

Ёшлар ва замон

Ижтимоий-маънавий
ўзгаришларнинг
ўзига хос хусусиятлари,
муаммо ва ечимлар талқини



ЎЗБЕКИСТОН ЁШЛАР ИТТИФОҚИ

ЁШЛАРГА ИЖТИМОЙ-ПСИХОЛОГИК
ХИЗМАТ КЎРСАТИШ МАРКАЗИ

«ЁШЛАР ВА ЗАМОН. ИЖТИМОЙ-МАЪНАВИЙ
ЎЗГАРИШЛАРНИНГ ЎЗИГА ХОС ХУСУСИЯТЛАРИ, МУАММО ВА
ЕЧИМЛАР ТАЛҚИНИ» МАВЗУСИДАГИ РЕСПУБЛИКА ИЛМИЙ-
АМАЛИЙ КОНФЕРЕНЦИЯСИ

Мақолалар тўплами

2-қисм

Тошкент-2021

Ёшлар ва замон. Ижтимоий-маънавий ўзгаришларнинг ўзига хос хусусиятлари, муаммо ва ечимлар талқини / Мақолалар тўплами. – Тошкент, 2021. – 507 бет.

Мазкур тўплам “Ёшлар ва замон. Ижтимоий-маънавий ўзгаришларнинг ўзига хос хусусиятлари, муаммо ва ечимлар талқини” мавзусига бағишлаб ўтказилган Республика илмий-амалий конференцияси материаллари асосида тайёрланган. Ушбу тўпламда психология ва педагогиканинг назарий, методологик ҳамда умумпсихологик масалалари, ижтимоий-маънавий ўзгаришлар, ёшларнинг ижтимоий-психологик, ҳуқуқий 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, амалиётчи психологлар, психология таълим йўналиши талабалари, психология бўйича илмий изланишлар олиб боровчи тадқиқотчилар, психологияга қизиқувчи турдош йўналишлар вакилларига мўлжалланган.

Таҳрир кенгаши аъзолари: Ўзбекистон халқаро ислом академияси катта ўқитувчиси, Психология фанлари бўйича PhD
М.Р.АКРАМОВ

Ўзбекистон халқаро ислом академияси ўқитувчиси
А.С.НАЗАРОВ

Ўзбекистон халқаро ислом академияси тадқиқотчиси,
психолог
С.С.ҚАХХОРОВ

Имом Мотуридий халқаро илмий тадқиқот маркази
етакчи илмий ходими
З.З.АРСЛОНОВ

Ёшларга ижтимоий-психологик хизмат кўрсатиш
маркази психологи
М.Қ.КУБАЕВ

«Ёшлар ва замон. Ижтимоий-маънавий ўзгаришларнинг ўзига хос хусусиятлари, муаммо ва ечимлар талқини» мавзусидаги Республика илмий-амалий конференциясини ўтказиш Ўзбекистон ёшлар иттифоқи муассислигидаги Ёшларга ижтимоий-психологик хизмат кўрсатиш маркази Илмий-психологик Кенгашининг 2020 йил 29 сентябрдаги 01-04/14 сонли мажлис баёни билан мақуullanган.

Тўпламда келтирилган маълумотларнинг ҳолислиги ва ишончлилигига муаллифлар масъулдирлар.

ПСИХОЛОГИК-ПЕДАГОГИК КОНСИЛИУМЛАР ВА УЛАРНИ ЎТКАЗИШ ТАРТИБИ

Сайлаубаева Жулдиз Қуанишбаевна
Қорақалпоғистон Республикаси Қўнғирот тумани 36-мактаб психологи

Психологик профилактика иш усулларида бири психологик - педагогик консилиумни ташкил этишдир. Психологик-педагогик консилиумлар ўқишда орқада қолиш сабабларини ёки хулқ- атвордаги камчилик натижаларини муҳокама қилишга йўналтирилган бўлади. Педагогик консилиумда психологнинг вазифаси ўқитувчиларнинг ўқувчи интеллектуал тараққиётини баҳолаш учун ҳар томонлама ёндашишига эришишдан иборат. Ўқувчилар ўзлаштиришини яхши йўлга қўйиш учун, тўлиқ ёзма тавсифномалар ёзишдан кўра, синф ўқитувчиларининг ўқувчилар ҳақидаги фикрларини жамоа бўлиб муҳокама қилиш, синфга ва ўқувчиларга индивидуал ёндашув чораларини ишлаб чиқиш яхши натижалар беради.

Психологик консилиумлар икки хил бўлади:

1. Ўтказилиши шарт бўлган психологик консилиумлар.

2. Эҳтиёж ва талаб асосида ўтказиладиган консилиумлар.

Консилиумлар моҳиятан педагогик ва психологик бўлиши мумкин, шунинг учун кўп жойларда педагогик-психологик консилиумлар дейилади. Улар ҳам профилактик, ҳам коррекцион характерга эга бўлиши мумкин.

Эҳтиёж, талаб ва таклиф асосида ўтказиладиган консилиумлар:

Бу консилиумлар турли характерда бўлиши мумкин. Масалан: синф жамоасидаги психологик иқлим ёки муҳит, шахслараро муносабатлардаги низо, ўқувчиларнинг билиш фаолияти ёки ўқув фаолиятига оид муаммолар, шахс сифатлари, ўқитувчи ва ўқувчи ўртасидаги муносабат ва низоларни муҳокама этилади.

Консилиум буюртма қабул қилинган кундан бошлаб 10-15 кун давомида тайёрланади. Консилиумга тайёргарлик даври муаммонинг салмоғига қараб белгиланади. Тайёргарлик давомида психолог томонидан муаммони белгилаш тартиб ва усуллари ва муаммо ҳар томонлама ўрганилади ва консилиумни ўтказиш режаси тузилади, эксперт гуруҳ аъзолари белгиланиб, ҳар бир экспертга топшириқ берилади. Тайёргарлик босқичида маълумотлар тўпланиб, таҳлил этилади ва консилиум куни аниқланади. Буюртма асосида ўтказиладиган консилиумда ўқувчи ва ота-онанинг иштирок этиши шарт эмас.

Ишга тайёргарлик кўриши

Биринчи навбатда қуйидаги саволларга жавоб бериб психолог мутахассис аниқ бир вазиятга нисбатан ўз муносабатини баҳолаши зарур:

- Мен ўзимга ишонаманми?
- Мен ҳозир танглик вазияти билан ишлашга қодирманми?
- Қандай йўл билан болани қўллаб-қувватлашим мумкин? Қандай қилиб уни ҳимоя қилишим мумкин?

- Бола ҳақида нималарни билишим зарур? Ундан яна қандай маълумотларни олишим зарур? Болага нима фойдали бўлиши мумкин?
- Бола учун у олган жароҳат ҳолатларини очиш қандай оқибатларга олиб келиши мумкин?
- Қандай қилиб бола билан суҳбатлашиш учун хотиржам ва тўла ишончли муҳитни яратишим мумкин?

Маслаҳатни синфда ёки расмий хонадан кўра ўйинлар ёки релаксацион хонада ўтказган яхши. Бу боладаги кескинликни йўқотишга, ўзини янада хавфсизроқ ва вазият назорат остида деб ҳис қилишига ёрдам беради. Таъсирчан болалар ёрқин кўрғазмали, кучли аудиал ва кинестетик рағбатларга осон чалғишларини эслатиб ўтиш зарур, шунинг учун суҳбат шароитини бола диққатини ҳеч нарса чалғитмайдиган қилиб ташкил этиш муҳимдир. Хонада телефон, соат, радио ва телевизор бўлмагани маъқул, маслаҳатчининг ўзи эътиборни тортмайдиган кийимда бўлиши керак. Олдиндан хонага кириш ва эшикни тақиллатиш мумкин эмаслиги ҳақида барчани огоҳлантириб қўйиш керак. Хонадаги мебель бола учун қулай бўлиши, мутахассис ҳамда бола ўртасида бирор-бир шартли тўсиқ қўйилиши (столча, тумбочка) ва уни бола ўз шахсий ҳимояси сифатида тушуниши лозим. Баъзида бола билан бевосита ерга ўтириб ишлаши мумкин (фақат ерга гилам тўшалган ёки юмшоқ ёстиқлар бўлиши керак), бу эса у учун янада эркин муҳитни ҳосил қилади.

Ишни режалаштириш

Танглик ҳолатига тушиб қолган болага мутахассислар гуруҳи билан биргаликда ёрдам кўрсатиш муҳим (ижтимоий педагог, психолог, психоневролог, нейропсихолог, логопед). Бевосита бола билан ишлашга киришишдан аввал иложи борича бола ҳақида кўпроқ объектив батафсил ахборотларни тўплаши зарур.

Бола ҳақида объектив ахборотлар манбаи қуйидаги ҳужжатлар ҳисобланади:

- Шахсий ҳужжатлар тўплами.
- Тиббиёт ҳужжатлари асосида тўпланган ва тиббий кўрик натижалари.
- Мутахассислар текширувлари ёки улар билан суҳбат баённомалари.
- Боланинг педагогик характеристикаси.

Жароҳатли тангликни бошидан ўтказаятган болага ёрдам кўрсатиши учун психолог қуйидагиларни билиши керак:

а) ўзининг лавозими вазифаларини ва бола манфаатларини ҳимоя қилиши учун зарур бўладиган ҳуқуқларини;

б) бола ҳуқуқларини ҳимоя қилиш тўғрисидаги Қонунларни;

в) психолог бола ҳуқуқларини ҳимоя қилиш учун мурожаат этиши мумкин бўлган бошқа ташкилотларнинг имкониятларини (тиббиёт, ижтимоий, ҳуқуқни ҳимоя қилиш, жамоат ташкилотлари).

Бундан ташқари қуйидагиларни бажаришни билиши зарур:

1. Турли танглик ҳолатида бўлган болалар/ўсмирларнинг ҳолатларига хос бўлган ташқи белгиларни кўра билишни.

2. Психологик ташҳис учун зарур методикаларни қўллашни.

3. Турли ёшдаги болалар билан алоқа ўрнатишни билиш, уларнинг қизиқишлари ҳақида тасаввурга эга бўлиш.

4. Ўзининг шахси билан ишлашни — ўзининг шахсий ва касбий имкониятларини таҳлил қилишни, бир мавзу билан ишлаганда ривожланиш йўналишларини кўра билиш.

Бола билан биринчи учрашувдан олдин у билан ишлаш режасини ўйлаб чиқиш муҳим ҳисобланади. Агарда бола ҳақидаги мавжуд маълумотлар асосида психолог қуйидаги саволларга жавоб бера олса яхши бўлади:

- Мазкур ҳолатда тангликнинг қайси тури кузатилмоқда?
- Бола учун тангликнинг оқибатлари эмоционал, когнитив, хулқ-атворида қандай намоён бўлиши мумкин?
- Боланинг интеллектуал ривожланиш даражаси қандай (меъёрида ёки меъёрдаги ортда қолган)?
- Мазкур бола билан қандай муомалада бўлиш керак (алоқалар сифатлари — суръати, қоидаси, чегаралари, нималар ҳақида гапириш керак)?
- Бола билан ишлашда қайси мавзуларни биринчи навбатдаги асосий мавзулар сифатида кўрсатиш мумкин (кўрқув, айрилиқдан ташвишланиш ва шу кабилар) ва кутилган натижалар қандай бўлиши мумкин (етарлича ўзини бошқариш, мослашиш ва шу кабилар)?
- Қайси техника ва методикадан фойдаланишни режалаштирмоқдасиз?
- Биринчи суҳбатни жабрлангандан кейинги стресс ҳаяжонлари ва бузилишлар белгиларни яхши биладиган ва боланинг кескин аффектив-шахсий таъсирланишини йўқотишни биладиган психолог ёки психотерапевт ўтказиши мақсадга мувофиқ бўлади.

ТАНГЛИК ВАЗИЯТИДА ҚОЛГАН БОЛАГА ПСИХОЛОГИК ЁРДАМ КЎРСАТИШ

*Асембаева Гулжахан Асембаевна
Қорақалпоғистон Республикаси Қўнғирот тумани 36-мактаб психологи*

Танглик ҳолатидаги бола билан ишлаш йўллари ишлаб чиқиладиганда қуйидаги тамойиллар ва қоидаларга амал қилиш муҳим ҳисобланади.

Танглик ҳолати кечиктириб бўлмайдиган муаммо сифатида қаралиши керак (тана жароҳатлари мавжуд бўлганида ва психик ҳолати бузилган ҳолларда — кечиктириб бўлмайдиган тиббиёт нуқтаи назаридан ёрдам кўрстилиши керак бўлган муаммо сифатида қаралади). Тиббиёт ходимлари тартибидан болага малакали ихтисослашган ёрдам кўрсата оладиган ишончли шахсларга эга бўлиш муҳим. Ёрдамчи касб мутахассислари шифокор-мутахассис етиб келгунича тезкор тиббий ёрдам кўрсатиш бўйича ҳаракатлар тўпламини билишлари керак. Боланинг ҳолати мос эмас. Танглик вазиятидаги психик ҳолатида бўлган (интоксикация, турли даражадаги сезгилари бузилиши, психик бузилишлар, суицид хавфи ва шу кабилар) ёки оғир жисмоний ҳолатдаги (жисмоний зўрлаш оқибатлари, оғир соматик касалликлар ва шу кабилар) болани дарҳол тиббий

кўриқдан ўтказиш керак. Бола (ўсмир) ўзини янада ҳимояланган ҳис қилиши ва бемалол ишлай олиши учун психолог ҳамда бола якка қолишлари мумкин бўлган алоҳида қулай, шунингдек, шинам хона бўлиши керак.

1. Боладан қалам билан катта ҳажмдаги қоғозга жароҳат олишига сабаб бўлган вазиятдаги хона (ёки унинг теваарак-атрофи, муҳити) планини чизиб беришини таклиф қилинг. Ойналари, эшикларини ҳам эслатинг. Қайси хона кимга тегишли эканини ҳам сўранг. Дастлаб бола сизга хонанинг тузилиши, қайси нарса қаерда жойлашганини тушунтириб берсин, кейин эса чизиб берсин. Чизилаётган план масштабга мос келиши шарт эмас, муҳими ҳар иккалангизда муҳит борасида бир хил тасаввур ҳосил бўлсин.

2. Энди боладан иккита рангни танлашини сўранг, бу ранглар гўёки яхшилик ва ёмонликни акс эттирадиган бўлсин.

3. Кейин боладан яхшилик рамзини акс эттирадиган қалам билан унда яхши ёқимли таассуротлар билан хотирлайдиган жойларни тасвирлашини сўранг: боладан қайси жойда ўзини яхши ҳис қила олиши, бу жой унга нимаси билан ёқиб қолгани, бу ерда нималар билан шуғуллангани, машғул бўлган вазиятларида унга кимлар ёрдам бергани ҳақида сўранг. Бола ўзи учун яхши ва ёқимли хотираларни уйғотадиган барча образларни эслаши зарур. Бунда идрок этиш ва ҳар бир жой борасида алоҳида тўхталиб ўтишдан, пайдо бўлаётган хиссиёт, фикр, муносабат билдириш даражасигача ўтиш зарур. Албатта ҳар бир хис-туйғуга алоҳида эътибор бериб, уларнинг ифодаланишини қўллаб-қувватлаб туриш зарур. Бола учун ёқимли бўлган ҳар бир жой, вазиятлар борасида бирма-бир тўхталиб, боланинг уларга нисбатан муносабати, унинг ҳаракатлари ҳақида сўраш орқали хис туйғуларини кучайтиришга эришиш лозим.

4. Бундан сўнг боладан “ёмон” рангдаги қалам билан бола ўзини ёмон хис қилган жойларини чизиб беришини таклиф қилинг.

5. Сўнгра боладан бирма-бир камроқ ёқимсиз бўлган жойлардан бошлаб, то сира ҳам ёқмайдиган жойларгача нима учун ёқимсизлигини, бу ерда нималар бўлиб ўтганини тавсифлаб беришини сўранг. Бола гапирётганда уни диққат билан тинглаб воқеа ва ҳодисалар билан боғлиқ вазиятларни аниқлаштирувчи саволлар бериб туриш зарур. Кейин эса хиссиётлар/фикр ва муносабат даражасига ўтиш зарур (сенинг тананг нималарни сизди, кўнглингдан қандай хис-туйғулар ўтди ва бу вақтда нималар ҳақида ўйладинг каби).

6. Бирин-кетин барча ёқимсиз вазиятларни хотирланг. Вақти-вақти билан ёқимли бўлган вазият ва хотираларга қайтиб туриш лозим, бу болага куч ва ғайратни тўплаб олишига ёрдам беради.

Ўйин плани билан ишлаш бир қанча сеансларни олиши мумкин. Бу усул кичик болаларга ҳам, шунингдек катта болаларга ҳам бирдек фойдалидир. Кўпинча бу усул жароҳатли вазиятга дастлабки яқинлашишда қўл келади.

Агарда психолог бола билан ўйин вазиятида иштирок этаётган бўлса, у ўйин мобайнида ўз функциялари ва вазифаларини қай даражада бажарилаётганини назорат қилиб бориши ва ўз мажбуриятларини меъёрлаштириб бориши зарур бўлади (бола бунда фаолроқ ҳамда яхшироқ иштирок этгани маъқул).

Ўйин сўнггида қуйидагиларга эътибор қаратиш зарур:

бола яна реалликка қайтган бўлсин;

бола регрессив ҳолатдан чиққан бўлсин;

сеанс вақтларида бола учун яхши ва одатга айланган ҳаракатларини давом эттириш, янги ижодий имкониятларини очишга ҳам вақт қолсин;

ҳали қайта эслашга ва тавсифлашга улгурилмаган “сахна” кўринишлари шартли равишда “вақтинча ёпилганлигига ишонч ҳосил қилиш керак.

Психологик профилактика йўналиши бўйича олиб бориладиган ишлар мақолалар ёзиш, бюллетень (варақалар), деворий газеталар чиқариш, “Ишонч қути” ҳамда ўқитувчилар ва ўқувчилар учун турли мавзу йўналишлари бўйича баҳс-мунозаралар ташкил этиши, тўғарақлар ташкил этиб тадбирлар, психологик-педагогик консилиум (муаммо, вазият, ҳолатларни ўрганиш ва тегишли чоралар ишлаб чиқиш жараёни) лар ўтказиш, дарсларни психологик жиҳатдан таҳлил қилишдан иборат.

Психолог мактабда амалга оширган ишлари юзасидан вилоят, туман, шаҳар газета ва журналларига мақолалар билан иштирок этиши, ўқувчилар ўртасида доимий равишда турли хил мавзу (“Эҳтиёт бўлинг стресс!”, “Стрессдан сақланинг!”, “Гиёҳвандлик умр вабоси”, “Келажақда сиз танлаган касб”) ларга оид психопрофилактик, психокоррекцион семинар ва тадбирларни ўтказиши, психологик хизматга оид янгиликлар, ўқитувчилар («Темпераментингизни биласизми?»), “Ҳар бир бола бир дунё!”), ўқувчилар (“Мен ва менинг имкониятларим (қобилият, қизиқиш, лаёқатлар ҳақида)”), ота-оналар учун (“Боласи 1-синфга бораётган ота-оналар Сизлар учун!” ва ҳ.зо) маслаҳат ва тавсияларни деворий газетада акс эттириши муҳим аҳамият касб этади.

Шу билан бирга, умумтаълим мактабларида ўқувчи- ўқитувчи, ўқувчи-ўқувчи, фарзанд-ота-она, ўқитувчи-ота-оналар ўртасида шахслараро муносабатларда юзага келадиган низоли ва муаммоли вазиятларни ечимини топиш мақсадида “Ишонч қути”си ташкил қилиш тавсия этилади Қутининг ўлчами бўйи тахминан 20-25 см., эни 15-20 см. дан иборат бўлиб, амалиётчи психолог хонаси ёнига ўрнатилади. “Ишонч қути”ни ташкил этишнинг мақсади амалиётчи психолог томонидан ўқувчиларга тушунтирилади. Саволлар ва муаммолар аноним тарзда берилади. “Ишонч қути”сига тушган саволлар ва муаммоли вазиятларга амалиётчи психолог, қути ёнида ташкил этилган “Психолог маслаҳати” бурчагида тавсиялар сифатида жавоб беради. Саволларга аниқ жавоб олинмаса, берилган жавобга аниқлик киритиш мақсадида амалиётчи психолог билан мулоқот ўрнатилиб борилиши мумкин. “Ишонч қути”га тушган саволлар психолог томонидан қатъий сир сақланиши шарт. Акс ҳолда турли низоли вазиятларни келтириб чиқариши мумкин.

• Психологик диагностика йўналиши бўйича:

1. Тарбияси қийин болалар билан ишлашга доир психологик методикалар банки.

2. Ўзлаштириши паст бўлган ўқувчилар билан ишлашга доир психологик методикалар банки.

3. Ота-оналар билан ишлаш (тестлар, анкеталар) банки.

Психолог ҳар бир воқеа, ҳодиса, жараёнлар ҳолатлари сабабларини, асл сабабини ўрганувчи ва шу асосда таклиф ҳамда мулоҳазаларни тавсия этувчидир. Ҳар бир ҳодиса жараёнларнинг сабабини ўрганиш давомида олиб бориладиган хатти-ҳаракатлари мактаб психологининг психиодиагностик фаолитини ташкил этади.

ХУЛҚИДА ОҒУВЧАНЛИГИ БЎЛГАН ЎҚУВЧИЛАР, УЛАРНИНГ СИНФ РАҲБАРЛАРИ, ОТА-ОНАЛАРИ БИЛАН ИШЛАШ БЎЙИЧА ТАВСИЯЛАР

*Мирджалилова Баргида Бахадировна
Тошкент вилояти Чирчиқ давлат педагогика институти педагогика ва
психология йўналиши I курс магистранти*

Ўқувчилардаги психологик хусусиятлар, ривожланишида ўзига хос томонлар, улар ўртасида салбий одатларни олдини олиш ва бошқа масалалар доирасида умумтаълим мактаблари амалиётчи психологлари томонидан қатор тадбирлар, яъни психотренинг ва психокоррекцион ишлар олиб борилади. Мактабларда болаларга нисбатан баъзан “тарбияси қийин бола” жумласи ишлатилади. Асосан тарбияси қийин болалар деганда кўп ҳолатларда вояга етмаганлар билан ишлаш кузатилади.

