonidan ishlab chiqilgan bo'lajak o'qituvchining ijodiy kompetensiyasini shakllantirish va rivojlantirish konsepsiyasi pedagogik voqelikni tizimli tushunishga asoslanadi. Bo'lajak o'qituvchining ijodiy qobiliyatlarini rivojlantirishni ta'minlash real ta'lim imkoniyatlari, o'quvchilarning individual qiziqishlari va qobiliyatlarini hisobga oladigan hududning (maktab-kollej-universitet) maxsus tashkil etilgan ijodiy rivojlanayotgan ta'lim maydoniga bog'liqligi isbotlangan. Bunday makon hamkorlik va birgalikda ijod qilishning ijodiy muhiti bilan ajralib turadi. Kasbiy va tipologik mansubligiga ko'ra, har bir talaba o'zini o'zi anglash, individual ta'lim yo'nalishini tanlash, ijodiy o'zini-o'zi rivojlantirish uchun differensial vazifalarni tanlash imkoniyatiga ega bo'ladi. Biz tomonidan ishlab chiqilgan bo'lajak o'qituvchining ijodiy kompetensiyasini shakllantirish va rivojlantirish konsepsiyasining o'qituvchilar ta'limi tizimida amalga oshirilishi o'qituvchilar ta'limi sifatining yangi, dalillarga asoslangan yaxshilanishini ta'minlaydi.

Adabiyotlar ro'yxati:

1. Abulxanova-Slavskaya K.A. Hayot strategiyasi. Moskva: Fikr, 1991 yil.
2. Andreev V.I. Pedagogika: ijodiy o'z-o'zini rivojlantirish uchun o'quv kursi. Qozon: Innovatsion texnologiyalar markazi, 2000. 608 b.
3. Dorovskoy A.I. Iqtidorli talabalarni rivojlantirishning didaktik asoslari. M Rossiya pedagogika agentligi, 1998. - 212 p.
4. Zeer E.F. Talabalarga yo'naltirilgan kasbiy ta'lim: nazariy va uslubiy Yekaterinburg: Ural nashriyoti. davlat prof. ped. Universitet, 2001.
5. Sokolnikov Yu.P. Maktab o'quvchilarini tarbiyalashga tizimli yondashuv. M., 1990 yil.
6. Tutolmin A.V. Talaba-o'qituvchining kasbiy va ijodiy kompetentsiyasini shakllantirish: usullar.

7. Markova A.K. O'qituvchi mehnatining psixologiyasi. Moskva: Ta'lim, 1993.

8. Lukyanova M.I. O'qituvchining kasbiy va shaxsiy xususiyatlarini o'rganish muammosi to'g'risida // Pedagogik monitoring ta'lim sifatini boshqarishda tizimli diagnostika sifatida//. Qozon, 1997 yil.

UMUMIY O'RTA TA'LIM MAKTABLARIDA MUAMMOLI O'QUVCHILAR BILAN ISHLASHDA PSIXOLOGIK YONDASHUV

Sharopova Firuza Djalolovna
Buxoro viloyat Qorovulbozor tuman 1- maktab psixologi

Bugungi tezkor va shiddat bilan rivojlanib borayotgan jamiyatda har tomondan axborotlar ko'lamining oshib borishi va bu turli ijobiy va salbiy axborotlarni qabul qilayotgan o'quvchi yoshlar (ayniqsa, o'smirlar)ning xulq-atvori va ta'lim tarbiyasiga e'tibor berish dolzarb masalalardan sanaladi.

Ushbu metodik tavsiyada o'quvchilarni tushkun holatlarining kelib chiqish sabablari va oqibatlari yaqida bayon etilgan bo'lib, uni bartaraf etish bo'yicha amalga oshirilishi lozim bo'lgan maslahatlar va tavsiyalar berilgan.

Mazkur metodik qo'llanmadan maktab amaliyotchi psixologlari, sinf rahbarlar va fan o'qituvchilari o'z faoliyatlarida foydalanishlari uchun tavsiya etiladi.

Agarda e'tibor qilayotgan bo'lsangiz yoki dunyo xabarlarini bilan muntazam ravishda tanishib borayotgan bo'lsangiz dunyoda qanchadan-qancha odamda tushkunlik deb ataluvchi psixologik ya'ni ruhiy holat tufayli stress holatlari kelib chiqishiga sabab bo'lmoqda. Bu ko'pincha insonlarni yaxshi ko'rgan ishidan, yaqinlaridan, ba'zida farzandlaridan ko'pincha hayotdan sovishlariga olib kelmoqda. Agarda biz psixologlar tushkunlik deb ataluvchi holatdan qutulish choralarini topsak, o'quvchilarni tushkunlikka tushishlarini oldini olishga oz bo'lsada o'z hissamizni qo'sha olsak, ko'pgina muammolar o'z yechimini topa oladi va biz

psixologiyaning korreksiya yo'nalishiga o'z hissamizni qo'shgan bo'lamiz.

Har bir pedagog avvalo psixolog bo'lishi lozim. Ya'ni har bir o'quvchining temperamenti qandayligini bilishi, o'quvchi bugun qanday kayfiyatda darsga keldi, oilaviy ahvoli va hokazolardan xabardor bo'lishi lozim. Chunki ko'p narsa kayfiyatga bog'liq. Temperamentning xolerik, sangvinik turlari har doim o'z hissiyotlarini oshkora tutadilar. Ya'ni kayfiyatlari bo'lmasa qo'pol, kayfiyatlari yaxshi bo'lsa xushchaqchaq yuradilar. Melanxolik va flegmatik temperamentli o'quvchilar ko'pincha tushkun kayfiyatda yurishsada aslida unday bo'lmaydi. Insonlar ularning ichki go'zalligini, qalb go'zalligini ko'rishini xohlaydilar. Faraz qilamiz o'qituvchi darsda savol bilan o'quvchilarga murojaat qildi. Xolerik, sangvinik temperamentli bolalar qo'l ko'tarish bilan birga men aytay deb o'rinlaridan turib ketishadi. Ularning xayollarida o'qituvchi nima bo'lsa ham shu savolga javobni mendan so'rasinda, tartib bilan o'tirganimni inobatga olsinda degan o'y-xayollar o'tadi. Ish tajribamda past o'zlashtiruvchi o'quvchilar bilan suhbatlashganimda ular o'qituvchi baribir mendan so'ramaydi tayyorlanib kelgan taqdirimda ham deb javob bergan. Ular har doim ham o'z xohishlarini har doim ham ochiq aytavermaydilar. Ular insonlar ularni boricha qabul qilishini, aslida qanday inson ekanligini bilishni xohlaydilar.

O'quvchi qachon tushkun holatga tushadi: oddiygina o'qituvchi u bilan dars mobaynida shug'ullanmaganda, ikki baho olganda, ota-onasi ajrashganda, birovlar qo'lida katta bo'lganda, tengqurlari qatori kiyina olmaganida, ular kabi huquqlarga ega bo'lmaganida, boshqalar tomonidan kamsitilganda, mehnati qadrlanmaganda, o'z o'rnini topishga qiynalganda, boshqalar tomonidan qo'llab – quvvatlanmaganda, uni tushunishlarini xohlagan payt hech kim e'tibor qilmaganida, yetarlicha mehr- e'tibor ko'rsatilmaganida, qiz bola yigitni yoki yigit bola qizni yoqtirib qolsa-yu qiz (yigit) unga e'tibor qilmaganida vahokazolar.

O'quvchi yoshlarni tushkunlik holatlarini qanday qilib bartaraf qilish mumkin? Bu sabablarni birma-bir tahlil qilib ko'ramiz. O'qituvchi dars jarayonida har bir o'quvchi bilan individual tarzda ish olib borishi lozim, ya'ni darsga hamma o'quvchi qatnashishini nazorat qilib borish kerak. Ba'zi o'qituvchilar bu boladan so'raganim bilan baribir bilmaydi vaqtimni behudaga ketkazaman deb har doim darsga faol

qatnashuvchi o'quvchilar bilan ishlaydi. Bu jarayon o'qituvchi uchun samarali kechadi ya'ni asab tolalari toliqmaydi. O'qituvchi shu bugun besh soat darsi bo'lsa birinchi soat darsga kirganda o'z ongiga buyruq beradi bugun besh soat darsim bor birinchi soatimni fanimni yaxshi o'zlashtirgan sinfdan boshlashim kerak agar fanimni past o'zlashtirgan sinfdan boshlasam kayfiyatim buzilib asablarim toliqib chiqadi yoki shu sinfga kirgim kelmaydi, bolalar shovqin qilib meni charchatib yuborishadi deb kunni boshlashga odatlanib qolgan. Agar o'qituvchi talabchan bo'lsa, o'z bilimini o'quvchilarga yetkazib bera olsa, hech bir o'quvchi nazoratidan chetda qolmasa, o'quvchi faolligini oshirishga erishsa, tushkunlik holatidagi o'quvchini ham darsiga qiziqтира olsa, dars samarali bo'ladi.

O'quvchini ikki baho bilan jazolash to'g'rimi? O'qituvchi uyga vazifani tayyorlab kelmasa, kitob daftari uyda qolib ketsa yoki uyga vazifani tayyorlab bajarganman uyda qolib ketibdi deb bahona qilsa, o'qituvchi uni ikki baho bilan jazolaydi . O'qituvchining nazdida bu boshqa bolalarga saboq bo'ladi . Lekin o'qituvchi bu oddiygina ikkining o'quvchining ruhiyatiga qanday ta'sir qilishini inobatga olmaydi. Bu holat o'quvchini tushkun holatga tushishiga sabab bo'ladi.

Ko'pincha kattalar o'z muammolari bilan o'ralashib qolib bolalarni unutib qo'yishadi . Ko'r-ko'rona turmush qurish natijasida bir-birini tushunmaslik sabab o'zlari uchun qulay va muammolardan qutulishning oson yo'li ajrimni tanlashadi. Lekkin , bu bola psixikasiga salbiy ta'sir ko'rsatib uning tushkunlikka , stress holatiga tushib qolishiga va oxir-oqibat suitsid holatini kelib chiqishiga sababchi bo'ladi. Onalar bolasiga otasiz ham seni yaxshi boqa olaman deb taskin beradilar. Afsus-ki , bu fikr noto'g'riligini tushunganlaricha bola qancha stress holatlarini boshidan kechiradi . Bolani faqatgina boqish emas uning tarbiyasini o'ylash kerak. Bola tarbiyasida ham otaning ham onaning o'rni katta.

Ba'zilar farzandlarini opa-ukalari , ota-onalari, amma-xolalari qo'lga tashlab chet davlatga sarmoya orttirish ya'ni ko'p pul ishlab topsam farzandlarim hech narsaga zoriqmaydi , hech kimdan kam bo'lmaydi degan maqsadda ketishadi. Yo'q yanglishasiz bolani moddiy tomondan bekam-u ko'st qilishingiz mumkin ammo bolani mehrga zoriqtirib qo'yasiz. Tabiiy-ki hech qaysi amma-xola jiyaniga o'z bolasiday

munosabatda bo'lmaydi. Bola bundan o'ksinadi, ko'pincha ota-onasini sog'inib yig'lab o'zini ovutadi. Qarabsiz-ki, bolada yana tushkun holat. Endi bolaqanday yo'l tutadi? U ko'chadan do'stlar orttira boshlaydi, jinoyatchilik, huquqbuzarlik kabi illatlar uning eng yaqin do'stiga aylanadi. Buning oqibatida turli ko'ngilsizliklar kelib chiqadi. Agar uning irodasi sust bo'lsa bu yo'ldan qutulishning oson yo'lini ya'ni, bir necha daqiqaning o'zida barcha muammolardan qutulishni tanlaydi.

Ish tajribalarimda o'quvchilar bilan suhbatlashganimda ular oilada mening o'rnim yo'q u uyda yashagim kelmaydi, o'z o'rnim bo'lishini, boshqalar tomonidan tan olinishni va mehnatim qadrlanishini xohlayman deb aytgan. Bunday holatlarda o'quvchi yoshlar o'rtasida turli muammolar kelib chiqishiga sabab bo'ladi.

Shunday ekan biz psixologlar, sinf rahbarlar, o'qituvchilar va ota-onalar doimi birgalikda hamkorlikda ishlab yurtimiz kelajagi bo'lgan farzandlarimizga turli muammolariga yechim topishlarida yelkadosh bo'lishimiz zarurdir.

Maktabda muammoli o'quvchilar bilan ishlashning yana bir muhim usullaridan biri ularni qiziqishlari va intilishlarini aniqlab, kasb-hunarga yo'naltirib borishdir. O'quvchilar bilan tanlagan kasblari, ushbu kasbni kelajakdagi o'rni yuzasidan suhbat o'tkazib, ularga to'g'ri yo'nalish berib boriladi. Shu bilan birga ularni kelajakda o'zlari tanlagan kasbni albatta egallashlariga bo'lgan ishonchlarini oshirib borish zarur. Bunda quyidagi fikrlardan foydalanish mumkin: "Sen albatta shu kasbni yetuk mutaxasisi bo'lib yetishasan, Sen eng kerakli va to'g'ri kasbni (yoki hunarni) tanlagansan, Tanlagan kasbing senga omad va baxt keltiradi, men bunga ishonamankabi fikrlardan foydalanilsa, muammoli o'quvchilarni o'ziga va kelajakka bo'lgan ishonchlarini yanada oshirishga ko'maklashishga erishamiz.

Bola tarbiyasi bilan astoyidil shug'ullangan oilalarning bolalari maktabda o'z imkoniyatlarini mashg'ulot jarayonida qiynalmasdan ko'rsata oladilar. Bola tarbiyasida ota-onaning roli muhim hisoblanadi. Tarbiya ishi qanchalik erta boshlansa, hosil ham shuncha erta ko'zga tashlanadi. Oilada farzand tarbiyasida qo'yilgan har bir xato va kamchilik insonning kelajagiga o'z ta'sirini o'tkazmasdan qolmaydi, to'g'ri tarbiya kelajak poydevori. Bola tarbiyasi yomon niyat bilan emas balki sabr toqat, matonat, mehribonlik, chidamlilik, sezgirlik bilan bo'lishi kerak.

Bolani hech qachon biror narsani noto'g'ri bajarding deb koyimaslik, o'z sevimli mashg'ulot yoki o'yin turini tanlashiga va o'z fikrini bayon etishiga imkon berish uni haddan tashqari maqtamaslik, bolada har doim va hamma sohada birinchi bo'lishini, maktabda esa a'lochi bo'lishi kerakligini talab qilmang chunki maktabda a'lo baholarga o'qish har doim ham iqtidorli bo'lishga bog'liq emasligi isbotlangan. Bolaning har bir savoliga imkon qadar rost va sabr bilan javob berish, bolani faqatgina tengdoshlari bilangina emas balki kattalar bilan ham erkin va bemalol muloqot qilishga o'rgatish, bolaga har doim rost gapirish lozim agarda u foydasiz bo'lsa ham, bolangiz xato qilishga haqli ekanligini tan olishingiz, kuch bilan bolaga ta'sir o'tkazmang. Hech bo'lmaganda ba'zi - ba'zida bolaning o'rniga o'zingizni qo'yib ko'ring, ana shundagina qanday munosabatda bo'lishingizni anglab yetasiz.

Asosan o'smirlik davrida «Men»tushunchasi kuchli rivojlanadi ya'ni «men zo'rman», «men xamma narsani bilaman», «men hammadan kuchliman» va hokazolar uning xulqining buzulishlariga sababchi bo'ladi. Bunday holatlarda maktabda o'quvchilar bilan o'ta ehtiyotkorlik bilan munosabatda bo'lish zarur. Ya'ni maktabda ta'lim olayotgan muammoli o'quvchilar bilan ularni harakter hususiyatidan kelib chiqqan holda ishlarni tashkillab borish maqsadga muvofiqdir. Bunday o'quvchilar bilan ishlashda maktab psixologi, sinf rahbarlar va ota - onalar birgalikda, hamkorlikda ishlar olib borilsagina samarali natijaga erishiladi.

Maktab psixologi muammoli o'quvchilar bilan olib borgan individual suhbatlarni albatta sir saqlay olishi zarurdir.

Yuqoridagi mavzu bo'yicha o'z fikrimni yakunlar ekanman,hozirgi kunda insoniyat taraqqiyoti uchun eng muhim jarayon, ya'ni bola shaxsining shakllanishida uchraydigan muammolarni yosh avlodning xatti-harakatlarini ijobiy tomonga yo'naltirish,ularni turli salbiy og'ushlardan asrash va halos etish kabi vazifalarni amalga oshirishda katta mehnat va mas'uliyat talab etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Maktab va hayot jurnali 2018-yil 3-son
2. Maktab va hayot jurnali 2018-yil 1-son
3. Muallafning hayotiy ko'nikmalari

KASBIY STRESSNI YUZAGA KELISHIDAGI IJTIMOIY-PSIXOLOGIK SHART-SHAROITLAR

*Ro'ziyeva Alisa Urkunboyevna, Xurramova Mohidil Shuxratovna
Shahrisabz shahar 3 - maktab psixologlari*

Ishlashga qobiliyatlilik yoki layoqatlilik (*work efficiency*) – inson faoliyatining unumdorligini hamda odamning ishlab chiqarish va noishlab chiqarish sharoitida quvvatini to'g'ri sarf bo'lishiga ta'sir ko'rsatadi.

Izchil tadqiqotlar natijasida shu narsa aniqlanganki, zo'riqib ishlash tufayli paydo bo'lgan toliqish, u xoh ruhiy, xoh jismoniy bo'lishidan qat'iy nazar u xatti-harakatlarning tezligi va aniqligi, kuch va chidamlilik, mehnatning sifatiy hamda miqdoriy natijalari, xatoliklarga ta'sir qiladi. Shu sababli, ishlash qobiliyati, kasbiy yaroqlilikni aniqlash yo'lida olib boriladigan ilmiy izlanishlar inson salomatligi va farovonligi hamda ish bajarilishining samaradorligiga ta'sir etuvchi stress, jismoniy zo'riqish, zerikish va boshqa salbiy asoratlarni kamaytirishga qaratilgandir.

Ish stresining ko'rinishi.

Taxminan, ishchi o'z resurslari va atrof-muhit talablari o'rtasida nomuvofiqlik borligini sezganida ish stresini his qiladi. Eng maqbul narsa, inson va atrof-muhit o'rtasida tuzatish bo'lishi kerak edi, ammo agar bu ro'y bermasa, stressli vaziyatlar yuzaga keladi. Aksincha, stress, odam bunday sozlash yo'qligini bilganda paydo bo'ladi, chunki talablar yoki ish sharoitlari ularning qarshilik qobiliyatidan oshib ketadi.

Haddan tashqari ish yuki, ish ustidan nazoratning yo'qligi, mukofotning etarli emasligi, rol noaniqligi, toksik xo'jayin, tanlab oladigan tengdoshlar, aqldan ozgan jadvallar, zerikish, adolatsizlik hissi, turg'unlik yoki kasbiy rivojlanishning etishmasligi, muddatlari mumkin bo'lmagan vazifalar, lavozimning hissiy talablari, o'z qobiliyatlari ...

Ro'yxat cheksiz bo'lishi mumkin va har bir ishchida stressni keltirib chiqaradigan holatlar bo'lishi mumkin.

Ishning samarali bajarilishi uchun sharoit yaratish mehnat psixologiyasi, muhandislik psixologiyasi, inson omillarining muhandisligi, kasb psixologiyasi yoki ergonomikada asosiy maqsad qilib qo'yilgan. Mehnatning unumdorlilik masalasi

tadqiqotlari, mehnat unumdorligini oshirish va toliqish, baxtsiz hodisalar miqdorini kamaytirish maqsadida, mehnat faoliyatini loyihalashtirish borasidagi yutuqlarga o'z hissasini qo'shadi.

Ushbu sohaning asoschisi hisoblangan, yuqorida aytilgan izlanishlarni boshlagan **F.Teylor** ta'kidlashicha, ishlash qobiliyatining unumdorligi va samaradorligini oshirish uchun ishlab chiqarishga taalluqli barcha vazifalarni izchillik bilan o'rganish zarur. Shuningdek Teylor, xodimlar bajarayotgan ishlariga muvofiq kelishlari va ushbu ishlarni ilmiy asoslangan yo'riqnomalarga qat'iy muvofiq ravishda bajarishga o'rgatilgan bo'lishlari lozim.

Frenk va Lilian Gilbretlar tomonidan, toliqish bo'yicha olib borilgan boshqa ilk ishlar natijasi sifatida, ish jarayonida zo'riqishni kamaytirishga imkon beruvchi, turli ishlar uchun maxsus kursilar yaratildi. Undan tashqari, F.Gilbret mehnat samaradorligini oshirish, toliqish muammosini hal qilishda, ishchilarning xatti-harakatlariga alohida e'tibor qaratish zarurligini, o'z izlanishlari orqali ilmiy asoslab bergan. Chunki, yuqorida keltirilgan "Xatti-harakatlarning psixologik tahlili" mavzuida berilganidek, ishchilarning "tabiiy" harakatlari ichida zarur, aql-idrokka asoslangan harakatlar bilan birga xatti-harakatlar ham uchraydi va aynan mana shu tartibsiz, ortiqcha va mantiqsiz harakatlar toliqish sabablaridan biridir. Izlanish natijalaridan xulosa sifatida **F.Gilbret**, xatti-harakatlarni muvofiqlashtirish va tejamkorlik g'oyasini olg'a surgan edi. Har qanday ishning unumdorligiga, yuqorida ko'rsatilgan omillardan tashqari:

— ishning davomiyligi;

— mazkur ish bilan mashg'ul bo'lgan ishchi, xodimlarning psixofiziologik xususiyatlari;

— ishchi va xodimlar holatlarining bevosita ta'siri borligi ilmiy jihatdan asoslab berildi.

1990 yilda esa, **E.A.Derevyanko** uchuvchilar faoliyatini parvoz sharoitida va laboratoriya sharoitlarida tadqiq etib, unumdorlik egri chizig'iga ta'sir etuvchi omillarni ko'rsatgan.

Bular quyidagilardir:

- Tananing mazkur ishga nisbatan maksimal imkoniyatlari.
- Faoliyatning samaradorligi.
- Emotsional-irodaviy zo‘riqish.
- Toliqish.

Bu yerda **ishga nisbatan imkoniyatlar** deganda, ishchining psixofiziologik imkoniyatlari, ya’ni mazkur faoliyat turi bo‘yicha ko‘nikmalari nazarda tutiladi.

Mehnat jarayonida ishchining **emotsional-irodaviy zo‘riqish** holati ishning qanday borishini, ya’ni mehnat dinamikasini belgilaydi.

Kasbiy stress nima?

Ba’zi holatlarda, mutaxassislar, bu haddan ortiq foydali deb o‘ylashadi. Bu qulaylik hududidan chiqib ketishga yordam beradi, bu ish qobiliyatini rivojlantirishga ijobiy ta’sir etadi, bilimlarni chuqurlashtirish va oldimizda topilmagan muammolarni hal qiladi. O‘zining his-tuyg‘ularini engish qobiliyati odatda nomzodga ma’lum lavozim uchun talablar ro‘yxatida ko‘rsatiladi: jurnalistlar, tergovchilar yoki shifokorlar ishining bir qismi sifatida qabul qilinadi.

Mehnat stresining kontseptsiyasi, ishning zavqlanishni to‘xtatadigan joydan boshlanadi. Biror ish uchun sog‘lom g‘ayrat har doim yoqimli charchoqni keltirib chiqarmoqda, ammo bu uning tirnash xususiyati va xiralik bilan aloqasi yo‘q. Ish kunining davomiyligi, muddati va xo‘jayin talablarining noaniqligi bezovtalikni kuchaytiradi va asab tizimining tiklanishiga to‘sqinlik qiladi. Kasbiy stress sizni konfor hududidan uzoqlashishga majbur qiladi va faqat undan chiqmasin, u jismoniy sog‘liqqa zarar etkaza boshlaydi.

Kasbiy stress holati.

Kasbiy stress (*occupational stress*) — odamlarning va ular tomonidan bajarilayotgan ish orasidagi o‘zaro ta’sirining natijasi bo‘lib, bunda insonlarga normal faoliyat ko‘rsatishiga halaqit beruvchi ma’lum bir o‘zgarishlar nazarda tutiladi.

Kasbiy stressning juda ko‘p individual asoratlari topilgan. Bunday jismoniy o‘zgarishlardan bir qanchasi quyidagilardir: yurak-qon tomir tizimining kasalliklari, oshqozon-ichak kasalliklari, nafas a’zolari kasalliklari, rak, artrit, bosh og‘riqlari, tana shikastlanishi, teri kasalliklari, jismoniy zo‘riqish yoki toliqish va o‘lim.

Kasbiy stressga nisbatan ruhiy ta'sirlanishga: xavotirlanish, depressiya, qoniqmaslik, zerikish, somatik darmonsizlik, ruhiy charchoq, tushkunlik va nochorlik bo'yicha, o'z o'ziga past baho berish, boshqalar bilan aloqaga kirishishdan qochish, psixozlar, qahr-g'azab, shaxsiy tuyg'ularini ichida saqlash va diqqatini jamlashga qurbi yetmaslik kabi shikoyatlar ham ichiga kiradi.

Kasbiy stressning xulq, fel-atvorda quyidagi asoratlari kuzatiladi: shifokorlarga murojaat qilish, dori-darmonlarni qabul qilish va ba'zida keragidan ortiq dori iste'mol qilish, qattiq emotsional ta'sirlanish, yoki buning aksi, befarqlilik, imo - ishora va yurish-turishning asabiyligi, xavfli xatti-harakat, tajovuzkorlik, qo'pollik, o'g'rilik qilishga moyillik, odamlar bilan yomon munosabat, suitsidal urinishlar yoki suitsid.

Ammo shuni ham ta'kidlash muhimki, konkret o'zgarish, ta'sirlanishga taalluqli ma'lumotlar umuman olganda yetarli emasdir. Shuning uchun, quyidagicha xulosa qilish to'g'ri bo'lardi: kasbiy stress odamning farovon hayotiga ziyon yetkazishi mumkin, ammo aynan mana shu salbiy ta'sir o'zini qanday namoyon qilishi, noma'lum bo'lib qolmoqda. Bundan tashqari, har xil tipdagi odamlar, ta'sir kuchi jihatidan bir xil bo'lsa ham, ularning kasbiy faoliyatlari bilan bog'liq bo'lgan stressorlar, ya'ni stress holatini qo'zg'atuvchilarga nisbatan har xil ta'sirlanadilar.

Kasbiy stresslarning **manbalarini 3 ta asosiy kategoriya, mezonga ajratish mumkin:**

a) tashkiliy tavsiflar va jarayonlar;

b) mehnat shart-sharoitlari va shaxslararo munosabatlar;

v) ish tomonidan qo'yiladigan talablar va rollar bo'yicha tavsiflar.

Tashkiliy tavsiflar ichida stresslarga taalluqlilariga:

- yuqori darajadagi markazlashuv,
- qog'ozbozlik va ixtisoslashuv, shuningdek,
- tashkil etishning katta hajmliligi,
- xizmat pog'onalari bo'yicha ko'tarilishning murakkabligi hollari kiradi.

Shuningdek, stressning manbalari deb, quyidagi hollar ham hisoblanadi:

- mehnatga haq to'lashning tengsizligi,
- xodimlarni tez-tez joyini o'zgartirilishi,

- fikr almashishning juda kamayib ketishi,
- ishlab chiqarish vazifalarining aniqmasligi yoki qarama-qarshiligi,
- smenali ish,
- bajarilgan ishga nisbatan noto‘g‘ri qaror qabul qilish va h.k. vaziyatlar.

Ish tomonidan qo‘yiladigan talablarga taalluqli ehtimoliy stressorlarga:

- ishning bir xilligi,
- ishni qisqa muddatda bajarilishi kerakligi,
- malakaga past talablar,
- odamlar uchun javobgarlik,
- xodimlarning to‘liq bo‘lmagan yoki aksincha ortiq darajada ish bilan ta’minlanganligi.

Hozirgi kunga kelib ish faoliyatida xodimlar bajaradigan rollarini o‘rganish natijasida, rolli ziddiyatlar, noaniq yuklamalar va kasb faoliyatiga mos kelmagan talablarning barchasi asosiy stressorlar sifatida tan olinmoqda.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Abramova G.S. Vozrastnaya psixologiya. Toshkent 2005.
2. L.Beknazarova, M.Maxmudova. Ijtimoiy-psixologik trening. Toshkent 2016.
3. E.G’.G’ozdiyev. Psixologiya muammolari. Toshkent 1999.
4. R.Y.Toshtemirov, E.G’.G’ozdiyev Psixodiagnostika va amaliy psixologiya. Toshkent 2004.

GIPERAKTIV BOLALAR BILAN ISHLASHDA PSIXOLOGNING ROLI

Dexqonova Ziroatxon Yuldashaliyevna
Farg'ona viloyati Beshariq tumani 1-maktab psixologi,
Taniberdiyeva Dilafruzxon Mamadaliyevna
Farg'ona viloyati Furqat tumani 36-maktab ingliz tili fani o'qituvchisi

Annotatsiya: Ushbu maqolada giperaktiv bolalar tarbiyasi, ota-onalar va maktabning bola tarbiyasidagi hamkorligi haqida ma'lumot berilgan.

Kalit so'zlar: giperaktivlik, korreksion, o'smirlik, diqqat, motor, sensor, chapaqaylik, grafik tasvir, nutqiy buzilishlar, odob-axloq, o'smir, tarbiyasi og'ir

Giperaktiv bolalar bilan mashg'ulotlarni tashkil qilishda psixolog maxsus ishlab chiqilgan korreksion-rivojlantiruvchi dasturni qo'llashi mumkin. Giperaktiv bolalarga yordam berishda ularning ota-onalari va o'qituvchilari bilan ish olib borish hal qiluvchi ahamiyatga ega.

Kattalarga bolaning muammolarini tushuntirish zarur, uning qiliqlari ataylab qilinmasligini anglatish, ularning yordam va qo'llab-quvvatlashsiz bunday bola o'zidagi bor qiyinchiliklarni yengib o'ta olmasligini ko'rsata olish kerak.

Bunday bolalarni tarbiyalashda ota-ona ikkita keskinlikka yo'l qo'ymasliklari kerak: haddan ziyod rahm - shafqat ko'rsatish va bir tomonidan esa uning oldiga u bajara olmaydigan ortiqcha aniqlik, shafqatsizlik va jazolar bilan uyg'unlashgan katta talablarni qo'ymaslik.

Psixolog olimlardan M. Rotterning ko'rsatishicha, bunday bolalar maktabga chiqqach jiddiy qiyinchiliklarga duch keladilar. Chunki o'qish faoliyati diqqat funktsiyasi rivojlanishiga yuqori talablarni qo'yadi.

Qoida bo'yicha o'smirlik yoshida bunday bolalarda diqqatning nuqsonlari saqlanib qoladi, lekin giperaktivlik yo'qoladi va ko'pincha faollikning susayishi, psixik faoliyatning inertligi va istakning yetishmasligi bilan almashadi.

Maktab ta'limidagi muammolardan yana biri va past o'zlashtirishga sabab bo'luvchi omil bu chapaqaylikdir. Chapaqaylik tarbiyachilar, ota-onalar va bolaning o'zi uchun ham katta muammo hisoblanadi. Barchaga yaxshi ma'lumki,

chap qo`lning o`ng qo`ldan ustunligi tug`ma xususiyatga egadir. Yaqin vaqtgacha chapaqay bolalarning psixik xususiyati taraqqiyoti ular miyasining rivojlanashidan alohida holatda ko`rilgan. Biroq, miya va psixika a`zo va uning funksiyasi sifatida o`zaro bog`langandir. Chapaqaylik – bolaning zaruriy individual xususiyati bo`lib, uni ta`lim jarayonida hisobga olish shart.

O`quv ta`lim jarayonini a`nanaviy ravishda verbal va mantiqiy tafakkur taraqqiyotiga, chap miya yarim sharlari rivojlanishiga asoslanadi. Bunday holat esa chapaqay bolalarning ta`lim jarayoniga muvaffaqiyatli moslashuvini qiyinlashtiradi.

Chap yoki o`ng qo`lning ustunlik qilishi bolaning istagi yoki erkaligi emas, balki miyaning o`ng va chap yarim sharlari o`rtasida vazifalarning o`ziga hos taqsimlanishidir. Nima uchun chap qo`l ustunligi kelib chiqadi? Nimaning oqibatida chapaqaylik paydo bo`ladi?. Biz odatda miya haqida bir butun a`zo kabi fikr yuritimiz, lekin uning birligi ikkala miya yarim sharlarining faoliyatidan tashkil topadi. Ularning o`rtasida qat`iy farq bo`lib, miyaning funksional munosabatlarida ikkala yarim sharlarning ulushi bir xil emas. Bundan tashqari ulardan biri ustunlik qiladi.

Qo`l – odam harakat faolligining yarim funksional a`zosidir. Shuning uchun ham qo`lning imo-ishora a`zosi sifatida rivojlanishi chap qo`lning nutq markazini tashkil topishida yetakchiligidan dalolat beradi. Qo`l asimmetriyasi tushunchasi ko`p bo`lib, ulardan keng tarqalganlari: o`ng qo`llik, chapaqaylik va ambidekstriya (ikki qo`llik). Chapaqaylikni namoyon bo`lishi asosidagi omillarni ko`rsatar ekanlar, olimlar patologik, irsiy, va majburiy chapaqaylikni ajratadilar. Biroq ko`pchilik olimlar chapaqaylikni “tabiiy” irsiy ekanligini ta`kidlaydilar.

Ikkala miya yarim sharlari ham so`zlarni, obrazlarni idrok qilishga va qayta ishlashga qodir, biroq bu jarayon ularda turlicha kechadi.

Chap miya yarim shari. Verbal, mantiqiy, “fikriy” (mushohada). Miyadan kelayotgan axborotlarni ketma-ket, tahliliy ravishda qayta ishlaydi. Vazifalarni yechishda unga induksiya tamoyiliga muvofiq tahliliy yondashuv xos (xususiydan umumiyga).

O`ng miya yarim shari. Noverbal, obrazli, ko`ruv. Signallarni bir vaqtda va butun holda qayta ishlaydi. Ob`yektlarni bir nechta fikriy tekislikda ko`rish

imkonini beradi. Unga deduktsiya tamoyiliga muvofiq sintez xosdir (umumiydan xususiyga). Qoidaga muvofiq, o'ng qo'li yetakchilik qiluvchilarda verbal ma'lumotlarni qayta ishlashga ixtisoslashgan chap miya yarim sharlari ustunlik qiladi. Ularning 95 % da nutq markazi chap miya yarim sharlarida joylashgan.

Chapaqaylarning miya funktsiyasi lateralizatsiyasining o'ziga xosligi ularning bilish jarayonlariga ta'sir qiladi, ularga quyidagilar taalluqli: ma'lumotlarni tahlil qilish usuli, materialni qismlarga bo'lib ishlash; noverbal stimullarga nisbatan verballarini yaxshiroq anglash; ko'ruv- fazoviy topshiriqlarni bajarish imkoniyatining pastligi.

Yaqin kunlarga chapaqay bolalarni o'ng qo'lda yozishga o'rgatish majburiy ravishda amalga oshirilgan. Biroq, hozirgi kunda ham bunday holatlar uchramoqda. Ayniqsa ota-onalarning chapaqay farzandlarini ta'lim jarayonida o'ng qo'lini ishlatishga majbur qilishlari va o'qituvchilarni ham bunga undashlari bolalarning psixik salomatligida jiddiy muammolarni keltirib chiqarmoqda. Ko'plab ma'lumotlarga ko'ra, nevrozik holatlar va nevrozlar o'ng qo'l ustunlik qiluvchi bolalarga nisbatan chapaqaylarda ko'proq uchramoqda. Chunki, chapaqay bolalarni majburlab (turli xil jazo choralarini qo'llash orqali) o'ng qo'lga o'rgatish nevroz rivojlanishining sababidir. O'ng qo'lga qayta o'rgatish lateralizatsiyaning tabiiy paydo bo'lgan individual yo'nalishini sinishiga olib keladi, bu esa kuchli stressogen omil bo'lib chiqadi.

Shunday qilib, chapaqay bolalarni o'ng qo'lga o'tkazish umuman yo'l qo'yib bo'lmaydigan holatdir.

Chapaqay bolalarning faoliyatida bilish jarayonlari sohasida quyidagilar namoyon bo'lishi mumkin:

1. Ko'ruv-harakat koordinatsiyasi qobiliyati pastligi: bolalar grafik tasvirlarni ko'chirib chizish bilan bog'liq topshiriqni ayniqsa ketma-ketlikda bajarishda qiynaladilar; yozuvda, o'qishda qatorni ushlab tura olmaydilar; yozuvlari yomon.

2. Fazoviy idrok va ko'ruv xotirasidagi yetishmovchiliklar, fazoviy muvofiqlikni tahlil qilishdagi qiyinchiliklar: chapaqaylarda ko'pincha grafik tasvirlashda shakllarning shakli va proportsiyasining buzilishi ko'rinadi; yozuv

oynavandligi; yozuvda harflarni tushirib qoldirish va o`rnini almashtirish; optik xatolar, shakliga ko`ra o`xshash harflarni chalkashtirish. Masalan, t ni p ga, m ni l ga, n ni k ga va i ni n ga; predmetlarni fazoviy joylashishini aniqlashda chap va o`ngni, ostida- ustida, oldida-orqasida kabilarni adashtirish.

3. Ma'lumotlarni qayta ishlashning o`zgacha strategiyasi, anglashning tahliliy uslubi: chapaqaylarga materialni qismlarga bo`lib ishlash xos bo`lib, bunday tahlil natijasida faoliyat ob'yekti haqida butun tasavvur hosil bo`ladi. Bu bilan chapaqaylarning suskashtligi ifodalanadi, to`liq idrok va tushinish uchun ularga materialni bosqichma-bosqich uzoq qayta ishlash zarur bo`ladi.

4. Diqqatning zaifligi, diqqatni ko`chirish va to`plashdagi qiyinchiliklar.

5. Nutqiy buzilishlar: harflarni tahlil qilishdagi xatolar.

Ko`rsatib o`tilgan o`ziga xosliklar bevosita o`quv malakalarini egallashdagi samaradorlikka ta'sir qiladi. Chapaqay bolalarning yana bir o`ziga xosliklari, bu ularning emotsional ta'sirchanligi, xavotirchanligi, arazchiligi, asabiyligi, shuningdek, ishchanlik qobiliyatining pastligi va tez charchashdir. Bu nafaqat miya yarim sharlari assimetriyasi oqibati, balki ularni o`ng qo`lga o`tishga majburlash natijasi hamdir. Bundan tashqari, 20 % chapaqay bolalar anamnezida homiladorlik va tug`ruqda qiyinchiliklar qayd etiladi (ba'zi ma'lumotlarga ko`ra tug`ruqdagi jarohat chapaqaylik sabablaridan biri bo`lishi mumkin, chunki, jarohatlangan chap miya yarim sharlarining funksiyasini bajarishni o`ng miya yarim sharlari o`z zimmasiga oladi).

Chapaqay bolalarning emotsional ta'sirchanligi maktabga moslashishni qiyinlashtiruvchi omildir. Uni maktab hayotiga kirishi boshqalarga nisbatan sekinroq va og`riqliroq kechadi. Shuning uchun ham chapaqay bolalar doimo o`qituvchi, psixolog va ota-onalarning alohida e'tiborida bo`lishi kerak.

Shunday qilib, chapaqay bolalar maktabda ko`pgina muammolarga duch kelishlari mumkin. Ayniqsa, maktabgacha bo`lgan davrda va kichik maktab yoshida ularning to`laqonli psixik taraqqiyotiga yetarlicha zaruriy e'tibor qaratilmasa, o`quv faoliyatini egallashda jiddiy muammolarga olib keladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Bryazgunov I.P, Kasatikova E.V. “Bezovta bola yoki giperaktiv bolalar haqida”
M.:Psixoterapiya institute nashriyoti 2001-yil
2. Rean A.A “Prakticheskaya psixodiagnostika lichnosti” Piter 2001

YAXSHI SO‘Z VA YAXSHI FIKR QUDRATI» NOMLI TRENING ISHLANMASI

Axmedova Nodira

Farg‘ona viloyati Beshariq tumani 55 maktab psixologi,

Muyassarxon Xo‘jaeva

Beshariq tumani 3-IDUM psixologi

	Trening mashg'ulotining rejasi	Davomiyligi	Trening jihozlari	Mashq maqsadi
1	Kirish qismi Trening oltin qoidalari Mashg'ulotdan kutuvlar Tanishuv: “ Fakt va taxmin” mashqi	10 daqiqa	Doska Marker Oq qo'g'ozchalar	Ishtirokchilarning bir-birlari yaqindan tanishuvi
2	Trener ma'ruzasi	5 daqiqa	Taqdimot	Insonlarni yaxshi so'z va yaxshi fikrlashga o'rgatish va ularning hayotida sodir bo'ladigan turli voqea-hodisalarga, jumladan stressli holatlarga ham ijobiy yondoshishni targ'ib qilish
3	“Gerb” mashqi	5	A-4 formatdagi oq qog'oz ruchkalar va marker	Ishtirokchilar o'zlarini anglashlarini his ettirish
4	“Fikrning moddiylashuvi”	5 daqiqa	hikoya	Mavzu mohiyatini ochib berish, bilim, tasavvur, fikr doirasi kengligini aniqlash, xulosa chiqarishga undash
5	“ Chaqaloq” mashqi	10 daqiqa	O'yinchoq	:Trening ishtirokchilarni mashg'lotdan olgan bilimlarini mustahkamlanganligini aniqlash, xulosa qilishga o'rganish, ijobiy fikrlashga undash, bermoq va olmoq xislatlarini shakllantirish.

6	O'smir yoshda muammoli vaziyat	10 daqiqa	Vatmin qog'oz, ruchkalar va marker	Muammoli vaziyatni psixologik yondoshgan holda ijobiy yechim topish.
7	"Meni tushun" mashqi	10 daqiqa	A-4 formatdagi oq qog'oz ruchkalar va marker	Bu mashq orqali ishtirokchilarni bir-birini tushinish, his etish va tushintirish qobiliyatlari shakllantiriladi.
8	"Kapitan Paulo" mashqi	10 daqiqa		Insonlarni bir-birini yaqinlikni yaratish, harakatga undashga o'rgatish.
9	Yakunlash	5 daqiqa	Rangli stikerlar, chiroyli tilaklar	Olingan bilimlarni, treningdan kutilgan natijalarni umumlashtirish va yakunlash

Vaqt: 65 daqiqa

Maqsad: insonlarni yaxshi so'z va yaxshi fikrlashga o'rgatish va ularning hayotida sodir bo'ladigan turli voqea-hodisalarga, jumladan stressli holatlarga ham ijobiy yondoshishni targ'ib qilish

Trening mashg'ulotining borishi:

1. Kirish qismi

Trening oltin qoidalari, treningdan kutuvlar.

- intizom
- faollik
- ko'ngilli ishtirok
- boshqalar fikrini hurmat qilish
- o'z fikrini qisqa bayon qilish

2. Asosiy qism.

Tanishuv "Fakt va taxmin" mashqi.

Maqsad: trening ishtiroklarini bir-birlari bilan yaqindan tanishishlarini ta'minlash, munosabatlarini yaxshilash, birinchi taasurotlarini ijobiy tomonga yo'naltirish, bilganlarini izhor etish va noma'lum bo'lgan yoki qiziqtirgan jihatlarini aniqlab olishga ko'maklashish.

Kerakli jihozlar: tarqatma uchun mo'ljallangan oq qog'ozchalar va ruchkalar.

O'tkazish tartibi: ishtirokchilar juft bo'lib o'tiradilar. Har bir ishtirokchi yonidagi inson haqida aniq anglagan bilimlaridan 3 ta fakt, bilmagan yoki qiziqtirgan tomonlaridan 3 ta taxmin yozadilar. Vaqt belgilanadi. Yozib bo'lganlaridan so'ng, bir-

birlariga o'qib eshittiradilar. Taxminlari haqida to'xtalib to'g'ri yoki noto'g'ri ekanligi haqida tushuntiradilar.

3. Trener ma'ruzasi.

Bizning uy-fikrlarimiz judayam kuchli energiyaga egadir. Biz fikrlarimiz bilan xohlasak hayotimizni go'zallashtiramiz yoki yemirib boramiz.

Nimaga deysizmi? Hech kuzatganmisiz, doimo negativ fikrlaydigan va har narsadan yomonlik izlovchi insonlari baxt va quvonchga to'lganini?

Hamma narsada yaxshilikni va hikmatni ko'ruvchi insonlarda esa hayot bir maromda sokin va xotirjam o'tadi. Ishonmaysizmi?

Bir hafta mobaynida og'zingizdan chiqadigan salbiy gaplarni kog'ozga tushirib boring va hafta so'ngida bir o'qib ko'ring. Endi qarab ko'ring o'zingizning hayotingizga qancha zarar yetkazar ekansiz.

Endi yana bir hafta faqat ijobiy so'zlarni yozib boring va oxirida bu yozganlaringizni ham o'qib ko'ring. O'qigan sari o'zingizda qanday his tuyg'ular o'tayotganini kuzating.

Shu ikki haftalik oddiygina tajribada hayotingizga qanday energiya kirib kelganini guvohi bo'lasiz.

Fikr – mehr, muhabbat, yaxshilik va xotirjamlik bilan band bo'lishi kerak doimo. Tinmay baxtliligingiz va omadliligingiz hadida gapiring.

Bir yapon tadqiqotchisi fikrning qudratini suv misolida sinab ko'rmoqchi bo'libdi va bir xonaning 3 ta joyiga bir xil o'lchamda, bir xil ko'rinishda bo'lgan stakanda suv qo'yibdi. Bu olim 1-satakan oldiga kelib faqat ijobiy so'zlarni aytibdi, 2-satakan oldiga kelib faqat salbiy so'zlarni aytibdi va 3-stakan oldiga ham bormabdi. Bu holat bir oy davom etibdi. So'ng suvlar tarkibini mikroskopda tekshiribdi. 1-suv shifobaxsh suvga aylanibdi, 2-suv zaharga aylanibdi, 3-suv esa balchiqqa aylanibdi. Qissadan hissa shuki, fikrlarimizning ta'sir kuchi juda yuqori. Fikr so'z qudrati cheksiz. Shunday so'zlar borki, kishi qalbida o'chmas iz qoldiradi. Ba'zilar bizni xafa qiladi, hayotdan ko'nglimizni qoldiradi. Shunday kuchga ega so'zlar ham borki, ular insonlarni kurashga, rivojlanishga undaydi.

Brian Tracy -“Optimizm muvaffaqiyat va baxtga boshqa har qanday sifatdan yaqinroq turadi” deb bejizga aytmagan. Chunki optimizm-hayotdan mamnun bo’lishni eng yaxshi belgisi hisoblanadi.

ODDIY BESH TA QOIDANI YODINGIZDA TUTING!

1. Salbiy fikr so’zlar yuritganingizda e’tibor bering.
2. Salbiy fikrni ijobiy fikrga o’zgartirishda so’zlar orqali yetkazishga harakat qiling.
3. "Uchta yaxshi narsalar" mashqidan foydalaning.
4. Qozonga yaqinlashsang qorasi yuqadi. Optimistlar bilan ko’proq aloqa qilishga harakat qiling.
5. Bu hayotda borligingizni o’zi buyuk ne’matligini anglang.

“Gerb” mashqi

Maqsad: ishtirokchi o’zini anglashini his ettirish

O’tkazish tartibi: Ishtirokchilarga A-4 formatdagi oq qog’oz ruchka beriladi,

“So’z va Fikrning moddiyligi” hikoya

Maqsad: mavzu mohiyatini ochib berish, mavzuga aniqlik kiritish, bilim, tasavvur, fikr doirasi kengligini aniqlash, xulosa chiqarishga undash, hamda harakatlarimiz natijasi fikrlarimizning ijobiy va salbiy ekanligiga bo’g’liqligini tushuntirish.

Kerakli jihozlar: Proyektor, kompyuter, hikoya matni

6. Psixokorreksiya

“ Meni tushun” mashqi

Maqsad: Bu mashq orqali ishtirokchilarni bir-birini tushinish, his etish va tushintira olish qobiliyatlari shakllantiriladi.

O’tkazish tartibi: ishtirokchilar qarama-qarshi bo’lib o’tiradi, bir birlariga o’zaro kelishib rasm chizishi talab etiladi, sokin musiqa qo’yiladi.

Savollar:

1. Sizga bu holat yoqdimi?
2. Bir-biringizni tushinishga qiynalmadingizmi?
3. Kim bu vaziyatda chizishga qiynaldi?

Bu mashqdan olgan tassurotlaringizni trening ishtirokchilariga izohlab bering.

“Chaqaloq” mashqi

Maqsad:Trening ishtirokchilarni so'z orqali boshqa ishtirokchiga bo'lgan samimiy munosabat o'rnatish, xulosa qilishga o'rganish, ijobiy fikrlashga undash, bermoq va olmoq xislatlarini shakllantirish

O'tkazilish tartibi:Ishtirokchilar aylana hosil qiladilar va chaqaloq o'yinchoqni olib birinchi kelgan so'zni aytish so'raladi.hamma ishtirokchilar aytib bo'lganliklaridan so'ng yonida turgan ishtirokchiga huddi shu aytgan so'zini takrorlashi so'raladi.

“Kapitan Paulo” mashqi

Maqsad:Insonlarni bir-birini yaqinlikni yaratish, harakatga undashga o'rgatish.

O'tkazilish tartibi:Ishtirokchilar aylana hosil qiladilar va trener kapitan deganda ishtirokchilar qo'llarini chers berishadi,uborka deganda ishtirokchilar ikki kishi qo'llarini ushlagan holda uborka harakatini bajarishlari kerak,trener zabor so'zini aytganda ishtirokchilar uch kishi bo'lib yelkasiga qo'lini qo'yib zabor hosil qilishi lozim,ohirgisi obed deyiladi,ishtirokchi to'rt kishi bir birini qo'llarini tutgan holda obedni hosil qilishadi.Mashg'ulot tezlik bilan aralash so'zlarni takror takror aytish kerak bo'ladi,o'ziga sherik topa olmagan ishtirokchi mashg'ulotni tark etishi lozim bo'ladi.

“Tilaklar va takliflar” mashqi.

Maqsad:Trening ishtirokchilarni mashg'lotdan olgan bilimlarini mustahkamlanganligini aniqlash, xulosa qilishga o'rganish, ijobiy fikrlashga undash, bermoq va olmoq xislatlarini shakllantirish.

Kerakli jihozlar:gul shaklidagi har xil rangli stikerlar, ruchkalar va guldon.

O'tkazilish tartibi:Ishtirokchilar rangli stikerlaga xulosalarini, treningdan olgan tasurootlarini yosib, vatman qo'g'ozga chizilgan guldonga yopishtiradilar

ЎҚУВЧИЛАР АҚЛИЙ ФАОЛИЯТИНИНГ ПСИХОЛОГИК ХУСУСИЯТЛАРИ

Долиева Хилола Исмановна

Наманган вилояти Тўрақўрғон туман 4 мактаб психологи

Ўқувчилар турли ўқув вазифаларини ҳал қилиш жараёнида намоён бўладиган ақлий иш “услугларининг” нисбатан барқарорлигини, уларда ақл хусусияти ёки сифатининг маълум даражада ривожланганидан дарак беради.

Таълим жараёнида ўқувчиларнинг индивидуал фарқларига бағишланган тадқиқотларида ҳар хил тоифадаги ўқувчилар тавсифланган: уларнинг баъзилари (аъло ўзлаштирувчи ўқувчиларда) тафаккурнинг юқорида таъкидланган икки тури орасида чамбарчас боғлиқлик намоён бўлади, яъни уларда конкрет ҳолатлардан мавҳум ҳолатларга ўтиш осон кечади. Бунда мавҳумлаштириш ва конкретлаштириш улар томонидан ақлий фаолият усули сифатида фойдаланилади. Болаларнинг бошқа тоифаси тафаккур фаолиятининг бир туридан бошқасига ўтишда доимий қийинчилик ҳис қиладилар. Баъзи ўқувчилар идрокка таяниш имконини берадиган тафаккурнинг кўرғазмали усулларига “ёпишиб оладилар”, аксинча бошқалари бўлса, кўрғазмалиликдан “воз кечиб”, сўзлар, тушунчаларга таяна бошлайдилар.

Ўқувчи кўпроқ тафаккурнинг кўрғазмали усулларига таянганда ақлий фаолият бу турининг юқори ривожланганидан далолат беради, деб ўйламаслик керак. Худди шундай тафаккурнинг кўрғазмали ҳаракат туридан сўз мантиқ турига ўтиши мавҳум тафаккурнинг кўпроқ ривожланганидан далолат беради, деб ҳисобламаслик керак. У ёки бу тоифадаги ўқувчиларда тафаккурнинг икки тури ҳам кучсиз ривожланган бўлади.

Мана шу ўринда Президент И.Каримовнинг Олий Мажлиснинг биринчи сессияда таъкидлаб ўтганидек «Иқтисодий ва сиёсий соҳалардаги барча ислохотларимизнинг пировард мақсади юртимизда яшаётган барча фуқаролар учун муносиб ҳаёт шароитларини ташкил қилиб беришдан иборатдир. Айнан шунинг учун ҳам маънавий жиҳатдан мукамал ривожланган инсонни тарбиялаш,

таълим ва маорифни юксалтириш, миллий уйғониш ғоясини рўёбга чиқарадиган янги авлодни вояга етказиш давлатимизнинг энг муҳим вазифаларидан бири бўлиб қолади».

Психологик адабиётларда ақлий тарақиётнинг юқори даражада эмаслиги мавҳум тафаккурнинг етарли ривожланмаганлиги билан боғланади. Бундай ҳолларда болаларнинг мавҳум фикрлай олмаслиги маълум бўлади. Бироқ конкрет тафаккурнинг ривожланишида ҳам баъзи камчиликлар эътиборга олинмайди. Бу билан боғлиқ равишда худди ана шу конкрет тафаккур ривожланишида муҳим камчиликлар аниқланган.

Оммавий мактабларнинг қўйи ўзлаштирувчи ўқувчиларида ҳам худди шундай фактлар аниқланган. Арифметик масалалар ечишда уларга масалаларнинг ташқи шартли белгиларига таяниш, (алоҳида сўзлар, абсолют катталиқ ва белгиланган сонларнинг кетма-кетлиги ва бошқалар), масалаларнинг конкрет мазмунини етарлича англамаслик хос. Худди шунинг учун ҳам бошланғич синф ўқувчилари масалаларни ечишда катталиқларнинг номларида хатоликлар содир бўлади .

Шундай қилиб, ўтказилган тадқиқотлар ўқишда қийналадиган ўқувчилар ақлий фаолиятининг баъзи хусусиятларини аниқлаш имконини берди.

Бироқ, бу секин ўзлаштирувчи ўқувчилар ўқишда доимий муваффақиятсизликларга учраганини англамайди. Бу мустақил ақлий фаолият талаб қиладиган вақтларда ақлнинг баъзи салбий хислатлари шаклланигандан далолат беради. Бундай ўқувчилар ўзлаштиришга қийналадиган материал устида қўшимча машқлар бажариши тафаккурнинг бу хислатларини ўзлаштириши учун ҳисса қўшиши маълум бўлади.

Шунинг учун ҳам ўзлаштириш темпи, тезлигида намоён бўладиган ўқувчиларнинг турлича ўқувчанлик даражасини билиш ўқувчилар учун муҳим ҳисобланади. Ўқувчанликни ўқувчи иши темпидан ажратиш зарур. Ўқув ишларини секин бажариш, ўқувчанликнинг пастлигидан далолат бермайди, худди шунингдек тез бажариш юқори ўқувчанлик кўрсаткичи эмас.

Психологик тадқиқотларда бундай фарқлашларнинг зарурлиги таъкидланган, лекин ўқитувчиларнинг ишларида таълим жараёнларида ўқувчиларнинг индивидуал-психологик хусусиятларини характерлайдиган кўрсаткичлар орасида фақат иш тезлиги (темпи) кўрсатилади, ўзлаштириш тезлиги бўлса ҳисобга олинмайди. Ўзлаштириш тезлиги ўзлаштирамовчиликни йўқотишда ва ўқувчиларни янада ривожланишга ундашда муҳим ҳисобланади.

Шундай қилиб, ўқувчанлик, ўқув фаолияти усуллари хамда билимларни ўзлаштира олиш қобилиятидир. Ўқувчанлик, яъни ўқишга қобилиятлилик, шахснинг индивидуал, нисбатан барқарор хислати ҳисобланади. Бу тушунча мазмунига кўра “қобилият” тушунчасига нисбатан торроқ ҳисобланади. Қобилият таркибига маълум фаолият турига нисбатан юқори ўқувчанлик киради. Қобилият махсус ва умумий турларга бўлинганидек, умумий ва махсус ўқувчанликни хам ажратиш мумкин. Умумий ўқувчанлик кўп нарсада намоён бўлса, махсус ўқувчанлик фақат бир соҳада, бир ўқув фанини ўзлаштиришда намоён бўлади.

Ўқувчанлик ақлий тараққиёт билан чамбарчас боғлиқ, лекин улар айнан бир тушунча эмас. Ақлий тараққиёт – ёш улғайиши ва инсоннинг тажриба тўплаши билан ақлий фаолиятдаги сифат ва миқдор ўзгаришларининг мажмуидир. Юқори ўқувчанлик юқори ақлий тараққиёт учун замин бўлиши мумкин, лекин юқори ақлий тараққиёт билан нисбатан қуйи ўқувчанлик хам бирикиши мумкин, бунда у кўп меҳнат қилиши билан тўлдириши мумкин.

Л.С.Виготский [1] томонидан киритилган “тараққиётнинг яқин зонаси” тушунчасида катталар ёрдамида улар билан ҳамкорликда амалга ошириладиган ўқувчининг ақлий имкониятлари назарда тутилади. Тараққиётнинг яқин зонаси, актуал зонасидан фарқ қилади, актуал зонаси бола нимани мустақил ўзи қила олишида намоён бўлади.

Н.С.Кочарян тадқиқотларида секин фикрлайдиган бошланғич синф ўқувчиларининг психологик хусусиятлари баён этилган. Муаллиф ўтказган тадқиқотлардан маълум бўлишича, секин фикрлаш инсон индивидуаллигини характерлайдиган хусусият ҳисобланади. Секин фикрловчи бошланғич синф ўқувчиларида вақт чекланмаган пайтда тафаккур маҳсулдорлиги юқори бўлади.

Одатдагидек фикрловчи синалувчига нисбатан секин фикрловчи ўқувчилар топшириқларни бажаришда мустақил, жавобгарлик ҳисси юқори, жавоб беришга шошилмайди, тушунишга ҳаракат қилади. Лекин вақт чегараланганда секин фикрловчи ўқувчида бундай афзалликлар намоён бўлмайди, улар бундай вақтда кўпинча орқада қоладилар.

Л.В.Орлова [2] интеллектуал пассивлик сабабларини ва типларини ўрганган. У интеллектуал пассивлик ақлий фаолиятнинг қуйи даражаси, ақлий кўникмаларнинг етарлича шаклланмаганлиги, интеллектуал вазифаларни бажаришда ақлий зўриқишга салбий муносабат сифатида таърифлайди. Муаллиф интеллектуал пассивликнинг 2 турини ажратиб кўрсатади:

1) интеллектуал пассивлик ақлий фаолият операционал-техник механизмларининг бузилиш натижаси сифатида;

2) интеллектуал пассивлик шахс мотивацион-эҳтиёжлар соҳаси тараққиётида салбий муносабатларнинг кўриниши сифатида.

Л.В.Орлова кенглиги бўйича умумий ва хусусий интеллектуал пассивликни ажратиб кўрсатади. [2]

Шундай қилиб, Л.В.Орлованинг юқорида таклиф этган таснифи интеллектуал пассивлик турлари ва сабабларини аниқ тушуниш имкониятини беради.

Хулоса ўрнида шуни айтиб ўтиш лозим, ўқув жараёнида ўқувчиларнинг ақлий фаолияти хусусиятлари асосий аҳамиятга эга.

Фойдаланилган адабиётлар рўйхати:

1.Выготский Л.С. Избранные психологические исследования. - М. : Издательство АПН РСФСР .1960. -500 с.

2.Орлова Л.В. Интеллектуально-пассивные учащиеся. // Вопросы психологии. 1991. № 6. -С. 45-49.

O'SMIR YOSHLARDA MAQSADLARNI TO'G'RI YO'LGA QO'YA OLISHNI SHAKLLANTIRISH

Gulboyeva Maxbuba Xurramona

Surxandaryo viloyati Sariosiyo tumani 5-sonli Informatika va axborot texnologiyalarini chuqurlashtirib o'qitishga ixtisoslashtirilgan maktab psixologi

“Bola aziz, odobi undan aziz”, -deb ota-bobolarimiz bejizga aytishmagan. Kelajak yoshlar qo'lida, chunki bizning farzandlarimiz boshqacha intellektual salohiyatli, dunyo qarashi keng bo'lib o'sib ulg'aymoqdalar. Fan-texnikaning rivojlanishi ularning ong-shuuriga ,tafakkuriga ijobiy va salbiy ta'sirini o'tkazmoqda.

O'smirlik o'zi nima, nega aynan shu yosh “Inqiroz Yoshi” deb ataladi, kecha bola edi, bugun o'smir. Chunki o'sayotgan bolaning organizmida juda ko'plab o'zgarishlar ro'y beradi. Unda jismoniy-fizologik ,ruhiy- patologik tomonidan o'zgarishlar ro'y berib, bolalikdan kattalikga o'tish, aslida, katta bo'lib katta emas, lekin o'zlarini kattalarday tutib kimlargadir taqlid qilib o'sib ulg'ayadi. Ular o'ziga xos yangicha menini hosil qilishadi. O'smirlarni tushunish juda qiyindek, gohida o'zlarini o'zlari tushunmaganday tuyuladi, ayni shu damda ota-onalardan yaqinroq, ularni hammadan ko'p tushuna oladigan inson bo'lmasligini aytib o'tamiz ,afsuski, ba'zi bir aksariyat ota-onalarimiz o'smir farzanlarini tushunmayotganliklaridan aziyat chekishadi.Ota-onalar o'zlarini ularning o'rniga qo'yib nimadan bezovtalanatotganligini, uni qanday muammolar qiynayotganligini so'rashlari lozim . Axir uning ham o'ziga yarasha muammolari bo'ladi,bu muammolarni biz shunchaki deb qarashimiz mumkin emas.Biz kattalarga oddiy bo'lib ko'rinsa-da ,o'smirlarda ancha murakkabdek tuyuladi. Ehtimol farzandingiz eng yaqin do'sti bilan arazlashgandir yoki maktabda kimnidir qattiq sevib qolgandir va shunga o'xshash ko'plab muammolar ularni qiynayotgandir .Bu holatlar o'smirlar uchun oson emasligi ,shuning uchun ularni to'g'ri qabul qilib ular bilan do'stona suhbat olib borish, ularni eshita olishimiz kerak. Ularning fikrlarini eshitib ,fikrlari o'zi uchun qanchalik to'g'ri bo'lmasin hayot tajribasidan kelib chiqib, kattalar fikrini inobatga olishlarini ularga tushuntira olishimiz kerak. Eng asosiysi, tanqid qilmaslik lozim. O'smirlik davrida ayni shu damda maqsadlarni to'g'ri yo'lga qo'ya olsa, ya'ni ular

kelajakda kim bo'lmoqchi, qaysi kasb egasi, uning orzularining maqsadlari bilan hamohangligi, o'z maqsadlari yo'lida o'smir o'g'il, qizimiz birinchi qadamni tashlay oldimi, ya'ni kasb tanlashlari uchun kerakli fanlarni yashi o'zlashtirmoqdami, vaqt deb atalmish karvondan to'g'ri foydalana olishmoqdami shunga o'xshash ko'plab muammolarni tushungan holda, biz ota-onalar va kattalar ularning kelajaklari uchun ma'sul shaxs bo'lib qolamiz. O'smirlarda maqsadlarni to'g'ri yo'lga qo'yish uchun biz ularning qiziqishlarini, layoqlarini inobatga olgan holda to'g'ri kasbni tanlashga yordam berishimiz kerak. Ko'pincha, ota-onalar o'z orzu-istaklarini farzandlariga singdirishga harakat qiladilar, masalan, o'zari vrach bo'lishni xohlashgan, lekin erisha olishmagan shu kasbga farzandi erishishini xohlaydi. Aslida, bu yomon niyat emas, tabiiy holat, lekin bolaning qiziqishi va qobiliyati umaman boshqa sohada bo'lishi mumkin. Masalan, u uchuvchi bo'lmoqchi, undagi ishtiyoq va xohish o'sha kasbni yaxshi mutaxassisi bo'lib yetishiga zamin yaratishi mumkin. O'smirlarda tanlagan kasbi kelajakda o'zi uchunqanchalik muhim va 5-10 yildan keyin o'zlarini shu kasb bo'yisha qanday yutug'larda ko'ra olish bilan, suhbatlashish davomida o'zlari bir to'xtamga kela olishni orgatish kerak. Qancha-qancha insonlar turli soha kasb egalari olgan diplomlari o'zlariga kerak bulmasliklarini ular uchun xizmat qilmayotganliklarini aytib o'tishi, chunki ular shunchaki o'sprinlik davrida tavakkal tanlagan yoki kimlarningdir tavsiysi bilan o'qigan ekanlini aytib o'tishgan. Shunday ekan siz tanlagan soha o'ziniz uchun kelajaklari uchun xizmat qilsin ushandagina o'zlari uchun xotirjam hayotlaridan mamnun va albatta baxtli insonar bo'lishadi. shunday insonlar bor ekan oilalar mustahkamlanadi, farzandlar yaxshi tarbiyalanadi jamiyat va davlat rivojlanadi. Binning bolalarimiz har tomonlama, bilm, zakovat, dunyoqarash, intellekti yuqori darajada bullish kerak chunki taraqqiyotning yuksak darajada rivojlangan dunyo jamiyatida uz o'rnimizni topish uchun rivojlangan davlatlar talablariga Javob beradigan salohoyatli farzandlar bo'lib kamolga etishlari kerak. Yoshlariz farzandlarimiz buyuk ota- bobolarimizni munosib ajdodlari ekanligini ko'rsata olishlari uchun yoshlarimizga keng imkoniyatlar ochlgan. Hozirda yoshlarimiz uchun maxsus maktablar yani prezedent maktablari hamda fanlarni churlashtirilib o'qitiladigan ixsoslashtirilgan maxsus maktablar o'z faoliyatini boshlagan shunday

ekan ota-onalar o'z farzandlarini qiziqishlarini layoqatini inobatga e'tiborga olishlarini O'zlari ham bugun kech buldi endi bizlar qaridik degan fikrlardan yeroqlashgan holatda ularni uz ustlariga ishlab kasb -hunar bilim olishlari kerak deb o'ylayman. Psixologik holatda kelib chiqib ongimizni qanchalik ko'p ishlatsak biz shunchaki ko'p band bo'lib biz olmoqchi bo'lgan manbalarni endi o'ylab qidirmaymiz kitoblar kopligi , internetdan elektron darsliklar kerakli kitoblarni topishimiz mumkin bizdan faqat intilish ,hoxish ,maqsadlarni to'g'risida qo'ya olish muhim bo'lib qolmoqda .Maqsadlarni to'g'ri yolga qo'ygan har qanday inson orzularga erishgan baxtli saodatli inson buladi,shunday insonlar ko'paysa blinki farovonlik bo'ladi hayot go'zal buladi go'zal his -tuyg'lar bizning yashashga undaydi va boshqalarni ham go'zal yashashlari uchun kuch bera olishadi .Xulosa o'rnida shuning aymoqchimanki bolalarimiz bizning kejaklarimiz ekan bugundanoq ularni to'g'ri yo'naltira olishimiz kerak va zarur.

FARZAND TARBIYASIDA OTA - ONANING O'RNI

*Aktamova Sevara Sherzod qizi
SamDU Maktabgacha va boshlang'ich ta'lim fakulteti pedagogika va
Psixologiya yo'nalishi, 3-kurs talabasi*

Annotasiya Dunyoga kilgan har bir yosh avlod kelajakning poydevorlaridir. Ota-ona esa bu poydevorning muhandisi hisoblanadi. Poydevorning qay darajada mustahkam va pishiqligi bevosita ota-onaga bog'liq masaladir. SHundan kelib chiqqan holda ota-onalar shuni unutmastliklari kerak-ki, farzand dunyoga keldimi ularning zimmasiga katta ma'sulyat yuklanadi. Ota-ona voyaga yetkazayotgan har bir shaxs uchun vatan oldida xalq oldida o'z ma'sullik hisini tuyishlari kerak. Chunki poydevori mustahkam bulgan yurtgina gullab ravnaq topishi va yuksak marralarni zabt etishi mumkun.

Ota o'z farzandiga go'zal odobidan ko'ra yaxshiroq narsa bermaydi. Farzandinga odob bergin chuki sen farzandinga odob berish va uni ta'lim tarbiyali qilishga

ma'sulsan. Bu masullik esa farzanding kun kelib senga yaxshilik qilishiga masuldir. Manashu ma'sullik hisini tuygan ota-onagina kelajakda farzandining o'lkan marralarini ko'rishi va faxir tuyg'usini his etishi mumkun.

Kalit so'zlar Oila, ota-ona, farzand, ta'lim, tarbiya, muomila mehir, kelishmovchilik, oilaviy nizolar, halollik, poklik, rostgo'ylik, sabir toqat, o'rnak, rag'bat.

Kirish Farzand –inson hayotining mazmuni, nasl-nasabini davom ettiruvchisi, oilaning mustahkam zanjiri. Bir oilada farzand dunyoga keldimi ota-ona uni ham moddiy ham ma'naviy jihatdan ta'minlovchisi hisoblanadi.

Farzand uchun ota-ona kim? U haddi sig'ib har qanday istagi va sirini ayta oladigan, xoxlaganicha suyana oladigan eng yaqin kishisidir. Etibor berilsa farzand qalbi og'risa onasiga murojat qilad. Xoxlaganicha sirini ayta oladi. Adolatsizlik zulimni yengib utishda qiblagohi otasiga suyanadi. Bir so'z bilan aytganda ota-ona farzand uchun suyanchiq, qalqon va dardkash bula oladigan yagona insondir. Ota-ona farzandidan hechqachon mehrini va vaqtini ayamasligi lozim. Aks holda farzand mehirmi boshqadan izlashi vaqtini esa bekorchi narsalarga sariflashi mumkun. Bugungi kunda farzand tarbiyasida ota-ona o'rning dolzarbligi va ahamiyati shunda-ki farzand hayotining katta qismini oilada ota-ona bag'rida o'tkazadi. Ilk tarbiya samimiy munosabat go'zal muomila oilada ota-onalarning namunasi timsolida shakillanadi. SHu sababli ota-ona farzandiga har jihatdan o'rnak va namuna bula olishlari lozim. Avvalmbor oilada ota-ona o'rtasidagi munosabat chiroyli yulga qo'yilgan bo'lishi kerak. Ota –ona o'rtasidagi hurmat, izzat, mehir-muhabbat kabi tuyg'ular shakillangan balsa bu bevosita farzandlar tarbiyasida ham o'z aksini topadi. Bola hechqachon kattalarga quloq solmasa ham ularga taqlid qilishda hech qachon xatolikka yul quyishmagan. Zero xalqimizda qush uyasida ko'rganini qiladi degan naqil bor. Bazi ota-onalar farzandlaridan mening o'g'lim otasi kabi ish yoqmas, yoki onasi kabi palapartish deb nolishadi. Aslida bu genga irsiyatga bog'liq holat bulmasdan tug'ilgandan boshlab olingan tarbiyaga ko'proq aloqadordir. Misol tariqasida Yunonistonning mashhur davlat arbobi va notig'i bulgan Demosfen tug'ma kar va duduq bulgan. Lekin to'g'ri olingan ta'lim va tarbiya orqali u Yunonistonning mashhur

siyosatchisi va notig'iga aylanadi. Shu o'rinda shuni aytish kerak-ki, bolaning xulqidagi yaxshi va yomon amallar gendan o'tuvchi bulib emas balki ta'lim tarbiya va muhit tasirida shakillanadi. Ota onaning vazifasi farzandni dunyoga keltirish uni voyaga yetkazib turmushga berish yoki uylantirishdan iborat deb hisoblamasliklari lozim. Ota-ona bolaning xoxish istagi, qiziqishlari bilan o'rtoqlashishi, uning kelajagi uchun hayolida o'ylangan puxta rejaga ega bo'lshi lozim. Oilaviy nizolar farzandlar yonida muhokama qilinmaslig hatto-ki, bolaning kelajagi haqida ham ota-ona o'zaro yakka holda suhbatlashishlari kerak. Bazida ota-onalar farzandlarining qiziqishlariga dunyo qarashlarining turfa xil bulganligi sababli qarshi bulishadi. Unutmang siz bugunning odamisiz farzandlaringiz esa kelajakniki shu sababli farzandingizni tushunmoqchi bulsangiz farzandingizni o'zingizni hayotingizga moslashtirishga emas aksincha siz uning hayotiga moslashishga uruning. Ota-onadan yetarli e'tibor mehir ko'rgan farzand kelajakda imonli, sofdil,. mehribon inson bulib voyaga yetadi va kamdan kam holatlarda xato qiladi.

Asosiy qism Bizning o'zbek xalqimizda asosan ota oilaning moddiy taminotchisi bulganligi sababli asosiy vaqti kuchada o'tadi. Ona esa farzand tarbiyasiga asosiy masul shaxs sifatida qaraladi. Aslida bu notug'ri. Farzandning tarbiyasiga ona bilan bir qatorda ota ham masul hisoblanadi. Chunki farzand ota-onadan turlicha tarbiya oladi. Ota-onalar yana shuni bilishlari kerak-ki, hechqachon muommolar oldida o'zlarini yuqotib quymasliklari lozim Chunki farzandlar ota-onaga idial shaxs sifatida qarashadi va o'zlari uchun ulardan andoza oladi. Bazida ota-onalar biron muommoning yichimi yuzasidan boladan ham o'z fikir mulohazalarini bildirishni surashlari va bildirilgan fikr bolalarcha bulsada rag'batlantirish bolaning oilada o'rni borligini his qilishda o'ziga bulgan ishonchni oshirish bilan bir qatorda uning mustaqil shaxs bulib shakillanishida katta rol uynaydi. Ilmiy izlanishlar va tadqiqotlar shuni kursatadi-ki, inson o'z umri mobaynda oladigan informatsiyaning 70 /80% ni 5 yoshgacha bulgan davirda olar ekan. Umuman har qanday yosh davrida bolaga etiborsizlik qilib bulmaydi. Ayniqsa bolaning tug'ilganidan uch yoshgacha bulgan davr katta ahamiyatga egadir. Bola uch yoshgacha bulgan davrda oppoq qog'ozga uxshaydi. Nimani yozsangiz butun umr davomida saqlab qolish imkoniyatiga ega. Uch yoshdan keyin esa bolaning meni

shakillana boshlaydi va qaysarliklar qilishi, o'z aytganini o'tkazishga urinishi va har xil qiliqlar chiqarishi mumkin. Bunday vaqtda ota-ona shuncha vaqt erkin usgan bolaga birdaniga taqiqlar quyishi va qattiqqullik usuliga o'tishi mumkin. Lekin bu samarasiz usul hisoblanib bola tarbiyasini tug'ilishdanoq balki ona qornidanoq boshlash kerakligini anglatadi. O'ylashingiz mumkin yosh bola nimani ham tushunradi deb. Lekin shuni unutmaslik kerak-ki, ayni manashu yoshda olingan axborot informatsiyalar bosh miyya yarimsharlari pustog'ida chuqur iz qoldiradi va bu olingan ilk malumotlar bola hayoti davomida saqlanib qoladi. Ota-onalarning katta xatolaridan ham biri boxcha yoshigacha bulgan bolalarini erkin quyib boxcha yoshiga yetganidan sung esa ulardan birdaniga ko'p narsani talab qilishlaridadir. Unutmang boxcha juda kech. Ota-ona bola tug'ilganidanoq ta'lim va tarbiyani shakillantirmog'i kerak. Bu davirda bola uchun oson qiyin narsaning o'zi bulmaydi. Bola uchun hammasi yangi. Shu sababli manashu davrda olingan talim va tarbiya katta ahamiyatga egadir. Bunga misol tariqasida 1965 yilning Avgust oyida Tokioda bulib utgan ayol atletlarning xalqaro konfrensiyasida rais Riza Dim bir yoshgacha bo'lgan bolalarning suza olishi mumkunligini isbotlab berdi. Dim xonim besh oylik chaqoloqni suvga tushurdi va uch oydan so'ng u 6 daqiqa suza oladigan natijaga erishdi. Chaqoloq suvda 8 daqiqa-yu 46 soniya turib berib o'ziga xos rekord ham o'rnatdi. Bularning barchasi shuni ko'rsatadi-ki, bola tarbiyasidagi ilk yil juda katta ahamiyatga ega.

Bola bog'bon parvrishlayotgan nihol misolidir. Bog'bon kelajakda niholdan yaxshi hosil olishni istasa unga vaqtida mehior etibor berishi parvarishlashi lozim. Aks holda qarovsiz qolgan nihol o'zgalar tomonidan majruh qilinadi, yoki hechkinga foydasi tegmaydigan g'uladan farqi qolmaydi.

Alloh taollo Qur'oni karimda **“farzand dunyo hayotining ziynatidir”** deya keltirib utilgan. Har bir ota-ona berilgan ushbu ziynatni go'zal xulq, odob, axloq bilan yanada chiroyli bezatmoqlari lozim. Ota-ona o'z farzandiga sen mening faxir iftixorimsan, sendan faxirlanaman, sendan umidlarim katta deb aytishi farzand tarbiyasida eng munosib hatti harakatdir .Bunday munosabat bolada o'ziga bulgan ishonchni ortirish bilan bir qatorda o'ziga bulgan ma'sulyat hisni ham yuklaydi. Va aynan shu muhitda tarbiya topgan bola mustaqil qaror chiqara oladigan, bir ishi

boshlasa oxirigacha yetkaza oladigan, oiladagi masuliyatni o'z zimmasiga ololadigan mustaqil shaxs sifatida voyaga yetadi. Lekin afsuski bazi oilalarda farzandlar uchun qarorni ota-onalar chiqaradi Farzandlarning qiziqishlari, xoxish istaklarini inobatga olmagan holda o'z orzu havaslarini farzandlaridan ko'rmoqchi bo'lishadi. Qattiqqullik bilan oilada hukumronlik o'rnatib aytganim aytgan deganim degan qablida bolaning fikri xoxishlarini inobatga olmasdan ruhiy bosim ostida o'zlari bilmagan holda bolani ma'lum bir qolibga solib quyadi. Bu esa kelajakda bolaning shu bilgilangan qolibdan chiqq olmasligi mustaqil qaror va mustaqil faoliyatning yuqligiga olib keladi. Muommoga duch kelganida esa undan qochishga urinishi yoki o'zining o'rniga boshqalar tomonidan bu muommoni hal qilinishi uning uchun yaxshi bulib ko'rinadi. Bugungi kunda ota-onalar o'z oldilariga shunday maqsad qiyishlari kerak-ki, ular tarbiyalayotagn har bir farzand kelajakda malum mavqega salohiyatga ega bulishi va yurt kelajagi ravnaqiga o'zinning munosib hissasni qusha olishlari kerak. Mana shunday sog'lom fikriga ega ota-onadan sog'lom farzandlar, yetuk kadirilar va mutaxassislar chiqadi. Birinchi prezidintimiz Islom Abdug'aniyevich Karimov aytganlaridek **“Farzandlarimiz bizdan ko'ra kuchli, bilimli, dono va albatta baxtli bulishlari shart”**

Xulosa. SHuni aytish kerak-ki, farzand ota-ona uchun qanchalik aziz bulsa uning odobi xulqi undanda aziz. Bugungi kunda farzand tarbiyasiga har qancha etiborni qaratsak kam. Chun-ki, kelajak yoshlarning qulida. Yosh avlodning ta'lim va tarbiyasini samarali olib borish uchun ota-onalarni ham kitob savodxonligiga jalb qilish pedagogik bilimlar bilan bir qatorda psixologik bilimlarni ham shakillantirmoq kerak. Lozim bulsa yosh onalar uchun onalar maktablari tashkil qilinib farzand tarbiyasida muhim sanalgan yetarli ko'nikma va malakalar bilan qurollontirilmog'i lozim. Ko'rib turganingizdek ota-onalik masuliyati bu juda katta masuliyatdir har bir ota-ona zimmasidagi ushbu masuliyatli burchni qoyilmaqom qilib bajarsagina kelajakda ushbu qilgan mehnati sayi-harakatining natijasini albatta ko'radi. Zero hadislarimizda **“Kishining o'z farzandini chiroyli odob axloq bilan tarbiyalashi ko'p miqdordagi nafil sadaqa berishdan yaxshiroqdir”**-deb marhamat qilgan (Imom Termiziy rivoyati).

Foydalanilgan adabiyotlar ro`yxati

1 Masaru Ibuka “Uchdan keyin kech” Toshkent “Akademnashr” 2019

2 Oilalar mustahkamligini taminlashdagi muommolar va ularni bartaraf etish yullari
Toshkent 2019

3 Imom Buxoriy “Al-adab al-mufrad”

4 Shayx Muhammad Sodiq Muhammad Yusuf “Hilol-Nashr” Toshkent 2019.

IQTIDORLI BOLALAR BILAN ISHLASHDA PSIXOLOGIK XIZMAT

*Eshchanova Shoxida Sadullayevna
Xorazm viloyati Gurlan tumani 40-ayrim fanlar
chuqur o‘rganiladigan maktab psixologi*

Iqtidorli yoshlarni barvaqt aniqlash va ularning iqtidorini ro‘yobga chiqarishda jahon miqyosidagi buyuk kashfiyotlarni jamiyatimizning negizini tashkil etadigan buyuk allomalarimiz merosiga tayangan holda bugungi zamon talablaridan kelib chiqib , xalq farovonligiga xizmat qiladigan buyuk kashfiyotlar yaratish ko‘nikma va malakalarini hosil qilish muhim ahamiyat kasb etdi.

Bilimli , iqtidorli bola nafaqat o‘zining , balki xalq, millatning ham kelajagini belgilaydi. Iqtidorli yoshlar O‘zbekiston Respublikasining ijtimoiy va iqtisodiy taraqqiyotining hamda uning jahon hamjamiyatida munosib o‘rin egallashini ta‘minlovchi muhim omil hisoblanadi.

Shu bois , O‘zbekiston Respublikasining , “Ta‘lim to‘g‘risida”gi Qonuni va kadrlar tayyorlash mlliy dasturi talablarida ham iqtidorli o‘quvchilarni izlash , aniqlash tartibi hamda ular bilan maqsadli ishlashning shakl va uslublari belgilab berilgan .

Shu o‘rinda “Iqtidorli yoshlar kimlar?” degan savol paydo bo‘ladi. “Iqtidor” arabcha, “qodir bo‘lmoq”, “qila olmoq” shaxsning ijodiy xususiyati va aqliy faoliyatini anglatadigan tushuncha, shuningdek , iqtidorli yoshlar maqsadga intilish , qat‘iyatlilik va mehnatsevarlik kabi fazilatlari hamda ijodiy faoliyat bilan shug‘ullanish

istagining kuchliligi bilan ajralib tradilar. Yana shuni aytish lozimki, iqtidorlikni faqat shaxsning aqliy imkoniyati sifatida tasniflash uni tadqiq etishda bir tomonlamalikka olib keladi. Chunki iqtidorlikni nafaqat aql , balki shaxs tuzilmasining barcha komponentlarining uyg'un va yuqori darajada rivojlanganligi bilan izohlanadi. Demak, iqtidor faqat aqlga emas , balki shaxsga tegishli. Kimdir o'z qobiliyati bilan , boshqa birov o'z xarakteri va tashqi olamni o'ziga xos idrok etishi bilan iqtidorli bo'lishi mumkin . Shunday bolalar ham borki , ular noandoza fikrlashi , voqea va hodisalarni g'ayrioddiy talqin etishi bilan iqtidorli hisoblanadi. Bunday bolalar ko'pincha tarbiyachilar , o'qituvchilar va ota-onalar uchun , “qiyin” va ularni tarbiyalash ham og'ir kechadi. Ayniqsa o'qituvchilar bunday bolalar hatti-haraktini baholashda , uning boshqa bolalarga o'xshamaydigan g'ayrioddiy harakatlarini qabul qilishda qiynalishadi. Bir so'z bilan aytganda, ta'lim muassalarida o'quvchilar shaxsining rivojlanishi , ularning qiziqishlari , “Iqtidorlarini ro'yobga chiqishi , mustaqil bilim olishlariga va ijodiy mehnat qilishlariga shart-sharoit yaratish lozim.

Ta'lim muassalarida iqtidorli o'quvchilarni maxsus psixologik va pedagogik test o'tkazish orqali aniqlanadi. Demak, tajribalar shundan dalolat beradiki, iqtidorli o'quvchi –yoshlarni tanlash va ularning iqtidorini ro'yobga chiqarish quyidagi jarayonlarda amalga oshiriladi:

- uzluksiz ta'lim jarayonida;
- ixtisoslik fanlarni o'qitish va dars jarayonida;
- sinf dan tashqari ta'lim jarayonlarida, tadbirlar, olimpiadalarda;
- kompyuter texnikasidan foydalanish ko'nikmasini shakllantirish , axborot portallaridan samarali foydalanish jarayonida;
- kasbga yo'naltirish ishlarini olib borish jarayonida;
- ota-onalar va mahala hamkorligida;
- buyuk allomalarimiz tomonidan yaratilgan kashfiyotlarning mazmun-mohiyatini o'rganinish jarayonida.

Iqtidorning yorqin va yashirin namoyon bo'lish shakllari mavjud. Yorqin iqtidor o'quvchilar faoliyatida tez namoyon bo'ladi. Har qanday sharoitda ham bunday iqtidorni ilg'ab olish mumkin. Yashirin iqtidor esa o'quvchi faoliyati jarayonida tezda

ko'zga tashlanmaydi. Kuzatishlar shuni ko'satadiki o'quvchilarning yashirin iqtidorini ro'yobga chiqarishga to'sqinlik qilayotgan muammolardan biri -notinch bshlgan oilalardagi ijtimoiy psixologik vaziyat. Notinch oilalarda voyaga etayotgan bolalarning ilm olishga ishtiyoqi sinadi. Ayniqsa u iqtidorli bo'lsa ,oiladagi har qaysi jarayon uning ruhiyatiga yomon ta'sir etadi va turli xil noxush holatlarga olib keladi. Bunday noxush holatlarni boshidan kechirayotgan bola yuqori aqliy imkoniyatlarga ega bo'lsada , jahldor, tajavuzkor, jizzaki, ayrim holatlarda esa g'amgin, loqayd bo'lib qoladi. O'z iqtidori va qobiliyatiga ham ishonmay bir qolipda qolib ketishi mumkin. Ammo biz pedagoglar, bolalarga individual yondashishimiz, uning ruhiyatiga o'z vaqtida samarali psixologik ta'sir o'tkazishimiz lozim. Bular quyidagicha:

- bolalardagi iqtidorni rivojlanishiga to'siq bo'layotgan noxush holatlarni o'rganish;
- ota-ona va pedagoglarning hamkorlikda ish yuritishi;
- bolani shaxs sifatida ko'rish;
- boladagi shaxsiy xavotirlanish darajasini pasaytirish;
- bolaning qiziqishlarini aniqlash va ro'yobga chiqarish;
- bolaning faoliyatini faollashtirish.

“Hech kim tasodifan yaxshi inson bo'lib qolmaydi “degan edi buyuk mutaffakir Aflotun. Darhaqiqat, istiqboli porloq, barkamol bo'lib shakllana olgan odam bu darajaga qachonlardir ongiga olijanob g'oyalarning singdirilgani , uning ruhiyatiga o'z vaqtida samarali pedagogik-psixologik ta'sir amalga oshirilganligi tufayli erishadi. Shuningdek:

- umumiy o'rta ta'lim maktablarida mavjud pedagogik sub'ektlar imkoniyatini va salohiyatini shu jarayonga safarbar etish;
- ixtisoslashtirilgan maktablarda profilli sinflar tashkil etish va ularda iqtidorli bolalarning qiziqishlariga ko'ra iqtidorlarini tarbiyalash muhim ahamiyat kasb etadi. Ushbu jarayonni muvaffaqiyatli amalga oshirish uchun maktab , oila , fuqarolik jamiyati,ilmiy muassasalarning ijodiy –pedagogik hamkorligini kuchaytirish maqsadga muvofiqdir.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. O'zbek tilining izohli lug'ati. 2-jild. Toshkent, „O'zbekiston milliy ensiklopediyasi“ Davlat ilmiy nashiriyoti, 2006.

2. H.K. Yudoshev Barkamol avlodni tarbiyalash oila, mahalla va ta'lim muassasalari hamkorligi konsepsiyasi. Toshkent, 2012

3. SH.T. Xalilova, J.A. Po'latov, „Iqtidorli o'quvchilar bilan ishlash metodikasi.“ Toshkent, 2013

O'QUVCHILARNI KASB TANLASHLARIGA PSIXOLOGIK KO'MAKLASHISH

Munira Abdullayeva Abdurahmonjon qizi
Namangan viloyati Kosonsoy tumani 44-maktab psixologi

Annotatsiya: Ushbu maqolada o'quvchilarning kasb tanlash muammolari va ularga psixologik yordam ko'rsatish haqida ma'lumot berilgan.

“O'zbekiston Respublikasi Ta'lim to'g'risida”gi Qonuni O'zbekiston Respublikasi Prezidentining “Professional ta'lim tizimini yanada takomillashtirishga doir chora-tadbirlar to'g'risida”gi 2019-yil 6-sentabrdagi PF-5812-son qaror bilan respublikamizda uch bosqichli professional ta'lim joriy etilishi talablarida belgilangan talablariga kompleks yondashish kasb-hunarga yo'naltirish ishlarining samaradorligini ta'minlaydi.

Shaxsning kasbiy shakllanishi va mutahassis sifatida kamolga yetishini uning hayot yo'lidan ayri tasavvur qilib bo'lmaydi. Psixologik adabiyotlarda ta'kidlab o'tilganidek, kishining kasbiy shakllanishi butun hayoti davomida kechadigan jarayon bo'lib uning yoshiga hamda shaxsning taraqqiyotiga mos holda boradi. Kasbiy faoliyat sohasidagi muvaffaqiyat va mutahasissining mahorat darajasiga erishish sur'ati uning kasb tanlash motivlari bilan o'zaro aloqadordir. Kasb tanlash har bir inson hayotidagi eng muhim tanlovlardan biri. Kasb nafaqat daromad manbayi, balki inson umrining

asosiy qismini sarflaydigan faoliyat hamdir. Kasb tanlayotgan shaxs undan talab qilinadigan bir qator jihatlarga ham alohida e'tibor qaratishi lozim:

-umumta'lim maktablarida beriladigan ta'lim darajalaridagi bilimga ega bo'lish;

-kasb tushunchasining ta'rifini, tabiatini, xususiyatlarini, kasblar sonini va turlarini bilishi;

-kasbni inson hayotida qanchalik muhim ekanini tushunishi, u haqda ma'lum bir tasavvurlarga ega bo'lishi;

-kasb tanlashga kerak bo'lgan idrok va xohishning bo'lishi;

-o'z maqsadi va manfaatini to'g'ri anglab olishi;

-kelajagi haqida tasavvurga ega bo'lishi.

Umumiy o'rta ta'lim maktabi kasb-hunarga yo'naltirish yakuniy ideal natijasi- bu har bir o'quvchida mustaqil va ongli ravishda kasbiy o'zlikni anglashning shakllanganligidir. Shaxsda kasbiy o'zligini anglash shakllanishini kasbiy mahoratning vujudga kelishidagi asosiy me'zonlardan biri sifatida quyidagi bir nechta bosqichlarga ajratish mumkin:

1. Kasblar olami haqidagi aniq ko'rgazmali tasavvurlarning paydo bo'lish davri. Bu Davr 2,5-3 yoshdan boshlanib 10-12 yoshgacha bo'lgan davrni o'z ichiga oladi. Taraqqiyot davomida bolaning ongida kasblar olami haqidagi turli-tuman tasavvurlar shakllanib boradi. Boshlang'ich ta'limda esa yetakchi o'quv-biluv faoliyatida o'quvchining kasblar haqidagi tasavvuri yanada kengayib boradi.

2. O'zini kasbiy bilish davri. Ko'plab kasblar haqidagi tasavvurlarni o'zlashtirib olgach, o'quvchi ularni u yoki bu shaklda qo'llay olishi kerak. Kasblar haqida yetarli bilim, ko'nikma va tayyorgarlikka ega bo'lmaganliklari sababli ba'zi o'quvchilar o'zlarini biror kasbiy sohada namoyon eta olmaydilar. Biroq, ularda yangi yetakchi faoliyat tengdoshlari bilan muloqot jarayonida o'zini bilishga bo'lgan ehtiyoj yanada kuchli namoyon bo'ladi.

3. O'zini kasbiy aniqlash davri. Ushbu bosqichda kasbiy o'zligini anglash yakunlanadi. Bu davr maktabni tugatgandan keyin ham davom etishi mumkin. O'quvchida kasbni o'rganishning aniq yo'nalishi, barqaror qiziqishlar, kasbning talablariga mos bo'lgan shaxs xususiyatlarining shakllanishi kuzatiladi.

Yoshlar o'z kelajagini anglagandagina, qiziqish va manfaatlarini anglab olgandagina, hayotidagi ehtiyojlarini tushungandagina kasb tanlashi oson kechadi. Kasb insonni boquvchi asosiy omil va hayotini tashkil etuvchi asos hisoblanadi. Bu asosni tanlashda beriladigan quyidagi tavsiyalar va bir qator jihatlar foydadan holi bo'lmaydi.

O'quvchilar uchun tavsiyalar:

-o'zingizda qaysi kasbga moyillik va qiziqish yuqori ekanini psixologik testlar orqali birlamchi bosqichda aniqlab oling (bunda maktab psixologi sizga yaqindan yordam beradi);

-turli kasbiy yo'nalishlar istiqbolli soha va mutahassislik to'g'risida bilimlaringizni mustahkamlab boring;

-9-sinfdan boshlab asta-sekin o'zingiz tanlagan yo'nalish bilan tanishish maqsadida institut va universitetlarda o'tkaziladigan "ochiq eshiklar kuni"da ishtirok eting;

-adabiyotlar, onlayn platformalardan yangi kasb sohalari haqida ko'proq ma'lumot oling;

-istaklaringiz, qiziqish va qobiliyatlaringiz, salomatligingiz va maqsadlaringizni muvofiqlashtiring;

-imkoniyat bo'lsa kasb tanlash bo'yicha malakali mutahassis bilan maslahatlashing;

-tanlayotgan kasbingizdan sizga keladigan moddiy daromadni emas, balki undan olishingiz kerak bo'lgan ma'naviy ozuqani ham hisobga oling.

Ota-onalar uchun tavsiyalar:

-qanday kasb tanlashni farzandingizni o'ziga qo'yib bering;

-siz tomoningizdan berilayotgan maslahatlar zarur va foydali, lekin ular yakuniy qaror bo'lmasligi yordamchi ta'sir bo'lishiga e'tibor qarating;

-farzandingizni qiziqish, qobiliyat va layoqatini yoshligidan kuzatib, rivojlantirib boring;

-farzandingizni istak va maqsadlari bilan o'rtoqlashing;

-farzand otasi yoki onasining kasbini davom ettirmoqchi bo'lsa bu juda yaxshi, lekin bunga uni siz majburlamang;

-farzandingizni kasb tanlashi va kasbiy yetuklikka erishishi uchun iloji boricha yetarli sharoit yaratib bering;

-farzandingiz kasb tanlashida o'z imkoniyatlari va shaxsiy sifatlaridan kelib chiqishi to'g'risida maslahatlar bering.

Bozor iqtisodiyotiga yo'naltirilgan kasbiy yo'nalishi yoshlarda hozirgi iqtisodni, menejment boshqarish nazariyasini, bozor muhitidagi marketing faoliyati va mo'ljalni, patent olishga kirishni, ma'lumotlarni bilishi va ularni mohiyatini tushunish- buning uchun informatika va informatsiyalar asoslarini egallagan bo'lishlari kerak bo'ladi.

O'smirni kasb tanlashida o'zini aniq maqsadlarini anglab olishi va kasbga ega bo'lishga intilishi- bu ko'p qirrali jarayon hisoblanadi. Bunda 3 ta asosiy omillar birlashishi va ularga moslashishi kerak bo'ladi. Bular:

Men xohlayman, Men eplay olaman, Men qila olaman omillaridir.

"Xohlayman" -bu shaxsning intilishi, qiziqishi, xohlashi.

"Eplay olaman" - bu insoniy imkoniyatlar (fiziologik va psixologik, shuningdek shaxsning ta'lim resurslari).

"Qila olaman"-mehnat bozorining ehtiyojlari, insonni jamiyat, odamlar, oilasi va shu kabilar oldidagi majburiyatlari.

Asosiysi tarbiyachi bo'lgan ota-onalar o'z bolalariga kasb tanlashida yordamchi hisoblanadilar. Ular bilan ochiq suhbat bolalar qaysi kasbga qiziqishlarini bilib olishlari va ularga yordam berishlari zarur. Agar bola tanlagan kasb ota-onaga yoqmasa uni ra'yini qaytarmagan holda nima uchun bu kasbni tanlagani va buning asosida nimalar yotganini bilib olishlari zarur.Asosiy omilni bilib olgach, o'z maslahatlarini berishlari mumkin bo'ladi. qo'llab -quvvatlash, ishonch bildirish va o'z maslahatlarini berishdan iborat.

O'qituvchi va o'quvchi faoliyatining natijasi bu kasbga yo'natirishda yaqqol ko'zga tashlanadi. O'qituvchi faoliyatining natijasi o'quvchilardagi psixologik ko'rinishda o'z aksini topadi, ya'ni ularning bilimlarida, uddalay olishlarida, malakalarida, shaxsga xos tomonlarini ko'rinishida, dunyoqarashlarida, ma'naviy ehtiyojlarida o'z aksini topadi.

O'quvchilar faoliyatining natijasi- bu aniq bir kasbni tanlab olishlarida, uni bajarishni uddalay olishlarida, shu sohani olib borish imkoniyatlarida ko'rinadi.

Unutmang, inson kasbida jon saqlashi emas, balki shu kasbda yashashi kerak. Shundagina qilayotgan ishi haqiqiy sevimli kasbi hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. E.G'.G'oziyev. K.K.Mamedov "Kasb psixologiyasi". Toshkent 2003
2. F.R.Abduraxmonov. Z.E.Abduraxmonova. "Kasb psixologiyasi". Toshkent 2018.
3. Yoshlarning ijtimoiy-psixologik muammolari, sabab va yechimlari. Maqolalar to'plami.Toshkent. 2020.

ФАРЗАНД ТАРБИЯСИ – МИЛЛАТ ТАРБИЯСИ ДЕМАКДИР

*Ахмедова Нодира Хабибуллаевна
Бешариқ тумани 55-мактаб психологи*

Инсонят яралибдики, у ўзидан насл қолдиришга ва албатта ортидан унинг ёдини абадий сақлаб қоладиган, унинг хотирини доимо шод этиб турадиган бирор бир гўзаламал, савобли амал, бирор иншоот барпо этади ёки маънавийтни комиллаштирадиган, башариятга кўплаб манфаат етказадиган асар ёзиб қолдиради, аммо булардан ҳам энг афзали – солиҳ(а) фарзанддир. Биламизки, бола тарбиясини ниҳоятда нозик ва жиддий – масъулиятли амал ҳисобланади ҳамда ота – она қўлида тарбият топган ўғил – қиз борки, у ота – оналарининг юзи бўлади, ори – номуси бўлади. Яхши тарбия кўриб, гўзал хулқ билан етишган фарзандларни кўрилганда унингота – онасини қанчалар мақталса, намуна деб кўрсатилса, ёмон муҳитда ўсиб, хунук тарбия кўрган ёхуд ёмон амал, ёмон хулқли болаларнинг ота – оналари шунчалар изза ва уятга қолиб, ҳижолат чекадилар ҳамда улар номига раҳмат эмас, лаънат ёғилиши ҳам турган гап.Шунинг учун бўлса керак, илм эгалари: “Носоғлом муҳитда тарбияланаётган боладан “маънавий касал” инсонлар шаклланади, улар юксалиш даврида турган

жамиятнинг касалланган илдизлари”, дейилади. Оилада, одоб-ахлоқ ва таълим-тарбияга эътибор қон-қонимизга сингиб кетган бурчларимиздандир. “Бир болага етти маҳалла ота-она” деган ибратли мақол ҳам айнан халқимизга хос. Манашу мақолнинг ўзи ҳам фарзанд тарбияси, оила парварлик биз учун нечоғлик муҳим эканини билдиради. “Қуш уясида кўрганини қилади”, деб бежиз айтмаган халқимиз.

Фарзанд тарбиялаётган ота-она ҳар бир ҳаракати, юриш туриши, муомаласи, бошқалар билан ўзаро муносабатида олижаноб фазилатларни намоён эта билиши керак. Чунки бола табиатан ниҳоятда тақлидчан ва таъсирчан бўлади. Шунинг учун унинг атрофдагилари ўз одатлари билан баъзан ўзлари сезмаган ҳолда уларга таъсир қиладилар. Оиладаги кўпол муносабатлар, кўп ёлғон гапириш, ёқимсиз хатти-ҳаракат бола тарбиясига салбий таъсир қиладиган носоғлом муҳитни келтириб чиқаради. Фарзанд тарбиясида ота-онанинг муомаласи муҳим ўрин тутди. Бола ота-она томонидан кўпол, дағал сўзлар эшитиб, калтак еб ката бўлса, бу унинг табиатига салбий таъсир кўрсатмай қолмайди. Бу ҳолатда эса оиладаги носоғлом муҳитда тарбияланаётган боладан “маънавий касал” инсонлар шаклланади. Кўринадики, улар жамият маънавиятига ҳам салбий таъсир кўрсатади. Фарзанд тарбияси бу шунчаки тажриба, оддий кўрсатма ва билимлар жамланмаси эмас, балки ўз ичига диний-ахлоқий билимлар, тиббиёт, этика - эстетика, психология, педагогика каби соҳаларига оид билимларни ҳам қамраб оладиган мураккаб жараёндир. Бугунги кунда оилавий тарбиянинг қийинлашуви шундаки, биринчидан, жамият тараққий этиб боргани сари ҳарт томонлама етук инсонни шакллантириш талаблари ортиб бораверади. Болаларни интизомга ўргатиш оила мустақамлигига асос бўлади. Ислом шу маънода ота-оналарни ўз фарзандларига соғлом тарбия беришга рағбатлантиради. Ҳадиси шарифда айтиладики: “Фарзандларингизни ҳурмат қилинг ва уларни яхши хулқ билан хулқлантиринг” деб таъкидланган.

Фарзанд тарбияси жараёнида бола ҳуқуқларининг камситилмаслиги. Оилавий тарбия ижтимоий тарбияга нисбатан болаларнинг руҳий оламига, ҳиссиёти ва туйғуларига чуқур таъсир кўрсатади. Фарзанд тарбиясини қачондан

бошлаш керак?, деган савол кўпчиликни ўйлантиради. Кўпчилик олимлар унга турлича жавоб бериб келганлар. Хусусан, Ибн Сино бола тарбияси билан унинг туғилишидан аввалроқ, она қорнидан бошлабоқ шуғулланиш лозим, деб жавоб берган. Яна шу сўзга қўшимча қилиб таниқли педагог А.С.Макаренко беш ёшгача бўлган тарбия боланинг шахсияти шаклланишида ўта муҳим аҳамиятга эга эканини қайд этиб ўтган. Бу ҳақда у шундай деб ёзган: "...тарбиянинг бош асоси беш ёшда ниҳоясига етади, демак, сиз беш ёшгача нима қилган бўлсангиз, бу тарбиявий жараённинг 90 фоизини ташкил этади, кейинги тарбия эса қайта тарбиялаш негизида давом этади". Мана шу жараёнда бола тарбиясига ўта эътиборли бўлиш лозим. Ёшларнинг қалби ва онгида соғлом ҳаёт тарзи, миллий ва умуминсоний қадриятларга ҳурмат-эҳтиром туйғусини шакллантиришда, ҳар жиҳатдан баркамол этиб тарбиялашда буюк мутафаккир аждодларимиз мероси ката аҳамият касб этади. Зеро, ҳаётнинг асл мазмун-моҳиятини англаб етишга ўз умри ва салоҳиятини бағишлаган алломаларимизнинг асарларида соғлом авлод тарбияси билан боғлиқ масалаларга алоҳида ўрин берилган. Жумладан, Имом Бухорийнинг "ал-Адаб ал-муфрад ҳадислар тўплами, Абу Лайс Самарқандийнинг "Танбеҳ улғофилийн" асарларида фарзандларга юксак инсоний фазилатларни камол топтириш тараннум этилган.

Ота-боболармиз азалдан ўғил қизларнинг гўзал хулқли, одобли бўлишига ката аҳамият берганлар. Бинобарин, ислом динида ҳам ахлоқимон қаторига қўйилади.

Бу ҳақида Муҳаммад (алайҳиссалом): "Фарзандларингизга таълим беринг, чунки улар сизники бўлмаган вақт учун туғилганлар", деб ҳар бир ота-онани боланинг ўз замонаси илм-фани, таълимига бефарқ қарамасликка чақирганлар.

Тарбияда энг муҳим восита бу меҳр ва ширин сўзлик билан тарбиялашдир. Бу икки восита бир бўлиб, болани шакллантиради. Шу жумладан, таълимни ҳам ғазаб ва жазолаш билан амалга оширмаган маъқул. Ислом таълимотида ёш авлоднинг жисмонан соғлом ва бақувват бўлиб улғайишига жиддий аҳамият берилган. Бу ҳақда Пайғамбаримиз соллаллоҳу алайҳи васаллам:

“Фарзандларингизга суз иш ва камон отишни, қизларга ип йигиришни ўргатинглар”, деганлар.

Фарзандга билим олиш учун шароит яратиш ҳам ота-онанинг вазифасидир. Пайғамбаримиз соллаллоҳу алайҳи васаллам: “Илм олиш ҳар бир мусулмон ва муслима учун фарздир”, деб марҳамат қилганларида, ўғил ва қиз фарзандларимизга илм олиш учун баробар шароитни таъминлаш кераклигини назарда тутганлар. Ёш авлод етук ва комил шахс бўлиб вояга етиши учун яна бир муҳим омил ҳаёт тарзига айланиши зарур. У ҳам бўлса “китобхонлик”. Бунинг учун юртимизда барча шароитлар яратилган. Оммавий, илмий кутубхоналар, “Айбук” тарзидаги китоб-кафе дўконлари ва бошқалар сўзимизнинг яққол мисолидир. Ота-она фарзандига вақтни унумли ўтказишни ўргатиши давоси сифатида фойдаланиши мумкин бўлган усуллардан яна бири-замонавий ахборот технологияларидан оқилона фойдаланишдир. Хулоса қилиб айтиш мумкинки, мустаҳкам маънавий иммунитетли, ўзининг фикрларини равон айта оладиган, юқори марраларга эришувчан авлодни тарбиялаш учун ота-она, оила муҳити жуда ката аҳамият касбэтади. Фарзандларимизга шундай тарбия берайлики, улар ўзота-боболарига, ўз тарихи, Ватани, она тилига, миллати, динига ва анъналарига содиқ бўлиб камол топишсин. Шу ўринда тадқиқотчилардан бирининг Хитойда ўсадиган бамбук дарахти ҳақида айтган сўзини эслатишни маъқул деб биламан. Бу дарахт уруғи ерга кўмилгач, 4 йил давомида унинг попукли илдизлари ер остида кенг кўламда тарқалади. Шу вақт асносида ер устида унинг уруғидан ёриб чиққан нимжон ғунчасидан бошқа нарса кўринмайди. Буни қарангки, бешинчи йилга ўтиб, бамбукнинг баландлиги қарийиб 25 метрга етар экан. Ҳа, тарбиянинг холи ҳам шундай. Биз гарчи натижани кўрмасак-да ўзгаришларни ҳис қилмасакда, тарбия ишини давом эттираверишимиз зарур. Натижалар бор ўзгаришлар мавжуд. Кўпинча улар тўсатдан пайдо бўлади. Шу боис умидсизланиш, зерикиш ва тушқинликка ўрин йўқ.

СТРЕССДАН ҚУТУЛИШ УСУЛЛАРИ

Худойқулова Мадина Абдураззоқ қизи
Қашқадарё вилояти Китоб тумани 5-ИДУМ амалётчи психологи

Кундалик турмушимиз турли воқеликларга бой. Ҳар қандай ҳодиса, муҳит ўзгариши организмга ўз таъсирини кўрсатади ва шу билан бирга инсон танаси унга жавоб беради. Организмнинг ташқи таъсирларга жавоби таъсирнинг тури, ҳажмидан келиб чиқади. Инсон танасининг ташқи таъсирларга жавоб рекцияси психологлар томонидан кўпдан бери ўрганиб келинмоқда. Айниқса, психология фани ривож топган хориж мамлакатларида мазкур масала кенг ўрганилган. Айни кунда Ўзбекистонда ҳам психология ва инсон саломатлиги билан боғлиқ фанларнинг ривожига катта эътибор қаратиб келиняпти. Биринчи навбатда болалар саломатлиги, ўсиб келаётган авлоднинг ҳам маънавий, ҳам жисмонан баркамол бўлиб етишишига давлат сиёсати даражасида аҳамият берилиши соҳа ривожига катта рағбат сифатида баҳоланиши лозим.

Организм муҳит, шароит ўзгариши ва бошқа турли кўринишдаги ташқи таъсирларга қандай жавоб беради? Одам танасида ана шундай вазиятларда юзага келадиган ҳолатларга қисқача стресс ҳолати дея баҳо бериш мумкин.

Мамлакатимизда соғлом авлод тарбиясига катта эътибор берилади. Ёш авлоднинг турли кўринишдаги руҳий зўриқишлар, яъни стрессларсиз тарбияланишлари эртанги жамиятимиз равнақига ижобий ҳисса бўлиши аниқ. Мустақиллик йилларида оналик ва болаликни муҳофаза қилиш, бола саломатлигини сақлаш юзасидан туб ислохотлар амалга оширилди. Бола ривожланишидаги муҳим босқич – мактаб даври катта аҳамиятга эга. Айнан шу даврда бола янги муҳитга, янги шароитга мослашишига тўғри келади. Яъни, бошланғич синф ўқувчиси ўзи учун янги муҳит – мактаб, синф, синфдошлар даврасига кўникишга мажбур бўлади. Ўз навбатида, мазкур жараён ижобий ёхуд салбий стрессларсиз кечмаслиги мутахассислар томонидан эътироф этилган.

Стресс болаларни ўзини ноодатий тутишга мажбур қилади. Агар бола жуда йиғлоқи бўлиб қолса, бунга стресс сабабчи бўлиши мумкин. Стресс болаларни

касалликларга берилувчан қилиб қўяди. Болалар стресси белгилари қуйидагилар: ёмон кайфият, аввалги одатларнинг қайтиши (бармоқларни сўриш, ўринни хўллаб қўйиш), уйқунинг бузилиши, тез-тез тушда кўрқиш, жиззакилик, апатия, оила ва дўстлардан бегоналашиш, ука ва сингилларга айбини ағдариш, тез-тез шамоллаш ва бошқа хасталиклар, бош оғриқлари, қориндаги оғриқ ва ҳазм тизимидаги муаммолар, дарс тайёрлашдаги паришонхотирлик, ошқозон яраси ёки ярали қулунжнинг (колит) ўткирлашуви, боғча ёки мактабга боришдан бош тортиш, бўйин ёки бош соҳасида мушакларнинг зўриқиши, оғиз қуриши, кафтларнинг намлиги, иштаҳанинг меъеридан бузилиши, йиғлоқиликнинг кучайиши, безовталиқ, дикқатни жамлай олмаслик, уйқучанликнинг ортиши.

Ҳар бир бола стрессдан турлича таъсирланади. Ота-она генлари тарбиядан кўра кучлироқ таъсир кўрсатади. Бир тарафдан болалар, катталарга нисбатан стрессга берилувчанроқ, қўзғолишга мойилроқ, бошқа томондан улар қувноқроқ ва ўзгаришларни осон қабул қилади.

Болада стресс уйғотиши мумкин бўлган ҳолатлар жуда кўп. Улардан энг асосийларини кўриб чиқамиз: ота-онасининг вафоти, бола ҳаётидаги энг даҳшатли воқеалар, оилавий ажримлар – бола билан психолог ёки психиатр ҳузурига ташрифларнинг асосий сабабларидан.

Оиладаги моддий етишмовчилик бола ҳаётига кучли таъсир этади: кўчиш, боланинг янги уй-жой, қўшнилар ва ўртоқларига кўникиши қийин кечади.

Мактабни ўзгартириш – ҳар қандай янги мактаб бола учун бегона.

Севимли жониворнинг вафоти. Кўп болалар учун бу дўсти ёки қариндошининг ўлими билан тенг.

Онанинг йўқлиги. Она касалхонага тушиб қолиши, қариндошларининг уйига меҳмонга кетиши, дам олгани бориши мумкин. Кўпинча бола бунинг вақтинчалик эканини тушунмайди, онасини абадий йўқотгандай ҳис қилади.

Ота-онанинг беморлиги, саломатликдаги ва эмоционал муаммолар (депрессия ва ичкиликбозлик сингари) ота-онанинг болага безътибор бўлиб қолишига олиб келади.

Жисмоний жазолаш. Ҳар куни юзлаб болалар жисмоний жазоланади.

Бундай болалар кўпинча шубҳаланувчан ва ишончсиз бўлиб улғаяди.

Ота ёки онанинг бегоналар билан учрашуви ёхуд такрорий никоҳ. Ота-она эътиборига бутунича эгалик қилишга кўниккан болалар энди уни бегоналар билан бўлишишига тўғри келади.

Катталарда стресс канча юқори бўлса, бола учун уйдаги муҳит шу қадар ноқулай бўлади. Шу боис стресснинг биринчи белгилариданоқ ҳаркат бошлаш ва унинг сабабини йўқотиш керак. Бу турли стресс кўзғотувчи вазиятлар олдини олади ва бола руҳий ноқулайлик сезмайди.

Стрессдан ҳоли бўлиш учун машқлар.

Ҳаётнинг мукамал эмаслигининг ўзи мукамалликдир. Шу мукамалликнинг ўзи ривожланишини таъминлайди.

“Ҳозир портлайман”.

Иш пайти стрессли вазиятга дуч келиб қолсангиз, портлаш ҳақида гап бўлиши мумкин эмас. Аммо ҳиссиётларни ўз ичига ютиш ҳам ярамайди. Аксига олиб ҳамманинг кўзи сизда: стрессни бақариш ва жазава орқали намоён этиш олган тарбиянгизга тўғри келмайди. Одатда стресс пайтида мияга, бу ҳолатга қандай муносабат билдирай, деган хаёл келади ана шу фикрни илғаб, ижобий таъсир билдириш ҳар кимнинг ўзига боғлиқдир. Ҳиссиётни жиловлай оламанми? Бир вароқ қоғоз олиб, уни тасвирланг. Бутун алмингизни қоғоздан олинг. Расм қанчалик хунук чиқса, ичингиздаги алам ҳам шунчалик тез йўқолади. Ёки ичингиздаги ҳиссиётни сўзлар билан ифодаланг. Аммо бу ҳам оғзаки эмас, балки ёзма тарзда бўлсин. Энди қоғозни олиб, бор кучингиз билан ғижимланг. Юзингиздаги ҳисларингиз акс этса яна ҳам яхши. Қоғозни куйдиринг ёки ерга ташлаб, 2-3 марта оёғингиз билан босиб ташлаб юборинг. Қўлингизни қоқиб, чуқур нафас олинг. Бу ҳаракатлар гўё чакмоқ орқасидан келган шифо бахш ёмғир таъсирини бериб, кўнгилни тозалайди. Энди руҳий мувозанатни тиклаш учун қўлингизда думалоқ предмет: тўп (копток)ча, каштан меваси ёки тасбеҳ олинг. Чуқур нафас олган ҳолда уларни қўлда тинимсиз айлантинг. Бу ҳаракатлар қўл томирлардаги қон айланишини тезлаштиради, бу эса мияга тоза кислород боришини таъминлайди, натижада асаблар тинчланади.

«Денгиз туби» машқи. Ҳаётимиз бизнинг унга бўлган ички муносабатимизга боғлиқ. Ҳаётни денгиз ёки уммонга қиёслаш мумкин. У баъзан тинч, баъзан ҳиссиётларимизни жунбушга келтирадиган ҳолатда ҳавfli ва тажавускор бўлиши мумкин. Шунга қарамай, денгизнинг туби доимо тинч ва сокин бўлади. Ҳар бир инсоннинг қалбида анашундай сокин жой бўлиши керак. Бу фақат сизнинг ҳудудингиз: унда бошқаларга ўрин йўқ уйда юмшоқ курсига ўтириб, ёки ёнбошлаб, бу ҳудудни ҳаёлингизда тасаввур қилинг. Кейинчалик ишга боргунча манашу ҳолатда бўлишга ҳаракат қилинг. Аввалига беш дақиқа кейинчалик 10-20 дақиқа боринки, 1 соат давомида шу ҳолатда бўлишга интилинг. Аста-секин сокинлик сизнинг кундалик ҳолатингизга айланиб, ортиқча асабийлашиш ўрнига муаммони босиқлик билан ҳал қилишга киришасиз. Негаки қалбингиз тинч ва сокин бўлади.

«Ёруғ нур» машқи. Фараз қилинг, осудалик бир ёруғ нур, мусаффо суюқлик ёки мовий ранг сифатида ичингизга киради. Бутун танангиз кўл-оёқлардаги бармоқларгача бу рангга лиммо-лим тўлгандай ҳис қилинг. Шунда тезгина тинчланиб кўнглингиз анча таскин топади.

Фойдаланилган адабиётлар:

1. «Домашний доктор» – «Крон-Пресс», Москва, 1994 й.
2. Комер Р. Патопсихология поведения. Нарушения и патологии психики. СПб: Прайм – Евронок; М: ОЛМА – ПРЕСС, 2005.
3. Кон И.С. Психология ранней юности. М.: Просвещение, 1989.

OILAVIY MUNOSABATLARNING BOLA SHAXSIDA IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK MUNOSABATLARNING SHAKLLANISHIGA TA'SIRI

Isomova Nargiza Xujamurodovna
Navoiy viloyati Zarafshon shahar 11-MFChO IDU maktabi psixologi

Ma'lumki, insoniyat jamiyati taraqqiy etib borgan sari odamlarning o'zlari ham, ularning bir-birlari bilan bo'ladigan munosabatlari ham, ayniqsa shaxslararo

munosabatlar orasida eng samimiy, eng yaqin bo'lgan oilaviy munosabatlar ham takomillashib, o'ziga xos tarzda murakkablashib boradi. Sababi: hozirgi zamon fan-texnika taraqqiyoti, ishlab chiqarish munosabatlari, vositalari taraqqiyoti, qishloq xo'jaligi, sanoat ishlab chiqarishi, umuman xalq xo'jaligining barcha jabhalarida yangi texnologiya, texnik jarayonlarning jadal joriy etilishi bevosita shu jarayonlarning yaratuvchisi, ishtirokchisi bo'lgan inson omiliga, inson shaxsiga ham o'ziga xos, yangicha talablar qo'ymoqda. Ishlab chiqarish munosabatlari, jamiyat taraqqiyoti bir tomondan, odamlarning o'zlarida ro'y berayotgan ijtimoiy-psixologik, fiziologik va boshqa o'zgarishlar odamlarning o'zaro muloqot munosabatlari doirasini ma'lum darajada chegaralanib qolishiga, ularda o'tmishdoshlarimizda kuzatiladigan tabiiylikni ma'lum darajada buzilishiga va oqibatda inson ruhiyatida mumkin qadar hissiy, emotsional zo'riqishlarning yuzaga kelishga asos bo'lmokda. Bularning ta'siri oilaviy hayot va undagi psixologik iqlimda xam o'z ifodasini topadi. Oilaviy munosabatlar o'zining ko'p qirraliligi bilan alohida xususiyat kasb etib, jamiyat taraqqiyotini belgilashda, ma'nan barkamol, ruhan sog'lom avlodni voyaga yetkazish jarayonida ularning ijobiy yechimi katta ahamiyatga egadir. Agar har bir oilani tashkil etuvchilar o'z muammolarini bahamjihatlik bilan, o'zaro kelishuv asosida hal qilsalar, oiladagi tinchlik kafolatlanib, uning ma'naviy asoslari mustahkam bo'ladi. Alohida ta'kidlash joizki, er-xotin, qaynona-qaynota, kelin-kuyov munosabatlarida, fikrlar va qarashlardagi paydo bo'ladigan ayrim kelishmovchiliklar, qarama-qarshiliklar, ziddiyatlarni uni tashkil etuvchi shaxslar o'zaro kelishib, muammoni konstruktiv tarzda yechishga qodir bo'lsalar, oiladagi ijtimoiy-psixologik hamda ma'naviy muhit yosh avlod ongida insoniy munosabatlar to'g'risida teran va ijobiy tasavvurlar shakllanishiga imkon beradi. Shu bois ham mamlakatimizda oila va uning tarbiyaviy imkoniyatlari qadriyat sifatida yuksaklarga ko'tariladi.

Mamlakatimiz birinchi prezidenti I.A. Karimov, oilada hukmron bo'lishi lozim bo'lgan ma'naviy muhit va noyob udumlarimizning hosiyatlari haqida fikr bildirib: "Bunda o'zaro hurmat va qattiq tartib bo'lmasa, oilaning barcha a'zolari o'z burchlarini ado etmasa, bir-birlariga nisbatan ezgulik bilan mehr oqibat ko'rsatmasa,

yaxshi va munosib tarzda yashash mumkin emas... O'zbeklarning aksariyati o'zining shaxsiy farovonligi to'g'risida emas, balki oilasining qarindosh-urug'lari va yaqin odamlarning, qo'shnilarining omon-esonligi to'g'risida g'amho'rlik qilishni birinchi o'ringa qo'yadi. Bu esa eng oliy darajada ma'naviy qadriyat, inson qalbining gavharidir"³ - deb ta'kidlaganlar.

Shuni alohida ta'kidlash joizki, oilaviy munosabatlar har doim ham bir tekisda silliq, risoladagidey kechavermaydi. Uy-ro'zg'or yumushlarini ado etish, er-xotinlik burchlari, ota-onaning farzandlar oldidagi majburiyatlari, farzandlarning kattalar oldidagi huquq va burchlarini ado etish jarayonida murakkab rollararo muomala va muloqot jarayonlari kechadiki, ularning deyarli barchasida shaxsiy va ijtimoiy manfaatlar to'qnashadi, ayrim xolatlarda fikr va qarashlardagi ziddiyatlar, qarama-qarshiliklar, kelishmovchiliklar, anglashilmovchiliklar shaxslararo nizolar tarzida namoyon bo'ladi. Bu xolatlar albatta farzandlar tarbiyasiga ta'sir etmay qo'ymaydi. Bu esa tarbiya jarayonida ijtimoiy normalarni amal qilishi yoki buzilishida nomoyon bo'ladi. Ayni shu masalalar mavzuimizning dolzarbligini belgilaydi.

Agressiya va agressiya muammosi uzoq vaqt davomida ijtimoiy psixologiyaning asosiy masalalaridan biri bo'lgan.

O'tgan asrning o'rtalaridan boshlab o'smirlardagi tajovuzkor xatti-harakatlarning faol tadqiqotlari o'tkazildi. Ayniqsa, bu muammo hozir juda muhim. O'smirlar o'rtasida tajovuzkor tendensiyalarni o'sishi so'nggi yillarda keskin tarzda yoshlar o'rtasida jinoyatchilik oshdi. Ayniqsa, o'smirlar o'rtasidagi jinoyat ishlari sezilarli darajada oshdi. Bu esa jamiyatimizning bugungi kundagi eng o'tkir ijtimoiy muammolaridan birini ifodalaydi. Jiddiy jarohatlash, bir kishiga qarshi jinoyatlarning ortib soni kundan-kunga ortib bormoqda. Shu bilan bir vaqtda shafqatsiz yosh guruhlardagi janglarning hollari tez-tez uchraydi.

Demak oila muhitini uch toifaga: ijobiy, o'zgaruvchan va salbiy toifalarga ajratish imkoniyati tug'ildi. Bu esa, oilada shaxsni shakllantirish jarayonini o'rganishda "baxtli bolalik - bu oiladagi quvonchli hamjihatlikning hamda ota-onalarning bolalariga g'amxo'rligining samarasidir", degan xulosaga kelindi.

³ Karimov I.A. O'zbekistonning o'z istiqlol vataraqiyot yo'li. - T.: O'zbekiston, 1992. -72

Shu boisdan past darajadagi ijtimoiy yo'nalishga mansub oilalardan xudbin, qo'rqqoq, jamiyat uchun kam nafi tegadigan o'g'il-qizlar yetishib chiqishi mumkin. Jumladan, har bir oila a'zolarining yashayotgan mikromuhitda tutgan o'rni va erishgan obro'li, oilalarda er-xotin munosabatlari, ota-onalarning farzandlarga nisbatan muomalalari, turli yoshdagi farzandlarning o'zaro muloqoti, ularning ota-onalarga munosabatlari, oila a'zolarining begona kishilar bilan muloqotga kirishishi xususiyatlari, ular o'rtasida o'zaro yordam va birdamlilik xususiyatlari, uy-ro'zg'or yumushlari taqsimoti, xordiq chiqarish, oila a'zolarida muloqot ko'lamining kengayishi kabi shaxslararo munosabatlarning rang-barang jihatlarini oilada bola ongiga sngdirish maqsadga muvofiqdir.

Oilaviy hayot, mehnat, kattalar va kichiklar o'rtasidagi o'zaro munosabatlar, axloqiy-ma'naviy qiyofalari, ota-onalarning siyosiy va ma'naviy saviyalari, ularning iqtisodiy ta'minlanganligi, turli ko'rinishdagi faoliyatlari, vaqtni to'g'ri rejalashtirish, yashash sharoitlari va boshqalar oilada farzand tarbiyasini samaradorligini ta'minlovchi omil sifatida namoyon bo'ladi. Biz mavzu yuzasidan quyidagi ilmiy-nazariy, tahliliy natijalarni qo'lga kiritdik:

- Farzandlar tarbiyasini barqarorligini ta'minlashda ota-ona ibрати katta ahamiyatga ega boladi;

- Oiladagi axloqiy tarbiya bilan ta'lim muassalari tarbiyasi mushtarakligini ta'minlash farzandlarning tarbiyalanganlik darajalarini oshiradi;

- Farzandlar tarbiyasida oilaviy an'analarni, milliy urf odatlar mohiyatini ular ongiga singdirib borish tarbiyaning milliy xarakterini oshirish imkoniyatini beradi.

- oilaviy hayotda urf - odat, an'ana, milliy ong va milliy til kabi ijtimoiy tushunchalar va o'rta Osiyo mutafakkirlarining axloq, odob va oilaviy hayot xususidagi didaktik qarashlaridan foydalanish yaxshi samara beradi;

- oilaviy tarbiyaning o'ziga xos qoidalaridan xabardor bo'lish va kamchiliklarini psixologik - pedagogik bilimlarga tayanib bartaraf etish darkor;

- oilada shaxslararo munosabatlarning ko'rinishini va rollar taqsimoti bola faoliyatini tashkil qilishda muhim ahamiyatga ega;

• oilada ma'naviy, axloqiy va madaniy malakalarni shakllantirish bolaning har tomonlama ma'nan pok, iymonli, vatani va xalqiga sodiq farzand bo'lib yetishishida yetakchi rol o'ynaydi.

Sog'lom bola oilada shakllanadi va kamol topadi. Bu o'rinda ota-onaning psixologik-pedagogik bilimi, dunyoqarashi hamda madaniyati yetakchi omil hisoblanadi.

Har bir ota-ona o'z farzandi tarbiyasi bilan asosli ravishda shug'ullanishi, buning uchun esa ta'lim-tarbiya ishining o'ziga xos tomonlarini, qonuniyatlarini, bolaning pedagogik-psixologik va yosh xususiyatlarini, jismoniy va fiziologik rivojlanish qonuniyatlarini bilishlari, yosh avlodni tarbiyalash sohasidagi muvoffaqiyatlariga erishishning asosiy omilidir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Adizova T.M. O'quvchilarning shaxslararo munosabatlarini psixologik diagnostikasi va korreksion ishlari. - Toshkent, TDPU, 1997.
2. Baratov Sh. O'quvchi shaxsini o'rganish usullari. - Toshkent, O'qituvchi, 1995.
3. Nishonova Z.T. Psixik taraqqiyot diagnostikasi. Toshkent. Nizomiy nomli TDPU, 2004 y.

O'SMIR YOSHIDAGI O'QUVCHILARDA STRESSNI BARTARAF ETISHNING PSIXOLOGIK ASOSLARI

Ataniyazova Guljaxan Mambetniyazovna
Qoraqalpog'iston Respublikasi Xo'jayli tuman 4-maktab psixologi

Annotatsiya. Barkamol avlod kamoloti g'oyasini turmushga tatbiq etish uchun istiqloqlning dastlabki kunlaridanoq milliy ma'naviyat, milliy ta'lim va tarbiya muammolarini hal qilishga jiddiy e'tibor berilmoqda. Mazkur maqolada o'smirlardagi muammolarning ilmiy ravishda o'rganilganligi va ularga psixologik yechimlar haqida to'xtalib o'tilgan.

Kalit so'zlar: O'smirlik, muammo, stress, ota-ona, E.Shpranger, inqiroz davri, muhit, tengdosh, psixologik izlanishlar

Sir emaski, insonning xulq – atvori o'zgaruvchan va rang-barang bo'lib, uning individual xususiyatlari , o'ziga xos —uslublarilning mavjudligi hech qachon va hech kimda hech qanday shubha tug'dirmaydi. Biroq bu xulq – atvorning xilma-xilligi uning cheksiz degani emas, zero, insonlarning o'zaro muloqoti, o'zaro munosabati , ularni turli ijtimoiy guruhlarga birikuvi, yashashi uchun iliq psixologik muhitning saqlanishi zaruratdir.

O'smirlik yoshining klassik tadqiqotiga nazar solsak, unda turli xil nazariyalar, farazlar va fundamental izlanishlar borligining guvohi bo'lamiz. O'smirlik davrining yirik tadqiqotchilaridan biri nemis faylasufi va psixologi E. Shpranger o'smirlik yoshi qizlarda 14-18 va o'gil bolalarda 13-19 yoshlargacha davom etib, unig birinchi bosqichi 14-17 yoshlarga to'g'ri kelib, bu yoshda bolalikdan qutulish sodir bo'lishini izohladi. U o'zining o'smirlik yoshining madaniy- psixologik konsepsiyasida rivojlanishining uch tipi mavjudligini ajratadi. Birinchi tip- keskin, krizisli, shiddatli kechadi va o'smir o'zining ikkinchi tug'ilishini his etadi, oqibatda yangi "Men" vujudga keladi. Ikkinchi tip- o'smirning kattalik hayotida bosiqlik, sokinlik, uzluksizlik sezilib, uning shaxsiyatida chuqur va jiddiy o'zgarishlar ro'y bermaydi. Uchinchi tip- bu rivojlanish jarayonining shunday bosqichiki, o'smir o'z ichki kechinmalari va krizislarini matonat bilan yengib, o'zini faol anglagan holda, shakllantiradi hamda tarbiyalaydi. Shunday qilib, E. Shpranger mazkur yoshning tashkil etuvchilari o'z individualligini anglash, refleksiyaning vujudga kelishi, —Menning ochilishi ekanligini isbotlab, o'smirning dunyoqarashlarini, qadriyatlarini, o'zini o'zi anglashini o'rganishning sistematik tadqiqotiga asos soldi. O'smirlik davrida psixologik muammolarni bartaraf etish hamda tarbiyalash masalalari hozirgi davrning eng dolzarb muammosiga aylangan. Oila, maktab, jamiyatning o'sib kelayotgan avlodga bo'lgan axloqiy-ma'naviy, siyosiy-ijtimoiy, ideologik talablari kun sayin ortib bormoqda.

Bugungi kunda kelajak avlodga ta'sir qilayotgan hamda uning kechinmalarini o'zgartiradigan ichki va tashqi omillarni ko'z oldimizga keltirish juda qiyin. O'smirlik davrini o'rganuvchi ko'pchilik olimlar agressiya, emotsional qo'zg'alishni, jahl chiqqan holatlarda balog'atga yetmagan bolalarda psixologik muammolar qanday namoyon bo'lishiga ko'proq e'tibor qaratadilar. Chunki, bu yoshda ularda hayot tajribalari yetarli bo'lmaydi, lekin boshqalar tomonidan tan olinishga va mustaqil bo'lishga intiladilar. Aslida stress kishining o'ta faol yoki o'ta sust harakatida ifodalanadi. Hissiy zo'riqish holatida individning hatti-harakati kishi nerv tizimining tipiga, nerv jarayonlarining kuchliligi yoki o'zligiga jiddiy ravishda bog'liqdir. (Masalan, imtihon oldidagi holat). His-tuyg'ularning hissiyot (emotsiyalar), kayfiyatlar, kuchli hayajonlanish tarzida boshdan kechirilishi chog'ida ma'lum darajada seziladigan tashqi belgilariga ham ega bo'ladi. Yuzning ifodali harakatlari (mimika), qo'l va gavdaning ma'noli harakatlari, turqi-tarovat, ohang, ko'z qorachig'ining kengayishi yoki torayishi kabilar shular jumlasiga kiradi. O'smir o'zining qahr-g'azabini tevarak atrofdagilarga qo'llarini musht qilishi, ko'zlarini chimirib qarash, do'q-po'pisali ohang bilan namoyish qiladi. Qiziqish malaka va ko'nikmalar rivojiga, bilim egallashiga moyillik tug'diradigan ijobiy hissiy holat. Stress holatga tushgan kishilarga nisbatan: "u asabiylashdi", deb aytishadi. O'smirlik davri insonni bolalikdan -yoshlikka o'tuvchi va o'z navbatida boshqa davrlardan o'zining nisbatan keskinroq, murakkabroq kechishi bilan farqlanib turuvchi inson ontogenetik rivojlanishining eng xarakterli davrlaridan biridir. Bu davr psixologik pedagogik adabiyotlarda —o'tish davri, —og'ir davr, —inqiroz davri, kabi iboralar bilan ataladi. Bu davr taxminan bolalarning 5-8 sinflarda o'qish paytlariga to'g'ri keladi va 11-12 yoshdan 14-15 yoshgacha bo'lgan davr oralig'ida kechadi. Ayrim bolalarda bu davr 1-2 yil ertaroq yoki kechroq kuzatilishi ham mumkin. Shuni hisobga olgan holda aytish mumkinki, o'smirlik davri ayrim bolalarda 9-10 yoshlardan boshlanib, yana boshqalarida 16-17 yoshlargacha davom etishi mumkin. O'smirlik davrning og'ir, murakkab davr ekanligi ko'plab psixologik, fiziologik, ijtimoiy omillar bilan bog'liq. Bu davrda rivojlanishning barcha jihatlari: jismoniy, aqliy, axloqiy, ijtimoiy va shu kabilarning mazmun mohiyati ham o'zgaradi. Bu davrda o'smir hayotida, uning ruhiyati, organizmining fiziologik hamda ijtimoiy

holatida jiddiy o'zgarishlar sodir bo'ladi. Aksariyat holatlarda ularda bir- biriga qarama-qarshi bo'lgan turli xil holatlar kuzatiladi. Bu davrga kelib bola endi —bola emas va shu bilan birga hali —kattal ham emas. Uning o'z-o'ziga va atrofdagilarga nisbatan bo'lgan munosabatlari butunlay boshqacha xarakter kashf etib boradi. Uning qiziqishlari tizimi, ijtimoiy yo'nalganligi qaytadan shakllanadi, o'z- o'zini anglashi, o'z-o'zini baholashi, qadriyatlari tizimi o'zgaradi. Uning uchun o'z — “men” va shu — “men”ining ahamiyati ortadi. Shu bilan bir qatorda inson xulq-atvorining shakllanishiga irsiy omilning ta'siri borligini faqat nazariy jihatdan taxmin qilish mumkin, ammo empirik tadqiqotlar muhit ta'sirining o'zni ham kattagina qiymatga ega ekanligini ta'kidlamoqda. Jumladan, noto'liq oilaning o'smir tarbiyasidagi roli, ya'ni oila tarkibining tarbiyasi —”qiyin”lar shakllanishiga ta'siri muhim sabablardan biri sifatida yuqori ko'rsatgichga ega emas. Aksincha, Junger Tasning fikricha, oilaviy nazoratning taqchilligi delinkvent xulq-atvor shakllanishining asosiy ko'rsatkichi sifatida talqin qilinadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Yung K. Analiticheskaya psixologiya: - SPb: Kentavr. 1994.-136s.
2. Z.T.Nishanova. Bolalar psixodiagnostikasi. Toshkent, 1998, 87-bet.
3. Z.T.Nishanova. Psixik taraqqiyot diagnostikasi. T., 2014, 134-b

MAKTABGA MOSLASHISH DAVRI IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK MUAMMOLARI VA UNDA MAKTAB AMALIYOTCHI PSIXOLOGINING O'RNI

Kurbanova Dame Sarsenbaevna
Qoraqalpog'iston Respublikasi Xo'jayli tumani 39-maktab psixologi

Annotatsiya. Birinchi marta maktabga qadam qo'yadigan birinchi sinf o'quvchilarining maktabga borganda maktab talablariga sharoitlariga moslashish uchun ma'lum vaqt kerak bo'ladi. Amalda moslashish vaqti hamma bolalarda ham bir xilda

samarali o`tmashligi mumkin. Ushbu maqolada mana shunday kichik bolalarning katta muammolari va ularga yechimlar, tavsiyalar to`g`risida so`z yuritiladi.