Тарбияси қийин болалар келиб назоратчилари ик ва ўғриликка мойил ўқувчилар назарда тугилади. Кузатишлардан маълум бўлишича, тарбияси қийин болалар тарбия жараёнида педагогик таъсирларга қаррўйхатида ҳисобга олинган, гиёҳвандлик ва спиртли ичимлик ичишга, безорилшилиқ кўрсатади, уларнинг ҳулқида ўзини биз ҳоҳлагандай тутмаслик ҳолатлари чиқишининг асосий сабабларидан бири уларда ўқишга нисбатан салбий муносабатнинг пайдо бўлишидир. Одатда бундай муносабатнинг пайдо бўлишига бошқа сабаблар ҳам таъсир кўрсатиши мумкин. Жумладан ўқув фаолияти усули, малакалари тўла таркиб топмаганлиги сабабли нисбий билим олиш билан қаноат ҳосил қилиш, ўзлаштириш қобилиятининг суст ривожланганлиги, муайян вазиятларда ҳукм ва ҳулоса чиқаришда қийинчиликка дуч келиш, ўқитувчилар томонидан ўқувчига объектив баҳо берилмаслиги, ўқитувчи томонидан боланинг индивидуал-психологик ва интеллектуал имкониятига етарлича эътибор берилмаслиги, ўқитиш савиясининг пастлиги, дарсларнинг қизиқарсиз ўтилиши, ўқувчининг синф жамоаси билан яхши алоқада бўлмаслиги ва бошқалар. Ўқувчи билан жамоа фикрининг мос келмаслиги унинг жамоа ичида ўз ўрнини борган сари йўқотиб боришига сабаб бўлади. Жамоа аъзолари бундай ўқувчининг қарашларини вақти-вақти билан ҳисобга олишлари яхши натижа бериши мумкин. Ўқувчининг фикр ва қизиқишларини жамоанинг қўллаб қувватламаслиги ёки бепарволиги уни қонунбузарликка ундайди ва гиёҳвандлик каби салбий ҳолатларнинг келиб чиқиши учун имконият яратади. Натижада бола учун келажак режаларининг поймол бўлиш хавфи туғилиб, ўқишдан ва жамоадан юз ўгирган ўсмир ўз

келажагини, орзу-умидларини мактаб ва тенгдошлари фаолиятига боғлашдан кўра, янги “дўстлари” билан алоқа қилишни афзал кўради ва бошқа кишилардан нажот излайди. Бунинг натижасида ўсмир носоғлом хулқли болалар тўдасига тушиб қолади ва улар хулқ –атворига хос бўлган характерга эга бўлади.

Бундан ташқари, оилавий шароитнинг салбий таъсири ҳам тарбияси оғир ўсмирларнинг келиб чиқишига сабаб бўлади. Айрим оилаларда бола учун зарурий имкониятлар мавжуд эмаслиги сабабли бола нохуш ҳолат билан ёлғиз кураш олиб бориш кечинмалари билан яшайди. Ўсмир дунёсида оилавий шароитга нисбатан пайдо бўлган норозилик ҳисси кундан кун авж олиб, ички қўзғолонга айланиб боради. Бундан ташқари, ота-она ўртасидаги муносабатларнинг носоғломлиги, баъзи ота-оналарнинг спиртли ичимликларга ружу қўйишлари ҳам боланинг руҳий дунёсига таъсир кўрсатади. Кўпинча, ўқувчилардаги тарбияси қийинлик оиладаги ва таълим тизимидаги педагогик қаровсизлик натижасида юзага келади.. Педагогик қаровсизлик куйидаги даражаларда тавсифланади:

1.Паст. Ҳатти-ҳаракат, хулқ-атвордаги беқарорлик. Ўз “мен”ига ортикча баҳо бериш. Асосан ёшига хос бўлган характер белгиларининг устунлик қилиши.

2.Ўрта. Катталар ва тенгқурлари билан алоқанинг бузилиши. Ўқиш ва меҳнатга қизиқмаслик, низолар эгоистик йўналишга асосланиши. Педагогик таъсир чоралари тўғри қабул қилинган ҳолда унга амал қилмаслик.

3.Юқори. Салбий характер хусусиятлари яққол намоён бўлади. Ҳуқуқбузарлик ошқора қилинади. Катталар билан ўзаро муносабатда тажовузкор бўлади. Ўзлари тўғри деб қабул қилган “ахлоқ нормалари”ни оқлашга уринадилар. Улар ҳуқуқбузарлик чегараларини тушуниб етмайдилар.

4.Криминал. Вояга етмаган ҳуқуқбузарлар бўлиб, уларнинг хулқ-атворини бошқариб бўлмайди. Бундайлар ҳар қандай тарбия воситаларига қаршилик кўрсатадилар. Ҳатти-ҳаракатларида тажовузкорлик кўпроқ учрайди. Улар ўзларининг ҳуқуқбузарлик мотивларини ўзлари белгилаган “ахлоқий меъёрлар” билан ўлчайдилар, натижада жиноятга қўл урадилар.

Амалиётчи психолог аввало болаларнинг оилавий аҳволини ўрганиш, мактаб билан ота-она ўртасида узвий алоқани ўрнатиш, фан ўқитувчилари билан алоқани мустаҳкамлаш, ўқувчининг дарсга қатнашини кузатиш, дарсдан ташқари фаолиятини назорат қилиш, турли савол-жавоблар ўтказиш орқали тарбияси оғир болалар билан ишлаш дастури ва режаларини белгилаб олиши лозим. Бундан ташқари психолог мактаб шифокори, ташхис маркази шифокори билан ҳамкорликда боланинг тиббий варақаси билан ҳам танишиб чиқиши керак бўлади. Агар бола соғлом ривожланган бўлса-ю, мактаб ва оила тарбиясига бўйсунмаса, бундай вазиятларда психолог ёрдамга келиши ва. аввало бола билан суҳбатлашиб, нима учун унинг хулқида бундай ўзгаришнинг юзага келганлиги, кўча таъсирига берилиши, салбий норасмий гуруҳларга аъзо бўлиб қолиши, дарсни сабабсиз қолдириши, паст ўзлашириши, жамоат ишларида қатнашмаслик сабабларини аниқлайди.

Тарбияси қийин бўлган болалар билан ишлашда интервью методидан фойдаланиш.

1. Синф раҳбари билан суҳбат.

- Тарбияси қийин бўлишнинг сабаблари?
 - Уйдаги ва мактабдаги интизоми.
 - Ўзлаштириши
 - Тарбиянинг асосий қийин томонлари ва кўрилган чоралар.
 - Оилавий шароити
2. Тарбияси қийин ўқувчи билан суҳбат.
- Мактабни тугаллагач қайси касбни эгалламоқчисан?
 - Қайси фанлар сенга кўпроқ ёқади?
 - Қандай китоблар ўқишга қизиқасан?
 - Дўстларинг кимлар ва улар ҳақида қандай фикрдасан?
 - Ўзингнинг хулқинг ва ўқишингдан қониқасанми?
 - Жамоат ишларида қатнашасанми?
 - Сен ёқтирган машғулот (уйда в мактабда)?
 - Ҳаётда энг зарур ва қизиқарли нарса нима деб ҳисоблайсан?
 - Ота-онангга муносабатинг қандай ва нима учун?
 - Катталарга муносабатинг?
3. Фан ўқитувчилари билан суҳбат.
- Сизнинг дарсингизда ўқувчининг хулқи ва ўзлаштириши қандай?
 - Ўқувчи тартибсизлигининг энг ёмон томони ва сизнинг маслаҳатингиз?
 - Унинг ўқиш ва ишдаги қобилияти, имконияти қандай?
4. Дўстлари билан суҳбат.
- Қачондан бери дўстсизлар?
 - Сизлар ёқтирган машғулот ва ишлар?
 - Дўстингнинг нимаси сенга ёқади?
 - Дўстингнинг қайси томони ёқмайди ва нима учун?
 - Унга қандай ёрдам қиласан?
 - Сизларнинг келажак режаларингиз?
5. Ота-оналари билан суҳбат.
- Фарзандингизнинг ўқиши ва хулқидан қониқасизми?
 - Унинг ўқиши ва хулқидаги қайси томонлар сизни безовта қилади?
 - Сиз унга қандай ёрдам берасиз?
 - Унинг кун тартиби қандай?
 - Уйда нималар билан шуғулланади?
 - Уй ишларида сизга ёрдамлашадими?
 - Келажакда қандай касб танлашини маслаҳат берасиз?
6. Синф сардори билан суҳбат.
- Синфдошинг ҳақида қандай фикрдасан?
 - Унинг хулқида қандай нуқсонлар бор?
 - Синфдошларга муносабати қандай?
 - Жамоат ишларида қатнашадими?
 - Синфдошлари томонидан унинг намунали ўқувчи бўлишига қандай ёрдам кўрсатилди?
7. Хулоса
- Тарбияси қийин ўқувчига тавсифнома

- Уни тарбиялаш юзасидан оила, мактаб ва синфдошларининг имкониятлари ва баҳоси.
- Тарбияси қийин ўқувчилар билан якка ва гуруҳли тартибда ишлаш учун режа ва дастур.

O'QUVCHILAR RUHIY AHVOLINING RIVOJLANISHIGA OID XORIJIY TAJRIBA

*Yaxshimbekova Sayyora Kamalovna
Toshkent viloyati Chirchiq davlat pedagogika instituti magistranti*

Jahon psixologiyasi fanida shaxsning kamoloti, uning rivojlanishi to'g'risida xilma-xil nazariyalar yaratilgan bo'lib, tadqiqotchilar inson shaxsini o'rganishda turlicha pozitsiyada turadilar va muammo mohiyatini yoritishda o'ziga xos yondashishga egadirlar.

Shu o'rinda aytib o'tish joizki deviant xulq-atvorga ega bolalarni "Xatar guruhiga" kiritamiz. "Xatar guruhidagi bolalar" tushunchasi axloqida umumqabul qilingan ijtimoiy va huquqiy me'yorlardan salbiy tarzda og'ishishning yuzaga kelishidagi yuqori ehtimollilikni anglatadi [1. 31-bet]. Bunday bolalar ob'ektiv tarzda real yoki potensial xatar doirasida turadilar, ijtimoiy moslashmaganlikning asosan pedagogik qarovsizlik va ijtimoiylashuv jarayonining buzilishi oqibatidagi tarbiyasi og'irlikda ifodalanuvchi har xil shakllarini namoyon qiladilar [2. 8-bet].

Biogenetik nazariyaning yirik namoyondalaridan biri bo'lmish amerikalik psixolog S.Xoll psixologik taraqqiyotning bosh qonuni deb "rekapitulyatsiya qonuni"ni (filogenezni qisqacha takrorlashni) hisoblaydi. Uning fikricha, ontogenezdagi individual taraqqiyot filogenezning muhim bosqichlarini takrorlaydi.

Olimning talqiniga binoan, go'daklik hayvonlarga xos taraqqiyot pallasini qaytarishdan boshqa narsa emas. Bolalik davri esa qadimgi odamlarning asosiy mashg'uloti bo'lgan ovchilik va baliqchilik davriga aynan mos keladi.

8-12 yosh oralig'ida o'sish davri o'smiroldi yoshidan iborat bo'lib, yovvoyilikning oxiri va sivilizatsiyaning boshlanishidagi kamolot cho'qqisiga hamohangdir. O'spirinlik esa jinsiy yetilishidan (12-13) boshlanib, to yetuklik davri kirib kelgunga qadar (22-25 yoshgacha) davom etib, u romantizmga ekvivalentdir. S.Xolning talqiniga qaraganda, bu davrlar "bo'ron va tazyiqlar", ichki va tashqi nizolar (konflikt)dan iborat bo'lib kechishi davomida odamda "individuallik tuyg'u"si vujudga keladi. Shaxsni rivojlanishining ushbu nazariyasi o'z davrida bir talay tanqidiy mulohazalar manbai vazifasini o'tadi, chunki inson zotidagi rivojlanish bosqichlari filogenezni aynan takrorlamaydi va takrorlashi ham mumkin emas.

E.Shpranger "O'spirinlik davri psixologiyasi" degan asarida qizlarning 13 yoshdan 19 yoshgacha, yigitlarning esa 14 yoshdan 22 yoshgacha kiritishni tavsiya qiladi. Ushbu yosh davrida yuz beradigan asosiy o'zgarishlar E.Shpranger bo'yicha:

- a) shaxsiy "Men"ni kashf qilish;

- b) refleksiyaning o‘sishi;
- v) o‘zining individualligini anglash (tushunish) va shaxsiy xususiyatlarini e’tirof qilish;
- g) hayotiy ezgu rejalarining paydo bo‘lishi;
- d) o‘z shaxsiy turmushini anglagan holda qurish ustanovkasi va boshva holatlar.

Uning fikricha, 14-17 yoshlarda vujudga keladigan inqirozning mohiyati ularga kattalarning bolalarcha munosabatidan qutulish tuyg‘usini tug‘ilishidan iboratdir. 17-21 yoshlarning yana bir xususiyati-o‘zining tengqurlari va jamoatchilik qurshovidan “uzilish inqirozi” va tanholik tuyg‘usining paydo bo‘lishidir. Bu holatni tarixiy shartlanganlik shart-sharoitlar va omillar vujudga keltiradi.

E.Shpranger, K.Byuler, A.Maslou va boshqalar personologik nazariyaning yirik namoyondalari bo‘lib hisoblanadilar. Sobiq sho‘ro psixologiyasida rivojlanishi muammosi L.S.Vigotskiy, P.P.Blonskiy, S.L.Rubinshteyn, A.N.Leontev, B.G.Ananev, L.I.Bojovich singari yirik psixologlarning asarlarida o‘z aksini topa boshlagan. Sobiq sho‘ro psixologiyasining yirik namoyondasi, L.S.Vigotskiyning shogirdi L.I.Bojovich shaxs shakllanishini muayyan davrlarga bo‘lishda motivlarga asoslanadi, shuning uchun bu yondashuvni motivatsion deb yuritish mumkin.

L.I.Bojovich mulohazasiga binoan, shaxsning shakllanishi ushbu darajalardan iborat:

Birinchi bosqich - chaqaloqlik-tug‘ilgandan to 1 yoshgacha,

Ikkinchi bosqich - motivatsion tasavvur - 1 yoshdan 3 yoshgacha,

Uchinchi bosqich - “Men”ni anglash davri - 3 yoshdan 7 yoshgacha,

To‘rtinchi bosqich - ijtimoiy jonzod ekanligini anglash davri - 7 yoshdan 11 yoshgacha,

Beshinchi bosqich:

a) o‘z-o‘zini anglash davri - 12 yoshdan 14 yoshgacha,

b) o‘z o‘rnini belgilab olish (topish) davri - 15 yoshdan 17 yoshgacha.

Shaxsning o‘zini-o‘zi baholash u hammaning o‘rtasida bildiradigan fikr ham, samimiy ravishda o‘zi haqida nimani o‘ylashi bilan ham belgilanmay, balki muntazam ravishda o‘ziga nisbatan qanday harakat qilishi bilan belgilanadi.

Agar inson unga e’tiborsizlik qilishlariga o‘ta hissiyotli bo‘lsa, agar u zaifliklari namoyon bo‘lishi mumkin bo‘lgan vaziyatlardan qochishga zo‘r berib urinsa, uni ish qobiliyatini yomonlashtiradigan darajagacha orzularga berilsa, uning o‘ziga ishonmaslik xususida xulosa chiqarish mumkin. Va aksincha, hatto inson juda kamtar bo‘lib tuyulsa-da, o‘ziga o‘zi ancha yuqori baho berishi to‘g‘risida hukm chiqarish imkonini beradigan mezonlar ham mavjud bo‘lsa, u atrofdagilarni haqoratlamay, o‘z nuqtai nazariga amal qiladi; agar boshqalar u bilan rozi bo‘lmasalar unchalik xafsalasi pir bo‘lmaydi; u muvaffaqiyatsizlikka uchraganda o‘zini-o‘zi oqlamaydi va umidsizlikka uchramaydi. U boshqa odamlarga hurmat bilan munosabatda bo‘ladi va boshqalardan o‘ziga nisbatan salbiy fikrni kutib o‘tirmasdan va maqtovlarni rad etmay, qo‘lidan kelganicha boshqalarga yordam berishga intiladilar.

Emotsional stressning rivojlanish vaqtida gormonal, metabolik, ierarxik o‘tishlar chuqur o‘rganilgan. Lekin stress-omillar fiziologik reaksiyasining dinamikasi asosida baho berishga bag‘ishlangan tadqiqotlar etishmaydi. Buning ustiga insonda stressning

rivojlanishida ijtimoiy psixologik omillarning salbiy ta'siri, stress reaksiyalarini boshqarish va stressni bartaraf etishda kognitiv jarayonlarning roli hisobga olinmaydi. Bu nazariya atrof-muhitdagi kimlar uchun zararli, lekin kimlar uchun zararsiz bo'lgan yoki «o'rta darajadagi noxush holatlar»ga nisbatan javob qaytaruvchi stressli effektlarni tahlil qilmaydi [3. 360-bet].

Psixik holatlarni izchil o'rganish eramizdan 2-3 ming yil avval Hindistonda boshlangan edi. Qadimgi yunon faylasuflari ham psixik holatlar muammosi bilan shug'ullanib ko'rganlar. "Holat" tushunchasi falsafiy tushuncha sifatida Kant va Gegel ishlarida ham keltirilgan. Psixik holatlarni izchil o'rganish U. Djemsdan boshlanadi. U psixologiyani ong holatlarini tavsiflovchi va o'rganuvchi fan bo'lishi kerak degan g'oyani ilgari surgan. Ong holati sifatida u sezgi, xohish, emotsiya, bilish jarayonlari, fikrlar, qarorlar va niyatlarni tushunadi. Psixik holat tushunchasining keyingi rivojlanishi rus psixologiyasining taraqqiyoti bilan bog'liq. Bu sohadagi eng birinchi ilmiy ish O. A. Chernikovaning 1937 yilda bosilib chiqqan maqolasi bo'lib, u sportchining startdan oldingi hissiy holatlarini o'rganishga bag'ishlangan edi.

Foydalangan adabiyotlar:

1. Rostov viloyati sudining raisi V.N.Tkachevning "Bolalar kasalligi: Rossiyaga qanday yuvenal texnologiyalar kerak?" mavzusi bo'yicha javoblari // Yuvenalnaya yustitsiya. - Moskva, № 6/2011. 31-bet.

2. Маслова М.Е. Социально-педагогическая адаптация детей группы риска: Автореферат дис.канд.пед.наук. - Ставрополь, 2001. - С. 8.

3. Вальдман А.В., Козловская М.М., Медведев О.С. Фармакологическая регуляция эмоционального стресса. - М.: Медицина, 1979. - 360 с.

SALBIY XULQ-ATVOR SHAKLLANISHIGA TA'SIR ETUVCHI OMILLAR VA UNI BARTARAF ETISH YO'LLARI

Butunboyeva Nigora Baxtiyor qizi
Jizzax viloyati Zomin tumani 15 -maktab psixologi

Jinoiy xulq-atvorning shakllanishiga sabab bo'luvchi biologik (irsiy) va ijtimoiy-psixologik omillarni to'g'ri anglash hamda har tomonlama o'rganish jinoyatchi psixologiyasini, uni jinoyatga undagan ehtiyojlar, motivlar va boshqalarni anglashga yordam beradi. Mamlakatimizda o'tkazilgan tadqiqotlardan birining natijasiga ko'ra, jinoyat sodir etgan bolalarning oilalari o'rganilganda quyidagilar aniqlangan:

- Oilada tarbiyaviy ta'sir vositalarining noto'g'ri qo'llanilishi;
- Bolalarning ota-onalar, maktab, mahalla nazoratidan chetda qolganligi;
- Oilasidagi ma'naviy muhit nosog'lom va noto'liq oilalar.

Ko'p hollarda jinoyat sodir etgan shaxslar o'zi yashayotgan ijtimoiy muhitga moslasha olmagan bo'ladi, buning asosiy sababi esa o'z-o'zini boshqarishning buzilishi bilan bog'liqdir. O'z-o'zini boshqaruvning buzilishi quyidagilarda namoyon bo'ladi:

Kayfiyatning tez-tez o'zgarib turishi, asab va psixologik tez, kuchli toliqish natijasida tashqi ta'sirlarga haddan ziyod e'tibor berish. Nerv-psixik jarayonlarning sustligi, kam harakatliligi (rigidlik)dan odamovilik, jamoaga qo'shilmalik, o'zini odamlarga qarshi qo'yish. Haddan tashqari qo'zg'aluvchanlik, hayajon, impulsiv harakat, uzoq vaqt xafagarchilik, jahli tezlik, tez xafa bo'lish, shafqatsizlik, berahmlilik, arzimagan narsaga janjal chiqarish, o'ziga yuqori baho berish yoki juda past baho berish, egoistlik. O'ta konformlik (asotsial kishilar ta'siriga tez tushib qoladi), xarakterning kuchsizligi, intellektning chegaralanganligi, o'z-o'zini tanqid qilishning yo'qligi, aqliy kam harakatlilik.

Shaxsning ijtimoiylashuvi qanchalik past darajada bo'lsa, unda shunchalik biologik omillar ta'siri yaqqolroq namoyon bo'ladi. Shaxsda psixik rivojlanishlar qanchalik chegaralangan bo'lsa, uning xulq-atvorida motivlar iyerarxiyasidagi "quyi" motivlar yetakchilik qiladi. Shaxsning irsiy sifatleri uning psixik mohiyatiga ta'sir etishini yuridik amaliyotda doimo e'tiborga olish zarur. Afsuski, ko'p hollarda jinoyatchi shaxsida psixik anomaliyalar bor yoki yo'qligiga e'tibor berilmaydi. Tadqiqotlar natijasiga ko'ra, qonunbuzarlar orasida psixik anomaliyasi mavjud shaxslar 70% ga yaqin ekan. Psixik anomaliya-shaxsning irsiy kamchiliklari bilan bog'liq bo'lgan, ammo asab va ruhiyatning patologik bo'lmagan buzilishlaridir. Psixik anomaliyalar o'z-o'zidan jinoyatga sabab bo'lmaydi. Ammo, ma'lum bir salbiy muhitda yoki holatda jinoiy xatti-harakat sodir etilishiga sabab bo'lishi mumkin.

Psixik anomaliya – psixikaning chegara holati, ya'ni nopatologik psixikaning buzilishi bo'lib, shaxs psixoz holatiga yetmagan bo'ladi. Psixik anomaliyalarga quyidagilar kiradi: psixopatiya, xarakterning aksentuatsiyasi, oligofreniya, nevroz va jinsiy buzulqik.

Nopatologik psixik anomaliyalar (buzilishlar): psixopatlar, yengil shakldagi debillar (aqli zaiflar), xarakter aksentuatsiyasining deformatsiyasi – shaxsning ichki strukturalarini (hissiyot, iroda, psixik jarayonlari va boshqalarni), motivlar va qadriyatlarining buzilishiga (deformatsiyasiga) sabab bo'ladi. SHu bilan birga ular bu kamchiliklarni sog'lom odamlar kabi fikr, muammolarni solishtirish bilan emas, balki salbiy emotsionallik, agressiya va boshqa yo'llar bilan hal etadilar, ya'ni ularda "kompensatsiya" jarayoni o'ziga xos bo'ladi.

Psixopatiya – tug'ma yoki orttirilgan shaxs anomaliyasi bo'lib, bu oliy asab faoliyatining buzilishidan kelib chiqadi va shaxsning psixik nomukammalligiga sabab bo'ladi.