Kalit so`zlar: Moslashuv, kichik maktab yoshi, o`quv jarayoni, dars, diqqatsizlik, o`qituvchi, vazifalar, yechim

Bolaning maktabda moslashishdagi qiyinchiliklar faqat ota - onalar arzlaridagina emas, balki o`qituvchilarning o`quvchilarga berayotgan xarakteristikalarida ham qayd etilmokda. Masalan, ota onalar bolaning maktabga borishi, uy vazifasini bajarishni xohlamayotganini, uning tutqich bermashligi, juda asabiy bo`lib qolganini aytishsa, o`qituvchilar bu bolalarning darsda diqqatsizligida tartibsizligida, tengdoshlari bilan tez-tez aytishib qolishlariga e`tibor berishmokda. Bunday bolalarda asabiy ruhiy buzilish, psixik rivojlanishda orqada qolish vujudga keladi. Bolalar maktabda o`qishga qanchalik tayyor bo`lmasalar, maktabda moslashish davri shunchalik qiyin va uzoq o`tadi. Psixologlar bolani maktabda o`qishga tayyor, deganlarida uning jismoniy, psixologik va shaxsiy tayyorgarligini nazarda tutadilar. Ta`limning dastlabki oylarida maktab psixologining birinchi sinf o`quvchilari bilan olib boradigan asosiy ishlari quyidagilardan iborat: a) maktabga moslashishga qiynalayotgan bolalarni aniqlash; b) bu bolalarga psixologik yordam ko`rsatish. Bu vazifani bajarish uchun bolani maktabga moslashishdagi qiyinchilik ko`rsakichlarini aniqlash lozim. Ko`rsatkichlar quyidagicha bo`lishi mumkin: 1) O`quv materialini o`zlashtirishda; 2) O`qituvchi talablarini bajarishda qiynalish, o`quv vazifalarini bajarishda ixtiyoriylik xususiyatlari harakat aktivligining o`zgarishi, bolaning emotsional xususiyatlari, o`qishga, maktab hayotiga qiziqishlari, o`qituvchi va tengdoshlari bilan muloqotga erishishlaridagi qiyinchiliklaridir. Bolani har tomonlama psixologik tayyorlab, keyin u bilan olib boriladigan tuzatish ishlarini ko`rsatishi mumkin. Maktablarda "Moslashish" sinflarining ochilishi bu muammoni hal qilishga oz bo`lsada imkon beradi. Psixolog tuzatish 11 metodlarini rejalashtirayotganda bolani maktabga moslashishiga ijobiy ta`sir etadigan faktorlarni, ya`ni o`quvchining o`zini to`g`ri baholashi, oilada to`g`ri tarbiyalanishi oiladagi kelishmovchiliklarning bartaraf etilishi, tengdoshlar orasida bolani hurmat qozonishini hisobga olish lozim. Maktab psixologining o`zlashtira

olmovchi boshlang'ich sinf o'quvchilari bilan olib boradigan ishlari. uning faoliyatidagi amaliy yo'nalishi tashkil etadi. Psixolog bunday o'quvchilar bilan olib boradigan ishining asosiy yo'nalishlari haqida gapirishdan oldin o'zlashtira olmaslik sabablarini ko'rib chiqamiz. Maktabgacha yosh davridan maktab yoshi davriga o'tish ancha qiyin kechadigan davrdir. etti yoshdagi qiyinchilik bu shunday keskin burilish yoshini unda maktab yoshining barcha davrlari o'z ifodasini topadi. Odatda maktabda borish bilan bog'liq bo'lgan qiyinchiliklar va muammolar quyidagilardan iborat. Yangi o'quv tartibi bilan bog'liq bo'lgan qiyinchiliklar: 1. Bunday qiyinchilik ko'proq maktabgacha tarbiya muassasalariga bormagan bolalar uchun xosdir. 2. Bolaning sinf jamoasiga moslashuvdagi qiyinchilik. Bu holat bolalar jamoalariga etarli darajada ishtirok etmaganlarida ko'proq uchraydi. 3. O'qituvchi bilan o'quvchi munosabatlarida yuzaga keladigan qiyinchiliklar. 4. Bolaning oilaviy sharoiti o'zgarishi bilan bog'liq bo'lgan qiyinchiliklar. Bu qiyinchiliklar bola rivojlanishning yangi ijtimoiy sharoitlarida asta - sekin o'z ifodasini topadi. Psixologlar maktabdan psixogen buzilish bolalar sinfda o'qishdagi qiyinchiliklarning asosiy xususiyatlaridan biri deb ko'rsatadilar. O'qituvchi bolalarda uchraydigan har qanday qiyinchilikni uning o'zlashtirishi bilan bog'laydi. Bunda bolani baholash odatdagidek o'ziga xos shaklda bo'ladi, a'lochi, demak, yaxshi o'quvchi, past baho olsa – yomon o'quvchi. Masalan, maktabda yomon o'zlashtirgan o'quvchining ota-onasi chaqirtiriladi, g'azablangan o'qituvchi ularga o'z farzandlariga yomon qarayotganliklarini, yomon tarbiya berayotganliklarini ular bilan kam shug'ullanayotganliklarini aytib noliydi. Yana ham achinarlisi o'qituvchi sinf oldida yuqori ovoz bilan bolani so'kadi va 12 kamsitadi. Ko'pchilik xatoni eng tajribali o'qituvchilar ham o'zlashtirmasligi sababini o'quvchining dangasaligi, noshudligi, tarbiyasizligi bilan baholashga urinadilar. O'qituvchi o'zlashtirmaslikning haqiqiy sabablari to'g'risida kamdan kam o'ylaydi va tabiiyki, uni bartaraf qilishning o'ziga xos chora tadbirlarini izlaydi. Shuning uchun quyida maktab psixologining boshlang'ich sinf o'quvchilari bilan amalga oshirish mumkin bo'lgan psixologik tuzatish ishlarininng ayrim jihatlarini ko'rib chiqamiz. Misol tariqasida E.L.Yakovlevaning tomonidan taklif etilgan tuzatish dasturini havola qilamiz. Yozilgan so'zlarni tahlil qilish, ulardagi harflarni ko'rish uchun bolalarga diqqat qilish o'yinlari taklif qilinadi. Bu o'yin asosida

sinash, tuzatish testi yotadi. Buning uchun katta shrift harflarida bosilgan eski ertak kitoblari olinadi. Bolalarga 5 minut davomida uchragan a harfini chizish taklif etiladi. Bunda bola 4 va undan ortiq a xarfini qoldirsa yutkazadilar, agar kam qoldirsa yutadilar, degan shart qo`yiladi. Yutganlar rag`batlantiriladi. O`yinni har kuni o`ynagan ma`qul, yutuqlar natijasi esa, bir haftada bir marta e`lon qilinadi va g`olib takdirlanadi. Topshiriqni birbiriga qo`shni bolalarning o`zlari tekshiradilar. Chunki bu yoshdagi bolalar o`z ishlaridan ko`ra o`zgaralar ishiga juda qiziqadilar. Shunga ko`ra ular sezmay qoldirgan xatolarga ko`ra ularning bir necha minut davomida diqqat e`tiborlarini to`plagan holatlari juda ahamiyatlidir. Natijalar tahlili shuni ko`rsatadiki, 4 haftadan so`ng o`qituvchining "Diqqat-e`tiborli bo`l" degan shiori bolalarda diqqatning to`planishiga xizmat qiladi. O`yin bilan bir vaqtda bolada ona tili darsligidan o`qish ko`rsatmasi beriladi. Bu usul bilan so`z qanday yoziladi va qanday o`qilishi haqida qiyosiy tushunchaga ega bo`ladi. Ma`lumki, ijodiy fikrlash qobiliyatini rivojlantiruvchi, diqqatni rivojlanishiga doir mashg`ulotlar o`quvchilarni diqqat-e`tiborli bo`lishga, bilimlarni mustahkamlashga va barcha topshiriqlarni bajarishga o`rgatadi. U mashg`ulotlar quyidagilar: "Aylanalar", "Kvadratlar" , "Uchburchaklar" o`yini, "Muammoni izlashda ziyraklik" va hokazolar. Masalan, "Aylanalar" mashg`uloti. Mashg`ulot maqsadi: o`quvchilarda ijodiy tafakkurning tezligi, o`zgaruvchanligi va o`ziga xosligini shakllantirishdir. 13 O`quvchilarga qo`yiladigan talab, ya`ni beriladigan topshiriq quyidagicha: qo`lingizdagi qog`ozning yuqori qismiga ismi – sharifingiz, sinfingizni yozing. Sizning vazifangiz qog`ozga aylanalar chizib, ularning ichiga iloji boricha ko`proq rasmlar tasvirlashdan iborat. Bunda chizgan rasmingizning tagiga nomini yozib qo`ying. O`quvchilar topshiriq bilan tanishtirilgandan so`ng, mashg`ulotni olib boruvchi doskada bir ikkita aylanani chizib, ularni ichiga rasm chizadi va tagida nomini yozib ko`rsatadilar. Ma`naviy-axloqiy, intellektual va jismoniy tarbiya masalalarining talab darajasiga ko`tarilmaganligi, ota-onalar, o`qituvchilarning zarur malakaga ega emasligi, shuningdek, xalq pedagogikasi boy merosidagi bilimlardan to`la xabardor bo`lmaganligidadir. Shu jumladan, turli yoshdagi, ayniqsa, rivojlanishida nuqsonli bolalarni tarbiyalash, o`qitish bolalarni tarbiyalash va o`qitish sifatini

ta`minlash uchun, maxsus nutqni rivojlantiruvchi bola bog`cha-maktabini tashkil etish joiz bo`ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro`yxati:

1. Nishanova Z.T. Psixologik xizmat-T.: 2005.
2. Nishanova Z., Qurbonova Z., Abdiev S., To`laganova Sh. Psixodiagnostika. – T.: 2008. – 314 b.
3. Referat.uz

MAKTAB TA'LIM TIZIMIDA TAHSIL OLAYOTGAN O'QUVCHILARNING BARKAMOL SHAXS BO'LIB RIVOJLANISHIDA IJTIMOY PSIXOLOGIK OMILLAR VA MUHITNING ROLI

Raxmanov Maxsetbay Bazarbaevish
Qoraqalpog'iston Respublikasi Xo'jayli tumani 39-maktab psixologi

Annotatsiya. Respublikamizning ijtimoiy hayotida islohotlarning davomiyligini ta'minlash hamda demokratik fuqarolik jamiyatni shakllantirish yoshlarimizga, xususan, ularning ijtimoiy faolligiga bog'liqdir. Ana shunday ijtimoiy faollik masalalariga qaratilgan mazkur maqolada bir qator ilmiy psixologik muhokamalr haqida so'z boradi.

Kalit so'zlar: Yoshlar, barkamol shaxs, Davlat siyosati, burch, muammo, ota-ona, tarbiya, omil, muhit, maktab.

O'zbekiston Respublikasining "Yoshlarga oid davlat siyosati to'g'risida"gi qonunida quyidagilar belgilangan: ochiqlik va shaffoflik, yoshlarga oid davlat siyosatini ro'yobga chiqarishda yoshlarning ishtirok etishi; yoshlar tashabbuslarini qo'llab-quvvatlash va rag'batlantirish, ma'naviy, axloqiy va madaniy qadriyatlarining ustuvorligi; yoshlarning kamsitilishiga yo'l qo'yilmasligi kabilar!. O'quvchi-yoshlar bilan olib boriladigan ta'lim-tarbiya ishlarining muvaffaqiyati ularning yoshi va psixologik xususiyatlarini bilish hamda hisobga olishga bog'liqdir. Bu holat burilish

hisoblangan o'smirlilik davrining alohida xususiyati bo'lib, u ko'proq shu davrga taalluqlidir. U psixik jarayonlarning, o'quvchi faoliyatlarining jiddiy ravishda qayta qurilishi bilan bog'liqdir. Shuning uchun o'smirlilik yoshi o'zaro munosabat shakllarida faoliyatni tashkil qilishda qat'iy o'zgarishlarni talab qiladi. O'smirlarga ta'lim-tarbiya berishda goho uchraydigan qiyinchiliklar bu yoshdagi bolalarning psixik rivojlanishi qonuniyatlari va xususiyatlarini ba'zan yetarli darajada bilmaslik yoki inkor qilish natijasida paydo bo'ladi. Bu davr ijtimoiy faollikni tarbiyalash uchun ancha qo'l keladi. Chunki bolaning katta odamga aylanish jarayonining o'zi qiyin, bu jarayon psixikaning, odamlar bilan bo'lgan munosabat shakllarining jiddiy ravishda qayta o'zgarishi hamda hayot sharoiti va faoliyatining o'zgarishi bilan bog'liqdir. Natijada, undan kattalarning fikrlariga qarshi chiqish yoki rad etish kabi xislatlar paydo bo'la boshlaydi. Bular esa, bu davrning qiyin", "murakkab" davr bo'lishiga sabab bo'ladi. O'smirlarga ta'lim-tarbiya berishdagi qiyinchiliklar shundan iboratki, bunda o'smir bilan bo'ladigan munosabatlarda uning hayoti va faoliyatini nazorat qilish shakllarini o'zgartirish muhimdir. Ularga ta'sir qilishning qandaydir yangi usullari va vositalarini topish lozim bo'ladi. Bunda albatta, har bir o'quvchi-yoshlar bilan alohida munosabatda bo'lish maqsadga muvofiqdir.

O'smirlarning psixik taraqqiyotini harakatga keltiruvchi kuchlar ularning faoliyatlarida tug'dirgan yangi ehtiyojlar bilan bu ehtiyojlarni qondirish imkoniyatlari o'rtasidagi qarama-qarshiliklarning yuzaga kelishi va bartaraf qilinishidan iboratdir. Bu qarama-qarshiliklar o'smirlarning ortib borayotgan jismoniy, intellektual va axloqiy imko. niyatlari bilan ularning eski, ilgari tarkib topgan olam bilan o'zaro munosabat shaklJari ular faoliyatining eski qarama-qarshiliklar, jamiyat, kattalar va jamoa tomonidan O'smirga nisbatan ortib borayotgan talablar o'smirlar real xatti-harakatlarning shakllari o'rtasidagi qarama-qarshiliklardir. Bu ancha yuksak darajadagi psixik taraqqiyotni, murakkab shakldagi faoliyat turlarini va shaxsning qator yangi psixologik sifatlarini tarkib toptirish orqali bartaraf qilinadi. Buning natijasida o'smirning psixik taraqqiyoti yanada yuksakroq bosqichga o'tishi amalga oshiriladi. Shaxsning biologik o'sishidagi nuqsonlar, sezgi organlarining kamchiliklari, o'qishga salbiy ta'sir etuvchi oliy nerv faoliyati va temperamentdagi qusurlar ijtimoiy faollik

rivoilanishiga salbiy ta'sir etadi. Shaxsning psixik rivojlanishidagi kamchiliklar, irodaning bo'shligi, aql-idrokning zaif rivojlangani, hissiyotning kuchsizligi zarur ehtiyoj va qiziqishlarning mavjud emasligi, o'smirning intilishi bilan mavjud imkoniyati o'rta nomutanosiblik kabi xatti-harakatlarni izdan chiqaradi. O'quvchi-yoshlarda ijtimoiy faollikni tarbiyalashga ta'sir etadigan salbiy omil axloqiy hisslarning yetishmasligi; o'qituvchi, sinf jamoasi, oila a'zolari bilan noto'g'ri muloqot, ishyoqmaslik, bo'sh vaqtni to'g'ri taqsimlamaslik va boshqa salbiy holatlar vujudga keltiradi. Shuningdek, shaxsning o'quv faoliyatidagi kamchiliklari: aqliy faoliyat usullar keng foydalana bilmaslik; bilim, ko'nikma va malakalarni egallashdagi uzilishlarim tab faoliyatidagi: o'qitishdagi nuqsonlar va tarbiyaviy chora-tadbirlardagi xatolar shular jumlamasiga kiradi. Maktabdan tashqaridagi muhit ta'siridagi nuqsonlar, chunonchi oilada pedagogik-psixologik bilimlarning yetishmasligi, oilaviy nizolar, ajralish, ota-onaning ichkilik. ka berilishi, balog'atga yetmagan tengqurlarining ta'siri, ma'naviy-ma'rifiy ishlab chiqarish jamoalari hamda jamoatchilik qurshovidagi kamchiliklar tarbiyasi qiyin o'smirlar ko'payishiga sabab bo'ladi.

O'quvchi-yoshlarning ijtimoiy faolligini shakllanganlik darajasi quyidagi mezonlar asosida belgilanadi:

- dunyoqarashni boyituvchi va ijtimoiy munosabatlarga oid bilimlarga ega bo'lish:
- ijtimoiy munosabatlarni tashkil etish jarayonida ishtirok etish;
- ta'lim mazmunini o'zlashtirgan va ulardan amaliy faoliyatda qo'llash borasida yetarli ko'nikma, malakaga ega bo'lish;
- muammoli vaziyatlardan chiqib keta olish va uni baholay olish:
- o'quvchi-yoshlar ijtimoiy faolligi darajasini aks ettiruvchi shaxsiy sifatlarini namoyan etish (onglilik, g'oyaviylik, qat'iyatlilik, mustaqillik, tashabbuskorlik, insonparvarlik, ishchanlik, tezkorlik, erkin fikr yuritish, ijodkorlik, mas'uliyatni his etish kabi xislatlar)
- ma'lum nuqtayi nazarda tura olish va boshqalar.

Ijtimoiy faollik mezonlari intizom talablari va ularning ahamiyati, mazmunini ochi beradi. Ijtimoiy faollikni samarali tarbiyalashning asosiy shartlaridan biri tartibga noya qilish bo'lib, u nafaqat organizmning fiziologik funksiyalariga ijobiy ta'sir

ko'rsatadi, intizom talablarini bajarish malaka va ko'nikmalarning shakllanishiga ham yordam beradi. Shuningdek, o'quvchi-yoshlarda ijtimoiy faollikni oshirishda darsdagi ax psixologik muhit ham ahamiyatga ega. Darsning psixologik muhiti yoki m mi - bu o'quvchi va o'qituvchining hissiy emotsional holatidir. Dars vaqtida O9 va o'qituvchi o'rtasidagi muloqotda xursandchilik, o'quvchilar orasida esa, o'ziga ishonchlilik, hamfikrlilik hukm sursa, bu holatni ijobiy deyish mumki ning "sog'lom mikroiqlimi yana shundaki, o'quvchilarda xavotir va o'qituvchi qo'rquv mavjud bo'lmay, ular o'zlariga ishonch hissini, o'qituvchi va sinfdoshidan qo'llab-quvvatlanishini doimo sezadi, shu bilan birga o'qituvchining talabchanligi ham sog'lom muhitdan dalolat beradi. Bolaning xulq-atvori, o'zining xatti-harakatini anglashi ijtimoiy foydali ko'nikmalarning va axloqiy me'yorlar shakllanishining asosiy shartidir Mana shunday xulq uchun shaxs ongli ravishda jamiyat, jamoa, boshqa odamlar oldida javob berishi va bunijamiyat uchun foydali va zarur ekanligi nuqtayi nazaridan tushunishi muhim hisoblanadi. Itimoiy faollik, shuningdek, ta'lim olishning ham zaminidir bir vaqtning o'zida natijasi hamdir. Maktabning o'rta bo'g'inidayoq axloqiy ong orqali ko'pgina muhim qarashlar o'quvchilarning axloqiy tomoniga qarab o'zgara boshlaydi. Ma'naviy me'yorlar, qonun me'yorlari - bu bolalar har kuni to'qnash keladigan va ularga o'zlarining tarbiyalanganlik darajasiga qarab rioya qiladigan yoki odat va intilishlari ko'rinishida mustahkamlangan talablardir

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. O'zbekiston Respublikasining "Yoshlarga oid davlat siyosati to'g'risidagi qonuni. 2016-yil
2. Saviya.uz
3. hozir.org

MAKTAB O'SMIR O'QUVCHILARINING HISSIY- EMOTSIONAL XUSUSIYATLARI VA ULARDAGI MUAMMOLARNI BARTARAF ETISH BO'YICHA TAVSIYALAR

Qo'rg'onova Dildora Rustamovna
Namangan viloyati, Uchqo'rg'on tumani 8-maktab psixologi

Annotatsiya. Bugungi kunda maktab amaliyotchi psixologi balki o'qituvchi va tarbiyachi uchun bolalarning o'smirlik davri psixologiyasini bilish psixologik nuqtai nazaridan ham pedagogik nuqtai nazaridan ham muximdir. Shu tufayli ayniqasa o'smir o'quvchilarning hissiy-emotsional xususiyatlarini o'rganish va ulardagi muammolarning yechimini topish dolzarb masalalardan biridir. Mazkur maqolada ana shu haqida muammolar va ularga yechim haqida fikrlar yuritiladi.

Kalit so'zlar: O'smirlar, amaliyotchi psixolog, emotsional hayot, hissiy jarayonlar, maktab, pedagoglar, ta'lim, tarbiya, ota-ona.

O'smirlik davri asosan 11-15 yoshdagi bolalarni o'z ichiga qamrab oladi, ya'ni 5-8 sinf o'quvchilarini. O'smir o'quvchilarni ta'lim va tarbiya berish ishlarida uchraydigan ayrim qiyinchiliklar bu yoshdagi bolalarning emotsional-ruhiy rivojlanishi va xususiyatlarini ba'zan yetarli darajada bilmaslikdan yoki inkor qilishdan kelib chiqadi. Kichik va katta yoshdagi maktab o'quvchilariga qaraganda o'smirlik yoshidagi bolalarni tarbiyalashda juda ko'p qiyinchiliklar bo'ladi. Chunki, kichik bolaning katta odamga aylanishi jarayoni juda kiyin kechadi. Bu jarayon o'smirlar psixologiyasining odamlar bilan bo'lgan munosabat formalarining jiddiy ravishda o'zgarishi, hamda hayot sharoitining o'zgarishi bilan bog'liqdir. Bu davrda o'smirlarning o'z shaxsiy fikrlari paydo bo'ladi. Ularda o'z qadr-qimmatlari haqidagi tushuncha kengayadi. Ilmiy psixologiyaning aniqlashi bo'yicha o'smirlarning psixik taraqqiyotini xarakatga keltiruvchi kuchlar, ularning faoliyatlari bilan tug'iladigan extiyojlar bilan bu extiyojlarni qondirish imkoniyatlari o'rtasidagi dialektik qarama-qarshiliklarni yuzaga kelishi va bartaraf qilinishidan iboratdir. Qarama-qarshiliklar ancha yuksak darajadagi psixik taraqqiyotini, ancha murakkab shakldagi faoliyat turlarini va shaxsning qator yangi psixologik hususiyatlarini tarkib toptirish orqali bartaraf qilishdan

iboratdar. Shundan keyin psixik taraqqiyotning yuksakroq bosqichiga o'tiladi. Yana shu nuqtai nazardan o'smirlik yoshini yanada oydinroq qarab chiqaylik. Bola boshlang'ich sinfni tugatadi. Bolaning o'rta maktabda o'qishga o'tishi uning hayotida burilish davri hisoblanadi. O'smirlarning yangi ijtimoiy jixatdan tashkil topgan va rang-baranglantirilgan faoliyatni uning psixologik hamda shaxsning tarkib topishiga asos, sharoit va vosita xizmat qiladi. Shunday qilib, o'smirlarga ta'lim-tarbiya berishning yangi to'g'ri usullari hamda vositalarni topishi uchun o'smirlik yoshining o'ziga xos xususiyatlarini jismoniy va psixologik taraqqiyotini yaxshi bilishimiz kerak. Yuqori sinf o'quvchilarining mazmuniy xarakteritsikasi vaqt o'tishi bilan o'zgarib boradi, chunki inson hayotining xususan ijtimoiy sharoitlari o'zgaradi. Psixologiya taraqqiyotining biologik omillariga o'smirlar ongiga og'ir, ba'zan kuchi etmaydigan bo'lib tushadigan, ularni jiddiy psixik inqirozga va hayajonga soladigan, masalan: o'smirlar uchun xarakterli bo'lgan norozilik, qo'pollik, qaysarlik, o'z-o'zini analiz qilishga moyillik sub'ektiv olamga va shunga o'xshash hislatlarni keltiradigan jinsiy yetilishga nixoyatda katta ahamiyat beradilar. Jinsiy yetilish munosabati bilan paydo bo'ladigan yangi sezgilar fikrlar, maylliklar, kechinmalar go'yo o'smirlar ongida hukmron bo'ladi. Ularning xulq-atvorini belgilaydi. Mana shu tarika oqibat natijada o'smirlarning psixologik qiyofalari asosan yolg'iz sof biologik omil deb qaraladi. Psixologlarning fikricha yosh psixologik xususiyatlari faqatgina yolg'iz biologik jihatidan etilishi va taraqqiyot etilishining natijasi bo'lmay balki bolaning ijtimoiy hayot sharoitlari va faoliyatlarining o'zgarishi hamda bu jihatdan yangi ijtimoiy omillarning paydo bo'lishi natijasida o'smirning taraqqiyotiga va unga beriladigan maktabdagi ta'lim va tarbiya berishni aniq tashkil qilish o'smirlarning konkret hayot sharoitlari va faoliyatning mahsuli deb qarab bo'lmaydi. Boshqacha qilib aytganda ijtimoiy sharoitlar rolini konkret hayot sharoitlari va faoliyatlarining roliga almashtirib bo'lmaydi. Mana shu yuqorida aytilganlardan shunday xulosa qilish mumkinki, o'smirning yoshi va uning xususiyatlari absolyut ahamiyatli kasb etmaydi shu munosabat bilan o'smirlik yoshi mutloqo aniq ma'lum va absolyut chegara hamda xarakteritsikaga ega emas bu erda ancha muhim bo'lgan ma'lum fikrlar bor. Bu farqlarni konkret ijtimoiy omillarning ta'siri bilan va o'smirlarga beriladigan turli ta'lim va tarbiya sharoitlarining ta'siri bilan

tushuntirish mumkin. Taraqqiyotning asosiy yoʻnalishi bolaning oʻsmirlik davridagi taraqqiyotining asosiy xarakteristikasini ajratish mumkin. Oʻsmirlik davri organizmning joʻshqin oʻsish davridir. Bu davrda tananing intensiv ravishda rivojlanishi yuzaga keladi, muskul apparatlari mutsahkamlanadi va skeletning suyaklanish jarayoni davom etadi. Bu davrda yurak qon tomirlari sitsemasining taraqqiyotida mos kelmaslik hodisasi kuchlaniladi. Bu paytda yurak xajmi jihatidan ancha kattalashadi, ancha kuchli ishlay boshlaydi. Koʻpincha qon aylanishining vaqtincha boʻzilishida qon bosimining yoshga bogʻliq xolda koʻtarilishiga, yurak faoliyatining zoʻr berilishiga olib keladi. Oʻsmirlik davrida nutqning rivojlanishi bir tomondan soʻz boyligini oshishi hisobiga boʻlsa, ikkinchi tomondan tabiat va jamiyatdagi narsa voqea va hodisalarning mazmun mohiyatini anglashlari hisobiga boʻladi. Bu davrda oʻsmir til yordamida atrof-borliqni aks ettirilishi bilan bir qatorda inson dunyoqarashini ham belgilab berish mumkinligini his qila boshlandi. Aynan oʻsmirlik davridan boshlab, inson aynan nutq bilish jarayonlarining rivojlanishini belgilab berishini tushuna boshlaydi oʻsmirni koʻpincha muomalada soʻzlarni ishlatish qoidllari - “qanday qilib toʻgʻri yozish kerak?”, “qanday qilib yaxshiroq aytish mumkni?” kabi savollar juda qiziqtiradi. oʻsmirlar maktabdaga oʻqituvchilar. kattalar ota-onalar nutqidagi kamchiliklarga kitob, gazeta radio va televideniye diktoralari xatolariga tez eʼtibor beradilar. Bu holat oʻsmirning bir tomondan oʻz nutqini nazorat qilish urgatsa, ikkinchi tomondai kattalar ham nutk, qoidalari boʻzilishi mumkinligini bilishlariga va oʻzida mavjud xatoliklarni birmuncha barham toptirishlariga olib keladi. Yuqori sinf oʻquvchilarida yuksak darajadagi intellektual faollik farqlanadi. Bu faollik oʻta qiziquvchanlik hamda atrofdagilarga oʻz layoqatlarini namoyish etish, shuningdek, ularda yuqori baho olish extiyojining mavjudligi bilan belgilanadi.

Oʻsmirning kattalarga beradigan savolari mazmunli, mulohazali va aynan oʻsha masala doirasida boʻladi. Yuqori sinf oʻquvchilari turli-farazlarni keltira oladilar taxminiy fikr yuritib, tadqiqot oʻtkaza oladilar hamda maʼlum bir masala boʻyicha muqobil variantlarni taqqoslay oladilar. Bu yoshdagi oʻquvchilar tafakkuri koʻpincha umumlashtirishga moyil boʻladi. Respublikamizning bozor iqtisodi sharoitida oʻtishda kishilardagi amaliy tafakkurning ahamiyati oshmoqda. Shuningdek, yuqori sinf

o'quvchilarida burch va javobgarlik tuyg'ulari yetarli darajada o'sgan bo'ladi. Bolalar o'zlari ongli ravishda nimadir tanlaydigan bo'lib qoladi. Mana shu davrda kattalar bolalarga «bemalol ish topshirishni ishonadilar» o'smirlarni oilada «kichkina» deb hisoblamay ulardan xo'jalik ishlariga yordam berish topshirilgan ishga javob berishni talab qiladilar. Ular bilan maslahatlashadilar ba'zi o'smilar ayniqsa ular o'rta maktab yoshining oxiriga borganda hatto o'ziga yaqinlarini qo'llovchi va tayanchi bo'lib qoladilar.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. G'oziev E.G. Umumiy psixologiya. Toshkent. 2017.1-2 kitob.
2. Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya va ijtimoiy amaliyot.-T.: Universitet, 2002.- 96 b.
3. Referat.uz

KASBGA YO'NALTIRISH MASALALARINING O'ZIGA XOS PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK USULLARI: MUAMMO VA YECHIMLAR

Qo'shaqova Mubinaxon Ashurali qizi
Andijon viloyati, Paxtaobod tumani 34-maktab psixologi

ANNOTATSIYA. Mazkur maqolada kasbga yo'naltirish masalalarining o'ziga xos pedagogik-psixologik usullari haqida so'z boradi. Shuningdek, mazkur muammo sifatida ularga yechimlar va xulosalar ham berib o'tilgan.

Kalit so'zlar: Kasb-hunar, tanlov, muammo, yo'nalish, ijtimoiylashuv, ta'lim, muhit, tarbiya, qobiliyat, malaka.

Har qanday jamiyatning ravnaqi, ijtimoiy, siyosiy, iqtisodiy barqarorligi uning fuqarolarining aqliy va ahloqiy salohiyatini yuksak darajada rivojlanganligiga bog'liq. Zero, jamiyatimizning ma'naviy yangilanishida, ijtimoiy yo'naltirilgan bozor iqtisodiyotini shakllantirishda jahon hamjamiyatiga qo'shilishini ta'minlaydigan demokratik huquqiy davlat qurish kadrlar tayyorlashning milliy masalasi ustuvor mezon sifatida muhim rol o'ynaydi. Chunki xalqning boy intellektual merosi va umuminsoniy

qadriyatlar asosida zamonaviy madaniyat, iqtisodiyot, fan-texnika va texnologiyaning yangi yutuqlari asosida mukammal tayyorgarlikdan o'tgan kadrlarni tayyorlashning yangi tizimini shakllantirish O'zbekiston Respublikasi taraqqiyotining muhim shartlaridan biri bo'lib qoldi. Inson bolasi kamolga yetgani sari ilmga, ma'rifatga talpinadi. Dastlabki saboqni u maktabdan oladi. Ammo kelajagimiz egalari bo'lgan yoshlarga ta'lim berish ularni o'qitish bilan bog'liq ayrim muammolar bugungi kunda kishini o'ylantirib qo'yayotgani tabiiy. Kasb jamiyatning mehnatga layoqatli a'zolarini ijtimoiy tashkillashtirishning alohida shakli bo'lib, bunda a'zolar faoliyatining umumiy turi va kasbiy ongi bilan birlashgan. B.Shouning fikri bo'yicha kasb - mutaxassislarining chetdagi odamlarga qarshi fitnasidir. Y.A.Klimov o'z ishlarida bu borada bir necha ta'riflarni ilgari suradi. Nisbat batafsil ta'rif quyidagicha "Kasb - jamiyat uchun zarur va qadriyatli soha bo'lib bunda insondan jismoniy va ruhiy kuch talab etadi" bu kuchlar unga sarflangan mehnat o'rniga yashashi va rivojlanishi uchun muhim vositalar omili sifatida namoyon bo'ladi. Bu ta'rifni yanada batafsil yoritirib, Y.A.Klimov kasbiy faoliyatning sifatli tarixiy rivojlanuvchi tizim va shaxsning o'zini namoyon etish sohasi deb ta'riflaydi. Yana bir ta'rifni keltiramiz. "jamiyat nuqtai nazaricha kasb bu kasbiy masalalar, kasbiy faoliyat shakllari va turlari, shaxsiy kasbiy xususiyatlari tizimi bo'lib, ular jamiyat ehtiyojlarini qondirish uchun muhim bo'lgan natija mas'uliyatlarni yetkazishni ta'minlab berishi kerak bo'ladi" nisbatan tor ta'rifni esa V.G.Makushin keltiradi, kasb - bu shunday faoliyatki, uning yordamida shaxs jamiyat hayotida ishtirok etadi va uning yashashi uchun moddiy vositalar asosiy manbasi bo'lib xizmat qiladi. Mavjud ta'riflarni umulashtirib, quyidagilarni xulosa qilish mumkin. Mashhur rus psixologi K.K.Platonov mutaxassisning kasbiy tayyorligi bu o'zining muayyan kasbiy faoliyatini bajarishga qodir va tayyorgarlik ko'rgan deb hisoblovchi va uni bajarishga intiluvchi shaxsning sub'ektiv holatidir - deb hisoblangan. Mutaxassisning kasbiy tayyorligi murakkab ko'p darajali va ko'rinishli tizimli psixik shaklga ega bo'lib, birinchi navbatda odamning shaxsiy ko'rinishi asosiy o'rin egallaydi. Shu bilan birga, kasbiy tayyorgarlik mutaxassisda kerakli darajada jismoniy sog'liqni kasbiy faoliyat uchun zarur bo'lgan jismoniy sifatlar shakllanganligi va rivojlanganligini talab qiladi. Chunki har qanday kasbiy faoliyat insonning qandaydir kuch jismoniy energiya

sarflashini ko'zda tutadi. Har bir shaxs turi ma'lum kasbiy muhitga yo'naltirilgan idealistik tur - moddiy buyumlar yaratishga texnologik jarayon va texnik qurilmalar, iqtidor - aqliy mehnatga, ijtimoiy - iqtisodiy mehnat bilan o'zaro aloqaga, konvensional aniq tuzilgan faoliyatga, ishbilarmonlik - odamlarga rahbarlik va badiiy - ijodga. har bir shaxs turi modeli quyidagi sxema bo'yicha tuziladi: maqsadlar, qadriyatlar, qiziqishlar, qobiliyatlar, istalgan kasbiy rollar mumkin bo'lgan yutuqlar, karera va boshqalar. Keyingi kasblarning tizimlash qobiliyatlarini hisobga olishga asoslanadi. Talab etiladigan qobiliyatlar bo'yicha kasblarni tizimlash bo'yicha bir necha bor urinishlar bo'lgan. Dastlab, 1953 yilda D Paterson tomonidan taklif etilgan. Kasblar tizimlashga to'xtalib o'tamiz. U juda keng tarqalgan bo'lib, tizimlash asosini 9 ta turli qobiliyatlar tashkil etadi. Minnesota Occupational Rating Scale yordamida kasbshunos psixologlar tomonidan 432 ta kasb tanlab olinib, quyidagi 7 ta guruhga ajratiladi. Akademik, mexanik, ijtimoiy, diniy, musiqaviy, artistlik va jismoniy guruhlardir. Bitiruv ishi natijalarini umumlashtirish natijasida 432 kasbni 214 ta namunaga keltirildi, ulardan 137 tasi bitta kasb mutaxassislikka qolgan 77 tasi ikkitadan 18 tagacha, mutaxassislikni birlashtiradi. E.A.Klimov ishlab chiqqan kasblar tuzilmasi ham keng tarqalgan. 15 Mehnat obektiga ko'ra 5 ta kasb turlari ajratiladi.

1. Inson – tabiat. Bu tur namoyondalari o'simlik va hayvonot mikroorganizmlar va ular yashash sharoitlari bilan ishlashadi. Masalan, meva - sabzavot ustasi, agronom, zootexnik, vetenar, mikrobiolog.

2. Inson – texnika. Ishchilar jonsiz texnik mehnat ob'ektlari bilan ishlashadi. Masalan, texnik, mexanik, muxandis mexanik, muhandis elektrik, texnik texnolog va hokazo.

3. Inson – inson. bunda ijtimoiy tizimlar, axloqiy guruhlar, turli yoshdagi insonlar bilan ishlash nazarda tutiladi. Masalan, oziq - ovqat mahsulotlarini sotuvchisi, sartarosh, shifokor, o'qituvchi va boshqalar.

4. Inson - belgilar tizim. Tabiiy va sun'iy tillar, shartli belgilar, ramzlar, raqamlar, formulalar kasb turi namoyondalarini qiziqtiruvchi predmetlar olami va boshqalar. Masalan, dasturchi, chizmachil - kartagraf, matematik, tilshunos, nashriyot muqarriri.

5. Inson - badiiy obraz. hodisalarni badiiy aks etishi dalillari - mana shu narsalar bu kasb turi vakillarini qiziqtiradi. Masalan, rassom dekarator, rassom - restavrator, musiqa asboblarini sozlovchi, balet artisti, konsert ijrochisi, aktyor va boshqalar.

Bu beshta kasb turlari maqsadlar belgisiga ko'ra 3 ta sinfga bo'linadi. 1. Gnostik kasblar (G) (qadimgi yunonchadan "gnosis" bilim); 2. O'zgartiruvchi kasblar; 3. Qidiruvli kasblar; Asosiy ish qurollariga ko'ra har qaysi sinf doirasida 4 ta bilimni ajratish mumkin. 1. Qo'l mehnati kasblari; 2. Mashina qo'l mehnati; 3. Avtomatlashgan va avtomatik tizimlar qo'llanishi bilan bog'liq kasblar; 4. Funksional ish quroli bilan bog'liq kasblar. Mehnat sharoitlariga ko'ra, YE.A.Klimov kasblarni 4 guruhga bo'ladi. Maishiy mikroiqlimga xonakiga yaqin ish.(B) har xil ob-havo sharoitida ochiq havoda bo'lish bilan bog'liq kasblar agranom, payvandchi, avtonazorat inspektori. Odatiy bo'lmagan sharoitlarda balandlikda, suv tagida, yer tagida baland past darajalarda ishlash: havvos, o't o'chiruvchi va hokazo. Insonlar sog'ligi, hayoti uchun yuqori mas'uliyat sharoitida ishlash: moddiy qadriyatlar, bolalar boqchasi tarbiyachisi, o'qituvchi, tergovchi. Shartli belgilarni qo'llagan holda, kasblar dunyosi "xaritasini" va ma'lum kasbning na'munaviy formulasini tuzish mumkin. Har bir inson hayotida kasbiy faoliyat muhim ahamiyatga ega. Ota-onalar farzandlarining ilk qadamlaridanoq uning kelajagi to'g'risida o'ylab qolishadi. Farzandlarining qiziqish va qobiliyatlarini kuzatish orqali ularning kasbiy kelajagini aniqlashga harakat qiladilar. Ko'pgina maktab bitiruvchilari kelajakda kim bo'lsam ekan yoki qaysi sohaning mutaxassisi bo'lsam ekan? – degan savolni o'z oldilariga qo'yib, kasb tanlash muammosiga duch kelishadi. Natijada o'quvchilar tomonidan mutaxassisliklar tasodifan tanlanadi. Hech qanday maxsus tayyorgarlikka ega bo'lmasdan yoki kasbiy kelajagini tushunib yetmasdan maktab bitiruvchilarining bir qismi darhol ishga joylashadi. Bu kabi muhokama va misollarni keltiradigan bo'lsak juda ko'plab topilishi mumkin bo'ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Davletshin, M. (2002). Umumiy psixologiya. TDPU.
2. G'oziyev, E. (2010). Umumiy psixologiya. Yangi asr avlodi.
3. Hozir.org

МАКТАБ О'QUVCHILARINING MILLIY-MAFKURAVIY IMMUNITETINI MUSTAHKAM QILIB TARBİYALASHDA PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK OMILLAR VA TAVSIYALAR

Reimova Aziza Shamuratovna
Qoraqalpog'iston Respublikasi Beruniy tumani 3-maktab psixologi

Annotatsiya. Mazkur maqolada o'quvchilarni tarbiyalash va o'stirishda turli yot g'oyalarning ta'siri haqida fikr yuritilgan bo'lib, bunda shaxsda mafkuraviy immunitet shakllantirishning hozirgi kundagi psixologik usullari haqida ta'kidlangan.

Kalit so'zlar: mafkura, immunitet, g'oya, omil, agressiya, qadriyat, siyosiy ta'sirlar, ma'naviy poligon.

Ma'lumki, immunitet tibbiy tushuncha bo'lib, organizmning doimiy ichki muayyanligini saqlashi, o'zini turli ta'sirlardan, tashqi infeksiyalar kirib kelishidan himoya qilishga qodir bo'lgan reaksiyalar majmui tushuniladi. Sodda qilib aytganda, immunitet - kishi organizmining turli kasalliklardan himoya qila olish qobiliyatidir. Mafkuraviy immunitet - shaxs, ijtimoiy guruh, millat, jamiyatni turli zararli g'oyaviy ta'sirlardan himoya qilishga xizmat qiladigan g'oyaviy-nazariy qarashlar va qadriyatlar tizimi. Yuqoridagidan farqli o'laroq insonning umumiy immunitet tizimi tug'ma bo'lsa, mafkuraviy immunitetni shakllantirib borish zarur. Ikkinchidan, u har bir avlod uchun o'ziga xos xususiyatga ega. Uchinchidan, immunitet tizimi shakllangandagina jamiyatda mafkuraviy daxlsizlikni ta'minlash mumkin. Mafkuraviy immunitet tizimining, asosiy va birinchi elementi bu bilim. Ammo, bilimlarning turi ko'p. Buyuk davlatchilik shovinizmi yoki agressiv millatchilik mafkurasi tarafdorlari ham muayyan "bilim"larga tayanadilar, albatta. Shunday ekan, mafkuraviy immunitet tizimidagi bilimlar ob'ektiv bo'lishi, voqelikni to'g'ri va to'liq aks ettirishi, inson ma'naviyatining boyitishi va jamiyat taraqqiyotiga xizmat qilishi lozim. Ular, o'z mohiyat e'tiboriga ko'ra, Vatan va millat manfaatlari bilan uzviy bog'liq bo'lmog'i kerak. Mafkuraviy immunitet tizimining ikkinchi asosiy elementi ana shunday ilg'or bilimlar zamirida shakllanadigan baholar, qadriyatlar tizimidir. Zero, bilimlar qanchalik ob'ektiv va

chuqur bo'lsa, uning zamirida yuzaga kelgan qadriyatlar ham shunchalik mustahkam bo'ladi. Bir so'z bilan aytganda, qadriyatlar tizimi mafkuraviy immunitetning imkoniyatlarini belgilab beradi va zararli g'oyalar yo'lida mustahkam qalqon bo'lib xizmat qiladi. Ammo bilimlar va qadriyatlar tizimi mavjudligining o'zi mafkuraviy immunitetning mohiyatini to'liq ifoda eta olmaydi. Zero, bu ikki element mafkuraviy immunitetning uchinchi muhim elementi, ya'ni ijtimoiy-iqtisodiy, siyosiy va madaniy ma'rifiy sohalardagi maqsadlar tizimi b-n bog'liq. Ana shunday aniq maqsadlar tizimi bo'lmas ekan, inson, millat yoki jamiyat goh oshkora, goh pinhona mafkuraviy tazyiqlarga duchor bo'laveradi. Bugun dunyo shiddat bilan o'zgarmoqda. U atomlar vahimasidan, omilkorlik bilan singdirilayotgan, tajovuz va agressiyaning yangicha uslublaridan zir titrab turibdi. Insoniyat aqli va qo'li bilan samoda, yerda joylashtirgan ommaviy qirg'in qurollari xavotiri, yon atrofimizda sodir etilayotgan terroristik harakatlar, qudratli davlatlarning mustaqil davlatlarning ichki ishlariga aralashishi, nufuzli xalqaro tashkilotlar qo'li bilan siyosiy, iqtisodiy bosim o'tkazilishi, o'z manfaati yo'lida boshqalarning milliy manfaatlarini toptashga intilish, zo'ravonlik, siyosiy bosim o'tkazishlar odatiy tusga kirib, turli mafkuraviy tajovuzlar uyushtirilmoqda. Hozirgi kunda mafkura va demokratiya tushunchalari keng jarayon bo'lib, faylasuflar va ziyolilar turli atamalarda keng talqin qilmoqdalar. Mafkura falsafiy kategoriya sifatida muayyan bir ijtimoiy guruh yoki millatning, partiya va davlatning tub manfaatlarini nazariy jihatdan asoslovchi va himoya qiluvchi falsafiy, siyosiy, huquqiy, diniy, ma'naviy ma'rifiy qarashlarning butun bir tizimiga aytiladi. Demak, o'zbek xalqining milliy mafkurasini millatimizning tub manfaatlarini nazariy, ilmiy asoslovchi va himoya qiluvchi falsafiy, huquqiy, siyosiy, ma'naviy, ma'rifiy, diniy qarashlarning yaxlit bir tizimidir. Har bir insonning mavjudligi uning mafkurasida aks etadi. Lekin mafkurani ko'rib ham, ushlab ham bo'lmaydi. Bu degani mafkura quruq tushuncha, mavhum tasavvur emas. Mafkura aniq, doimo sezib turadigan, insonni faoliyatga undaydigan, unga ruhiy-mafkuraviy qudrat bag'ishlaydigan maqsadlar. Insoniyat uzoq tarixiy taraqqiyot davomida qo'lga kiritgan barcha yutuqlari, dunyoni va o'zini anglashi, shaxs aql-zakovati, ogohliligi va idroki aynan ana shu mafkura orqali mavjud bo'ladi. Mafkurasiz bashariyat insoniylik ummonidan sahroga uloqtirib tashlanadi. Mafkurasiz

jamiyat ham, davlat ham, odam ham bir qadam ham olg'a yurolmaydi. Insoniyat o'z tarixida nimani yo'qotgan bo'lsa, bu mafkuraviy jihatdan kambag'alligi oqibatidir. O'z tarixida nimaga erishgan bo'lsa barcha boyliklar, kashfiyotlarning asosi - mafkuradir. Mafkuraning ilohiy qudrati shundaki, ezgu ishlar, olijanob fazilatlar, muqaddas qadriyatlar va go'zal urf-odatlar tafakkur quroliga aylangandagina, har bir insonning, har bir millatning mustaqkam himoyachisiga aylanadi. Shuning uchun ham mafkura har qanday quroldan qudratli, kuchli. Istiqlol yillarida jamiyat milliy mafkurasini shakllantirishda juda katta beqiyos ishlar amalga oshirildi. Milliy qadriyatlarimiz, urf-odatlarimiz, tarixiy an'analarimiz, muqaddas ziyoratgohlarimiz tiklana boshladi, milliy tilimiz davlat tili sifatida qabul qilinib, rivojlanishining huquqiy va mafkuraviy asoslari yaratildi. Shularning natijasida jamiyatda mafkuraviy yangilanish yuzaga kela boshladi. Ijtimoiy hamkorlik va millatlararo totuvlik, dinlararo tolerantlik vujudga keldi. G'oyaviy immunitet - shaxsning e'tiqodi, ishonchi va manfaatli qarashlariga yot bo'lgan fikr va tashviqotlarga qarshi tura olishni ta'minlovchi ma'naviy zaxirasidir. Hozirgi davrga xos g'oyaviy kurash turli usul va ko'rinishlarda namoyon bo'lmoqda. Tashviqot samarasini oshirish maqsadida nafaqat zamonaviy texnologiya, balki psixologiya fanining yutuqlaridan ham keng foydalanilmoqda. Lekin har qanday tashviqot va targ'ibot ta'sirchanligi oxir-oqibatda shaxsning ma'naviy yetukligi, g'oyaviy jihatda shakllangani uzviy bog'liqdir. Shaxsning g'oyaviy ta'sirga beriluvchanligi, avvalambor, unda g'oyaviy bo'shliqning mavjudligidan dalolat beradi. 1. Ijtimoiy-siyosiy omillar. Bu omillarning xususiyati jamiyatda sodir bo'layotgan ijtimoiy, iqtisodiy va siyosiy o'zgarishlar bilan belgilanadi. Bu guruh omillarini belgilovchi manbaalarni o'z navbatida, yana ikki toifaga ajratish mumkin. Birinchi toifaga siyo-siy va iqtisodiy sabablar kiradi va ular ma'naviy jabha shakllanishiga ijobiy yoki salbiy ta'sir ko'rsatishi ham mumkin. Masalan, jamiyatning iqtisodiy va siyosiy jihatdan yangilanish davri madaniy qadriyatlarga ta'sir etmasdan qolmaydi. Ikkinchi toifaga esa jamiyatda ijobiy mazmundagi ijtimoiy va madaniy an'analarning mavjudligi va ularni rivojlantirishga alohida e'tibor, amalda ijtimoiy adolat tamoyillarining hukm surishini ta'minlash kabilarni kiritish mumkin. Birinchi toifa omillarni boshqarish ancha mushkul bo'lib, ular ma'naviy qadriyatlar rivojlanishi uchun shart-sharoit sifatida mavjud bo'ladi.

Iqtisodiy, siyosiy sohalarida istiqbolli kelajakka ishonch ma'naviy barkamollikni rivojlantirishga ijobiy ta'sir etadi. Iqtisodiy omillar qadriyatlarni saqlab qolishga salbiy ta'sir ko'rsatgan davrda esa ijtimoiymadaniy sohani faollashtirish zarur. Bunday faollik an'analarni yanada rivojlantirishda, qadriyatlar va hayot tarzini targ'ib etishda, tarbiyaviy ishlarni kuchaytirishda namoyon bo'ladi. 2. Ijtimoiy-psixologik omillar. Inson bevosita muloqotda bo'ladigan ijtimoiy guruhlar, shaxslararo munosabatlar, shaxs yashayotgan oilaviy muhit, shaxsning rasmiy (tashkilot, muassasa) hamda norasmiy (do'stlar, yaqinlari) tarzda ijro etadigan rollari, oiladagi o'z mavqei-dan qoniqishi, shaxs yashaydigan oilaning boshqa oilalar, guruh va jamoalar bilan aloqasi kabilar ushbu guruh omillarini tashkil etadi. 3. Psixologik omillar. Shaxs sifatida iqtisodiy, shaxslararo, oilaviy va shu kabi muammolarni mustaqil tarzda hal eta olish, o'z-o'zini anglash va nazorat etishning rivojlanganligi, zo'riqishlarga chidamlilik, o'zgaruvchan sharoitga tez moslasha olish va muammoli vaziyatlarda tez yechim topa olish qobiliyati, ichki nizo va ziddiyatlarga moyillikning sustligi, motivatsiya va ehtiyojlar tizimining shakllanganligi kabi ko'rsatkichlar inson ma'naviy yetukligi shakllanishini ta'minlovchi psixologik omillardir. Yot g'oyalarga qarshi turish, avvalambor, insonning ishonch-e'tiqodi bilan chambarchas bog'langan. Shuning uchun o'z g'oyasiga ishonch tuyg'usini shakllantirishda yoshlarning hayotga bo'lgan qarashlari va e'tiqodini mustahkamlash yetakchi o'ringa chiqadi. Bunday yondashuv esa shaxs qadriyatlari shakllanishini bilish, qadriyatlar tizimiga xos bo'lgan ichki mexanizmlar faoliyatini tahlil etish zaruratini qo'yadi. Insoniyat ayni milliy hudud doirasida o'z an'ana va xulq me'yorlarini saqlaydi, ularni rivojlantiradi va keyingi avlodga o'rgatadi. Xulqning me'yoriy jihatlari, an'ana va odatlar muayyan g'oya asosida birlashadi va turli qadriyatlarda o'z aksini topadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. "Science and Education" Scientific Journal / ISSN 2181-0842 March 2022 / Volume 3 Issue 3
2. Maxmudova Z.M., Olimov L.Ya. Social Psychological Characteristics Of Psychological Defenses Manifested In Adolescents In Extreme Situations. Вестник

интегративной психологии журнал для психологов. Выпуск № 22, 2021 г. С 233-237.

3. Maxmudova Z.M., Olimov L.Ya.. Psixodiagnostika va eksperimental psixologiya. “Durdona” nashriyoti. Buxoro. 2021. -B. 600.

O'QUVCHI YOSHLARNI KASB – HUNARGA YO'NALTIRISHNING IJTIMOIY – PSIXOLOGIK ZARURIYATI

Iskandarova Zebiniso Tuyg'unovna
Buxoro viloyati Jondor tumani 20-maktab psixologi

Annotatsiya. Maqolada O'quvchi yoshlarni kasb – hunarga yo'naltirishning ijtimoiy –psixologik xususiyatlari haqida so'z boradi.

Kalit so'zlar: kasb-hunar, tarbiya, psixologik tashviqot, tarbiyaviy ta'sir.

Аннотация. В статье рассматриваются социально-психологические особенности профориентации студентов.

Ключевые слова: профессия, образование, психологическая пропаганда, воспитательное воздействие.

“Yoshlarimizning mustaqil fikrlaydigan, yuksak intellektual va ma'naviy salohiyatga ega bo'lib, dunyo miqyosida o'z tengdoshlariga hech qaysi sohada bo'sh kelmaydigan insonlar bo'lib kamol topishi, baxtli bo'lishi uchun davlatimiz va jamiyatimizning bor kuch va imkoniyatlarini safarbar etamiz”. **Sh.M.Mirziyoyev**

Kasbni mustaqil tanlash shaxs rivojlanish jarayonidir. Respublikamiz aholisining aksariyati qishloq xo'jalik sohasi bilan shug'ullanayotganligi tufayli zamonaviy kasb tarmoqlariga oid mutaxasislarni tayyorlash uchun kasbning psixologik xususiyatlari, mehnat ko'nikmalari va malakalari bilan bo'lg'usi ixtisos egalarini qurollantirish muhim ijtimoiy vazifadir. Kasb – hunarga yo'naltirishda o'quvchi yoshlarning kasbni erkin va mustaqil tanlashning ilmiy va amaliy tizimi sifarida qarash kerak. Bunda har bir

o'quvchining individual psixologik xususiyatlarini hamda xalq xo'jaligi manfaatlari nuqtai nazaridan mehnat risurslarini to'laqonli zarurligini hisobga olish kerak.

Kasb-hunar muvofiqligini ta'minlash muhim psixologik ahamiyatga ega bo'lib, o'quvchi psixologiyasini o'rganib chiqishni talab qiladi. Shunday ekan uning ichki mohiyatini barcha mehnat turlari to'g'risida bilimlar tizimini shakllantirish ,kasb-hunarga yo'naltirish, amaliy layoqat va ko'nikmalarini ijtimoiy ahamiyatli faoliyatni uddalay bilishni tarbiyalash va maskur faoliyatga ko'nikma hosil qilishni qamrab oladi .Kasb tanlashga bo'lgan yondashuv yoshlardan umumiy ish uchun faol mehnat qilishni qobiliyati va intilishlarini tarbiyalashni talab qiladi. Maktab o'quvchilarini kasb tanlashga yo'naltirish jarayonida ularni kasbiy bilim bilan qurollantirish ijtimoiy unumli mehnatga va ijtimoiy foydali munosabatlarga kirishib ketishga o'rgatish muhimdir. Bu o'z navbatida umumiy o'rta ta'lim tizimi uchun kasb - hunarga yo'naltirishninh shunday shakllarini izlab topish ni taqazo etadi. Ular ixtisoslashish ishlab chiqarish elementlarini o'z ichiga olgan bo'lishi,o'quvchilarni xalq xo'jaligi bilimlariga boyitish ,kasb tanlashga oid bilimlar bilan kasbning ijtimoiy iqtisodiy ,tabiiy jihatlari bilan tanishtirilishi lozim.

Shu bois, uzluksiz kasb – hunarga yo'naltirish ishlarini tashkil qilishning oqilona usul va vositalarini amaliyotga tadbiiq etish, o'quvchi - yoshlarni kelajakda mehnat unumdorligini oshirishning samarali usullaridan foydalanishga o'rgatish, hozirgi bozor iqtisodiyoti sharoitida har bir yosh avlodning jamiyatda o'z o'rnini topishiga xizmat qiladi.

Bunda inson omili va uni hozirgi davrda ishlab chiqarishda hisobga olish mehnat samaradorligini oshirish, kasb mahoratini takomillashtirish uchun n negiz bo'lib hisoblanadi va jamiyat taraqqiyoti uchun xizmat qiladi. Ijtimoiy taraqqiyotni ro'yobga chiqarish uchun mamlakatda yuqori malakali mutaxasislarni tayyorlash va va ularni jahon standartlari darajasiga ko'tarmoq lozim.

Yuqoridagilardan kelib chiqib, o'quvchiyoshlarga ta'lim berish jarayonida bilim, ko'nikma va malakalar berish bilan bir qatorda uzviy holatda tarbiya berish masalasini unutmazlik zarur. Dars jadvali bo'yicha o'qituvchi sinf xonasiga kirib borarkan, uning oldidagi vazifa faqatgina o'quv rejada ko'rsatilgan talablarnigina bajarish emas, balki

qo'shimcha ravishda tarbiyaviy tushunchalarni o'zi shaxsiy o'rnak bo'lgan holda berib borishi kerak.

Ko'p bora ta'kidlanayotgan ajdodlar merosi, uning ahamiyati, yoshlarga yetkazish masalalari, o'quvchilarning qabul qilish darajasi pastligi, ta'lim sifatini yana yuqori notaga ko'tarish holatining sustligi masalalari bugungi kun ta'lim jarayonining qaysidir ma'noda kichik, lekin yechimini tezkorlik bilan topishi zarur bo'lgan dolzarb muammo sifatida mavjud bo'lib kelmoqda.

Fan va texnikaning bugungi kun taraqqiyotiga javob berishi uchun yuqori saviyali, bilimdon, o'z kasbinig fidoiy kishisini kamol toptirish orqali davlatimizda bozor iqtisodiyotiga bardosh beradigan raqobatbardosh mahsulotlar yaratuvchi kasb egalarini tarbiyalash mumkin. Toki ular davr talablariga og'ishmay javob beradigan, qiziqishi keng, malakasi mustahkam, xotirasi barqaror, fikr yuritishi puxta, izlanuvchan, mehnatsevar, vatanparvar, iymon-e'tiqodli insonlar bo'lib voyaga yetishsin.

Shuni alohida ta'kidlab o'tish kerakki, o'rta maktab o'quvchilarining hammasi kasb tanlashga kelganda oqilona va to'g'ri yo'l tuta olmaydi. Ulardan ba'zilari tavakkaliga ish tutsalar, ayrimlari ota-ona kasbini tanlaydilar. yoki ko'zga tashlanib turgan yaqqol na'munalarga taqlid qiladilar, goho sevimli kishilari izidan borishni maqsad qiladilar.

Ma'lumki kasbiy tashxis metodlari yordamida o'quvchilaning qiziqish va moyilliklari, aniqlanib ularga kasb – hunar maktablariga yo'naltiriladi. Shunday ekan kasb tanlash faoliyatini oqilona tashkil etish uchun mamlakatimiz qaysi sohada mutaxasislarga muhtojligini nazarda tutish, va shunga yarasha maktab o'quvchilarini intilishi, qiziqishi, imkoniyati, aqliy jismoniy qobiliyatlariga qarab hamda u yoki bu kasbga yaroqliligini aniqlab, so'ngra kasbga yo'naltirish kerak.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Sh.Mirziyoyev. Tanqidiy tahlil, qat'iy tartib – intizom va shaxsiy javobgarliklar bir rahbar faoliyatining kundalik qoidasi bo'lishi kerak.2017 yil 14 yanvar 102-104-b.

2. Sh.Mirziyoyev. Qonun ustuvorligi va inson manfaatlarini ta'minlash – yurt taraqqiyoti va xalq farovonligining garovi.2016 yil 7 dekabr 40-42b
3. Oripov M., Haydarov A. Informatika asoslari.-T.: «O_qituvchi», 2002 y.
4. Abduqodirov A., Xaitov A., Rashidov R. Axborot texnologiyalari.- T.:2007
5. Karimova V., Nishonova Z. Mustaqil ijodiy fikrlash va shaxsning hissiy, irodaviy va intellektual hislatlari orasidagi bog'lanish. // Xalq ta'limi, 2001.

OTA-ONANING BOLA TARBIYASIGA PSIXOLOGIK TA'SIRI

Tajiddinova Muqaddas Abidjanovna
Sergeli tumani 300-IDUM psixologi

Maktab ostonasiga oyoq qo'yish har bir inson uchun nihoyatda katta hayotiy burilishdir. Mana shu davrdan boshlab bolalikning eng beg'ubor onlariga bir qadar cheklanishlar kirib keladi. Endi bola oilada nafaqat oilaviy ba'zi burchlarni, vaholanki, o'z shaxsi uchun zarur bo'lgan xususiy vazifalarni bajarishi shart davrga o'tadi. Bu bilan uning oiladagi roli bir qarashda kamayganday emas, aksincha ko'paygan bo'ladi. Ya'ni u o'z obro'sini endi nafaqat oila a'zolari o'rtasida, aksincha, jamiyat o'rtasida oila obro'sini o'z shaxsiy harakati bilan himoya qilish davri boshlanadi. Ruhiiy muhiti sog'lom oila a'zosi bo'lgan bolaning birinchi bor maktabga borishi qanchalik hayajonli bo'lmasin bola uchun jiddiy qiynchiliklar tug'dirmaydi. Chunki maktabda o'qituvchi hamma bolalarga bir ko'z bilan qaraydi. Oilada ham bolaga maktabga borganligi munosabati bilan alohida erkatoyga qarash qilmasdan, maktab uning o'zi uchun kerak bo'lgan burch, sifatida qaragan ma'qul. Chunki, mana shunday qaralgandagina bola uy vazifalariga, maktabda berilgan topshiriqlarga shaxsiy burch sifatida qarashga o'rganib boradi. O'zini hurmat qilmaydigan shaxs boshqalarni ham hurmat qilmaydi. O'z burchini sezgan shaxsda esa o'z shaxsiga hurmat tuyg'usi tobora ortib yaxshi shakllanadi. Hammamizga ma'lum tushuncha, ya'ni o'zini hurmat qilmaydigan shaxs boshqalarni hurmat qilishni bilmaydi. Bu o'rinda tarbiyaning, maktab va oila tarbiyasining bola shaxsiyatiga bir yo'nalishda mutanosib olib borilishi jiddiy e'tiborga

molik. Biz kattalar bu nomutanosiblikni sezmay ham o'tishimiz mumkin. Ammo bola qalbi hali o'ta musaffo bo'lganligidan unga talab, tushuncha, qoida yoki oddiy bir so'z va hokazo birinchi bor qanday yozilsa yoki aytilsa u o'zi uchun shunday tushuncha hosil qiladi. "Maktabda chopish mumkin emas". Oddiy tushunchalar ham har kimda har xil tezlik va quvvatda iz qoldiradi. Bu hodisa birinchi o'rinda insonning shaxsiy xususiyat, qobiliyat va yoshi bilan bog'liq bo'ladi. Mana shu o'rinda biz birinchi bor shu paytgacha bola, deb aytib kelgan tushunchani ikkiga ajratishimiz lozim bo'ladi, ya'ni qiz bola va o'g'il bolaga. To'g'ri, farzand tug'ilgandan boshlab oilada uning jinsiga qarab muomala qilinadi va bu bilan jinsiy tarbiya oilada boshlab yuboriladi. Ammo boshlang'ich maktab yoshiga kelib ayniqsa, ikkinchi, uchinchi sinflarda bolalarning jinsiy farqi ko'payib boradi. Buni oilada alohida hisobga olinsagina oilaviy ruhiy muhitga putur yetmagan bo'ladi va oila a'zolari oilaviy holatda o'zlarini erkin sezadi. Xalqimiz orasida qadimdan bu narsaga e'tibor berilgan. Shuning uchun ham qiz bola yoshlikdanoq oilada yordamchi sifatida ko'zga tezroq tashlangan, uning sho'xliklariga, akasi yoki ukasini tejab-tergashlariga «qiz bola-da», deb kattalar uni oldinroq sezishgan. Xalq, ko'pchilik sezgan bu oddiy tushunchaning tagi uzoqqa ketadi. Ruhshunoslarning fiziolog, medik, pedagog va boshqa mutaxassis olimlarning kuzatishlardan kelib chiqib aytishlari shuni bildiradiki, qiz bolalar o'g'il bolalarga qaraganda maktabning boshlang'ich 1 – 3 sinf davrida faolroq bo'lib, o'g'il bolalarni o'sish va ulg'ayishda ortda qoldiradi. Qiz bolalarning bunday tabiiy faolligini oila a'zolari albatta bilishlari kerak. Bu hol alohida e'tiborga olinsa, oilada shaxslarning o'rni va xususiyatlari to'liq hisobga olingan bo'lib ruhiy muhiti ijobiylashib boradi. Aks holda qiz bolaning sho'xliklariga noto'g'ri baho berilgan bo'ladi. Qiz bola sho'xlikda ayblanib, o'g'il bola nafaollikda salbiy baholanishi mumkin. Boshlang'ich sinf, ya'ni olti – to'qqiz yoshli bolalar maktabgacha yoshdagi qiliqlarini endi takrorlashmaydi. Yosh bola o'jarlik qilib piyolani otib yuborishi mumkin, bu holda u piyolaning sinishini o'ylab ham o'tirmaydi. Ammo bunday ishni boshlang'ich sinf bolasi qilmaydi. U endi bunday qiliqni o'ziga ep ko'rmaydi, chunki atrof, boshqalar uning bunday harakatiga qanday baho berishini u biladi va shundan uyaladi. Bu o'rinda insonni jamiyat orasida shaxs sifatida shakllantiruvchi eng katta tuyg'ulardan biri, mana shu keng ma'nodagi

ijtimoiy tushuncha bo‘lmish, boshqa jonzotlar orasida uchramaydigan uyat ekanligini bilishimiz va unutmashimiz kerak. Oilada bolani izza qilmang! Oilada bolani hech vaqt uyaltirmaslik va izza qilmaslik lozim. Har qanday inson boshqalar oldida uyalishni, uyalganlikni og‘ir esdan chiqaradi. Ko‘pchilik orasida izza bo‘lganligini bir umr esdan chiqarmasligi mumkin. Shunday ekan, oilangizda ruhiy muhit sog‘lom bo‘lsin desangiz bolangizning hozirgina qilgan noo‘rin, xato, adashilgan, anglashilmovchilik yuzasidan, uning tajribasizligidan kelib chiqqan hatti-harakatini qoralab uni jazolab o‘tirmang, ayniqsa voqeani yuziga solib izza qilmang. Shu borada agar bu voqeadan uning biror tanishi voqif bo‘lishi xavfi bo‘lsa, kechinma yanada kuchliroq tus olishi mumkin. Bolani xato bo‘lishi mumkin bo‘lgan ishlardan ogohlantirib tarbiyalab borsangiz uning oiladagi o‘rnini kamsitmagan bo‘lasiz. Piyola bolangizning qo‘lidan tushib ketib singanda emas, bu piyola sinib bo‘ldi, undan ko‘p vaqt ilgari ish buyurganingizda «ehtiyot bo‘l, sinib qolmasin», degan tarbiyaviy so‘zlardan boshlang. Bola o‘z irodasi bilan kunduz maktabda buyurilgan ishlarni bajarishga o‘rgansa, kechqurun ishdan qaytganingizdan keyin siz uni dars tayyorlashga o‘tirishga majbur qilishingizga o‘rin qolmaydi. O‘z burchini bajarishga majbur qilingan oila a‘zosining oilada ruhiy o‘rni boshqalar bilan barobar bo‘lishi mumkin emas. O‘z burchini majburan qilib o‘rgangan bola mustaqillikka o‘rganmaydi. Vaholanki, shunday ekan biz hammamiz o‘z bolamizning mustaqil bo‘lishini juda-juda kutamiz va mustaqillikka o‘rgatib boramiz. Mustaqil, o‘zini o‘zi tejab-tergashga o‘rganib borgan bolagina o‘z hayotini to‘liq ta‘min qilib boradi. Agarda bolaga doim uning ruhiy va amaliy ishlarini ko‘rsatib, ularni bajarishga majbur qilib borsangiz bu holda oilada notenglik yuzaga keladi va oila a‘zolari o‘rtasida notenglik bo‘lgan holda ruhiy muhit sog‘lom bo‘lmaydi. Shunday ekan bolangizning biror holda o‘z vazifalarini bajarmaganligini ko‘rsangiz albatta majbur qilishga shoshilmang. U o‘z vazifasini bajarmaganligidan oila a‘zolari, o‘rtoqlari, sinfdoshlari oldida biror marta xijolat cheksa, uyalsa, ayniqsa o‘ziga kerak bo‘lgan narsani bilmasdan, o‘sha narsaga zarurat sezib uni topolmay qolsa boshqa bunday qilmaslikka o‘rganadi. Chunki uyat, insonning o‘z oldida o‘zining uyalishi yaxshi ma‘noda insonni o‘zlikka olib boradi.

Oilaviy munosabatlarni yaxshi yo`lga qo`yilgan bo`lishi juda katta hayotiy ahamiyatga ega bo`lgan omildir. Bunda birinchi navbatda muloqotning samimiyligi muhim rol o`ynaydi. Ba`zi oilalarda bolalarning kattalar oldida o`zini muntazam so`roq qilinayotgandek yoki hisobot berayotgandek his qilishlari, bolani ota – ona oldida havotirlanish darajasini muntazam yuqori bo`lishi, bolalarda aybdorlik hissini chuqur singdirilganligi, bola shaxsini haqorat qilib kamsitish orqali uning o`z-o`ziga beradigan bahosini pasaytirish, o`ziga bo`lgan ishonchini yo`qotishga olib keladi.

Xalqimizda bir gap bor: oshsiz uy bo'lishi mumkin, lekin nizosiz uy bo'lmaydi. Faqat, nizoning nizodan farqi bor. Bu haqda quyida batafsil to`xtalib o`tamiz. Oilaviy nizolarning eng xarakterlilaridan biri bu er va xotin o`rtasidagi nizolardir. Xo'sh, eng ezgu niyatlar bilan bir-birlarini sevib oila qurgan yoshlar nega oila qurishgandan keyin ularning o`zaro munosabatlarida nizo-janjallar ro'y beradi? Ular nima uchun urushadilar? Umuman er-xotinlik hayotida nizolarsiz, urush-janjallarsiz ham yashasa bo'ladimi? Bu kabi savollarni yana ko'p davom ettirish mumkin. Haqiqatdan ham ilk bolalikdanoq ko'plab ertaklar eshitib, keyinchalik o'zlari ham ularni turli kitoblardan o'qib o'sgan yoshlar o'zlarining bo'lajak oilaviy hayotlarini adekvat tasavvur eta olishlari mushkul. Chunki ertaklarda ham, kinofilmlarda ham qahramonlar bir-birlariga yetishgunlariga qadar ne-ne mashaqqatlarni, zahmatlarni boshlaridan kechirib, bu yo'lda duch kelgan qora kuchlarni yengib, oxir-oqibatda visolga erishadilar, el-u yurtga «qirq kecha-yu qirq kunduz to'y berib, murod-maqsadlariga erishadilar».

МАКТАБ ЎҚУВЧИЛАРИ ЎРТАСИДА ЮЗАГА КЕЛАДИГАН НИЗОЛАРНИ ОЛДИНИ ОЛИШ - ТАЪЛИМ САМАРАДОРЛИГИНИНГ ОМИЛИ СИФАТИДА

Ахмедова Фазилатхон Рахмонберди қизи
Сергели тумани 300-ИДУМ психологи

Сўнгги йилларда шахслараро низолар муаммосига илмий қизиқиш сезиларли даражада ортди. Бу асосан жамиятда замонавий низолар умумий даражасининг ошиши билан боғлиқ ҳолда юзага келишини психологлар томонидан низоларнинг туб моҳияти ва уларни бартараф этиш билан боғлиқлиги ўрганилган. Замонавий психологларнинг изланишларига таяниб, таълим муассасаларида низоли вазиятларнинг психопрофилактикаси ва уни тартибга солиш технологиялари ишлаб чиқилмоқда. Айнан таълим муассасаларидаги низоларни конструктив тарзда ҳал этишнинг асл сабаби шундаки, низоли вазиятларда ҳар бир ўсмир учун характерли бўлган хатти-ҳаракат усуллари шахс шаклланишининг дастлабки босқичларидан бири бўлган, ўқувчилик даврига тўғри келиб, уни ижтимоий муносабатларнинг кенг тизимиغا кириш, ўзини ва атрофдагиларнинг хатти-ҳаракатини англаши жараёнида шакллана бошлайди. Ўқувчиларнинг бошқалар билан ўзаро алоқаси, низоларнинг психопрофилактикаси ва уларнинг самарали ечимини ўзлаштиришлари, яъни низоли вазиятларда ўзини тутиш маданияти бутун умри давомида юзага чиқиб, босқичма-босқич кечиш характерига эгаллигини англашиб, ўқувчиларнинг ижтимоийлашуви жараёнининг асосий бир қисмига айланади.