Psixopatiyaning kechish darajasiga ko'ra turlicha: isterik, qo'zg'aluvchan va psixoastenik, paranoyyal turlari bo'ladi.

Psixopatiya asab tizimining biologik kamchiliklari va tashqi muhit (oila va boshqalar)ning o'ta salbiy ta'sirini qo'shilishidan kelib chiqadi. Asosiy nuqson hissiy iroda sohasidagi yetishmovchiliklar (disgarmoniya)dir, ammo intellekt saqlangan bo'ladi. Psixopat shaxsning asosiy xususiyati shundaki, u ijtimoiy muhitga moslashishga (adaptatsiya) qiynaladi. Agar bunday shaxs janjalli, nizoli vaziyatlarga (asab va ruhiyatiga salbiy ta'sir etuvchi muhitga) tushsa, u o'zini bosa olmaydi, qonunni buzuvchi xatti-harakat qilib qo'yishi mumkin bo'ladi. Bunday shaxslarning nuqsonlarini tuzalmas deb bo'lmaydi. Agar ularni qurshab turgan ijtimoiy muhit tinch, xotirjam bo'lsa, psixik

anomaliya belgilari kamayib ketadi, biroq psixologik muammoli vaziyatlarda (stress, nizo, kelishmovchiliklar) u o'zini nazorat qila olmaydi va jinoyat sodir etishi mumkin.

Isterik psixopatlar. Oilada bolani haddan ziyod erkalash, uning barcha istaklarini bajarish, uni oshirib maqtash, uni adekvat baholamaslik bu boladan isterik shaxs shakllanishiga sabab bo'ladi. Bunday shaxslarda egoistik tendensiyalar yuqori bo'lib, ular birovlardan doimo maqtov eshitishni yaxshi ko'radilar. O'zlarini ko'rsatishni, xammaning ularga e'tibor berishlarini yoqtirishadi. Ko'pincha yolg'on gapirishadi. Isterik kulgi (baland ovozda, e'tiborli, kuchli kulgi) va ovoz chiqarib yig'lash ularga xos. Hayotdan ko'p noliydilar. Bunday shaxsda infantillik yuqori bo'lib, o'z-o'zini tanqid qilish xususiyati shunchalik past darajada bo'ladi.

Psixoastenik psixopatlar. Ularda xavotirlanish, qo'rquv, o'ziga ishonchsizlik yuqori. Har narsaga, hatto arziyas voqealarga ham o'ta hayajonlanadilar. Ularning hayotiy rejaları real hayotga to'g'ri kelmaydi, bo'lmag'ur g'oyalarga yopishib oladilar. Motivlari bir narsada qotib qolgan. Ular o'zlarini himoya qila olmaydi. Ularning asab tizimi kuchsiz, ular tez charchab qolishadi. Nerv hujayralari kuchsiz, tez toliqadi va bu asab tizimining ishdan chiqishiga, buzilishiga olib keladi. Psixoastenik psixopatlar hammaga, hamma narsalarga shubha bilan qaraydi, ba'zi bir fikrlar xech miyasidan ketmaydi.

Qo'zg'aluvchan psixopatlar. Ular o'ta hayajonlanuvchan, ta'sirchan, doimo psixik qo'zg'alishda, ba'zan ularda hissiy portlashlar yuz beradi va o'zlarini nazorat qila olmay qolishlari mumkin. Ular atrofdagilarga nisbatan o'ta talabchan, o'ta egoist va o'zini sevuvchi bo'lishadi. Odamlarga ishonmaydi va hammadan shubhalanadi. Tez-tez o'z-o'zidan disgarmoniya –kayfiyatning tushishi, norozilik holatiga tushib, sababsiz janjal paydo qiladilar.

Paranooyal psixopatlar. Ularda “qimmatli g'oyalar” mavjud bo'lib, ular shu g'oyalarni amalga oshirishda to'sqinlik qiluvchilar bilan doimo kurashadilar. Aslida esa bu g'oyalar puch, qimmatga ega bo'lmagan fikrlardir. Ular o'zlarining “ixtiro” va “ijod” larini yuqori baholaydilar. Ularning intellektual qobiliyatlari tor bo'lib, real vaziyatni tushunmaydi. Fikrlash qobiliyati bir tomonlama bo'lib, o'zining “g'oyasini” tanqidiy tahlil eta olmaydi. Tashkilotlar, rahbarlar ustidan doimo shikoyat xatlar yozishdan charchamaydi.

Umuman olganda psixopatlarga xos xususiyatlar: janjalkashlik, kelishmovchilik, nizo, kuchli agressiya, impulsivlikdir. Psixopatlarning hissiy turg'un emasligi – ularning konfliktlarga va agressiv xulq-atvorga sabab bo'ladi. Ayniqsa, qo'zg'aluvchan psixopatlarda:

- 1) ijtimoiy identifikatsiyaning sustligi (o'zini boshqaning o'rniga qo'ya olmaslik);
- 2) refleksiya qobiliyati (o'z kamchilik va yutuqlarini ko'ra olish);
- 3) empatiya (birovning hissiy holatini sezish va unga hamdard bo'la olish) qobiliyatining yo'qligi og'ir jinoyatlarga olib keluvchi sabablardan hisoblanadi.

Psixopatlarda ruhiy zo'riqish va deprivatsiyaga nisbatan tolerantlik o'ta susaygan bo'ladi. Ular har qanday sharoitda ham o'z istak-xohishlarini qondirishga intilishlari ham jinoyatga sabab bo'lishi mumkin. Psixopatlarda oliy his-tuyg'ular rivojlanmaganligini barcha tadqiqotchilar qayd etadilar. Ularning shaxs xususiyatlarida fuqarolik burchi, ijtimoiy javobgarlik, mas'uliyat kabi sifatlar yetishmaydi. Ammo maqsad shakllanishida

va maqsadga yetishda quyi his-tuyg'u, ehtiyojlar yetakchi rol o'ynaydi. Ozgina muvaffaqiyatsizlik ham ularda agressiv holatga olib boruvchi affektivlik paydo qiladi, o'z-o'zini boshqarish keskin pasayib ketadi. Kriminal xulq-atvorga sabab bo'luvchi biologik omillardan genetik anomaliyalardan biri - Klaynfelter sindromi hisoblanadi ("x" yoki "u" xromosomalardan birining ortiqcha bo'lishi). Bunda ortiqcha X- xromosoma yuqori darajadagi agressivlik bilan aloqador bo'lsa, ortiqcha U- xromosoma maqsadga erishish, xulq-atvorni irodaviy boshqarish sohasidagi anomaliyalar bilan bog'liq hisoblanadi. Biologik-genetik anomaliyalarning o'zi kriminal xulq-atvorga sabab bo'lmaydi, balki bu omil ijtimoiy salbiy omil bilan qo'shilib kelsa, kriminal xulq-atvorga sabab bo'lishi mumkin. Jumladan, agressiv shaxs shakllanishida genetik omillar ta'siri mavjud bo'lishi mumkin. Shaxsning ijtimoiylashuv jarayoni qanchalik past darajada kechgan bo'lsa, unda *agressivlik* darajasi shunchalik yuqori bo'ladi. Xavotirlanish darajasi yuqori, impulsiv shaxslarda stressorlarga qarshi himoya kuchsiz shakllangan bo'ladi. Bu esa shaxsning nizoli vaziyatlarda, kelishmovchiliklar, salbiy psixologik muhit mavjud bo'lgan vaziyatda o'zini tuta olmasligi atrofda qilishi, urushishi, umuman qonunbuzarlik holatlarini sodir etishlariga sabab bo'lishi mumkin.

Yuqoridagilardan kelib chiqqan holda, jinoyatni o'rganishda tizimli yondashuv darkor, bunda asosiy holatlarga:

Huquqbuzarning shaxsini o'rganishda jinoiy hulq-atvor va uning shakllanishiga asosiy e'tibor;

Jinoyatchining ijtimoiy muhiti bilan birgalikda o'rganish (u yashagan va ishlagan joyi, mehnat jamoasi va h.k);

Ayniqsa, shaxsni o'rab turgan mikro muhitga asosiy e'tibor qaratilmog'i lozim bo'ladi.

O'SMIRLIK DAVRIDA ME'YORDAN OG'ISHNI , DEVIATSIYA HOLATLARINI PAYDO BO'LISH SABABLARI

*Gapbarova Ogulbagt Saparmuradovna
Ellikqal'a tumani xalq ta'limi bo'limi
bolalarni ijtimoiy-psixologik qo'llab-quvvatlash
Markazi psixolog-metodisti*

Annotatsiya: Deviatziya holatlarini keltirib chiqaruvchi omillar, ota-onalarning yo'l qo'yadigan ayrim xatolari .

Kalit so'zlar: Deviant xulq, o'smirlik davri, psixologik yondashuvlar, me'yordan og'ish

Psixologiyada o'smirlik davri o'tish bosqichi deb qaraladi. Yosh davrlari psixologiyasida o'tish bosqichi eng qiyin va murakkab davrdir. O'sish bosqichida bolalikdan kattalikka, bola xarakteridan, yetuk inson bo'lib shakllanadigan o'ziga xos jarayonlar davriga o'tiladi. O'smirlik yoshida bolaning hayoti va faoliyati jiddiy

o'zgaradi va uning psixikasi qayta shakllanadi; tengdoshlari bilan munosabatlarining yangi shakllari vujudga keladi. O'smirning jamiyatdagi mavqei, jamoadagi o'rni, holati almashinadi, unga kattalar yuqoriroq talablar qo'ya boshlaydilar. Bu yosh davrida jinsiy etilish faollashadi, biroq ijtimoiy shakllanish orqada qoladi. Bu esa jinsiy tarbiyada ijtimoiy-psixologik muammolarni vujudga keltiradi.

O'smirlik yoshida bolada o'z-o'zini anglashga ehtiyoj paydo bo'ladi. "Men kimman?"- degan savolga javob izlaydi. Bolada shaxsiy qarash, mulohaza yuritish, o'z bahosini berish kabi xususiyatlar shakllanadi. Bu yoshda vaqtinchalik oila va maktabdan psixologik uzoqlashish holatlari ko'payadi. O'smir shaxsining shakllanishida tengdoshlarining ta'siri kuchayadi; o'zini erkin sezadi, uni hurmat qiladigan muhitni ko'proq xush ko'radi.

Bu yoshda o'smirlarning kattalar, ayniqsa ota-onalari bilan muammoli vaziyatlari ko'payadi. Olimlarning kuzatishlariga qaraganda, oiladagi "qahr-g'azab" asosidagi munosabatlar bolalarni uydan bezdiradi. Uydan bezish, oila muhitini tan olmaslik o'smirlarda oila muhitiga nisbatan deformatsiyalashuvni keltirib chiqaradi. Natijada o'smir oiladan tashqari ko'cha muhitini o'ziga ma'qul ko'radi. Ko'cha muhiti esa ba'zan kriminal mazmunga ega bo'lishi mumkin. Natijada noaxloqiy va g'ayriqonuniy xulq-atvor muhitiga tushib qolgan o'smirda xulq og'ishining kelib chiqishi uchun imkoniyat yaratiladi. Ota-onalarning "qahr-g'azab" asosidagi munosabati bolalar va o'smirlarda salbiy xarakter xislatlarining, xususan, qo'rqqoqlik, tobelik, asabiylik, hissiyotlarga beriluvchanlik va mustaqil tafakkurning sustligi kabilarning shakllanishiga olib keladi. Qo'rqqoq, tobe o'smirlar birovlarining qistovi, zo'rlashi natijasida turli xil g'ayriqonuniy guruhlariga qo'shib ketadilar. Ulardagi asabiylik, qo'zg'aluvchanlik, hissiyotlarga beriluvchanlik xususiyatlari tez-tez nizoli vaziyatlarga duch kelishiga sabab bo'ladi. Shuningdek, ulardagi mustaqil fikrlash layoqatining sustligi nizoli vaziyatlarning chigallashuviga, muammoli vaziyatlardan chiqib ketish yo'llarini noto'g'ri qo'llashga olib keladi. Natijada bunday vaziyatlarda o'smir o'zining yosh davri xususiyati va hayotiy tajribasizligi tufayli g'ayriqonuniy harakatlarga qo'l urishi mumkin. Oilada bolaga keragidan ortiq erkinlik berish ularni o'z bilganicha ish tutishga, qilayotgan ishining to'g'ri yoki noto'g'riligini anglab yetmaslikka olib keladi. Ota-ona nazoratidan, tergashidan chetda qolgan bola ko'ngli tusagan ishni qilishga odatlanadi. Bunday hatti-harakatlarning noqonuniyligini anglagunicha, kech bo'lib qoladi.

Ota-onalarning farzandlari hayoti va faoliyati bilan qiziqmasliklari, ularni nazoratsiz qoldirishlari ko'pincha o'smirni yomon muhitga qo'shib qolishiga sabab bo'ladi. Shu sababli, ota-ona farzandlarining, ayniqsa o'smirlik Yoshi davridagi faoliyatlarini, bo'sh vaqtlarida nimalar bilan shug'ullanayotganliklarini doimiy ravishda nazorat qilib borishlari maqsadga muvofiqdir. Oilada ota-onalarning o'smirlarga nisbatan e'tiborsizliklari, tarbiya shunday bo'lishi kerak deb qarashlari bolalar va o'smirlarda xulq og'ishini kelib chiqishiga imkon yaratadi. Oilada ota-onalarning farzandlariga "mustaqil faoliyat yuritish" asosidagi munosabati ham ularda og'ishning kelib chiqishiga sabab bo'lganligi kuzatiladi. Demak, oilada o'smir-bolaga pozitiv, direktiv, avtoritar munosabatlarni me'yorida, o'tish davri xususitlarini hisobga olgan holda qo'llash ular xulqida ijobiy fazilatlarining shakllanishiga olib keladi.

Psixologlar o‘smirlarda xulq og‘ishining bir necha sabablarini ko‘rsatib o‘tadilar, bular quyidagicha:

- qarovsizlik, boshpanasizlik;
- nosog‘lom muhit;
- bolaning nazoratsizligi, o‘z holiga tashlab qo‘yish holatlari;
- o‘smirning zararli odatlarga berilishi;
- ota-onaning jamiyat normalariga zid turmush tarzi;
- moddiy, maishiy shart-sharoitning etarli emasligi;
- ma‘naviy qashshoqlik;
- kattalarning haddan ziyod qattiqqo‘lligi, adolatsizlik;
- milliy qadriyatlardan uzoqlashish;
- ijtimoiy mehnat qilishdan yiroqlik;
- moddiy ahvolni yaxshilashga ehtiyoj sezmaslik;
- irsiyat va tashqi muhit h.k.lar.

Kuzatuvlarga qaraganda o‘smirlarda xulq og‘ishi, jinoiy harakatlarning sodir etilishi asosan, o‘qish, mehnat bilan shug‘ullanmaydigan, bekorchi yoshlar o‘rtasida ko‘proq kuzatilmoqda. Bolalarning sport, texnika, ijodiy ishlarga yetarlicha jalb qilinmayotganligining ham o‘z sabablari bor: madaniy, ma‘rifiy, ma‘naviy sohalardan foydalanishning imkoniyati cheklanganligi, oila a‘zolarining mehnatini qadrlamaslik, ularni tushunmaslik, ta‘lim muassasasi bilan oila o‘rtasida aloqaning sustligi, qiziqishning sustligi, ijtimoiy sust hayot tarzini xush ko‘rishlik, mehnat qilish ko‘nikmalarining yoshlikdan shakllanmaganligi, ta‘lim-tarbiya, madaniy va ma‘rifiy sohalarga nisbatan qarashlarining sayozligi, bolaning kelajagi haqida o‘ylamasligi, yengil turmush tarziga odatlanganlik, bolaning nazoratsiz qolishi, bo‘sh vaqtini to‘g‘ri taqsimlanmaganligi va h.k. O‘smirlarda xulq og‘ishi quyidagi omillar bilan xarakterlanadi.

Biologik omil: Bola organizmidagi noqulay fiziologik yoki anatomic xususiyatlar, uning ijtimoiy moslashuvini qiyinlashtiradi. Avloddan avlodga o‘tuvchi aqliy rivojlanish, eshitish va ko‘rishda nuqsoni bo‘lgan bolalar ona qornidayoq noto‘g‘ri ovqatlanish, onaning kasallanishi (jismoniy va psixik jarohatlar, surunkali yuqumli kasalliklari), ichkilikbozlik, chekishga ruju qo‘yishi; irsiy kasalliklarning ta‘sirida bo‘ladilar;

- inson organizmiga ta‘sir etuvchi psixo-fiziologik og‘ir tashvishlar, janjalli vaziyatlar, atrof-muhitning kimyoviy tarkibi, energiyaning yangi turlari, somatic (yunon tilidan soma- tana degan ma‘noni beradi ya‘ni, organizmdagi psixikaga qarama-qarshi bo‘lgan holat), allergik kasalliklari turlari sabab bo‘ladi;

- Fiziologik (nutqda, tashqi qiyofadagi) nuqsonlar sababli atrofdagilar bilan munosabatda chekkaga chiqish, odamovilik kuzatiladi.

Psixik omil: Bola psixopatologiyasida haddan tashqari zo‘riqish bilan ifodalanadi. Bu hulqiy og‘ishganlik bolaning ruhiy xastalanganligi orqali vujudga keladi. Bunday bolalar turli psixologik ta‘sirlarga o‘ta sezgir, tibbiy-ijtimoiy reabilitatsiyasiga muhtoj. Ularga nisbatan tarbiyaviy chora-tadbirlar ko‘rilishi talab etiladi.

Ijtimoiy-pedagogik omillar: Oila va maktabdagi ijtimoiy tarbiyaning nuqsonlarida namoyon bo‘ladi. Bola ta‘lim standartlarini o‘zlashtirmaganligi sababli maktab bilan

aloqani uzishga harakat qiladi. O‘smir yoshda maktabdan to‘la bosh tortishga sabab bo‘ladi.

Xulq og‘ishi holatlarining uzluksiz ravishda o‘sib borishi jamiyat oldiga ular bilan olib boriladigan ishlarning shakl va usullarini, texnologiyalarini ishlab chiqish vazifasini qo‘ygan. Deviant va delinkvent xulq-atvorli o‘smirlar bilan ishlashning profilaktik va reabilitatsion usullari nazariya va amaliyotda keng tarqalgan. Profilaktika (oldini olish) – o‘smirlardagi ijtimoiy xulq og‘ishganligining turli ko‘rinishlariga sabab bo‘luvchi sharoitlardan ogohlantirish, ularni bartaraf etishga yo‘naltirilgan davlat, jamiyatning ijtimoiy-tibbiy va tashkiliy-tarbiyaviy chora-tadbirlarining yig‘indisidir. O‘smirlarda deviant xulq-atvorning oldini olishga qaratilgan bir necha yondashuvlari mavjud.

1. Axborotli yondoshuv Ommaviy axborot vositalari (matbuot, radio, televidenie), kino, teatr, badiiy adabiyot va boshqa san‘at asarlari orqali voyaga etmaganlarni ijtimoiy axloq normalari, ularning burch va majburiyatlari, huquqlaridan xabardor qilish.

2. Ijtimoiy-profilaktik yondoshuvning maqsadi – negativ holatlarning sabablari va sharoitlarini aniqlash, bartaraf etish, neytrallashtirishdan iborat.

Voyaga yetmaganlar giyohvandlik moddalarini iste‘mol qilingani uchun jinoiy javogarlikka tortilishlarini, ichkilikbozlik va alkologizmning og‘ir ijtimoiy va psixonevrologik oqibatlarini anglamaydilar. Giyohvandlik har bir insonning shaxsiy ishi, faqat giyohvandlik moddalarini tarqatish jinoyat deb hisoblaydigan yoshlar ko‘p. O‘smirlar o‘rtasidagi ichkilikbozlik, giyohvandlik profilaktikasi muammosi ijtimoiy pedagogikada juda muhim.

3. Tibbiy-biologik yondoshuv. Sog‘ligida nuqsoni bo‘lgan o‘smir-yoshlar ma‘naviy-axloqiy me‘yorlarni buzishi, xulq og‘ishini namoyon qilishi tabiiy. Ularga nisbatan tibbiy-profilaktik xarakterdagi faoliyat olib borish, ruhiy nosog‘lomlikni o‘z vaqtida aniqlash juda muhimdir. Bunday bola psixiatr mutaxassislar ko‘rigidan o‘tkazilib, shunga muvofiq tibbiy davo choralari ko‘rilishi lozim.

4. Ijtimoiy-pedagogik yondoshuvning mohiyati xulqida og‘ish holatlari kuzatilayotgan yoshlarning axloqiy-irodaviy xususiyatlarini tarbiyalashdan iborat. O‘smirda quyidagi xislatlarning shakllantirilishi ijtimoiy- pedagogning vazifasiga kiradi: So‘zida turish, qilgan ishiga javobgarlik, jinoyatga boshlovchi, jamiyatga zarar yetkazuvchi illatlarga bo‘lgan ,qiziqish va harakatlarini to‘xtatish, foydali mehnat bilan band qilish, qonuniy , puxta o‘ylab chiqilgan maqsadlarni qo‘yishga o‘rgatish.

5. Sanksiya qo‘llashning mohiyati qonunni buzgan shaxsga nisbatan jinoiy jazo choralari qo‘llash.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati

1. G.Q.Tolaganova, —Tarbiyasi qiyin o‘smirlar Toshkeny;,2005. 65- bet.
2. Lombroso Cesare. Its Causes and Remedies. Boston, 1911
3. Entoni Giddens. Sosiologiya, toshkent 2012. 149-bet.
- 4 . B.M.Umarov.: psixologiya. toshkent 2012, 61-bet.
5. B.Sodiqov. —Tarbiyasi qiyin o‘smirlar psixologiyasi Termiz.; 2003 yil
6. Bola va Zamon. 4/2007. 29-bet.

O'SPIRINLIK DAVRINING O'ZIGA XOS XUSUSIYATLARI

*Ro'zimov Hamdam Reyimberdiyevich,
Rajapbayev Anvar Abdiqodir o'g'li
Ellikqal'a tumani 63-maktab psixologlari*

Annotatsiya: O'spirinlik davrida yuz beradigan o'zgarishlar, o'spirinlar hayotida uchraydigan asosiy vaziyatlar.