Кўпинча, ўсмирлар билан юзага келган низолар уларнинг ички зиддиятлари, ёш хусусиятлари ҳамда болалиқдан катталиқка ўтиш даврида учраб турувчи инфантилизм (болаларча хатти-ҳаракатлар) каби хусусиятларининг намоён бўлиши билан кечади. Аксарият, бу низолар таълим тизимида ўқитувчи- ўқувчи муносабатларини қамраб олиб, кўзга ташлансада, оилавий шахслараро муносабатларда бу ота-она ва яқинлар билан юзага келган муайян зиддиятларни ҳам назардан қочирмаслик мақсадга мувофиқдир.

Умуман олганда, ўсмирлар ўртасидаги низолар мураккаб психологик структурага эга бўлган жараён эканлигини ҳисобга олиб, уларни ҳар томонлама, психологик, социологик, физиологик, тиббий ҳамда ҳуқуқий жиҳатдан тадқиқ қилиш долзарб ҳисобланади. Айниқса, таълим тизимида педагогик-психологик таъсирлар орқали низоли вазиятларни ҳал қилишнинг конструктив моделини ишлаб чиқиш ва амалиётга тадбиқ этиш соҳа мутахассисларини олдида турган муаммолардан бири десак муболаға бўлмайди.

Ўсмир шахснинг ички зиддияти асосан ташқи дунё билан ўзаро шахслараро муносабатлар асносида юзага чиқиб, шахснинг ўз эҳтиёжлари, мотивлари, манфаатлари, мақсадлари ҳамда қадриятлари кураши билан тавсифланади. Натижада, шахслараро низолар моҳиятидан келиб чиқиб, айримлари конструктив тарзда ҳал қилинса, баъзилари уни шахсга таъсири ҳамда оқибатлари ҳисобига деструктив кўринишни касб этади.

Шуни айтиш ўринлики, зиддиятлар инсон ўзи хоҳламасада объектив ва субъектив сабабларга кўра ҳаёти давомида юзага келади, жумладан, ота-она ва фарзандлар, тенгдошлар, ўқитувчилар ва бошқалар иштирокида юз бериб, натижада зиддиятлар барча иштирокчилар томонидан оғриқли тарзда бошдан кечирилади. Оқибатда, улар кўпинча, шахслараро муносабатларнинг бузилиши, стресс ва депрессия ҳолатлари, психосоматик касалликлар каби комплекс бузилишлар кўринишида кечади. Шу боис жамиятда устунлик қилаётган низоларга нисбатан салбий қарашлар узоқ вақт давомида сақланиб қолишлиги билан тадқиқотчиларни қизиқтириб келган.

Шахслараро низоларга оид мабаалар таҳлил қилинган адабиётларга назар ташлаганимизда, психологияда кўпроқ низоларнинг турли жиҳатлари ўрганилганки, бу тушунчалар ҳар бир педагогнинг ўқувчиси, ота-онанинг фарзандлари, тенгдошларни ўзаро жамоасида юзага келадиган низоларни ўз вақтида олдини олиш ва конструктив тарзда ҳал этиш заруриятининг кенглиги билан аҳамиятли ҳисобланади.

Шахслараро муносабатлар тизимидаги низоларнинг ўзига хослик жиҳатларини рус тадқиқотчиларидан бири А.Г. Здравомислов таҳлил қилиб,

“конфликт - бу жамиятдаги одамларнинг ўзаро таъсирининг энг муҳим томони, ижтимоий ҳаётнинг ўзига хос хужайрасидир. Бу ижтимоий ҳаракатнинг потенциал ёки субъектлари ўртасидаги муносабатларнинг бир шакли бўлиб, унинг мотивацияси эса қарама-қарши қадрият ва меъёрлар, манфаат ва эҳтиёжлар билан шартланган”, дея таъкидлайди.

Шу ўринда алоҳида таъкидлаш жоизки, мактаб ўқувчиларининг фаолиятларини конструктив тарзда йўналтириш, аниқроқ қилиб айтганда шахслараро муносабат доирасида юзага келадиган низолар ечимини энг мақбул, яъни бошқалар ҳамда шахснинг ўзи ҳам зарар кўрмайдиган ҳолда ҳамжиҳатлик билан енгиш, нафақат ўзининг, балки қарама-қарши томоннинг ҳам эмоционал барқарорлигини таъминлаб беради. Акс ҳолда М.С Мириманова келтирганидек, шахснинг салбий ҳис туйғуларини вужудга келишига, шунингдек, тадқиқотимиз объекти бўлган мактаб ўқувчиларининг ўқув фаолиятини тўғри ва мазмунли ташкиллашига ҳалақит берувчи асосий детерминантга айланишлиги ҳеч кимга сир эмас. Шунга кўра биз, асосан тадқиқотимизда зиддиятни омилкор ҳал қилиш услубига қаратилган позицияга эътибор қаратамиз, чунки у ўқув фаолиятини тўғри ташкил этувчи асосий омил ролини ўйнайди. Ачинарли томони шундаки, мактаб ўқувчилари ўртасидаги шахслараро низоларни кечилиши кўриб чиқиш алоҳида эътиборга моликдир, чунки бу даврда онгли хулқ атвор услуби ва бошқалар билан ўзаро муносабатлар ривожланади. Шахслараро низолар муаммосининг ривожланиши оқибатида, ўқувчиларнинг индивидуал ва жамоавий тарздаги салбий хатти- ҳаракати авж олиши кутиладигани, оқибатда, ўқитувчилар талабларига бўйсунмаслик, ўқитувчиларнинг айрим ҳаракатларига тақлид қилиш, турли лақаблар қўйиш, уларнинг айрим камчиликларини масҳара қилиш, уй вазифаларини бажаришдан бош тортиш каби ҳаракатларнинг намоён бўлишида кўринади. Ёхуд гуруҳ аъзолари билан турли тортишувлар, тўқнашувларнинг юзага чиқиши билан тавсифланади. Айниқса, шахслараро низоларнинг яққол намоён бўлиш босқичи асосан ўсмир ёшдаги ўқувчилар шахсида ва синф жамоаси хатти-ҳаракатларида кўпроқ кўзга ташланади. Натижада, ўқувчи таълим

жараёнига зарар етказувчи таъсирнинг объекти бўлиб, вақти-вақти билан низоларни бошлаб юборади ва ўқув жараёнини амалга оширишга халақит беради.

Тадқиқотимизда Д. Б. Элькониннинг ўсмирни етакчи фаолияти сифатида тенгдошлари билан мулоқоти асосий фаолият тури эканлиги тўғрисидаги қарашлари алоҳида таҳсинга эга бўлиб, бунда муаллиф тенгдошлар гуруҳига қўшилиш ўсмир ижтимоийлашувининг асосий усулига айланмоқда, деб ҳисоблайди. Мулоқот жараёнида шахслар ўртасидаги муносабатларнинг асосий вазифалари шундан иборатки, бунда мотивлар, меъёрлар устунлик қилиб, мотивацион-эҳтиёж соҳасининг ривожланишига асос бўлиб хизмат қилишлигини келтириб ўтади.

Аксарият, ўсмирлар ўртасида юзага келадиган шахслараро низоларнинг келиб чиқиши ота-оналар билан бирга, тенқурлари орасида бўлган муносабатларда тўлиқ қондирилмаган эҳтиёжлар натижасидир десак муболаға бўлмайди. Шунга асосланиб, биз мактаб ўқувчилари томонидан юз берадиган зиддиятли вазиятларни ҳал қилишда улар ёрдамга муҳтож деган хулосага келишимизга, ўқувчилар ўртасида мавжуд низоларни психологик тадқиқ қилишимизга, шунингдек, профилактик ва психокоррекцион ишлар тизимини ташкиллашимизга асос бўлиб хизмат қилади.

Юқорида келтирилган шахслараро низоларни келиб чиқишига сабаб бўлувчи мулоқотнинг салбий жиҳати, ўсмир шахсининг фазилатлари, ақлий функцияларини шаклланишига таъсир ўтказиб, ижтимоий меъёрлар ҳамда кадриятларни ўзлаштириш ва умуман барча ижтимоийлашув жараёнида бузилишларни келтириб чиқаради. Бизнинг фикримизча, бундай ҳодисаларнинг олдини олиш учун ўсмирларнинг коммуникатив ва ижтимоий-психологик мавқеини ошириш, бошқалар билан шахслараро ўзаро муносабатларнинг конструктив моделлари ва усулларини шакллантириш, айниқса, зиддиятли вазиятларда муҳим ўринни эгаллайди.

МАКТАБ О'QUVCHILARINI KASB-HUNARGA YO'NALTIRISHDA MAHALLA VA MAKTAB PSIXOLOGI HAMKORLIGI

Karimova Yoqutxon Muhammadjonovna
Namangan viloyati Chust tumani 21-maktab psixologi

Annotatsiya. O'sib kelayotgan yosh avlodni kasbga yo'naltirish davlatimiz, siyosatimiz oldida turgan ustivor masalalardan sanalib kelingan. Mazkur jarayonni amalga oshirish uchun farzandlarimizning ota-onalari hamda ta'lim muassasalarining o'rni va u yerda faoliyat olib borayotgan o'qituvchilar hamda amaliyotchi psixologlarning faoliyati katta ahamiyatga ega.

Ushbu maqolada o'quvchilarni kasbga to'g'ri yo'naltirishdagi mavjud muammolar, amaliyotdagi kamchiliklar, ularni bartaraf etish yo'llari haqida qisqacha fikr yuritilgan.

Kalit so'zlar: to'g'ri kasb tanlash, axloq, omil, texnologik ta'lim, hamkorlik, fanlararo aloqadorlik, o'z-o'zini baholash, kitobxonlik, stress.

Maktab o'quvchilarining kasb-hunar egallashdagi muammolari, qiyinchiliklarining oldini olishda birinchi navbatda oiladagi to'g'ri tashkil qilingan intizom muhim ahamiyatga egadir. Aksariyat oilalarda ota-onalar farzandning ma'naviyati, axloqi, bilimi bilan qiziqmaydilar. Ular farzandni moddiy tomondan ta'minlashnigina o'z burchlari deb biladilar. Ota-onalarning farzandga e'tibori quyidagi omillarda ko'rinadi:

1. Ustozlar bilan aloqa o'rnatish;

Bu o'quvchining ta'lim jarayonini nazorat qilish barobarida oiladan tashqaridagi atvoridan boxabar bo'lish imkonini beradi.

2. Bolaning do'stlari haqida suhbatlashish;

3. Oilada kitobxonlik muhitini yaratish, oila kutubxonasini tashkil qilish;

4. Farzandga to'g'ri maqsad qo'yishda yordam berish va uni tanlagan yo'li sari rag'batlantirish;

Bu jihatdan ota-onalarning o'zlari bilan ishlash ham juda muhim. Tabiiyki, mazkur vazifa maktab psixologi faoliyati doirasiga sig'maydi. Demak, mahalla

tomonidan alohida shtat tashkil qilinishi kerak. Mahalla psixologi har bir ko'cha aholisi uchun belgilangan tartibda majlislar tashkil qilishi, farzandni tushunish, to'g'ri yo'naltirish va muammoli vaziyatlar yuzasidan tavsiyalar berish, namunali shaxslar nutqini tashkil qilish, notinch oilalar bilan ishlashni maqsad qilib qo'yadi.

Aksariyat o'zlashtirishi past yoki xatar guruhiga mansub bolalarning oilasi notinch bo'lishi tajribalar orqali bizga ma'lum bo'lib, ota-onalar farzand bilan deyarli qiziqmaydilar. Ba'zan esa modddiy tashvishlarning bir qismini voyaga yetmagan bola gardaniga yuklab qo'yadilar. Bunday o'quvchilar bilan so'rovnoma o'tkazilganda ularning o'z tengdoshlariga nafrat bilan qarashi aniqlangan. Gap shundaki, o'smir yoshidagi bola hali bunday qiyinchiliklarga tayyor bo'lmaganligi sababli unda davomiy stress holati paydo bo'ladi va bu atrofga xolis munosabat bildirishga to'sqinlik qiladi. Endi u "baxtli" tengdoshlaridan nafratlana boshlaydi.

Demak, bunday jiddiy vaziyatlarni hal etishda mahalla maktab psixologlari bilan hamkorlik o'rnatib, oila muhitini isloh qila olsa, boladagi ruhiy zo'riqishlar hamda uning natijasida kelib chiqadigan nosoz tarbiyaning oldi olingan bo'ladi. Chunki farzand 80% tarbiyani o'z oilasida olishi mutaxassislar tomonidan isbotlangan.

Bolani kasbga yo'naltirishdagi muammolar ham aynan oila muhitiga borib taqaladi. Ota-onalarning ko'pchiligi farzandining 11-sinfgacha bo'lgan vaqtda oladigan bilimiga sayoz diqqat qiladilar. Ular bilan suhbat uyushtirilganda, 9- sinfdan 11-sinfgacha bo'lgan davrlarda qo'shimcha mashg'ulotga berishlarini aytishadi. Birinchidan, bola 6 yilga mo'ljallangan ma'lumotni bir necha yilda o'zlashtira olmaydi. Ikkinchidan, bu holat maktabda beriladigan ta'limga hurmatsizlik hisoblanadi. Bundan tashqari o'quvchining 5-sinfdan 8-sinfgacha bo'lgan davri chinakam axloqiy va ta'lim jarayonlarini qabul qilishda juda muhim davr bo'lib, ayni vaqt bolaning o'z kasbini tanlashi davridir. Ana shu muhim davrda o'quvchi ikki toifa (maqsadlilar va maqsadsizlar) ga ajraladi. 9- sinfdan boshlab har qaysi guruh o'z yo'nalishi bo'yicha keta boshlaydi. Endi o'smirni boshqa doiraga o'tkazish nihoyatda mushkul. Shu sababli o'quvchilar 5-8- sinf davrida ota-ona yo'l-yo'rig'i va ustozlar tavsiyasiga muhtoj bo'lishlarini hisobga olgan holda ularga yordam berish maqsadida mutaxassislar (psixologlar, vrachlar, pedagoglar va turli xil kasblar)ning maslahatlari va tavsiyalari

asosiy omillardan biri bo'lib xizmat qiladi. Bu davrdagi o'smir yoshlarning kasb tanlashida nihoyatda e'tiborli bo'lish kerak. Mazkur vaziyatda bolani to'g'ri yo'naltirish yuzasidan ota-onalarga quyidagi tavsiyalarni havola etamiz:

1. Bolani tanqid qilishdan tiyilish. Tanqid uning bor imkoniyatlarini ham yo'qqa chiqaradi. O'ziga bo'lgan ishonchini pasaytiradi. Ishtiyoqini yo'qotishga olib keladi.
2. O'qish va jismoniy faoliyatdagi harakatlarini rag'batlantirish.
3. Ishonchni namoyon etish.
4. Maqsad sari muntazam motivatsiya berish.
5. Farzandga bo'lgan mehrni namoyon etish. Bolani bag'riga bosish orqali unga kata miqdorda energiya berish mumkin. Bu odat mehr-oqibat rishtalarini ham yuqori darajada mustahkamlaydi.

Shunday qilib, o'quvchining ta'lim-tarbiyasi oilaviy va maktabdagi muhitga bog'liq ekanligini hisobga olgan holda maktab – oila – mahalla uchburchagi asosida faoliyat olib borish samarali natijalarga olib keladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. M.F.Ziyayeva “Kasbga qiziqish va kasb tanlash” Kasb hunar ta'limi j., 2001y 5-son., 15-17 b
2. J.A.Po'latov “Kasb hunar kollejlarning xatar g., 2014y 14-22 b

ERTAK TERAPIYA ORQALI BOLAGA TASIR ETISH USULLARI

Atajanova Dilorom Mo'minovna
Qaroqolpog'iston Respublikasi Xo'jayli tumani 28-maktab psixologi

Annatsiya: Ushbu maqola zamonaviy psixologiyada bola bilan ishlashda keng foydalaniladigan psixokorreksion metod – ertak terapiyasi haqida.

Kalit so'z. Ertakterapiya bu bolani ertaklar orqali tarbiyalash va davolash metodidir. Ertakning maqsad va vazifalari Ertakterapiya bolaga nima beradi

Ertakterapiya bu bolani ertaklar orqali tarbiyalash va davolash metodidir.

Ertakterapiya atrof-muhit bilan o'zaro munosabatni mukammallashtirish hamda emotsionalbuzilishlarni to'g'rilashda foylaniladigan usuldir.

Ertaklar bolaga umid beradi. Bola qanchalik Yangi yil kechasi sovg'a olib keladigan Qorboboga ishonsa, u shunchalik hayotga optimist ko'z bilan qaraydi. Ertaklar orqali biz bolani tarbiyalaymiz, uningichki dunyosini boyitamiz, qalbini davolaymiz, hayot haqida bilib beramiz, xayolini o'stiramiz.

Haqiqiy ertakning asosiy belgisi bu - uning yaxshilik bilan tugashidir. Bu bolaga psixologik himoyalanganlik tuyg'usini beradi. Ertaklarda nimaiki sodir bo'lmasin, yaxshilik bilan yakun topadi, ertak qahramonlarining boshiga tushgan barcha sinovlar ularni yanada kuchli va aqlli qiladi. Boshqa tomondan, bola yomon xatti-harakatlarni amalga oshirgan qahramonlarning, albatta, qilmishlariga yarasha jazo olishlarini ko'radi. Barcha sinovlardan mufaqqiyatli o'tgan, o'zining barcha ijobiy xislatlarini namoyon qilgan qahramonlarning esa albatta mukofotlanishiga amin bo'ladi. Ana shunda hayotning asosiy qonuni yaqqol ko'rinadi: Sen hayotga qanday munosabatda bo'lsang, u ham senga shunday javob qaytaradi.

Korney Ivanovich Chikovskiy shunday yozgan edi: „ Menimcha ertakning maqsadi bolada birovning g'am-tashvishi uchun qayg'urish, o'zganing shodligi uchun xursand bo'lish, begona insonning taqdirini xuddi o'ziniki kabi boshdan o'tkazish kabi insoniylikni qanday bo'lmasin tarbiyalashdan iboratdir“. E'tibor bering-a, bu yerda ikki insonning o'zaro bir-birini tushunishi, bir-biriga g'amxo'rlik qilishi haqida gap bormoqda.

Ertaklarga o'z ijodida jahon psixologlaridan E.Fromm, E.Bern, E.Gordner, I.V.Vajkov, M.Osorina, E.Lisina kabi psixologlar murojaat qilganlar.

Ertaklardan bolalar adolat va adolatsizlik haqida o'zlarining ilk tasavvuriga ega bo'ladilar. Ertak bolaning murakkab hayotiy muammolarini hal qilish usullarini ongida saqlab qolishga va qayg'urishgamajbur qiladi. Bunda hayotga qarama-qarshi kuchlarning to'qnash kelishi va ularni hal qilish borasidagi tajriba ortib boradi hamda ijodiy tasavvur rivojlanadi.

Aynan xotira bilan uyg'ulashgan tasavvur bolaga hayotda shu kabi muammolarga duch kelganda qisqa vaqt ichida to'g'ri va samarali yechimni topishga imkon

beradi. Ertak esa qahramonlarning xatt-harakatlarini misli ko'rilmagan holatlarda aks ettiruvchi, ammo bolaning xotirasi va ongiga eng asosiy, ba'zan esa ilojsizdek tuyulgan, qiyin holatlarning ham baribir yechimi bor, degan tushunchani singdiruvchi hayotning o'zidir. Hayotda boshi berk ko'chalar bo'lmaydi. Ko'pincha inson shunchaki, ulardan chiqib ketishga tayyor bo'lmaydi.

Ertakterapiya bolaga nima beradi?

1. Ertakterapiya yordamida xayol, ijodiy tasavvur rivojlanadi, ko'ngil xotirjamligiga erishiladi.
2. Bola o'zgar xatti-harakatlarini tahlil qilishni va bu bilimlarini o'z xatti-harakatlarida qo'llashni o'rganadi.
3. Guruhdagi muloqot orqali ishtirokchilar o'rtasida kommunikativ aloqa o'rnatiladi.
4. Ertakterapiya kattalarga ham o'z fobiya, qo'rquvlarini yengishga yordam beradi, ulardagi agressivlik va xavotirlikni kamaytiradi.

Ertaklar orqali biz bola qalbidagi muammolarni ochishimiz va yechishimiz mumkin. Bunday ertaklar terapevtik ertaklar deb nomlanadi.

Ko'pincha ertaklar kechqurun uyquga yotishdan oldin aytiladi, sababi bola bu paytda tinch bo'lib, bu aynan unga ta'sir o'tkazish uchun qulay paytdir. Shuning uchun kechqurun yaxshilik bilan tugaydigan pozitiv mazmunli ertaklar aytib berish kerak. Shuningdek, oila davrasida, kattalarning muhokamasi bilan tinglangan ertaklar muammoni hal qilishga, korreksiyalashga zamin yaratadi. Ertaklar bolani ulg'aytiradi. Birinchi navbatda ertakni bolaga bajonidil aytib bermoq lozim, shunda xalq ijodidan bola ko'proq narsa oladi. Ertak aytish jarayonida bola ruhan xotirjam, muhit tinch bo'lsa, samarasi yaxshi bo'ladi.

Bolaga ertak aytib berayotib unga quyidagi savollarni berishingiz mumkin:

1. Bu ertak nima haqida?
2. Ertak qahramonlari qanday sifatlarga ega? Ular kimga o'xshaydilar?
3. Nega ertak qahramonlari bunday xatti-harakatlarni amalga oshiradilar? Bu nima uchun kerak?
4. Bosh personaj qiyin vaziyatlardan qanday chiqib ketadi? Buni uning o'zi uddalaydimi yoki unga bu ishda kimdir yordam beradimi?

5.Qahramonlarning xatti-harkatlari atrofdagilarga nima beradi – quvonchmi,qayg'umi? Qahramonlar o'rtasidagi o'zaro munosabatlar qanday?

6.Ertak, uning ayrim qismlari qanday tuyg'ularni uyg'otadi?

Bolalar uchun ertaklar ularning xayolini,mantiqiy va obrazli tafakkurini rivojlantirib,nutqini o'stiradi. Ertaklar xavotirlikni yo'qotib,o'ziga ishonchni orttiradi.N.L.Kryajeva qizg'anchiq,egoist bolalarga - „Baliqchi va baliq”haqidagi ertakni, qo'rqqoq bolalarga - „Qo'rqqoq quyonlar” haqidagi ertakni, ishonuvchanlariga „Buratinonaning sarguzashtlari”ni, qaysar bolalarga „No'xat ustidagi malika” ertagini,tinib-tinchimas bolalarga esa „Etik kiygan mushuk”ertagini aytib berishni taklif qiladi.

Xuddi shunday mazmundagi ertaklar o'zimizning o'zbek xalq ertaklari orasida ham uchraydi. „Zumrad va Qimmat”ertagi bolalardagi erinchoqlik va dangasalikka, „Ur to'qmoq” ertagi yolg'onchilikka, „Susambil” ertagi noahillikka qarshi kurashadi.Bunday misollarni yana ko'plab keltirish mumkin.Barcha ertaklar tarbiyaviy ahamiyatga ega bo'lib,bola qalbiga ezgulik urug'ini sochadi.

1-1,5 yoshdagi bolalar uchun ertak mazmuni tushunarsiz bo'lishi mumkin,lekin ertakdagi „bobo”, „buvi”, „sichqoncha” kabi so'zlar biroz tanish bo'lib,bu ertakni bola uchun qiziqarli qiladi hamda uyqu oldidan aytib berish uni tinchlantiradi. 3yoshdan keyin bolada obrazli tafakkur shakllana boshlaydi,u endi tasavvur qila oladi.Ularga endi murakkabroq mazmundagi sehrli ertaklarni taklif qilish mumkin.

Ota-onalarga maslahatlar:

1.Ota-onalar farzandiga ertakni o'qib emas,balki aytib bersalar maqsadga muofiqdir.Chunki bu ota-onaga dilbandining ertakga qanday munosabat bildirganligini kuzatish imkonini beradi. Qolaversa, ota-ona farzandi bilan birgalikda ertaklar olamiga sayr qiladi, bu esa bolaning unga yolg'iz sayohatidan ko'ra avzaldir.

2.Bolalar o'zгалar tomonidan tasvirlangan obrazlarni yaxshiroq qabul qilish qobiliyatiga ega.Shuning uchun farzandingizga ertak aytib berish chog'ida unda yozilgan barcha manzaralarni tasvirlab berishga harakat qiling.

3. Bolangizga ertakni o'zi tanlash imkonini bering. Agar u o'n martalab „Qizil qalpoqcha” haqida eshitishni xoxlasa, demak bu bekorga emas. Bu ertak uning ongi shakllanishiga nimadir bermoqda, unda qandaydir jarayon sodir bo'lmoqda.

4. Muhim bo'lgan yana bir qoida – bolaga ertaning chuqur ma'nosini tushuntirib bermaslik kerak. Aks holda ertak o'ladi - o'z ahamiyatini yo'qotadi va undan hech qanday naf bo'lmaydi.

5. Xalq ertaklariga iloji boricha tuzatish va o'zgartirishlar kiritmaslik kerak, aynisa real hayot bilan bog'liq bo'lgan. Bu o'zgartirishlar bolaning ertaklar olamini qabul qilishida qiyinchilik tug'diradi.

Ertakterapiyaning maqsadi va vazifasi bolalardagi agressivlik kayfiyatini yo'qotish, o'z-o'zini emotsional boshqarish va o'zgalar bilan ijobiy munosabatni rivojlantirishdir. Buning uchun ertakterapiya soddaligi va bolalarning ertakka bo'lgan qiziqishi tufayli ular uchun tushunarli bo'lgan ertak uslubi va bolalar bilan ishlash yo'llaridan foydalaniladi.

Har bir bolabir yoki boshqa ertakni o'zicha tushunadi va qabul qiladi. Shuning uchun bir ertak unda kata ta'surot qoldiradi, boshqasi esa uning his-tuyg'ularini qo'zg'atmay, yonidan o'tib ketadi. Lekin bu „Hayotiy vaziyatlar daftarchasi yana bir katakchaga ko'paymadi” degani emas, u shunchaki bola bu kabi muammoga, masalan, kuyov va qaynona, kelin va qaynona o'rtasidagi tanlov muammosi, biror bir muhim va aziz narsasini yo'qotish yoki o'g'irlatish va hokazolarga duch kelmaguncha ta'sir kuchiga ega bo'lmaydi.

Ertak nafaqat insonning ongiga, balki ongostiga ham ta'sir qiladi, „ajdodlar xotirasi”ga yoki genetik xotiraga tayana olar ekan, syujetning murakkabligidan qo'rqish kerak emas. Xatti-harakatdagi emotsional salbiy o'zgarishlarni to'g'rilashga qaratilgan ertaklarda syujetni chuqur anglash emas, balki insonlarning o'zaro munosabatlarini, ularning ko'rsatgan qahramonliklarini, u yoki bu tanlovning natijasini, o'zining ma'lum bir vaziyatga shaxsiy munosabatini, o'zining shaxsiy xayoti bilan o'zaro aloqalarini voqea va qahramonliklari yordamida eshitayotgan, o'qiyotgan insonning qalbidadir. Buni hisobga olish zarur, zero ko'p holatlarda ota-onalar o'zlarining shaxsiy qo'rquvlarini bolaning qo'rquvi deb ta'kidlaydilar. Hayotiy qo'rquv kabi o'lim oldidagi

qo'rquv ham nafaqat bolalarga, aksincha, bolalardan ko'ra, ko'proqota-onalarga xos bo'ladi. Shu bilan birga bu hayotda o'z o'rnini topmaslik qo'rquvi, turmush o'rtog'ini yo'qotish oldidagi qo'rquv, oilaning buzilishidan qo'rqish, ishda obro'-e'tiborga ega bo'lmaslikdan qo'rqishdir... Bu siz bilan bizning qo'rquvimiz, ularni bolalarimizniki deb hisoblash kerak emas.

Xulosa o'rnida shuni aytish mumkinki, bola xatti-harakatidagi emotsional buzilishlarni, albatta o'yinlar, o'yinchoqlar bolaning tasviriy faoliyati, musiqa, teatr va umuman aytganda san'at yordamida ham to'g'rilasa bo'ladi. Lekin, bolalar uchun eng tushunarli va sevimli usul bu – ertakdir. To'g'ri tanlangan ertak yordamida boladagi ko'plab muammolar – qo'rquv, injiqlik kabilarni yo'qotish, bolada qat'iyat va irodani shakllantiradi. Ertaklarni faqatgina psixologik terapiyadagina qo'llamay, balki oila davrasida muntazam qo'llash bolalik davridagi eng iliq hislarni bola xotirasida muhrlashga imkon beradi. Ertaklar bolaning muammolaridan kelib chiqqan holda tuzilishi, ertak terapiyasini o'tkazish mobaynida bolaning har bir xatti-harakatiga ahamiyat berib borilishi lozim. Bolaning individual xususiyatlaridan kelib chiqqan holda ertakni qabul qilish darajasini muntazam kuzatib borish lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Nishonova Z.T., Xodjaqulova D.I., Djumaboyeva M.B., Baykunosova G.Yu. „Kichik maktab yoshidagi bolalar xavotirlanish psixokorreksiya da ertak terapiyasidan foydalanish uslubi yati”, Toshkent, 2013 yil, 27- bet;
2. Стрелкова Л.П Уроки сказки. – М.: Педагогика, 1989, 53 ст;
3. Соколов Д.Ю. Сказки и сказкотерапия. – М.: Класс, 1997, 94 ст;

MEN OBRAZINING SHAKLLANISHIDA IDENTEFIKATSIYA VA EMPATIYANI ROLINI TADQIQ ETISH

Karakulov Abdunazar Nurmamatovich

*Termiz davlat unversitetining Psixologiya bo'limi 1-bosqich magistranti,
Termiz shahar 8-maktab psixologi*

«Men» obrazi • haqiqiy yoki axloqiy— shaxsning o'zini anglashi, o'z-o'ziga baho berishi doirasidan iboratdir. Zamonaviy psixologiyada bunday «Men»ni shaxsning markaziy bo'g'ini sifatida qaraladi va «Men» konsepsiya tushunchasi orqali ifodalanadi. Bu ilmiy atama fanga amerikalik psixolog K.Rodjers tomonidan kiritilgan. «Men» (inglizcha self-concept) – insonning o'zi haqidagi tasavvurlarining rivojlanib boruvchi tizimi, uning tarkibiga: o'zining jismoniy, intellektual, xarakterologik, ijtimoiy va boshqa xususiyatlarini idrok qilish, o'z-o'ziga baho berish, shaxsiyatga tasir o'tkazuvchi tashqi omillarni subyektiv idrok etish kiradi. “Men” konsepsiyasi shakllanishiga simvolik interaksionizm (Ch.Kuli, D.Mid) va identifikatsiyalash konsepsiyasi (E.Erikson) muhim ta'sir ko'rsatgan. Biroq birinchi nazariy ishlanmalar shu yo'lda U.Djeyms tomonidan olib borilgan. U birinchi bo'lib, shaxsning global “Men” ni (Self) o'zaro bog'langan “Men-yaratuvchi” va “Men-obyekt”ga bo'lgan. U.Jeymsning shaxs nazariyasida shaxs «Men»i haqidagi fikrlarini to'liq ifodalay olgan, desak bo'ladi. U.Jeyms shaxs «Men»iga xos ikki aspektni ajratib ko'rsatdi: empirik «Men» va haqiqiy «Men». Empirik «Men» inson nimaniki «o'zimizniki» deb atay olgan barcha narsalar yig'indisidir. Uning ichiga: Material «Men» — o'z ichiga shaxsning tana tuzilishi va shaxsan uning o'zigagina tegishli bo'lgan barcha narsalarini oluvchi «Men» bo'lsa; • Ijtimoiy «Men» — shaxsdagi uning atrofida tan olgan «Men», har bir shaxsni o'zi haqida uning atrofida fikri qiziqtiradi, albatta. Demak, shaxsning atrofida qancha alohida ijtimoiy guruhlar mavjud bo'lsa, uning uchun shuncha ijtimoiy «Men»i mavjud bo'ladi; • Psixik «Men» — individning ijtimoiy muhitda uning kimligini namoyon qilishiga yordam beruvchi qobiliyat va iqtidorlarining yig'indisi hisoblanadi; U.Jeymsning tasvirlashicha, shaxsning ijtimoiy «Men»i ijtimoiy psixologik nazariyalar orasida uzoq vaqtdan beri va ko'p o'rganilgan mavzudir. Sotsiolog olimlardan biri

Charlz Kuli «Shaxs oynasi» tushunchasini ishlatgan bo‘lib, bu orqali shaxs atrofidagi odamlarning unga nisbatan berayotgan bahosi va fikriga aynan oynaga qaraganday qaraydi, degan fikrni asoslagan. Uning fikricha, har qanday shaxs o‘ziga nisbatan atrofdagilarning berayotgan bahosi va fikrini qabul qilar ekan, o‘zini oynaga solgandek bo‘ladi. Bu fikrni keyinchalik Jorj Gerbert Mid va Garri Stek Sallivanlar ham rivojlantirgan. J.G. Midning fikricha, shaxsning o‘zini anglashi uning ijtimoiy munosabatlarining hosilasi bo‘lib, bu jarayonda u o‘ziga tashqi tomondan, go‘yoki obyektga qaragandek qarashni o‘rganadi. Shuni alohida qayd etish kerakki, bunda atrofdagi butun bir ijtimoiy guruh yoki jamoa a‘zolarining fikri — jamoaviy ustanovka sifatida rol o‘ynaydi. Aynan shu holat tufayli biz o‘zimizni boshqalar qanday ko‘rsa o‘shanday ko‘rishga o‘rganamiz, o‘zimizga boshqalar ko‘zi bilan qarashga o‘rganamiz. Lekin o‘sha jamoadan aynan kimningdir fikri nima uchundir bizga ko‘proq ta’sir ko‘rsatadi, degan savol barchani qiziqtiradi. Bu savolga javob aynan jamoa a‘zolarining barchasi ham biz haqimizda bir xilda fikr yuritmasligi va bizga bir xilda baho beravermasliklari bilan bog‘liqdir. Bundan tashqari atrofdagilarning fikrini inobatga olishimizda qanday omillar rol o‘ynaydi, degan savol ham muhimdir. Dastlabki omil sifatida fikrlarni qabul qiluvchining yoshi muhim rol o‘ynaydi. Masalan, bolalar uchun ota-onasi, o‘qituvchisining fikri muhimdir. Katta yoshdagilar uchun esa oila a‘zolaridan biri, do‘sti, hamkasbi kabilar ta’sir ko‘rsatuvchi shaxs bo‘lishi mumkin. Shaxsning «Men» obrazini rivojlanishida empatiyaning o‘rni juda ahamiyatlidir. Sababi u atrofidagi insonlardagi mavjud bo‘lgan xususiyatlarni o‘z- o‘zida xis qilib ko‘radi va o‘ziga nusxa olishi va qaysidir xususiyatlarini yo‘qotishi va o‘z-o‘zini rivojlantiradi. Bu borada jins xususiyati ham o‘ziga xos ahamiyatga ega. Amerikalik Jon Xoelter, amerikalik o‘smir — o‘quvchilar bilan tadqiqot o‘tkazib, shuni aniqlaganki, o‘smir qizlar o‘zining o‘g‘il bola tengdoshlarining fikrlarini ko‘proq inobatga olar ekan, o‘smir o‘g‘il bolalar esa o‘z ota-onalarining fikrlarini ko‘proq inobatga olib aniqlangan. Shunday ekan shaxsning «Men» obraziini rivojlantirishida va o‘zini anglashi empatiyaning va identifikatsiyaning ta’siri katta. Insonni o‘zi haqidagi tasavvurlari, g‘oyalari, baholari va xulq-atvor tendensiyalari yig‘indisi “Men” konsepsiyasi deb ataladi. Boshqacha qilib aytganda, “Men” konsepsiyasi subyektini o‘zi haqidagi eng

umumiy ustanofkalari tizimidir. “Men” konsepsiyasi odamni turli sohalarda muvaffaqiyatini va zaif tomonlarini belgilaydi va 3 ta rolni bajaradi. Birinchidan – shaxsning ichki o‘zaro roziligiga erishishga turtki beradi; Ikkinchidan – odamni tajribasini izohlaydi. Uchinchidan – kutishni manbasi bo‘ladi.

Empatiya nazariyasida altruistik xulqdagi kishi tabiiy holatda, o‘zi ham anglamagan holda boshqalar uchun qayg‘urish va g‘amxo‘rlik qilishga moyil bo‘ladi. Bunday odamlar qiynalayotgan kishilarni ko‘rsa, o‘z-o‘zidan altruistik xulqni namoyon qiladilar. Ular sirasiga ayniqsa ma‘lum bir dinga e‘tiqod qiluvchilar, jamiyatda mavjud bo‘lgan ma‘lum bir qadriyatlarga, ijtimoiy me‘yorga qat‘iy amal qiluvchilar kiradi. M.: Transportda o‘zi charchagan yoki kasal bo‘lsa-da, o‘zidan kattaga joy bo‘shatish, kimningdir yukini ko‘tarishib yuborish va h.k.

“Men” konsepsiyasi hamma shaxsiy va xarakterli jarayonlarni muvofiqlashtiruvchisi bo‘lib aks etadi. “Men” konsepsiyasi o‘zini kelib chiqishiga ko‘ra asosan fenotipli havotirni irsiy darajasi va nerv tizimi xususiyatlari bilan mustaxkamlanadigan birlashma. Uni U.Djeyms orginal formulasi bo‘yicha hisoblash mumkin. Yoshlikda o‘z-o‘zini baholash tashqi baholar ta‘sirida shakllanadi, bu esa keyinchalik interiorizatsiyalanib o‘ziga nisbatan munosabatga aylanadi.

O‘z-o‘zini baholash shaxsning markaziy tushunchalariga, ularning mag‘ziga taalluqli. U ko‘p jihatdan shaxsning ijtimoiy moslashuvini belgilaydi, fe‘l-atvor va faoliyat regulyatori hisoblanadi. Albatta, shuni ham unitmaslik kerak, o‘z-o‘ziga baho berish avvalo-boshdan shaxsga xos obyektiv tushuncha emas. O‘z-o‘ziga baho berishning shakllanishi ijtimoiylashuv jarayonida, faoliyat va shaxslararo aloqalar jarayonida sodir bo‘ladi. Sotsium ko‘p jihatdan shaxsning o‘z-o‘ziga baho berishiga tasir ko‘rsatadi. Insonning o‘z-o‘ziga munosabati insonning dunyoga bo‘lgan munosabati tizimidagi eng kechki xulosa hisoblanadi. Ammo shunga qaramasdan (balki aynan shu tufaylidir), shaxsning munosabatlari strukturasi o‘z-o‘ziga baho berish muhim o‘rin egallaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar

- 1 I.A. Karimov. Yuksak ma‘naviyat — yengilmas kuch. T. «Ma‘naviyat», 2008.
- 2 V. Karimova. Ijtimoiy psixologiya va amaliyot. — T.: 2009.
- 3 V. Karimova, O. Xayitov. Shaxsning ijtimoiylashuv masalasi. - T.: 2007.

- 4..V.Karimova. Oila psixologiyasi. T.2007
- 5.O.Musurmonova .Oila ma'naviyati -milliy g'urur.
6. Deyl Karnegi. Muomala sirlari. T.«Navro‘z» nashriyoti. 1999.
- 7.www.Expert.psychology.ru

O'QUVCHILARNI KAB-HUNARGA YO'NALTIRISH VA KASB TASHGA KO'MAKLASHISH

Nurjanova Gulzira Sherxanovna

Qoraqalpog'iston Respublikasi Ellikqal'a tumani 1-maktab psixologi

Bugungi kunda ta'lim-tarbiya borasida ilgari borilayotgan islohatlarni pedagogik va axborot texnologiyalarisiz tasavvur qilib bo'lmaydi. Inson omilini inobatga olgan holda manashu ikkita texnologiya ta'lim tarbiya samaradorligi omiliga aylanib ulgurdi. Jamiyatimizda fan va texnika texnologiyalar rivojlanishi ta'sirida bo'layotgan o'zgarishlar ta'lim tarbiyaga bo'lgan talabi o'zini ta'sirini ko'rsatmoqda. Mehnat ta'limini yo'nalishlaridan biri xisoblanmish kasb tanlash va ularni kasbga yo'naltirish kunning dolzarb masalalaridan hisoblanadi. Ishlab chiqarish va turli kasblardagi jarayonlar bilan o'quvchilarni tanishtirish imkoniyatlari juda kattadir. O'quvchilar o'zlari ota-onalariga yo shu ish bilan shug'ullanuvchilarning ishlarida yordam beradilar va yashash joyi atrofidagi mashinalari ishlarini ko'radilar. Shu kasbga oid dastlabki ma'lumot bilan tanishadilar. Kasb-hunarga yo'naltirishdan maqsad o'sib kelayotgan yosh avlodni ongli ravishda kasb tanlashga tayyorlashdir. Ularni kasb hunarga yo'naltirish orqali, bo'lajak kasbiy qarorlarni shakllantirish, kasbni erkin va mustaqil tanlashlari uchun kasb –hunarga yo'naltirish ishlariga mustahkam zamin yaratuvchi ilmiy-amaliy tizim sifatida qarash lozim. Bu tizim orqali har bir o'quvchi shaxsini kasbga yo'naltirishda individual xususiyatlarni ham xalq xo'jaligi manfaatlari nuqtai nazardan mehnat reurslarini to'laqonli ta'minlash zaruratini hisobga olish kerak. Lekin bugungi kunda umumiy o'rta ta'lim maktablarida o'quvchilarni kasbga yo'naltirishning ilmiy amaliy tizimi yetarlicha ishlab chiqilmagan, ilmiy pedagogic asoslari talab darajasida yaratilmagan. Bundan tashqari hozirgi kun talablari asosidagi tezkor

yangiliklar, zamonaviy texnologik o'quv qo'llanmalar, dars ishlanmalari, ko'rgazmali vositalarning kamligi, kasb tanlash mezon va me'yorining belgilanganligi, kasb tanlash bo'yicha tezkor aloqning o'rnatilmaganligi kabi muammolar dolzarb masalardan biridir. Kasb tanlash uchun o'quvchi o'z imkoniyatlarini baholay olish ko'nikmasiga, ya'ni qiziqishi mos kasblar bo'yicha ma'lumotga ega bo'lishi, bu kasblarning imkoniyatlari, kelajagi haqida axborot va yangiliklardan xabardor bo'lishi zarur. Maktablarda o'quvchi yoshlarni kasb –hunarga yo'naltirish bu ularni qiziqishlari va moyilliklari, layoqatlari hamda qobiliyatlariga mos holda kasb-hunar tanlashlariga ko'maklashish bilan bir qatorda o'smirlarni kasbiy o'zligini anglash va hayot yo'lini tanlashda maslahat beruvchi omil sifatida qaralishi nazarda tutilgan. Bu to'g'risida bir qancha hukumat qarorlari qabul qilingan. Hukumat qarorlarining ijrosini ta'minlash yuzasidan o'quvchilarning kasbiy qiziqishi va layoqatini shakllantirishda, ularni ta'limning keyingi turiga to'g'ri jalb qilish uchun kasbga yo'naltirishda qo'llaniladigan o'quv –metodik qo'llanmalar, ilmiy –uslubiy tavsiyalar, me'yoriy hujjatlar, jamiyatda qadimdan mavjud bo'lgan hamda yangilanib, o'zgarib borayotgan kasblar haqidagi ma'lumotlarni ta'lim-tarbiya jarayoniga zamon bilan hamnafas yetkazish samaradorligiga bog'liqdir.

O'quvchi-yoshlarni kasb-hunarga yo'naltirish ishlarini samarali tashkil etishda, ushbu jarayonni ta'lim muassasalarida amalga oshiruvchi o'qituvchilar, pedogog hodimlar hamda aholi o'rtasida(mahalla, ota-onalar) profilaktika ishlarini olib borish maqsadida hamkorlik ishlari amalga oshirilmoqda. Bularning zamirida o'quvchi yoshlarni kasbiy qobiliyati va layoqatini aniqlash asosida ularni kasbiy qarorlarini shakllantirishga qaratilgan yaxlit faoliyat jarayonida ta'limning keyingi turi va bosqichiga to'g'ri yo'naltirish yotadi.

O'quvchilarni kasbiy qarorlarini shakllantirish-bu o'quvchi-yoshlarga o'zlashtirilgan nazariy bilimlarni amaliyotga malakali mutaxassislar ko'magida kasbga bo'lgan layoqatiga ishonch hosil qilish, kasbiy vazifalarni qo'llay olish tajribasini hosil qilish, kasbiy madaniyat sifatleri (kasbiy idrok, kasbiy bilimdonlik, kasbiy tafakkur, kasbiy salohiyat va hakoazalar)ni tarbiyalashga yo'naltirilgan izchil, tizimli, uzluksiz hamda maqsadga muvofiq tashkil etiladigan pedagogik faoliyat jarayonidir. Chunki,

o'quvchilarni kasb hunarga to'g'ri yo'nalganligini tashkil etish murakkab, uzoq muddatli dialektik jarayon bo'lib, uning metodik jihatdan to'g'ri tashkil etilishi ko'zlangan maqsadga erishish muvaffaqiyatini kafolatlaydi. Mavjud obektiv va subektiv omillardan unumli faydolana olish ham o'quvchilarga kasb-hunarni to'g'ri tanlashlariga hissa qo'shadi. O'quvchi-yoshlar o'ratasida kasb-hunarga to'g'ri yo'naltirishni tashkil etishga nisbatan yangicha yondashuv o'z mohiyatiga ko'ra texnologik bo'lishi lozim. Chunki muayyan faoliyatga nisbatan texnologik yondashuv ushbu faoliyatning yaxlit jarayoni to'g'risida oldindan to'laqonli ma'lumotga ega bo'lish imkoniyatini beradi. Minglab kasblar olamidani o'quvchi tanlagan kasbiy qarori bo'yicha turli vaziyatlarni oqilona baholash asosida faoliyat mazmuniga ma'lum o'zgarishlar, yangiliklar kiritib, tarbiyalanuvchilarga mavjud bo'lgan kasbiy sifatlarni hisobga olish va ularni boyitish xususida qat'iy fikrga ega bo'lishi, kasb-hunarga yo'nalganligini samaradorligini muhim omillari bo'la oladi. Kasb-hunarga yo'naltirishni tashkil etishga nisbatan texnologik yondashuv-bu o'quvchi oshlar tomonidan o'zlashtirilagan nazariy amaliy ko'nikma va malakaga aylantirish, ularga faol kasbiy yo'naltirishni tashkil etish tajribasini yuzaga keltirish hamda kasbiy qobiliyat va layoqatlari asosida kasbiy qarorlarni rivojlantirishga yo'naltirilgan faoliyat jarayonida amaliyotchi psixolog va kasb-hunarga yo'naltiruvchilar uchun kasb-hunarga yo'naltirishni tashkil etishda zamonaviy pedagogik texnologiyalardan samarali foydalanish majmui bo'lib xizmat qiladi.

Yoshlarga ta'lim –tarbiya beruvchi o'qituvchi, ustoz, murabbiy, ta'lim xodim, mutaxassis, raxbar nafaqat bilimdon, balki eng avvalo, yuksak insoniy sifatlar sohibi bo'lishi lozim. Darhaqiqat o'quvchi yoshlarning fanga qiziqishi yoki kasb-hunar tanlashni, uni o'rganish, malakali mutaxassis bo'lib yetishishiga talim-tarbiya beruvchilarning malakali mutaxassis bo'lib yetishida ta'lim-tarbiya beruvchilarning ma'naviyasi axloqiy fazilati bilimda maxorati mehnat sevarligi fidoiyligi bir so'z bilan aytganda, ijtimoiy-madaniy komolati muhim ahamatga ega. Shuningdek ularning kasb madaniyati ham alohida o'rin tutadi. Zero mutaxassis xodimning maxorati yoki kasb madaniyati qanchalik yuksak bo'lsa, uning faoliyati shunchalik samarali bo'ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yhati

1. O'zbekiston Respublikasi Tashxis markazi "O'quvchilarni kasb-hunarga yo'naltirish" o'quv qo'llanmasi
2. Toshimov R. G'oziev Ye. G'. "Zamonaviy individual va guruh psixologiya". Toshkent, "Universitet" 1999y.
3. Ye.G'oziev, SH.V.Azizova "Tashkiliy psixologiya" Toshkent-1999y.
4. M.Rajabov "Eksperimental psixologiya metodlari to'plami".
5. M.G.Davletshin . Yosh davrlari va pedagogik psixologiya. T.2004
6. V.Karimova. Oila psixologiyasi. T.2007
7. www.Expert.psychology.ru
8. O'quvchilarni kasb-hunarga yo'naltirish usullari ma'ruzalar matni

O'SPIRINLIK YOSHDAGI BOLALARNING RUHIY HOLATLARIDAGI HISSIIY EMOTSIONAL O'ZGARISHLAR

Rajabova Oygul Atoxonovna
Xorazm viloyati Qo'shko'pir tumani 30-maktab psixologi

O'spirinlarni hali to'la katta deb hisoblab bo'lmaydi, chunki ularning shaxsiy xususiyatlarida hali bolalikni kuzatish mumkin. Bu ularning fikrlarida, berayotgan baholarida, hayotga va o'z kelajaklari munosabatlarida ko'zga tashlanadi. O'spirinlar juda ko'p muammoli savollarga javob yo'llaydilar. Ularning diqqatini ko'proq axloqiy masalalar tortadi. Agar kichik maktab yoshidagi o'quvchilar uchun axloqiy masalalarni yechish manbai - bu ular uchun o'qituvchilar bo'lsa, o'smirlar bu savollarga javobni ko'proq tengdoshlari davrasida qidiradilar o'spirin yoshdagilar esa savollarga to'g'ri javobni topishda ko'proq katta kishilar foydalanadigan manbalarga murojaat etadilar. Bunday manbalar asosan real, ko'pqirrali, murakkab insoniy munosabatlar va ilmiy-ommaviy, badiiy, publitsistik adabiyotlar, san'at asarlari, matbuot, radio, televideniya bo'lib hisoblanadi. Bugungi o'spirinlarga hayotga nisbatan hushyor, aqliy-

amaliy qarash, erkinlik va mustaqillik xos. Ular haqqoniy bo'lish tushunchasiga ham real tarzda yondoshmoqdalar

O'spirinlarda axloqiy dunyoqarash bilan bir qatorda ijtimoiy, siyosiy, iqtisodiy, ilmiy, madaniy, diniy va boshqa sohalar bo'yicha ma'lum bir qarashlar vujudga keladi. Juda ko'p yillardan beri o'spirinlarni yaxshilik va yomonlik, haqiqat va noqonuniylik, axloqiylik va axloqsizlik masalalari tashvishlantirib keladi. Hozirgi davr o'spirinlari har bir narsaga ishonuvchan yoki salbiy munosabatlarga xos bo'lmay, balki hayotga real, aqliy, amaliy qaraydigan, ko'proq erkin va mustaqil bo'lishga intiluvchi yoshlardir. O'spirinlar ongli ravishda egallangan axloq normalari asosida o'z xarakterlarini yo'lga solishga intiladilar. Bu esa, avvalo o'spirinning o'zini anglashining o'sishida namoyon bo'ladi. Ba'zi o'spirinlar o'zini kuzatish uchun kundalik daftarlar to'tadi. Bu holat qizlarda ertarok, va ko'proq uchraydi. Bu holat shunchaki usishni bildirib qolmasdan, balki shaxsda mohiyat jihatidan tubdan boshqacha tarzda o'z shaxsiyatining ma'naviy-ruhiy fazilatlarini, ijtimoiy turmush tarzi, maqsad va vazifalarini anglashi, ularni oqilona baholash zaruratini aks ettiradi. Undagi o'z-o'zini anglash, turmush, yashash, o'qish, mehnat va sport faoliyatlari tarzi bilan namoyon bo'ladi. O'quv muassasa, mikrom muhitidagi odatlanmagan vaziyat, shaxslararo munosabatlar va muomala ko'lamining kengayishi o'ziga xos tipologik aqliy, axloqiy, irodaviy, hissiy xususiyatlarini oqilona baholash, qo'yilayotgan talablarga javob berish tariqasida yondashish, o'z-o'zini anglashini jadallashtiradi. o'spirin o'quvchilarining o'z-o'zini anglashga aloqador o'ziga xos xususiyatlari mavjud. Ular dastavval o'zlarining kuchli va zaif jihatlarini, yutuq va kamchiliklarini aniqroq baholash imkoniyatiga ega bo'ladilar.

O'spirin o'quvchining o'smirlik davridagi boladan o'zgacharoq yana bir xususiyati - bu, murakkab shaxslararo munosabatlarda aks etuvchi burch, vijdon hissini anglash, o'z qadr-qimmatani e'zozlashi, sezish va fahmlashga ko'proq moyilligidir. O'spirin o'quvchida o'zini anglashi negizida o'zini tarbiyalash istagi tug'iladi. Natijada unda o'z-o'zidi tarbiyalash vositalarini saralash, ularni kundalik turmushga tadbiq qilib ko'rish ehtiyoji vujudga keladi. Lekin, o'z-o'zini tarbiyalash jarayoni o'spirin ruhiyatidagi mavjud nuqsonlarga barham berish. ijobiy xislatlarni shakllantirish bilan

kifoyalaniq qolmasdan, balki voyaga etgan kishilarga xos ko'p qirrali umumlashgan idealga mos ravishda tarkib toptirishga yo'naltirilgan bo'ladi. O'quvchilar o'zida shaxsning eng qimmatli fazilatlarini, o'quv va mehnat malakalarini ongli, rejali, tartibli, izchil va muntazam ravishda egallab borishga, shaxsning yana bir fazilatlarini va xislatlarini hosil qilishga harakat qiladilar; o'z-o'zini tarbiyalash muammolarini, yaxlit ma'naviy-ruxiy qiyofalash shakllantirishga intiladilar. O'spirin o'quvchilarning o'z-o'zini tarbiyalash jarayoni. O'quv muassasa, jamoat tashkilotlari, pedagoglar jamoasining ta'siri doirasida bo'lmog'i shart. Toki o'z-o'zini tarbiyalashning, takomillashtirishi jamoada munosib o'rin egallashga, ijtimoiy burchni anglash, foydali mehnatga jalb etish ishiga xizmat qilsin. O'z-o'zini tarbiyalash to'g'ri, izga solib yuborish uchun uyg'un birlikni tashkil etgan tarbiyaviy chora-tadbirlar majmuasi tarzida ta'sir jamoa majburiyati, o'zaro yordam va nazorat qilish, o'zaro va tanqid qilish kabilar maqsadga muvofiqdir. Ijtimoiy, turmushda uchraydigan ba'zi bir yaramas yurish-turish ko'rishmlariga, illatlariga, sarqitlariga qaqshatkich zarba berish, ularning ta'siri yigit va qizlarni asrash, yot tashviqot mohiyatiga qarshi ko'rash olib borish pedagoglar jamoasining bosh vazifasidir. O'spirinlarda balog'atga etganlik tuyg'usi takomillashib borib, o'z-o'zini qaror toptirish, o'z ma'naviy qiyofasini ifodalash tuyg'usi o'sib o'tadi. Bu narsa ularning alohida shaxs ekanligini tan olishga intilishida o'z ifodasini topadi. Buning uchun ayrim yoshlar turli modalarga mayl qo'yish, tasviriy sanoatga, musiqaga, kasb-hunarga, tabiatga, maftunkor qiziqishlarini namoyish qilishga harakat, qiladilar, o'quv va mehnat jamoalari ta'sirida matonat, jasurlik, sabr-toqat, kamtarlik, intizomlilik, halollik kabi insoniy fazilatlar takomillashadi. Xudbinlik, loqayddik, munofiqlik, laganbardorlik, dangasalik, qo'rqqoqlik, g'ayirlik singari illatlarning barham topishi tezlashadi.

O'spirinlar shaxsining shakllanishi jarayonida jamoat tashkilotlarining roli alohida ahamiyat kasb etadi. Ularda faollik, tashabbuskorlik, mustaqillik, qat'iyatlik, mas'uliyatlik, o'z harakatlarini tanqidiy baholash singari fazilatlarini barqaror xususiyat kasb etib boradi. O'spirin yigit va qizlarning jamoatchilikda faol ishtirok etish orqali muayyan tashkilotchilik qobiliyati namoyon bo'ladi. O'zining kimligi, qandayligi, qobiliyatlari, o'zini nimaga hurmat qilishini aniqlashga intiladirlar. Do'st va

dushmanlarining kimligi, o'z istaklari, o'zini va tevarak-atrofni, olamni yaxshi bilishi uchun nima qilish kerakligini anglashga harakat qiladi. Ma'lumki, o'spirinlarning hamma savollari anglangan bo'lmaydi. Ba'zan o'spirinlar o'zlaridan hech qanoatlanmaydigan, o'z oldilariga haddan tashqari ko'p vazifalar qo'yadigan, Lekin uning uddasidan chiqa olmaydigan bo'ladi. Mana bulardan ko'rinib turibdiki, o'spirinlar o'z-o'zini analiz qilish teranligi va yuksak talablarni bajarish kerakligini o'zida aks ettira boradi. Bu esa o'spirinlarning kelgusi yutuqlari shartlaridan biridir.

O'z-o'zini hurmatlash va uning xususiyatlari quyidagilardan ibdrat, Demak, yuqorida ko'rsatib o'tilganidek, shaxsning erta o'spirinlikdagi eng muhim xislatlaridan biri o'z-o'zini, hurmatlash, o'z-o'ziga baho berish hamda uzviy shaxs deb tan olish yoki olmaslik darajasidir. O'spirinlar o'zlarida shaxsning muayyan kompleks sifatlarini hosil qilishga intiladilar. O'z-o'zini tarbiyalash masalalarida bir butun ma'naviy psixologik qiyofasini shakllantirish masalasi qiziqtiradi. Bunda shaxs ideali va na'munaning mavjudligi katta ahamiyatg`a ega. Masalan; o'g'il bolalar, qahramonlik, yaxshi ota, o'qituvchi, vrach yoki badiiy asar haqida kinofilmdagi obrazlarni o'zlariga ideal deb bilsalar; qizlarimiz mehnatkash ayol, jozibali jamoat arbobi, nazokatli uy bekasi yoki ilmiy xodim va hokazo. O'zaro munosabat va emotsional hayot o'z mavqeini belgilashning murakkab muammolarini o'spirinlar o'zi hal qila olmaydi. Bu masalani o'spirinning ota-onasi, o'z tengqurlari, o'qituvchilar ishtarokida ularning qo'llab-quvvatlashida hal qila oladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yhati

1. V.Karimova Yosh davrlari psixologiyasi T.2003
- 2.M.G.Davletshin . Yosh davrlari va pedogogik psixologiya. T.2004
- 3.V.Karimova. Oila psixologiyasi.T.2007
- 4.www.Expert.psychology.ru
- 5.O.Musurmonova .Oila ma'naviyati -milliy g'urur.
6. Deyl Karnegi. Muomala sirlari. T.«Navro'z» nashriyoti. 1999.

OTA-ONALARNING VAZIFALARI VA TA'LIM JARAYONIDA ULAR BILAN HAMKORLIK QILISH

Karimova Sarvinoz Odilboy qizi

Qoraqalpog'iston Respublikasi Amudaryo tumani 31-maktab psixologi

Hozirgi kunning dolzarb muammolaridan biri ota-onalar va o'qituvchilarni samarali muloqot qilishi va bir-birini to'g'ri tushunishidir. Bu oddiy tuyulishi mumkin, lekin ko'pincha suhbatlar uzilib qoladi, chunki o'qituvchi maxsus ta'lim sohasiga xos bo'lgan tilni ishlatadi va ota-ona uchun notanish bo'lishi mumkin. O'qituvchilar suhbat boshida ota-onalarga tegishli so'z birikmalarini, masalan, turar joy va modifikatsiyani tushunishlariga ishonch hosil qilishlari muhimdir. Bu keyinchalik muammolarga olib kelishi mumkin bo'lgan o'ziga xos tushunmovchilik yo'qligiga ishonch hosil qiladi. O'zaro hurmat munosabatlari bilan birgalikda ijobiy maktab muhiti mutaxassislar, ota-onalar, vasiylar va o'qituvchilarga dasturlar va xizmatlar bilan bog'liq muammolarni ular mojarolar manbaiga aylanmasdan oldin hal qilish uchun konstruktiv hamkorlikda ishlashga yordam beradi. Biroq, hatto eng yaxshi niyat bilan yondashilgan taqdirda ham, talaba dasturining har qanday jihati, masalan, o'qitish metodikasi, yordamchi texnologiyalardan foydalanish, o'quv dasturiga o'zgartirishlar kiritish va hokazolar bo'yicha kelishmovchiliklar paydo bo'lishi mumkin.

O'qituvchi ham ota-onani faol tinglashi kerak. Yechimlar va usullarga berilib ketish shunchalik osonki, o'qituvchilar talaba uchun eng samarali bo'lgan narsa haqida fikr-mulohazalarini o'tkazib yuborishlari mumkin. Ota-onalar qaysi tayanchlar ishlayotganini va qaysi biri ishlamayotganini aniqlashga yordam beradi va muvaffaqiyatga ta'sir qiladigan o'zgarishlarni amalga oshirishga yordam beradi. Farzandimning misolida, nutqdan matnga dasturiy ta'minot yaxshi ishlamadi, shuning o'rniga biz klaviaturada ishlash ko'nikmalarini rivojlantirdik va boshqa yo'l orqali muvaffaqiyatga erishdik. Mojarolar bilan shug'ullanish.

Mavzuga oid masalani chuqurroq tahlil qilish maqsadida o'qituvchilarning ota-onalari ishtirokida anonim kichik surovnomasi o'tkazildi. Surovnomasi natijasida maktab-ota-ona, o'qituvchi o'rtasidagi munosabatlar taxlil qilindi. Surovnomasi 15 ta savoldan iborat

bo'lib, "Farzandingiz kelajakda qaysi yo'nalishni tanlashini istaysiz?", "Farzandingiz bilan uyda birgalikda dars tayyorlaysizmi?", "Farzandingiz bilan birga (ta'lim uchun) kuniga necha soat shug'ullanasiz?", "Farzandingiz bilan birga uy vazifalarini bajarishda qiyinchiliklarga duch kelganmisiz?" kabi savolnoma matni tuzildi. Demak, savolnomalarda ota-onalar ko'pchiligi farzandi oliy ma'lumotli bo'lishini istashini anglaymiz. Shunga qaramay ota-onalarning 20 foizi farzandiga o'zi istagan kasbni tanlash ixtiyorini bergan. So'ralganlarning 7 foizi farzandi savdo sohasida ishlashini istaydi. Quvonarlisi respondentlarning ko'pchiligi farzandining dars tayyorlash jarayonida muntazam qatnashadi, ozroq qismi esa ba'zi-ba'zida bu bilan shug'ullanadi. Shug'ullanishga vaqt topolmaydiganlar ham yo'q emas. Ular orasida "2-3 soatdan ko'p", "darsi tugaguncha", "ba'zida ikki soatdan ham ko'p", "bo'sh vaqtimda", "har xil", "tunda" kabi variantlar uchraydi. Quvonarlisi farzandi bilan birga shug'ullana oladigan ota-onalar respondentlarning yarmini tashkil qilsa, afsuski ba'zi-ba'zida vaqt ajratadiganlar ham anchagina ekan. Bu esa bolaning bir o'zi shug'ullanishiga to'g'ri kelayotganidan dalolat. Ular ichida "har kuni vaqt ajratishga harakat qilaman", "shug'ullanaman", "darslariga uncha tushunmaslik" kabi javoblar bor. Sir emaski, fanzandiga uy vazifalarini bajarishda ko'maklashadigan aksariyat ota-onalar turli darajadagi qiyinchiliklarga uchraydi. Bular darslarni o'zlashtirishdagi qiyinchiliklar, to'g'ri metodikani tanlay bilmaslik, bola psixologiyasini tushunmaslik, oilaviy muhit bilan bog'liq va boshqa muammolar bo'lishi mumkin.

Bundan tashqari, farzandingizning o'qituvchisidan uy vazifalari bo'yicha yordam so'raganmisiz? degan savollarga 44 foiz respondent "Ha" deb javob bergan bo'lsa, 56 foizi o'qituvchidan yordam olmasligini bildirgan. Bundan o'qituvchi bu yo'nalish bo'yicha ota-onalar bilan kam ishlayotganini, ochig'i hamkorlik faqat qog'ozlarda bo'layotganini aytish lozim. O'qituvchining ota-onalar bilan ishlash mahoratiga ega bo'lmaganligi fikrimizni ochiqalaydi. Natijalar bolalar ta'limida ota-ona nazorati baribir zarurligini ko'rsatyapti. Negaki o'zi qiziqib dars tayyorlaydigan boladan ko'ra faqat ota-ona nazorati ostida shug'ullanayotgan o'quvchining ham ko'rsatkichi yuqori foizda. Ular orasida dars tayyorlashni istamagan farzandini jazolaydiganlar ham oz bo'lsa-da, bor. Shu kabi holatlarda ota-onalarga audio, video, kitob, qo'llanma va maqola ko'rinishidagi

tavsiyalar yordamchi bo'lishi mumkin. Demak, ota-onalar farzandining ta'limi uchun asosan fanlar bo'yicha repetitor xizmati va chet tillarni o'rganish uchun pulli xizmatlardan foydalanadi. Kam bo'lsa-da, sport-sog'lomlashtirish mashg'ulotlari, kasb-hunarga o'qitish va musiqiy ta'lim uchun haq to'laydiganlar ham bor. So'ralganlar orasida turli ijtimoiy qatlam vakillari borligi, ularning moliyaviy imkoniyatlari turfa xilligini hisobga olsak, farzandi ta'limi uchun ko'pchilik pul sarflagan. Bundan ota-onalar "Eng yaxshi sarmoya - ta'limga kiritilgan sarmoya" tushunchasiga tobora ko'proq ega bo'lib borayotganini anglash mumkin. Ota-onalar o'rtasida o'tkazilgan so'rovnomadan shunday umumiy xulosaga kelish mumkin: ular farzandining ta'limiga befarq emas, iloji boricha ta'limda ishtirok etishga, bu jarayonda yuzaga keladigan muammolarni yechishga harakat qiladi. Ularga zarur tavsiyalar berish, yo'l-yo'riq ko'rsatish, ta'limdagi ishtirokini rag'batlantirish, bu bo'yicha motivatsiya berish muhimdir.

Foydalanilgan adabiyotlar.

1. O.Musurmonova .Oila ma'naviyati -milliy g'urur.
2. Babanskiy Y. K. «Pedagogika» M. 1988 yil.
3. Munavvarov A. K. «Pedagogika» Toshkent 1996 yil.
4. Avloniy A. «Saylanma» Ikki jildlik. Toshkent., 1999 yil.
5. Nishonov U., Tursunov I. «Pedagogika kursi» Toshkent 1997 yil.
6. V.Karimova. Oila psixologiyasi.T.2007

O'SMIR YOSHIDAGI O'QUVCHILARNING MEXNAT FAOLIYATI VA KASB TANLASHI

*Mamatova Feruza Ma'murjon qizi
Namangan viloyati Norin tuman 33-maktab psixologi.*

Katta maktab yoshidagi o'quvchilar shaxsning taraqqiyotida ijtimoiy foydali mexnatning roli haqida gapirmaslik mumkin emas. Garchi kata maktab yoshidagi

o'quvchilar hayotining asosiy mazmuni o'qish bolsada, ular eng oddiy bolsada mehnat vazifasini bajariish zarur.

O'quvchilarni, ayniqsa kata maktab yoshidagi o'quvchilarni ijtimoiy foydali mehnatga jalb qilish uchun har bir imkoniyatdan foydalanmoq kerak. O'quvchilar mehnati faqat o'zining moddiy natija berish tomoni bilangina muhim emas. O'quvchilar mehnati to'g'ri tashkil etish shaxsning jamoailashuv, umum foydasi uchun qilinadigan mehnatga muhabbat, tashabbuskorlik, maqsadga intiluvchanlik, intizomlilik, qa'tiyatlilik singari sifatlarni tarkib toptirishga yordam beradi. O'quvchilar umumiy mehnatda qatnashar ekan, mehnatning va mehnatli kishilarni hurmatlash tuyg'usini hosil qiladilar, ularda mehnat qilish ehtiyoji va istagi paydo bo'ladi.

Mehnatning o'zigina emas, avvalo ko'p qirrali va xilma-xil ijtimoiy hamda axloqiy munosabatlar tarbiyalaydi, mehnat ana shu munosabatlarga kata maktab yoshidagi o'quvchini jalb qiladi. Mehnat jarayonida o'quvchilarda yangi tuyg'ular vujudga keladi. Ana shu yangi hissiyot o'quvchini o'quvchini yana bir marta bu tuyg'ularni boshdan kechirish uchun mehnat vaziyatiga jalb qilinadi. Katta maktab yoshidagi o'quvchilar Respublika miqiyosida bo'ladigan xasharlarda, ko'ngilli kuchlarda kata yordam beradilar. Mehnatning ijtimoiy ahamiyati va uning natijalariga ijtimoiy baxo berish –o'quvchini mehnatga psixologik jihatdan tayyorlashning zarur tomonlaridan biridir.

O'quvchilarni umumiy ravishda qiladigan mehnati rejalashtirishda uni tashkil etishni uni nazorat qilishni usullaridan umumiy tarzda ishtirok etishni ham nazarda tutadi. Ish rejani, ishning borishi va natijalarini muhokama qilish, mehnatni tashkil etishdagi va uning formalaridagi ijobiy va salbiy tomonlarini aniqlash umumiy yig'ilishlarda kata yoshdagi rahbarlar tomonidan emas, balki yoshlarning o'zlari tomonidan amalga oshirish lozim.

Mustaqil mehnat hayotiga o'tish istiqbolining ta'siri ostida kata maktab Yoshi uchun xarakterli bo'lgan kelajak maqsadlari sari yo'nalish tarkib topadi. Katta maktab yoshi hayotida o'z-o'zini aniqlab olish Yoshi bo'lib, bu vaqtda o'quvchi o'zining mehnatdagi iste'dodini jiddiy ravishda izlay boshlaydi, unda o'zining kelajakdagi kasbini belgilab olish intilishi paydo bo'ladi. O'smir odatda, o'zining kelajakdagi kasbi

haqida hali jiddiy ravishda o'ylab ko'rmaydi, xususan agar u 8 sinfdan keyin maktabda o'qimoqchi bolsa shunday bo'ladi.