Kalit so'zlar: O'spirinlik davri, intellekt, bola "Meni", xarakter, ahloqiy norma, publitsistika, psixologik struktura,

Ilk o'spirinlik davrini ikkinchi o'tish davri deb hisoblash mumkin. Agar birinchi o'tish davridagi ko'proq bolalikka yaqin bo'lsa, ikkinchi o'tish davrida bo'lgan o'spirin ko'proq yoshlik davriga yaqindir va shu jixatidan o'rganiladi, hamda tadqiq etiladi. Ilk o'spirinlik davri asosan unda mustaqil hayotning boshlanishi bilan (o'rta maktabni tamomlab litsey, kollejlarga kirishi) xarakterlanadi. Hayotdagi bu o'zgarishlar ilk o'spirinlik shaxsiga, uni o'z-o'zini anglashiga to'liq taosir ko'rsatadi. O'smirlardan farqli o'laroq ilk o'spirinlar katta hayotni tasavvur etmaydilar, balki snda ishtirok etadilar. O'spirinlarni hali to'la katta deb hisoblab bo'lmaydi. Chunki ularning shaxsiy xususiyatlari hali bolalikni kuzatish mumkin. Bu ularning fikrlarida berayotgan baholarida, hayotga va o'z kelajaklari munosabatlarida ko'zga tashlanadi. Ko'pchilik o'spirinlar maktabni tugatish vaqtiga kelib ham kasb tanlashga nisbatan ma'suliyatsiz yondoshadilar. Bu davr o'spirinning ahloqan o'z-o'zini anglashi shuningdek, ahloqning yangi bosqichiga o'tishi bilan xarakterlanadi. Intellekti yaxshi rivojlangan o'spirinlar kattalarni tashvishga solayotgan masala muammolarini tushina oladilar va ularni muhokama eta oladilar.

O'spirinlar juda ko'p muammoli savollarga javob o'ylaydilar. Ularning diqqatini ko'proq ahloqiy masalalar tortadi. Agar kichik maktab yoshidagi o'quvchilar uchun ahloqiy 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 kattta kishilar foydalanadigan manbalarga murojaat etadilar. Bunday manbalar asosan real, ko'pqirrali, murakkab insoniy munosabatlar va ilmiy – ommabop badiiy, publitsistik adabiyotlar, sanoat asarlari, matbuot, radio, televideniya bo'lib hisoblanadi. Bugungi o'spirinlarga hayotga nisbatan xushyor, aqliy –amaliy qarash, erkinlik va mustaqillik hos. Ular haqqoniy bo'lish tushunchasiga ham real tarzda yondoshmoqdalar. Masalan o'rgan yillardek «xaqqoniylik bu hammaga bir hil emas, balki har kimdan imkoniyatiga qarab va hammaga ishiga yoki inson manfaatlariga qo'shgan hissasiga qarab belgilanadi» deb tushunadilar va talqin etadilar. Maktabni tugallash vaqtiga kelib juda ko'p o'smirlar ahloqiy jixatdan shakillangan va ma'lum ahloq normalari qatoylashgan xususiyatlarga ega bo'ladilar.

O'spirinlar (16 –18 yoshlar) o'zlarining psixologik xususiyatlari bilan boshqa yosh davrdagi bolalardan keskin farq qiladilar jismoniy, ham aqliy jixatdan voyaga yetgan, kamolotga erishgan, dunyoqarashi, o'z –o'zini boshqarishi kabi yetuk insoniy

xususiyatlari tarkib topgan bo‘ladi. SHu tufayli ular vazmin, muloxazali bo‘ladilar, katta yoshdagilarga hurmat –ehtrom bilan qaraydilar. Ular uzoqni ko‘zlaydigan, kelajak uchun qayg‘uradigan, ota –onalarining yaqin yordamchisiga aylanadilar. O‘quv faoliyati o‘spirinning asosiy faoliyati bo‘lib qolaveradi, lekin o‘qishga nisbatan faqat o‘smirlik yoshiga qaraganda o‘spirinlikda bir muncha yuqoriroq bo‘ladi. Mustaqil hayotga tayyorgarligini o‘z –o‘zini anglash bilan motivlar bu davrda yetakchi o‘rinni egallaydi. Motivlar tizimida jamiyatning to‘laqonli a‘zosi bo‘lishga intilish insonlarga naf keltirish kabi ijtimoiy motivlar ustunlik qiladi. Bu davrda o‘spirinlarning kelgusi hayotiy va tanlayotgan kasbiy rejalariga ko‘ra fanlarga nisbatan qiziqishlari ham o‘zgaradi va bu o‘z navbatida o‘spirinning fanlarga, hamda shu fan o‘qituvchilariga nisbatan munosabat ham o‘zgaradi. O‘spirinlik davrida o‘z ko‘zlagan maqsadlariga erishishga asoslangan motivlar birinchi o‘ringa ko‘tariladi. O‘smirlar o‘zlarining o‘qishga bo‘lgan munosabatlari va ularning o‘qish –o‘rganishga undovchi sabablarni yaxshi anglaydilar. O‘spirinlik yoshida boshdan kechiriladigan his tuyg‘ularning boyligi, xilma –xilligi bilan, hayotning turli tomonlariga emotsional munosabatda bo‘lish bilan ajralib turadi. Ahloqiy va ijtimoiy siyosiy hislarning rivojlanishi ayniqsa xarakterlidir. Ular odatda muayyan ahloqiy talablar bilan o‘zaro to‘g‘ri munosabatda bo‘ladilar. Boshdan kechirgan his tuyg‘ularni anglab etish mahorati ham rivojlanadi. O‘spirinlik yoshida o‘quvchilarda o‘rtoqlik hissining rivoj topishi xarakterlidir. Rossiya psixologlari I.V.Straxov bilan A.L.Shirman tadqiqotlarning ko‘rsatishicha, o‘spirinlik yoshidagi do‘stlik o‘smirlik yoshidagi do‘stlikdan ba‘zi bir xususiyatlari bilan farq qiladi.

O‘spirinlarda ahloqiy dunyoqarash bilan bir qatorda ijtimoiy, siyosiy, iqtisodiy, ilmiy, madaniy, diniy va boshqa soxalar bo‘yicha ma‘lum bir qarashlar vujudga keladi. Juda ko‘p yillardan beri o‘spirinlarni yaxshilik va yomonlik, xaqiqat va noqonuniylik, ahloqiylik va ahloqsizlik masalalari tashvishlantirib keladi. Hozirgi davr o‘spirinlari har bir narsaga ishonuvchan yoki salbiy munosabat hos bo‘lmay, balki hayotga real, aqliy, amaliy qaraydigan, ko‘proq erkin va mustaqil bo‘lishga intiluvchi yoshlardir.

O‘spirinlar ongli ravishda egallangan ahloq normalari asosida o‘z xatti-harakatlarini yo‘lga solishiga intiladilar. Bu esa, avvalo o‘spirining 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 taosiridan paydo bo‘lgan sezgilari o‘z tanasi bilan farq qila boshlaganda vujudga keladi. Ikkinchidan o‘zining shaxsiy "Men"ligini aktiv faoliyati asosida anglashi. Uchinchidan o‘zining psixik xususiyati va hislatlarini anglashi. To‘rtinchidan ijtimoiy, ahloqiy o‘z-o‘ziga baho berishning ma‘lum sistemasini anglashi. Mana shu elementlarni barchasi bir-biri bilan funksional va genetik bog‘lagandir. Lekin bularni hammasi sizga ma‘lumki, bir vaqtning o‘zida shakllanmaydi. Bolaning «men»ligini anglashi taxminan yoshda paydo bo‘ladi, bunda bola shaxsiy olmoshni ishlata boshlaydi. Masalan: men, meniki, mendan va hakozi. 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 xususiyatiga ega bo‘lgan o‘smirlik vaqtidayoq, o‘zlarining shaxsiy xususiyatlarini kuzata boshlaydilar. Ya’ni o‘zlarining

tashqi qiyofalariga tanqidiy qaray boshlaydilar: bo‘yining pastligi yoki aksinchasi semizlik, xusn yuzdagi xusnbuzarlar yigit va qizlarni bezovtalantiradi, ular iztirob chekadilar. Kech yetiladigan o‘g‘il va qizlar yashirin kechinmalar kechiradilar. Kishining o‘z obrazi—bu o‘pirinlikning 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 qimmatini nimalarni qilishga arzishi va nimalarga qodir ekanligini benihoya bilgisi keladi. O‘ziga baho berish 2 usulda bo‘ladi.

1. Kishi o‘zi qo‘lga kiritgan yutuqlari natijasi bilan baholaydi. Masalan: Bola qiyin vaziyatda o‘zini yukotmaydi yoki yosh bolani yongindan qutkazdi -"men qo‘rqoq emasman" deydi. Ma‘lum qiyin topshiriqni bajardi. «Men qobiliyatliman»-deydi. Ahloqqa oid bunday xatti –harakatlar, o‘spirinning o‘z qattiyatliligini sinashi hamdir.

2. 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‘isida o‘ylab, bosh qotira boshlaydilar. Shaxsiy "men" obrazi, juda murakkabdir. Xatto kattalarning o‘zini anglashi qarama-qarshiliklardan holi emas. O‘spirinlarda yanada kuchliroq bo‘ladi.

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‘zozlash, sezish va faxmlashga kuproq moyilligidir. O‘spirin o‘quvchida o‘z-o‘zini anglash negizida o‘z-o‘zini tarbiyalash istagi tug‘iladi. Natijada unda o‘z-o‘zini tarbiyalash vositalarini saralash, ularni kundalik turmushga tadbqiq qilib ko‘rish ehtiyoji vujudga keladi. Lekin o‘z-o‘zini tarbiyalash jarayoni o‘spirin o‘quvchisi ruhiyatidagi mavjud nuqsonlarga barham berish, ijobiy hislatlarni shakllantirish bilan kifoyalanib 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 hislatlarini hosil qilishga xarakat qiladilar; o‘z-o‘zini tarbiyalash muammolarini, yaxlit maonaviy–ruxiy qiyofani shakllantirishga intiladilar.

O‘spirin o‘quvchilarning o‘z-o‘zini tarbiyalash jarayoni o‘quv muassasa jamoat tashkilotlari, pedagoglar jamoasining tarbiyaviy taosiri doirasida bo‘lmog‘i shart.

Toki o‘z-o‘zini tarbiyalashning takomillashtirish 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 taosir o‘tkazish jamoa majburiyati, o‘zaro yordam va nazorat qilish, o‘zaro baholash va tanqid qilish kabilar maqsadga muvofiqdir. Ijtimoiy turmushda uchraydigan baozi bir yaramas yurish-turish ko‘rinishlariga, illatlariga, sarqitlariga qaqshatkich zarba berish, ularning ta‘siridan yigit va qizlarning asrash, yot tashviqot moxiyatiga qarshi kurash olib borish pedagoglar jamoasining bosh vazifasidir.

O‘spirinlarda balog‘atga etganlik tuyg‘usi takomillashib borib, o‘z-o‘zini qaror toptirish, o‘z maonaviy qiyofasini ifodalash tuyg‘usiga o‘sib o‘tadi. Bu narsa ularning

aloxida shaxs ekanligini tan olishga intilishida o‘z ifodasini topadi. Buning uchun ayrim yoshlar turli modalarga mayl qo‘yish, murakkab ta’sviriy san’atga, musiqaga, kasb-hunarga, tabiatga maftunkor qiziqishlarini namoyish qilishga xarakat qiladilar. O‘quv va mehnat jamoalari taosirida matonat, jasurlik, sabr-toqat, kamtarlik, intizomlilik, halollik kabi insoniy fazilatlar takomillashadi, xudbinlik, loqaydlik, munofiqlik, laganbardorlik, dangasalik, qo‘rqoqlik, g‘ayirlik singari illatlarning barham topishi tezlashadi.

O‘spirinlar shaxsining shakllanishi jarayonida jamoat tashkilotlarini roli alohida ahamiyat kasb etadi. Ularda faollik, tashabuskorlik, mustaqillik, qat’iyatlik, ma’suliyatlik, o‘z xarakatlarini tanqidiy baholash singari fazilatlarini barqaror xususiyat kasb etib boradi. O‘spirin yigit va qizlarning jamoatchilikda faol ishtirok etishi orqali muayyan tashkilotchilik qobiliyati namoyon buladi. O‘zining kimligi, qandayligi, qobiliyatlari, o‘zini nimaga xurmat qilishini aniqlashga intiladirlar. Do‘st va dushmanlari kimligi, o‘z istaklari, o‘zini va tevarak-atrofni, olamni yaxshi bilishi uchun nima qilish kerakligini anglashga xarakat qiladi. Ma’lumki o‘spirinlarning hamma savollari anglangan bo‘lmaydi. Ba’zan o‘spirinlar o‘zlaridan hech qanoatlanmaydigan, o‘z oldilariga xaddan 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 xurmatlash va uning xususiyatlari quyidagilardan iborat. Demak, yuqorida ko‘rsatib o‘tilganidek, shaxsning erta o‘spirinlikdagi eng muhim hislatlaridan biri o‘z-o‘zini hurmat qilish, o‘z-o‘ziga baho berish hamda o‘zini 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 qiyofani shakllantirish masalasi qiziqtiradi. Bunda shaxs ideali va namunaning mavjudligi katta axamiyatga ega.

Hozirgi yigit va qizlarni 30 –40 yil avvalgi tengqurlari bilan solishtirganda ularning umumiy saviyalari naqadar o‘sganligini ko‘rish mumkin. Intelektual qiziqishlar doirasi keng va ko‘pqirralidir. Radio, televidenie, telefon, internet tarmog‘i, ilmiy – ommabop asarlar, kinofilmlar, fan vatexnika taraqqiyotida muhim rol yo‘namoqda. Lekin o‘spirinlar qiziqishlari aksariyat hollarda o‘z tanlagan kasb va yo‘nalish shuningdek, hayotiy rejalariga asoslangan bo‘ladi. O‘spirinlik yoshiga kelib yigit, qizlarning dunyoqarashlari yuksak pog‘onaga ko‘tarila boshlaydi. Bu esa o‘spirinning tashqi olamni tushunishiga, baholashiga bo‘lgan munosabatlarini aniqlashga yordam beradi. O‘spirinlar dunyoqarashi endi ularning ilmiy, falsafiy, siyosiy va diniy qasharlari tizimidan iboratdir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati

1. Karimov I.A. Yuksak ma’naviyat – yengilmas kuch. – Toshkent: Ma’naviyat.
2. Bekmirzayev N. Notiqlik san’ati asoslari. – Toshkent: Yangi asr, 2008.
3. Mahmudov N. O‘qituvchi nutqi madaniyati. – Toshkent: A.Navoiy nomidagi O‘zbekiston Milliy kutubxonasi nashriyoti, 2007.
4. Muhiddinov A.G. O‘quv jarayonida nutq faoliyati. – Toshkent: O‘qituvchi, 1995.
5. Основы педагогического мастерства / Под ред. А.Зыузина. – Москва:

Prosvechenie, 1989.

6. Sultonova G.A. Pedagogika / O'quv-uslubiy qo'llanma. – Toshkent:

SHAXS SHAKILLANISHIGA TA'SIR ETUVCHI IJTIMOY-PSIXOLOGIK OMILLAR

Mukarrama Baxtiyarovna Karimberdiyeva
Qoraqolpog'iston Respublikasi Ellikqa'la tumani 10-maktab psixologi

Annotatsiya: Shaxs-kishilik jamiyatida yashaydigan, faoliyatni biror turi turi bilan shug'illanadigan, til orqali atrofdegilar bilan normal muloqatda bo'la oladigan, ongi yuksak rivojlangan komil insondir.

Kalit so'zlar: Shaxs, ijtimoiy-psixologik omil, tashqi muhit, ta'lim –tarbiya, nasliy omil, oila, extiyoj, shaxs faolligi.

Shaxs tushunchasida odamning ijtimoiy xarakteri aks ettirilgan. Lekin shaxsning ijtimoiy muhitning passiv mahsuloti deb qarab bo'lmaydi. Shaxs ijtimoiy tajribani faol ravishda tahlil qiladi, o'zlashtiradi, o'zi uchun o'zgartiradi-bu jarayon davomida o'zi ham shaxs sifatida shakllanadi. Shaxsning faolligi o'zi hayot uchun yo'l tanlashida, bu yo'lni egallashida. Hayotda o'z mavqei va o'rnini anglashida ifodalanadi. Shaxs shakllanib borgan sayin tashqi ta'sirlar, shu jumladan ijtimoiy ta'sirlar ham uning ichki dunyosi, psixologiyasiga qarab turli odamlarga turlicha ta'sir qiladilar. Masalan, bir xil baho turli o'quvchilarga turlicha ta'sir qiladi. Tashqi ijtimoiy muhit ta'sirining chuqurroq va mustahkamroq bo'lishiga odamning o'zi yordam beradi. Ma'lumki, bolalar o'z tabiatlariga ko'ra ilk yoshlik chog'laridan boshlab, nihoyat darajada taqlidchan bo'ladilar. Bolalar katta odamlarning barcha hatti – harakatlariga bevosita taqlid qilish orqali bu hatti – harakatlarini, yaxshi – yomon fazilatlarini o'zlariga singdirib boradilar. Bolalar oilada, ko'cha – kuyda, katta odamlarning har bir harakatlarini, o'zaro munosabatlarini zimdan kuzatib turadilar. Inson shaxsining tarkib topishida tashqi ijtimoiy muhitning rol haqida gap borar ekan, shuni ham ta'kidlab o'tish zarurki, ayrim g'ayri tabiiy hodisalar inson shaxsining tarkib topishida tashqi muhit ta'sirining hal qiluvchi ahamiyatga ega ekanligini to'la tasdiqlaydi. Biz ayrim tasodifiy hollarda odam bolalarining yovvoyi hayvonlar muhitiga tushib qolish hodisasini nazarda tutayapmiz. Hayotda bunday hodisalar juda siyrak bo'lsa ham har holda uchrab turadi. Masalan Hindistonlik doktor Sing Kalkutta yaqinidagi o'rmonzorda bo'ri bolalari bilan birga ikkita odam bolasining ham to'rt oyoqlab yugurib yurganini ko'rib qoladi. Keyin ularni poylab, qarorgohlarini topib, bolalarini olib ketadi. Ulardan biriga Amala ikkinchisiga Kamala deb nom qo'yadi. Shunarsa harakterliki, bolalar yoshlikdan bo'ri muhitiga tushub qolganliklari tufayli, fe'l – atvorlari hatti – harakatlari, jihatdan bo'rilardan farq qilmas edilar. Nutq yo'q demak taffakuri ham nihoyat darajada cheklangan edi. Juda katta qiyinchiliklar bilan qayta tarbiyalanilayotgan bo'ri muhitidagi bolalar shamollash natijasida o'lib qoladilar. Bu hodisa odamning shaxs sifatida rivojlanishi uchun eng avval insoniy muhit, ya'ni

ijtimoiy muhit bo'lishi kerakligini to'la tasdiqlaydi. Shaxs va uning psixologiyasiga ta'sir etuvchi ikkinchi omil – ta'lim – tarbiyaning tizimidir.

Ma'lumki, ta'lim – tarbiya inson ongini shakllantiradi, uning dunyo qarashi, e'tiqodi, hayotga bo'lgan munosabatini tarkib toptiradi. Agar bolalarning ruhiy taraqqiyotlari va shaxsiy xususiyatlarining tarkib topishi faqat tashqi ijtimoiy muhit bilan, ta'lim – tarbiyaning o'zigagina bog'liq bo'lganda edi, unday paytda biz bir xilda sun'iy va aynan bir xil ta'lim – tarbiya sistemasini tashkil qilib, har tomondan babbaravar taraqqiy etgan va deyarli bir shaxsiy xususiyatlarga ega kishilarni yetishtirib chiqarar edik. Va holanki, bunday bo'lishi mumkin emas, shuni aytib o'tish kerakki bola shaxsining tarkib topishiga ta'lim- tarbiyaning ta'siri deganda, albatta birinchi navbatda tarbiya oiladan boshlanib, uzliksiz ta'lim muassalarida, ya'ni bog'cha, maktab, internat, litsiy va kollejlarda beriladigan ta'lim – tarbiya rivojlanadi. Oiladagi umumiy ijtimoiy muhitdan tashqari oilada beriladigan ta'lim – tarbiyaning roli kattadir. Shaxs shakllanishida ma'naviyatining tarkib topishi va rivojlanishida oilaning o'ri ahamiyati beqiyos bo'lib, oila bilan bog'liq masalalar oilaviy hayot psixologiyasining asosiy muommolaridan hisoblanadi. Jamiyatning alohida mustaqil guruhi muayyan institut hisoblangan oila, ayni zamonda jamiyat taraqqiyoti bilan bo'g'liq xolda rivojlanib boradi. Boshqacha aytganda, oilaning ijtimoiy – psixologik xususiyatlari, mazmuni, oilaviy munosabatlarning o'ziga xosligi mavjud ijtimoiy tuzumdagi mafkuraviy, siyosiy, iqtisodiy ijtimoiy-tarixiy, madaniy shart-sharoitlar bilan xam belgilanadi. Yuqorida aytib o'tilgan ikkita omildan tashqari uchinchi omil ham mavjud – bu nasliy xususiyatlardir. Odamga nimalar nasliy beriladi? Odamga nasliy yo'l bilan ayrim anatomik va biologik xususiyatlari beriladi. Masalan tana tuzulishi sochi va ko'zlarining rangi ovozi gapirish uslublari ayrim harakatlari tug'ma berilishi mumkin. Lekin shuni hech qachon esdan chiqarmaslik kerakki, odamga hech vaqt tarbiya uning psixik xususiyatlari, ya'ni uning aqliy tomonlari bilan bog'liq bo'lgan sifatleri nasliy yo'l bilan, ya'ni tug'ma ravishda berilmaydi. Nixoyatda nodir hollarda ayrim qobilyatlar, masalan musiqa, matematik qobilyatlariga nasliy yo'l bilan berilishi mumkin. Shaxsning rivojlanishining harakatlanuvchi kuchlari kishining faoliyatiga o'zgarib turuvchi ehtiyojlari bilan ularni qondirishning real imkoniyatlari o'rtasidagi ziddiyatlarga aniqlanadi. Ehtiyojlarni rivojlantirish, tanlash va tarbiyalash ularni hozirgi jamiyat kishisiga xos bo'lgan ma'naviy yuksaklik darajasiga olib chiqish kishi shaxsini shakllantirishning asosiy vazifalaridan biri hisoblanadi.

Individning shaxs bo'lishi yangi jamiyatni qurishning faol ishtirokchisi bo'lish kabi ehtiyoji aynan jamoda to'laqonli qondiriladi. Shaxsning shakllanishida unga maqsadga yo'naltirilgan tarzda ta'sir o'tkazish tarbiya yetakchi rol o'ynaydi. Tarbiya shaxsni rivojlantirishning jamiyat tomonidan qo'yilan maqsadlarda muvofiq tarzda yo'naltirib boradi va uyushtiradi. Shaxs taraqqiyotini xarakatlantiruvchi kuchlar muammosini xal qilishda dialektik materializm ta'limotiga asoslanish lozim. Shaxsning faolligi odamni anglangan yoki anglanmagan motivlarining murakkab sistemasi orqali faoliyatga undovchi extiyojlar yig'indisiga bog'liqdir. Biroq extiyojlarni qondirish jarayoni ichki qarama – qarshiliklarga ega bo'lgan jarayondir. Odatda extiyojlar paydo bo'lishi bilanoq qondirilmaydi. Extiyojlarni qondirish uchun moddiy vositalar, shaxsning faoliyatga ma'lum darajada tayyor bo'lishi, bilimlar, ko'nikmalar va shu

kabilar zarurdir. SHaxs taraqqiyotida irsiyat va muxitning rolini to'la inkor qilib bo'lmaydi, balki xar ikkisining ham ma'lum darajada o'z o'rnini bor. Lekin shaxs taraqqiyotini belgilovchi asosiy omil ta'lim – tarbiya bo'lib xisoblanadi. Xar qanday tirik organizmning faolligi extiyojlar natijasida xosil bo'ladi va ana shu extiyojlarni kondirishga qaratiladi. Bu qonuniyat insoniyat olamiga ham tegishlidir. Anglangan va anglanmagan, tabiiy va madaniy, moddiy va ma'naviy, shaxsiy va shaxsiy – ijtimoiy extiyojlar kishida faollikning turli shakllarini vujudga keltiradi. hayvonning xatti – harakati hamma vaqt u yoki bu extiyojni qondirishga bevosita yo'naltirilgan bo'ladi. Extiyoj hayvonni faollikka majbur qilish bilan birga, shu faollikning shaklini ham belgilaydi. Insonning xatti – xarakati esa butunlay boshqacha tuzilishga egadir. Rus olimi R.Nemov shaxsdagi faoliyat extiyojlarini quydagicha tasavvur qiladi. Biologik extiyojga – fiziologik (tashnalik, ochlik, uyqu), jinsiy moslashuvlar. Ijtimoiy extiyojlarga – mehnat qilish, bilish, estetik va axloqiy ma'naviy extiyojlarni tasavvur qilib ko'rsatgan. Shunday qilib, odam shaxsining jamiyatda rivojlanishida tashqi muhit tarbiya va nasliy omillar inson o'rtasidagi aloqa ta'siri ostida ro'y beradi, inson ularga faol ta'sir etadi va shu yo'l bilan hayoti va o'z tabiatini o'zgartiradi. Demak, yuqoridagi omillar tufayli shaxsning shakllanishiga uning muloqot tajribasiga, o'zini jamoada tutishi, unda o'zaro muloqatga kirishishi tengdoshlari va kattalar bilan muloqatiga ta'sir o'tkazadi. Bugungi kunda yosh avlodni jismonan sog'lom va barkamol bo'lib yetishishida shaxs shakllanishigata'sir etuvchi omillar borasida tushinchalarga ega bo'lish muhim ahamiyatga egadir. Shu bois, mustaqil davlatimizda shaxs shakllanishining mustahkam bo'lishi, uning barqarorligini ta'minlash uchun, avvalo, fuqarolar ota-onalarni tegishli bilim va tushunchalar bilan qurollantirish lozim.

Adabiyotlar ro'yxati

1. Aliyev .I.T. Pedagogika va psixologiya. Toshkent -2012.
2. Davletshin.M.G, Do'smuxammedov .Sh.A, To'ychieva S.M, Mavlanov M, "Yosh davrlar pedagogika psixologiyasi" T:TDPU 2004.
3. E.G'oziyev "Pedagogika psixologiya asoslari". Toshkent. 1997.
4. G'oziyev.E.G. Psixologiya (yosh davrlari psixologiyasi) T:O'qituvchi. 1994.
5. G'.Shoumarov, Z. Rasulova "Oila ensiklopediyasi" T: 2016.
6. E.G'oziyev "Pedagogika psixologiya asoslari" Toshkent. 1997.

BOLALAR PSIXOLOGIYASINI O'RGANISH QONUNIYATLARI

*Mahmudova Muhabbat Madrimovna
Ellikqal'a tumani 6-maktab psixologi*

Annotatsiya: Bolalar psixologiyasini o'rganish qonuniyatlari, hozirgi bolalarni qanday bilish usullari, har bir yosh davrini o'ziga xos holatlari va bolalar bilan to'g'ri munosabat o'rnatish.

Kalit so'zlar: Psixologiyani o'rganish prinsiplari, individ, psixofiziologik funktsiya, sababiylik printsiplari, sinchkovlik va muntazamlik printsiplari.

Bolalar psixologiyasi — yosh davrlari psixologiyasi fanining bo‘limlaridan biridir. Yosh psixologiyasi, shu jumladan, bolalar psixologiyasining psixologiya fanidagi boshqa tarmoqlardan farqi shundaki, u psixik hodisalarning o‘zini emas, balki rivojlanishi va yosh bilan bog‘liq ravishda o‘zgarishini tadqiq etadi. Yosh psixologiyasining bugungi kundagi eng muhim muammolari quyidagilardan iborat:

a) turli psixofiziologik funksiyalarning yoshga oid me‘yorlarini ilmiy jihatdan asoslab berish;

b) individ, shaxsning yetuklik mezonlari va namunalarini aniqlash;

c) hayotning turli bosqichlarida insonning real va potentsial imkoniyatlari qanday bo‘lishini aniqlash;

d) inson hayotining dastlabki bosqichlari uning kelgusidagi taraqqiyotida qanday rol o‘ynashini tushunish va ilmiy bashorat qilish.

Ushbu muammolarni hal etish uchun inson hayotining har bir bosqichida — bolalik, o‘spirinlik, yetuklik va qarilikda uning psixikasida ro‘y bergan o‘zgarishlarni chuqur o‘rganish talab etiladi. Albatta, ular o‘rtasida muayyan farqlar mavjud. O‘rtadagi farq ularning maqsadlari, konseptual apparati, metodologiyasi va ular doirasida amalga oshiriladigan chora-tadbirlarda yaqqol namoyon bo‘ladi. Fundamental—nazariy tadqiqotlarning asosiy maqsadi amaliyot uchun bo‘lgan ahamiyatidan qa’ti nazar, psixik hodisalar haqidagi bilimlarni kengaytirib borishdan iborat. Amaliy psixologiya esa kundalik hayot bilan bog‘liq konkret muammolarni hal etishga qaratilgan tadqiqotlarni o‘tkazadi. Fundamental tadqiqotlarda tadqiqotchi shaxsining ta’sirisiz ham ilmiy metod o‘z vazifalarini bajaradi. Ammo amaliy psixologiyada psixolog shaxsi metodning ajralmas qismi bo‘lib hisoblanadi. Nazariy izlanishlarda qo‘llanayotgan metodlarning ishonchliligi, validligi, reprezentativligi muhim ahamiyat kasb etsa, amaliy psixologiyada bular asosiy rolni o‘ynamaydi. Shunga qaramay, bola psixik taraqqiyotiga xos qonuniyatlarni va nazariy bilimlarni egallabgina haqiqiy professional mutaxassis-psixolog, tarbiyachi bo‘lib yetishish mumkin. L.F.Obuxova o‘rinli ta’kidlaganidek, bolalar psixologiyasi sohasidagi nazariy vazifalar hal etilgandan keyin ilmiy bilimlarni amaliyotga tatbiq etish imkoniyatlari ham kengaytirildi.

Bola psixikasini o‘rganishda tadqiqotchi bir qator printsiplarni — qoidalarga tayanishi, ularga rioya etishi lozim bo‘ladi. Bu printsiplarni quyidagilardan iborat:

Ob‘ektivlik prinsipi tadqiqotchidan ma’lumotlar bilan ularning talqinini aralashtirib yubormaslikni talab qiladi. Masalan, mashg‘ulot davomida bola oynadan tashqariga qarayotgan edi deb aytilsa, bu muayyan hodisa haqidagi ma’lumot bo‘lib hisolanadi. Lekin “bola e’tiborsiz” deb aytish hodisaning talqinidir. Hodisaning o‘zi bilan uning talqinini aralashtirib yubormaslik kerak. Chunki yuqoridagi misolda ham bola oynaga qarab tuigan esa-da, tarbiyachi so‘zlariga katta e’tibor berayotgan bo‘lishi mumkin.

Sababiylik prinsipi bola shaxsi va ongida yangi sifatlarning hosil bo‘lishini ta’minlovchi barcha shart-sharoit va omillarni imkon qadar o‘rganishni talab qiladi. Masalan, mashg‘ulot davomida bola tez-tez oyna tarafga qarayotgan bo‘lsa, bu hodisaning iloji boricha ko‘proq sabablarini aniqlashga urinish kerak: ko‘chadagi biron narsa bola e’tiborini o‘ziga tortdimi, mashg‘ulotda bola charchab qoldimi, qilayotgan material bolaga yaxshi tanishmi va hokazo.

Sinchkovlik va muntazamlik printsiplari bola psixikasi shakllanishi jarayonini, bunda psixolog va pedagoglar ta'sirini sinchkovlik bilan kuzatib borishni talab qiladi. Ushbu printsiplarga muvofiq oldindan:

- a) tadqiqot joyi va vaqti aniqlanishi kerak;
- b) tadqiqotda o'rganiladigan sinaluvchilar tanlanmasi tuzilishi lozim;
- c) tadqiqot qaysi vaqtda va qanday vaqt oraliklarida o'tkazilishini belgilash zarur.

Ushbu bandlar belgilangach, ulardan chetga chiqmaslik kerak, ya'ni qandaydir sub'ektiv sabablar bilan shoshilinch xulosalar chiqarmaslik, tadqiqotni bevaqt tugatish hollariga yo'l qo'ymaslik kerak. Aks holda ob'ektivlik printsiplari buzilgan bo'ladi. Bolani o'rganish ikki asosiy shaklda: "ko'ndalangiga kesim" va "uzunasiga kesim" metodi deb nomlanuvchi tadqiqot shaklida amalga oshiriladi.

Tadqiqot ko'ndalangiga kesim shaklida o'tkazilganda turii yoshdagi bolalar guruhlarida muayyan psixologik jarayon, holat yoki xususiyat o'rganiladi va har xil yosh bosqichidagi bolalar ustidan olib borilgan tadqiqot natijalari o'zaro solishtiriladi. Masalan, D.B.Elkonin kichik, o'rta va katta maktabgacha yoshdagi bolalarning syujetli-rolli o'yinlariga xos xususiyatlarni o'rganib, o'zaro solishtirib bolalar o'yinlari taraqqiyotiga xos umumiy qonuniyatni aniqlagan. Ko'ndalangiga kesim shaklidagi tadqiqotda asosiy e'tibor sinaluvchi bolalar yoshidagi farqlarga qaratishi kerak. Farq qanchalik kichik bo'lsa, psixolog tadqiqotchi bola psixikasi va shaxsidagi muhim o'zgarishlarni payqash uchun ko'proq imkoniyatga ega bo'ladi.

Tadqiqot uzunasiga kesim shaklida o'tkazilganda bir yoki bir necha bolaning muayyan vaqt oraligidagi hayoti o'rganiladi. Tadqiqotchi uzluksiz ravishda bir yosh bosqichidan ikkinchisiga o'tishda bola psixikasi va hulq-atvorida ro'y beruvchi o'zgarishlarni aniqlab boradi.

Masalan, maktabgacha ta'lim muassasasida yangi dastur bo'yicha ish boshlangan boisa, muassasaga endi qabul qilingan bolalarni 4-5 yil uzluksiz o'rganish orqali dasturning bola taraqqiyotiga ta'sirini aniqlash va u haqida xulosa chiqarish mumkin bo'ladi. Uzunasiga kesim shaklidagi tadqiqot shuningdek, ayrim hollarda longityud tadqiqot ham deb ataladi. Tadqiqotning bu shakli ancha murakkab va ko'p vaqt talab etadi.

Psixik taraqqiyot bolaning insoniyat tarixi davomida to'plagan bilim va tajribalarni o'zlashtirishi hamda shaxs sifatida shakllanib borishi jarayonidan iborat. Yosh individ psixik taraqqiyotining aniq vaqt chegarasiga ega bo'lgan bosqichi. Psixik taraqqiyotning har bir bosqichida individda muayyan fiziologik va psixologik o'zgarishlar kuzatiladi. Odatda psixologiyada xronologik va psixologik yosh ajratiladi. Xronologik yosh inson tug'ilgandan boshlab necha yosh yashaganini ifodalaydi. Psixologik yosh esa inson psixik rivojlanishi darajasini aks ettirib, ko'pincha aqliy yosh deb ataladi. Aqliy yosh turli yoshdagi odamlar uchun mo'ljallangan maxsus test topshiriqlari orqali aniqlanadi. Aqliy yoshning xronologik yoshga nisbati bola psixik taraqqiyotining o'ziga xos ko'rsatkichi — intellektual rivojlanish koeffitsientini hosil qiladi, bu koeffitsient ingliz tilidan olingan qisqartma IQ harflari orqali belgilanadi. Bularda albatta bolalar psixologiyasini bilish katta ahamiyat kasb etadi.

Foydalanildan adabiyotlar

1. “Milliy istiqlol g’oyasi: asosiy tushuncha va tamoyillar” Toshkent, “O’zbekiston” 2000 yil.
2. Jumaboev M “O’zbek bolalar adabiyoti”, Toshkent “O’zbekiston” 2002 y, 21b.
3. Maxmudov Y.F, Xudoyqulov X.J. “Milliy g’urur-ma’naviy komillik mezoni”. T, Dizayn-Press 2011.327b.
4. To‘raqulov E. “Abu Rayhon Beruniy ruhiyat va ta’lim-tarbiya haqida”. T., “O‘qituvchi”, 1992, 39-b.
5. “Qadimiy hikmatlar”, T., F.G‘ulom nomidagi Adabiyot nashriyoti, 1987.
6. Rahimova R. “Tarbiyachiga 1001 maslahat”., Toshkent.,2007 yil.
7. Sodiqova Sh. “Maktabgacha pedagogika” Toshkentyuyu., 2013 yil.
8. Z.Nishonova, G.Alimova “Bolalar psixologiyasi va uni o‘qitish metodikasi”. oshkent 2002.

PSIXOLOGIYA SOHASINING HOZIRGI DAVRDAGI AHAMIYATI VA VAZIFALARI

Egambetova Gulhumor
Ellikqal’a tuman 24-maktab psixologi

Annotatsiya: Psixologiya fanning hozirgi kundagi o’rni, insonlar hayotidagi ahamiyati, oldidagi muhim vazifalari.

Kalit so‘zlar: Psixologiya, psixika, ong, bilish jarayonlari, harakter, temperament.

Ilm-fan rivojlanib borayotgan bir davrda psixologiya sohasiga bo’lgan talab va qiziqish kundan-kunga ortib bormoqda. Sababi har bir yosh davri , bola tarbiyasi , to’g’ri kundalik turmush tarzini shakllantirishda bu sohaning o’rni beqiyos. Barcha psixik hodisalar voqelikning in’ikosi-aksidir. Faoliyat jarayonida odam olamni aks ettirar ekan, u olamdagi narsa va hodisalar, ularning xususiyatlari, ular o ‘rtasidagi munosabatlar haqida bilimga ega bo‘lib boradi. Voqelikning inson tomonidan aks ettirilishi faol xarakterga egadir. Chunki u insonning atrof olamga ta’sir ko‘rsatish va uni o‘zgartirishga qaratilgan faoliyati davomida ro‘y beradi. Insonning bilish jarayoni uning individual xususiyatlari, to‘plangan bilim va tajribasi ta’siri ostida kechadi. Psixik faoliyat natijasida inson ongida ob’ektiv olamning sub’ektiv obrazi shakllanadi.

Psixika bu — yuksak taraqqiy etgan materiya, ya’ni miyaningxususiyati. Psixik hodisalar asosida, tashqi muhit ta’siri asosida yuz beruvchi miyaning reflektor faoliyati yotadi. Tashqi muhit ta’siri miyada o‘zgarish, tormozlanish, nerv bog‘lanishlarining hosil bo‘lishi kabi asab jarayonlarini keltirib chiqaradi. Miyaning reflektor faoliyati organizmning tashqi ta’sirlarga nisbatan javob reaksiyasini ta’minlaydi. Teskari afferentatsiyaning mavjudligi hisobiga odam va hayvonlar o‘z organizmining faoliyatini boshqarish imkoniyatiga ega bo‘ladilar.

Insonning butun psixik faoliyati sababiy taqozolangan. U tashqi va ichki muhit ta’sirlari bilan hosil qilinadi. Insonning fikrlari va hissiyotlari, harakatlari va xulq-atvori uning hayot tarzi, yashash va tarbiyalanish muhiti xususiyatlari bilan belgilanadi. Xatti-

harakatlarni tushunish uchun ularning motivlarini bilish kerak. Ularning sabablarini bilish uchun inson qanday muhitda tarbiya topgani, uni qanday insonlar qurshab turganini, bu insonning ular bilan qanday munosabatda ekanini bilish talab qilinadi. Barcha psixik hodisalar taraqqiy etib boruvchi birliklar sifatida quriladi. Mazkur tamoyil inson va hayvonlar psixikasining filogenezdagi rivojlanishi uchun ham, inson psixikasining ontogenezdagi taraqqiyoti uchun ham o'rinlidir. Taraqqiyot bu - sifat o'zgarishi, yangilikning paydo bo'lishidir. Aynan taraqqiyot davomida kuzatuvchanlik, yorqin xayol, chuqur fikrlash qobiliyati, murakkab va oliy insoniy hissiyotlar - vatanparvarlik, burch hissi, hamdardlik va boshqa insoniy fazilatlar, shaxs xususiyatlari tarkib topib boradi. Yangi xususiyatlar insonning amaliy faoliyati va boshqa insonlar bilan boigan munosabat va muloqoti natijasida shakllanadi.

Inson tafakkuri uning faoliyatida shakllanadi va namoyon boiadi. Inson narsa va hodisalarni, ularning xususiyatlarini va ular o'rtasidagi munosabatlarni bu narsa va hodisalarga ta'sir ko'rsatibgina bilishi mumkin. Insonning narsa va hodisalarga ta'siri esa faoliyat orqali amalga oshadi. Aynan faoliyat davomida inson boshqalarni va o'zini bilib boradi. Faoliyat xususiyatlari, uning amalga oshirish jarayoni shaxsning turli tomonlari rivojlanishiga ta'sir ko'rsatadi.

Har bir psixik hodisa bir butun, yaxlit xolda ko'rib chiqilishi kerak. Inson psixologiyasi yaxlit voqelikdir. Shaxs xususiyatlari, bilimlari, hayotiy tajribasi psixik hodisalarga faqat o'ziga xoslik baxsh etadi. Temperament xususiyatlari ko'pgina psixik jarayonlarni o'ziga xos tarzda kechishiga sabab boiadi. Faoliyat davomida shakllanib shaxs xususiyatlari psixik jarayonlarning kechishiga ta'sir ko'rsatadi, insonning xulq-atvori va xarakterini belgilab beradi. Inson shaxsining barcha tomonlari bir-biri bilan bogliq. Faoliyat motivatsiyasi shaxs yo'nalishiga bogliq, diqqatning rivojlanishi xarakterda irodaviy sifatlarning shakllanishiga bogliq va hakazo.

Nazariy psixologiya bilimlari amaliy pedagogik faoliyat bilan boglanishi kerak. Pedagogika oliy o'quv yurtida o'qitiladigan psixologiya kursining asosini umumiy psixologiya, yosh va pedagogik psixologiya tashkil etadi. Umumiy psixologiyada umumiy psixologik qonuniyatlar, psixologiyaning nazariy tamoyillari, asosiy kategoriyalari metodlari o'rgatiladi. Yosh psixologiyasida psixikaning ontogenezdagi rivojlanish qonuniyatlari yoritilsa, pedagogik psixologiya ta'lim-tarbiya jarayonlarining psixologik jihatlari ochib beradi. Pedagogika oliy o'quv yurtida yoki o'rta maxsus bilim yurtida psixologiyani o'rgatishning o'ziga xosligi shundaki, bu yerda psixologiyani o'rganishning o'zi maqsad emas. Bo'lajak o'qituvchi va taibiyachilarga psixologiyani o'qitishning asosiy maqsadi psixologik bilimlarni pedagogik faoliyatda qo'llashga o'rgatishdan iboratdir. Pedagogika o'quv yurtlaridagi psixologiya kurslari yuqorida sanab o'tilgan tamoyillar asosida tuzilsa, ular talabalar psixologik bilimlarining hayot va kasbiy faoliyatdagi ahamiyatini tushunishlari, shaxs sifatida shakllanishlarida muhim poydevor bo'lib xizmat qiladi. Psixologiyani o'qitish samaradorligini oshirishning muhim sharti ta'limda ko'rgazmalilik tamoyiliga rioya qilishdir. Bu tamoyil o'qitish jarayonida ko'rish, eshitish, hid bilish, ta'm bilish, teri, muskul kabi sezgi a'zolarining bir ya'ni bilish ob'ekti ustida safarbar qilinishini talab etadi. Bilish jarayoni konkret narsa va hodisalarni sezish hamda idrok etishdan boshlanadi va umumlashtirish, mavxumlashtirish tomonga boradi. Sezgi va idrok

voqelikni bilishning nisbatan sodda, bevosita jarayonlari bo'lib hisoblanadi. Ko'rgazmalilik tamoyili o'qitishda mazkur jarayonlarning imkoniyatlaridan kengroq foydalanishni nazarda tutadi. Psixologik bilimlarni egallab, talabalar ko'pincha nazariy bilimlar bilan konkret psixik hodisalar haqida ko'rgazmali tasavvurlarni bir-biriga bog'lashda qiynaladilar. Ko'rgazmalilikning turli usullaridan foydalanib, psixologiya o'qituvchisi talabalarga egallanayotgan psixologik bilimlarni konkret ko'rgazmali mazmun bilan boyitishda, odamlar faoliyati, xatti-harakatlarida muayyan psixologik qonuniyatlarni ko'ra olishga o'rganishda yordam beradi.

Maktab jarayonida ham psixologiya sohasining bir qancha vazifalari turibdi. Maktablarda tashkil etilgan psixologik xizmat ko'rsatish ishlari maktab psixologlari tomonidan olib boriladi. Maktab psixologining vazifalari, huquq va majburiyatlar. Vazirlar Mahkamasining 577-sonli qarori bilan tasdiqlangan. Maktab jarayonida maktab psixologining muhim vazifalari quyidagilardan iborat:

- O'quvchilarni kasb-hunarga yo'naltirish
- O'quvchilarni va ularni ota-onalarini psixologik jihatdan o'rganish uchun test va so'rovnomalar olish va yordamga va korreksiyaga muhtoj o'quvchilar va ota-onalarga tegishli tavsiya, maslahatlar berishi, treninglar tashkil qilishi
- Muommoli, tarbiyasi og'ir shuningdek tanglik holatidagi o'quvchilarni aniqlab vaqtida tegishli yordam berish me'yordan og'ish holatlarini oldini olish kabi bir qator vazifalari mavjud.