SHAXSNI JAMIYATDA O'ZINI TUTA BILISH

Xushnazarova Ma'mura Gapparjonova
Namangan viloyati Norin tuman 39-maktab psixologi

Inson o'z ruxiy xolatlari, kechinmalarini muayyan tarzda boshqarish qobiliyatiga ega. Shu sababli biz shaxsning faolligi, ongliligiga va maqsadga intiluvchanligi to'g'risida gapirishimiz mumkin. Bunday layoqat uning o'z salomatligiga ham taalluqlidir. Ya'ni, o'z salomatligimizni himoya qila olishimiz, o'z irodamiz, xohishimizni sabr-qanoat bilan boshqarishimiz mumkin.

Ruxiy salomatlik orqali jismoniy salomatlikni ham saqlash va boshqarish mumkinligi g'oyasi yangi bo'lmay, u 20-asrning boshlaridayoq, psixolog va psiatr mutaxassislar diqqatini o'ziga tortgan. Olimlar shuni takidlashganki, sog'lom inson bemordan farqli ravishda o'zidagi jami psixik jarayonlar, holatlar va qobiliyatlarni boshqarish mumkin. Bu borada rus psixologi S S Korsakovning qarashlari diqqatga loyiqdir. U shaxsning yaxshikigi g'oyasi doirasida shuni ta'kidlaydiki, uning fikricha, ruxiy bemorlarda, eng avvala shaxsiga, shaxs yaxlitligiga bevosita aloqador buzilishlar kuzatiladi. Bu kabi bemorlarda nafaqat onglilik borasida buzilishlar kuzatiladi. Bu kabi bemorlarda nafaqat onglilik borasida buzilishlar normalariga munosabati o'zgaradi, fikrlash tarsi sog'lom odamnikidan farq qiladi. Ya'ni, ma'naviy va ruhiy salomatlik, eng avvalo, insonning tashqi muhit va u bilan o'zaro munosabatlari tizimi bilan bog'liqdir. Bunda insonning o'z mavqeini idrok qilishni, hayotiy faolligi katta ahamiyat kasb etadi.

Shaxs tomonidan salomatlikni psixologik nuqtai nazardan boshqarish o'z ichiga quyidagi bosqichlarni oladi: maqsad-muddaoni qo'yish, o'zidagi mavjud ma'lumot va axborotlarni tahlil etish, mustaqil qarorlar qabul qilish, ijrosini ta'minlash va nazorat

qilish. Har bir alohida bosqichda shunday o'zoga xos jarayonlar ro'y beradiki, ular oxir-oqibat salomatlikni ta'minlaydi. Masalan, odaning o'z oldiga aniq haqiqiy mo'ljalarni qo'ya olishi, kelgusida qanday kasb-korga ega bo'lishiga oid aniq tasavvurlarning mavjudligi, hayotda tasodifan qandaydir mavqega ega emas, balki o'z sa'y-harakatlari, hayotiy intilishlari tufayli o'rnini topishini anglashi kabilar o'ta muhim bo'lib, insonning salomatligi, o'zini boshqalar orasida yaxshi his qilishini ta'minlaydi. Chunki odamning dangasaligi, aniq hayotiy tamoillariga ega bo'lmasligi, o'z mehnati bilan nimadir qilishni bilmasligi nafaqat jamiyatga, balki o'sha odamning o'ziga ham faqat salbiy emosionalarni keltirib chiqaradi, qayg'uradi, asabiy bo'lib boradi, oqibatda bora-bora salomatligi ham emirilib boraveradi. Ayniqsa, odamning o'zi suymagan ishi bilan mashg'ul bo'lishga majbur etilishi, tanlagan kasbining o'ziga umuman yoqmasligi kabi holatlar bora-bora ruhiy tangliklarni hattoki, shaxsning psixologik yaxlitlik sifatidagi holatiga ham putur etkizadi.

БОЛАЛАР ТАРБИЯСИДАГИ ЭНГ МУҲИМ ҚОИДАЛАР

*Аҳмедова Нодира Хабибуллаевна
Бешариқ тумани 55-мактаб психологи,
Насриддинова Чаросхон Самиевна
Бешариқ тумани 12-мактаб психологи*

Агар бир киши илгари билмаган ва кўрмаган бирон бир мураккаб замонавий жиҳоз сотиб олгудек бўлса, албатта, уни ишлаб чиқарувчилар тарафидан тайёрланган каталог (фойдаланиш йўриқномаси)ни ўқиш ёхуд бу жиҳозни ишлатиб кўрган кишилардан сўраб-суриштириш орқали ундан фойдаланишга ҳаракат қилади. Аксар ҳолларда ишлаб чиқарувчилар миждозларни жиҳоз тўғрисида етарли маълумотга эга бўлмасдан туриб уни ишлатишдан огоҳлантирадilar. Шунингдек, одамлар бундай буюмларни ишлатиш мобайнида

жиддий хатога йўл қўядилар ва оқибатда катта маблағ эвазига қўлга киритилган бу жиҳозларнинг ишдан чиқишига олиб келади.

Бола ҳар қандай жиҳоздан кўра мураккаброқдир. Унга тўғри тарбия бериш пухта билим, тажриба ва маҳорат талаб қилади. Бироқ одамлар буни тан олгиси келмайди. Шунинг учун бўлса керак, бамайлихотир етти-саккизта бола кўришга журъат қиладилару, фарзанд тарбияси тўғрисида битта китобча бўлса-да, мутолаа қилиш ё бирон бир маъруза тинглаш ёхуд мутахассисдан маслаҳат сўраш ҳаёлларига ҳам келмайди. Биз бу лоқайдликнинг аччиқ самарасини татиб келмоқдамиз. Кўп сонли ўспирин йигит ва қизларнинг қинғир-қийшиқ йўлларга кириб кетиши, яна қанчадан-қанча ёш авлоднинг ўқиш ҳамда амалий ҳаётдаги муваффақиятсизлиги мана шу лоқайдликнинг мудҳиш натижасидир. Бироқ бизларни қувонтирадиган хушxabар шуки, кейинги пайтларда одамларда фарзандларининг яхши тарбия топиши ва намунали таълим олиши муҳим экани ҳақидаги онг-тушунчалари ўсиб бораётганини ҳис қилмоқдамиз.

Мен бу борада қуйидаги фикр-мулоҳазаларни билдирмоқчиман:

1. «Тарбия маданияти» деганда тарбиявий муҳитни ҳосил қилиш, болалар тарбияси ва уларни салоҳиятли ўстириш услублари ҳақида, шунингдек, фарзандлар муаммолари ва улардаги хато-камчиликларга қандай ёндашиш борасида талаб қилинган маълумот ҳамда тажрибалар йиғиндиси назарда тутилади.

Қолаверса, «тарбия маданияти» деганда, аввало, тарбия негизини, унинг ўзаро таъсирланиш, таъсир ўтказиш ва ўзаро жамоавий руҳият пайдо қилиш асосига қурилганини англаб етиш ҳамда бу нарса талаб қиладиган тамойиллар, кадриятлар, фидокорлик, ғоя ва тушунчалар назарда тутилади. Тарбия маданиятини ташкил қилувчи мазкур унсурлар мукамал тарзда йиғилиши бениҳоят мушкул ишдир. Шунинг учун биз доимо ўзимизни тарбиявий муаммолар исканжасида ҳис қиламиз, бу муаммоларни бартараф этиш борасида муносиб равишда иш юритишни билмай бошимиз қотади. Негаки, тарбия иши ғоят мураккаб иш. Бу иш мураббийдан яхши билим ва ҳикмат, шунингдек, асабий мувозанат ҳамда вазминлик билан бир қаторда муайян даражада амалий тажриба

ҳам талаб қилади. Агар, борди-ю, мазкур ишлар қаторида мураббийга Аллоҳнинг тавфиқи, хидояти ва тўғри йўлга йўналтириши ҳамроҳлик қилмас экан, у ҳолда бу нарсалар айтарли ҳеч нарса ифода этмайди. Шу боис масаланинг бу томонидан ғафлатда қолмаслигимиз, муттасил равишда Аллоҳдан тавфиқ ва хидоят сўраб дуо қилишимиз зарур.

2. Тарбия иши ниҳоятда қизиқарли ва айна чоғда ўта машаққатли ҳамдир.

Бу ишнинг машаққатлилигининг бир томони шундаки, тарбия билан шуғулланар эканмиз, унинг оғирлигини ҳис этамиз. Бу йўлда кўп саъй-ҳаракат қилаётганимиз ва анча қимматбаҳо нарсаларни қурбон этаётганимизни биламиз-у, бироқ болаларнинг шахсияти ҳамда юриш-туришида бунинг асоратини пайқамаймиз.

3. Жамиятлар содда ва тор муҳитлардан мураккаб ҳамда кенг муҳитларга ўтиш ҳаракатини бошдан кечиради.

Бу ҳаракат шиддатли кечади ва унга фарзандлар тарбиясида акс этадиган талай ўзгаришлар ҳамроҳлик қилади.

Тор жамиятларда одамлар ўртасидаги ўзаро меҳр-оқибат ва ҳамкорлик даражаси юқори бўлади. Чунки уларнинг бир-бирлари билан алоқалари кучлидир. Шундан келиб чиққан ҳолда бир-бирларининг ғам-ташвишларини ҳис қилиш нисбати ҳам юқоридир. Бу ўз ўрнида бундай жамият аъзоларида қариндош-уруғ, кўни-кўшни ва ўртоқлари фарзандларининг хатти-ҳаракатларидан қандайдир маънавий жавобгарлик ҳиссини пайдо қилади. Бундай жамият аъзоларининг барчаси тарбия иши билан шуғулланади, ўзаро ёрдам беради ва ҳамкорлик қилади.

Бироқ бу ҳолат салбий томонга ривожланиб борди. Одамларда хусусийчилик ва шахсийлик доираси кенгайиб, кўпчилик оталар фарзандлари ҳаётига бошқаларнинг аралашувини қабул қилмай қўйдилар. Шунингдек, ҳозирги даврда одамларда қандайдир ўз қобиғига ўралиш, жамоавий йиғин ва тўй-ҳашамлар ўрнига ўзининг шахсий кўнгилхушликларига мойилликни кузатиш мумкин. Биз ҳақиқатдан ҳам борган сайин кўпроқ узлат ҳаёти сари йўл олмоқдамиз! Бу дегани бундан буён ота-оналар фарзандлар тарбияси борасида яқин вақтларгача мавжуд бўлган жамоавий ҳамкорликни кутмасдан, балки энди

тарбия масъулиятини фақат уларгина ўз зиммаларига олишлари лозимдир. Бу бошқа бир тарафдан шуни ифода қиладики, эндиликда ҳаётимиздаги қусур ва камчиликларни ислоҳ қилиш жамиятдан оила ичкарасига йўналтирилмасдан, аксинча, оиладан жамиятга йўналадиган бўлиб қолди.

Намунали ва олийжаноб мусулмон оилагина жамиятдан ёрдам кутмаган ҳолда унга барчага ўрناк бўладиган андозаларни тақдим этади. Бироқ бу афсусланарли ҳол!

4. Маданиятнинг таназзулга юз тутиши жамиятнинг таназзулидан келиб чиқади.

Жамиятнинг таназзули эса оила тарқоқлигининг самарасидир. Негаки, оила жамиятни ташкил қилувчи асосий бирикмадир. Оила тарқоқлигининг сабаблари жуда кўп. Бироқ биз бу сабаблардан энг муҳимига эътибор қаратишимиз зарур. Қолаверса, ота-оналарда фарзандларга нисбатан масъулият туйғуси заифлашди, улар турли хил тубан йўллар ва услублар билан кўнгилочар тадбирлару дунёвий лаззатларга берилишди, ушбу нарсаларга ортиқча кадр-қиймат ва эътибор қаратган ҳолда ота-онанинг бундай ишларга муккасидан кетиши ҳам оила тарқоқлигининг энг муҳим сабабларидан биридир.

Шундан келиб чиққан ҳолда, оилани ҳимоя қилиш йўлидаги саъй-ҳаракатларимиз жамият ва умматнинг таназзулга юз тутишидан асраш ҳамда ақиданинг инқирозга учрашидан сақлашда катта ҳисса кўшади.

5. Шуни айтиб ўтиш ҳам лозимки, одамларнинг болалар тарбияси соҳасида бошдан кечирган қийинчиликлари турличадир.

Шундай фарзандлар борки, уларни кўрганингизда ўзидан кичик укаларини тарбиялаш борасида ота-онасига ёрдам бериш учун берилган илоҳий инъом эканини ҳис қиласиз. У одобли, доно, итоатгўй, олийжаноб, тиришқоқ...

Айни дамда шундай фарзандлар борки, улар ўн йил ёки йигирма йил давомида оила аъзоларига тинчлик беришмайди. Шу боис олдин ишора қилиб ўтганимдек, муттасил фарзандларимизга ҳидоят ва дину-диёнат сўраб Аллоҳга дуо қилишимиз ва бундан асло зерикмаслигимиз зарур. Ушбу ўринда таъкидлаш керакки, характери оғир ва шўх фарзандларимизни тарбиялаш бизнинг оила ва

тарбия маданиятимиз учун «калит» вазифасини бажарсин. Мисол учун болаларимиздан бирининг қайсарлиги, насихат ва йўл-йўриқларга осонликча қулоқ солавермаслигидан қийналадиган бўлсак, у ҳолда бу муаммонинг ечими боладан нолиш ва шикоят қилиш бўлмаслиги керак. Аксинча, агар фарзандлардан бири шизофрения касаллиги ёхуд алоҳида қаровга муҳтож бўладиган бошқа бирон ғаройиб хасталикка чалинганида уни даволаш учун ўқиб-изланганимиздек, қайсар болалар билан қандай муомала қилиш ҳақида ҳам ўқиб-ўрганиш зарур.

Оғир характерли, ўзига хос фарзандлар билан муомала қилиш биз учун бир синов бўлиб, бу синовдан муваффақиятли ўтиш бизнинг вазифамиздир.

Бир оиланинг дангаса, ўқишни севмайдиган фарзанди бор. Хўш, бу оиланинг бундай фарзандга нисбатан бурчи нима?

Ушбу оила дангаса болалар билан қандай муомала қилиш тўғрисида мутолаа қилиши, бу хусусдаги тарбия маданиятини бойитиши ҳамда оила аъзолари унинг мактабга бормасликка уринишига қарши қатъий ва ягона муносабат билдиришлари зарур. Қолаверса, бу борада мутахассислардан маслаҳат сўрашлари ва таълим олишга қизиқтирувчи барча воситаларни ишга солишлари керак.

Шундай қилиб, тарбиявий қийинчилик ва муаммолар бепарво, лоқайд ёки ожизлик ва таслим бўлиш мавқеида туриш ўрнига тарбия маданиятимизни бойитиш, болаларни тарбиялаш, уларга бу борада лозим бўлган йўл-йўриқларни кўрсатиш соҳасида илдам қадам ташлашга бўлган қатъиятимизни янгилаш манбаига айланади.

6. Тарбия маданиятини ҳосил қилиш фақат ота-онанинггина вазифаси бўлмай, балки бу бутун оила аъзоларининг бурчидир.

Ёлғиз ота-онанинг ўзи асло барча тарбия машаққатини кўтара олмайди. Оилангизда ёши учинчи ўн йиллик (20-30), иккинчи ўн йиллик (10-20) ва биринчи ўн йиллик (1-10) да бўлган, шунингдек, мактаб ёшига етмаган фарзандларингиз бўлса, у ҳолда бу болалар уйда ўзаро исломий одоб-ахлоқларни ўстириш, хатокамчиликларни бартараф этишда ҳамкорлик қилмоқликлари керак.

Биз фарзандлардан содир бўладиган хато-камчиликлар ва муваффақиятсизликлардан оиланинг умумий маданиятини пайдо қилиш йўлида фойдаланмоғимиз лозим. Айтайлик, қизингиз ўқув йили якуний имтиҳонидан ўта олмади ва бундан тушкунликка тушиб йиғлай бошлади. Бу сиз оила аъзолари учун қизингизга нисбатан ҳамдардлик, меҳрибонлик ва ёрдам қўлини чўзиш учун қулай фурсатдир.

Фарзандларингиздан бири ўз иниси билан жанжаллашиб қолди, дейлик. Бу жанжал асносида улар ўртасида ўзаро тушунмовчилик ва одоб доирасидан чиқиш юз берди. Мазкур ҳолат улар иккисидан хато содир қилганининг узр сўраши, бошқа бирининг эса ўз саховати ва кечиримлилигини изҳор қилиши учун айти муддаодир.

Шунингдек, фарзандлардан бири қайсидир шахсни ғийбат қилди, дейлик. Бу ҳолат ғийбат қилинган шахс шаънини ҳимоя қилиш ва боланинг ушбу хатти-ҳаракатининг нотўғри эканини эслатиш учун муносиб фурсатдир...

Биз жоҳил ва тарқоқ оилалар аъзолари ўртасига раҳна соладиган ишларнинг ўзаро оилавий ришталарни кучайтирувчи, жамоавий меҳр-оқибат туйғуларини ўстирувчи ҳамда уларнинг бу борадаги онг даражасини оширишга ёрдам берувчи омилларга айланишини истаймиз. Албатта, биз Аллоҳнинг мадади ва тавфиқи ила бу ишларга қодирмиз.

7. Биз оммавий ва оилавий ҳаётимизда содир этадиган энг катта хатолардан бири – «Бошқалар ҳам худди биз сингари фикр юритади, уларнинг ён-атрофдаги нарсаларга нисбатан муносабати ҳам айнан бизникига ўхшаш бўлиши керак», деб ўйлашимиз бўлса керак.

Дарҳақиқат, Аллоҳ таоло бизнинг юз-чеҳраларимизни бири-биридан фарқли қилиб яратганидек, феъл-атворимиз ва ақлларимизни ҳам тафовутли қилди. Одамлар юз тузилишининг ўзаро фарқли эканида беҳисоб фойдалар бўлганидек, уларнинг ақл даражалари ва хоҳиш-истакларининг хилма-хиллигида ҳам кўплаб манфаатлар бор. Фарзандлардан бири билан муомала қилишда яраган бир услуб, эҳтимол, унинг укаси билан бўлган муносабатда қўл келмаслиги, шунингдек, улардан бири хоҳлаган нарсани бошқа бири хуш кўрмаслиги мумкин ва ҳоказо...

Мақсад – тарбия маданиятимизни муттасил равишда бойитиб бориш ва фарзандларимизга қўлламоқчи бўлган тарбиявий услубларимизнинг хилма-хиллигини таъминлашдир. Мен биламан, бу иш ниҳоятда оғир ва машаққатли, бироқ буни қилмай иложимиз йўқ. Акс ҳолда муваффақиятсизлик бизга ҳамроҳдир. Кўп ота-оналарни кўрамизки, улар бирон бир тарбия услуби қайсидир фарзандига қўл келгани ва айти услубнинг бошқа фарзандига қор қилмаганидан ажабланишлар. Аслида биргина тарбия услубининг бир неча фарзандга мос келиши ажабланишга ҳақлироқдир.

8. Замонавий тарбия талаблари билан танишар эканмиз, биз ота-оналар фарзандлар тарбияси борасида жуда кўп ишларни амалга оширишимиз кераклигини чуқур ҳис қиламиз.

Амалга оширишимиз лозим бўлган бу ишлар балки бизнинг имконият даражамиздан ортиқ бўлиши, зиммамизга оғир мажбуриятларни юклаши мумкин. Мен бу ҳис-туйғунинг аниқ ва чинакам туйғу эканига аминман. Зеро, тарбия иши ҳафтада етти кун, бир кунда йигирма тўрт соат тўхтовсиз меҳнат талаб қилади. Тарбия иши баъзи ҳолатларда партизанлар уруши ёхуд тошлоқ ерда хандақ қазишга ўхшаб кетади. Дарҳақиқат, тарбия жараёни шундай, унинг табиати шундан иборат. Бироқ бу ўринда биз иккита нарсани доимо ёдда сақламоғимиз керак:

Биринчиси – фарзандларимизни тўғри тарбиялаш борасида сарфлаган барча саъй-ҳаракатларимиз, иншааллоҳ, ажр-савобга дохилдир. Зеро, уларнинг вужудга келишларига биз сабабчи бўлдик, уларни тўғри йўлга бошлаган ҳам бизмиз. Уларнинг қалбларига Аллоҳ ва Расулининг муҳаббатини солган, фозил инсонлар бўлиб етишишларига ҳаракат қилган, бу хусусда кўп нарсаларни қурбон қилган ҳам биз ота-оналармиз.

Аллоҳ таолодан умидимиз фарзандларимизнинг солиҳ амалларини бизнинг номаи аъмолларимизга киритсин, ҳаётдан кўз юмгач, болаларимизнинг дуолари сабаб даражаларимизни юксалтирсин. Агар бу нарса рўёбга чиқадиган бўлса, фарзандларимизнинг тарбияси борасида сарфлаган саъй-ҳаракатларимиз учун бизга бениҳоят катта мукофот берилган бўлади.

Иккинчиси – шуни эсдан чиқармаслигимиз керакки, бугун фарзандларимизга нисбатан биздан талаб қилинаётган нарса ўтмишда оналаримиздан бизларга нисбатан талаб қилинган нарса эди. Шунингдек, бу нарса келажакда фарзандларимиздан ҳам уларнинг фарзандларига нисбатан талаб қилинажакдир. Демак, масала қарз ва мажбурият, олди-берди масаласи экан.

Билим ҳамда тажриба, келажакка умид, сабр ва матонат билан кўп яхши нарсаларни қўлга киритиш мумкин.

TA'LIM TIZIMIDA AVTOAGRESSIV XULQ PROFILAKTIKASI, DIAGNOSTIKASI VA KORREKSIYASI

Salayeva Shirin Rustamovna
Xorazm viloyati Gurlan tumani 26-maktab psixologi

Ta'lim tizimida keying paytlarda xulqi og'ishgan o'quvchi, agressiv xulqli o'quvchi tushunchalari ko'p ishlatiladigan tushuncha sanalmoqda va bu ta'lim muassasi va pedagoglar, psixologlar uchun eng og'riqli dolzarb muommosi hisoblanadi. Chunki jamiyatda hamma bola ham bir xil tarbiya topmaydi. O'smirlik yoshiga kelib shaxs shakllanayotgan bir davrda xulqdagi og'ishishlarning asosiy sabablaridan biri bu tarbiyadagi xatolar va noto'g'ri tarbiya bo'lib qolmoqda. Shuningdek xulq og'ishishning asosiy sabablaridan yana biri sifatida chet el ommoviy axborot vositalari va internet tarmoqlarida og'ishgan xulqni, avtoagressiyani targ'ib qiluvchi qo'shiqlarning kliplari, turli xil ko'rsatuvlar, moda olamida jangarilik, vaxshiylikni aks ettiruvchi liboslarni urfga kirishini ko'rsatish mumkin.

Xulqi og'ishishning ko'rinishlaridan biri avtoagressiv xulq-atvor tushunchasidir. Agressiya tushunchasi-Shaxslararo munosabatlarda namoyon bo'luvchi xulq-atvor tiplaridan biridir. Agressiya boshqalar hayoti uchun xavf soluvchi va ziyon yetkazuvchi har qanday fe'l atvor ko'rinishidir. Agressiyaning ijtimoiy ma'qul va assotsatsial xulq atvor ko'rinishlari farqlanadi. Ijtimoiy ma'qul agressiya turida

frustatsiya, affekt, stress va nizo natijasida kelib chiquvchi zo'riqish hamda xavotirlanish ijtimoiy me'yorlarga mos keluvchi harakatlar orqali hal qilinadi. Assotsatsial agressiv xulq-atvor jamiyatda qabul qilingan me'yorlarga zid bo'lgan harakatlarda namoyon bo'ladi.

Hozirgi kunda yoshlar o'rtasida xulq atvor buzilishlarining eng ko'p uchrayotgani avtoagressiv xulq atvordir. Autoagressiya-bila turib yoki bilmasdan jismoniy va aqliy sohalarda o'zlariga zarar yetkazishdir.

Autoagressiyaning ko'plab ko'rinishlari mavjuddir:

- Alkogalizm,
- Narkomaniya
- Fohishalik
- Xavfli sport bilan shug'ullanish
- Badanga turli xil jarohatlar yetkazish
- Tatirovkalar
- Anoraksiya
- Suitsid

Autoagressiya ko'rinishlari orasida suitsid bugungi kunda eng dolzarb va ko'payib ketayotgan muommolardan biri hisoblanadi. Bugungi kunning dolzarb muommolari qatorida o'z joniga qasd qilish jahon mutaxasislari tomonidan chuqur o'rganilmoqda. Barcha dinlar singari Islom dinida ham o'z joniga qasd qilish o'ta og'ir gunoh ekanligi aytilgan. Insoniyat yaratilibdiki hamisha muommolar ziddiyatlar mavjud. Ota-bobolarimiz, momolarimiz qanchalik qiyin ziddiyatli davrda yashab o'tganlar, lekin shunga qaramasdan ular o'z joniga qasd qilishdan tiyilishgan. Xo'sh bugungi kunda o'smirlar orasida o'z joniga qasd qilishga nimalar sabab bo'lmoqda?

- O'ziga ishonch hissining yetishmasligi
- Shaxsning boshqalar tomonidan tan olinmasligi.
- Shaxsiy oilaviy nizolar.
- Xiyonat
- Ajrimlar
- Yaqin insonlarning o'limi

- Jismoniy nuqsonlar
- Ruhiy kasalliklar
- O'z sha'niga isnod,sharmandalikdan qo'rqish.
- Moddiy qiyinchiliklar.
- Nochor yashash.

Tan olinish kerakki ayrim sabablarga ko'ra suitsid holatlariga oid statistik ma'lumotlar ommaga e'lon qilinmaydi.Shunga qaramasdan,bu muommo ommolashib hatto yosharib bormoqda.Biror hududda mazkur holat ro'y bersa yaqin 1-3 oy davomida aholi tomonidan tahlil qilinib,turli xil mish mishlarga zamin yaratiladi.Shu mish-mishlar asosida suiqasd sodir etilgan hududda "Verter qonuni"rivojlanadi.(verter-menga taqlid qil) Shuning uchun suiqasd sodir bo'lgan hududda zudlik bilan quyidagi profilaktik chora tadbirlar tashkil qilish zarur.

* Maktab o'quvchilari orasida stress,depressiya,agressiya holatidagilarni aniqlash va ular bilan alohida korreksion ishlarni olib borish.

* Ota-ona,o'qituvchi bilan psixolog hamkorlikda o'smirda hayotga bo'lgan qiziqishini orttirishga yordam berish.

* Ota-onalar majlislarida o'smirlarda yuz beradigan krizis holatlari va ularni qanday qo'llab quvvatlash kerakligi to'g'risida maslahatlar berish

* O'qituvchilar va ota-onalariga suitsidning psixofiziologik mexanizmlarini yoritib berish.

* Maktabdagi notinch,kam ta'minlangan, yetim,ota-onasi chet elda bo'lgan,nogironligi bo'lgan shaxslar bilan alohida shug'ullanish ulardagi ruhiy zo'riqish holatini maxsus psixologik testlar yordamida aniqlash.

Suitsidga moyillikni mazkur diagnostik metodikalar yordamida aniqlash mumkin:Oilaviy anamnez bilan diagnostik interyu, "O'zini anglash O'z-o'ziga bahoberish", "Tengdoshlar", "Maysazordagi hayvon", "Mavjud bo'lmagan hayvon", "Tugallanmagan gaplar", "Xavf-xatarga moyillik" testi, Lyusher testi, "Ota-onalarning o'smir yoshdagi farzandini tushunish"testi, "Korolevaning "Emotsional holatnianiqlash"testi Lenchkoning "P.D.O"testi, Rozentsveykning "Frustratsiya"testi, Bass

ning “Shaxsning yo’nalganligini aniqlash” testi, Temml – Darki – Pmenning “Xavotirlanish” testi.

Suitsidga moyilligi bor o’quvchi aniqlansa avvalombor, uning o’ziga ishonchini orttirish, o’z-o’ziga beradigan bahosini ko’tarish, jamoada jamiyatda kerakli shaxs ekanligini anglatish zarur. O’smirlardagi suitsidal xulq-atvorga hayotiy pozitsiyaning sustlashuvi olib kelmoqda. Shunday ekan, hayotiy pozitsiyaning takomillashuviga yo’naltirilgan kompleks chora tadbirlarni amalga oshirish darkor. Ya’ni hayotiy maqsadlarni ifodalovchi badiiy asarlar, musiqa, jismoniy tarbiya mashqlari, artterapiya, loy terapiya usullarini qo’llash orqali o’smirda maqsadni belgilash, o’zini nazorat qilish, o’zini-o’zi boshqarish kabi muhim psixologik fazilatlarni shakllantirish zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Sh. Mustafayeva. “O’smir psixologiyasi: biz bilmagan jihatlar” Ilmiy uslubiy nashr. Farg’ona 2015 yil
2. <https://wikipedia.ru.org>
3. <https://.psychology akademy>

OILA -FARZAND TARBIYASINING ASOSIY BO’G’INIDIR

Ko’samova Nodira
Sirdaryo viloyati Xovos tumani 17-maktab psixologi

Kishilik jamiyatining ijtimoiy-iqtisodiy taraqqiyoti tarixidan ma’lumki, yosh avlodning kamoloti oilada shakllanadi. Oila — jamiyat hayotining kichik bir debochasi bo’lib, har tomonlama sog’lom, barkamol avlodni voyaga yetkazish uchun ma’sul bo’lgan g’oyat muhim tarbiya o’chog’idir.

Oilada tarbiyasida doimiy tarbiyaviy ta’sirchan kuch — oilada ruhiy xotirjamlik, samimiy munosabat, ota-ona obro‘ining yuqori bo’lishi, bolalarga talab qo’yishda oila kattalari o’rtasidagi birlikning saqlanishi, bola shaxsini mehnatga tarbiyalashga alohida e’tibor berish, bolani sevish va izzatini joyiga qo’yish, oilada qat’iy rejim va kun

tartibini o'rnatish, bolaning yosh va shaxsiy xususiyatlari-ni hisobga olish, boladagi o'zgarishlarni kuzatib borish, undagi mustaqillikka intilish va tashabbuskorlik sifatlarini qo'llab quvvatlash va boshqalar.

Oila qanchalik tartibli, uning a'zolari o'rtasidagi munosabat samimiy bo'lsa, Oila tarbiyasi ham shunchalik muvaffaqiyatli bo'ladi. Oila tarbiyasida ota-ona obro'si, ularning kuzatuvchanligi, sezgirligi, hozirjavoblighi muhim tarbiyaviy ahamiyatga ega. Oila tarbiyasida tarbiya jarayoni zerikarli, quruq nasihatgo'ylikdan iborat bo'lib qolmasligi lozim. Bola hayotining ko'p qismi oilada o'tadi. Shu boisdan mavjud an'analar, urf-odatlar, rasm-rusumlar va marosimlarning ijobiy ta'sirida bola asta-sekin ka-mol topib boradi.

An'ana va marosim Oila tarbiyasining qudratli qurolidir. Oila tarbiyasi ijtimoiy tarbiya bilan uzviy aloqada bo'lsagina, kutilgan natijalarga eri-shish mumkin. Oila tarbiyasida yutuklarga erishish ota-onalarning pedagogik bilimlarga egaligi, Oila tarbiyasi bo'yicha tajribalar alma-shishi, ota-onalarni tarbiyaviy ishlarga qizg'in jalb qilishga ham bog'liqdir. Har bir ota-ona Oila tarbiyasida o'zlarining burch va mas'uliyatlarini chuqur anglashlari lozim.

Yaxshi oilaviy muhit, bolani kitob o'qishga, mehnat qilishga o'z vaqtida jalb etish ham oila tarbiyasining muvaffaqiyati garovidir. Oilada ota yoki onaning yo'qligi yoki ulardan birining ketib qolishi Oila tarbiyasiga katta zarar yetkazadi. Ularning bolaga beradigan tarbiyaviy ta'sir kuchi yo'qoladi, Oila tarbiyasidagi muvozanat buziladi. Bunday sharoitda bola qalbi qat-tiq jarohatlanadi, u tajang, serjaxl, qo'pol, dag'al bo'lib qoladi, kattalarga ishonmay qo'yadi, o'qishi pasayib ketadi. Oila tarbiyasida otaning obro'si katta ahamiyatga ega.

Bolalarni barkamol inson qilib yetishtirishda maktabni oila bilan bog'lamasdan muvaffaqiyatga erishib bo'lmaydi. Shuning uchun Oila tarbiyasida maktab va ota-onalar o'rtasidagi ta'limtarbiyaga oid birgalikdagi ishlari katta ahamiyatga ega. Otaonalarning o'qituvchilar bilan bo'lgan uchrashuvlarida aytilgan fikrlar, ayniqsa qimmatlidir. Chunki ular o'z farzandlari to'g'risida ko'proq narsalarni bilib oladilar. Shuning uchun bola tarbiyasining tub mohiyatini tushungan har bir ota-ona oila bilan maktab o'rtasidagi hamkorlikni mustahkamlashga intiladi.

Bola maktabni tamomlagunga qadar ota ona maktab bilan yaqin aloqa oʻrnatishi, farzandining darslarini oʻzlashtirishi, xulq-atvoridan xabardor boʻlib turishi, tarbiya masalalarida oʻqituvchi, sinf rahbari bilan maslahatlashib turishi, bolaning darsdan soʻng nima bilan mashgʻulligi haqida oʻqituvchi va sinf rahbarini xabardor qilib turishi lozim. Uz navbatida oʻqituvchi va sinf rahbari ham bolaning oʻqishi, odobi, xulqi, maktabda oʻzini tuta bilishi haqidagi maʼlumotlarni ota-onaga yetkazishi, zarurat tugʻilganda paydo boʻlgan muam-molarni birgalikda hal qilishi zarur. Farzandi maktabga borgan ota-ona maktab jamoasining aʼzosi boʻlib qolishi kerak. Oʻqituvchi va sinf rahbari ham oʻz oʻquvchisining oilasi bilan mustahkam ham-korlikni yoʻlga qoʻymogʻi lozim.

Oila tarbiyasida ota-onalarning mahalla faollari, mehnat faxriylari bilan hamkorliklari ham muhim. Oila tarbiyasi farzandlarning har tomonlama kamol topishi uchun qulay sharoitlar yaratilsagina muvaffaqiyatli boʻlishi mumkin. Oila tarbiyasida har bir oila oʻziga xos xususiyatlarni namoyon qiladi.

Xulosa qilib aytganda oilada bola tarbiyasining milliy oʻziga xos qoidalari mavjud boʻlib, ota-onalar ulardan oʻrinli foydalanishlari lozim. Oilada maʼnaviy-ruhiy hotirjamlik, oʻzaro totuvlik xukmron boʻlsa, oila aʼzolari bir-birlariga gʻamxoʻr boʻlsalar, bola tarbiyasining tayanch nuqtasini topa olsalar, bunday muhit bola tarbiyasiga ijobiy taʼsir etadi va ular farzandlariga haqiqiy baxt hadya etadilar, bu bilan ishimizda rivojlanish, jamiyatimizda olgʻa siljish boʻladi

Foydalanilgan adabiyotlar

1. A. Avloniy. “Turkiy guliston yohud axloq”. T., “Oʻqituvchi”. 1994
2. Jamoa. Oila pedagogikasi. T., “Aloqachi”, 2007
3. M. Imamova. Oilada bolalarning maʼnaviy axloqiy tarbiyasi — T. “Oʻqituvchi”.

1999

KICHIK MAKTAB YOSHI INQIROZI VA UNI OLDINI OLISH HAMDA BARTARAF ETISHDA PSIXOLOGIK TRENINGLARNING AHAMIYATI

Xayitboyeva Maxliyo Abdunabiyevna
Asaka tumani 8-maktab psixologi

Maktab hayotining birinchi bosqichi uchun shu narsa xarakterliki, bola sinfdagi va uydagi xulqini nazorat qiluvchi o'qituvchining yangi talablariga bo'ysunadi, shuningdek, o'quv fanlarining mazmuniga qiziqqa boshlaydi.

Birinchi sinf o'quvchilari boshdan kechiradigan uch asosiy qiyinchilik bor:

1. Boladan erta uyg'onish, maktabga o'z vaqtida kelish, barcha darslarda bir joyda qimirlamasdan o'tirish, uy vazifalarini vaqtida bajarish kabi irodaviy vazifalar talab etiladi. Bungacha doimiy harakatda bo'lgan va hech qanday mas'uliyat yuklanmagan bola uchun bu o'ziga xos jarayon bo'lib, bu unda ba'zida stresslarni ham yuzaga keltirishi mumkin.

2. Ikkinchi tur qiyinchilik o'qituvchi, sinfdoshlar va oiladagi o'zaro munosabatlar xususiyatidan kelib chiqadi. Maktabgacha ta'lim muassasasidan farqli ravishda bu munosabatlarda ham bola ba'zi qiyinchiliklarga duch keladi (masalan, uy vazifasini bajarmaganligi yoki darsda tinch o'tira olmagan uchun jazo olishi mumkin).

3. Qiyinchiliklarning uchinchi turi – o'quv yili o'rtalaridan o'quv materialini oshib boradi. Hali maktab sharoitiga to'liq moslashib ulgurmagan bola uchun o'quv yuklamasining ortib borishi ham unda moslashish jarayonining qiyin kechishiga sabab bo'lishi mumkin.

4. Qisqacha qilib aytadigan bo'lsak, bola duch kelishi mumkin bo'lgan qiyinchiliklar: moslashuvchanlikdagi qiyinchiliklar, bilish jarayonlarining yetarli darajada rivojlanmaganligi hamda irodaviy jarayondagi qiyinchiliklardir.

Maktabga qadam qo'yish bilan bola hayotida muhim psixologik o'zgarishlar sodir bo'ladi. U yangi rejimning ayrim muhim odatlarini o'zlashtiradi, o'qituvchi va o'rtoqlari bilan ishonchli munosabatlar o'rnatadi. O'quv materialini mazmuniga nisbatan paydo bo'lgan qiziqish asosida unda o'qishga bo'lgan ijobiy munosabat mustahkamlanadi. Bunda yuqorida sanab o'tilgan qiyinchiliklar bolada maktabga va

bilim olishga nisbatan salbiy munosabatning shakllanishiga sabab bo'lishi mumkin. Fan tilida kichik maktab yoshi inqirozi nomi bilan ma'lum bu kabi holatlar kelgusida yanada kattaroq va kengroq muammolarni yuzaga keltiradi. Fanlarni o'zlashtira olmaslik, muntazam dars qoldirish, dars jarayonida o'qituvchining dars o'tishiga va sinfdoshlariga xalal berish- bu muammolarning boshlanishi, xolos.

Kichik maktab yoshidagi o'quvchilarning maktab sharoitiga moslashuvi hamda o'quv materiallarini oson o'zlashtirishlarida korreksion-psixologik treninglarning ahamiyati katta. Muntazam va izchillik bilan olib borilgan korreksion-psixologik treninglar yuqorida aytib o'tilgan kichik maktab yoshidagi bola duch kelishi mumkin bo'lgan muammolarni hal etibgina qolmay, balki normal darajada moslashgan bolalarni ham aqliy va hissiy jihatdan rivojlanishlariga ko'maklashdadi. Bunda trener bola duch kelishi mumkin bo'lgan qiyinchililarning har uch turi yuzasidan bir nechta korreksion o'yinlarni tanlab olib , bitta yaxlit trening sifatida tashkil etadi hamda ana shu bitta mashg'ulot orqali bir nechta muammolarni bartaraf etish imkoniyatiga ega bo'ladi.

Masalan:

Kirish qismi.

Treningning borishi.

-Treningning qoidalari, maqsad va vazifalari bilan tanishtirish:

Qoidalar:

-faollik

-ko'ngilli ishtirok

-belgilangan vaqtga rioya qilish:

-boshqalar fikrini hurmat qilish:

-qo'l ko'tarish qoidasi.

1-mashq Tanishuv.

“Mening yoqtirgan narsam” mashqi.

Maqsad :Guruh a'zolari o'rtasida ijobiy psixalogik muhitni yaratish,diqqat va xotirani rivojlantirish.

Mashqni borishi:Ishtirokchilar doira bo'lib o'tiradilar.

Boshlovchi har bir ishtirokchiga ko'ptok otadi.

Koptokni ilib olgan o'quvchi o'z ismi va yoqtirgan narsasini nomini aytib bo'lishgach, o'quvchilarining bir-birlaridan boshqalarining yoqtirgan narsalari yoki biron bir sanab o'tilgan narsani kim yoqtirilishi so'raladi.

Muhokama.

Xulosa.

2-mashq .

“Suv, havo, yer” mashqi.

Maqsad :Guruh a'zolari o'rtasida eshitish va harakat sezgilarini, diqqatini rivojlantirish.

Mashqni borishi: Ishtirokchilar doira bo'lib o'tiradilar.

Boshlovchi o'yin sharoiti bilan tanishtiradi:

agar u “yer” desa , hamma qo'lini pastga tushirishi kerak, “suv” desa, qo'llarini o'ngachapga harkatlantiradilar. Havo” deganda ,qo'llarini osmonga ko'taradilar. O'yin bir necha marotaba takrorlanadi.

Muhokama.

Xulosa.

Refleksiya .

Yuqorida ko'rsatib o'tilgan mashqlarning har ikkalasi ham bir vaqtning ham guruhda ijobiy muhitning yuzaga kelishiga ham bilish jarayonlarining rivojlanishiga ham bolaning hissiy jarayonlariga ijobiy ta'sir o'tkazish xususiyatiga ega. Albatta bir – ikki marta o'tkazilib, so'ng to'xtab qolgan mashg'ulotlar natijaviylikka ega emas. Bu mashg'ulotlar muntazam ravishda va izchillikka rioya etilgan holda o'tkazilsagina, natijalar ko'zga tashlanadi. Sodda til bilan aytganda, ma'lum bir dastur asosida tuzilgan, yil davomida haftada bir yoki ikki marta tashkil etiladigan mashg'ulotlargina ko'zlangan natijani berishi mumkin. Bunda maktab amaliyotchi psixologlarining o'rni katta. Chunki bunday mashg'ulotlarni faqat ular tashkil etish imkoniyatiga ega. Buning uchun maktab amaliyotchi psixologida boshlang'ich sinflarning har biri uchun taxminan quyidagi mazmunda ish reja mavjud bo'lishi lozim:

1-sinf o'quvchilari bilan yil davomida olib boriladigan pedagogik –psixologik ishlar

№	O'tkaziladigan tadbir nomi	Tadbir o'tkaziladigan vaqt	Tanlangan metodika, tadbir va treninglar manbasi	Tadbir o'tkazilishid an maqsad	Tadbir o'tkazilgan vaqt	Kutiladigan natijalar
1	1-sinf o'quvchilarining maktab ta'limiga psixologik tayyorgarligini o'rganish uchun Kern Yerasikning "Test suhbat" metodikasini o'tkazish.	sentyabr	K.Yerasikning "Test suhbat" metodikasi	Psixodiagnostika		O'quvchining maktab ta'limiga tayyorgarligi haqida ma'lumot to'planadi
2	6-6,5 yoshli o'quvchilarning rivojlanishini aniqlash: A.Vengerning "Grafik diktant" metodikasini o'tkazish.	sentyabr	A.Vengerning "Grafik diktant" metodikasi	Psixodiagnostika		
3	1-sinf o'quvchisini maktabga moslashtirishga qaratilgan trening mashg'ulotini o'tkazish: "Baliq, qush, eshik..."	oktyabr	72 soatga mo'ljallangan Psixologik salomatlik dasturi.	psixokorreksiya		
4	O'quv faoliyati kommunikativligi darajasini aniqlash: "Qo'lqopchalar" metodikasi (hamkorlikni tashkil etish jarayonida faoliyatni shakllantirish)	oktyabr	Maktab psixologi rasmiy telegram kanali	psixokorreksiya		

Keltirilgan taxminiy ish rejada psixolog 2 haftada bir marta mashg'ulot o'tkazilishi nazarda tutilgan. Bunda mashg'ulotlarni boshlashdan oldin muammolarni dianostika qilish uchun hamda bir nechta mashg'ulotlardan keyin natijaviylikni ko'rish uchun psixodiagnostik metodikalarni olish ham ko'zda tutilgan. Albatta, bu mashg'ulotlar 1-sinf o'quvchilari uchun haftada bir martaga oshirilsa, yanada yaxshi bo'ladi. Biroq maktabda psixolog o'z mashg'ulotlarini tashkil qilish uchun alohida soat ajratilmaganligi sababli bu imkonsiz. Chunki 1-sinf o'qituvchilari o'z dars soatlarini har hafta bera olmaydilar. Bu kabi mashg'ulotlarni 2-3-4-sinf o'quvchilari uchun ham oyda 2 marta tashkil etilsa, o'ylaymanki, biz yuqori sinflarda duch kelishimiz mumkin bo'lgan ko'pgina muammolarning oldi olingan bo'lar edi.

МАКТАБ YOSHIDAGI BOLALARNING PSIXOLOGIK HOLATLARI

*Maxadova Dilafruz Badriddinovna
Yashnobod tumani 339-maktab psixologi*

Butun dunyoda bolalarning ta'lim tarbiyasiga e'tibor berish ularni bilim salohiyatini yuksaltirish hozirgi kunda yetakchi o'rinda turibdi desak mubolag'a bo'lmaydi. Bola tarbiyasini to'g'ri shakllantirishda psixologlarning o'zni muhim ahamiyat kasb etadi, xususan maktab psixologining.

Maktab psixologiyasi quyidagi tamoyillarni qo'llaydign sohadir. Maktab psixologiyasi, ta'lim psixologoyasi rivojlanish psixologiyasi, klinik psixologiya. Shuningdek, o'quvchilar va ota- onalar bilan hamkorlikda bolalar va o'smirlarning aqliy salohiyati va o'zini tutushi ehtiylarini qoniqtirish uchun xizmat qiladi.

Insoniyat paydo bo'lganidan to bugungacha, ta'lim va tarbiya tushunchasi uni qanday amalga oshirish ta'lim tarbiyada nima muhim? Ta'lim tarbiya nega muhim? Bunda asosan aysi jihatga e'tibor qaratish lozim? – degan savollarga bahs yuritish har kim o'zining dunyoga bo'gan qiziqishlaridan kelib chiqib ,har bir millat esa o'z mintalitetidan kelib chiqqan holda yondashadi. Aynan maktab psixologiyasi ham ta'lim va tarbiyada, o'qituvchi, murabbiy, asosan o'quvchilardagi salbiy jihatlarni o'rganadi va ijobiy hal qiladi.

Bolalar uchun taniqli pediatir “Benjamin Spok” shunday yozadi: “6 yildan” kegin bolalarda ota- onasini chuqur sevishadi lekin uni ko'rsatishga urinmaydi. Ular hech bo'lmasa boshqalar oldida o'pishini yoqtirmaydi. Bola boshqa odamlarga sovuq munosabatda, faqat “ajoyib insonlar” deb hisoblaydiganlarga. U mulk yoki “chiroyli bola” kabi sevilmoqchi emas. U o'zini hurmat qiladi va hurmat qilishlarini hohlaydi. Ota- ona qaramligidan qutilish uchun u o'z oilasi tashqrisidagi g'oyalar va bilimlarga ishonadigan katta yoshli kishilarga aylanmoqda.Ota-onasi unga o'rgatgan narsalar unutilmaydi, shuningdek, ularning yaxshi va yomonlik tamoyillari qalbida chuqur ildiz otgan. Ularni fikrlarini u ko'rib chiqadi. Lekin ota-onasi nima qilish kerakligini eslatganda u g'azablanadi, chunki u o'zi biladi va ongli ravishda bo'lishni hohlaydi.

Maktab yoshidagi bolalarning zexinli jaroyonlarining rivojlanishi:

Bu davirda bolalarning soʻz boyligi 7 ming soʻzga koʻtariladi. Nutning rivojlantirish uchun juda muhim ahamyatga ega. Ushbu vaqt mobaynida tillarni mukammallashtirish uchun asos boʻlgan mutanosib nutqning rivojlantirishning dolzarb ehtiyoji, bola ustozlari ovozini tahlil qilish. Bola kontekstual nutq asoslarini oʻrganadi, bu uning rivojlanishining koʻrsatkichidir.

Fikrlash:

Ushbu davrd bolalarning fikrlashi eng asosiy vazifadir. Mantiqiy fikrlashning shakllanishi bolalarning toʻgʻri aqliy rivojlanishning belgisi hisoblanadi. Maktabda pedagog avvalo oʻquvchilarning psixik holatini taxlil qilish kerak, asab tizimini (temperament) tugʻma xususiyatlarini eʼtiborga olgan holda taʼlim metodlarini qoʻllash maqsadga muvofiq boʻladi. Ana shunda taʼlim samaradorligi yuqri boʻladi.

Yuqorida takidlaganidek insonlarning temperamentlari:

Bolalarning individual xususiyatlari haqida gapirilganda uning tugʻma biologik xususiyatlariga alohida eʼtibor berildi xususan atrofdagi bolalarni kuzatganda ular his-tuygʻularning namoyon qilishda, harakat tezligida farq borligi seziladi ayrim bolalar tajang, harakatchan va quvnoq boʻlsalar, boshqlari yovuz, tasirchan oʻz tuygʻularini yashiruvchi boʻlishadi. His tuygʻularning paydo boʻlish tezligi va kuchida hamda kishilarning umumiy harakatchanligida namoyon boʻladigan individual-psixologiya xususiyatlar majmuyi temperament dep ataladi.

Bolalarning temperamentiga tavsifnoma:

Xolerik mijozli bolalar- oʻz istagi va maqsadini amalga oshirish uchun hech narsadan tap tortmaydi, erkalik qiladi, janjal koʻtaradi, qaysarlik qiladi lekin oʻz aytkanini bajartiradi. Hamma narsa uning irodasi va kayfiyatiga bogʻliq, har bir holati uning yuz ifodasida aks ettadi. Ular gohi qaysar, goho eʼtiborsiz beixtiyor bajaruvchi va indamas boʻlib qoladilar. U “buyuk hayolparast “ oʻzi taʼsirlangan narsalarni oqizmay-tomizmay sanatkorona va mahorat bilan soʻzlab bera oladi. Xolerik mijozli bolalarning olov bilan qiyoslash mumkin. Hattoki rasm chizganda ham, toʻq ranglardan foydalanadi va voqealarni ifodali qilib aks ettiradi. Bunday bolalar oʻzi yaxshi koʻrgan doʻstlariga nisbatan odobli boʻlib ularga qoʻlidan kelganicha yordam beradilar. Ularning fikri mulohazalari oʻrinli ekani hayratga soladi. Ularning fikrlash jarayonini taʼriflash va

sharhlash qiyin bo'ladi. Ular kuch ta'siri ostida o'z tuyg'ularini, kechinmalarini va jahlini tiya olmaydi. Lekin biroz vaqt o'tgach sovugan vulqon kabi osoyishta bo'lib qolishadi. Bunday bolalarning to'g'ri tushunish va sabr toqatli bo'lish lozim.

Sangvinik mijozli bolalar-harakatchan, epchil, diqqati o'zgaruvchan bir narsaga bir daqiqadan ko'p e'tibor qarata olmaydilar. Bunday bolalarning harakatchan chumoliga o'xshatish mumkin: u hamma joyga borishga ulgiradi, hamma narsani bilishga intiladi. Barcha uni birdek jiddiy emas, e'tiborsiz, o'z- o'zini boshqara olmaydi deyishadi- yu, baribir yaxshi ko'radilar. Chuchuktamoq, yez- tez va oz- ozdan tamaddi qiladi. Uning ichki dunyosi tuyg'ularga boy, amma bu munosabatlarda yaqqol aks etmaydi. Bunday bolalarga ta'sir ko'rsatish uchun uning hurmatini, ijobiy munosabatini qozonish lozim. Kayfiyatining o'zgaruvchanligini hisobga olib, kun tartibini qiziqarli tashkil qilish lozim. Bunday bolalar yangi ishga berilib, kirishib ketadi, lekin ishdan tez sovushi mumkin. Darsda parishonxotirligi bilan ajralib turadi. Tevarak- atrofda ro'y berayotgan barcha hodisalar uning diqqatini jalb qiladi. Bunday bolalar qobilyatli, kitob o'qishni yoqtiradigan, hamma narsaga qiziqadigan bo'lsada, ularda yetarlicha matonat yo'q. Shoshqolikligidan yozma ishda ko'p hato qiladi. Yomon baho olsa yig'lashi ham mumkin, lekin 5 daqiqa o'tgach uning quvnoqligi tutib kulib turganini ko'rasiz. Bunday bolalar harakatchanligi, quvnoqligi, gapka kirishishi, yuz ifodasini jonliligi bilan yoqimlidir. Ammo ularga ko'proq tanbeh berishga to'g'ri keladi.

Flegmatik mijozli bolalar-kamroq harakati sust, muayyan bir narsani kuzatib, uzoq vaqt tinch o'tira oladi. O'z diqqatini bir narsaga qaratib, tevarak- atrofdagilarga e'tiborsiz bo'lib qoladilar. Ularning har bir ish harakati va faoliyatida erinchoqlikni kuzatish mumkin. O'ziga berilgan vazifa va topshiriqlarni sira shoshilmay bajaradi. Ular biror vazifa bajarayotganida tengqurlaridan qolib ketishi mumkin. Lekin ishi boshqalarnikiga nisbatan puhtarok va sifatliroq bo'ladi. Bunday bolalarning xatti-xarakatiga ko'proq e'tibor bersak, uning sustligi, savollarga turib- turib javob berishi, hozir javob emasligi yaqqol ko'rinadi. Ular o'ylab ish ko'radi, o'z faoliyatini rejalab, puhta bajaradi. Ularning zexni o'tkir va xotirasi yaxshi rivojlangan bo'ladi. Go'dagligi chog'laridayoq uning tartibga, doimiy bir tizimga intilishi seziladi. Yangi joy va sharoitlarga ko'nikib ketishi qiyinroq bo'lib, atrofdagilarni qiyin ahvolga solib, qiyin

ahvolga qo'yishi kuzatiladi. Tengdoshlari bilan tez kirisha olmaydi. Hamma ularni zerikarli bola dep o'ylaydi, chunki u chopmaydi to'palon qilmaydi. Bu ularning turmush tarzi, burch va javobgarlik hissi yaxshi rivojlangan. Bunday bolalar ichida tasviriy san'atga qiziqadiganlari ko'p bo'ladi.

Melanxolik mijozli bolalar ko'proq yolg'izlikni qumsab o'zini chetga tortadi, tinch o'yinlarni izlaydi. Bu tipdagi bolalarni ichki dunyosining sirli olam deyish mumkin. Kayfiyatga moslashishi juda qiyin. Har doim g'amgin bo'lib yuradi, uni kuldirish amri mahol. O'z yoshiga nisbatan aqilli ko'rinadi, ularning mantiqan fikr yuritishlari kishilarni hayratda qoldiradi. Lekin ularda "kichkintoy" odatlarni ham ko'rish mumkin, barmoqlarini og'ziga solishi, tirnoqlarini tishlashi kabilar. Rasm chizish, kitob o'qish jonu dili, qo'rqinchili voqealar va turli ertaklarni yoqtiradi. Maqul ko'rgan odamlari bilan emin-erkin gaplashadi, lekin ularning diliga kalit topish qiyin. Kam harakat ekani, uyquga kech yotishi, kun bo'yi yolg'iz bo'lib aqliy faoliyati bilan shug'ullanishi sababli boshi og'rishi mumkin. Ohista yuradi, qaddi bukchayadi, tez- tez charchoqni sezadi va yanada odamovi bo'lib o'zini chetga tortadi. Tabiatan nozik bo'lib kasalmand odamga o'shaydi. Bunday bolalar kattayu kichikka, tengdoshlariga doim yordamga tayyor bo'lishadi.

Temperament odamga tug'ma ravishda berilsa ham tarbiyaning ta'siri va hayot sharoiti davomida o'zgarish mumkin. Shuning uchun bolalarning ota- onasiga pedagoglarning e'tiborli bo'lishi lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. A. Zaxarova, T.Yu. Andruchenko. O'quv mashg'ulotlarida yosh o'quvchilarning o'zini-o'zi qadrlashlarini o'rganish ./ Psixologiya masalalar/. -1980 yil. -№ 4.
2. Yu V. Mikatze, NK Korsakova N.K Yosh talabalarni neyropsixologik diagnostika va tuzatish./ O'quv qo'llanma / -M.: 1994 y
3. A.A. Volochkoy, B.A Vyatkin.Boshlang'ich maktab yoshidagi Ta'lim faoliyati individual uslubi / Psixologiya masalalari/ -M.: 1999 y.
4. A.O Proxorox, G.N. Gening. O'quv mahg'ulotlari yosh o'quvchilarning aqliy holatlarining xususiyatlari /Psixologlar savollari/.-M.: 1998 y.

ФОБИЯ ВА УНИНГ ПСИХОКОРРЕКЦИЯСИ

*Юлдашова Дилбар Қурбанбаевна
Хоразм вилояти Гурлан тумани 10-мактаб психологи*

Фобия – бирор вазият, ҳодиса ва предметга нисбатан вужудга келадиган бирмунча турғун ва асоссиз қўрқувдир. Фобия билан азият чекувчилар қўрқувларига сабаб бўлувчи предмет ёки вазият ҳақида ҳатто ўйлаганларида ҳам уларни ваҳима босади. Фобия инсонларнинг меъёрида ҳаёт кечиришларига тўсқинлик қилади, шахсий, ижтимоий ва касбий фаолиятларига салбий таъсир кўрсатиши мумкин.

Маълумотларга қараганда ер юзи аҳолисининг 10- 11% ни турли хил фобиялардан азият чекадилар. Айниқса, болаларда қўрқув ва фобиялар атроф-оламга мослашишлари жараёнида кўпроқ учрайди. Адабиётларда кўрсатилишича, фобиялар фантазияси яхши ривожланган, хавотирланувчан, ўзига ишончи паст, ўзига- ўзи паст баҳо берадиган, мулоқатга киришиш малакалари яхши ривожланмаган инсонларда кўпроқ кузатиладиган экан.

Фобиялар хуружи вақтида қўрқув объектига нисбатан вегетатив асаб тизимидаги қўзғалишлар натижасида икки хил жавоб реакцияси кузатилади.

Биринчи ҳолатда, симпатик асаб тизими қўзғалиб, юрак уришининг тезлашуви, қон босимининг кўтарилиши, терининг қизариши кабилар рўй беради.

Иккинчи ҳолатда эса парасимпатик асаб тизимининг қўзғалиши натижасида юрак уришининг секинлашуви, қон босимининг пасайиши, терининг оқариши совуқ тер чиқиши кузатилади.

Фобияси мавжуд болаларнинг ота- оналарига тавсиялар.

1. Бола бирор нарсдан қўрқса унга нисбатан “ Шу кичкинагина ёки арзимас нарсдан ҳам қўрқасанми ” каби муносабатда бўлмаслик керак.

2. Бола бирор нарсдан қўрқса, болага нима учун қўрмаслик кераклигини тушунтириб бериш керак.

3. Бола қоронғидан қўрқса боланинг ётоғида тун чироқни ёқиб қолдириш ва

бирор нарса рўй берса доим улар унинг ёнида эканликларини қайта- қайта такрорлаш.

4.Бола ўғрилардан, кроват тагидаги “ махлуқлардан” кўрқса, уни уйқуга ётказишдан олдин “ хавфли жойларни ” биргаликда текшириб чиқиш зарур.

5.Боланинг олдида ўлим, касалликлар, қотилликлар ва турли табиий офатлар ҳақида гапирмаслик керак.

6.Бола кўрқув намоён қилса уни уялтирманг,унга ғамхўрлик қилинг.Масалан,бола ухлашидан аввал уни ёнида бўлинг ва болани кўрқитаётган нарсалар ҳақида қуйидаги тартибда суриштиринг:

Улар қандай кўринишда?

Улар нимани ҳохлашяпти?

Улар қаердан келган?

Улар бу ерга нима учун келган?

Улар билан дўстлашиш учун сен нималар қила оласан?

Сизлар дўстлашганингиздан сўнг нима бўлади?

7.Болани кўрқувини қабул қилинг ва ўзингиз болалигингизда ким ёки нимадан кўрқанлигингизни ҳамда бу кўрқувни қандай қилиб енгиб ўтқанлигингизни айтиб беринг.

8.Бола уйқувдан олдин телевизорда нималар кўриши ва нима ўқиши билан қизиқинг, уларни биргаликда муҳокама қилинг ҳамда камроқ кўрқинчлиларини таклиф қилинг. Бироқ, бу болага кўрқинчли эртак ёки кинофильмларни бутунлай тақиқлаш керак дегани эмас. Масалан, эртаклар болага кўрқув билан курашишни ўргатади, кўрқув кечинмаларини эртакдаги образларга кўчиришга ёрдам беради.

Фобия коррекциясида қўлланувчи усуллар.

1. Боланинг умумий эмоционал тонусини кўтариш. Шовқин суронли ўйинлар ўйнаш.Ёқтирган, билган нарсалари ҳақида гаплашиш, жисмоний машқлар.

2. Кўрқув уйғотувчи нарсаларни модели билан ўйнаш. Масалан, итдан кўрқса унинг ўйинчоғи билан ўйнаш.

3. Расм чиздириш орқали коррекция қилиш. Кўрваётган нарсасининг расмини чиздириб, уни қафасга солдириш, болани ўзини каттароқ қилиб чиздириш ёки кўрқув объектини секин- аста ўчириш керак.

4. Кўрқув уйғотувчи объект билан ижобий ҳиссиёт объекти ўртасида шартли рефлекс ҳосил қилиш. Масалан, кўрқув уйғотувчи объект боланинг ён-атрофида бўлса, унга энг яхши кўрган нарсасини таклиф этиш. (ширинлик, ўйинчоқ)

5. Болани кўрқув уйғотувчи объектга босқичма-босқич мослаштириб бориш. Болани хатоларини, кўрқувларини эслатмаслик. Итлар ҳақида кинофильм ёки мултфильм кўрсатиш, ҳайвонлардан кўрқса зоопаркка олиб бориш, эртак ва ҳикоялар ўқиш.

6. Болани ҳимоя қиладиган рамзий объектлар яратиш.

7. Эмоционал аргимчоқ ташкил қилиш. Масалан, бола ўргимчакдан кўрқса, уни банкага солиб тезлик билан болага яқинлаштириш ва узоқлаштириш зарур.

8. Ўйин терапияси. Ўйинда болани кўрқитувчи объект мавжуд бўлади, лекин боланинг диққати ўйинга жалб қилинади. М/н, “ Ёнғин ўйини” .

4. Диққат етишмаслиги ва гиперактивлиги синдромли болаларда психокоррекция ишларининг ўзига хослиги.

Мутахассислар ДЕ ва ГС ли болаларни қуйидаги белгилар асосида ажратадилар. Бесарамжон ҳаракатлар, бир жойда ўтирганда қийшайвериш, оёқларини қимирлатиб ўтириш.

1. Керак бўлганда ҳам бир жойда ўтира олмаслик.

2. Ташқи стимулларга осонгина чалғиш.

3. Ўйин вақтида ва жамоадаги турли вазиятларда сабрсизлик, ўз навбатини кутиб тура олмаслик (масалан, машғулотларда, экскурсияларда).

4. Фикрни жамлашга қийналиш, саволларга ўйламай, охиригача эшитмай жавоб беришга ҳаракат қилиш.

5. Топшириқни бажаришдаги қийинчиликлар (салбий хулқ-атвор ва етарлича тушиниш билан боғлиқ бўлмаган).

6. Топшириқни бажариш ёки ўйин вақтида диққатни қийинчилик билан сақлаш.

7. Бир ишни тугатмай иккинчисига ўтиб кетиш.
8. Тинч, хотиржам ўйнай олмаслик.
9. Сергаплик.
10. Бошқаларга ҳалақит бериш, атрофдагиларга тегажқлик қилиш (масалан, бошқа болаларнинг ўйинига аралашади).
11. Уйда ва мактабда зарур нарсаларни тез-тез йўқотиши (масалан, китоблар, ўйинчоқлари, ўқув қуроллари).
12. Унга йўлланган гапни эшитмаётгандек туюлиши.
13. Оқибатларни ўйламай хавфли ҳаракатлар қилиши. Бунда бола саргузаштларни ёки ўткир ҳиссиётларни қидирмайди (масалан, ҳеч қачон қарамай машина йўлига чиқиб кетиши).

Ушбу белгиларни учта гуруҳга ажратиш мумкин:

1. Гиперактивлик белгилари (1,2,3,10);
2. Диққатнинг етишмаслиги ва чалғувчанлиги белгилари (3,6,-8,12,13);
3. Импульсивлик белгилари (4,5,11,14).

Агар болада бу белгиларнинг 7 – 8 таси 6 ой давомида кузатилса, унга ДЕ ва ГС ташхисини қўйиш мумкин.

Хулқ-атвордаги бундай асосий бузилишлар бошқа жиддий бузилишлар билан қўшилиб келади, уларнинг қаторига аввало паст ўзлаштириш ва бошқалар билан мулоқотдаги қийинчиликлар киради.

Паст ўзлаштириш – гиперактив болалар учун хосдир. Бу уларнинг хулқ-атворини ўзига хослиги билан изоҳланади, уларнинг ёш меъёрига тўғри келмайди ва боланинг ўқув фаолиятига тўлиқ қўшилишига жиддий тўсқинлик қилади.

Ўйин фаолиятини болаларнинг ривожланишига ижобий таъсири механизмлари ва унинг коррекцион, терапевтик мақсадлари адабиётларда етарлича тавсифланган. Мавжуд ёндошувларни умумлаштириш О.С.Карабановага улар асосида ўйиннинг коррекцион таъсири психологик механизмларини ажратиш имконини берди. Ўзига хос ўйин шароитларида бола ижтимоий муносабатлар тизимини кўргазмали-ҳаракатли шаклда моделлаштириш, уларга мўлжал олиш малакасини эгалаш имкониятига эга бўлади. Ўйин шартларида

билиш ва шахсий эгоцентризмни босқичли енгиш рўй беради, унга кўра боланинг ўзини-ўзи англаши ривожланади, у ижтимоий жиҳатдан хабардор бўлиб боради, муаммоли вазиятни ҳал этиш тажрибасини ортиради. Ўйиндаги шериклик муносабатлари билан бир қаторда ижобий шахс хусусиятларини шаклланишига шароит яратилади. Рол контекстида ўйин қоидаларига бўйсуниб боланинг хулқ-атворини ва фаолиятини ихтиёрий бошқарув элементларини шаклланишига туртки беради.

ДЕГС ли болалар билан олиб бориладиган психокоррекцион ва ривожлантирувчи дастур ўз ичига комплексли ёндошувни, яъни психолог – ўқитувчи – ота – она ҳамкорлигини қамраб олиши зарур.

Диққат етишмаслиги ва гиперактивлиги синдромини коррекцияси дастури ўз ичига унинг асосий белгилари (гиперактивлик, импульсивлик, диққатнинг бузилиши) ни ва иккиламчи белгилари билан ҳам ишлашни ўз ичига олиши керак. Хусусан, Н.Н.Заваденко уларга координациянинг бузилиши, шахслараро мулоқот соҳасидаги бузилишларни, хулқ-атворнинг бузилиши, эмоционал соҳа бузилишларини киритишни таклиф қилади. Ишнинг умумлашган тизими қуйидаги жиҳатларни қамраб олиши мумкин:

1. Жисмоний реабилитация.
2. Ўзини-ўзи онгли бошқариш кўникмаларини шакллантириш.
3. Коммуникатив кўникмаларни ривожлантириш.
4. Салбий эмоциялар коррекцияси.
5. Синдром тизимидаги етишмайдиган функцияларни ривожлантириш.

ДЕГС ли болаларнинг жисмоний реабилитацияси тана сезгиларини ривожлантиришга, ҳаракат координацияси ва уларни мувофиқлаштиришни ишлаб чиқишга, склет ва нафас мускулларини ихтиёрий бўшаштириш билимларини ривожлантиришга қаратилган бўлиши зарур. Синдром тизимидаги етишмайдиган функцияларни ривожлантириш диққатнинг бузилган функциялари, ихтиёрийлик, ҳаракат фаоллиги ва хулқ-атворни ўзи назорат қилишни компенсациялашни ўзига мақсад қилиб олади. Юқоридаги мулоҳазалардан келиб чиққан ҳолда қуйидаги машғулотларни тавсия қиламиз.

Машқ. “Кўлдаги тимсоҳ”.

Мақсад: Мақсадга мувофиқ ҳаракат фаоллигини, диққатни ривожлантириш ва ўз эмоциялари, хулқ-атворини бошқаришга ўргатиш.

Зарур мосламалар: картондан ясалган турли геометрик шакллардан ботқоқдаги “дўнгликлар” ясалади.

Ўйиннинг бориши: Гилам бўйлаб “дўнгликлар” кўйиб чиқилади. Иштирокчилар-“овчилар” дўнгликдан дўнгликка иложи борица шовқинсиз сакраб тимсоҳни тутадилар. Тимсоҳ ролини тренер ижро этади ва шовқин солган “овчини” тутади ва ўйиндан чиқаради. Шунингдек ўйинни мураккаблаштириб бориш мумкин. Масалан, “Кундуз” командаси берилса “овчилар” доира шаклидаги дўнгликларда, “Тун” дейилса тўртбурчак дўнгликларда ҳаракат қилишлари зарур бўлади. Бу эса ўз хулқ-атворини бошқариш кўникмасининг ривожланишига ёрдам беради.

Фойдаланилган адабиётлар

1. Ёшларга оид давлат сиёсати тўғрисида 2016 йил 14 сентябрь, ЎРҚ-406-сон.
2. Горбушина О.П. Психологический тренинг. Секреты проведения. СПб.: Питер, 2007. - 176 с: ил. - (Серия «Практическая психология»).
3. Захаров В.П., Хрящева Н.Ю. Социально-психологический тренинг. Л., 1990.
4. Практикум по социально-психологическому тренингу. Под.ред. Б.Д.Парыгина. Санкт-Петербург, 1994.
5. Емильянов Ю.Н. Активное социально-психологическое обучение. Л.; ЛГУ. 1985.

TANGLIK (SUITSID) VAZIYATIDAGI BOLALARGA PSIXOLOGIK YORDAM

Yoqibjonova Mashxura Ikromjon qizi
Namangan viloyati To`raqo`rgon tuman 42-maktab psixologi

Annotatsiya: Ushbu maqolada o`quvchi yoshlarda yuzaga kelayotgan tanglik vaziyati, taglik vaziyatida qolgan bolalarga psixologik yordam ko`rsatish haqida ma`lumot berilgan.

Kalit so`zlar: O`smirlik, tanglik vaziyati, psixika, bilish jarayonlari, referent guruhlar, o`tish davri, kompensatsiya, giperkompensatsiya, agressivlik.

Bugungi kunda sog`lom va barkamol avlodni tarbiyalash eng ustivor vaifalardan biridir. Ruhiy sog`lom, ma`naviyati yuksak, jismoniy va aqliy yetuk farzandlar yurt kelajagidir. Hozirgi kunda fan-texnikaning jadal sur`atlar bilan rivojlanishi nafaqat jamiyat hayotiga balki o`sib kelayotgan yosh avlodning ta`lim-tarbiyasiga ham o`z ta`sirini o`tkazmasdan qolmayapti. Buning natijasida o`quvchi yoshlarimizda psixologik tanglik, qiyin vaziyatlar yuzaga kelmoqda. Albatta bunday tanglik holatlari o`quvchining jismoniy, psixik va aqliy rivojlanishiga o`z ta`sirini ko`rsatmoqda.

Tanglik vaziyati-shaxsning psixikasida ro`y beradigan hissiy zo`riqishlarni kuchli darajada namoyon bo`lishidir. Bunday holat shaxsning bilish jarayonlariga, aqliy faoliyatiga, shaxslararo munosabatlar tizimida tutgan o`rniga bog`liqdir. Shuningdek, bu holat shaxsdagi xulq-atvor me`yorlarida ham o`ziga xos o`zgarishlarni yuzaga keltiradi.

O`smirlarni tengdoshlari o`rtasida uni qoniqtiradigan o`ziga xos o`rinni egallashga intilish xulq-atvor me`yorlariga va referent guruhlar qadriyatlariga yuqori darajada qiziqish bilan qo`shilishi kuzatiladi. O`smir psixikasidagi o`tish davri unda bolalik va kattalik xususiyatlarini birgalikda bir vaqtda mavjud bo`lishi bilan izohlanadi. O`smirlik yoshida odatda kichikroq yoshdagilar uchun xarakterli bo`lgan xulq-atvor reaksiyalariga moyillik ko`pincha saqlanib qoladi. Ularga quyidagilar taalluqli:

1.Voz kechish reaksiyasi. U xulq-atvorning oddiy shakllaridan munosabatlar, uydagi majburiyatlar, o`qish va boshqalardan voz kechishida ifodalanadi. Aksariyat

hollarda odatiy hayot sharoitlaridan keskin uzilishlar (oiladan uzilish, maktabni o'zgartirish) sabab bo'ladi.

2.Qarshilik, qat'iy norozilik, e'tiroz reaksiyasi. U o'z xulq-atvorini talab qilinayotganlarga qarama-qarshi qo'yishida namoyon bo'ladi: namoyishkorona mardlik, sababsiz darsga kelmaslik, qochish, o'g'rilik qilish va hatto norozilik sifatida amalga oshiriladigan bir qarashda be'mani bo'lgan xatti-harakatlar.

3.Taqlid qilish reaksiyasi. U odatda bolalik yoshiga xos bo'lib, tug'ilgan va yaqin insonlarga taqlid qilishda namoyon bo'ladi. Taqlid reaksiyasi asotsial muhitdagi shaxs sifatida kamolotga yetgan o'smirlar guruhi uchun xosdir.

4.Kompensatsiya reaksiyasi. U o'zining bir sohadagi muvaffaqiyatsizligini boshqasidagi muvaffaqiyatlari bilan to'ldirishga intilishida ifodalanadi. Masalan, o'zlashtira olmayotgan o'smir sinfdoshlari hurmatiga, qo'pol, nojo'ya xatti-harakatlari orqali erishishga harakat qilishi mumkin.

5.Giperkompensatsiya reaksiyasi. Bola yoki o'smir ko'proq muvaffaqiyatsizlikka duch keladigan sohalardagina aynan muvaffaqiyat qozonishga intilishi bilan asoslanadi.

O'smir uchun xos bo'lgan psixologik reaksiya ijtimoiy muhit bilan o'zaro ta'sir asosida yuzaga keladi. Masalan, o'smirning ozodlikka intilishi. Bu holatda o'smirning mustaqillikka, kattalar vasiyligidan xalos bo'lishga intilishini aks etadi. Buning natijasida o'smirning uy yoki maktabdan qochishi, ota-onalar, o'qituvchilarga qaratilgan salbiy munosabatlari vujudga kelishi mumkin.

Yuqorida keltirilgan vaziyatlar davolash ya'ni korreksiyasini talab qiladi. Xulq-atvor buzilishlarining patologik va patologik bo'lmagan shakllarini o'z vaqtida farqlash juda muhim, chunki ular turli shakldagi pedagogik va ijtimoiy yordamga muhtoj ayrim vaziyatlarda doir-darmon bilan davolashni talab qilinadi. O'smirlik davridagi psixik rivojlanishning muhim yo'nalishi muammo va qiyinchliklarni bartaraf qilish usullarini shakllanish bilan bog'liq. Ulardan ayrimlari bolalikdanoq murakkab bo'lmagan vaziyatlarni hal qilish uchun shakllanadi va odatga aylanadi.

Bolalar agressiv xatti-harakat namunalari quyidagi uch asosiy manbaga asoslanib to'playdi:

1.Nosog`lom oila muhiti. Bu kabi oilalarda ota-ona bilan farzand o`rtasidagi munosabatning ijobiy psixologik iqlimda emasligi, farzandlar o`rtasidagi kelishmovchiliklar, oiladagi mojarolar, nizolar, oilaviy hamohanglikni mavjud emasligi bolalarda agressiv hulq-atvorni shakllanishiga olib keladi. Bolalardagi agressivlikning namoyon bo`lishi oilaviy muhitning ta`sir darajasiga bog`liq hisoblanadi.

2.Tengdoshlar guruhi. Bolalar oiladan tashqarida o`z tengqurlari bilan bo`lgan munosabatda ham agressiv xatti-harakatlarni o`zlariga singdiradilar. Ko`pgina hollarda bolalar tengdosh do`stlarining xatti-harakatlarini kuzatgan tarzda, o`zlarini agressiv boshqarishga urinadilar.

3.Ommaviy axborot vositasi. Bugungi kunda bolalarga ta`sir etayotgan eng kuchli quroldir. Bu borada internetning ta`siri kuchayib bormoqda. Bolalar internet aloqalari orqali o`zlarining xususiyatlariga to`g`ri kelmaydigan ma`lumotlar bilan ham tanishmoqdalar. Shu o`rinda oynai jahon orqali namoyish etilayotgan turli jangari fil`mlar, ko`rsatuvlar ham bolalarda agressiv xususiyatlarni tarkib topishga ta`sir qilmoqda. Psixologik kuzatuvlarga ko`ra, oiladagi iqlim, ota-ona o`rtasidagi o`zaro munosabat, ota-ona bilan bola o`rtasidagi munosabat, oilaviy hamohanglik yoki aksincha kelisha olmaslik, opa-singillari, aka-ukalari bilan yaqinlik darajasi, farzandi tomonidan qilingan noto`g`ri, yanglish xatti-harakatlarga nisbatan ota-onaning ta`sirlanishi – oilada shakllanib kelayotgan agressiv xatti-harakatlarini belgilab beruvchi omillar bo`lib hisoblanmoqda.

Yuqoridagilarga asoslangan holda o`smirlar guruhidagi tanglik holatini bartaraf etish uchun quyidagi psixologik trening mashg`ulotlaridan foydalanishni tavsiya qilaman.

O`smir shaxsida tanglik holatini bartaraf etishga qaratilgan trening mashg`ulotlari

“Mening kayfiyatim nimaga o`xshaydi?” mashqi

Maqsad: shaxsda emotsional holatlarni anglash, ularni boshqarish va nazorat qilish ko`nikmalarini tarkib toptirishdan iborat.

Ushbu mashq shu turdagi mashg`ulotlar uchun faollashtiruvchi o`yin vazifasini o`tashi mumkin. U ishtirokchilarga o`zlarining emotsional holatlarini anglash va ularni “shu yerda va hozir” tamoyili asosida obrazli tarzda ifodalash imkonini beradi.

Ko`rsatma: o`zingizga quloq soling. Sizning hozirgi kayfiyatingiz qanday rangga o`xshaydi?

“Hissiyotlarni sanaymiz” mashqi

Maqsad: ishtirokchilarning emotsiya borasidagi so`z boyligini oshirish

Ko`rsatma: keling, kim turli hislarni anglatuvchi so`zlarni ko`proq bilishini aniqlab olamiz. Navbat bilan so`zlarni ayting va ularni vatmanga yozib boring.

Trener uchun ma`lumot. Ushbu mashqni guruhning tayyorgarlik darajasiga qarab musobaqa yoki “aqliy hujum” shaklida tashkil etish mumkin.

Ishtirokchilarning vatmanini butun mashg`ulot davomida yordamchi vosita sifatida qo`llash mumkin. Qolaversa, mashg`ulotlar davomida ushbu “lug`at” yangi so`zlar bilan boyitib borilishi mumkin. Shunga alohida e`tibor qaratinglarki, ro`yxatda u yerda asosiy emotsiyalar (g`azab, g`am, quvonch, qo`rquv, xafagarchilik) qolib ketmasligi kerak. Agar ishtirokchilardan biri yozilganlarning emotsiyalarga tegishliligiga shubha qilsa, qolganlardan buni izohlab berish so`raladi.

Mashg`ulot yakunida ishtirokchilarga quyidagi savollarni berish mumkin: “Oxirgi marta nazorat ishi yozganiningizda o`zingizni qanday his qildingiz?”, “Nojo`ya ish qilib qo`yganingizda o`zingizni qanday his etasiz?”.

Muhokamada “Sizningcha, eng yoqimsiz his qaysi?”, “Qaysi biri eng yoqimlisi?”, “Quyida sanab o`tilgan hislardan qay biri sizga yaxshi tanish?” kabi savollarga javob berish taklif qilinadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

5. Abramova G.S. Vozrastnaya psixologiya. Toshkent 2005.
6. L.Beknazarova, M.Maxmudova. Ijtimoiy-psixologik trening. Toshkent 2016.
7. E.G'.G'oziyev. Psixologiya muammolari. Toshkent 1999.

UMUMTA'LIM MAKTABLARIDA TASVIRIY SAN'AT DARSLARINI O'TILISHIDA O'QUVCHILAR BILAN INDIVIDUAL ISHLASH USULLARI

Ahmedova Dilrabo Aslanovna

Buxoro viloyati Jondor tumani 29-maktab Tasviriy san'at fani o'qituvchisi

Annotatsiya: Ushbu maqolani yoritilish jarayonida tasviriy san'at vositalari va asrlarning inson va o'quvchilar ongida ma'naviy va estetik ong faoliyatini yoritish va boyitish, yosh avlodni yetuk qilib tarbiyalashda tasviriy san'atning o'rni va ahamiyati haqida so'z boradi.

Tasviriy san'at asarlari o'ziga va jozibasiga yarasha hilma-hil. Ulardan o'quvchilarga ma'naviy ozuqa yetqazib bera oladiganlarini tanlab, bu asarlar qay darajada ijrosi, chizilish mahorati, yoylashish va mavzu jihatidan mukammal ekanligini izohlab taxlil qilish orqali yetqazib bera olishimiz kerak.

Kalit so'zlar: hajmdor, kompozitsiya, faktura, hajm, natura, proporsiya, darcha, reflex.

Bugungi kunda umumiy o'rta ta'lim maktablarida darslarda tabaqalashtirilgan ta'limni joriy etish muammolariga katta ahamiyat berilishi zarur. Chunki, o'quv materiallarini o'quvchi yoshlarning o'quv qobiliyat layoqatlari imkon bergan darajada, imkon qadar individual yondashgan holda taqdim etish ta'lim jarayonining samaradorligini oshirishga xizmat qiladi. Biroq tabaqalashtirilgan ta'limni joriy etishda ko'plab pedagogik, psixologik muammolar, noaniqliklar, mavjudki, ular hozirgi paytda qizg'in bahs-munozaralarga sabab bo'lmoqda.

“Tabaqalashtirilgan ta'limning o'ziga xos muammolaridan biri pedagogik-psixologik tashxis masalasidir.

Tasviriy san'atdan ta'lim jarayonida pedagogik va psixologik tashxisning keng ko'lamda joriy etilishi ta'lim samaradorligini oshirishda katta ahamiyatga ega bo'lib, o'quvchining o'zlashtirish darajasini kuzatish, o'zlashtirish dinamikasini nazorat qilishda juda foydalidir.

Maktab o'quvchilari o'quv faoliyatining mufaqqiyati ularning qobiliyatlariga, layoqatlariga, qiziqishlariga, irodaviy xislatlariga, xarakter xususiyatlari va mijozlariga

bilish jarayonlari faoliyatlariga ,jumladan diqqat,xotira,tafakkur , xayol jarayonlariga ko'p jihatdab bog'liq bo'ladi.Ayniqsa mamlakatimiz mustaqillikni mahkamlash yo'lida takomillashayotgan siyosiy va iqtisodiy o'zgarishlar davrida xalq ma'rifati sohasida ijodiy, estetik madaniyatli yosh mutaxassislarining etishib chiqishi va ishga kirishib, yuksak malakalarga ega bo'lishi juda muhim. Ushbu muammolarni amalga oshirishda tasviriy san`at mutaxassislariga o`rta maxsus va yuqori ta`lim berish o`qish o`rinlarining tasviriy san`at mashg`ulotlarini olib boruvchi o`qituvchilarning faoliyati katta rol o`ynaydi, ularga katta ma`suliyatli vazifalar yuklatiladi.

Rasm chizishni bilish, faqat rassomlar, dizaynerlar, me'morlar uchungina emas, u o`qituvchilar, injenerlar, mediklar, quruvchilar, agronomlar, harbiylar, olimlar uchun ham zarurdir. Ularning har biri o`z faoliyatlarida rasm, sxemalar, diagrammalar, eskizlar orqali so`z bilan tushuntirib bo`lmaydigan o`z g`oya va fikrlarini tasvirlab ko`rsatishga harakat qiladilar. Lekin bu maktablarda tasviriy, amaliy va me'morchilik san`atlaridan chuqur va keng bilim va malakalar berish kerak ekan, degan ma'noni bildirmaydi. Maktablar o`z nomiga ko`ra umumiy o`rta ta`lim maktablari deb nomlanib, bolalarga boshqa fanlar qatori tasviriy, amaliy va me'morchilik san`atlaridan umumiy, elementar bilim va malakalar berishni vazifa qilib qo`yadi.

Maktabda tasviriy san`at estetik tarbiyani amalga oshirishga yo`naltirilgan asosiy o`quv predmeti hisoblanib, u quyidagi yo`nalishlarda amalga oshiriladi:

-o`quvchilarning tabiat, san`at va hayotdagi go`zalliklarni idrok etishga o`rgatish:

-o`quvchilarning estetik didini tarbiyalash, go`zaklikni baholay olish qobiliyati, xaqiqiy go`zallikni xunik voqea va narsalardan farqlay bilishga o`rgatish;

-shaxsning tasviriy-ijodiy faoliyatida o`zini ko`rsata bilishga, hatti-harakatini qo`llab-quvvatlash va hayotga go`zallik kiritish malakalarini o`stirish:

-bolalarning badiiy fikr doirasini kengaytirish va boshqalar.

Har qanday o`quv predmeti ta`lim mazmunida, albatta, o`zbek halqi yaratgan beqiyos boy, madaniy va ma'naviy merosni o`ziga asos qilib olishi lozim. SHunday ekan, o`zbek halqining dunyoga mashhur bo`lgan me'morchilik, amaliy va tasviriy san`at asarlarini maktablarda boshqa materiallarga qaraganda kengroq va chuqurroq

o`rgatilishi talab etiladi. SHu bilan birga maktablarda ta`lim mazmunining viloyat va shaharlar bo`yicha tabaqalashtirilishi ham maqsadga muvofiqdir.

O`quvchilarda ijodiy mahsuldorlikni oshirishni o`rganish uchun o`quvchilarning psixik holatini ,individual holatini ,individual xususiyatini o`rganishda ijodiy mahsullar orqali , ya`ni uning chizmalari, rasmlari ,yasayotgan buyumlari orqali aniqlashimiz mumkin.Bunda o`quvchining ijodiy mahsuligina emas, balki shu mahsulni yaratishdagi jarayonni va qay yo`l bilan erishganligini ham o`rganish mumkin. Hamda ijodiy mahsulning mazmuni, g`oyasi, syujeti, ma`nosiga e`tibor berish lozim.

Foydalaniladigan adabiyotlar ro`yxati:

1. Turaqulov. E.X., G`ofurov. A.T., «Umumiy biologiya» Toshkent 1995 yil.
2. J.O. Tolipova, A.T. G'ofurov. Biologiya o'qitish metodikasi. Pedagogika oliy o'quv yurtlari talabalari uchun darslik. — T.:, Moliya-iqtisod, 2007.
3. N. Sayidaxmedov. Yangi pedagogik texnologiyalar. — Toshkent: Moliya, 2003.
4. O`zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining “Xalq ta`limi tizimida ta`lim sifatini baholash sohasidagi xalqaro tadqiqotlarni tashkil etish chora-tadbirlari to`g`risida” 2018-yil 8-dekabrdagi 997-sonli qarori.

BOLALARDA MEHNAT TARBIYASINI SHAKLLANTIRISH USULLARI

*Jo`rayeva Feruza Rizoqulovna
Jondor tuman 24-maktab psixologi*

Annotatsiya: Ushbu maqolada o`spirinlarda mehnat tarbiyasini shakllantirishda oiladagi va jamiyatdagi muhitning psixologik ta`siri. O`smir xulq-atvori va dunyoqarashining shakllanishida sabab bo`ladigan salbiy omillar va ularni oldini maktab va oilaning tutgan o`rni beqiyosdir. Ma`lumki, shaxs ijtimoiy o`zligini anglashning mukammallik darajasiga erishish uchun ma`naviy boylik kerak. Ma`naviy boy bo`lishi uchun axloqan yuksak, aqlan yetuk, jismonan baquvvat, sog`lom fikrlashi

uchun albatta manba kerak. Bu manbalar makoni kitobdir. Bu manbalardan xabardor har bir inson ijtimoiy muhitda shakllanadi va o'zligini anglashning eng yuqori darajaga yetishi komillik belgisi hisoblanagan o'zligini anglashning nukammallik darajasiga erishgan ashxsgina elim, yurtimdeb yashashi bilan bir qatorda, shu el-yurti baxt-saodati, tinchligi yo'lida jonini ham qurbon qiladigan fidoyi shaxs bo'ladi. Yoshlarning ijtimoiy hayotga mos, mutanosib, ijtimoiy faol shaxs sifatida o'zligini namoyon etishning eng to'g'ri va mukammal yo'li – bu kitob mutolasidir. Kitobxonlik – bu shaxs o'zini ilm-u ma'rifat, yuksak ma'naviyat va madaaniyat bilan o'rab, bu hayotdan o'z o'rnini topadi.

Kalit so`zlar: Tarbiya, mehnat, maktab, oilaviy muhit, aqliy tarbiya, xulq-odob, salbiy xatti-harakat, sog'lom aql.

O'zbekiston Respublikasi ta'lim tizimida faoliyat ko'rsatayotgan, o'quvchilarni kasb hunarga yo'naltirish psixologik pedagogik tashxis Markazlari Vazirlar Maxkamasining 1998 yil 13 maydagi 203 sonli qarori bilan belgilab berilgan vazifalarni to'liq bajarilishida o'zining munosib hissasini qo'shib kelmoqda.

Keyingi yillarda hukumatimiz tomonidan qabul qilingan bir qator qarorlarda umumiy o'rta ta'lim maktablarida faoliyat ko'rsatayotgan o'quvchilarni kasb-hunarga yo'naltirish va pedagogic psixologik tashxis xizmati xodimlari zimmasiga yanada muhimroq va dolzarb bo'lgan vazifalarni qo'moqda. Hozirgi kunda Respublika tashxis Markazi tomonidan "Kasblar olami", "Kasbiy atamalar lug'ati" kabi dasturiy vositalar "Kasb hunarga yo'naltirish" plakatlari to'plami "O'quvchi shaxsini kasb hunarga yo'naltirish maqsadida tashxis qilish metodikasi" kabi metodikalar uslubiy qo'llanmalar tayyorlandi.

Kasb tanlash hayotdagi muhim omil bo'lib unda o'zidagi xoxish va imkoniyatlarni ko'rib chiqish lozim. Tahlillar shuni ko'rsatadiki tanlagan kasblari bilan qoniqmagani insonlar tanlagan kasbiga yuqori darajaga erishmaydi va hayotga bo'lgan munosobati susayadi. Kasb tanlashning salbiy va ijobiy jihatlari mavjud bo'lib "Hamma boryapti, men ham boraman" "shunday bo'lib qoldi" degan qoidalarga amal qilmaslik kerak. Masalan: inson qo'shiqchi bo'lmoqchi unda haqiqatdan ham iste'dod bor. Konservatoriyaga kiradi, u yerni tamomlaydi, lekin oilani boqish uchun tijorat bilan shug'ullanishga majbur bo'ladi.

Kelajakda u qanday inson bo'lishi oilada ota-onalar berayotgan tarbiyaga hamda ijtimoiy muhitga bog'liq. Tarbiya ishi qanchalik erta boshlansa, hosil ham shuncha erta ko'zga tashlanadi. Oilada farzand tarbiyasiga qo'yiladigan har bir xato va kamchilik inson kelajagiga o'z ta'sirini ko'rsatmay qo'ymaydi. Bolalarimizning ong-u tafakkurida bo'shliq paydo bo'lmasligi, turli salbiy holatlar kelib chiqmasligi, ijtimoiy-psixologik holatlar salbiy ta'sir ko'rsatmasligi uchun doimo ular bilan suhbatlashib, qiziqishlari bilan tanishib borish maqsadga muvofiqdir.

Bola yoshi ulg'aygan sari uning ongi va tafakkuri o'sishi bilan bir qatorda o'z mustaqil fikriga ega bo'lib boradi. Oilada farzandga berilgan tarbiya esa o'z ta'sirini ko'rsatishni boshlaydi. Shu o'rinda oilada bola tarbiyasi va uni har tomonlama yetuk shaxs qilib tarbiyalash borasida psixologlar ota-onalarga quydagicha tavsiya beradi:

Bolani hech qachon noto'g'ri bajarding deb koyimang; O'z sevimli mashg'uloti hamda o'yin turini mustaqil tanlashga imkon yarating; O'z fikrini erkin bayon etishga imkon berish lozimligini hech qachon unutmang!; Farzandingizning har bir savoliga imkon qadar rost hamda sabr bilan javob bering; Farzandingizning qiziqishlari, orzu-istaklari haqida suhbatlashib turing. Hech bo'lmaganda ba'zi-ba'zida bolangizning o'rniga o'zingizni qo'yib ko'ring. Siz ham bu yoshda qanday bo'lgansiz? Shu tog'risida suhbatlashib turing.

Inson hayotini mehnatsiz tasavvur qilib bo'lmaydi. Tarixdan ma'lumki, dastlabki odamlar toshlarga ishlov berib, soda mehnat qurollarini yasashgan. Bu orqali mehnat qilishga va kasb tanlashga ehtiyoj sezishgan. Mehnat qilish orqali ularning ijodiy faoliyati shakllana borgan. Oilada bolani mehnatga boqcha yoshidan boshlab o'rgatib borish shu kunning dolzarb vazifasiga aylanmoqda. Bu ish o'z-o'ziga xizmat ko'rsatish ko'nikmalarini singdirish, kuchi yetgan vazifalarni bajarish, kattalar bilan birga uy, bog' va dala hovlidagi mehnatda ishtirok etishida namoyon bo'ladi. Bu borada ta'limning navbatdagi bo'g'ini-maktablar bolalarning mehnatsevarlikka oid ko'nikmalarini shakllantirishda uzviylikni ta'minlaydi. Mehnat tarbiyasi farzandlarimizning ertaga qanday inson bo'lib shakllanishini belgilaydigan ustuvor vazifa ekanligini hamma ota-onalar ham, afsuski, anglab yetmaydi. Zero, bu jihat bolalarning kelajakda to'g'ri kasb

tanlashda yordam beribgina qolmay, insoniy fazilatlarni shakllantiradi, eng asosiysi, o'zgaralar mehnatini qadrlashga o'rgatadi.

O'quvchilarni kasbga yo'naltirishga oila va maktab hamkorligiga jiddiy ahamiyat qaratavermaymiz. Bu juda muhim. Farzandlarining qiziqishlari bilan hisoblashadigan va bu qiziqishlarini rivojlantirishga harakat qiladigan ota-onalar bugun sanoqli. Aslida ularning har biri o'z bolasi bilan yaqindan muloqotda bo'lib ularning dilidagi istaklarni bilib olishi, shu qiziqishlariga qarab to'garaklarga qatnashishlarni ta'minashlari darkor. Kasb tanlashda inson nimalarga ega bo'lishi kerak.. Ushbu masalaga oydinlik kiritish uchun dunyodagi turli xil olimlar, kasblar klassifikatsiyasini yaratishmoqda. Mamlakatimiz Y.A.Klimovning klassifikatsiyasidan keng foydalanilmoqda.

Demak, farzand tarbiya qilar ekan, unga qanday tarbiya berilsa, u shunday tarbiyani qabul qiladi va keyinchalik shu tarbiya bolaning qanday inson bo'lishiga zamin yaratadi.

Inson-tabiati: bu quyidagi kasblar bilan chambarchas bog'liqdir.
Veterenar, asalarichilik

Inson-texnika: bu quyidagi kasblar bilan bog'liqdir uchuvchi haydovchi, elektrik

Inson-inson: bu quyidagi kasblar bilan bog'liq o'qituvchi, shifokor, journalist

Inson belgilar: tizimi bu quyidagi kasblar bilan bog'liqdir iqtisodchi, operator

O'quvchilarni kasb hunarga yo'naltirishning asosiy maqsadi birinchi navbatda yoshlarni o'zining hayot yo'lini to'g'ri belgilashlarida qobiliyat, qiziqish, sog'lik holatini e'tiborga olgan holda kasb tanlashlariga ko'maklashishdan iborat. Demak, bolalarning bo'sh vaqtlarini to'g'ri taqsimlagan holda har xil foydali yumushlar va kasblar bilan ta'minlashlari maqsadga muvofiqdir.

O'zbek oilasida axloqiy qadriyatlar asosida rostgo'ylik, halollik, to'g'riso'zlik, insonparvarlik, do'stona munosabat, saxiylik, g'amxo'rlik, mehribonlik, oliyjanoblik, odoblilik, xushmuomolalik, vijdonlilik, samimiylik, bosliqlik kabi fazilatlar ota-ona tomonidan bolaga shakllantiriladi. O'zbek oilasining ijtimoiy-psixologik o'ziga xosliklari alohida e'tiborga molik, zero ular turmush tarzini, ma'naviy-axloqiy sharoitni, tarbiyaviy tamoyillarni, shaxslararo munosabat etikasini hamda muomala madaniyatini

belgilab beradi. Shuningdek mehnat bola tarbiyasidagi eng muhim omil bo'lib qolaveradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017-yil 7-fevraldagi «O'zbekiston Respublikasini yanada rivojlantirish boyicha, harakatlar strategiyasi to'g'risida»
2. Jumaboyeva M. Umumiy o'rta ta'limda kasbga yo'naltirish ishlarining tuzilmasi va mazmuni. 2014.
3. Mardanov D. Maktabda kasbga yo'naltirish ishlari.
4. Karimova V.M. Psixologiya. T. 2004 y.
5. Umumiy Psixologiya Xaydarova, Xalilova
6. Ijtimoiy pedagogika (Nodira Egamberdiyeva)
7. Rivojlantirish psixologiyasi. Pedagogik psixologiya. Nishanova Z.T.Kamilova

UMUMTA'LIM MAKTABLARIDA CHET TILINI O'RGATISHNING ZAMONAVIY USULLARI

Homidova Gulchiroy Jo'raqul qizi
Buxoro viloyati Jondor tumani 29-maktab Ingliz tili fani o'qituvchisi

Annatsiya: Ushbu maqolada, chet tilini o'qitishda yangi g'oyalar va ilg'or texnologiyalardan foydalanishning samarali usullari. Matnlar bilan ishlash jarayonlari.

Kalit so'zlar: Chet tilini o'qitish, zamonaviy metodlar, matnlar bilan ishlash, metodlarning samarasi.

Mamlakatimizda yangilanish jarayoni kechayotgan hozirgi davrda jamiyat quruvchilari bo'lmish yoshlarni ma'naviy boy, axloqan yetuk, intellectual rivojlangan, yuqori bilimli, jismonan baquvvat qilib tarbiyalashga, har tomonlamakamol topgan shaxsni shakllantirishga alohida ahamiyat berilmoqda. Yuksak insoniy xislatlarga ega barkamol shaxs, avvalo, oilada shakllanadi. Shuning uchun ham oilada bolalarning intellektual rivojlanishiga tegishli barcha sharoitlarni yaratish, hayotda mustahkam,

sog'lom oila mavqei uchun o'ziga xos ahamiyat kasb etadi. Ayniqsa oilada maktab yoshidagi bolalarning intellektual rivojlanishi uchun zarur axborotlarni taqdim etish, ularning zamonaviy axborot texnologiyalari vositalaridan samarali foydalanish malakasini shakllantirishga etibor qaratish masalasi ham o'ta dolzarbdir. Kitobxonlik, xotira, yosh avlod, diqqat besamar ketmasligiga, asabni tinchlantirishdagi eng samarali usul ham aynan mutolaa ekanligini aytishgan. Bundan tashqari har safar kitob o'qilganida, miya yanada faol ishlaydi. U olinayotgan ma'lumotlarni saqlab qolish uchun yangi tolalarni yaratadi. Aniqlanishicha, har bir yosh muntazam kitob mutolaa qiladigan bo'lsa, xotira va fikrlash qobiliyati keksayganda nisbatan sekinroq pasayar ekan. O'quvchilarning qiziqishini, faolligini oshirish ta'limning barcha sohalariga oid dolzarb mavzu hisoblanadi

Chet tilini o'qitishda yangi g'oyalar, ilg'or texnologiyalardan foydalanilgandagina rivojlanishga, taraqqiyotga erishish mumkin bo'ladi. Masalan, o'quvchinning mustaqil o'rganishi uchun qo'shimcha ravishda uyda shug'ullanishi uchun mo'ljallangan kichik matnlar shular jumlasidan. Qo'shimcha matnni o'qitish texnologiyasidan foydalanishdan maqsad, ta'lim olishda eng umumiy g'oyalar bilan o'quvchilarni tanishtirishdan iboratdir. Bu texnologiya shaxsga yo'naltirilgan yondashuvni aks ettiradi, har bir o'quvchining bilim, malaka va ko'nikmalarni egallashlarigina emas, balki uning rivojlanish individual xususiyatlarini hisobga olgandagina unumli, ijobiy natijalarga erishish mumkindir.

O'qilgan qo'shimcha matnni tushunganligini tekshirishga mo'ljallangan mashqlar quyidagicha ifoda etilishi mumkin: *repondez aux questions dans le texte* . Savol-javob mashqlaridan o'qilgan matnni o'zlashtirilganini bilish uchun, foydalanilganda ayrim savollarni soddalashtirish mumkin.

Bundan tashqari maxsus xonalarda shu kabi qo'shimcha matnlar bilan dars olib borish, haqiqatda samarali bo'lishi uchun darsda lingofon qurilmasidan foydalanib, o'quvchilarning mustaqil ishlashlariga sharoit yaratish kerak bo'ladi. So'nggi paytlarda darsda bunday uslubdan foydalanishga e'tibor kuchaymoqda. Chunki bugungi kun texnologiyalari bundanda yuqori imkoniyatlar yaratilishini taqazo etadi.

Mustaqillikning dastlabki yillaridayoq “Ta’lim to’g’risida”gi qonun va “Kadrlar tayyorlash milliy dasturi”ning qabul qilinishi ta’lim sohasida muhim qadam bo’ldi. Har bir ijtimoiy tuzum kelajagi, insoniyat istiqboli, kishilarning hayot va turmush darajasi fan va madaniyat taraqqiyoti bilan bevosita bog’liqdir. Fan va madaniyatning rivojlanishi esa ta’lim-tarbiya ishlarining qay yo’sinda olib borilishidan kelib chiqadi. Shu bois mamlakatimizning istiqbol yo’lidagi birinchi qadamlaridanoq buyuk ma’naviyatimizni tiklash va yanada yuksaltirish, milliy ta’lim-tarbiya tizimini takomillashtirish, uning milliy zaminini mustahkamlash, demografik va boshqa milliy xususiyatlarni hisobga olgan holda kuchli ijtimoiy siyosat olib borish, yoshlarning zamon talablari bilan uyg’unlashtirish asosida jahon andozalari darajasiga chiqarishga katta ahamiyat berib kelinmoqda. Respublikada ta’lim-tarbiya tizimini tubdan o’zgartirish yo’lida olib borilayotgan islohotlarni amalga oshirish va bu borada qabul qilingan hujjatlar mohiyatini keng jamoatchilik tomonidan chuqur anglab yetishga har tomonlama sharoit yaratildi.

Ma’lumki, o’quvchilarga chet tili darslarida ta’lim-tarbiya berishdan maqsad, ularda tez o’zgarayotgan dunyoda o’z o’rnini topish, jamiyatda qiynalmasdan yashashi uchun zarur bo’lgan hayotiy ko’nikmalarni shakllantirishdan iboratdir. Ta’lim berish jarayonida har bir pedagog qanday qilib, qanday usullar bilan dars jarayonida o’quvchilarni faollashtirish mumkin degan haqli savol tug’iladi. Davlat ta’lim standartlari talablariga asoslangan holda mustaqil O’zbekistonning yosh avlodiga ta’lim-tarbiya berish o’qituvchilarga ma’suliyatli vazifalarni yuklaydi. Hozirgi vaqtda o’qituvchilar oldida fan asoslarini o’qitishning ilmiy-nazariy saviyasini ko’tarish, o’qitish usullarini takomillashtirish natijasida dars samaradorligini oshirish va sifatini yaxshilashdek ishlar turibdi va bu vazifalarni bajarishda yangi pedagogik izlanish natijalarini amaliyotda joriy qilish dolzarb muammolardan biridir.

Keng ma’noda “Innovatsiya” pedagogik tizimga yangilik kiritish yo’li bilan ta’lim-tarbiya jaryonini maqbullashtirish, sifat va samaradorligini oshirishni ko’zda tutadi. pedagogik tizimga kiritilgan yangilik sifat va samaradorlikka salbiy ta’sir qilishi ham mumkin. Biz tizimga uning ichki zaxira imkoniyatlarini hisobga olgan holda sifat va samaradorlikni oshirish maqsadida kiritilgan yangiliklarnigina innovatsiya deb

tushunamiz. Pedagogik tizimni takomillashtirib Bevosita faollashtiruvchi metodlardan tashqari bivosita metodlardan ham foydalaniladi (eslatish, maslahat, tanbeh berish, tuzatish). Ko'p xollarda metod va usullardan kompleks tarzda foydalaniladi. Mashg'ulot vaqtida beriladigan bilim, malaka va ko'nikmalarni bolalar yaxshi o'zlashtirib olishlari ularning hissiy holatini ko'tarish uchun xizmat qiladi.

Bu fikrlarning barchasi o'z navbatida yosh avlodni chuqur bilimli, zukko, teran qolaversa, o'z o'tmish durdonalaridan va urf –odat an`analaridan. Bugungi kunda komil inson shaxsini tarbiyalash esa eng murakkab va qiyin jarayondir. Bunday qudratli davlatning kishilari ham o'z g`ururi, or-nomusi va qadriyatlarini himoya qilishga qodir insonlar bo`lishi lozim. Shunday ekan, biz tarbiya jarayonida inson sha`ni, g`ururi, uyati, or-nomusi va uni asrash, himoya qilishni yoshlarga o`rgatishimiz hamda oldimizga asosiy maqsad qilib qo`yishimiz kerak. Bugungi yoshlarimiz o`z taqdirining chinakam egasi, o`z tarixining ijodkori, o`ziga xos milliy qadriyatlarning sohibi sifatida, odob-axloqimiz na'munasi asosida ish tutadilar.

Bugungi yoshlarimizda Yevropa madaniyatiga taqlid qilish odatlari kam bo`lsada, uchrab turadi. Bunday hollarni bartaraf etish uchun har bir yosh avlod o`z eliga, xalqiga, yurtiga nisbatan kuchli g`urur, or-nomusni shakllantirishi maqsadga muvofiq.

Turli xil talqinlarga qaramay bu tushuncha, ta'rif zamonaviy talablarga muvofiq rejalashtirishning mohiyatini eng aniq tavsiflaydi. Rejalashtirish guruhning o'ziga xos xususiyatlarini hisobga olgan holda ta'lim dasturini amalga oshirishni aks ettiradi. Shunday qilib, chet tili fani o'qituvchisi tarbiyaviy ishlarning tartibini, ketma-ketligini oldindan belgilaydi, zarur shart-sharoitlarni, qo'llaniladigan vositalarni, muayyan guruh bolalari bilan ishlash shakllari va usullarini qayd qiladi. Umuman olganda, tarbiyaviy ishning samaradorligi rejalashtirish qanchalik puxta o'ylangan va malakali amalga oshirilganligiga bog'liq

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Ta'lim jarayonidagi noan'anaviy shakllari (Metodik qo'llanmalar. Tuzuvchilar: Tolipova J. G'ofurov A.T.) T, 1994 yil.
2. Abdalova S. Mustaqil ta'limni boshqarish va talabalarning ijodiy qobiliyatini rivojlantirishda kreativ texnologiyalarning o'rni //Ta'lim menejmenti.-Toshkent, 2011.

3. Sadriddinov N., Rahimov A., A. Mamadaliyev, Z. Jamolova. Fizika o'qitish uslubi asoslari. T.: O'zbekiston-2005.
4. Saidaxmedov N. Pedagogik amaliyotda yangi texnologiyalarni qo'llash namunalari. - Toshkent: RTM 2000 yil.
5. Abduxamidov S. K. et al. Loss of Napor in Cylinder Pipe Flow //International Journal of Development and Public Policy. – 2021. – T. 1. – №. 7. – C. 27-30.
6. <https://pshedu.jspi.uz/index.php/phys-tech/article/view/3164/2086>
7. Rustamovna, U. N., & Toxirjonovna, M. O. (2022). Polysemy-Semantic Universal. International Journal of Culture and Modernity, 14, 11-15.
8. Umarova N., Mahmudova O. General and specific characteristics of lexical meaning and concepts in linguistics. News of the National University of Uzbekistan (2022 1/3)
9. Innovative educational technologies. Muslimov N.A., Usmonboeva M.H., Sayfurov D.M., Turaev A.B. - T. : anSano standart Publishing House, 2015.
10. D.Khidoyatova. Develop skills and competencies in using interactive methods. T. : 2012.

O'QUVCHI YOSHLARNING DARS JARAYONIDA IJODIY IMKONIYATLARINI SHAKLLANTIRISHDA O'QITUVCHINING ROLI

Jumayeva Guluzar Hayot qizi
Buxoro viloyati Jondor tuman 29-maktab psixologi

Annotatsiya: ushbu maqolada umumta'lim maktablarida bolalarni ijodiy fikrlashga o'rgatishning innovatsion usullari xususidagi fikrlar keltirilgan.

Kalit so'zlar: ijodiy fikrlash, ongli ish tayyorgarlik, boshlang'ich ta'limda fikrlashni shakllantirish, ta'lim mahsuli.

Agar zamonaviy jamiyatda biz hech bo'lmaganda umumtaraqqiyot uchun kichkinagina o'zgarish qiladigan insonni tarbiyalay olmasak ,biz jamuyatda o'z o'rniga

ega bo'lgan pedagog hisoblanamiz. Insoniyat har doim iqtidorli, ijodkor insonlarga ehtiyoj sezib kelgan. Shunday ekan har bir pedagog o'quvchilarga bilim berish bilan bir qatorda tarbiyasiga ham e'tibor qaratishi kerak.

Har bir dars bolaning qobiliyatining uchqunlarini alangalata oladigan kichik ixtiroday o'tishi zarur. Atrofdagi olam va o'zini anglashdagi kichik yutuqlar ham butun o'quv faoliyatini g'aroyib va maftunkor qiladi. Bolalar uchun sinfdoshlari oldida o'zini ko'rsata olishi, nimalarga qodirligini isbotlay olishi juda muhim qirra hisoblanadi. Buning uchun ularga imkoniyat yaratish zarur. Ijodiy fikrlash bir qancha tomonlari bilan tanqidiy fikrlashga yaqin.

Ijodiy fikrlash, eng avvalo, bu, tanqidiy fikrlash kabi mustaqil fikrlashdir. Fikrlash mustaqil bo'lgandagina u ijodiy fikrlash bo'la oladi. Hech kim biron uchun ijodiy fikrlab bera olmaydi. O'quv jarayonida bolalar uchun mustaqil fikrlash va o'ta murakkab masalalarni ham mustaqil hal qilishga imkoniyat yaratish zarur. Olingan axborot ijodiy fikrlash uchun boshlangan nuqta bo'lib, aslo oxirgi bekat vazifasini o'tamasligi zarur. Boshqacha aytganda, ijodiy fikrlash axborot, dalillarni olishdan boshlanadi. Yangi bilimlar ijodiy fikrlash uchun intilishni paydo qiladi.

Ijodiy fikrlashni oshirish uchun mashg'ulotlarni o'quvchilar tasavvur yordamida tugamas sayohat tarzida tashkil qilish mumkin. O'quvchilar dastlabki xayolot usullarini o'rganishadi va bular asosida qiziq voqealar, hikoyalar, topishmoqlar, she'r va ertaklar yuzaga keladi. Bolalar ijodiyoti o'quv jarayoniga bog'liq ravishda borgan sari boshqariluvchan bo'lib boradi. O'quv yilining oxiriga kelib o'quvchilar mustaqil ravishda hikoya va ertak tuzish usullarini yetarli darajada o'zlashtirgan bo'lishlari kerak hamda tizimlarning ichki tuzilishi bilan tanishib, ularning bo'linmalari va nima uchun xizmat qilishini o'rganish uchun dastlabki qadamlar qo'yilishi kerak.

Sinflar yuqorilashib borgan sayin o'quvchilar ancha narsalarni mustaqil bajara oladilar. O'quv yili so'ngida o'quvchilar dars mavzusi bilan bog'liq tayanch so'z va tushunchalar asosida kichik hikoya, voqea, ertaklarni tuza oladigan bo'lishlari kerak. Bu davrda bolalar mustaqil ravishda tizimlarni topish, ularning qanday bo'limlardan tuzilganini, qanday xususiyatlarga va belgilarga ega ekanligini, nima uchun xizmat qiladi va boshqa tizimlar orasidagi bog'liqligini anglab yetishi zarur. O'quvchi sinfi

kattalashib brogan sayin faoliyat muhiti turli-tuman bo'ladi. Bolalar darslikdagi mavzular asosida tuzgan yangi o'quv hikoya yoki turli fanlarga bog'liq ertaklardan yangi «Ertaklar kitobi» shakllanadi. Tizimlarni bo'limlarga bo'lish va tizimlararo bog'liqlik ko'nikmasi avtomatik darajaga yetkaziladi, 3-sinf o'quvchilari faoliyatining asosiy yo'nalishi kartotekalar yig'ish izchilligini bila olishlaridir. 3sinf o'quvchilarining qiziqishlari turli-tuman bo'lib, ular o'zlarini qiziqtirayotgan sohalari bo'yicha javob olishni xohlashadi. Berayotgan savollar va javoblari esa turli sohalardan bo'lishi mumkin.

4-sinfda o'quvchilar oson va erkin holda turli hikoyalar va ertaklarni tuza oladilar. Ular orasida maktab dasturiga mos «Ertaklar kitobi» tuziladi. O'quvchi tizim bo'limlarini saralashni va xususiyatlarini erkin holda amalga oshiradi. Lekin 4-sinfda asosiy ish tadqiqotchilik faoliyati va kartoteka tuzishga qaratilgan bo'ladi. Umuman boshlang'ich sinlarda bolalardagi asosiy tushunchaviy fikrlashni qanday shakllantirish keradegan savol barchani o'ylantiradi.

Bolalar ijodiy faoliyatining natijasida egallangan malakalarning natijasi shubhasiz turli turdagi tahlillar o'tkazish imkoniyatini yaratadi. Ruhshunos ruhiy tahlil yoki bolalar ijodining ruhiyatini o'rganishning muhim manbalarini topadi. Tilshunoslar bolalar folklorini o'rganish uchun boy manbaga ega bo'ladi. Sotsiolog madaniy-etnik muhit va bolalar ertaklari orasidagi o'zaro bog'liqlikni o'rganadi. Bu qaydnomani uzoq davom ettirish mumkin. O'qituvchi bolalar ertak, topishmoq va maqollarning tahlilini qaysi usullari uzluksiz va ilmiy fikrlashni shakllantira olishiga qiziqish uyg'otadi.

Bolalarning ijodiy qobiliyatlarini rivojlantirish usullari va vositalari bu ijodiy qobiliyatlarni rivojlantirish vositasi sifatida deyarli barcha atrofdagi narsalar va vaziyatlardan foydalanishingiz mumkin. Shuning uchun bolaning darslaridagi asosiy maqsad - uni qanday qilib tasvirlashni o'rgatish va oxirida nimani kashf etganini tushunishdir. Ba'zida, biz bilmagan holda, o'yin va muloqot orqali bolalarning ijodiy qobiliyatlarini rivojlantiramiz. Ammo, barkamol rivojlanish uchun mustahkamlik va uslubiyat zarur. Masalan, rivojlanish o'yinlarini o'ynab, bolani to'yga keltirmang. Agar qiziqish sizni zaiflashtira boshlaganini his qilsangiz, o'yinni qoldiring. Ammo uzoq

muddatli tanaffuslar ham amalga oshirilmaydi. Bolalar ijodiy qobiliyatlarini rivojlantirish dasturini yaratishning eng yaxshi usuli .

Bugun zamonaviy dunyoda har qanday mamlakatning iqtisodiy rivojlanishida jamiyatni intellectual ta'lim potentsiali asosiy kalit vazifasini bajaradi. Raqobatbardosh innovatsion iqtisodni shakllantirishning strategik yo'nalishlaridan biri – ta'lim tizimini modernizatsiya qilishdir .Xalq ta'limi tizimida ta'lim muassasalarining innovatsion faoliyati ta'lim oluvchilarning ijodlorligini o'z oldiga maqsad qilib qo'yishi lozim. Bu maqsadga erishishda eng samarali mexanizm bu o'quvchilarni o'qituvchilar rahbarligida va hamkorligida o'quv tadqiqotlarini va ilmiy tadqiqotlarini olib borishini tashkil etishdan iborat bo'ladi. Birgalikdagi ilmiy texnologiyalar majmuasiga tayangan holda amalga oshirilsa ,innovatsion ta'lim texnologiyalarini ifoda etgan bo'ladi.

Xulosa o'rnida shuni ta'kidlash lozimki, ijodiy fikrlash masalani qo'yish va yechiladigan muammoni aniqlashtirishdan boshlanadi. Shunday pedagoggina bugungi kun talabiga to'la javob bera olishi va unga iloji boricha tezroq o'tish zarurligi haqida birinchi Prezident I.A.Karimov shunday degan edi: «O'qituvchi-o'quvchi munosabatidagi majburiy itoatkorlik o'rnini ongli intizom egallashi juda qiyin kechayapti. O'qituvchining bosh vazifasi o'quvchilarda mustaqil fikr yuritish ko'nikmalarini hosil qilishdan iboratligini ko'pincha yaxlit tushunamiz, afsuski, amalda tajribamizda unga rioya qilmaymiz». Rivojlangan ijodiy fikrlashsiz insoniyat XXI asrda yashay olmaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. S.N.Alimxodjayeva, F.I.Haydarov, T.B.Samandarova, R.X.Valiyev “Bolalar iqtidorini erta aniqlashning psixologik-pedagogik metodikalari majmuasi”, Toshkent.;
2. Shoumarov G. Oila psixologiyasi . T. Sharq. 2001. B. 24-25.
3. Nishonova Z. O'smirlik davri psixodiagnostikasi va psixokorreksiyasi. O'quv qo'llanma. T., Sharq. 2003. B. 25-26
4. Yodgorova G.T. Tarbiyasi qiyin guruhga mansub bolalar bilan ishlash. T.. 2007.
5. G'oziev E.G'. Psixologiya (Yosh davrlari psixologiyasi). T., 1994.
6. G'oziev E.G'. Umumiy psixologiya: darslik. I, II kitob. T., 2002.

YOSHLARNING IJTIMOIIY PSIXOLOGIK MUAMMOLARI

Narziyeva Mashhura Mirzayevna
Buxoro viloyati Jondor tuman 3-maktab psixologi

Annotatsiya: Ushbu maqolada jamiyat va aholi o'rtasida psixologik savodxonlikni oshirish va takomillashtirish hamda bugungi kunda psixologiyaning inson hayotida qay darajada muhimligi haqida so'z yuritiladi. Mamlakatimizda psixologiya sohasiga oid korporativ boshqaruv markazlarining olib borayotgan targ'ibot-tashviqot ishlarini keng k o'lamda yoritib berish.

Kalit so'zlar: Globallashuv, milliy qadriyatlar, ommaviy madaniyat, milliy mentalitet, tarbiya, yoshlar ruhiyati, diniy qadriyatlar, internet, ijtimoiy tarmoqlar Axborot texnologiyalari, amaliy bilim, nazariy bilim, xarakter, insonshunoslik, kategoriya, kadr, pedagog, tajriba, mutaxassis, moddiy, ma'naviy , psixologiya, jamiyat, tafakkur.

O'zbekiston Respublikasi o'z mustaqilligini jahon miqyosida yil sayin barqarorlashtirib borar ekan , uning istiqboli bugungi yoshlarimizga bog'liqdir.

Kelajak bugundan boshlanadi. Ayni damda tarbiya masalasiga e'tibor qilmasak, kelajak boy beriladi. Ma'naviy va axloqiy poklanish, imon, insof, diyonat, or- nomus,mehr-oqibat va shu kabi chinakam insoniy fazilatlar o'z-o'zidan kelmayda, hammasining zaminida tarbiya yotadi .Kundalik turmush tashvishlaridan ortib bag'ringizda o'sib ulg'ayotgan farzandingiz yoki uning do'stlarining fe'l-atvorlari, qiziqishlarini hech kuzatganmisiz? O'g'lingiz yoki endigina balog'atga yetayotgan qizingiz bilan dildan suhbatlashganmisiz?

Aslida farzand ota - ona bilan ko'proq yaqinroq bo'ladi, deyishadi. Bu isbotlangan hayot tajribasi. O'sha yaqinlikni yaratish esa onaning qo'lida. Ishda o'tirib telefon orqali nazorat qilishingiz yoki ma'lum bir fanga, to'garaklarga vaqtini biriktirib qo'yishingiz mumkin. Lekin bolaning ham o'z xayollari, dilida saqlab yuradigan gaplari bo'ladi. Bir o'ylab ko'ring-a , bolangiz sizni yaxshi ko'rishini ,yoki qalbidagi shirin orzularini,iztirobi yoki quvonchini baralla ayta oladimi? "Agar meva donagini chaqib ,mag'zini yerga eksak, albatta u unib chiqmaydi.Agar ustidagi qobig'i bilan tuproqqa

qadasak-chi unib ,o'sib gullab yashnaydi ".Danak ruh ,qobig'ini jism deb olsak ,demak,bolalarimiz bir maqsadga erishmoqchi bo'lsalar har ikkala asosga suyanishi zarur.

Aks holda, maqsadiga erishishi qiyin bo'ladi. O'ylagan maqsadiga erishishi uchun uning ruhiyati sokin ,xotirjam bo'lishi kerak.Bola ruhiyati qachonki oilasi tinch va ota -onasining unga bo'lgan munosabati yaxshi bo'lsa,unga o'z vaqtida e'tibor qaratib,mehrini bersa,dildan suhbatlashsa, bolaning dardini tinglasa,unga ham gapirishi uchun navbat bersa,bolaning fikrlari teran va sog'lom buladi .

Tarbiya bilan ta'limni bir biridan also ayro tasavvur qilib bo'lmaydi. Tarbiya asosida insoniy fazilatlar rivojlantirilsa, ta'lim jarayonida esa bilim,ko'nikma va malakalar egallandi. Qaysi davlatda mana shu ikkita narsa to'g'ri yo'lga qo'yilgan ularning uzviy bog'liqligi ta'minlangan bo'lsa bunday davlatda kamol topayotgan har bir yosh dunyoqarashi keng bo'lib ulg'ayadi.

Bizlarga yaxshi ma'lumki,mamlakatimizda amalga oshiriladigan barcha islohatlar va o'zgarishlar, keng ko'lamlil dasturlar yagona va ulug' bir maqsadga qaratilgan.

Hammamizga ma'lumki , ro'zg'or tashvishlari yoki davlat ishlari tufayli ko'plab ota -onalarimiz chet elga ishlash uchun ketishgan. Farzandlarini kimningdir qaramog'iga qoldirgan. Ayni damda farzandida o'tish,o'zgarish davri boshlangan bo'lsa-chi? U o'z fikrini kimga aytadi? Kimning qaramog'ida qolgan odamga ayta oladimi?Tingovchi shaxs buni to'g'ri tushuna oladimi? Yoki tinglash uchun vaqt ajrata oladimi? Ota-ona o'z farzandini eshitmasligi, samimiy suhbatdosh bo'lolmasligi yomon.Fikri tinglanmagan yoki rag'batlantirilmagan bola o'zining shaxsiy fikrlariga ega bo'lsa ham jur'atsiz va kamgap bo'lib qoladi.Unga qancha pul ,mol-u davlat bermang, sizni mehringiz va bir og'iz shirin gapingizni o'rnini bosa olmaydi.

Mehr-oqibat va shu kabi chinakam insoniy fazilatlar bola qalbida o'z-o'zidan kelib qolmaydi, hammasining tag zaminida tarbiya yotadi . O'zbek xalqining asriy an'analari, jumladan, tarbiya sohasidagi an'analari ajdodlarimizning tabarruk dini bilan bog'liq. Yoshi kattalarga salom berish, ularni hurmat qilish, yoshi kichiklar va kuchsizlarni avaylash, ilm olish va kasb o'rganishga da'vat, halol mehnat qilishga chaqirish,qo'shnilar bilan xushmuomala bo', oila birgalikda ovqatlanish,oilaviy kitob

o'qish va uni tahlil qilish, birgalikda katta -katta ishlarni birgalikda amalga oshirish kabi an'analar o'zbeklar oilalarida, ularning dinga munosabatlaridan qat'iy nazar, yoshlarga singdirib kelingan. Afsuski, ilg'or qarashli, o'qimishli, odobli va kelajagini bugundan, yoshlik chog'idan qurayotgan yoshlar bilan bir qatorda, ishyoqmas, qo'pol, takasaltang, savodsiz va gumroh o'spirin yoshlar ham uchrab turibdi. Kuzatishlar shuni ko'rsatadiki, bunday holatarning yuzaga kelishida ota-onalarning e'tiborsizligi, yoki ota-onaning, ikkalasining aqli kaltaligi yoshlarga salbiy ta'sirini ko'rsatib yoshlarni ham dunyoviy, ham diniy savodsiz bo'lib, kelishiga asos bo'lib qolmoqda..Ota ishlash uchun uzoq safarga ketsa ham lekin asosiysi, ona farzandlari yonida bulishi ,unga to'g'ri tarbiya berishi, haddan ziyod taltaytirib yubormasligi kerak deb o'ylayman. Hozirgi kunda yoshlarimiz orasida ijtimoiy muammoning ortib borayotgani ham har ikkala suyanchning bolalari yonida bo'lmayotgani ,mol-u davlat orqasidan erta-yu kech quvishlari, natijada farzandlarning qarovsiz ,e'tiborsiz qolishi, ularga vaqtida mexr berib dardlarini tinglamayotgani oqibatida ,endigina katta hayotga qadam tashlab borayotgan yoshlarimizning to'g'ri yo'ldan adashayotganlariga sabab bo'ladi. O'z faoliyatim davomida o'quvchilar bilan ishlash jarayonida ota-onasi chet el safarida ishlash maqsadida farzandlarini bobo-buvisi qaramog'ida qoldirgan o'quvchilar bilan ko'plab muammoli vaziyatlarga duch kelganman. 4-sinf o'quvchilari 8-mart "Xalqaro xotin-qizlar " kuni munosabati bilan "Nafosat malikalari" deb nomlangan tadbir tashkil qilishdi. Mana shu tadbirda ishtirokchi qizlarni baholash va kuzatuvchi sifatida qatnashdim. Tadbir juda ko'tarinki ruhda boshlandi va shartlar e'lon qilinib qizlar birmabir o'z chiqishlarini namoyish etishdi. Meni ta'sirlantirgan shart "Oyimga maktub" sharti bo'ldi. Jasmina ismli ishtirokchi qizimiz oyisiga yozgan maktubini o'qishi bilan tadbirda qatnashayotgan barcha ishtirokchilar juda ta'sirlandi hatto ko'zlari yoshlandi. Jasmina maktubida oyijonisini juda ham sog'inganini ,u bilan dildan to'yib-to'yib suhbatlashishni qo'msashini ,birgalikda vaqtlarini o'tkazishni sochlarini o'rib ,bag'riga bosishini ko'zida yosh bilan o'qib berdi. Bu vaqtdagi ruhiy va jismoniy o'zgarishlarni ota - onalarimiz asta- sekinlik bilan qiz o'g'illarimizga tushuntirib to'g'ri yo'lga solishlari zarur, ayni ularga kerak paytimizda ularga suyanch bo'lmasak, o'z ishimizga

o'ralashib qolsak, bolani gapi qilayotgan ishi xato bo'lsa-da, so'zini so'zsiz qilaversak, xatosini tuzatmasak, bilingki, tarbiyada biz adashyapmiz. Yoki qo'lga uyali telefonlarni olib berib qoyayapmiz-u, u telefondan qanday foydalanayapti, bunisiga ishimiz bo'lmay qoldi. Shu uchun ham ayrim yoshlarimiz internet orqali, kimlarningdir ayyorona gaplariga uchib, turli yo'llar bilan Suriya va boshqa mamlakatlarda terroristik harakatlarda ishtirok etib, Vataniga xiyonat qilmoqda. Internet va begonalardan noto'g'ri ma'lumot olib bir umrga sizdan uzoqlashib ketishlari juda ayanchli holat deb o'ylayman. Aziz birodar xalqim, ota-yu onajonlarim, kelinglar birgalikda bolaga to'g'ri tarbiya beraylik. Barcha muammolarni ilm-ma'rifat orqali yengish mumkin ekanini uning ongiga singdiraylik. Ularni tadbirkorlikka, ishbilarmonlikka, turli sohalarga yo'naltiraylik. Atrofimizdagi o'z mehnati bilan hurmatga erishgan, saxovatpesha insonlarga aylangan kishilarning izidan borishga yo'naltiraylik. Yoshlarimizga yangi ish o'rinlari ochib berishga, ish bilan ta'minlashga harakat qilaylik. Xalqimiz bekorchidan Xudo bezor deb bejizga aytmagan. Zero, biz Alisher Navoiy, Al-Buxoriy, Amir Temur, Abu Ali Ibn Sino avlodimiz. Shunday buyuk insonlar izidan ergashishimiz, xalqimizni, buyuk O'zbekistonimizni ko'kka olib chiqishimiz kerak deb o'ylayman.

Xulosa qilib aytadigan bo'lsak shiddat bilan o'zgarib borayotgan zamonda milliy ma'naviyat, milliy qadriyatlar asosida tarbiyalanmagan yoshlar o'zligini, tarixini yo'qotadi. B unday yoshlar esa millat va davlatning kelajagini yoq qiladi. Shuning uchun ham ota-bobolarimizdan qolgan qadriyatni yanada rivojlantirish, ularga nisbatan biz yoshlarda hurmat va ehtiromni shallantirish zarurdir. Milliy qadriyatlar va milliy mentalitet asosida tarbiya topgan yoshlar har doim yurt manfaatini, millat sha'nini, davlat kelajagini birinchi o'ringa qo'yadi

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Jo'raboyev K. "O'quvchi – yoshlarni kasb – hunarga yo'naltirish bo'yicha psixologik – pedagogik o'yinlar, mashqlar va metodikalar" Uslubiy qo'llanma. "KOMRON PRESS" Toshkent 2017 yil 5-7 betlar.

2. Soatov.A.J. Bo'lajak pedagog-psixologlarda psixologik maslahat berish ko'nikmalarini shakllantirish texnologiyasi. O'quv qo'llanma. Toshkent: Fan va texnologiyalar nashriyot-matbaa uyi. 2020 yil 31-32 betlar.

3. Soatov.A.J. Pedagogika-psixologiya ixtisosligi talabalarida psixologik maslahat ko'rsatish ko'nikmalarini shakllantirish texnologiyasi. UzACADEMIYA ilmiy-uslubiy jurnal 2 jild. Avgust 2020. 489-496 betlar.

4.I.A.Karimov “Yuksak ma'naviyat yengilmas kuch” T :Ma'naviyat 2008 yil

5. E. B .Shoumarov “Oila psixologiyasi” 2008 yil

O'SMIRLARNING PSIXIK RIVOJLANISHIDA YANGI XISLATLARNING PAYDO BO'LISHI

*Ibragimova Gulbaxor G'ulomdjonovna
Xorazm viloyati Xonqa tumani 5-maktab psixologi*

O'smirlik davrida asosan bilish jarayonlari rivojlanadi. Bu yillarda o'smirlar uchun hayot davomida kerak bo'ladigan asosiy shaxsiy va tadbirkorlik xususiyatlari ochiq ko'rina boshlaydi. Xotira, mexanik xotira darajasidan mantiqiy xotira darajasiga ko'tariladi. Nutq rivojlangan, xilma – xil va boy tafakkur esa o'zining barcha ko'rinishlari: harakatli, obrazli, mantiqiy darajasida rivojlanadi. O'smirlarni endi turli amaliyot va aqliy faoliyatlarga o'rgatish mumkin. Shuningdek, bu davrda umumiy va masxus layoqatlar shakllanadi va rivojlanadi.

O'smirlik davriga juda ko'p ziddiyatlar va qarama – qarshiliklar mos. Maktab dasturini o'zlashtirish va boshqa ishlar bilan bog'liq turli masalalarni yechishda ko'zga tashlanadigan o'smirlarning intellektual rivojlanganligi kattalarni ular bilan birga jiddiy muammolar bo'yicha fikrlashga undaydi, o'smirlarning o'zlari ham bunga harakat qiladilar. Boshqa tomondan esa, ayniqsa, kelajak kasb, xulq – atvor etikasi, o'z majburiyatlariga mas'ullik kabi muammolar muhokamasida yosh bolalarga xos jismoniy va psixologik holatni kuzatish mumkin.

5 – 6 – sinf o'quvchilariga sinfdagi o'zi egallagan mavqeiga katta e'tibor berish xususiyati xos. Ayniqsa, 6 – sinfdan boshlab, o'quvchilar o'z tashqi ko'rinishlariga, shuningdek, qarama – qarshi jinsdagi bolalar va ular bilan o'zaro munosabatlariga e'tibor bera boshlaydi. 7 – sinf o'quvchilarida esa, o'z layoqatlarini rivojlantirishga xos qiziqish yuzaga keladi. 8 – sinf o'quvchilari esa mustaqillik, o'ziga xoslik, do'stlik va o'rtoqlik bilan bogliq bo'ladigan shaxsiy xislatlarni yuqori baholashadi. O'smirlarning ana shunday ketma – ket yuzaga kelib qoladigan qiziqishlariga asoslangan holda faol ravishda irodaviy ishbilarmonlik va boshqa foydali sifatlarni rivojlantirishi mumkin.

O'smirlik davrida o'quv fanlarini turli o'qituvchilar o'qitishlari bilan kattalar shaxsi va faoliyatini baholashning yangi mezonlari ham shakllana boshlaydi. O'smirlik, asosan, bilimli, talabchan, haqqoniy, o'quv materialini qiziqarli va tushunarli yo'l bilan yetkaza oladigan, o'quvchilarni ajratmaydigan o'qituvchilarni ko'proq hurmat qiladilar va yaxshi ko'radilar. Ular o'qituvchilar bilan munosabatlariga ham katta e'tibor beradilar.

10 – 15 yoshli bolalarning faoliyat motivlarida ham o'zgarishlar amalga oshadi. Ilk o'smirlik davrida ko'pchilik o'smirlar o'zlariga salbiy shaxsiy xarakteristika beradilar. Katta bo'lgan sari o'smirning o'z – o'ziga bergan bahosi differensial xulq – atvoriga, ijtimoiy vaziyatlarda o'zini tutishga va ayrim xatti – harakatlarida namoyon bo'la boshlaydi.

O'smirlik yoshidagi o'quvchilarning emotsional xususiyatlari, o'smirlik yoshida, tahminan 13 – 14 yoshlarda, bolalarni emotsional kechinmalarida katta o'zgarishlar boshlanadi. Shu yoshdagi bolalarda ta'lim ta'siri ostida abstrakt – mantiqiy va tanqidiy tafakkur ancha o'sadi. O'smirlar dunyoqarashi bilan bog'liq bo'lgan masalalar bilan qiziqqa boshlaydilar. Mana shularning hammasi intellektual va axloqiy hislarni o'sishi uchun manba bo'lib qoladi. O'smirlarda hayol kuchli ravishda o'sadi. Hislarning o'zi hayolning o'sishiga yordam beradi va hayolning o'zi ham xilma – xil chuqur emotsional kechinmalarning manbai bo'lib qoladi. Kelajak to'g'risidagi orzular, qahramonlik, romantika shularning hammasi emotsional kechinmalarning manbaidir. Bu yoshda o'ziga baho berish hissi kuchli ravishda o'sadi.

O'smir yoshidagi bolalarning aloqa doirasining kengayishi va ularda ijtimoiy – siyosiy masalalarga qiziqish o'sishi tufayli axloqiy hislar o'smirlar hayotida katta o'rin oladigan bo'lib qoladi, ularda vatanparvarlik hissi yorqin namoyon bo'ladi. Shu yoshda organizmda fiziologik o'zgarishlar sodir bo'lishi sababli emotsional qo'zg'olishlarning xarakterida ham o'zgarish ro'y beradi. Hislar kuchli ravishda namoyon bo'laveradi, lekin ko'pincha bu hislar barqaror bo'lmaydi. Boshqa yoshdagi bolalarga qaraganda o'smirlarda injiqlik va arazlash ko'p bo'ladi.

O'smirlik davrida shxslararo munosabatlar ham keskin o'zgaradi. O'smirlik davrida yetakchi faoliyat – bu o'qish, mulqot hamda mehnat faoliyatidir. O'smir uchun tengdoshlari bilan bo'lgan muloqot u mustaqil harakat qiladigan o'zining shaxsiy munosabatlari muhitiga ajaraladi. U bunga haqliman deb o'ylaydi, o'z huquqlarini himoya qiladi va aynan shuning uchun ham o'rtoqlari bilan bo'lgan munosabatga kattalarning o'rinsiz, qo'pol aralashuvi o'smirning hafagarchiligi va noroziligiga olib keladi.

O'smirda tengdoshlar bilan muloqot qilish va hamkorlikdagi faoliyatga intilish yaqqol namoyon bo'ladi. jamoa hayoti bilan yashash, yaqin o'rtoqlar , do'stga ega bo'lish xohishi - do'stlar tomonidan qabul qilingan, tan olingan, hurmat qilingan bo'lishdek kuchli xohishdir. Bu o'smirning muhim talabiga aylanib boradi. O'smir uchun eng yoqimsiz vaziyat – jamoa va o'rtoqlarining noroziligi, muloqot qilishni istamaslik, eng og'ir jazo esa, ochiq yoki nooshkor aloqa uzish, gaplashmaslikdir.

o'smirda psixik jarayonlarning keskin o'zgarishi bilan aqliy faoliyatida ham burilishlar seziladi. Shuning uchun shaxslararo munosabatd, o'quvchi bilan o'qituvchi munosabatida, kattalar bilan o'smirlarning muomalasida qat'iy o'zgarishlar jarayonida qiyinchiliklar paydo bo'ladi. Bular avvalo ta'lim jarayonida ro'y beradi, yanggi axborot, ma'lumotlarni bayon qilish shakli, uslub va usullari o'smirni qonitirmay qo'yadi.

Odobli, dilkash o'smir kutilmaganda qaysar, intizomsiz, qo'pol, serzarda bo'lib qoladi. O'smir xulqidagi bunday o'zgarishlar tajribasiz o'qituvchi va ota – onasini qattiq tashvishga soladi.

O'smirning ota – onasi, kattalar bilan qiladigan muloqoti, xarakteri ularning katta bo'lganlik hissi asosida tuzilgan bo'ladi. Kattalar tomonidan qilinadigan o'smirlarning

haq – huquqlarini cheklashlariga bildirgan qarshilik va e'tirozlariga o'zlari ham qattiq ayg'uradilar. Ular muloqotda kattalarning qo'llab – quvvatlashlariga ehtiyoj sezadilar. Birgalikdagi faoliyat o'smirga kattalarni yaxshiroq tushunishlari uchun yordam beradi. O'smir o'zida bo'layotgan o'zgarishlar , unitashvishga solayotgan muammolar haqida kattalar bilan bo'lishishga katta ehtiyoj sezadi, lekin buni hech qachon o'zi birinchi bo'lib boshlamaydi.

Ota – onalar o'smirga erkinlik bermasligi yoki o'smirning shunday deb bilishi natijasida ular ota – onaga qarshi pozitsiyada bo'ladilar.