Shuningdek maktab psixologi barkamol avlod va yetuk shaxsni rivojlanib chiqishi uchun ota-ona va farzand, o'qituvchi va o'quvchi, o'qituvchi va pedagogik jamoa, ota-ona va maktab orasidagi psixologik muhitni yaxshilashdek samarali ishlarni amalga oshirib boradi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Umumiy psixologiya. T.: O'qituvchi, 1992. – 512 s.
2. Nemo R.S. Psixologiya Kn. M.: Prosveshenie – 1994. – 576 s.
3. G'oziev E. Psixologiya. T.: O'qituvchi, 1994 – 300 b.
4. Klimov E.A. Osnovi psixologii. Ucheb. M.: YuNITI, 1997. – 295 s.
5. Godfrua J. Chto takoe psixologiya. T. M.: Mir. 1992 – 496 s.

JINOYATCHILIK HOLATLARINI SHAKLLANTIRUVCHI OMILLAR VA O'SPirinLIK DAVRINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

*Utebayeva Mayramgul Bazarbayevna
Ellikqal'a tumani 47-maktab psixologi,
Tubetbaeva Uldanay Bazarbayevna
Ellikqal'a tumani 19-maktab psixologi*

Annotatsiya: Jinoyatchilikni yoshga bog'liqligi, qaysi yosh davrida shakllanishi, o'smirlik davri inqirozlar, o'spirinlik davrining psixologik xususiyatlar, motivlarni shakllanishi. Aqliy rivojlanishi haqida.

Kalit soʻzlar: Yosh davrlari psixologiyasi, bolalik, oʻsmirlik, oʻspirinlik inqroz va krizis, depressivlik, agressivlik, motiv, motivatssiya.

Psixologlarning fikricha, oʻsmirlik davri shaxs sifatida intensiv rivojlanish davri boʻlib, bu yoshda maʼnaviy va intellektual jihatdan oʻsish jarayoni kuchayadi. Oʻsmir ruhiy faoliyatida keskin oʻzgarishlar yuzaga keladi. Bu yoshda organizmning mukammallashuvi va qayta shakllanish jarayoni kuchayadi. Bu yoshda bola bolalikdan oʻsmirlikka, quyi rivojlanish pogʻonasidan yetuklik bosqichiga oʻta boshlaydi. Bolalik dunyosini tark etgan oʻsmir hali katta boʻlmadi, shu bois uning xulqida ayrim qarama-qarshiliklar, ziddiyatlar uchraydi. Oʻsmirlik davri fanda xulq ogʻishi darajasiga koʻra “inqiroz davri” deyiladi. Inqirozli holatlar darajasi ota-onaning taʼsirchanlik roli sust boʻlgan yoki notoʻliq oilalarda tarbiyalangan bolalarda ancha yuqori boʻladi. Bunday bolalar tez-tez uyga kelmaslikni, koʻchabazorilik, daydiklikni odat qiladilar. Shuning natijasida oʻsmir jinoyatchilik koʻchasiga kirib ketadi. Bu davrda oʻsmir shaxsida depressivlik, agressiya, qoʻzgʻaluvchanlik, oʻz joniga qasd qilish holatlari ham kuzatilishi mumkin. Tadqiqotchi M.I.Enikeev bu yoshga xos boʻlgan bir qator xulq-atvor stereotiplari mavjudligini sanaydi:

- qarama-qarshi nuqtai nazar reaksiyasi. Kattalarning hatti-harakatlari, gap-soʻzlariga nisbatan oʻsmirning kuchli qarshiligi, eʼtiborsizlik hissining paydo boʻlishi. Bu reaksiya koʻpincha dars qoldirish, uydan ketib qolish, spirtli ichimlik ichib maqtanish va baʼzan gʻayriqonuniy hatti-harakatlarni amalga oshirish holatlarida koʻrinadi;

- taqlidchanlik reaksiyasi - oʻsmir ayrim kishilarga, baʼzan kinoda koʻrgan yoki eshitgan gʻayriijtimoiy qahramonlarga taqlid qiladi;

- salbiy taqlidchanlik yoki muayyan voqea-hodisalarga, kishilarga teskari taqlid reaksiyasi;

Oʻsmirlik davrida shakllangan yuqoridagi omillar oʻspirinlik davrida ham oʻz taʼsirini koʻrsatmasdan qolmaydi. Natijada oʻqish va mehnat jarayonida katta qatlarning analetik sintetik faoliyati murakkablashadi. Bu hol bola dunyoqarashini shakllanishiga salbiy taʼsir koʻrsatadi.

Ilk oʻspirinlik davrini ikkinchi oʻtish davri deb hisoblash mumkin. Agar birinchi oʻtish davridagi koʻproq bolalikka yaqin boʻlsa, ikkinchi oʻtish davrida boʻlgan oʻspirin koʻproq yoshlik davriga yaqindir va shu jixatidan oʻrganiladi, xamda tadqiq etiladi. Ilk oʻspirinlik davri asosan unda mustaqil hayotning boshlanishi bilan (oʻrta maktabni tamomlab litsey, kollejlarga kirishi) xarakterlanadi. Hayotdagi bu oʻzgarishlar ilk oʻspirinlik shaxsiga, uni oʻz –oʻzini anglashiga toʻliq taʼsir koʻrsatadi. Oʻsmirlardan farqli oʻlaroq ilk oʻspirinlar katta hayotni tasavvur etmaydilar, balki snda ishtirok etadilar. Uning nafaqat mustaqilligi ortishi bilan bir qatorda kattalarning unga munosabatlari ham oʻzgaradi. Kattalar oʻsmirga koʻproq bola deb qarasarlar, ilk oʻspirin yoshdagilarga katta odamdek munosabatda boʻladilar. Ilk oʻspirinlar hayotda oʻz oʻrnini topishga nisbatan intilish anglagan holatida boʻla boshlaydilar. U oʻz hayotiy rejalarini amalga oshirish uchun xarakat qila boshlaydi va maʼlum bir kasbni egallay boshlaydi yoki shu soha boʻyicha akademik litseylarda oʻqishini davom ettiradi. Oʻspirinlar tanlagan sohalari yoki kasblarida juda katta yangiliklar, kashfiyotlar qilgilari keladi, lekin asta-sekinlik bilan yangilik va kashfiyotlar qilish uchun ularda bilim va tajriba

yetishmayotganligini va buning uchun ko'proq o'qish va o'rganishlari kerakligini anglay boshlaydilar.

O'spirin bola bilan katta odam o'rtasidagi oraliq mavqeni egallaydi. Bolaning jamiyatda tutgan o'rnini kattalarga bog'liqdir, kattalar ularga hayot faoliyatining asosiy mazmun va yo'nalishini belgilab beradilar. Bolaning bajaradigan roli kattalar rovidan sifat jixadan farq qiladi. Hayot faoliyati murakkablashgan sari o'spirinlarda ijtimoiy rollar kengligi faqat miqdor tomondangina kengayib qolmay, balki sifat tomonidan ham o'zgarib boradi. M: 16 yoshda pasport oladi. 18 yoshidan faol saylash xuquqiga va oila qurish imkoniyatiga ega bo'ladi. O'spirin jinoiy ishlar uchun javobgar bo'ladi. Ba'zi o'spirinlar bu yoshdan boshlab ishlay ham boshlaydilar. Kasb tanlash haqida o'ylay boshlaydilar. Lekin shunga qaramay o'spirinlarda kattalarga qaramlik xususiyatlari saqlanib qoladi. O'spirinlar (16 –18 yoshlar) o'zlarining psixologik xususiyatlari bilan boshqa yosh davrdagi bolalardan keskin farq qiladilar jismoniy, ham aqliy jixatdan voyaga yetgan, kamolotga erishgan, dunyoqarashi, o'z –o'zini boshqarishi kabi yetuk insoniy xususiyatlari tarkib topgan bo'ladi. Shu tufayli ular vazmin, muloxazali bo'ladilar, katta yoshdagilarga hurmat –ehtimom bilan qaraydilar. Ular uzoqni ko'zlaydigan, kelajak uchun qayg'uradigan, ota –onalarining yaqin yordamchisiga aylanadilar. O'quv faoliyati o'spirinning asosiy faoliyati bo'lib qolaveradi, lekin o'qishga nisbatan faqat o'smirlik yoshiga qaraganda o'spirinlikda bir muncha yuqoriroq bo'ladi. Mustaqil hayotga tayyorgarligini o'z –o'zini anglash bilan motivlar bu davrda yetakchi o'rinni egallaydi. Motivlar tizimida jamiyatning to'laqonli a'zosi bo'lishga intilish insonlarga naf keltirish kabi ijtimoiy motivlar ustunlik qiladi. Bu davrda o'spirinlarning kelgusi hayotiy va tanlayotgan kasbiy rejalariga ko'ra fanlarga nisbatan qiziqishlari ham o'zgaradi va bu o'z navbatida o'spirinning fanlarga, hamda shu fan o'qituvchilariga nisbatan munosabat ham o'zgaradi.

O'spirinlik davrida o'z ko'zlagan maqsadlariga erishishga asoslangan motivlar birinchi o'ringa ko'tariladi. O'smirlik o'zlarining o'qishga bo'lgan munosabatlari va ularning o'qish –o'rganishga undovchi sabablarni yaxshi anglaydilar.

O'spirinlik yoshida boshdan kechiriladigan his tuyg'ularning boyligi, hilma-hilligi bilan, hayotning turli tomonlariga emotsional munosabatda bo'lish bilan ajralib turadi. Ahloqiy va ijtimoiy siyosiy hislarning rivojlanishi ayniqsa xarakterlidir. Ular odatda muayyan ahloqiy talablar bilan o'zaro to'g'ri munosabatda bo'ladilar. Boshdan kechirgan his tuyg'ularni anglab etish mahorati ham rivojlanadi. O'spirinlik yoshida o'quvchilarda o'rtoqlik hissining rivoj topishi xarakterlidir. Rossiya psixologlari I.V.Straxov bilan A.L.Shnirman tadqiqotlarning ko'rsatishicha, o'spirinlik yoshidagi do'stlik o'smirlik yoshidagi do'stlikdan ba'zi bir xususiyatlari bilan farq qiladi.

1) O'spirinlarda do'stlik motivlari ancha chuqurroq bo'ladi. Bularda oshkoralik, o'zaro ishonch, talabchanlik, sadoqat, birgalikda doimiy yordam ko'rsatish, kamchiliklarni tugatish, do'stiga erdam berish, o'zaro xurmat, birbirini tushunish va h.o.

2) Do'stlik hislari ancha sermazmun bo'lib, qiziqishlar va faoliyatning juda keng doirasini qamrab oladi.

3) Do'stlik ancha emotsional bo'ladi ya'ni do'sti kechirayotgan hislarga javob bera olish qobiliyatiga ega bo'ladi.

O'spirinlik yoshidagi do'stlik ko'pincha butun umr buyi davom etadi. O'rtoqlik munosabatlari kollektivni jipslashtirishga yordam beradi, uning hayotiy faoliyatini oshiradi. Yoningda o'rtog'ing borligini his qilishning o'ziyoq qiyinchiliklarni yengishga yordam beradi. O'spirinlar do'stlik, samimiylilik emotsional sofdillik kabi hislatlarni birinchi o'ringa qo'yishadi. Do'stlar bir-birlari bilan yuraklarini bo'shatadilar. Do'stlarga samimiy mexribonlik shaxsining reflektivlik darajasiga, hamda uning emotsional xayot xususiyatlariga bog'liqdir. O'spirin hamma vaqt rostgo'y, samimiy bo'lishni istaydi. O'spirinlik yoshida alohida bir his-sevgi paydo bo'ladi. Bu maktab o'quvchisining emotsional hayotida mutlaqo yangi bir holat bo'lib, hisoblanadi. O'spirinlik sevgisi odatda sof, pokiza, beg'ubor, hilma-hil kechinmalarga boy, muloyimlik, xayolga berishish va samimiyat belgilariga ega bo'ladi. Yigit va qizlarimizning sevgini boshdan kechirishida bir-birlarini hurmat qilish, do'stlik, o'zaro yordam, bir-birini tushunish kabi hislatlar xarakterli bo'lib, ular bir-birlaridagi yuksak ma'naviy sifatlarni qadrlaydilar. Yigit va qiz bolalar o'rtasidagi munosabatlar o'spirinlik yoshida faollashgan bo'ladi. O'rtoqlarga munosabatlar doirasi kengayadi. Ayniqsa qizlarda aralash do'stlik ehtiyojlari kengayadi. Dastlab bolalarga xos sodda sevislik 16-17 yoshda birinchi jiddiy moyillik va qattiq sevgi ehtiyojlari ko'rina boshlaydi. Ikki jins o'rtasidagi o'zaro munosabat masalasi asosiy muammolaridan biri bo'lib hisoblanadi. O'spirinlarda sevgi hissining bir qancha holatlarga bog'liq.

Birinchiidan – jinsiy yetilish

Ikkinchiidan – ishonadigan, suyanadigan va har qanday nozik masalalar bo'yicha gaplashish mumkin bo'lgan do'stga ehtiyoj.

Uchinchiidan – bu tabiiy insoniy ehtiyoj hisoblanib inson ko'pincha o'zini yolg'iz his qilganida kuchli emotsional bog'liqlikka intiladi.

Tadqiqotlarning ko'rsatishicha bunday tuyg'u kuchaygan shaklda birinchi bora asosan ilk o'spirinlik davrida yuzaga keladi. O'spirinlar tasavvuridagi ideal kimnidir yoqtirishiga, sevishiga turtki bo'ladi. O'spirinlarning ideal obrazlari ba'zan real bo'lmaydi, ya'ni ular hech kimni «unga» o'xshatmaydilar.

O'spirinlar atrofda turli voqea – xodisalardagi haqiqatni bilishga intiladi. Ularning tayyor yechimlar, tayyor ma'lumotlar emas, balki shu yechim va ma'lumotlarni o'zlari muloxaza yurguzib qildirish jarayonining o'zi ko'proq qiziqtiradi. Bu borada turli masalalar bo'yicha baxs va munozaralar yuritishga va ularning fikrlarini isbotlashga juda qiziqadilar. O'spirinlik davrida bilish jarayonlarining rivoji faol ravishda davom etadi. Lekin bu rivojlanish o'spirinning o'ziga va uning atrofida kuzatuvchilarga kam seziladi. Bu davrga kelib o'spirinlar to'la ravishda mantiqiy tafakkur eta oladilar, nazariy fikr yuritib o'zlarini –o'zlari tahlil eta oladilar. Ular endi bemalol ahloqiy, siyosiy va boshqa mavzularda baxslasha olib o'z munosabatlarini bildiradi oladilar.

O'spirinlik davrida bolalar juda ko'p ilmiy tushinchalarni o'zlashtirib, ulardan turli masala va muammolarni yengishda foydalana oladilar. Bolalarda anglash va o'z-o'zini anglash sezilarli darajada o'sadi. O'spirinning o'z-o'zini anglashi o'quv, mehnat va muloqot motivatsiyalarini o'zgarishida o'z aksini topadi. Bu davrga kelib bolada yangi faoliyatlar yuzaga kelib psixik rivojlanishida yangi bosqich boshlanadi.

O'spirinlik yoshi o'qish, mehnat, muloqot singari egakchi faoliyatlar asosida umumiy va maxsus layoqatlarining rivojlanayotganligi bilan xarakterlanadi. O'spirinlik

davrida bilish jarayonlarining rivojlanishi faol ravishda kechadi. Lekin bu rivojlanish o'spirinning o'ziga va uning atrofidagi kuzatuvchilarga kam seziladi. O'spirinlik davriga kelib juda ko'p bolalarda o'z faoliyatlarini oldindan rejalashtirish layoqati yaxshi rivojlangan bo'ladi. Shuningdek, o'z-o'zini boshqarish ham o'spirinlik yoshidagi bolalarda yaqqol ko'zga tashlanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Yosh va pedagogik psixologiya T.1991.
2. G.Q.Tolaganova, —Tarbiyasi qiyin o'smirlar Toshkeny;,2005. 65- bet.
3. Entoni Giddens. Sosiologiya, toshkent 2012. 149-bet.
4. B.M.Umarov.: psixologiya. toshkent 2012, 61-bet.
5. B.Sodiqov. —Tarbiyasi qiyin o'smirlar psixologiyasi Termiz.; 2003 yil
6. Bola va Zamon. 4/2007. 29-bet.

KOMPYUTER O'YINLARINING BOLA RUHIYATIGA TA'SIRI

*Kasbayeva Raushan Djoldasbayevna
Ellikqal'a tumanni 34-maktab psixologi*

Annotatsiya: Kompyuter o'yinlarining ijobiy va salbiy tomonlari. Bolalar va kompyuter o'yinlari. Tartib - muvaffaqiyat kaliti.

Bugungi kunda deyarli barcha yoshdagi shaxslar, ayniqsa, bolalar kompyuter (planshet, noutbuk)larda turli o'yinlar juda ko'p bo'lganligi uchun ham muloqotda bo'ladilar. Ko'pchilik ota-onalar kompyuter o'yinlarini kichkintoylarning beminnat «ovunchog'i» deb biladilar: oldiga qo'ysang – bola shu bilan ovora bo'lib, jimgina uyda o'tiradi, hattoki soatlab o'tiraveradi, ko'chada tentirab yurmaydi. Hozirgi davrda mobil telefon, planshet, smartfon, notbuk va kompyuter kabi qurilmalar mavjud bo'lmagan oilani uchrata olmaymiz, shu sababli ham kichkintoylar olamni anglay boshlagan ilk kunlaridanoq mazkur qurilmalarga qiziq boshlaydilar. Shuning uchun ham o'zlarini boshqara olmay qoladilar va kompyuterdan boshini ko'tara olmay qoladilar. Yuramaydi deya bolaga telofob bemalol berib qo'yishadi. Ijobiy tomonlariga kelsak “Edu kids” ichidan o'zingiz tanlab bersangiz bo'ladi. “Edu market” dan juda kerakli ma'lumotlar ilib bo'ladi.

Ko'p yillardan buyon jahondagi ko'plab mutaxassis-olimlar zamonaviy kommunikatsiya qurilmalarining inson markaziy asab tizimiga salbiy elektr-magnit ta'siri mavjudligini ta'kidlayotganliklaridan xabardormiz. Bu, ayniqsa, bola organizmiga kuchli ta'sir etadi. Maktabgacha tarbiya yoshidagi bolalarning muntazam ravishda, planshet yoki smartfon ilovalaridagi o'yinlar bilan shug'ullanishi ularning intellektual rivojlanishiga ham ta'sir etadi. Bolalar yuqori chastotali elektr-magnit ta'sirga ega: telefon, smartfon, planshetlardan foydalanishi umuman sanitariya me'yorlari talablariga javob bermaydi. Mazkur qurilmalar bolaning ruhiy rivojlanishiga ham quyidagicha salbiy ta'sir ko'rsatadi:

Birinchi dan, sensorli ekrandan foydalangan bolalarda bosh miyaning signaliga qo‘l harakatlari nomuvofiq bo‘ladi. Bunday bolalar ko‘proq foydali hisoblangan harakatli o‘yinlar bilan shug‘ullanishga umuman qiziqmay qo‘yadilar. Soatlab sichqonchadan foydalanish esa barmoqlarning og‘rishiga sabab bo‘ladi, shuningdek, bolaning engashib o‘tirishi uning qomatiga zarar yetkazadi. Kompyuterdan foydalanib, bola sensorikani his etmaydi. Bundan tashqari, bola qo‘lidagi mayda motorikasining rivojlanishiga ham ta’sir etadi. Ikkinchi dan, bolaning smartfon va planshet ekranlaridagi obyektlarga tikilib o‘tirishlari ko‘rishdagi muammolarni yuzaga keltiradi. Uchinchi dan, planshet va smartfonlardan uzoq vaqt foydalanish bolaning bo‘yin qismida muammolar yuzaga keladi. Bola kompyuterda o‘yinlar bilan band bo‘lganida ekranga tikilaverib, kipriklari piri pira yadigan bo‘lib qolishi kabi yomon holatlar paydo bo‘ladi. Bundan tashqari, ayrim tajovuzkor o‘yinlar bolalarning dunyoqarashini buzadigan quyidagicha salbiy ta’sirlarni ko‘rsatadi:

1. Bola o‘yinda bo‘lganidek, haqiqiy hayotda ham odamlarning hayotini tuganmas, qayta, qo‘shimcha «jon» olib yashash mumkin degan tasavvurga keladi, o‘yinni qayta boshlash mumkin bo‘lganidek, haqiqiy hayotda, ko‘chada ham turli xavfli vaziyatlarga yengil yondashadigan odat shakllanadi.

2. Bolada har qanday ziddiyatli holatni kuch bilan hal etish zarur degan fikr uyg‘onadi, kuch — asosiy maqsadga aylanib, kelishish yo‘li bilan hal etish mumkinligini, hattoki, xayollariga ham keltirmaydilar yoki buning uddasidan ham chiqa olmaydilar.

3. Kompyuter o‘yinlari qahramonlarining xulq-atvori haqiqiy hayotdagi bolaga o‘tadi, boshqalarga rahmsizlarcha munosabatda bo‘lish oddiy holatdek — go‘yo buning uchun hech narsa bo‘lmaydigandek, bu shunchaki o‘yindek tuyuladi! Agar o‘yin qahramoni xavfli olov, balandlik, jarliklar ustidan sakrab o‘tsa ham, hech bir zarar ko‘rmasligi va yana bir necha hayot zahirasiga egaligi bolaning ongida unga ham hech narza zarar yetkaza olmaydi, degan fikr shakllanadi. Bola umuman hech bir xavf-xatardan cho‘chimaslik kerak degan fikrda bo‘lib, o‘zlarini virtual qahramonlardek his eta boshlaydi.

Kompyuter o‘yinlari bolalarda ruhiy zo‘riqish(stress), depressiya holatlarini yuzaga kelishiga sababchi bo‘lishi ham mumkin. Tajovuzkor mavzudagi kompyuter o‘yinlarini yosh bolalar o‘ynashiga umuman yo‘l qo‘yib bo‘lmaydi, aksincha, psixologik xavfsiz va ta’limiy mavzudagilarini taklif etish maqsadga muvofiq bo‘ladi. Kompyuter o‘yinlari bolalarda harakatchanlik, natijalarga erishish tomon intilishni so‘ndiradi, virtual olamdagidek, hamma narsani oson yo‘l bilan qo‘lga kiritish mumkin degan tushunchani shakllantiradi.