Shuni alohida ta'kidlash lozimki, muloqot va munosabat asosida o'smirlarda g'urur hissi shakllana boshlaydi. Albatta, g'urur me'yor yoki qoidalari kattalardan o'rganiladi, lekin o'z g'ururini qanday himoya qilishi o'smirlarning alohida nazoratida bo'ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Davletshin M.G. Umumiy psixologiya. T., TDPU, 2002.
2. G'oziyev E.G'. Umumiy psixologiya. 1-2 tom. T., Fan, 2002.
3. G'oziyev E.G'. Ontogenez psixologiyasi. – T.:Noshir. 2010.
4. Davletshin M.G, Do'stmuhammedova Sh.A., Mavlonov M.M., To'ychiyeva S.M., “Yosh va pedagogik psixologiya” T. TDPU, 2004

INNOVATSION YONDOSHUV ASOSIDA YOSHLARNING KASBIY FAOLIYATINI RIVOJLANTIRISH

*Ibragimova Gulbaxor G'ulomdjonovna
Xorazm viloyati Xonqa tumani 5-maktab psixologi*

Hozirgi davrda o'quv muassasalar va ulardagi o'quv-tarbiya jarayonini sifati va samaradorligi masalalari jamoa oldiga katta ijtimoiy ahamiyatga molik vazifalar qo'ymoqda. Xususan, yosh avlodni dunyoqarashini tarkib toptirish, g'oyaviy va siyosiy

jihatdan chiniqtirish, yuksak axloqiy fazilatlarni shakllantirish, mehnatga va ongli kasb tanlashga tayyorlash lozim.

O'qituvchi va o'quvchilarni innovatsion faoliyatga tayyorlashdan ko'zlangan asosiy maqsad - ularning yangilikka intiluvchanliklari, yangilikni mustaqil izlash, yaratish va qo'llash ko'nikma va malakalarini shakllantirish, ilg'or pedagogik texnologiyalar, interfaol usullardan foydalanib, dars va darsdan tashqari mashg'ulotlarni o'tkazish mahoratini takomillashtirishdan iborat.

Lug'aviy jihatdan "innovatsiya" tushunchasi ingliz tilidan tarjima qilinganda ("innovation") "yangilik kiritish" degan ma'noni anglatadi. Mazmunan esa tushuncha negizida "innovatsiya" tushunchasi muayyan tizimning ichki tuzilishini o'zgartirishga qaratilgan faoliyatni ifodalaydi.

Ta'lim innovatsiyalari - ta'lim sohasi yoki o'quv jarayonida mavjud muammoni yangicha yondashuv asosida yechish maqsadida qo'llanilib, avvalgidan ancha samarali natijani kafolatlay oladigan shakl, metod va texnologiyalar.

Ta'lim innovatsiyalari "innovatsion ta'lim" deb ham nomlanadi. "Innovatsion ta'lim" tushunchasi birinchi bor 1979 yilda "Rim klubi"da qo'llanilgan.

Ta'lim innovatsiyalari bir necha turga ajratiladi. Ular:

Faoliyat yo'nalishiga ko'ra: pedagogik jarayonda yoki ta'lim tizimini boshqarishda qo'llaniladigan innotvasiyalar.

Kiritilgan o'zgarishlarning tavsifiga ko'ra: radikal, modifikatsiyalangan hamda kombinatsiyalangan innovatsiyalar.

O'zgarishlarning ko'lamiga ko'ra: tarmoq (lokal), modul va tizim innovatsiyalari. Kelib chiqish manbaiga ko'ra: jamoa tomonidan bevosita yaratilgan yoki o'zlashtirilgan innovatsiyalar.

Ta'lim tizimida yoki o'quv faoliyatida innovatsiyalarni qo'llashda sarflangan mablag' va kuchdan imkon qadar eng yuqori natijani olish maqsadi ko'zlanadi. Innovatsiyalarning har qanday yangilikdan farqi shundaki, u boshqarish va nazorat qilishga imkon beradigan o'zgaruvchan mexanizmga ega bo'lishi zarur.

"Innovatsiya jarayonlari, ularning funksiyalari, rivojlanish qonuniyatlari, mexanizmlari va uni amalga oshirish texnologiyalari, boshqarish tamoyillarining

pedagogik asoslarini o'rganish oliy ta'lim, kasb-hunar kollejlari, akademik litsey va maktablarda o'quv jarayonini zamonaviy pedagogik texnologiyalar hamda psixologiya fanlari yutuqlari asosida jahon standartlari darajasida tashkil etish imkonini beradi." [1,62-70-b]

Innovatsion faoliyat - yangi ijtimoiy talablarning an'anaviy me'yorlarga mos kelmasligi yoki yangi shakllanayotgan g'oyalarning mavjud g'oyalarni inkor etishi natijasida vujudga keladigan majmualii muammolarni yechishga qaratilgan faoliyat.

Innovatsion faoliyat ilmiy izlanishlar, ishlanmalar yaratish, tajriba-sinov ishlari olib borish, fan-texnika yutuqlaridan foydalanish asosida yangi texnologik jarayon yoki yangi takomillashtirilgan mahsulot yaratishdan iborat.

Innovatsion faoliyat pedagogva yoshlarning ruhiy, aqliy, jismoniy kuchini ma'lum maqsadga yo'naltirish asosida nazariy bilim, amaliy ko'nikma va malakalarni egallash, amaliy faoliyatni nazariy bilimlar bilan to'ldirib borish, bilish, loyihalash, kommunikativ, nutq va tashkilotchilik mahoratini rivojlantirishni talab etadi.

Innovatsion jarayonlar dinamikasining tahlili faqat fan va texnika erishgan zamonaviy yutuqlardan foydalanishni o'z ichiga olibgina qolmay, balki yangiliklarni izlash, yaratish, moslashtirish, tatbiq etish va olingan natijalarni qayta tekshirish, umumlashtirish kabi jarayonlarni o'z ichiga qamrab oladi.

Pedagogik faoliyatda innovatsiyalar qancha ko'p bo'lsa, o'qituvchi o'zi tashkil etadigan tajriba mohiyatini shunchalik yaxshi tushunadi. Shu bilan birga, u o'z innovatsion faoliyatining sub'yekti va tashkilotchisi sifatida yangilikni yaratish, qo'llash hamda takomillashtirishda faol ishtirok etadi. U fandagi bilim, an'analardagi o'zgarishlarni mazmun va mohiyatini tahlil eta bilishga ko'nib boradi.

Bugungi kunga kelib, ta'lim tizimidagi innovatsiyalarni quyidagicha tavsiflamoqdalar:

- faoliyat yo'nalishiga qarab (pedagogik jarayondagi, boshqaruvdagi);
- kiritilgan o'zgarishlarning tavsifiga ko'ra (radikal, modifikasiyalangan, kombinatsiyalangan);
- o'zgarishlar ko'lamiga ko'ra (lokal, modulli, tizimli);
- kelib chiqish manbaiga ko'ra (jamoaga uchun ichki yoki tashqaridan olingan).

Zamon talabi shiddat bilan o'zgarib borar ekan, ta'lim sohasi ham u bilan barobar o'zgaradi va o'qituvchidan o'z faoliyatini o'zgartirishni talab etadi. Zamonaviy sharoitda o'qituvchining asosiy vazifasi faqat ta'lim berishdangina emas, balki boshqaruvchilikdan ham iborat bo'lib, u ta'lim jarayonini innovatsiyalar asosida tashkil etishi va boshqarishi talab etiladi.

Innovatsion faoliyat o'qituvchining muvaffaqiyatini belgilovchi asosiy faoliyat bo'lib, uni shaxsiy, kasbiy, pedagogik, uslubiy mahoratini sifatli qayta qurish demakdir.

O'qituvchining innovatsion faoliyatga tayyorgarligini tahlil qilishni 3 bosqichda amalga oshirish maqsadga muvofiq bo'ladi:

1. Yangilikni pedagogik faoliyatda qo'llashdan oldingi davrdagi faoliyatini tahlil qilish.
2. Innovatsion faoliyatning faol shakllanishi davrini tahlil qilish.
3. Pedagogik jarayonga yangilik kiritilib bo'lgandan keyingi davrdagi faoliyatini tahlil qilish.

Ma'lumki, shaxsning xislat va fazilatlari pedagogik faoliyat ko'rsatish jarayonida shakllanadi va uning faoliyati natijasi hisoblanadi. Shu sababli o'qituvchilarda yangilikka intiluvchanlik va tinimsiz mustaqil o'qib-o'rganishga doimiy zaruriyat sezish psixologiyasini hosil qilish lozim. Chunki, yangilik - insonga ulug'vorlikdan ko'ra ko'proq zavq bag'ishlaydi.

Hozirgi kunda, kasb ta'limidagi yondoshuvlarni yangilash va innovatsiyalarni ta'lim jarayoniga kiritib borish asosiy, kechiktirib bo'lmaydigan vazifalardan hisoblanadi. Ayniqsa, bu sohada o'qituvchilarning kasbiy tayyorgarlik darajasi, bilim, ko'nikma, malakalari, ijodiy salohiyati hamda nostandart tafakkurlarida o'z aksini topuvchi kasbiy mahorati bilan belgilanadi.

Yoshlarni kasbiy faoliyatga tayyorlashda o'qituvchi innovatsion faoliyatini tashkil etish, uni shakllanish bosqichlarini quyidagicha belgilash mumkin:

1-bosqich - tayyor uslubiy tavsiyalar aniq qilib ko'chiriladi va ular amaliyotda bevosita qo'llaniladi.

2-bosqich - mavjud tizimga ayrim yangi moslama (modifikatsiya) lar, usullar kiritiladi.

3-bosqich - yangi g'oyani amalga oshirish mazmuni, usullari va shakli to'la ishlab chiqiladi.

4-bosqich - o'qituvchi o'qitish va tarbiyalashning o'z konsepsiyasini va metodikasini ishlab chiqadi.

O'qituvchini innovatsion faoliyatga tayyorlashda pedagogik jamoadagi psixologik muhit, jamoa a'zolarining qay darajada dunyo ta'limi bozoridagi yangiliklardan xabardor ekanligi, asosiy harakatlantiruvchi kuch hisoblanadi.

Ta'lim sifatini oshirish jamiyatning barcha jabhalarida hayotni yaxshilash va farovon turmush kechirishga olib keladi. Yangilikni kiritish ta'lim sifatini oshirishning samarali vositasi bo'lganligi uchun ham rivojlangan davlatlar ta'lim jarayoniga uzluksiz yangilik kiritishga harakat qiladilar.

Shunday qilib, oliy ta'lim, kasb-hunar kollejlari, akademik litsey va maktabdagi ta'lim innovatsiya jarayonlari xarakteri kiritilgan yangiliklar xususiyatlari, o'qituvchilarning kasbiy imkoniyatlari, yangilik kiritish tashabbuskorlari va ishtirokchilarining innovatsion faoliyatlar xususiyatlari bilan belgilanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Azizxodjayeva N. Pedagogik texnologiyalar va pedagogik mahorat –T.: 2006, 62-70- betlar.
2. Muslimov N.A., Raximov Z.T., Xo'jayev A.A. Kasbiy pedagogika. Darslik.– T.: «Voriz nashriyot», 2020. 473 bet.

O'QUVCHI SHAXSI RIVOJLANISHIDA-OILANING ROLI

Ismoilova Muqaddas Valijon qizi
Namangan viloyati To'raqo'rg'on tumani 17-maktab psixologi

Bugungi kunda Yangilanayotgan yangi O'zbekiston kelajagi uchun barkamol va yetuk shaxslarni yetishtirish va ularga ta'lim- tarbiya berish asosiy masalaga aylanib bormoqda. Shu o'rinda barkamol shaxs o'zi kim? Barkamol shaxs har tomonlama yetuk, ma'naviyatli, madaniyatli, tarbiyali, ilmlil, zukko bo'lgan shaxsdir. Shaxs u yoki bu xildagi hayot tarzini tanlash imkoniga ega bo'lgan ongli va faol insondir. Ijtimoiy psixologiyada shaxsning shaxsiy va psixologik sifatlarini o'rganishga katta e'tibor beriladi, chunki bunday ma'lumotlarni bilish va shaxslararo munosabatlarda hisobga olish juda muhimdir. Inson shaxsi jamiyatning a'zosi sifatida turli xil o'zaro munosabatlar doirasida faoliyat yuritadi. Shaxsning shakllanish jarayoniga shaxslararo munosabatlardan tashqari jamiyatdagi mavjud siyosiy doiralar va mafkuraviy qarashlar ayniqsa din ham ta'sir ko'rsatadi.

Din - bolaning ijtimoiylashuvida jamiyatdagi diniy erkinlikning ham o'rni o'ziga xosdir. Bola mansub boigan jamiyat va oilada dinning ijobiy jihatlaridan uning tarbiyasi yo'lida foydalanish yaxshi foyda beradi. Bolaning vatanparvar, insonparvar, mehribon, madaniyatli, to'g'riso'z, vijdonli bo'lib ijtimoiylashuvi uchun dinning roli kattadir.

Bizning kuzatishlarimiz shuni isbotlaydiki, oilaning to'liq bolishi, ya'ni, otanonaning o'zaro tinch-totuv yashashi, ular orasida insoniy munosabatlar va sog'lom ma'naviy muhitning mavjudligi bolaning nafaqat jismoniy jihatdan salomatligini, balki ma'naviy va ruhiy jihatdan ham barkamol bolib shakllanishiga zamin yaratadi. Bola uchun oilada ham ota, ham onaning bolishi zarurati shu bilan izohlanadiki, masalan, qiz bola onasi va uning oilada o'zini tutishiga qarab, o'zini ayollar jinsiga taalluqli ekanligini anglashdan tashqari, kelajakda qanday ona bolishini tasavvur qilsa, otasiga, uning onasiga bo'lgan munosabatiga qarab, o'zini kelajakda oila qurganda qanday oila sohibasi bo'lishi lozimligini anglab boradi. Xuddi shunday, o'g'il bola onasining fazilatlari, oiladagi tutimi va otasiga munosabatini idrok qilib borar ekan, kelajakda qanday qiz bilan turmush qurish mumkinligi, tanlaydigan qizi qanday sifatlar sohibasi

bo'lishi lozimligini bilib borsa, otasi va uning oilada mavqeiga qarab, o'zini erkak sifatida kelajakda tasavvur qilish bilan birgalikda turmush o'rtog'iga qanday munosabatda bo'lish lozimligi to'g'risida bilim va tasavvurlarini orttirib boradi. Bu psixologik qonuniyat bo'lib, shaxsning oiladagi shaxsiy va jinsiy sotsializatsiyasining yetakchi tamoyili hisoblanadi. Shu bois ham bolaning tom ma'noda yaxshi tarbiya olib, jamiyatda va oilaviy munosabatlarda munosib mavqega ega bo'lishi uchun oila muhiti sog'lom, barqaror, er va xotin bir-birlariga g'amxo'r, mehrlil va sadoqatli bo'lishlari o'ta muhimdir. Har bir shaxs oilaning jamiyatdagi o'rni va funksiyalarini, qadr-qimmatini anglamasdan, Vatanning ostonadan boshlanishini tushunmasdan turib, Vatan tuyg'usini tom ma'noda his qila olmaydi. Bu ish asosan har bir o'zbek oilasidagi tarbiya an'analari va ularni takomillashtirish, milliy qadriyatlarni turmush tarzining ajralmas bo'lagiga aylantirish, muloqot madaniyatining sharqona ko'rinishlari bilan zamonaviy shakllarini uyg'unlashtirish, mehnat tarbiyasi, uning farzandlar farovon turmush kechirishining

muhim tamoyili sifatida qadrlanishiga erishishi orqali amalga oshirish mumkin.

Bundan tashqari, shaxsning barkamolligi har bir shaxs ongida oilaning muqaddasligi, Vatanning aslida oiladan boshlanishi, shu bois uni sevish va nikohni muqaddas bilish zarurligini, oilaning jamiyat hayotida tutgan o'rni va funksiyalarini tushuntirish orqali ro'y berishi inobatga olinadi. Demak, oila bolaning ijtimoiy munosabatlarga tayyor bo'lishida muhim ahamiyat kasb etgan pedagogik muhitdir. Shu bois ham olimlar oilaning eng muhim vazifasi tarbiyalovchi funktsiya ekanligini doimo e'tirof etadilar. Lekin ayrim oilalarda er va xotin o'rtasida samimiy, iliq munosabatlarning yo'qligi, tashqi tomondan nomiga oila qurganliklari, ma'nan esa bir-birlariga nisbatan begonaday bo'lib qolganliklari bois bu yerda o'zaro munosabatlar hamisha tarang, yuzaki bo'lib boradi. Tabiiy, bunday munosabatlar nafaqat ularning o'ziga, balki ularni o'rab turgan boshqa qarindoshlar, ayniqsa, farzandlarga faqat salbiy ta'sir etadi, yoshlarning ijtimoiylashuv jarayoniga to'g'anoq bo'lishi ham mumkin. Voyaga yetmay turib jinoyatga qo'l urgan o'smirlar aksariyat holatlarda aynan shunday oilaviy muhitning qurbonlari hisoblanadi. Farzandlar barkamol shaxs bo'lib yetishishi uchun ota-onalar o'rnak ko'rsata olishlari va farzandlarga to'g'ri tarbiya berishga harakat qilishlari kerak. Kasbni puxta egallash va fidokorona mehnat qilish uchun ilm

qanchalik zarur bo'lsa, fozil farzandlar tarbiyalash va ularni insonlarga nafi tegadigan darajada yetuk qilib tarbiyalash uchun ham ilm-bilim shunchalik ahamiyatlidir.

Bobolar va momolar o'zbek oilasida shaxsni tarbiyalashda bevosita ishtirok etadilar. Azaliy turkiy udumga binoan ota-onadan ham ko'ra bobo-buvilarning tarbiyaviy ta'siri kuchliroq bo'ladi. Masalan, Amir Temur shahzodalarning tarbiyasi bilan ularning onalari emas, ulug' bibilari-buvilari shug'ullanishini lozim topgan. Shunga ko'ra, Saroy-Mulk xonim Shohruh Mirzoni, suyukli nabiralari Muhammad Sulton Mirzo, Xalil Sulton Mirzo, Ulug'bek Mirzolar tarbiyasini o'z bo'yniga olgan. Shuning uchun ham yurtimizda oila hamisha davlat himoyasida va oliy qadriyat sifatida e'zozlanadi. Oila ijtimoiylashuvning asosiy va muhim o'chog'i bo'lgani uchun ham uning shu muhitda tarbiyalanayotgan yoshlar e'tiqodi va dunyoqarashidagi roli sezilarli, hukumat bola tarbiyasida ota-onalar mas'uliyatini oshirish uchun har yili xayrli tadbirlar ishlab chiqmoqda. Ishonamizki ushbu tadbirlar o'zining mevasini beradi. Zero o'sib kelayotgan yosh avlod yurtimiz ravnaqiga hissa qo'shadigan O'zbekiston nomini dunyoga tanitadigan barkamol va yetuk shaxslar bo'lib ulg'ayishi hammamizning orzuimizdir.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Psixokorreksion trening mashg'ulotlar xulqi o'g'ishgan o'quvchilar bilan psixologik korreksion-rivojlantiruvchi treninglar/ A.Abdullayev Toshkent 2017
2. "Baxtiyor oila " Shayx Muhammad Sodiq Muhammad Yusuf. Toshkent islom universiteti nashriyot-matbaa birlashmasi. Toshkent-2005

KICHIK MAKTAB O'QUVCHILARINING PAST O'ZLASHTIRISH SABABLARI VA ULARNI BARTARAF QILISH YO'LLARI

Oblokulova Lutfiya Narzikulovna
Samarqand viloyat Toyloq tuman 20-maktab psixologi

O'zbek zaminida farzand tarbiyasi jamiyatning eng ustuvor vazifalaridan biri sifatida azal-azaldan muqaddas sanaladi. O'zbekiston Respublikasi birinchi Prezidenti I.A.Karimov: "Ta'limning yangi modeli jamiyatda mustaqil fikrlovchi erkin shaxsning shakllanishiga olib keladi. O'zining qadr-qiymatini anglaydigan irodasi baquvvat, iymoni butun, hayotga aniq maqsadga ega bo'lgan insonlarni tarbiyalash imkoniga ega bo'lamiz." deb ta'kidlaganlaridek; "Ta'lim to'g'risida"gi Qonun va Kadrlar tayyorlash milliy dasturida ham barkamol shaxs tarbiyasiga jiddiy e'tibor qaratish belgilangan.

O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Sh.M.Mirziyoyev ta'kidlaganlaridek: "Bolalarimizni birovlarining qo'lga berib qo'ymasdan, ularni o'zimiz tarbiyalahimiz lozim."

Har tomonlama yetuk sog'lom mustaqil fikrlovchi shaxslarni tarbiyalashda boshlang'ich sinflarda beriladigan ta'lim va tarbiyaning roli beqiyosdir. Chunki o'quvchi oladigan bilimlari, ko'nikma va malakalariga asos xuddi shu boshlang'ich sinflarda qo'yiladi. Har bir sinflarda 3-4 tadan bo'lsada, o'zlashtirmovchi o'quvchilar mavjud. Bunday o'quvchilarni bilish jarayonlari orqada qolibgina qolmay, bevosita sinfdoshlarining ham o'zlashtirishiga bilim asoslarini egallashiga ma'lum darajada salbiy ta'sir ko'rsatadi. Xuddi shu bois boshlang'ich sinflardagi o'zlashtirmovchi o'quvchilarning psixologik xususiyatlarini o'rganish va uni korreksiya qilish pedagogik va yosh psixologiyasidagi dolzarb muammolardan biridir. Har bir alohida olingan o'zlashtimaslikning vujudga kelish tarixi har xildir, bu shaxsning individual xususiyatlari va atrofida bilan munosabatlarining xususiyatlariga bog'liqdir. Shu bilan birga o'zlashtirmovchi o'quvchilarning ma'lum tiplarini ajratish mumkin. P.P.Blonskiy "Qiyin o'quvchilar" asarida psixik va jismoniy tayyorgarlik turli xususiyatlarning birikuvi xarakterga bog'liq ravishda o'zlashtirmovchi o'quvchilarni quyidagi tiplarga ajratgan. P.P.Blonskiy o'zlashtirmovchi o'quvchilarni

tavsiflaganda birinchi o'rinda jismoniy sog'likka katta e'tibor beradi. O'quvchi sog'lig'iga bog'liq quyi ishchanlik qobiliyati, o'zini to'g'ri tashkil eta olmaslik "ishlay olmaslik" o'qishga qiziqishning yo'qligi, o'quvchilarni bo'sh rivojlanganligi.

O'zlashtirishi past bo'lgan o'quvchilar uchun eng avvalo o'zini kuchsiz boshqarish, o'z psixik jarayonlari (diqqat, xotirasini) boshqara olmaslik, o'quv ishining oqilona usullari shakllanmaganligi, o'quv masalalarini yechishda o'ylashni istamaslik, bilimlarni shartli o'zlashtirish xos. Bunday o'quvchilar aqliy ishdan qochishga intilib, faol fikrlash zaruratidan ularni xalos qiladigan har xil aylanma yo'llarni izlaydilar.

Bolada vujudga kelishi mumkin bo'lgan qinyinchiliklarni o'qituvchi asosan o'zlashtirish bilan belgilaydi. Bunda bolalar bir xil baholanadi: a'lochi demak yaxshi o'quvchi, ikkichi-yomon o'quvchi. Bunday o'quvchiga qo'llaniladigan choralar ham bir xil. Bolaning ota-onasi maktabga chaqirilib, farzandi bilan shug'ullanmayotgani haqida ma'lumot beradi. Yoki o'qituvchi oqibatini o'ylamasdan, o'quvchini butun sinf oldida baqirib haqoratlaydi, izza qiladi. Ko'pchilik tajribali o'qituvchilar o'quvchilar o'zlashtirmasligini uning dangasaligi, tarbiyasizligi, ishyoqmasligi bilan bog'laydilar. Ko'p kasal bo'luvchi zaif bolalar organizmi darmonsizligi tufayli ishga va o'qishga qobiliyatlari kamayadi. Bunday bolalar bilan individual shug'ullanmasa tez orada ular o'zlashtirishi past bo'lgan o'quvchilar qatoriga kiradilar.

Biron narsadan qo'rqan bolalarga asabiylashish alomatlarini –duduqlanish, enurez va boshqalar paydo bo'ladi. Bunday bolalar bilan ham o'qituvchi maxsus shug'ullanmasa, o'zlashtirishi past bo'lgan o'quvchilar soni ortishi mumkin. O'quvchilar o'zlashtirmasligining sabablaridan biri bolaning psixik taraqqiyotdan vaqtincha orqada qolishi bilan ko'pincha bog'liq. Turli mutaxassislar tomonidan o'tkazilgan tadqiqotlardan ma'lum bo'lishicha, o'zlashtirmaslik 50% psixik taraqqiyotga orqada qolish bilan, 24% xulq-atvorning buzilishi, 4% aqliy yetishmaslik va nutqning rivojlanmaganligi bilan bog'liq.

Psixik taraqqiyotda vaqtincha orqada qolish bolada turli sabablarga ko'ra vujudga kelishi mumkin. Ko'pincha bu bolaning ona qornida va tug'ilish vaqtidagi o'zgarishlar (patalogiya), irsiyat, ilk bolalik davrida bolaning jarohatlanishi va og'ir kasalliklarga chalinishi sabab bo'lishi mumkin. Bunday omillarning markaziy nerv

sistemasiga noqulay ta'siri natijasida eng nozik insoniy funksiyalarning taraqqiyoti to'xtaydi. Shu bilan birga bola tarbiyalanayotgan ijtimoiy muhitning roli ham muhim. Bolaga onaning erkalashlari yetishmasligi, unga yetarlicha e'tibor bermaslik, unga iliq munosabatda bo'lmaslik, unga yaxshi qaramaslik, vaqt ajratmaslik kabi omillar muhim rol o'ynaydi. Bola qanchalik kichik bo'lsa, bu omillar shunchalik ahamiyatlidir. Xuddi shu sabablarga ko'ra mehribonlik uylarida bolalarda psixik taraqqiyotda orqada qolish uchraydi.

Ko'pincha o'qituvchilar o'zlashtirishi past bo'lgan o'quvchilar bilan qo'shimcha mashg'ulotlar o'tkazadilar. Bunda ular darsda o'tilgan materiallarni qaytarish, bir mashqni bir necha marta yozdirish bilan chegaralanadilar. Bunda bola nimada xato qilayotganiga e'tibor berilmaydi.

Ko'pincha o'qituvchilar sababini tushunmasdan o'zlashtirmovchi o'quvchilarni "qobilyatsizlar", "aqli yetishmaydiganlar" safiga kiritib qo'yadilar. Tez orada o'qituvchilar o'zlashtirmovchi o'quvchilarga e'tibor bermay qo'yadilar, sinfdan qolmasliklari uchun "uch" baho qo'yadilar.

Keyinchalik bunday o'quvchilarda maktabga nisbatan salbiy munosabat rivojlanadi, shaxs xarakteri potologik shakllanadi. Psixik taraqqiyotda vaqtinchalik orqada qoladigan bolalarga individual ishlashning mahsuldor usullari qo'llanilsa, umumta'lim maktabida bemalol o'zlashtiruvchi o'quvchilar qatorida bo'ladilar.

Har qanday o'qituvchi shuni aniq idrok etadiki, yoshi teng tarbiyalanuvchilar bir-biridan nafaqat o'zlarining jadalligi bilan aynan bir xil topshiriqni bajarishdagi aqliy salohiyati yoki toliquvchanligi bilan ajralib turadi. Qaysidir o'quvchining "matonati" bir-ikki darsga yetadi, kimdir kun bo'yi intensiv ishlashi mumkin, boshqa bola esa birinchi darsdanoq diqqatini ob'yekt ustiga to'play olmaydi. Bola diqqatining ko'chuvchanligi va tarqoqligi uning darsni to'liq o'zlashtira olmasligiga olib keladi.

Jismoniy tarbiya va sportdan chetda qoigan bola tashqi muhitning ko'ngilsiz ta'sirlariga beriluvchan bo'ladi. Ular orasida dars jarayonida faollikning pasayib borayotgan va bir tekis bo'lmaganligi kuzatiladi.

Bolaning ishchanligi oliy nerv faoliyati turidagi farqi ham so'zsiz ta'sir ko'satadi. Odamlar oliy nerv faoliti bo'yicha flegmatik,xolerik, sangvinik va melanxolik kategoriyalarga bo'linadi.

Xolerik-temperamentli bolalarning asab sistemasi turg'un emas,ularda tashqi ta'sirga javob berish faollikka nisbatan ustunroq.

Flegmatiklar og'ir –bosiqdirlar.Ishga jiddiylik bilan yondoshib uzoq va unumli mehnat qilishadi.

Sangviniklar odatda yuqori faollikka ega. Yangi ish ularni toliqtirmaydi.

Melanxoliklarda bu jarayon biroz qiyin kechadi.Chunki ularning oliy nerv faoliyati zaifroq.Ularda faollik deyarli sezilmaydi.

O'qituvchilar o'quvchilarning ishchanligini oshirish maqsadida oliy nerv faoliyati to'rtta tur tafovutini yodda tutishlari kerak.

O'zlashtirishi past bo'lgan o'quvchilar asosiy psixik jarayonlar bo'lgan xotira va diqqat shakllanmaganligi kuzatiladi.Lekin tafakkurning rivojlanmaganligi o'quvchilarning bilimlarni past o'lashtirishiga asosiy sabab hisoblanadi.Masalan past o'zlashtiruvchi o'quvchilar tanish bo'lgan matndagi so'zlar va sonlarni oson eslab qolishlari mumkin,lekin murakkabroq ,ularni eslab qolish uchun mantiqiy xotira zarur bo'lgan, tafakkur jarayoni bilan uzviy bog'liq matnlarni eslab qolomaydilar.

O'quvchilarda o'quv faoliyatiga ijobiy motivasiya shakllanmaganligi past o'lashtirishning yana bir sababi bo'lishi mumkin. Motivasion sohaning shakllanmaganligi bilimlarning o'zlashtirishga salbiy ta'sir etib, natijada bola shaxsiga ma'naviy ziyon yetadi.

Xulosa qilib aytish kerakki, har bir pedagog o'quvchilarning past o'zlashtirish sabablarini va bu muammoni bartaraf etish mazmunini bilishi zarurdir.Bu jarayon samarali bo'lishi uchun ota-onalar bilan doimiy hamkorlik ishlarini yo'lga qo'yish va ularning o'zini ham bunga jalb etish kerak.

Adabiyotlar

- 1.Blonskiy P.P.Trudniye Shkolniki.-M. Rabotnik Prosvesheniya.1930
- 2.Karimov I.A.Barkamol avlod O'zbekiston taraqqiyotining poydevori.Bu kitobda :Barkamol avlod orzusi.-T.:Sharq.1999.-B.13

MODERN TRENDS OF PSYCHOLOGICAL SERVICE IN EDUCATION: THEORY AND PRACTICE

Allamberganova Nabira Boribay qizi

2nd year of master's degree

Nukus State Pedagogical Institute named after Azhiniyaz

Abstract: Psychological service is an organic component of the modern education system, providing timely identification and maximum use in the education and upbringing of children of their intellectual and personal potential, the child's inclinations, abilities, interests and inclinations.

Keywords: psychological service, education, psychological assistance, school psychologists

So, today it is legitimate to say that in Uzbekistan, in fact, the foundations of the psychological service have been laid (and should be developed). And first of all, this is evidenced by:

- the existence of a legislative basis for the existence and formation of the service;
- the readiness of Russian psychology to provide school practice with the necessary theoretical developments and specific psychological tools;
- strong human resources potential;
- a sufficiently developed system of training and retraining of psychologists-practitioners for educational institutions;
- a representative network of practical psychological assistance centers.

Currently, a system of psychological education services is being actively formed, which provides various levels of psychological assistance to all subjects of the educational space. And it is legitimate to talk about its two main structural elements – these are psychological, medical and social centers for helping children and adolescents and a staff of school psychologists working directly in educational institutions of various types.

Most often, parents who face certain problems in the child's behavior initiate a visit to a psychologist. School employees almost as often as parents refer a child to a

psychologist for consultation. Quite often, children on their own initiative seek qualified psychological help. All this indicates an increase in the awareness of the urban population about the Psychological Service, a kind of increase in confidence in the staff of the Psychological Service, and as a result – the growth of the psychological culture of the population as a whole.

To date, we also note the departure of professional psychologists from school, the continuing misunderstanding by many teachers and school administration of the role, place and meaning of psychological work, the lack of regulatory support for the activities of both an individual psychologist and the service as a whole.

There are two main groups of causes of the current situation – external to the service and internal crisis phenomena. Among the external reasons, one can point to the weak scientific and methodological support; the lack of clear, effective mechanisms for the interaction of structural elements of the service with each other; the imperfection of the vertical of management; the regulatory framework governing the activities

The service, both as a whole and its individual structural elements; to shift responsibility for pedagogical marriage to psychologists; to delegate administrative and managerial responsibilities to a psychologist, to transfer methodological functions, etc. Internal reasons are the lack of a clear developed methodological basis for the activity of the Service, the lack of variable models of a multi-level psychological support service of the education system, an unsatisfactory level of training of practical psychologists, etc.

It is necessary to focus on the means of labor, because, unfortunately, teachers-psychologists are not provided with centrally standardized methods. To put it bluntly, each center or school service forms banks of methods very arbitrarily. Many methods are developed directly in the centers, based on the current needs and orientation to a certain contingent of clients without proper scientific substantiation for this. Most centers have an urgent need to provide a standard bank of methods adapted for the age contingent, which would improve differential diagnosis, comprehensive assessment of the psychological, medical and social status of children. Currently, the problem of

centralized provision of standard diagnostic techniques and advanced training in the field of psychodiagnostics remains unresolved.

Practical psychologists themselves, facing numerous problems in their activities, see the main directions for improving the work of the school psychological service. They put retraining and advanced training of school psychologists in the first place; equipment with diagnostic and correctional methods in the second place; then there is methodological assistance from more experienced specialists – supervision; work with teachers and almost most psychologists note the importance of changing organizational forms of work. The latter most of all testifies to the separation of existing scientifically based approaches to the service from the practical forms of its activities.

It is extremely significant that almost all psychologists consider it useful to create an association of psychologists working in education, assuming that it will help to establish the supply of literature and methods, exchange of experience, organize conferences, seminars, provide scientific and methodological support, will defend the professional interests of educational psychologists.

These problems can be solved only with the appropriate staffing

- methodological support for meaningful integration of science, education and practice;
- development of a practice-oriented model for training psychologists;
- creation of a system of continuous psychological education;
- implementation of innovative models of education in practice;
- creation of a unified information and methodological space in the field of psychology and education at the regional level.

Conclusion: In our opinion, all these tasks should be reflected in a comprehensive program for the development of the Service in the education system, defining its tasks for the coming years. The formation of such a program is the most important strategic task of the development of today's service and our professional community.

References

1. Bondyreva S. K. "Psixologo - pedagogicheskie problemi integrirvaniya obrazovatel'nogo prostranstva", M., 2011
2. Karandashev V. N. "Metodika prepodavaniya psixologii".

KASBIY STRESSNI YUZAGA KELISHIDAGI IJTIMOIY-PSIXOLOGIK VAZIYATLAR

Tuxtabaeva Gulnoza Nurulla qizi
Toshkent shaxar Miribod tumani 110-sonli IDUM psixolog

Ishlashga qobiliyatlilik yoki layoqatlilik (*work efficiency*) – inson faoliyatining unumdorligini hamda odamning ishlab chiqarish va noishlab chiqarish sharoitida quvvatini to'g'ri sarf bo'lishiga ta'sir ko'rsatadi.

Izchil tadqiqotlar natijasida shu narsa aniqlanganki, zo'riqib ishlash tufayli paydo bo'lgan toliqish, u xoh ruhiy, xoh jismoniy bo'lishidan qat'iy nazar u xatti-harakatlarning tezligi va aniqligi, kuch va chidamlilik, mehnatning sifatiiy hamda miqdoriy natijalari, xatoliklarga ta'sir qiladi. Shu sababli, ishlash qobiliyati, kasbiy yaroqlilikni aniqlash yo'lida olib boriladigan ilmiy izlanishlar inson salomatligi va farovonligi hamda ish bajarilishining samaradorligiga ta'sir etuvchi stress, jismoniy zo'riqish, zerikish va boshqa salbiy asoratlarni kamaytirishga qaratilgandir.

Ishning samarali bajarilishi uchun sharoit yaratish mehnat psixologiyasi, muhandislik psixologiyasi, inson omillarining muhandisligi, kasb psixologiyasi yoki ergonomikada asosiy maqsad qilib qo'yilgan. Mehnatning unumdorlilik masalasi tadqiqotlari, mehnat unumdorligini oshirish va toliqish, baxtsiz hodisalar miqdorini kamaytirish maqsadida, mehnat faoliyatini loyihalashtirish borasidagi yutuqlarga o'z hissasini qo'shadi.

Ushbu sohaning asoschisi hisoblangan, yuqorida aytilgan izlanishlarni boshlagan **F.Teylor** ta'kidlashicha, ishlash qobiliyatining unumdorligi va samaradorligini oshirish uchun ishlab chiqarishga taalluqli barcha vazifalarni izchillik bilan o'rganish zarur. Shuningdek Teylor, xodimlar bajarayotgan ishlariga muvofiq kelishlari va ushbu ishlarni ilmiy asoslangan yo'riqnomalarga qat'iy muvofiq ravishda bajarishga o'rgatilgan bo'lishlari lozim.

Frenk va Lilian Gilbretlar tomonidan, toliqish bo'yicha olib borilgan boshqa ilk ishlar natijasi sifatida, ish jarayonida zo'riqishni kamaytirishga imkon beruvchi, turli

ishlar uchun maxsus kurslar yaratildi. Undan tashqari, F.Gilbret mehnat samaradorligini oshirish, toliqish muammosini hal qilishda, ishchilarning xatti-harakatlariga alohida e'tibor qaratish zarurligini, o'z izlanishlari orqali ilmiy asoslab bergan. Chunki, yuqorida keltirilgan "Xatti-harakatlarning psixologik tahlili" mavzuida berilganidek, ishchilarning "tabiiy" harakatlari ichida zarur, aql-idrokka asoslangan harakatlar bilan birga xatti-harakatlar ham uchraydi va aynan mana shu tartibsiz, ortiqcha va mantiqsiz harakatlar toliqish sabablaridan biridir. Izlanish natijalaridan xulosa sifatida **F.Gilbret**, xatti-harakatlarni muvofiqlashtirish va tejamkorlik g'oyasini olg'a surgan edi. Har qanday ishning unumdorligiga, yuqorida ko'rsatilgan omillardan tashqari:

- ishning davomiyligi;
- mazkur ish bilan mashg'ul bo'lgan ishchi, xodimlarning psixofiziologik xususiyatlari;
- ishchi va xodimlar holatlarining bevosita ta'siri borligi ilmiy jihatdan asoslab berildi.

Olimlar tomonidan smena davomida unumdorlik egri chizig'iga ta'sir etuvchi omillarni ajratish harakat qilingan. Bunday ishlar ichida birinchilardan bo'lib, E.Krepelin tomonidan aqliy faoliyat unumdorligining egri chizig'ini tahlilini ko'rsatish mumkin. 2002 yilda rus psixologi **E.Krepelin** tomonidan mehnat unumdorligi egri chizig'i bog'liq bo'lgan 5 ta omilni ko'rsatilgan:

- Mahorat.
- Toliqish.
- Ishga ko'nikish.
- Rag'batlantirish (stimullash).
- Irodaviy zo'riqish.

Bunda mahorat ish unumdorligini oshirsa, toliqish esa pasaytiradi. Rag'batlantirish mehnat faoliyatiga undaydi, irodaviy zo'riqish esa uni tez-lashtiradi. Dam olish ijodiy quvvat quyilib kelishiga va mahsuldorlikni oshiradi.

1990 yilda esa, **E.A.Derevyanko** uchuvchilar faoliyatini parvoz sharoitida va laboratoriya sharoitlarida tadqiq etib, unumdorlik egri chizig'iga ta'sir etuvchi omillarni ko'rsatgan.

Bular quyidagilardir:

- Tananing mazkur ishga nisbatan maksimal imkoniyatlari.
- Faoliyatning samaradorligi.
- Emotsional-irodaviy zo'riqish.
- Toliqish.

Bu yerda **ishga nisbatan imkoniyatlar** deganda, ishchining psixofiziologik imkoniyatlari, ya'ni mazkur faoliyat turi bo'yicha ko'nikmalari nazarda tutiladi.

Mehnat jarayonida ishchining **emotsional-irodaviy zo'riqish** holati ishning qanday borishini, ya'ni mehnat dinamikasini belgilaydi.

Kasbiy stress holati

Kasbiy stress (*occupational stress*) — odamlarning va ular tomonidan bajarilayotgan ish orasidagi o'zaro ta'sirining natijasi bo'lib, bunda insonlarga normal faoliyat ko'rsatishiga halaqit beruvchi ma'lum bir o'zgarishlar nazarda tutiladi.

Kasbiy stressning juda ko'p individual asoratlari topilgan. Bunday jismoniy o'zgarishlardan bir qanchasi quyidagilardir: yurak-qon tomir tizimining kasalliklari, oshqozon-ichak kasalliklari, nafas a'zolari kasalliklari, rak, artrit, bosh og'riqlari, tana shikastlanishi, teri kasalliklari, jismoniy zo'riqish yoki toliqish va o'lim.

Kasbiy stressga nisbatan ruhiy ta'sirlanishga: xavotirlanish, depressiya, qoniqmaslik, zerikish, somatik darmonsizlik, ruhiy charchoq, tushkunlik va nochorlik bo'yicha, o'z o'ziga past baho berish, boshqalar bilan aloqaga kirishishdan qochish, psixozlar, qahr-g'azab, shaxsiy tuyg'ularini ichida saqlash va diqqatini jamlashga qurbi yetmaslik kabi shikoyatlar ham ichiga kiradi.

Kasbiy stressning xulq, fel-atvorda quyidagi asoratlari kuzatiladi: shifokorlarga murojaat qilish, dori-darmonlarni qabul qilish va ba'zida keragidan ortiq dori iste'mol qilish, qattiq emotsional ta'sirlanish, yoki buning aksi, befarqlilik, imo - ishora va

yurish-turishning asabiyligi, xavfli xatti-harakat, tajovuzkorlik, qo‘pollik, o‘g‘rilik qilishga moyillik, odamlar bilan yomon munosabat, suitsidal urinishlar yoki suitsid.

Ammo shuni ham ta’kidlash muhimki, konkret o‘zgarish, ta’sirlanishga taalluqli ma’lumotlar umuman olganda yetarli emasdir. Shuning uchun, quyidagicha xulosa qilish to‘g‘ri bo‘lardi: kasbiy stress odamning farovon hayotiga ziyon yetkazishi mumkin, ammo aynan mana shu salbiy ta’sir o‘zini qanday namoyon qilishi, noma’lum bo‘lib qolmoqda. Bundan tashqari, har xil tipdagi odamlar, ta’sir kuchi jihatidan bir xil bo‘lsa ham, ularning kasbiy faoliyatlari bilan bog‘liq bo‘lgan stressorlar, ya’ni stress holatini qo‘zg‘atuvchilarga nisbatan har xil ta’sirlanadilar.

Kasbiy stresslarning manbalarini 3 ta asosiy kategoriya, mezonga ajratish mumkin:

a) tashkiliy tavsiflar va jarayonlar;

b) mehnat shart-sharoitlari va shaxslararo munosabatlar;

v) ish tomonidan qo‘yiladigan talablar va rollar bo‘yicha tavsiflar.

Tashkiliy tavsiflar ichida stresslarga taalluqlilariga:

- yuqori darajadagi markazlashuv,
- qog‘ozbozlik va ixtisoslashuv, shuningdek,
- tashkil etishning katta hajmliligi,
- xizmat pog‘onalari bo‘yicha ko‘tarilishning murakkabligi hollari kiradi.

Shuningdek, stressning manbalari deb, quyidagi hollar ham hisoblanadi:

- mehnatga haq to‘lashning tengsizligi,
- xodimlarni tez-tez joyini o‘zgartirilishi,
- fikr almashishning juda kamayib ketishi,
- ishlab chiqarish vazifalarining aniqmasligi yoki qarama-qarshiligi,
- smenali ish,
- bajarilgan ishga nisbatan noto‘g‘ri qaror qabul qilish va h.k. vaziyatlar.

Ishlab chiqarish stressorlari deb esa, mehnatning quyidagi shart-sharoitlari hisoblanadi:

- tiqilinchlik,

- yolg'iz qolishning imkonsizligi,
- yuqori darajadagi shovqin,
- haroratning pastligi yoki aksincha balandligi,
- yoritilganlikning yetarlicha emasligi,
- ko'zni qamashtirgudek yoki lipillab turuvchi chiroq,
- havoni ifloslantiruvchi zaharli kimyoviy mahsulotlar yoki boshqa narsalar.

Shuningdek,

– o'zaro hurmat,

– xayrixohlik va ishonch yo'qligi,

– raqobat va ziddiyatlar kabi shaxslararo munosabatlar ham stressni yuzaga kelishiga olib keluvchi sabablar deb hisoblanadi.

Hozirgi kunga kelib ish faoliyatida xodimlar bajaradigan rollarini o'rganish natijasida, rolli ziddiyatlar, noaniq yuklamalar va kasb faoliyatiga mos kelmagan talablarning barchasi asosiy stressorlar sifatida tan olinmoqda.

ЎҚУВЧИ ЁШЛАРДА АХЛОҚИЙ ҲИС-ТУЙҒУЛАРНИ ШАКЛЛАНТИРИШДА МАКТАБ ВА ОИЛАНИНГ ЎРНИ

Сайдилова Фариди Зайировна

Сурхондарё вилояти Музработ тумани 42-мактаб психологи

Ўқувчи-ёшларда ахлоқий ҳис-туйғуни шакллантириш инсон камолотининг асосини ташкил этади. Чунки, ахлоқий ҳис-туйғу кишининг хатти-харакатида, одобида, ички кечинмаларида ва айниқса, инсонларнинг бир-бирига бўлган ғамхўрликларида, ҳурмат қилишларида, билимларида, ҳис-туйғуларида, ҳуқ-атворида, наъмунали фаолиятида намоён бўлади. Ахлоқий ҳис-туйғу тузилишининг асосини инсон фаолияти ташкил этади. Чунки, фаолият – бу инсоннинг ўраб турган дунёга бўлган муносабатини ўзига хос хусусиятлари, бир мақсадга қаратилган ҳаёт мазмунидаги ўзгаришлар, тузатиш кабиларни ташкил

этади. Фаолиятнинг асосий иш тури меҳнат бўлиб, у инсоннинг жисмоний ва маънавий ривожланишида муҳим роль ўйнайди. Меҳнат инсоннинг мулоқот ўқиш фаолиятлари билан чамбарчас боғлиқ.

Фаолиятнинг мазмуни шарт-шароитлари, воситалари ўзгариб бориши натижасида ҳар бир инсоннинг ахлоқий онги, ахлоқий ҳис-туйғуси такомиллашиб боради. Демак, фаолиятни тўғри ташкил этиш натижасида ўқувчиларнинг фаоллигига иш режаларининг аниқ бўлишига, кўзланган мақсадига, хатти-харакатларининг намунали бўлишига эришиш мумкин. Албатта бунда унинг юриш-туриши, турмуш тарзи, мустақиллиги намоён бўлади. Ахлоқий ҳис-туйғуни ташкил топишида ҳар бир ўқувчининг ўзига хос фаолиятини шакллантириш ва унга раҳбарлик ва назорат қилиш ўқитувчининг асосий вазифасидир. Чунки, бунинг натижасида ўқувчида мустақиллик, масъулият, интизом каби сифатлар ривожланади. Ўқувчиларда юриш-туришни бошқара олиш, фойдали ташаббус, қатъиятли бўлиш, кўзланган мақсадга эришиш каби ахлоқий-иродавий ҳислатлар шаклланади. Ўқувчи - ёшларнинг фаолиятини ривожлантириш ўқитувчидан ижодий ёндашишни талаб этади. Чунки, ўқитувчи ўз ўқувчиларининг фаолиятида уларни кузатади, ижобий тажрибаларини оммалаштиради. Ўқувчиларда мустақиллик, ташаббускорлик, ишга ижодий ёндашиш каби хусусиятларни намоён бўлишига, уларнинг қобилиятларини оширишга ёрдам беради. Ўқувчиларнинг ахлоқий ҳис-туйғуини шакллантиришнинг асосий йўналишлари ва мақсадларни амалга оширади. Ўқитувчи ўз ўқувчилари нинг фаолиятини ташкил этишда ҳамиша қувонч, мамнуният туйғусини ифода этиши билан бирга, ахлоқий эътиқодни тарбиялайди.

Ўқувчиларнинг ахлоқий ҳис-туйғуини шакллантиришда меҳнат фаолияти, таълим жараёни, ўқувчилар жамоаси муҳим воситалар бўлиб қолмоғи керак. Чунки, жамоа фаолиятида ўқувчиларда одамларга нисбатан меҳрибонлик, ғамхўрлик, меҳр туйғулари шаклланади. Ахлоқий ҳис-туйғуни шакллантириш бу ўз-ўзини бошқариш, ўз-ўзига доимо қараш ва камчиликларни ўзидан қидириш, ўз-ўзига талабчан бўлиш; ҳамма жойда аниқ ишларни бажариш, ўз-ўзини тарбиялаш ва бунда кучли ва кучсиз томонларни аниқлаш, ахлоқий

тарбияланганлигини, билимларни яхши эгаллаганлиги, ахлоқий туйғуларнинг ривожланганлиги, мақсадга интилиш, довураклик ва ҳал қилувчанлик, талабчанлик, ташаббускорлик ва мустақиллик, ўз-ўзини идора қилиш ва тута билиш ташкил этади.

Ахлоқий билимлар инсоннинг фаолиятида маънавий кўникма ва малакаларни шакллантиради. Демак, ахлоқий ҳис-туйғуни шакллантириш ўқувчиларнинг мактабда турли ижтимоий фанлар асосларини эгаллаши борасида пайдо бўлади. Натижада ўқувчида ахлоқий билимлар ривожланади. Ахлоқий билим орқали ахлоқий маданиятга эришилади. Ҳаётда, тажрибада билимлилик билан билимсизлик ахлоқий ҳис-туйғуни баробар эмаслигини кўп учратиш мумкин. Билим – ўқувчи ёшларнинг ахлоқий нормаларида алоқа ва муносабатларида намоён бўлади. Ўқувчи ёшларнинг ахлоқий ҳис-туйғуини шакллантиришда таълим-тарбия жараёнининг мазмуни, шакл ва методларини такомиллаштириш алоҳида роль ўйнайди. Бу ўқитувчининг билим савиясига педагогик маҳоратига, санъаткорлигига боғлиқ. Ўқувчиларнинг дарсларда олган билимлари уларнинг турмушида, хулқ-атворида жамиятдаги кишиларга муносабатида намоён бўлади.

Ахлоқий билим ҳар бир шахсни, маданият, инсоният, маърифат дунёсиги олиб киради. Ахлоқий билим кишиларни ҳар ерда азиз ва ҳурматли қилади. Ахлоқий ҳис-туйғу тузулишида ахлоқий ҳис-туйғулар асосий ўринни эгаллайди. Ахлоқий ҳис-туйғулар шахснинг маънавий фаолиятида, воқеа ва ҳодисаларда, ахлоқий жараёнида намоён бўлади. Ахлоқий ҳис-туйғулар инсонларнинг ўз-ўзига, жамиятга, ҳаётга бўлган муносабатларида намоён бўлади. Демак ахлоқий ҳис-туйғулар ўзининг келиб чиқиши ва аҳамияти билан ижтимоий ҳарактерга эга. Ахлоқий ҳис-туйғулар ўз мазмунига кўра ахлоқий ишонч, ахлоқий онг билан чамбарчас боғлиқдир. Ахлоқий ҳис-туйғулар жараёнида интилиш, яхши кўриш, бурч, масъулият, ор номус каби ҳислар камол топади. Шунини айтиш керакки, ахлоқий ҳис-туйғуни шакллантириш ҳар бир кишининг шахс сифатида ривожланишида муҳим аҳамиятга эга. Инсон ўзини билиш ёки англашида, бошқаришида фақатгина унинг билими ёки одоби етарли эмас, ҳис-туйғулар

киши фаолиятига нисбатан аниқ билимларни қўллашга суянишни тақозо қилади. Таълим жараёни меҳнат фаолияти ўқувчилар жамоаси ахлоқий ҳис-туйғуларни шакллантиришнинг асосий воситалари ҳисобланади. Ўқувчиларнинг ахлоқий ҳис-туйғуларини тарбиялашда соғлом муҳит, завқли вазиятни вужудга келтириш муҳимдир.

Шуни айтиш керакки, ахлоқий ҳис-туйғу кишининг хоҳиши ва иродасида, турмушида, жамиятдаги вазиятда, ўқитувчи талабларини амалга оширишда, ўқувчиларнинг ўз ўрни ва мавқеини англашда ифодаланиш билан бирга ахлоқий онгнинг асосини ташкил этади. Бу ўринда айниқса ўқитувчилар ўқувчилар билан ўтказилган мулоқотлари муҳим аҳамиятга эга. Ўқувчилар ўз ўқитувчилари билан мулоқотга киришар эканлар, ўз онги ила кишиларнинг ахлоқий ҳис-туйғуларини, хулқларидаги муайян намуналарни тасаввур қиладилар. Ўқитувчиларнинг фикри, кечинмаси, кўрсатмаси, хулқи ва хатти-ҳаракати таъсири остида ўқувчиларнинг ахлоқий ҳис туйғулари жараёнида ахлоқий ҳис-туйғуни шакллантириш туйғулари кучайиши ёки аксинча сусайиши мумкин.

Ахлоқий ҳис-туйғуни шаклланишида кишининг хулқ - атори муҳим ўрин эгаллайди. Хулқ - атор ахлоқий ҳис-туйғуининг муҳим қисми бўлиб, у тадбир ва интизомда, ҳаёт нормаларини бажаришда, жамиятга, меҳнатга, одамларга нисбатан билдириладиган ахлоқий муносабатда намоён бўлади.

Ўқувчининг хулқ-атор маданиятини шакллантириш ўқитувчидан ахлоқий тарбия ишларини олиб боришни талаб қилади. Албатта бунда ўқитувчи хулқ-атор маданиятини тарбиялашда унинг ахлоқий онгига, синф жамоасига асосланиши керак. Шу билан бирга ўқувчи фаолиятини тўғрени ташкил эта билиш ҳам хулқ – атор маданиятини тарбиялашда самарали натижалар беради. Албатта бунда юқори синф ўқувчиларида хулқ – аторни тарбиялаш, уларни назорат қилиш, хатти-ҳаракатларига алоҳида аҳамият бериш билан бирга, доимий талабчан бўлиш мақсадга мувофиқдир.

Шахсни ахлоқий ҳис-туйғусини шакллантиришда маънавий онг билан хулқ - атор ўртасида, яъни сўз билан иш ўртасида бирлик бўлишга эриши зарур, лекин

бу бирлик ўз-ўзидан вужудга келмайди, балки тинимсиз тарбиявий ишларни амалга оширишни талаб қилади.

Шуни алоҳида таъкидлаш керакки, ўқувчиларнинг хулқ-атвори ахлоқий тушунчаларни билиш билан белгиланмайди. Чунки ахлоқий билим, ҳис-туйғулар, хулқ-атвор ўқувчи хулқида намоён бўлади. Доно халқимизнинг “хулқ” ақли киши учун улуғлик ва фазилатдир, “Хулқи йўқ” нақллари бежиз айтилмаган.

Демак, ўз хулқини одоб билан қуроллантирилган, қўлини эса тўғрилиқка одатлантирган кишигина камолотга эришиши мумкин. Камолотга эришган инсон яхшилик билан ёмонликни фарқини билади, фойда билан зарар ўртасидаги тафовутни англайди, ўз фаолиятида ёмон ҳислатлардан ҳоли бўлади, чиройли фазилатларини англайди.

UMUMTA'LIM MAKTABLARIDA O'QUVCHILARNI KASB – HUNARGA YO'NALTIRISHNING PSIXOLOGIK – PEDAGOGIK SAMARADORLIGINI OSHIRISHDAGI MUAMMOLARI VA YECHIMLARI

*Hamidova Barno Bahodirovna
Andijon viloyati Baliqchi tumani 7-maktab psixologi*

Mukammal egallanmagan kasb o'z egasiga mukammal imkoniyatlar eshigini to'la qonli ochib berolmaydi . Qachonki inson kasbiga mehr qo'ysagina kasb ham unga mehr ila javob qaytaradi. Ya'ni ,kasbdoshlar, millat, kerak bo'lsa jahon miqyosida ham munosib o'rin topishda to'g'ri tanlangan mutahassislikning o'rni beqiyos.Bo'lg'usi mutahassislarni kasbiy tayyorlash ,kasb-hunar oldiga qo'yiladigan talablarga mutanosib insonlar qilib shakllantirish davlat ahamiyatiga molik muammo bo'lib hisoblanadi .O'zbekistonning issiq iqlim sharoitining biologik-tibbiy jihatlari birmuncha o'rganilganligiga qaramay ,ularning mehanizmlari, qishloq aholisining jismoniy rivojlanishi ,mehnatkashlarning issiq sharoitlarga moslashishlari ,mehnatni tashkil qilishning oqilona yo'llari ,mehnat unumdorligini oshirishning samarali usullari

,ekologiyaning o'zgarishiga o'xshash muammolar ni o'rganish bugungi kunning dolzarb muammolaridan .

O'quvchilarni ongli va mustaqil ravishda kasb tanlashiga va ta'lim muassasalariga (kollej,kasb –hunar maktabi, texnikum, oily o'quv yurti) o'qishga yo'naltirishga tayyorlash bugungi kunda asosiy vazifalardan biridir.O'quvchilarga turli kasblar ,mutaxassisliklar,ixtisosliklarhaqida ma'lumot berish, ta'lim turlari va tanlangan kasb hamda mutaxassislikni qaysi o'quv yurtida olish mumkin,bundan tashqari kasblarni insonning jismoniy ruxiy va shaxsiy sifatlariga talabini xisobga olgan xolda tanlashiga yordam berish lozimdir. Umumta'lim maktabi oquvchilarini kasb tanlashga yo'naltirish ishlarini tashkil etishda kasbiy tushunchalar berish,kasb hunarga yo'llash tizimi hamda bosqichlarini tanlab olish muhim ahamiyatga ega.Bunda maktab rahbariyati oldida o'quvchilarning kasbiy qiziqishlarini o'rganish ,har bir fan o'qituvchisi darslarda o'quvchilarga mavzuga bog'lagan xolda kasbiy tushunchalar berib borishi, natijaviy xulosalarga ko'ra kasb tanlashga yo'naltirish ishlarini tashkil etishi kerak bo'ladi. Bugun har jihatdan omilkor, mas'uliyatli ,tashabbuskor va jamiyat taraqqiyoti nuchun ongli-faol ijtimoiy shaxsni tarbiyalash, uni o'z salohiyatiga mos kasbga yo'naltira olish nafaqat ta'lim tizimining, balki butun bir davlatning ham kelajak taraqqiyotiga daxldor bo'lgan muhim vazifalardan biridir.

Kasb tanlashga yo'llash –bu kasb ta'limi psixologiyasining asosiy muammosi-shaxsning kasbga yaroqliligini aniqlash, uni tayyorlash, mehnat faoliyatiga yo'llash masalalaridir .Kasb tanlashga yo'naltirish davlatning tadbir –choralari tizimidan iborat bo'lib,inson tomonidan tanlanadi ,o'z hayot yo'lining ilmiy asoslanganligini ta'minlashga xizmat qiladi .

Kasbga yo'naltirish- bu ta'lim oluvchi bilan olib boriladigan psixologik-pedagogik jarayon bo'lib ,u tarkibiga turli xildagi bir-birini o'zaro to'ldiruvchi ish usullarini qamrab olish lozim .Zamonaviy psixologiya amaliyotida kasb tanlashga aloqador bo'lgan qator uslublar mavjud .Bu usullarni yuqori sinf o'quvchilari uchun o'quv yili davomida qo'llab borilishi maqsadga muvofiqdir.

Tanlov bo'yicha qabul qilish uchun insondan bir qator sifat ,bilim va malakalar talab etiladi .Ularga quyidagilarni kiritish mumkin :

- bolaning faolligi va qiziquvchanligi;
- tahlil va sintez qila olish qobiliyati ;
- o'ziga adekvat –munosib baho bera olish;
- tafakkurni moslashuvchanligi va qo'zg'aluvchanligi;
- irodaning rivojlanganligi;
- xissiy yetuklik;
- kelajakni ko'ra olish ;
- tasodifiy omillarga qarshi tura bilish;
- o'z-o'zini va tanlov vaziyatini rivojlantira olish ;
- yangi maqsad qo'ya bilishi va maslahatlarni hal eta olish ;
- Harakatchanlik;
- Olingan yangi habar va ma'lumotlar asosida qabul qilinayotgan qarorni qayta ko'rib chiqish,o'zgartirish va to'g'rilash;
- Tanlash tamoyili va qoidalarini shakllanganligi.

Shuningdek,kasbiy o'zligini belgilay olish qobiliyati o'z ichiga bir qancha bloklarni qamrab oladi:

- 1) axborot –ma'lumotli blok-dunyodagi mavjud kasblar va mehnat bozoridagi xolatdan habardorlik :
- 2) motivatsion blok-maqsad va istaklarni aniqlash:
- 3) hulq-atvor blogi-ijtimoiy va kasbiy tajribani amalga oshirish tajribasini mavjudligi;
- 4) hissiy barqarorlik blogi;
- 5) shaxsiy va kasbiy sifatlar blogi

Shaxsning kasbiy shakllanishi to'rt asosiy bosqichdan iborat:

- 1.kasbiy intilishlarning shakllanishi;
2. kasbiy ta'lim;
- 3.kasbiy moslashish
- 4.shaxsning kasbiy faoliyatda qisman va to'liq o'zini –o'zi bag'ishlash.

Kasbiy ta'limning muhim vazifalaridan biri kasbiy tayyorgarlik bo'lib ,bunda tayyorgarlik ikki xil ko'rinishda amalgam oshiriladi: mustaqil o'rganish va maxsus ta'lim muassasalarida ta'lim olish orqali .Kasb tanlash qisqa vaqtda xal etiladigan ish

bolmasdan ,balki qator bosqichlardan iborat jarayondir .Bu bosqichlarning davomiyligi tashqi omillarga va kasb tanlash sub'ektining individual xususiyatlarida to'liq kechadi . O'quvchilarni kasb hunarga yonaltirish ishlarini takomillashtirish.Bunda kasb- hunarga yo'naltirishdan asosiy maqsad o'sib kelayotgan yosh avlodni ongli ravishda kasb tanlashga tayyorlashdir .Kasb tanlash uchun o'quvchi o'z imkoniyatlarini baholay bilish ko'nikmasiga ya'ni qiziqishiga mos kasblar bo'yicha ma'lumotga ega bo'lishi,bu kasblarning imkoniyatlari ,kelajagi haqida axborot yangiliklaridan habardor bo'lishi lozim.O'quvchilarni kasbga yo'naltirish pedagog hodimlar tomonidan uzluksiz ta'lim tizimidagi barcha bosqichlarda amalgam oshiriladi.Barcha kasblar o'z qobiliyatlari va imkoniyatlarini baholashga asoslangan shaxsiy intilishlar darajasini aks ettiradi.Qolaversa kasblar tanlovi kasbiy o'zligini anglash subektdan yuksak faollikni talab qiladi .O'quvchilarning kasb –hunarga yo'naltirish tizimining asosiy tarkibiy qismlari quyidagi faoliyatlardan iborat:

- a) o'z ichiga kasbiy targ'ibot va tashviqotni olgan kasbiy ma'rifat ya'ni kasbiy axborot ;
- b) u yoki bu soha kasbga bo'lgan shaxsqiziqish va qobiliyatlarining birlamchi kasbiy diagnostikasi:
- v) kasb tanlashda mutahassislar tomonidan guruhiy individual yordam ko'rsatishga qaratilgan kasbiy konsultatsiya:
- g) ko'proq muvaffaqiyatga erishish mumkin bolgan kasbni tanlab olishgaqaratilgan kasbiy tanlov
- d) ishlab chiqarish amaliyoti jarayonida amalgam oshiriluvchi ijtimoiy kasbiy adaptatsiya ;
- e) tanlangan kasbni o'rganish jarayonida burch, ma'suliyat kasbiy or-nomus ,oriyat hislarini o'quvchilarda shakllantirishga qaratilgan kasbiy tarbiya;

f) Kasbiy ma'rifat ya'nikasbiy axborot o'quvchilarga kasblar olami kasblarning belgi va hususiyatlari kasb klassifikatsiyasi,kasblar professiogrammasihududning qaysi kasblarga ehtiyoji borligi to'g'risidagi axborotlarni berishdan iborat bo'lib,ular asosida o'quvchi o'zini qiziqtirgan jamiyat uchun zarur bo'lgan kasbni tanlaydi. Turli metodikalar yordamida o'quvchilarni kasbga bo'lgan qiziqishini aniqlab olish mumkin .

Kasb- bu inson hayoti uchun zarur bo'lgan, jamiyatdagi huquqiy normalarga javob beradigan , insonning kelajagini belgilab beradigan , o'ziga xos bo'lgan murakkab jarayon deb belgilashimiz mumkin. Kasb tanlash bu murakkab lekin zaruriy jarayon bo'lib,insonning kelajaginiva yaxshi yashash imkoniyatlarini yaratuvchi shuningdek jamiyatda o'z o'rnini topishi foydalimehnat qilish imkoniyatiniberuvchi jarayon hisoblanadi . Shuni aytish mumkinki,o'quvchilar jamiyatda o'z o'rinlarini topishlari ,kelajakda tanlagan kasblarida samarali faoliyat olib borishlari uchun yoshlikdanoq kasbiy qobiliyat va layoqatlarini aniqlab olishlari kerak . O'qituvchi pedagog psixologlardan esa ularni kasbiy motivatsiyasini oshirib,kasbiy qiziqish va layoqatlarini tanlagan kasbiga mos tushishini ta'minlash hamda ularni bu borada to'g'ri yo'lga yo'naltirishni talab etadi.

SUIQASD ORTIDAGI PSIXOLOGIK MUAMMOLAR VA UNI OLDINI OLISHDA OILANING O'RNI

Xodjimatova Gulchehra Akramboyevna
Namangan viloyati Yangiqo'rg'on tumani 52-maktab psixologi,
Satimova Tursunoy Turdaliyevna
Namangan viloyati Yangiqo'rg'on tumani 39-maktab psixologi

Oila inson tarbiyasi va shakllanishida alohida ijtimoiy psixologik ahamiyatga ega bo'lgan jamiyat bo'g'inidir. Suitsidal harakatda oiladagi muhitning o'rni katta, masalan, onasi ishlaydi otasi esa vaqtincha ishsiz va ko'p spirtli ichimlik ichadi. Buning oqibatida oiladagi nizolar farzand tarbiyasiga va uning ruhiyatiga kuchli ta'sir etadi. Hayot zavqli, kimgadir esa shavqatsiz. Uni qanday yaratish va tark etish har bir insonning irodasi, harakati, qat'iyati, mahorati, qobiliyati va o'z meniga bog'liq. Inson uchun har bir vaqt ortga qaytmagani kabi, inson umri ham tugagach uni ortga qaytarib bo'lmaydi. Ayrim insonlar hayotdan voz kechish, uni tark etish maqsadida o'z jonlariga qasd qiladilar. O'zlariga ozor berib, qiynoqqa qo'yadilar. Bu kabi suiqasdlar ortida esa bir qancha psixologik muammolar yotadi.

Farzandlar o'z joniga qasd qilishlarining oldini olishda ota-onalar ularning psixologik hususiyatlaridan xabardor bo'lishlari lozim. O'spirinlik va o'smirlik davri oddiy yosh davrlari emas, aynan shu yoshda farzandlarga psixologik, biologik va ma'naviy o'zgarishlar, qarama-qarshiliklarga to'la bo'lganligi bois ulardagi hatti-harakatlar ota-onalarda ko'plab tushunmovchiliklarni keltirib chiqaradi. Oildagi kichik tortishuv, nizolar ham bu davrda bolani o'z joniga qasd qilishga undashi ham mumkin. Tasavvurdagi va real o'z-o'zini o'ldirish – turli voqea-hodisalar, tashqi muhit, organizmdagi biologik, fiziologik o'zgarishlar, oiladagi e'tiborsizlik, tengdoshlar bilan munosabatdagi o'zgarishlar, boshqalar tomonidan ta'ziq o'tkazilishi, qo'rqitish yoki qo'rquv natijasi sodir etilishi mumkin. O'z-o'zini o'ldirish to'g'risidagi fikr kelganda o'zlaridan voz kechadilar, o'tmishdan yuz o'giradilar, o'zlarini yolg'iz his etib, o'z xotiralarini esa behuda deb biladilar. Bu xotiralar insongacha yetib bormaydi, uni qutqarmaydi, oilasi yaqinlari unutilib, uni bu holatda ekanligidan hech bir kishining habari ham bo'lmaydi. O'z joniga qasd qilishda turtki bo'luvchi ko'plab omillar mavjud, ular:

1. Iroda kuchining pastligi (irodasizlik).
2. Umidsizlik, zaiflik.
3. Psixik buzilishlar.
4. O'tish davridagi ayrim o'zgarishlar (insonni o'z meni va irodasiga bog'liq).
5. Begonalashish, kamsitilish.
6. Oiladagi muhit, nizolar, ko'p kaltaklanish, bir-biridan ajratish, mehrsizlik, har xil so'zlar bilan haqoratlanish (vaqtim yo'q, yo'qol, jinnimisan, o'ldiraman seni va h.k.).
7. Tengdoshlari o'rtasidagi kelishmovchiliklar.
8. Stressli vaziyatlar.

Yuqorida keltirilgan bir qator omillardan ko'rinib turibdiki, o'z joniga qasd qilish o'z-o'zidan sodir bo'lmaydi. Suiqasdga moyil bola sekin-asta oiladan, do'stlar davrasidan uzoqlasha boshlaydi, sirlarini yashirishni o'rganadi, dangasa, o'ziga ishonmaydigan bo'lib qoladi. Eng yomon holatda unda “meni hech kimga keragim yo'q, undan yo'q bo'lganim yaxshi” kabi fikrlar miyasiga tez-tez kelib qoladigan bo'lib

qoladi. Bu fikr bilan birgalikda unga bo'lgan e'tiborning kamligi, uni chetlashtirish kabilar davom etishi natijasida suitsid sodir etilishi mumkin. O'smir va o'spirinlar psixik salomatligining statistik me'yorlari ko'plab psixologik testlar bo'yicha kattalarnikiga qaraganda birmuncha farq qiladi. Bu ularning psixologik buzilishlar va o'tish davrining me'yorda o'tishi bilan bog'liq. Ular quyidagilar:

1. Kasallik o'smir yoshida boshlanadi, chunki uning latent, yashirin davri uzoq yillarga cho'ziladi va u shunchaki bolalikda rivojlanishga ulgurmaydi.

2. Buzilishni yana o'smir yoshida muhit va jamiyat shaxsga uning kuchi yetmaydigan talablarni qo'yishni boshlashi bilan ham yuzaga keladi. Masalan, yuqori sinflarda o'quv dasturlarining murakkablashuvi ba'zi o'smilarda chegaraga oid aqliy qoloqlik, topshiriqlarni uddalashga layoqatsizlik deb nomlanuvchi buzilishlarni keltirib chiqaradi.

3. Yosh og'riqli kechinmalarning o'ziga xosligini belgilaydi, kasallikni o'tishida iz qoldiradi. Masalan, turli psixik kasalliklar tashqi tomondan dismorfomaniya shaklida o'tadi.

4. O'tish davri bolalikdayoq ishora berilgan buzilishlarning rivojlanishiga turtki berdi, ta'sirchan qilib qo'yadi.

5. O'tish davri jarayonlari o'smirni muayyan nohush ta'sirlarga undaydi, ta'sirchan qilib qo'yadi.

6. Jinsiy yetilish (pubertat) davri rivojlanishning avval yashirin bo'lgan buzilishlarini yuzaga chiqarishga qo'zg'aydi.

7. Pubertat va uning o'zi patogenli o'zgarishlar seriyasi sababi, yetakchi bo'g'ini bo'lishi mumkin.

Shaxsning me'yoriy hayotiy faoliyati nafaqat muhit bilan axborot almashinuvida, u bilan qandaydir hissiy ahamiyatli munosabatlar o'rnatishdadir. Stress sharoitida vaziyat o'zgaradi, shaxs yechishga qodir bo'lmagan nizoli vaziyat unda shaxsning psixikasi va mavjud bo'lishining o'ziga xavf tug'diruvchi ulkan kuchdagi salbiy hissiyotlarni chaqiradi. Bunday holatlarda esa suiqasdni amalga oshirish istagi yanada kuchayib boraveradi. Stressdan chiqish uchun u o'z "Men"i va jarohatlovchi muhit

o'rtasidagi aloqani uzishi yoki o'zini irodasi, hayotga bo'lgan intilishi tufayli uni oldini olishi mumkin.

Suiqasdni oldini olish uchun quyidagilarni qo'llash kerak. Ota-onalar uchun tavsiyalar:

- O'spirin bilan muloqot qilayotganda, u bilan o'zaro a'loqa va ishonchli munosabatni saqlab qolish.

- Uning barcha ishlaridan xabardor bo'lishga harakat qilish (mashg'uloti, qiziqishi, do'stlari, sayr qilish joylari va h.k.), lekin so'roq qilish va maydalashgan nazorat uslibidan voz keching.

- Farzandingiz qanday bo'lsa shundayligicha qabul qiling.

- Boshqalar bilan farzandingizni taqqoslamang.

- Bolangizni ko'proq maqtab turing.

- Achchiqlanib, jaxlingiz chiqqanda bola tarbiyasi bilan shug'ullanmang.

- Oilada har xil nizolarga yo'l qo'ymang, uni kaltaklamang.

- Farzandingizni ko'proq bag'ringizga bosishga harakat qiling, qo'llaridan tuting, yelkasidan quching, bu o'rtangizda iliq munosabat o'rnatishga yordam beradi.

- Kun tartibiga rioya qilishini so'rang.

- U bilan sirdosh, bolalarcha do'st bo'ling.

- Bolangiz xatti-harakatidagi har qanday keskin o'zgarishlarni e'tiborsiz qoldirmang. Balki bolaga mutaxassis yordami kerakdir (vrach, psixolog, nervpatolog, psixiatr).

- Jamiyatimizdagi har bir o'sib ulg'ayotgan bolalar yuqoridagi tavsiyalar asosida voyaga yetkazilsa, ularning irodasi mustahkam, qatiyatli va suitsiddan yiroqda bo'lib voyaga yetishlarida ko'makdosh bo'ladi. Bola uchun eng kerakli insonlar bu uning oilasi, ota-onasi, yaqinlaridir. Ular farzandlariga qimmatli hech kim berolmagan mehr-muhabbatlarini beradilar.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Akopov G.B. "Suidsidal harakatlarning oldini olish uslublari", Samara-Ul'yanovsk, 1998.

2. Ambrumova A.G., Borodin S.V., Mixlin A.S. “O’z joniga qasd qilish xatti-harakatlar diagnostikasi”. Uslubiy tavsiyalar.-M., 1980.

3. Nasriddinov ch. Suitsid: muammo va yechimlar. O’quv uslubiy qo’llanma T: “Sharq” 2005.

PSIXOLOGIYA FANINING VUJUDGA KELISH TARIXI

Salohiddinov Shamsiddin

Qo‘qon davlat Pedagogik instituti Pedagogika va psixologiya fakulteti talabasi

Psixologiya fanining vujudga kelishi, shakllanishi, rivojlanishi to’g’risida batafsil ma’lumot berish ushbu kurs uchun hart emas, chunki uning psixologiya tarixi sohasi mavjuddir. Shunga qaramasdan, psixologiya fanining paydo bo’lishi haqidagi ayrim ilmiy materiallar, ma’lumotlar yuzasidan qisqacha mulohaza yuritish maqsadga muvofiq. Insoniyatning ijtimoiy tarixiy taraqqiyoti davomida qadimgi odamlar tabiiy hamda ijtimoiy ehtiyojlaridan kelib chiqqan holda ibtidoiy jamoa a’zolarining psixologik xususiyatlarini aniqlash, ulardan shaxslararo munosabatlarda oqilona foydalanish, o’zining xatti-harakati, shaxsiy faoliyati va muomalaga kirishishida ularni hisobga olishga intilib yashab kelganlar. Ko’p ming yillik ijtimoiy hayot tajribalariga asoslangan ravishda odamlar shaxsning individual (lotincha “individuum” alohida, yakka hol odam) xususiyatlarini jon bilan bog’lashga va uning ta’siri bilan izohlashga harakat qilishgan. Qadimgi odamlarning tasavvurlariga qaraganda, inson tanasida jon joylashgan bo’lib, u shaxsga oid xususiyatlar, xislatlarni vujudga keltirish imkoniyatiga ega emish. Qadimgi ajdodlarimizning "jon" to’g’risidagi tasavvurlari shunga bog’liq, mutanosib tushunchasini keltirib chiqardi va buning natijasida animizm (lotincha anima "jon" degan) ta’limoti insoniyat tomonidan kashf qilinadi. Ibtidoiy xalqlarning tasavvurlarida ruh insonning tanasi bilan uzviy bog’liq holda hukm suradi, go’yoki yashaydi. Shuning uchun ijtimoiy hodisalar, hatto ong, shuningdek, real voqealiklar (o’lim, uyqu, bexush bo’lish, betoblik) kabilarni sodda tarzdagi moddiylik (mavjudlik)

nuqtai nazaridan talqin qilishga uringanlar. Sodda tafakkur shakllari bilan qurollangan qadimgi odamlar atrof-muhit to'g'risidagi rang-barang holatlar, hodisalar mohiyatini ilmiy jihatdan dalillash imkoniyatiga ega bo'lmaganligi sababli idrok qilingan narsani uning haqiqiy mohiyati tarzida aks ettirishgan.

Ularning tasavvurlarida quyidagicha talqinlar keng o'rin egallagan:

O'lim - uyquning bir turi, lekin ruh ba'zi bir sabablarga ko'ra tanaga qaytib kelmaydi;

Tush ko'rish - yqudagi tanani tark etib yurgan harakatdagi ruhning taassurotidir;

Ruh - insonning aynan o'zidir;

Ruhning ehtiyojlari, turmush haroitlari tirik odamnikidan tafovutlanmaydi;

Marhumlarning ruhlari muayyan mashg'ulotlar tizimiga, ijtimoiy qonun-qoidalarga rioya qiluvchi hamjamiyatni yaratar emish; Tirik insonlar bilan marhumlarning ruhi bir-biriga bog'liq bo'lib, moddiy jihatdan o'zaro aloqadordirlar. Qadimgi insonlar tabiatning qudrati (kuch-quvvati) oldidagi zaifligi tufayli yakka shaxs ham, jamoa ham ruhga itoatkor tarzida tasavvur etilishi natijasida din, ibodat tushunchalari paydo bo'ladi. Insoniyatning ijtimoiy tarixiy taraqqiyoti davomida mehnatni rejalashtirish, ishlab chiqarish munosabatlari, ishlab chiqarish kuchlari va ularning tabaqalashuvi, odamlar tafakkurining rivojlanishi tufayli jonning (ruhning) moddiylikdan tashqari xususiyati, ko'rinishi yuzasidan g'oyalar vujudga keladi. Buning natijasida animistik tasavvurlar o'rnini ruhni borliqning naturalistik (lotincha "natura" -tabiat ma'nosini anglatuvchi) falsafiy manzarasi tarzida izoshlash namoyon bo'la boshladi: Psixologiya — inson faoliyati va hayvonlar xatti-harakati jarayonida voqelikning psixik aks etishi, ruhiy jarayonlar, holatlar, hodisalar, hislatlar to'g'ri-sidagi fan. Psixologiyaning tadqiqot predmetiga sezgilar va idrok obrazlari, ta-fakkur va hissiyot, faoliyat va muomala kabi psixologik jarayonlar, kategoriyalar kiradi. Psixologiyaning asosiy vazifalari — psixika qonuniyatlarini, inson ruhiy holatlari shakllanishini filogenetik va ontogenetik taraqqiyot birligida ochishdan iboratdir. Mazkur vazifalar yechimini topishda Psixologiya bir tomondan, biol. fani sohalari bilan, jumladan, fiziologiya bilan, boshqa tomondan esa, sotsiologiya,

pedagogika, madaniyat tarixi, mantik hamda ijtimoiy fanlar bilan jips aloqaga kirishadi. Psixologiya eng avvalo, psixikaning insonga xos shakli bo'lmish ong va o'zini o'zi anglashni tadqiq etadi. Antik davrdan boshlab psixologik bilimlar falsafa va tibbiyot fanlari negizida rivojlanib kelgan. Yunon shifokorlari Gippokrat, Erasistrat psixikaning organi miya ekanligini bilganlar va inson jonini koinotning ashyoviy bo'lagi sifatida (Demok-shyaning moddiyunchiligi asosida) talqin qilganlar. Ularning g'oyalari Platonning jon abadiyligi to'g'risidagi ta'limotiga qaramaqarshi qo'yilgan. Aristotel „Jon to'g'risida“gi asarida psixologik tushunchalar tizimini ishlab chiqdi. O'rta asrlarda psixikaga nisbatan har xil ko'rinishdagi g'ayritabiiy qarashlar hukmronlik qildi. Shu tufayli psixologik bilimlar rivojlanmay qoldi. Ammo ba'zi faylasuflar va shifokorlar (Ibn Sino va boshqalar) asarlarida bu sohada olg'a qadam qo'yildi. Inson xususiyatlari to'g'risidagi ma'lumotlar qad. qo'lyozmalar, yodgorliklarda o'z aksini topa boshladi. Turli mamlakatlarda va shaharlarda tuzilgan akademiyalarda (Xorazm, Samarqand, Kiyev, Moskva va boshqa shaharlarda) Psixologiya yuzasidan tinglovchilarga saboq berilgan. Yevropa Uyg'onish davrida Leonardo da Vinchi, X. Vives kabilar Psixologiya rivojiga o'z hissalarini qo'shdilar. 18-asrgakelib M. V. Lomonosov, A.N. Radishchev, G. S. Skovoroda, T. Gobbs, B. Spinoza, G. Leybnits. J. Lokk, K. A. Gelvetsii, Psixologiya A. Golbax, D. Didro Psixologiyada bir talay kashfiyot qildilar, uni amaliy ma'lumotlar bilan boyitdilar. Psixologiya 19-asrning 2yarmiga kelib mustaqil fan sifatida ajralib chikdi. Nemis olimi V. Vundt Leypsigda 1879 yil dastlabki eksperimental lab.ni jihozlashga erishdi.

Psixologiya taraqqiyotida umuman 19-asrdagi ek-sperimentlar alohida ahamiyat kasb etdi. Bu davrda psixologik real voqelikni o'rganish uchun metodlar majmu-asi qo'llana boshlandi: kuzatish, lab. eksperimenti, tabiiy eksperiment, faoliyat natijasini tahlil qilish, ruhiy jarayonlarni modellashtirish genetik metodi, test, ekspert baholash, intervyu, anketa, so'rovnoma, tarjimai hol va h.k. 19-asr oxiri —20-asr boshlarida qator psixologik ilmiy maktablar, yo'nalishlar vujudga keldi: bixeviorizm, geshtaltpsixologiya, personalizm, freydizm va h.k. Psixologiyaningrivojiga I. M. Sechenov (psixikaning reflektor tabiati), I. Psixologiya Pavlov (oliy nerv faoliyati) ta'limotlari muhim hissa bo'lib qo'shildi. Rossiyada V. M. Bexterev eksperimental lab.

(Qozon, 1885), Harkov universiteti va N. N. Langening Odessadagi lab., G.Chelpanovning Kiyevdagi, S. Korsakovning Moskvadagi, keyinchalik V. M. Bexterev, A. Lazurskiy, A. Nechayevlarning Peterburgdagi, V. Chijning Yuryev (Tartu, Estoniya)dagi eksperimental lab. lari Psixologiya taraqqiyotiga alohida ta'sir o'tkazdi. 1912 yil Moskva universitetida Psixologiya instituti ochildi. Shu yilda I. A. Sikorskiy tomonidan Kiyevda jahonda birinchi marta Bolalar psi-xologiyasi instituti tashkil qilindi. 20-asr ning 1yarmida Rossiyada K. N. Kornilov, Psixologiya Psixologiya Blonskiy va boshqa dialektikaga asoslangan ilmiy Psixologiyani yaratishga kirishdilar. Hozirgi zamon Psixologiyasi ko'p tarmoqli psixologik bilimlar tizimidan iborat fan hisoblanib, o'zining tadqiqot predmetiga ega bo'lgan ko'plab sohalardan tashkil topgan: umumiy Psixologiya, aviatsiya Psixologiyasi, harbiy Psixologiya, differensial psixologiya, psixofiziologiya, muhandislik psixologiyasi, kosmik psixologiya, huquq Psixologiyasi, tibbiyot Psixologiyasi, neyropsixologiya, patopsixologiya, pedagogik psixologiya, mehnat Psixologiyasi, sport Psixologiyasi, max-sus Psixologiya, ijodiyot Psixologiyasi, menejment Psixologiyasi, marketing Psixologiyasi, ijtimoiy psixologiya, yosh psixologiyasi, tashkiliy Psixologiya, din Psixologiyasi, oila Psixologiyasi, Psixologiya tarixi, genetik Psixologiya, amaliy Psixologiya, eksperimental Psixologiya, kasb Psixologiyasi, psixolingvistika, siyosiy Psixologiya va boshqa Psixologiyaning tarmoqlarga ajralishining asosiy sababi uning tarkibida tatbiqiy sohalar vujudga kelishidir. Psixologiya sanoatda, jamiyat boshqaruvida, ta'lim tizimida, sog'liqni saklash, madaniyat, sport, transport, radio, televideniye va boshqa tuzilmalarda muhim masalalarni hal qilishda faol ishtirok qilmoqda. Psixologiya erishgan yutuqlari shaxs imkoniyatlarini ro'yobga chiqarish va ularni harakatga keltirishda alohida ahamiyat kasb qilmoqda hamda shu asnoda mehnat samaradorligini oshirishga ta'sir o'tkazmoqda. Zamonaviy Psixologiyada elektron-hisoblash texnikasi, elektr va kimyoviy vositalar yordami bilan psixikani chuqur o'rganish kabilar qo'llanilmoqda. Psixologiyada o'zini o'zi kuzatish (introspeksiya) metodi atrofida keskin bahslar davom etmoqda. Ba'zi yo'nalishdagi psixologlar uni tadqiqot o'tkazishning asosiy metodi deb ta'kidlasalar, boshqalari esa uning cheklanganligini e'tirof qila-dilar, buning o'rniga ob'yektiv metodlardan foydalanishni tavsiya etadilar. Ob'yektiv metodlar tufayli

psixikaning moddiy negizi aniklangan, inson ichki munosabatlari bilan sub'yek-tiv holatlar sababiy bog'liqligi yakka shaxsda, jamoada namoyon bo'lishi dalillangan. Jahon hamjamiyatida AQSH, Angliya, Fransiya, Germaniya, Rossiya, Shveysariya mamlakatlarida i. t. insti-tutlari va markazlarida, universitetlarda psixologik izlanishlar keng ko'lamda olib borilmoqda. O'zbekistonda Psixologiya 1928 yildan e'tiboran hozirgi Milliy universitetda fan sifatida o'qitila boshlandi. 1929 yil Xalq maorifi komissarligi qoshida Psixologiya labo-ratoriyasi ochildi. Keyinchalik pedagogika institutlarida Psixologiyaning bir necha sohalari bo'yicha talabalarga bilim berila boshlandi. 20-asrning 2yarmida M. Vohidov, M. Davletshin singari mahalliy kadrlar yetishib chikdi. Hozirgi davrda Psixologiya fanlari doktorlari V. Tokareva, E. G'oziyev, B. Qodirov, G'. Sho-umarov, R. Gaynutdinov, V. Karimova, Sh. Barotov, A. Jabborov, R. Sunnatovalar Psixologiyaning umumiy Psixologiya, pedagogik va yosh Psixologiyasi, ijtimoiy Psixologiya sohalari bo'yicha tadqiqot ishlarini amalga oshirmoqdalar.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. E G'oziyevni psixalogiya kitobi. 1994
2. S.X Jalilova N.A. G'ayibovalarning Umumiy Pisixodiagnostika kitobi.2018.
3. D Nurkeldiyeva Pedagogik Pnixologik Diagnostika kitobi.2019

MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARDA IJOBIIY EMOTSIONAL HOLATLARNI TARKIB TOPISHIDA OILA VA MAKTABGACHA TA'LIM TASHKILOTLARINING O'RNI

*Abayev Abduvohid Abdulhamidovich
Farg'ona davlat universiteti magistranti*

Annotatsiya: Ushbu maqolada maktabgacha yoshdagi bolalarda emotsiyalarning rivojlanishi, emotsiyalarning shakllari, emotsiyalarning rivojlanish omillari, maktabgacha yoshdagi bolalarda ijobiy emotsional holatlarni tarkib topishida oila va maktabgacha ta'lim tashkilotlarining o'rni, to'g'risida so'z yuritiladi.

Kalit so'zlar: emotsiyalar, emotsiyalarning shakllari, oliy hislar, affekt, oila va maktabgacha ta'lim tashkiloti.

Ta'lim sohasini isloh qilish bugun hukumatimiz diqqat e'tiborida turgan dolzarb sohalardan biri, desak mubolag'a bo'lmaydi. So'nggi yillarda maktabgacha ta'lim tizimini isloh qilish va rivojlantirishga qaratilgan qonunlar, qarorlar qabul qilinib, amaliyotga joriy etilmoqda. Maktabgacha ta'lim sohasida yagona davlat siyosatini ishlab chiqish va amalga oshirish, bolalarni maktabgacha ta'lim bilan bosqichma-bosqich to'liq qamrab olishni ta'minlash maqsadida O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017 yil 30 sentyabrdagi "Maktabgacha ta'lim tizimi boshqaruvini tubdan takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi Farmoni⁴ bilan Maktabgacha ta'lim vazirligi tashkil etildi. Bugungi kunda O'zbekistonda 14 mingdan ortiq maktabgacha ta'lim tashkiloti faoliyat ko'rsatmoqda.

Ma'lumki, Maktabgacha ta'lim vazirligi tashkil etilmasdan avval tizimda zamonaviy dasturlar joriy etilmagan, bolalarni maktabga tayyorlash bo'yicha muqobil, moslashuvchan modellar yetarli darajada rivojlanmagan. Taraqqiy etgan mamlakatlardagi kabi bolalarni ijtimoiy, shaxsiy, hissiy, nutqiy, matematik, jismoniy va ijodiy rivojlantirish, atrof-muhit bilan tanishuvga yo'naltirilgan maxsus davlat ta'lim dasturlari tatbiq qilinmagan edi.

Jamiyatda bola tarbiyasi ota-onalarning shaxsiy ishi bo'lmay, balki ularning ijtimoiy vazifasidir. Ota-onalar o'z bolalarining tarbiyasi uchun jamiyat oldida javobgardirlar. Ota-onalar o'z bolalarining asosiy tarbiyachilari hisoblanadilar. Shuning uchun ular farzandlarini o'z xalqining eng yaxshi urf-odatlarini va oilaviy an'analari ruhida olijanob fazilatli, bilimdon, madaniyatli shaxs qilib tarbiyalashlari kerak.

Oila jamiyatning bo'lagi bo'lib, unda yangi inson vujudga keladi. Bu kichik ijtimoiy guruh bola uchun dastlabki hayot maktabidir. Ota-onalar bolaning birinchi

⁴ 2017 yil 30 sentyabrdagi "Maktabgacha ta'lim tizimi boshqaruvini tubdan takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi Farmoni

o'qituvchisi va tarbiyachisidir. Bolaning oiladagi tarbiyasi bilan ta'lim-tarbiya jarayonidagi munosabatlari orasida ko'pgina tafovutlar kuzatiladi.

Haqiqatan, inson tug'ilgandan boshlab to umrining oxirigacha oilaning ta'siri ostida bo'ladi. Oilaning bolaga noyob ta'sirini oilaviy tarbiya jarayonining o'ziga xosligi ham belgilaydi. Ota va ona shaxsiy namunasi, qarindoshlik tuygulari, tarbiyachi va tarbiyalanuvchining o'zaro hissiy munosabatlarning bolani har tomonlama rivojlanishida roli katta, bularga oiladan tashqarida erishib bo'lmaydi.

Emotsiyalar har bir inson hayotida juda muhim rol o'ynaydi, ular hayotning barcha jabhalariga ta'sir qiladi: odamlar bilan munosabatlarga, o'qishga, ishlashga, dunyoga va o'ziga munosabatiga, shuning uchun o'z his -tuyg'ularingizni tushunish va ularga dosh bera bilish juda muhimdir. Agar bola o'z his -tuyg'ularini va boshqalarning his-tuyg'ularini tushunishni, ular bilan kurashishni o'rganmasa, uning ichki dunyosini va atrofidagi dunyoni tushunish qiyin bo'ladi.

Bolaning hissiy sohasini rivojlantirishga yordam berish uchun, birinchi navbatda, ota -ona bolaga qanday his-tuyg'ular borligini va nima uchun kerakligini aytib berishlari kerak. Ota -onalar e'tibor berishlari kerak bo'lgan ikkinchi nuqta - bu bolaning his -tuyg'ularga dosh berish usullaridir. Ota-onalar alohida e'tibor berishlari kerak bo'lgan uchinchi nuqta - bolaning barcha his-tuyg'ularini boshdan kechirish huquqini tan olishdan iboratdir.

Emotsiyalar bolaning farovonligi, uning muvaffaqiyatli muloqotlari, rivojlanishi va kelajakdagi hayotining asosidir. Inson atrofidagi dunyoga his-tuyg'ular orqali munosabatda bo'ladi. Tuyg'ular o'z-o'zidan rivojlanmaydi. Insonning dunyoga munosabati o'zgaradi, ular bilan birga his-tuyg'ular ham o'zgaradi. Albatta, tarbiyachi yoki kattalar, asosan, maktabgacha tarbiyachining faoliyatini ijobiy takomillashtirishga e'tibor qaratishlari, mashg'ulot jarayonida unda ijobiy hissiy kayfiyatni uyg'otishi va saqlab turishi kerak. Boshqa tomondan, maktabgacha yoshdagi bolaning faqat muvaffaqiyat bilan bog'liq ijobiy his-tuyg'ularni qabul qilishga yo'naltirilganligi ham samarasizdir. Emotsiya hodisasining har tomonlama ta'rifi fiziologik, ekspressiv va empirik tarkibiy qismlarni o'z ichiga olishi kerak. Emotsiya neyrofiziologik jarayonlar

natijasida vujudga keladi, bu o'z navbatida ichki va tashqi omillar ta'sirida bo'lishi mumkin.

Tarbiyachilar yoki ota-onalar, asosan, maktabgacha tarbiyachining faoliyatini ijobiy takomillashtirishga e'tibor qaratishlari, mashg'ulot jarayonida unda ijobiy hissiy kayfiyatni uyg'otishi va saqlab turishi kerak. Boshqa tomondan, maktabgacha yoshdagi bolaning faqat muvaffaqiyat bilan bog'liq ijobiy his -tuyg'ularni qabul qilishga yo'naltirilganligi ham samarasizdir. Bir xil turdagi ijobiy his-tuyg'ularning ko'pligi ertami-kechmi zerikishni keltirib chiqaradi. Tuyg'ular ixtiyoriy tartibga solinmaydi. Kattalar bolalikdagi istalmagan yoki kutilmagan his -tuyg'ularga duch kelganda buni yodda tutishlari foydalidir. Tuyg'ular bola hayotida muhim rol o'ynaydi. Ular haqiqatni anglashga va unga munosabat bildirishga yordam beradi. Har bir bolaga xos bo'lgan ajoyib fazilatlar - uning faolligi, mustaqillikka intilishi, qat'iyatliligi, egiluvchanligi, ta'sirchanligi va hissiyotliligi-qulay holatlarda nafaqat uning iste'dodini, fe'l -atvorini rivojlantiradi, balki ba'zida taqdirini hal qiladi.

Maktabgacha yoshdagi bolalarning hissiy rivojlanishi-bu bolalarning shaxsiy rivojlanishi, ularning ijtimoiylashuvi va ijodiy o'zini o'zi anglashi, shaxslararo munosabatlarni madaniyat olamiga kiritish, madaniy qadriyatlarni o'zlashtirish jarayoni bilan chambarchas bog'liq bo'lgan jarayondir.

Emotsiyalar insonning ruhiy hayotining bir qismi bo'lib, u insonning atrofdagi voqealikka va o'ziga bo'lgan munosabatini belgilaydi. Emotsiyalar barcha hayotiy hodisalarda namoyon bo'ladi, u barcha aqliy jarayonlarning faoliyatini, tafakkurni, xotirani, nutqni boshqarishda ko'maklashadi. Bolaning moslashuvining birinchi bosqichida quyidagi jarayonlarni amalga oshirish kerak bo'ladi: bola bilan hissiy aloqa o'rnatish, uni atrofida sodir bo'latgan voqealarga jalb etish, bolaga bolalar guruhida ijobiy hissiy kayfiyatni yaratish, guruhda iliq hissiy muhitni yaratish, bolalarda ijobiy munosabatni shakllantirish;

Shuning uchun tarbiyachilar maqsadli ravishda bolalarning hissiy sohasini faollashtirishga qaratilgan o'yinlarni qo'llashi kerak bo'ladi. Maktabgacha yoshdagi emotsionallikni rivojlantirishda o'yinning ahamiyatini ortiqcha baholash kerak emas. Bundan tashqari guruhda hissiy rivojlanayotgan muhitni yaratish, o'qituvchi ushbu

ishning xilma-xilligini bilishi va uning ushbu yo'nalishdagi faoliyati uchun hal qiluvchi shartlar sifatida, emotsional muhitni tashkil etishga e'tibor qaratishi kerak.

Bolaning hissiyotini rivojlantirish va tarbiyalash bolaning his -tuyg'ularini bostirish emas, balki ularni to'g'ri yo'nalishga yo'naltirishdir.

Agar maktabgacha yoshdagi bolaning hissiy tarbiyasiga etarlicha e'tibor berilmasa, u o'z his -tuyg'ularini to'g'ri ifoda etishni o'rganmaydi: quvonch, ajablanish, qayg'u, g'azab, o'z his -tuyg'ularini boshqalar bilan bo'lishish. Bu holat esa bir qator to'siqlarni vujudga keltiradi.

Maktabgacha yoshdagi bolalarda hissiy tarbiya qoidalari rivojlantirish muhim ahamiyat kasb etadi. Bolaning hissiy tarbiyasi katta jismoniy va vaqt xarajatlarini talab qilmaydi. Faqat ba'zi bir qoidalarga amal qilish kerak bo'ladi. Bolani his -tuyg'ularini ko'rsatishga, his-tuyg'ularini tushunishga va ularni to'g'ri chaqirishga o'rgatish muhimdir.

IJTIMOIIY PSIXOLOGIIYADA SHAXS MUAMMOSI

Raxmanberdiyev Muxtor Murotqulovich
Surxondaryo viloyati Jarqo 'rg'on tumani 27-maktab psixologi

Shaxsni o'rganishning ijtimoiy psixologiya uchun o'ziga xosligi shaxs u yoki bu xildagi hayot tarzini tanlash imkoniga ega bo'lgan ongli va faol insondir. Ijtimoiy psixologiyada shaxsning shaxsiy va psixologik sifatlarini o'rganishga katta e'tibor beriladi, chunki bunday ma'lumotlarni bilish va shaxslararo munosabatlarda hisobga olish juda muhimdir. Inson shaxsi jamiyatning a'zosi sifatida turli xil o'zaro munosabatlar doirasida faoliyat yuritadi. Shaxsning shakllanish jarayoniga shaxslararo munosabatlardan tashqari jamiyatdagi mavjud siyosiy doiralar va mafkuraviy qarashlar ham katta ta'sir ko'rsatadi. Masalan, mafkuraviy qarashlar jamiyatdagi ma'lum bir g'oyalar tizimi sifatida shaxsga ta'sir ko'rsatib, uning psixologiyasi, dunyoqarashi, shaxsiy va ijtimoiy ustanovkalarining rivojlanishiga o'z hissasini qo'shadi. Shaxs

psixologiyasining shakllanishiga u mansub bo'lgan ma'lum bir ijtimoiy guruhlarining munosabatlari ham o'z ta'sirini ko'rsatadi. Bunday o'zaro ta'sir va muloqot jarayonida shaxslarning bir-biriga ta'siri sodir bo'lishi bilan birgalikda, jamiyatga, mehnatga, odamlarga, o'zining shaxsiy sifatlariga nisbatan o'z qarashlariga, ijtimoiy ustanovkalariga ta'sir o'tkazishi sodir bo'ladi. Ma'lum bir ijtimoiy muhitda yashar ekan, shaxs u yerda o'ziga xos o'ringa, obro'ga, rolga ega bo'ladi. Shaxs — ijtimoiy munosabatlarning obyektigina emas, balki uning subyeksi va faol ishtirokchisi hamdir. Shaxs — bu konkret inson, ma'lum bir davlatning, jamiyatning, guruhning (bu guruh ijtimoiy, etnik, diniy, siyosiy, yoshga oid va h.k. bolishi mumkin) vakili, o'z atrofida bilan ongli munosabat o'rnatadi oladigan, ongli ravishda faoliyat yurita oladigan, barcha munosabatlarda o'ziga xos insoniy qiyofani namoyon qila oladigan, shuningdek, o'ziga xos individual va ijtimoiy xususiyatlarga ega bo'lgan kishidir. Hozirgi zamon ijtimoiy psixologiyasi sohasida shaxsni o'rganish ustida olib borilayotgan tadqiqotlar masalasi, ayniqsa bu boradagi amaliy vazifalar ijtimoiy psixologiya fanining markazida turuvchi psixologik va sotsiologik yondashuv yo'nalishlari asosida hal qilinmoqda. Masalan, Amerika va boshqa barcha g'arb davlatlarida shaxsni o'rganishga nisbatan ikki xil ijtimoiy psixologiya — «psixologik ijtimoiy psixologiya» va «sotsiologik ijtimoiy psixologiya» mavjud. Bu yo'nalishlar bir-biriga o'xshasada, ularning bir-biridan farqli jihatlari ham mavjud. Ya'ni psixologik ijtimoiy psixologiya shaxs va faoliyat, muomala, shaxslararo munosabat, shaxsning ijtimoiy-psixologik tuzilishi, shaxsning kognitiv, konativ, xulq-atvor imkoniyatlarini o'z ichiga olgan ijtimoiy ustanovkalar, shaxs va jamoaning ijtimoiy-ruhiy kechinmalari kabi muammolar ustida tadqiqot olib borishni maqsad qilib olgan bo'lsa, sotsiologik ijtimoiy psixologiyada esa ko'pincha jamiyatning ijtimoiy qatlamlarini tahlil qilish, xalqlar psixologiyasi, ommaviy hodisalar psixologiyasi, sinflar, guruhlar, gumanistik psixologiya kabilarga alohida urg'u beriladi. Ijtimoiy psixologiyada shaxsni o'rganishning o'ziga xosligini tushuntirish va ko'rsatish maqsadida bu sohada ish olib borayotgan barcha olimlar o'z qarashlarini o'ziga xos tarzda ifodalay olgan. Shulardan biri D. Mayers ijtimoiy psixologiyada shaxsni o'rganishning o'ziga xosligini tahlil qilish uchun barchaga ma'lum bo'lgan bir ertakdan foydalanadi. Bu ertak yoqimtoy

Zolushka haqidagi ertak bo‘lib, unda quyidagi cha mazmun aks ettiriladi: Taqdir taqozosi bilan Zolushka shahzoda uyushtirgan katta raqs kechasiga tushib qoladi va shahzodaning e‘tiboriga sazovor bo‘ladi. Zolushkani qattiq sevib qolgan shahzoda uni izlab kelib, o‘gay onaning xonadonida ko‘rganida avvaliga tanimaydi. Nega? Bu ertak shaxs va uning atrofidagi muhit munosabatlarini tushunib olish uchun juda sodda misoldir. Zolushka shahzoda huzuridagi balda go‘zal, xushchaqchaq, jozibali ko‘ringan bo‘lsa, o‘gay ona huzurida butunlay boshqacha ko‘rinadi va o‘zini boshqacha tutadi. Balda u o‘ziga nisbatan ijobiy munosabatlar doirasida o‘zini go‘zal va ajoyib qiz ekanligiga ishonib aloqaga kirishgan boisa, o‘gay onasining uyida unga nisbatan salbiy munosabatlar ta‘sirida o‘ziga nisbatan past baho berishi natijasida o‘zini tortinchoq, kamgap tutadi. Fransuz filosofi Jan-Pol Sartrning ta‘kidlashicha, Zolushka bilan sodir boigan voqeada hech qanday hayratlanarli narsa yo‘q, uning fikricha, biz odamlar «hamisha vaziyatlarga bogliqimiz. Bizni vaziyatlardan ajratib bolmaydi, vaziyatlar shaxs sifatida bizni va bizning imkoniyatlarimizni shakllantiradi». Ijtimoiy psixologiya shaxsga turli xil vaziyatlarning ta‘sirini o‘rganib, kishilar bir-birlariga qanday ta‘sir ko‘rsatishini va ular bir-birlarini qanday idrok etishlarini o‘rganadigan fan sifatida qiziqarlidir. Shuningdek, uning tadqiqot doirasiga barchani birdek qiziqtiradigan quyidagi savollar ham kiradi: — Kishilar bir-birlari haqida nimalarni o‘ylaydilar? Bizning o‘zimiz haqimizdagi tasavvurlarimiz qanchalik to‘g‘ri? Do‘stlarimiz haqidagisi-chi? Notanishlar haqidagi fikrlarimiz-chi? Bizning fikrlarimiz va harakatlarimiz orasidagi aloqa qanchalik ahamiyatga ega? — Odamlar bir-birlariga qanday va qay darajada ta‘sir o‘tkazadilar? Ijtimoiy muhit ta‘siriga qanday qarshilik ko‘rsatish mumkin? — Nima uchun odamlar ba‘zida bir-birlarini xafa qiladilar, ba‘zi paytlarda yordam beradilar? Bu savollarning barchasi o‘zaro bogliq bo‘lib, ijtimoiy psixologiya ana shu savollarga javob topish bilan shug‘ullanadi. Qisqasini aytganda, ijtimoiy psixologiyada shaxsni o‘rganishning o‘ziga xosligi shundaki, bu fan odamlar bir-birlari haqida nima o‘ylashidan tortib, ular bir-birlariga qanday ta‘sir ko‘rsatishigacha o‘rganadigan fandır. Shaxsning «Men» obrazi Shaxs ijtimoiy psixologiyada, garchi uning shakllanishiga jinsi, temperamenti, irsiy belgilari kabi biologik tavsiflar ham ma‘lum darajada ta‘sir ko‘rsatsa-da, ijtimoiy fenomen sifatida

qaraladi. Ijtimoiy psixologiya sohasida tadqiqot olib boradigan mutaxassislarining aksariyati o'z tadqiqotlarining asosiy yadrosi sifatida G.Olport, S.Meddi, Uilyam Jeyms kabi psixologlarning nazariyalariga tayanadi. Xulosa qilib aytganda shaxsning atrofida qancha alohida ijtimoiy guruhlar mavjud bo'lsa, uning uchun shuncha ijtimoiy «Men»i mavjud bo'ladi; • Psixik «Men» — individning ijtimoiy muhitda uning kimligini namoyon qilishiga yordam beruvchi qobiliyat va iqtidorlarining yig'indisi hisoblanadi; • Haqiqiy yoki axloqiy «Men» — shaxsning o'zini anglashi, o'z-o'ziga baho berishi doirasidan iboratdir.

Foydalanilgan adabiyotlar

- 1 I.A. Karimov. Yuksak ma'naviyat — yengilmas kuch. T. «Ma'naviyat», 2008.
- 2 V. Karimova. Ijtimoiy psixologiya va amaliyot. — T.: 2009.
- 3 V. Karimova, O. Xayitov. Shaxsning ijtimoiylashuv masalasi. - T.: 2007.
- 4..V.Karimova. Oila psixologiyasi.T.2007
- 5.O.Musurmonova .Oila ma'naviyati -milliy g'urur.
6. Deyl Karnegi. Muomala sirlari. T.«Navro'z» nashriyoti. 1999.
- 7.www.Expert.psychology.ru

MAKTAB O'QUVCHILARINING AXLOQIY KAMOLOTIDA BAXT HAQIDAGI TASAVVURLARNING O'RNI

Panjiyeva Ra'no Qodirovna
Buxoro viloyati Jondor tumani 21-maktab psixologi

Annotatsiya. Yoshlarda yuksak ma'naviyatni shakllantirish va komil insonni tarbiyalash ancha murakkab va mashaqqatli muayyan davrni talab qiluvchi jarayon hisoblanadi. Ulug' ma'rifatparvar Abdulla Avloniyning “Tarbiya bizlar uchun yo hayot, yo mamot, yo najot, yo halokat, yo saodat, yo falokat masalasidir” deb aytgan so'zlari hozirgacha o'z ahamiyatini yo'qotgani yo'q. Mazkur maqolada esa yoshlarimizni ruhan

va ma'nan barkamol etib tarbiyalashda, ularning psixologik sog'lomligiga erishish borasida milliy qadriyatlarning ahamiyati o'rin olgan.

Kalit so'zlar: Tarbiya, baxt, Qadriyat, ruhiy barkamollik, yoslar tarbiyasi, ma'naviyat, mafkuraviy poligon, ma'naviy barkamollik, xalq og'zaki ijodi.

O'zbek xalqi azaldan boshqa xalqlar qatori o'z kelajagi bo'lgan yosh avlodni tarbiyalashga katta e'tibor qaratildi. Xuddi shu an'ana hozirgi kun ta'limi va tarbiyasida ham ustuvor bo'lib qolmoqda. Mamlakatimizda olib borilayotgan yuksak ma'naviyatli ,komil insonni voyaga yetkazish borasidagi islohotlar buning isbotidir. Maktab ta'limi jarayonida o'qituvchining vazifasi faqat fanni o'qitishdangina iborat bo'lib qolmasdan ,o'quvchining odob –axloqi , ma'naviy qiyofasi ,qolaversa unda komil insonga xos fazilatlarining shakllanishiga bevosita ta'sir ko'rsatadigan omillarni aniqlab , ulardan ta'lim-tarbiya jarayonida foydalanishdan iborat bo'lishi kerak. Bugungi kunda olimlarning millat qadriyatiga bergan ta'riflari mukammal bo'lishiga qaramasdan, qadriyat ma'naviy-ma'rifiy, tarbiyaviy ehtiyojning natijasi va mahsuli ekanligi, biroq qadriyatning ruhiy barkamollik sifatidagi funksiyasiga kam e'tibor qaratilgan. O'zbek xalqi qadim o'tmishdan bugungi kungacha o'zining boy tarixi, ma'naviy qadriyatlari, milliy urf-odatlariga ega bo'lib, zamonlar osha uni o'z qalbi va ma'naviyatida saqlab kelib avloddan-avlodga meros qilib qoldirib kelmoqda. Unda millatning orzu-umidlari, u yashayotgan tabiiy geografik, ijtimoiy muhit, xalq istidodi, malakasi, qobiliyati, etnik xususiyat hamda belgilari o'z ifodasini topgan. Shuning uchun ham shaxs tarbiyasida va ruhiy barkamolligiga asosiy ta'sir etuvchi omillardan biri milliy qadriyalar ham o'rin egallaydi.

Farzand tarbiyasi inson qalbidagi eng oily maqsadlardan biri bo'lib, ota – ona o'z hayotlarini shular orqali davom ettiradilar .Mutafakkir shoirlardan biri: “Farzandlar qalbimiz mevasi , bellarimiz tayanchidir . Biz ular yurishlari uchun zamin va soyabon osmondirmiz degan edi .

Hozirgi kunda O'zbekiston Respublikasida mahoratli o'qituvchilarni qo'llabquvvatlash, ularning tajribalarini ommalashtirishga alohida e'tibor qaratilmoqda.

Mahoratli o'qituvchilarni aniqlash maqsadida turli tanlovlar tashkil etilmoqda.

Xususan “Yilning eng yaxshi fan o'qituvchisi” Respublika ko'rik tanlovi ta'lim muassasalarida faoliyat olib borayotgan fan o'qituvchilariga pedagogik mahoratlarini individual ravishda namoyish etish imkoniyatini berayotgan bo'lsa, “Yil maktabi” Respublika ko'rik-tanlovi o'qituvchilarga jamoa asosida ta'lim muassasasida qo'lga kiritilayotgan yutuqlarni ommaga ko'rsata olishlari uchun sharoit yaratmoqda. Shuningdek, Respublika miqyosida, pedagogik faoliyatda ulkan yutuqlarni qo'lga kirita olgan o'qituvchilar ta'lim sohasida nufuzli sanaluvchi davlat mukofoti – O'zbekiston Respublikasi “Xalq ta'limi a'lochisi” ko'krak nishoniga sazovor bo'lmoqdalar.

Pedagogik faoliyat – yosh avlodni hayotga, mehnatga tayyorlash uchun xalq, davlat oldida javob beradigan, bolalarga ta'lim-tarbiya berish bilan shug'ullanadigan va bu ishga maxsus tayyorlangan odamlarning mehnat faoliyatidir. O'zbekiston Respublikasi hukumati tomonidan xalq ta'limi sohasi bo'yicha o'rta qayilayotgan vazifalarni bajarish ko'p jihatdan pedagog shaxsiga bog'liq. Bozor iqtisodiyotiga sharoitida ta'lim-tarbiyadan ko'zda tutilayotgan maqsadga erishish, o'quvchilarning xilma-xil faoliyatini uyushtirish

1. Yoshlarni psixologik sog'lom va tarbiyali etib ulg'ayishidagi muhim omillar.

Har bir tarixiy davr inson ma'naviy kamoloti, yoshlar tarbiyasi borasida yangidan-yangi murakkab masalalarni ko'ndalang qo'yaveradi. Hozirgi ichki va tashqi tahdidlarga boy, o'ta shiddatli va murakkab bir zamonda tarbiya Farzand tarbiyasi ham go'yo nihol parvarishidek nozik. Kishi oila qurib, farzandli bo'ldimi, uning kelajagi to'g'risida qayg'urishi shart. Bolani nafaqat moddiy ta'minlash, unga ta'lim-tarbiya, mehr berishi, turli yot g'oyalardan saqlashi ota-onaning eng asosiy vazifasi hisoblanadi. Chunki farzand katta bo'lganda ota-onaga yo rahmat eshitiradigan komil inson bo'ladi, yo g'am-tashvish keltiradigan nokas kimsaga aylanadi.

2. Yosh avlodning psixologik nosog'lom bo'lib ulg'ayishida milliy tarbiyaning yetishmasligi asosiy sabab sifatida.

Bilasizmi hozirgi kunda javobi o'ylantirib kelayotgan bir qancha savollar ko'payib borayapti. Nega yoshlar o'rtasida o'z joniga suiqasd qilish holati tobora yosharib bormoqda? Nima uchun yoshlar erta balog'atga yetmoqda? Oilaviy ajrimlar

bola ruhiyatiga o'z ta'sirini o'tkazmayaptimi?! "Ommaviy madaniyat"ning ko'rinish va illatlaridan birinchi navbatda kim saqlashi kerak?! Erta turmush va uning salbiy oqibatlariga kim sababchi? Yoshlarning odam savdosi qurboni bo'lishida yoxud yot g'oyalar ta'siriga tushib qolishida eng avvalo kim aybdor? Bola va uning tarbiyasi, bandligini kun davomida avvalo kim nazorat qilishi kerak: ota-onami, maktabdagi ustozlarmi, qo'shnilarmi, yoki mahalla posbonimi? Internetdagi nazoratni-chi? kabi savollar ko'pchilikni chuqur o'yg'a toldirishi tabiiy. Aynan mana shu savollarga javob tariqasida yoshlarning oilada milliy tarbiyaning kamayayotgani uchun desak noto'g'ri aytmagan bo'lamiz. Bu ham bir bo'shliq sifatida to'ldirishimiz kerak.

Ta'lim-tarbiya ishlarini takomillashtirish, uni jahon andozalari darajasiga ko'tarish, fan sohasidagi yangiliklarni amaliy hayotga tatbiq etish muhim masalalardan biri bo'lib qolmoqda. Ayniqsa yosh avlodga ta'lim-tarbiya berish, ularda fan asoslariga nisbatan bilim, ko'nikma, malakalarni shakllantirish davlat siyosatining ustuvor vazifalaridan hisoblanadi. O'zbekiston Respublikasi birinchi Prezidenti I.A.Karimov «Tarbiyachi – ustoz bo'lishi uchun boshqalarning aql-idrokini o'stirishi, ma'rifat ziyosidan bahramand qilishi, haqiqiy fuqaro etib yetishtirish uchun eng avvalo tarbiyachining o'zi aynan shunday yuksak talablarga javob berishi, ana shunday buyuk fazilatlarga ega bo'lishi kerak» – degan edi. Ta'limning yangi modelida jamiyatda mustaqil fikrlovchi erkin shaxsni shakllantirishga e'tibor berilar ekan, psixologiya sohasining vazifalari ham malakali mutaxassislar sifatida o'zligini, o'z qobiliyatlari, individualligi, ya'ni shaxsiy fazilat, xislatlarini bilgan tarzda ta'lim-tarbiya faoliyatini oqilona tashkil etish va ijtimoiy foydali mehnatning barcha sohalarida iqtidorli kasb sohibi sifatida faoliyat ko'rsata oluvchi shaxslarni tarkib toptirishdir.

Xulosa qilib aytganimizda maktabdagi tarbiya ,ota- ona va bolaning o'zaro munosabatidagi o'ziga xoslik avloddan – avlodga o'tib kelayotgan qadriyatlar va urf – odatlar , shuningdek , milliy stereotiplarga bog'liq bo'ladi .Shuni aytib o'tish joizki , yuqoridagi fikrlarimizning isboti , ko'plab psixologik , pedagogik asarlarda ko'rishimiz mumkin.Shuningdek , ko'plab Sharq mutafakkirlarining ilmiy merosiga oila, maktab ,ota – ona , bola munosabatlarida hamda bu munosabatlarning bola shaxsi shakllanishiga ta'sir etish muammosi muhim o'rin egallagan .

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Islom Abdug'aniyevich Karimov O'zbekiston konstitutsiyasi – biz uchun demokratik taraqqiyot yo'lida va fuqarolik jamiyatini barpo etishda mustahkam poydevordir. Toshkent. O'zbekiston 2010 yil.
2. A.A'zamov A.Yusupov, "O'quvchilarga bilim berishda innovatsion usullardan foydalanish", Toshkent, "O'qituvchi", 2002-yil
3. Nishonova Z. O'smirlik davri psixodiagnostikasi va psixokorreksiyasi. O'quv qo'llanma. T., Sharq. 2003. B. 25-26.
4. Yodgorova G.T. Tarbiyasi qiyin guruhga mansub bolalar bilan ishlash. T.. 2007.
5. G'oziev E.G'. Psixologiya (Yosh davrlari psixologiyasi). T., 1994.

DIN PSIXOLOGİYASI FANINING RIVOJLANISHI

Latibjonov Rahmatillo Abdurashid o'g'li
Mirzo Ulug'bek nomidagi O'zbekiston Milliy Universiteti
Psixologiya kafedrasida 1 -kurs magistr talabasi

Annotatsiya: Ushbu maqolada hozirda rivojlanib borayotgan din psixologiyasi va uning o'qitishdagi rivojlanib kelayotgan usullar, tendensiyalar va zamonaviy texnologiyalar va yoshlarni bu sohaga qiziqishlarni to'g'ri yo'naltirish haqida so'z boradi.

Kalit so'zlar: tendensiya, pedagogik, texnologiya, psixologiya.

Hozirgi murakkab globallashuv davrida har bir davlatning rivojlanishi, madaniyati va ma'rifati bevosita din bilan bog'liqligi hech birimizga sir emas. Hozirgi kunga kelib, din ijtimoiy hayotning muhim omiliga aylandi, u ijtimoiy-siyosiy hayotdagi o'rnini saqlab qoldi. Lekin uning ahamiyati turli ijtimoiy-siyosiy tuzumlarda turlichadir. Din etakchi mafkura hisoblangan davlatlar ham talaygina. Dunyoning qator davlatlarida din

o'zining siyosiy mavqeini mustahkamlash uchun harakat qilmoqda. Mustaqillikdan keyin dinning ijtimoiy-siyosiy salmog'i o'zgargan bo'lsa-da, u bilan bog'liq muayyan muammolar kelib chiqmoqda. SHu bois O'zbekiston Konstitutsiyasida dinning mamlakatimizdagi ijtimoiy o'rni aniq belgilab qo'yilgan. Xususan, uning 31-moddasida: «Hamma uchun vijdon erkinligi kafolatlanadi. Har bir inson xohlagan dinga e'tiqod qilish yoki hech qaysi dinga e'tiqod qilmaslik huquqiga ega. Diniy qarashlarni majburan singdirishga yo'l qo'yilmaydi», – deb ta'kidlanadi. Muhtaram Prezidentimizning bugungi kunda mamlakatimizda diniy sohalarga va muqaddas dinimizni sofligini saqlash va aholi ongida diniy bilimlarni oshirishga qaratilgan ishlari aynan diqqatga sazovordir. Din va psixologiyani bog'lab o'rganish aslida, uzoq o'tmishga borib taqalsada uning fan sifatida rivojlanishi XIX asrga to'g'ri keladi. Xo'sh din psixologiyasi o'zi nima? Fan va din ko'pincha dixotomiya sifatida qaraladi. Ammo bizning zamonaviy jamiyatimiz ko'pincha ratsionalizatsiya jarayoni sifatida qabul qilinsa-da, biz hali ham empirik tarzda isbotlanishi mumkin bo'lgan narsalardan tashqari keng, metafizik e'tiqodlarga muhtojmiz. Marosimlar va ramzlar zamonaviy hayotning o'zagi bo'lib qolmoqda. Bizning fan va din to'g'risidagi tushunchalarimiz o'zaro bog'liq tarzda rivojlanishi uchun din psixologiyasi zarurdir. Sababi diniy ong tushunchasi mavjud. Diniy ong bu insonlarning yashash tarzi, urf-odatlar va ularning hayollaridan o'tayotgan fikri. Din psixologiyasi haqida chet el olimlarining fikrlari hame'tiborga loyiqdir. Amerikalik sotsiolog T.Parsonsning fikricha, har qanday ijtimoiy sistema muayyan cheklovlarsiz mavjud bo'la olmaydi. Buning uchun u qonun darajasiga ko'tarilgan axloq normalarini ishlab chiqishi kerak. Din bunday normalarni qonunlashtiribgina qolmay, ularga bo'lgan munosabatni ham belgilaydi. Amerikalik psixolog va faylasuf Uilyam Jeyms (1842-1910) din psixologlarining aksariyati ushbu sohaning asoschisi sifatida qaraydilar. Jeymsning bir-biridan farq qiladigan ikkita institutsional din va shaxsiy din nazariyasi mavjud edi. Institutsional din diniy guruh yoki tashkilotga tegishli bo'lib, jamiyat madaniyatida muhim o'rin tutadi. Shaxsiy din, unda shaxs mavjud sirli tajriba, madaniyatidan qat'i nazar, tajribali bo'lishi mumkin. Jeyms shaxsiy diniy tajribani tushunishdan ko'proq manfaatdor edi. Din psixologiyasi - bu umumiy ilmiy psixologiyaning ma'lum sohasi bo'lib, uning maqsadi insonning

barcha ko'rinishlarida dinga amal qiluvchi jarayonlarni tushunishdir. Uning atrofidagi mavzular bir sohadan (masalan, inson diniy, ma'naviy yoki muqaddas deb hisoblashi mumkin bo'lgan tajribalar bilan bog'liq ong jarayonlari) umumiy (masalan, murakkab individual va guruhni diniy ijtimoiy xatti-harakatlari bilan bog'liq psixologik omillar), o'rtasida tahlilning ko'p darajalarini aks ettiruvchi psixologiyaning barcha standart sohalari bilan - masalan, o'rganish, rivojlanish, shaxsiyat, kognitiv, pertseptiv, motivatsion, hissiy va ijtimoiy psixologik jarayonlarni hisobga olinishini taqozo etadi.

U ikkalasini ham tushunishga harakat qiladi va insonda kechayotgan jarayonlarni bevosita din vositachiligida tahlil qiladi. Oliy ta'limda zamonaviy texnologiyadan foydalanib dinni o'qitish, Jon Xilton tomonidan ilgari surilgan.

Shaxslararo munosabatlarda bo'shliqni to'ldirishga intilishda din psixologiyasi yaqindan yordam beradi. Diniy fanlar ta'limi va zamonaviy texnologiyalar o'rtasida Xiltonga ko'ra hech qanday tafovut yo'q.

Dinni o'rgatish kontekstida texnologiyadan foydalanish bo'yicha yangi istiqbollarni, - deb ta'kidlaydi Xilton professor va talabalarga faqatgina foyda keltiradi. Din farovonlikka ijobiy ta'sir qiladimi? Fundamentalizmga nima olib keladi? Diniy e'tiqodlar bizni axloqiyroq qiladimi? Din psixologiyasi odamlarning din va diniy e'tiqodlar, ma'naviyat, fundamentalizm haqidagi ko'pincha qarama-qarshi fikrlarini o'rganadi. Biz dindor bo'lishni tanlaymizmi yoki bu genlar, atrof-muhit, shaxsiyat, bilish va hissiyot kabi omillarga bog'liqligi yoki yo'qligini tekshiradi. U dinning axloq, salomatlik va ijtimoiy xulq-atvoriga ta'sirini tahlil qiladi va bizning zamonaviy jamiyatimizda dinning o'rni nechog'lik muhimligini o'rganadi.

Fanning o'zini din, e'tiqod yoki mafkura deb hisoblash mumkinmi? Ilm-fanning obro'si empirik fanda asoslanmagan muqobil yondashuvlar yo'lida juda oz narsaga imkon beradi. Texnologiya va ilm-fan dunyoning asosiy muammolarini hal qilishiga ishonish odatiy hol emas. Ilmiy fanlar imkon qadar ixtisoslashgan va "operatsion jihatdan yopiq" bo'lib, ular boshqa fanlar uchun ham, keng jamoatchilikka ham albatta o'zining ilmiyligini iloji boricha saqlab qoladi. Din psixologiyasida zamonaviy texnologiya va metodlardan foydalanish talaba bilan individual yoki guruhiy shug'ullanish uchun psixologiyaning boshqa sohalarida qo'llanilayotgan materiallardan

foydalanish fanni rivojlanishi uchun zamin yaratadi. Balki bizda din psixologiyasi hali yaxshi rivojlanmaganligiga sabab qilib Sharqda psixologiyaga e'tibor g'arbga nisbatan pastroq darajada bo'lganligidir. Lekin shu paytgacha sharq allomalari diniy tasavvur diniy ong va shaxsning bilish jarayonlari va xissiy kechinmalariga yetarlicha ta'rif berishgan. Din psixologiyasini bizni diyorimizda fan sifatida o'qitilishida asosiy e'tiborni shu paytgacha qo'llanilib kelinayotgan Yevropa va Amerika qo'llanmalari qatoriga sharq allomalari asarlarini va qo'lyozmalarini qo'shish din psixologiyasi fanini shakllanishi uchun faqatgina firda bo'ladi deb o'ylayman.

Adabiyotlar ro'yxati.

1. Мирзиёев Ш.М. Миллий тараққиёт йўлимизни қатъият билан давом эттириб, янги босқичга кўтарамиз. – Т.: Ўзбекистон, 2017. – 146 б. (Mirziyoyev Sh.M. We will continue our path of national development with determination and raise it to a new level. - T.: Uzbekistan, 2017. – P. 146).

2. Baesler, E. J. & Chen, Y. 2013. Mapping the landscape of digital petitionary prayer as spiritual/social support in mobile, Facebook, and e-mail. *Journal of Media and Religion* 12 (1), pp. 1-15.

3. Bacher, J., Wenzig, K. and Vogler, M. 2004. SPSS twostep cluster-a first evaluation. Nürnberg, Germany: Lehrstuhl für Soziologie.

4. Wulff, D. M. (2010). Psychology of Religion. In D. A. Leeming, K. Madden, & S. Marian (Eds.), *Encyclopedia of Psychology and Religion* (pp. 732–735). New York; London: Springer.

5.^ Smith, W. C. (1963). *The Meaning and End of Religion: A New Approach to the Religious Traditions of Mankind*. New York: Macmillan.

6.^ Wulff, D. M. (1999). Psychologists Define Religion: Patterns and Prospects of a Century-Long Quest. In J. G. Platvoet and A. L. Molendijk (Eds.), *The Pragmatics of Defining Religion: Contexts, Concepts, and Contests* (pp. 207–224). Leiden: Brill

7.^ Hill, P. C., and Hood, R. W., Jr. (Eds.). (1999). *Measures of Religiosity*." Birmingham, AL: Religious Education Press.

8.^ Schlehofer M. M.; Omoto A. M.; Adelman J. R. (2008). "How Do "Religion" and "Spirituality" Differ? Lay Definitions Among Older Adults". *Journal for the Scientific Study of Religion*. 47 (3): 411–425. doi:10.1111/j.1468-5906.2008.00418.x.

9.^ Principe W (1983). "Toward Defining Spirituality". *Sciences Religieuses/Studies in Religion*. 12 (2): 127–141. doi:10.1177/000842988301200201. S2CID 147334479.

10.^ Hill, P. C. (2005). Measurement in the Psychology of Religion and Spirituality: Current Status and Evaluation. In Paloutzian & Park (2005)

11.^ Schnitker, Sarah (2013). "Spiritual striving and seeking the sacred: religion as meaningful goal-directed behavior". *The International Journal for the Psychology of Religion*. 23 (4): 315–324. doi:10.1080/10508619.2013.795822. S2CID 144746762.

12.^ Spilka, Hood, Hunsberger and Gorsuch, 2003, *The Psychology of Religion*, p. 24

МУНДАРИЖА

Nuraliyeva Shiringul Mansurovna	Maktabgacha ta'lim tashkilotida Alisher Navoiy ijodini bolalarga o'rgatishda innovatsion yondashuv	4
Naxalova Yulduz Bekpulatovna	Sog'lom ruhiyat sari 10 qadam. Ruhiiy stress va uning oqibatlarini bo'yicha psixologik maslahatlar	7
Normamatova Barchinoy Xudoyberdiyevna	O'qituvchilarda muloqat madaniyatini oshirish	12
Хашимова Зарофат	Болалар психологиясини ўрганувчи методлар	15
Yarashova E'tabor Yandash qizi	Maktabgacha tayyorlov guruhlarida matematik qobiliyatlarini shakllantirishda multimedia texnologiyalardan foydalanishning ahamiyati	19
Sherqulova Madina Mardonqul qizi	Qurish-yasash va matematika markazi va uni tashkil etish metodikasi maktabgacha ta'lim tashkilotlarida	22
Bozorova Aziza Masim qizi	Qiz bola tarbiyasi	27
Kaynazarova Dinara	Yoshlarni dunyo qarashi va hulq-atvoriga ta'sir etuvchi ijtimoiy psixologik omillar	31
Дуршекеева Гулмира Оринбаевна	Оилада соғлом турмуш тарзи маданиятини шакллантириш психологияси	35
Jumamurodova Umida	Kichik maktab yoshidagi o'quvchilarda ko'rish va eshitish xotirasining rivojlanishi	39
Qurbonboyeva Gulayho Shuhrat qizi	Voyaga yetmaganlarni mustaqil hayotga tayyorlash va sog'lom turmush tarzini shakllantirish	42
Allaberganova Gulora Aminovna	Agressiv xulqli bola bilan korreksion ish olib borish	45
Elmurodov Otabek Komil o'g'li	O'smirlik yoshidagi agressiv xatti-harakatlarning ijtimoiy-psixologik sabablari.	48
Jo'rayeva Iroda Muxsinovna	O'quvchilarni kasbga yo'naltirishning pedagogik-psixologik muammolari	56
Sharipova Gulzora	Ilk o'spirinlik davrida yoshlarning shaxsiy xususiyatlari	59
Polvonova Sadoqat Ulug'bek qizi	O'quvchilarni kasbga yo'naltirishning o'ziga xos psixologik omillari	63
Yorova Nigora Boymurodovna	Maktab amaliyotchi psixologi va pedagog jamoaningning o'smir yoshdagi o'quvchilar bilan ishlash bo'yicha tavsiyalar	67
Мавланова Насиба Убайдуллаевна	Болалар ва ўсмирларда тарбия бузилишининг келиб чиқишида ижтимоий муҳит ва оилавий тарбиянинг ўрни	71
Abdullajonova Lazizaxon Azimjonovna	Shaxsni ijtimoiy psixologik himoya qilish muammolari	75
Norinova Lolaxon Rashitovna	Kasbiy kompetentlikni takomillashtirish yo'llari	79
Gulxumor Tojiboyeva, Feruzabonu Mutalipova	Mamlakatimizda yosh kelajak ovlodning ijodiy kompetentini shakllantirish va rivojlantirish	82
Sharopova Firuza Djalolovna	Umumiy o'rta ta'lim maktablarida muammoli o'quvchilar bilan ishlashda psixologik yondashuv	87
Ro'ziyeva Alisa Urkunboyevna, Xurramova Mohidil Shuxratovna	Kasbiy stressni yuzaga kelishidagi ijtimoiy-psixologik shart-sharoitlar	92
Dexqonova Ziroatxon Yuldashaliyevna, Taniberdiyeva Dilafrozxon Mamadaliyevna	Giperaktiv bolalar bilan ishlashda psixologning roli	97
Axmedova Nodira, Muyassarxon Xo'jaeva	Yaxshi so'z va yaxshi fikr qudrati» nomli trening ishlanmasi	101

Долиева Хилола Исмановна	Ўқувчилар ақлий фаолиятининг психологик хусусиятлари	106
Gulboyeva Maxbuba Xurramona	O'smir yoshlarda maqsadlarni to'g'ri yo'lga qo'ya olishni shakllantirish	110
Aktamova Sevara Sherzod qizi	Farzand tarbiyasida ota - onaning o'rni	112
Eshchanova Shoxida Sadullayevna	Iqtidorli bolalar bilan ishlashda psixologik xizmat	117
Munira Abdullayeva Abdurahmonjon qizi	O'quvchilarni kasb tanlashlariga psixologik ko'maklashish	121
Ахмедова Нодира Хабибуллаевна	Фарзанд тарбияси – миллат тарбияси демакдир	124
Худойкулова Мадина Абдураззоқ кизи	Стрессдан қутулиш усуллари	128
Isomova Nargiza Xujamurodovna	Oilaviy munosabatlarning bola shaxsida ijtimoiy-psixologik munosabatlarning shakllanishiga ta'siri	131
Ataniyazova Guljahan Mambetniyazovna	O'smir yoshidagi o'quvchilarda stressni bartaraf etishning psixologik asoslari	135
Kurbanova Dame Sarsenbaевна	Maktabga moslashish davri ijtimoiy-psixologik muammolari va unda maktab amaliyotchi psixologining o'rni	138
Raxmanov Maxsetbay Bazarbaevish	Maktab ta'lim tizimida tahsil olayotgan o'quvchilarning barkamol shaxs bo'lib rivojlanishida ijtimoiy psixologik omillar va muhitning roli	142
Qo'rg'onova Dildora Rustamovna	Maktab o'smir o'quvchilarining hissiy- emotsional xususiyatlari va ulardagi muammolarni bartaraf etish bo'yicha tavsiyalar	146
Qo'shaqova Mubinaxon Ashurali qizi	Kasbga yo'naltirish masalalarining o'ziga xos pedagogik-psixologik usullari: muammo va yechimlar	149
Reimova Aziza Shamuratovna	Maktab o'quvchilarining milliy-mafkuraviy immunitetini mustahkam qilib tarbiyalashda pedagogik-psixologik omillar va tavsiyalar	153
Iskandarova Zebiniso Tuyg'unovna	O'quvchi yoshlarni kasb-hunarga yo'naltirishning ijtimoiy – psixologik zaruriyati	157
Tajiddinova Muqaddas Abidjanovna	Ota-onaning bola tarbiyasiga psixologik ta'siri	160
Ахмедова Фазилатхон Рахмонберди кизи	Мақтаб ўқувчилари ўртасида юзага келадиган низоларни олдини олиш - таълим самарадорлигининг омили сифатида	164
Karimova Yoqutxon Muhammadjonovna	Maktab o'quvchilarini kasb-hunarga yo'naltirishda mahalla va maktab psixologi hamkorligi	168
Atajanova Dilorom Mo'minovna	Ertak terapiya orqali bolaga tasir etish usullari	170
Karakulov Abdunazar Nurmamatovich	Men obrazining shakllanishida identifikatsiya va empatiyani rolini tadqiq etish	176
Nurjanova Gulzira Sherxanovna	O'quvchilarni kab-hunarga yo'naltirish va kasb tashga ko'maklashish	179
Rajabova Oygul Atoxonovna	O'spirinlik yoshdagi bolalarning ruhiy holatlaridagi hissiy emotsional o'zgarishlar	182
Karimova Sarvinoz Odilboy qizi	Ota-onalarning vazifalari va ta'lim jarayonida ular bilan hamkorlik qilish	186
Mamatova Feruza Ma'murjon qizi	O'smir yoshidagi o'quvchilarning mexnat faoliyati va kasb tanlashi	188
Xushnazarova Ma'mura Gapparjonova	Shaxsni jamiyatda o'zini tuta bilish	190

Аҳмедова Нодира Хабибуллаевна, Насриддинова Чароaxon Самиевна	Болалар тарбиясидаги энг муҳим қондалар	191
Salayeva Shirin Rustamovna	Ta'lim tizimida avtoagressiv xulq profilaktikasi, diagnostikasi va korreksiyasi	198
Ko'samova Nodira	Oila - farzand tarbiyasining asosiy bo'g'inidir	201
Xayitboyeva Maxliyo Abdunabiyevna	Kichik maktab yoshi inqirozi va uni oldini olish hamda bartaraf etishda psixologik treninglarning ahamiyati	204
Maxadova Dilafruz Badriddinovna	Maktab yoshidagi bolalarning psixologik holatlari	208
Юлдашова Дилбар Қурбанбаевна	Фобия ва унинг психокоррекцияси	212
Yoqibjonova Mashxura Ikromjon qizi	Tanglik (suitsid) vaziyatidagi bolalarga psixologik yordam	218
Ahmedova Dilrabo Aslanovna	Umumta'lim maktablarida tasviriy san'at darslarini o'tilishida o'quvchilar bilan individual ishlash usullari	222
Jo'rayeva Feruza Rizoqulovna	Bolalarda mehnat tarbiyasini shakllantirish usullari	224
Homidova Gulchiroy Jo'raqul qizi	Umumta'lim maktablarida chet tilini o'rgatishning zamonaviy usullari	228
Jumayeva Guluzar Hayot qizi	O'quvchi yoshlarning dars jarayonida ijodiy imkoniyatlarini shakllantirishda o'qituvchining roli	232
Narziyeva Mashhura Mirzayevna	Yoshlarning ijtimoiy psixologik muammolari	236
Ibragimova Gulbaxor G'ulomdjonovna	O'smirlarning psixik rivojlanishida yangi xislatlarning paydo bo'lishi	240
Ibragimova Gulbaxor G'ulomdjonovna	Innovatsion yondoshuv asosida yoshlarning kasbiy faoliyatini rivojlantirish	243
Ismoilova Muqaddas Valijon qizi	O'quvchi shaxsi rivojlanishida-oilaning roli	248
Oblokulova Lutfiya Narzikulovna	Kichik maktab o'quvchilarining past o'zlashtirish sabablari va ularni bartaraf qilish yo'llari	251
Allamberganova Nabira Boribay qizi	Modern trends of psychological service in education: theory and practice	255
Tuxtabaeva Gulnoza Nurulla qizi	Kasbiy stressni yuzaga kelishidagi ijtimoiy-psixologik vaziyatlar	258
Сайдилова Фарида Зайировна	Ўқувчи ёшларда ахлоқий ҳис-туйғуларни шакллантиришда мактаб ва оиланинг ўрни	262
Hamidova Barno Bahodirovna	Umumta'lim maktablarida o'quvchilarni kasb - hunarga yo'naltirishning psixologik - pedagogik samaradorligini oshirishdagi muammolari va yechimlari	266
Xodjimatova Gulchehra Akramboyevna, Satimova Tursunoy Turdaliyevna	Suiqasd ortidagi psixologik muammolar va uni oldini olishda oilaning o'rni	270
Salohiddinov Shamsiddin	Psixologiya fanining vujudga kelish tarixi	274
Abayev Abduvohid Abdulhamidovich	Maktabgacha yoshdagi bolalarda ijobiy emotsional holatlarni tarkib topishida oila va maktabgacha ta'lim tashkilotlarining o'rni	278
Raxmanberdiyev Muxtor Murotqulovich	Ijtimoiy psixologiyada shaxs muammosi	282
Panjiyeva Ra'no Qodirovna	Maktab o'quvchilarining axloqiy kamolotida baxt haqidagi tasavvurlarning o'rni	285
Latibjonov Rahmatillo Abdurashid o'g'li	Din psixologiyasi fanining rivojlanishi	289
МУНДАРИЖА		294