Kompyuter o‘yinlaridan olgan noto‘g‘ri taassurotlarini hayotda ham qo‘llashga intiladi. Bu noto‘g‘ri xulq-atvor modeli uning hayotda bilim olish, mehnat qilib, biror orzu-umidlarini ro‘yobga chiqarishida to‘sqinlik qiladi — shu sababli bir marta uringanida natijaga erisha olmasa, yana harakat qilish, intilish o‘rniga yoki maqsadidan osongina voz kechadi, yoki salbiy harakatlar bilan bo‘lsada, boshqa yo‘llarni qidira boshlaydi. Bundan tashqari, eng yomoni kompyuter o‘yinlari bolani qaramlikka olib keladi. Ma’lumki, kompyuterga qaramlik ham juda xavfli kasallik ekanligi haqida ma’lumotlar ko‘p. Bolalarda kompyuter va axborot vositalariga sog‘lom qiziqish yoki

gadjetlarga qaramlik yuzaga kelayotganligini qanday aniqlash mumkin. Buning uchun bola xatti-harakatlarini kuzatish va quyidagi holatlarga: Bola qancha vaqtini kompyuter o‘yinlari bilan o‘tkazishi. Agar bir soatdan ortiq bo‘lsa qaramlik xavfidan tashvishlanish mumkin. Bola kompyuter yoki planshet kabilarsiz ham o‘yinlar bilan shug‘ullana olishi. Bolani ovqatlanish yoki biror boshqa sabablar bilan chaqirilganda kompyuter yonidan ketib, qanchalik tez javob beradi yoki chaqirgan inson oldida hozir bo‘lishi. Bolaning qog‘ozga qalam yoki bo‘yoq bilan rasm chizishga yoki kitob o‘qishga qiziqishlarining mavjudligi. Bolaning bir yoki bir necha kun mobaynida kompyuterdan foydalanmay, boshqa mashg‘ulotlar bilan bandligiga e‘tibor qaratish zarur. Yuqoridagilardan kelib chiqib, bolaning kompyuter o‘yinlariga qaramlik darajasi yoki shunchaki undan ba‘zan zarur holatlardagina foydalanishi haqida ma‘lumotga ega bo‘lish mumkin. Bundan tashqari, kompyuter o‘yinlariga qaramlik yuzaga kelishi mumkinligini bolaning xatti-harakatidagi belgilarga muvofiq ham aniqlash mumkin: muntazam kompyuter o‘yinlari bilan band bo‘lgan bola shaxsiy xususiyatlarida ilgari kuzatilmagan jizzakilik, asabiylik, gapga quloq solmaslik, injiqlik, tajavuzkorlik, nevroz kabilarning yuzaga kelishi kompyuterga qaramlikdan darak beradi. Bola psixikasi kompyuter o‘yinlari davrida zararlanishi va ortiqcha yuklama olishi mumkin. Bunga hayajonga soluvchi, salbiy kutilmagan syujetlarga ega, ruhiy zo‘riqtiradigan o‘yinlar misol bo‘la oladi. Bolalarda ko‘pincha quyidagi:

- kompyuter oldida bola kayfiyatning yaxshiligi;
- o‘yindan to‘xtashni xohlamaslik;
- kompyuter oldida uzoq vaqtni ko‘ngilli o‘tkazish;
- kompyuter oldida oila va yaqinlarga qo‘pol munosabatda bo‘lish;
- o‘z faoliyati haqida yolg‘on gapirish kabi salbiy psixologik belgilar paydo bo‘lishi mumkin.

Bundan tashqari, quyidagi salbiy jismoniy belgilarni:

- ko‘zda qichishish va kipriklarini pipirratish va bosh hamda bel og‘rig‘i;
- ovqatlanish tartibiga rioya etmaslik; shaxsiy gigiyenaga rioya etmaslik; to‘yib uxlamaslik kabilarni kuzatish mumkin.

Afsuski, hozirgi davrda deyarli ko‘pchilik bolakaylar ochiq havoda faol harakatli o‘yinlar: masalan varrak uchirish, koptok o‘ynash, bekinmachoq va boshqalar bilan shug‘ullanmaydilar. Axir faol va sog‘lom turmush tarzi — bu bolalarning sog‘lom rivojlanishlarining garovidir. Buning o‘rniga turli filmlar tomosha qilish, mobil telefonlari va planshet va boshqalardagi o‘yinlar bilan ko‘p vaqt o‘tkazadilar.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. “Milliy istiqlol g‘oyasi: asosiy tushuncha va tamoyillar” O‘zbekiston” 2000 yil.
2. Jumaboev M “O‘zbek bolalar adabiyoti”, Toshkent ”O‘zbekiston” 2002 y, 21b.
3. Maxmudov Y.F, Xudoyqulov X.J. “Milliy g‘urur-ma‘naviy komillik mezoni”.T,
4. To‘raqulov E. „Abu Rayhon Beruniy ruhiyat va ta‘lim-tarbiya haqida“. T., O‘qituvchi, 1992, 39-b
5. "Qadimiy hikmatlar", T., F. G‘ulom nomidagi Adabiyot nashriyoti, 1987,

YOSHLARNI MILLIY VATANPARVARLIK RUHIDA TARBIYALASH

*Baltayev Jasurbek Matkarimovich
Ellikqal'a tumani 67-maktab psixologi*

Annotatsiya: Yosh avlodlarni milliy g'urur ruhida tarbiyalashda ta'lim dargohlari va oilani o'rni, masalasini tadqiqot obyekti qilib o'rganishdan iborat.

Kalit so'zlar: Milliy qadriyatlar, e'tiqod, vatanparvarlik, o'zlikni anglash, mustaqillik, yosh avlod tarbiyasi, birdamlik va hamjihatlik.

Hozirgi davr, ya'ni "miliy o'zlik"ni anglashning o'sib borishi yosh avlodda – ayniqsa, ta'lim muassasalari tarbiyalanuvchilarida shakllanib borayotgan milliy tuyg'ularni yanada o'stirish, rivoj toptirishni talab etmoqda.

Milliy g'urur, milliy qadriyat, birdamlik va hamjihatlik tuyg'usi zaminida shakllangan vatanparvarlikni ham o'z ichiga oladi. Yosh avlodlarda ona zaminga bo'lgan muhabbat, u bilan faxrlanish qanchalik kuchli bo'lsa, Vatanni sevish, yuksak darajada e'zozlash kuchaysa, har bir inson o'z vatani tarixi, milliy qadriyatlari, o'zining ona tilisi, madaniyati, milliy urf-odatlarini, an'analarni mukammal bilsa, millat taqdiri va istiqboli haqida chuqur tasavvurga ega bo'lsa, mustaqillik shunchalik mustahkam va barqaror bo'ladi.

Hozirgi davrda ma'naviyat masalasi mustaqillikni mustahkamlash, istiqlool sari ishonch bilan borishda shaxs ma'naviyatini shakllantirish masalasi asosiy yo'nalishlardan hisoblanadi. Yetuk madaniyatli insongina istiqlool mafkurasini egallab, kelajak tomon ahillik, birodarlik asosida boradi. Ma'naviyatimizni tiklash va rivojlantirishda milliy til va milliy madaniyat, milliy ong, milliy o'z-o'zini anglash, milliy his-tuyg'u, milliy g'urur va g'ururni o'stirish muhim o'rinda turadi.

Milliy g'urur - muayyan millatga mansublik va ushbu millat tomonidan jahon madaniyatiga qo'shilgan hissadan faxrlanish, shuningdek, o'zi mansub bo'lgan millatga sadoqatli bo'lish hissini tuyish va bu yo'lda amaliy faoliyat ko'rsatishdan iboratdir. O'zbek xalqining ma'naviyatida millatning o'tmishi, hozirgi kuni o'z ifodasini topgan. Bizning ozod O'zbekiston dunyoda madaniyatning barcha sohalarida minglab jahonshumul ulug' zotlar, allomalar, davlat arboblarni yetishtirib bergan. Ular umumbashariyat ma'rifatparvarligini yaratishda o'zlarining ulkan hissalarini qo'shganlar. Shuning uchun ham o'zbek milliy-ma'naviy merosi jahon madaniyatining ajralmas uzviy qismidir.

O'zbekiston Respublikasi mustaqil davlat maqomiga ega bo'lgandan keyin istiqlool talablari, qurilajak huquqiy demokratik davlat, adolatli, insonparvar jamiyatga mos kadrlar tayyorlashga alohida ahamiyat berilmoqda.

Shu jumladan, birinchi yurtboshimiz ta'biri bilan aytganda: "Yoshlarga milliy vatanparvarlik ruhida ta'lim-tarbiya berish bugungi kunning jiddiy vazifalaridan hisoblanadi". Darhaqiqat, yosh avlodlarda ona vatanga muhabbat, milliy g'ururni shakllantirishda avvalo, Ta'limmuassasalari va oila muhim o'rin egallaydi.

Milliy g'ururni xususan yosh avlodlar qalbi va ongiga singdirishda jamiyat hayotining barcha sohalarini qamrab olish, ta'lim-tarbiya, targ'ibot va tashviqotning

samarali shakl va vositalaridan oqilona foydalanish taqazo e'tiladi. Milliy g'ururni shakllantirish oldimizga quyidagi vazifalarni qo'yadi.

-Bolalarda milliy tuyg'ularni shakllantirishning pedagogik muammosini dolzarbligini asoslash;

-Bolalarda milliy tuyg'ularni shakllantirishning samarali shakl va metodlarini aniqlash;

-Bolalarda milliy tuyg'ularni shakllantirishga qaratilgan ilmiy-metodik tavsiyalar ishlab chiqish;

-Bolalarda milliy tuyg'ularni shakllantirishning shakl va metodlarini o'rganish.

Millatni milliy qadriyatlarning obyekt va subyekt sifatida tushunish, u bilan bog'liq milliy qadriyatlar tizimini ilmiy tahlil qilish, millatning o'zini ijtimoiy qadriyat sifatida qarash ikmonini beradi. Bu esa milliy qadriyatlarning namoyon bo'lishi, tarixiy rivojlanish jarayonida o'tmishdan kelajakka tomon xarakterini taxlil qilishga imkon yaratadi. Milliy qadriyatlar bu:

- kishilarning tabiiy, tarixiy va ijtimoiy birligini ta'minlaydigan etnik makonda shakllanadi, rang-barang tarzda, tarli shakllarda namoyon bo'ladi, kishilarning ongiga, hayot tarziga o'ziga xos tarzda ta'sir qiladi.

- kishilarning o'zaro munosabalarida, ijtimoiy faoliyatlarida ko'zga tashlanib turadi hamda ana shu munosabat, faoliyat, maqsad, ehtiyoj va intilishlar uchun ma'naviy asos bo'ladi;

- moddiy, ma'naviy, iqtisodiy, siyosiy va boshqa sohalarida muayyan natija sifatida yuzaga kelishlari, kishilar uchun zaruriyat sifatida o'ziga xos ahamiyat kasb etishlari, ularga foyda keltirishlari xam mumkin;

- ijtimoiy rivojlanish jarayonida o'zgarib, takomillashib, rang-barang jihatlar avloddan-avlodga o'tadi, meros qoladi.

Umuminsoniylik tuyg'usi faqat o'z xalqi qadriyatini ardoqlash, ko'z-ko'z qilish va boshqalar orasiga yoyish uchun intilishga asoslanmaydi, balki har bir xalq, elat, urug' qadriyatlarini qanday xolatda bo'lsa, shundayligicha qabul qilib, ularni hurmat qilishdan boshlanadi.

Har bir millatning o'zi qadrlaydigan madaniyati, tili, an'analari, urf-odatlarini, marosimlari va odob normalari bor. Dunyoda aholisi son jihatdan ko'p yoki kamroq xalq bo'lishi mumkin, ammo madaniy va ma'naviy sohada bir-biridan kam yoki ortiq millat yo'q. Ayni paytda sotqin millat ham, qoralash huquqiga ega bo'lgan millat ham yo'q. Ammo har bir millatning o'ziga xos o'tmishi, madaniy va ma'naviy qadriyatlari, milliy qahramonliklari, boshqa millatning o'ziga millat faolliyatini baholovchi hakam bo'lishga haqqi yo'q. Biror bir ta'limot, davlat shakli yoki yashash usulini qabul qila olmaganligi uchun hech qachon yoki bu millat aybdor emas. Shu ma'noda umuminsoniylik bir millat qadriyatlarini butun olamga yoyish yo'li bilan emas, balki hamma millat va elatlarning qadriyatlarini asrab-avaylash, murosalashtirish, tarix tarozusi saqlab qoladigan qadriyatlarni xurmat qilish va olamdagi milliy rang-baranglik bilan uzviy aloqada ekanligini anglash yo'li bilan boyib boradi.

Milliy qadriyatlar millatning tabiiy-tarixiy rivoji, ijtimoiy turmushi, yashash tarzi, o'tmishi, kelajagi, madaniyati, ma'naviyati, urf-odatlarini, an'analari, tili u vujudga kelgan xudud va boshqalar bilan uzviy bog'langan. Ular xilma-xil shakllardan, bir-biri

bilan uzviy aloqada namoyon bo'ladi, o'ziga xos milliy qadriyatlar tizimini tashkil qiladi. Bu tizimda tabiiy-tarixiy birlikni ta'minlovchi qadriyatlar – qon-qardoshlik, madaniy ma'naviy yaqinlik, o'tmish va ma'naviy meros, ona yurt tuyg'usi va boshqalar nisbatan barqaror bo'lib xisoblanadi. Ular milliy qadriyatlar tizimida tarixiy jarayonlar davomida tez o'zgarib turadigan ba'zi kundalik yoki amaliy ahamiyatga molik bo'lgan qadriyatlarga nisbatan, milliy qadriyatlar tizimi, o'z o'rnini va ahamiyatini uzoqroq saqlab qolishi bilan bog'liq xususiyatni ifodalaydi.

“Ko'p yillik ilmiy kuzatish va tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, inson o'z umri davomida oladigan informasiyaning 70 foizini 5 yoshgacha bo'lgan davrida olar ekan. Bolaning ongi asosan 5-7 yoshda shakllanishini inobatga oladigan bo'lsak ana shu davrda uning qalbida ma'naviyatning ilk kurtaklari namoyon bo'la boshlaydi”. Hozirgi mustaqillik sharoitida yurtimizning rivojlangan davlat darajasiga ko'tarilishi uchun bolalarni maktabgacha yosh davridan halollik poklik, mehribonlik, mehr – muruvatlilik va ular ongiga singdirish g'oyalari muhim ahamiyat kasb etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Mirziyoyev Sh.M. Tanqidiy tahlil, qat'iy tartib-intizom va shaxsiy javobgarlik – har bir rahbar faoliyatining kundalik qoidasi bo'lishi kerak.–T.: “O'zbekiston”. – 2017 yil.– 102b.
2. Mirziyoyev Sh.M. Buyuk kelajagimizni mard va olijanob halqimiz bilan birga quramiz. – T.: “O'zbekiston”, 2017 yil. – 488 b.
3. Mirziyoyev Sh.M. ”Erkin va faravon, demokiratik O'zbekiston davlatini birgalikda barpo etamiz” T.O'zbekiston nashiriyoti 2016 yil
4. Maxmudov Y.F, Xudoyqulov X.J. “Milliy g'urur-ma'naviy komillik mezoni”.T, Dizayn-Press 2011.327b.

MILLIY G'OYANI SHAKLLANTIRISHDA MULOQOTNING AHAMIYATI

Chariyeva Sahra Isayevna
Ellikqal'a tumani 7-maktab psixologi

Annotatsiya: Yosh avlodlarni milliy g'urur ruhida tarbiyalashda ta'lim dargohlari va oila oda muloqotning o'rni.

Kalit so'zlar: Milliy qadriyatlar, muloqot, proksemika, kommunikativ, nutq, e'tiqod, vatanparvarlik, mustaqillik, yosh avlod tarbiyasi,.

Milliy psixologiyaning asosiy vazifasi yoshlar ongida milliy g'oyani shakllantirishdir. Bunda muloqot katta ahamiyatga ega. Respublikamizda istiqbolda amalga oshirishga mo'ljallangan g'oyalar mavjud. Ular vatanimiz taraqqiyotini belgilab beruvchi istiqbol dasturi vazifasini bajarib kelmoqda. Bu g'oyalar:

- 1) O'zbekiston kelajagi buyuk davlat;
- 2) O'zbekistonda demokratik, huquqiy, fuqarolik jamiyatini barpo etish;
- 3) fuqarolar ongini ma'naviyat mash'ali bilan yoritish;
- 4) mustaqil fikrlovchi, faol, fidoiy kishilarni tarbiyalash;

5) komil insonni kamol toptirish kabilardir.

Vatanimizning milliy g'oyasi barcha millatlar, uchun umumiydir. Milliy g'oya fuqarolarning diniy e'tiqodi, ijtimoiy kelib chiqishidan qat'i nazar baxtli turmush, farovon hayot, o'zaro totuvlik, mustaqillik tuyg'usiga sadoqat, ezgu niyatlari ushalishini kafolatlaydi. Milliy g'oyani bolalar ongiga yoshlikdan singdirish darkor. Bog'cha yoshidagi bolalarga ham faqat yodlatish orqali mashg'ulotlami o'tkazmasdan, trening mashg'ulotlardan, ayniqsa, muomala treningidan ko'proq foydalanish maqsadga muvofiq. Turli yoshdagi bolalar bilan muloqot treningini tashkil etishda, yosh xususiyatlarini e'tiborga olish kerak. Muloqot treningida «Vatan nima?», «Ona zamin degani nima?», «Biz nima uchun yashaymiz?» kabi muammoli savollarni o'rtaga tashlab, bolalar ongiga milliy g'oyani, milliy g'urumi singdirish mumkin. Milliy tamoyillarini shakllantirish uchun quyidagi usullardan

foydalanish ijobiy natija beradi:

1. Madhiyani maromiga yetkazib ijro etishga e'tibor berish;

2. Vatanimiz bayrog'iga ta'zim qilishga o'rgatish; 3. «Biz Vatan farzandimiz» mavzusida ko'rik-tanlovlar o'tkazish;

4. Jamiyatning faol kishilari bilan uchrashuvlar tashkil qilish; 5. Muzeylarga sayohat uyushtirish kabilar. O'zbek tiliga davlat maqomi berilganidan keyin davlat va jamiyat hayotida birmuncha ijobiy o'zgarishlar yuz berdi, bu borada asosiy islohotlar milliy istiqloldan so'ng amalga oshirildi. Ijtimoiy hayotdagi katta yutuqlar bilan bir qatorda, shaxslararo munosabatlarda til odobi, nutq madaniyatida buzilishlar davom etmoqda, o'zbek tilining musaffoligi, aniq va lo'ndaligi, mantiqiyliigi, ohangdorligi va silliqliigi muloqotda o'z ifodasini topa olmayapti. Natijada uzatilayotgan fikrlarni idrok qilish qiyinlashmoqda. Muloqot psixologiyasining asosiy maqsadi, avvalo yoshlarda nutq madaniyatini shakllantirishdir. Shuningdek, o'qitish jarayonida bo'lajak mutaxassislariga muloqot madaniyati, muomala odobini singdirish, guruh va jamoalarda o'zaro munosabatlami muloqotni shakllantirish orqali yaxshilashdir.

Muloqot psixologiyasining asosiy vazifalari quyidagilarda o'z ifodasini topadi:

1) hamkorlikdagi faoliyat jarayonida shaxslararo o'zaro ta'sir va muloqot qonuniyatlarini o'rganish;

2) Sharq allomalarining muloqot haqidagi qarashlarini tahlil qilish;

3) o'quvchini faollikka undovchi muomalaviy imkoniyatlar mavjudligini ta'kidlab o'tish;

4) o'quvchilarda kasbiy layoqatni faollashtirishga qaratilgan muloqotni shakllantirish;

5) shaxslararo munosabatlami muvofiqlashtirishda muloqotning rolini orttirish;

6) o'zaro ta'sir etishning ayrim oqibatlarini hisobga olish. Bundan tashqari muloqotning inson ijtimoiy hayotida bajaradigan vazifalari (funksiya) ham mavjud. Muloqot funksiyalari xilma-xil bo'lib, eng keng tarqalgan tasnifga ko'ra ular quyidagilardan iborat: (B.F. Lomov taklif etgan tasnif):

1. Informatsion-kommunikativ funksiya — axborot almashinuvini ta'minlash vazifasi. Axborot almashinuvi turli belgilar, tizimlar orqali amalga oshiriladi. Odatda verbal (unda belgilar tizimi sifatida nutq ishlatiladi) va noverbal (unda nolisoniy belgilar

tizimi ishlatiladi) kommunikatsiya farqlanadi. Noverbal kommunikatsiya bir necha shakldan iborat: — kinetika (imo-ishora, mimika, pantomimika);

- paralingvistika (ovoz lokalizatsiyalari, pauzalar);
- proksemika (masofa va vaqt me'yorlari);
- vizual aloqa (ko'zlar orqali aloqa);
- takesika (jismoniy aloqa).

Ba'zida muloqotdagi individlarning hidlari ham o'ziga xos belgilar tizimi sifatida baholanadi.

2. Regulatsion-kommunikativ funksiya — suhbatdoshlar xulqatvorining regulatsiya qilinishi (boshqarilishi)ni ta'minlash vazifasi. Kishilar muloqot jarayonida verbal, jismoniy, noverbal yo'llar bilan bir-birining motivlariga, maqsadlariga, qaror qabul qilishiga ta'sir o'tkazishi, biror harakatga undashi va harakatini nazorat qilishi, bir-birining xulq-atvoriga stimullashtiruvchi va korreksiyalovchi tarzda ta'sir ko'rsatishi mumkin.

3. Affektiv-kommunikativ funksiya — inson emotsional sohasining regulatsiya (boshqarish) qilinishini ta'minlash vazifasi. Muloqot inson emotsional holatlarining eng muhim determinantasidir. Chunki turli-tuman emotsional holatlar muloqot jarayonida paydo bo'ladi va o'zgaradi. L. A. Karpenko taklif etgan tasnifga ko'ra muloqotning quyidagivazifalari ajratiladi:

Aloqa o'rnatish vazifasi — suhbatdoshni aloqaga kirishish uchun tayyorlash;

Informatsion vazifa — suhbatdosh bilan muayyan ma'lumotlar, fikrlar va rejalarni almashish;

Faoliyatga undash — suhbatdoshni biror harakatni bajarishga stimullashtirish (rag'batlantirish);

Koordinatsion vazifa — suhbatdosh bilan hamkorlikdagi faoliyatni tashkil etish va uni amalga oshirishdagi harakatlarnimuvofiqlashtirish;

Tushunishni ta'minlash vazifasi — suhbatdoshning fikrlari vahissiyotlarini tushunish;

Amotiv vazifa — suhbatdoshda muayyan hissiyotlarni uyg'otish hamda ularni o'zgartirish;

Munosabat o'rnatish vazifasi — munosabatlar tizimidagi shaxsiy o'rinni, mavqeni aniqlash;

Ta'sir ko'rsatish vazifasi — suhbatdoshning xulq-atvori, shaxsiy xususiyatlari, maqsadlarini o'zgartirish.

Demak, muloqot murakkab polifunksional ya'ni ko'p vazifali hodisadir.

Foydalanilgan adabiyotlar

- 1.. E. G'oziyev. Muomala psixologiyasi. T. 2001 .
2. E. G'oziyev. Tafakkur psixologiyasi. T. 1999.
3. E. G'oziyev. Psixologiya. T. «o'qituvchi» nashriyoti. 2003. (darslik)
- 4 E. G'oziyev. Sh. Azizova . Tashkiliy psixologiya. T. «Universitet» nashr. 1991.
5. FAkramova. R.Abdullayeva. Oilaviy hayotni o'rganishga oid psixologik testlar.T. 2002. Respublika «Oila» markazi.
6. M. Maxsudova. Umumiy psixologiya. (ma'ruzalar matni) Namangan.

7. M. Maxsudova. Oilaviy munosabatlar psixologiyasi. (uslubiy qo'llanma) Namangan. 2003.
8. M. Maxsudova. Z. Qurbonova. Umumiy psixologiya. (muammoli ma'ruzalar matni). Namangan. 2004.
9. M. Maxsudova. Muloqot psixologiyasi. (muammoli matni). Namangan. 2005.
10. P. S. Ergashev. Muloqot psixologiyasi (ma'ruzalar to'plami). T. 2003

INSON QOBILIYATI VA ISTE'DODINI SHAKLLANTIRISH

*Baltayeva Xilola Matkarimovna
Ellikqal'a tumani 13 -maktab psixologi,
Saparbayeva Nargiza
Ellikqal'a tumani 44 -maktab psixologi*

Annotatsiya: Bolalar qobiliyatini rivojlantirish, o'quvchilarni iste'dodini bilish usullari, har bir yosh davrini o'ziga xos holatlari va bolalar bilan to'g'ri munosabat o'rnatish mudrab yotgan layoqatni yuzaga chiqarish.

Kalit so'zlar: Psixologiya, individ, qobiliyat, iste'dod, talent, geniy, geniallik layoqad, individuallik.

Qobiliyat deb, shaxsning muayyan faoliyat turini muvaffaqiyatli bajarishga bo'lgan layoqat darajasini ifodalaydigan, turmush jarayonida hosil qilingan individual xususiyatlar yig'indisiga aytiladi. Qobiliyatlar bilim, ko'nikma, malaka orttirish xususiyatiga bog'liq bo'ladi. Lekin bilim, ko'nikma va malaka orttirish qobiliyat emas, balki u ularni o'zlashtirishdagi layoqati, mahoratida namoyon bo'ladi, ular asosida bilim, ko'nikma, malakalar osonlik bilan egallab olinadi. Kishilar turli sohalardagi faoliyatlarida – mehnat, o'yin, o'qish va ijodiyotda biror narsani tez yoki sekin bajarishlari bilan bir-birlaridan farq qiladilar. Ba'zi bir odam bir ishni sekinlik bilan bajarsa, bir kishi tezlik bilan bajaradi. Ayrim kishilarning faoliyatlari samarali, serunum bo'lsa, boshqalarniki esa kam unum bo'ladi. Ba'zi odamlar o'z ishlarida ijodiy, original usullarni ko'proq qo'llasa, ba'zi bir kishilarning ishlarida esa bunday usullar kamroq ko'rinadi. Kishilar faoliyatining mana shu xususiyatiga qarab, biz ularning qobiliyatlari qandayligini aniqlab olamiz.

Kishilar qobiliyati nihoyatda xilma-xil bo'ladi. Har bir kasb kishidan mehnatda, ijodiyotda va o'qish faoliyatlarida tegishli qobiliyat talab etadi. Kishi faoliyatining har xil turlariga muvofiq, nazariy va amaliy qobiliyatlarni, matematika, texnika, musiqa, adabiyot, pedagogika, xo'jalik, tashkilotchilik va boshqa sohalarga oid qobiliyat turlari bo'ladi. Inson qobiliyatining barcha turlari hamma odamlarga xosdir – har qaysi odam ma'lum darajada kishi faoliyatini barcha turlariga layoqatli bo'ladi, lekin, shu bilan bir qatorda, ko'pchilik faoliyatning bir necha sohasidan yoki hatto bir sohasida salohiyat ortiqroq bo'ladi. Biror sohada qobiliyati sezilarliroq bo'lib ko'rinadigan ayrim kishilarni qobiliyatli kishi (umuman) qobiliyatli matematik, qobiliyatli musiqachi, konstruktor, rassom va hokazo deyдилar.

Qobiliyatning bunday xususiyatlari maktab bolalarida ham ko‘rinadi. Ba’zi bir o‘quvchilar o‘zlarining zehni o‘tkirliklari bilan, boshqalari poetik asarlarni aniq idrok qilishliklari bilan, uchinchisi esa, texnik ijodkorligi bilan, to‘rtinchisi esa, o‘zining laboratoriya mashg‘ulotlariga usta bo‘lish va hokazolar bilan ajralib turadi.

Odamning qobiliyatlarida tug‘ma xususiyatlar ham namoyon bo‘ladi. Shaxsning rivoj topib, qobiliyatlarida namoyon bo‘ladigan tug‘ma xususiyatlari iste’dod deyiladi.

Har bir kishida tug‘ma layoqat nishonalari, ya’ni miyaning oliy asab faoliyatini analizatorlarining o‘ziga xos xususiyatlari bor bo‘ladi, binobarin, kelgusida biror qobiliyatni rivojlantirishga bo‘lgan muayyan moyillik ana shunga bog‘liqdir. Demak, layoqat-qobiliyat taraqqiyotining dastlabki tabiiy sharti sifatida namoyon bo‘ladigan miya tuzilishining, sezgi a’zolari va harakatning morfologik hamda funksional xususiyatidir va u qobiliyatning fiziologik asosidir. Keyinchalik qobiliyatga aylanadigan layoqat nishonalarning majmui kishining iste’dodidir. Iste’dod inson qobiliyati taraqqiyotining eng yuksak darajasini ta’minlovchi tug‘ma tabiiy imkoniyatlar yig‘indisidir. Iste’dodning rivojlanishi shaxsning yashash sharoitiga, ijtimoiy ta’lim-tarbiyaga, uni faoliyatdagi faolligiga bog‘liqdir.

Genial yoki geniy deb, biz shunday kishilarni aytamizki, ular nihoyatda katta masalalarni hal qiladilar, butun bir sinf yoki xalqlar uchun, barcha insoniyat uchun ahamiyatli bo‘lgan, misli ko‘rilmagan qimmatli narsalar yaratadilar. Bunda ular yaratgan narsalar tarixda go‘yo burilish nuqtasi bo‘lib xizmat qiladi, tarixni oldinga progressiv tomon harakatga keltiruvchi madad bo‘lib xizmat qiladi. Masalan, biz Alisher Navoiyning genial shoir deb hisoblaymiz, chunki, u shunday asarlar yaratdiki, uning asarlari dunyoga kelishi bilan o‘zbek adabiyotida o‘zbek tili taraqqiyotida yangi bir davr boshlandi.

Talantli deb shunday odamlarni aytiladiki, ular ma’lum sohada murakkab nazariy va amaliy masalalarni hal qilishga, yangilik va progressive ahamiyatga ega bo‘lgan qimmatli narsalar yaratishga qodir bo‘ladilar. Talantli o‘quvchi, talantli talaba, talantli skripkachi va talantli pianist, talantli muhandis deganda biz buni ana shu ma’noda tushunamiz.

Geniy – bu yangilik yaratuvchi va kashf qiluvchi odam, talantli odam esa, bu yangiliklarni tez o‘zlashtirib oladi va shu bilimlarni turmushda tatbiq qilib, ularni oldinga suradi. Har bir geniy talantli ham bo‘ladi, biroq har bir talantli odamni genial deb bo‘lmaydi. Genial va talantli odamlarning aql-idroki nihoyat o‘sib, voyaga yetgan, zehni o‘tkir, xotirasi kuchli, xayol va tafakkuri barkamol kishilar bo‘ladi. Ammo geniallik va talantlilik faqat aqlning kuchli sur’atda o‘sganligidagina ko‘rinib qolmaydi. Kuchli, barqaror diqqat, zo‘r ehtiros, kuchli va mustahkam iroda ham yuksak qobiliyat va iste’dod belgisidir.

Hamma genial odamlarning o‘z ishiga muhabbati va ehtirosi zo‘r bo‘lgandir. Genial odam o‘zini ham unutib, butun borlig‘ini ishga bag‘ishlaydi. Butun hayotini o‘z ishiga ehtiros bilan bag‘ishlagan genial kishilarning irodasi nihoyat kuchli va sabotli bo‘ladi. Ular kishini hayratda qoldiradigan darajada mehnatsevar va mehnat qobiliyatiga ega bo‘ladilar. Bunday kishilar faoliyatining serunum bo‘lishi ulardagi butun bilish qobiliyatlarini, ijodiy, emotsional va iroda kuchlarini ma’lum narsaga to‘play bilish qobiliyatlariga bog‘liqdir. Talantli va genial kishilarning juda ko‘pi har tomonlama

qobiliyatli bo‘lganlar. Chunonchi, Aristotel, Leonardo da Vinchi, Lomonosovlar, Abu Ali ibn Sino, M. Ulug‘bek, Al-Forobiy, Navoiy, Qori Niyoziy, Usmon Nosir va boshqalar mana shunday bo‘lganlar.

Qobiliyatning sifat xarakteristikasi – shaxsning qobiliyatlari nimaga nisbatan namoyon bo‘lishini, qanday individual psixologik xususiyatlar faoliyat jarayoni muvaffaqiyatining zaruriy sharti ekanligi bilan xarakterlanadi. Masalan: O‘qituvchi tashabbuskorlik, talabchanlik, mehribonlikni his qilish, kuzatuvchanlik, kashfiyotchilik, javobgarlik kabi shaxsiy sifatarga ega bo‘lishi kerak.

Har bir odamning qobiliyat va iste’dodi taraqqiyot mahsulidir. Insonning qobiliyati uning tug‘ma layoqati asosida, muhitga bog‘liq ravishda olayotgan ta’lim-tarbiyasiga qarab, shuningdek, kishining o‘z ustida ishlashi bilan bog‘liq holda o‘sib, kamol topib boradi. Inson o‘z mohiyati bilan ijtimoiy tabiiy zotdir. Shuning uchun ham unga xos bo‘lgan barcha ruhiy holat va jarayonlar tabiiy kuchga, hayotiy kuchga egadir. Bu tabiiy kuchlar har bir insonga ota-onadan bevosita o‘tadi va ular instinktlar, tug‘ma layoqatlar tariqasida ijtimoiy munosabat va faoliyat jarayonida namoyon bo‘ladi.

Tug‘ma layoqat – tayyor, kamolotga yetgan qobiliyat emas, balki qobiliyatning o‘sishi uchun faqat tabiiy zamindir, u kelgusida qobiliyatga aylanmog‘i mumkin. Bunday imkoniyatlar faqat tegishli sharoit mavjud bo‘lgandagina ro‘yobga chiqa oladi. Tug‘ma layoqatni irsiyat bilan aynan bir narsa deb tushunish yaramaydi. Layoqat irsiyat natijasigina bo‘lib qolmay, balki, shu bilan birga ona homilasida o‘shish natijasi hamdir. Layoqat – kishidagi tug‘ma imkoniyatdir. Layoqat kishining butun umri davomida o‘zicha o‘sib, kamolotga yetmaydi. Layoqat hali kishida «mudrab yotgan» imkoniyatlardir. Bu layoqatning «uyg‘onib» yuzaga chiqishi uchun tegishli ijtimoiy muhit ham bo‘lmog‘i lozim. Layoqatni xuddi urug‘ga o‘xshatish mumkin, urug‘dan o‘simlik ko‘karib chiqishi, yetilib meva qilishi uchun qulay sharoit: tuproq, havo, quyoshning bo‘lishi darkor. Kishidagi tug‘ma layoqatning o‘sib kamol topishi uchun zarur bo‘lgan sharoitning asosi ijtimoiy muhitdir. Ijtimoiy muhit layoqatlarning o‘sib, kamol topishi uchun qulay yoki noqulay bo‘lmog‘i mumkin. Qulay muhit kishidagi «mudrab yotgan» layoqatlarni uyg‘otadi. Layoqatning o‘smog‘i uchun qulay sharoit bo‘lishi kishining bolalik chog‘larida, ayniqsa, muhimdir. Bolalar o‘z o‘yinlarida, odatda, kattalarga taqlid qiladilar. Taqlid qilish jarayonida bolalarda ma’lum bir layoqatlar dastlab uyg‘ona boshlaydi. Musiqachilar, rassom yoki shoirlar, texnik xodimlar muhitida o‘sgan bolalarning ko‘pchiligida layoqatning juda barvaqt uyg‘onishi sababi ko‘proq mana shundadir. Noqulay ijtimoiy muhit sharoitida kishidagi tug‘ma layoqatlarning «uyg‘onmay» qolib ketishi mumkin. Bunday noqulay muhit kishida tasodifiy ravishda ko‘rina boshlagan biron qobiliyat va iste’dod alomatlarini yo‘qotib yuborishi yoki ularning paydo bo‘lish vaqtini cho‘zib yuborishi ham mumkin.

Iste’dodning o‘sib kamol topishi uchun faqat muhit ta’sirining bir o‘zi kifoya qilmaydi. Bunda eng muhim narsa ta’lim va maxsus tarbiyadir. Qobiliyat ta’lim jarayonida, bilimlarni o‘zlashtirish jarayonida, bilimlarning ijodiy qo‘llanishida, tegishli ko‘nikma va malakalar hosil qilish jarayonida inson faoliyatida kamol topadi. Masalan, musiqachi bo‘lish uchun tabiiy qobiliyat va qulay sharoit bo‘lishining o‘zi kifoya qilmaydi, balki o‘qish, musiqa nazariyasini o‘rganish, texnikani va maxsus fanlarni

bilish kerak bo‘ladi. Yaxshi uchuvchi, muhandis, umuman qanday bo‘lmasin har bir sohada mutaxassis bo‘lish uchun tegishli ma‘lumot va tarbiya olish kerak.

Ta‘lim jarayonida kishi maxsus ko‘nikmalar va faoliyat texnikasini egallaydiki, ularsiz uning na iste‘dodi yuzaga chiqadi va na qobiliyati o‘shib yetiladi. «Men foydalangan texnikaning rivojlanganligi soyasidagina, – deb yozgan edi A. N. Rimskiy-Korsakov, – mening ijodiyotim yangi jonli kuchga ega bo‘ladi va mening bundan buyon ijodiy faoliyatim uchun yo‘l ochildi».

Ma‘lumki, barcha yuksak iste‘dodli kishilar ko‘p va tirishib o‘qiganlar. Iste‘dod ayni ta‘lim-tarbiya jarayonida, kishining tarkib topayotgan qobiliyatlarida ravshanroq ko‘rina boshlaydi. Chunonchi, kishining, masalan, musiqa, adabiyot, texnika, matematika va boshqa shu kabilarga bo‘lgan iste‘dodi ta‘lim-tarbiya jarayonida oshkor bo‘ladi. Qulay sharoit, o‘qitish va tarbiya odamdagi layoqatning barvaqt uyg‘onishiga imkon beradi. Masalan, Rimskiy-Korsakov onasi kuylagan kuylarni ikki yoshdanoq, otasi pianinoda chalgan kuylarni to‘rt yoshida takrorlar, xirgoyi qilar edi va otasidan eshitgan kichik musiqa asarlarini tez kunda fortepianoda o‘zi chala boshlagan. Motsart uch yoshdan boshlab klavesinani (pianinoga o‘xshash musiqa asbobini) chala boshlagan, eshitgan musiqa asarlarini hayron qolarli darajada darrov esida qoldirgan.

To‘rt yoshida o‘zi ham musiqa asarlari yarata boshlagan. Gaydida to‘rt yoshidayoq musiqaga bo‘lgan qobiliyat ko‘rina boshlagan. Prokofev sakkiz yoshida kompozitor bo‘lib tanila boshlagan. Rassomlik sohasida Rafaelning ijodiy qobiliyati sakkiz yoshida, Mikelanjeloda o‘n uch yoshida, I. Ye. Repin bilan V. A. Serovda to‘rt yoshida, V. I. Surikovda olti yoshida ko‘rina boshlagan. Aleksandr Ivanov o‘n bir yoshidayoq tasviriy san‘at Akademiyasiga kirgan. Igor Grabar o‘zi haqida: «Rassomlikka necha yoshda havas qo‘yganligimni eslay olmayman, ammo rasm solmagan vaqtimni xotirlay olmayman», deydi. Poeziya sohasida Pushkin va Lermontovlarning ijodiy qobiliyatlari juda erta ko‘rina boshlagan. Pushkin to‘qqiz yoshida, Lermontov o‘n yoshida, A. Navoiy 5 yoshida irod qila boshlagan. Ularning 7–13 yoshlaridayoq asarlari bosilib chiqa boshlagan. Bayron bilan Shiller o‘n olti yoshda yoza boshlagan. Bizning maktablarimizdagi ta‘lim-tarbiya ishlari bolalarga faqat bilim berish bilangina cheklanib qolmay, balki bolalarning barcha qobiliyatlarini o‘stirishni nazarda tutgan holda olib boriladi. Kishilar o‘zidagi turli faoliyatlarga bo‘lgan tug‘ma layoqatlarini jamoada, o‘z ustida tinmay ishlash jarayonida ro‘yobga chiqaradilar. Maktablardagi sinf hamda jamoa, guruhlar, ilmiy to‘garaklar, fan olimpiadalariga ishtirok etish, ilmiy anjumanlarda ishtirok etish tug‘ma layoqatlarning qulay imkoniyatlaridir. Shuningdek, o‘quv va mehnat faoliyatida odamning layoqatlari uyg‘onadi va qobiliyatlari o‘sadi, xalq talantlari shular jarayonida oshkor bo‘ladi.

Har bir shaxsning o‘zi faol harakat qilgandagina ijtimoiy muhit, o‘qish va tarbiya kishining layoqatini uyg‘otmog‘i va iste‘dod hamda qobiliyatlarini o‘stirmog‘i mumkin. Kishining qobiliyatlari uning faoliyatini belgilabgina qolmay, balki kishining qobiliyatlari mana shu faoliyatda o‘sadi va tarkib topadi. Qobiliyat va iste‘dodi mehnatda namoyon bo‘ladi, shu bilan birga kishi qobiliyatining o‘zi ham faqat sabot bilan mehnat qilish, tirishib tegishli bilim va malaka hosil qilish orqali kamol topadi.

Foydalanildan adabiyotlar:

1. Umumiy psixologiya. T.: O‘qituvchi, 1992. – 512 s.

- 2.Nemov R.S. Psixologiya Kn. M.: Prosveshenie – 1994. – 576 s.
- 3.G`oziev E. Psixologiya. T.: O`qituvchi, 1994 – 300 b.
- 4.Klimov E.A. Osnovi psixologii. Ucheb. M.: YuNITI, 1997. – 295 s.
- 5.Godfrua J. Chto takoe psixologiya. T. M.: Mir. 1992 – 496 s.
- 6.Karimova V.M. “Ijtimoiy psixologiya asoslari” T. 2004y.
- 7.G`oziev E. “Shaxs psixologiyasi” T. 2004y.
- 8.Z. Nishonova , G. Alimova “Bolalar psixologiyasi va uni o`qitish metodikasi ”

Toshkent 2002

PSIXOLOGIYANING AMALIY SOHALARINING MUHUM JIXATLARI

*Avezmatova Gulelek Arazmatovna
Ellikqal`a tumani 11-maktab psixologi*

Hozirgi zamon ilm-fanining qadri va ahamiyati uning nechog`li amaliyotga kirib borib, tadbikiy salohiyati ortib borishi bilan baholanadi. Psixologiyaning oxirgi yillardagi taraqqiyoti ham aynan ana shu mezon talablariga javob berishi bilan harakterlanadi. Amaliy hamda tadbikiy psixologiya sohalarining o`ziga xos jixatlari avvalo shundan iboratki, ular jamiyatning bevosita bugungi kundagi talablari va buyurtmalariga ko`ra ish yuritadi. Jamiyatimizda esa psixologik bilimlarni bevosita amaliyotga jamiyatimizda esa psixologik bilimlarni bevosita amaliyotga tadbik etishga ehtiyoj katta. Birgina Uzbekistonda kadrlar tayyorlashning milliy dasturini oladigan bulsak, uning bajarilishi va muvaffakiyatli amalga oshirilishi uchun Psixologiyaning aralashuvi zarur. Joylarda tashkil etilgan Tashxis markazlarida faoliyat ko`rsatayotgan mutaxassislar o`quvchilardagi rivojlanish tendentsiyalari, aqliy o`shish omillari va iqtidoriga karab ta`lim tarbiyani tashkil etishlari uchun qator diagnostik tadbirlarni o`tkazishlari zarurki, bu tadbirlar oxir- oqibat real samara berishi lozim. Amaliy psixologiyaning alohida tarmog`i bo`lmish sotsial psixologiya bilimlarga amaldagi ehtiyojni uch asosiy sabab bilan tushuntirilishi mumkin:

a) kichik korxonalar yoki yirik firmalardan tortib, toki hukumat darajasidagi idoralar ham o`z faoliyati va ulardagi rezevlardan oqilona foydalanishning psixologik manbalarini qidirish lozimligini tushunib yetmoqdalar:

b) professional psixologlarning o`zi ham o`z ishlaridan keladigan obru e`tiborning Amaliy sohalarida ishlay olish qobiliyatlariga bog`liq ekanligini ham agar psixologik tayyorgarlikdan o`tgan bo`lsalar, ishni tashkil qilishga o`quvlari yaxshiroq va ishlari unumliroq bo`lishini tushunib yetmoqdalar.

Amaliyotda ishlatgan boshqa soha vakillari ham agar psixologik tayyorgarlikdan o`tgan bo`lsalar ishni tashkil qilishlariga o`quvlari yaxshiroq va ishlari unumliroq bo`lishini tushunib yetmoqdalar. Shuning uchun ham ko`plab Yangi turdagi markaz va firmalar, qo`shma korxonalarlarda amaliyotchi psixologlar ishlamoqdalar. Sanoat va maxsulotlar ishlab chiqarish sohasida tadbikiy ishlar birinchi navbatda konkert tashkilotli kadrlar zaxirasini to`g`ri va okilona tashkillashdan tortib, xodimlar ish

sharoitlari va mexnat unumdorliga ta'sir etuvchi omillar kompleksini ilmiy ravishda o'rganib, hayotda natija olib olishga qaratilgan xarakterlar majmuidir. Hozirgi bozor munosabatlari sharoitida Ushbu yunalishdagi tadbikiy ishlarning ikki sohasini ajratish mumkin. 1.marketing xizmatlari 2.xodimlar bilan ishlash(personal).

Birinchi eng zamonaviy va eng muxim ish bulib ,bu erda psixologning vazifasi «nimani?» va «Kim?» xarid qilib olishga extiyoji borligini o'rganishga ko'maklashishdir. Chunki bu talab bilan extiyoj bevosita shaxsga va uning psixologik tizimiga aloqador kategoriyalar bo'lib ,bozor va raqobat sharoitimda korxonaga yoki tashkilotlarning samarali ishlab ketishi eng avvalo xaridorgir tovar maxsulotlarni ajratib,ularning odamlar talab extiyojiga qanchalik mosligini aniq tahlil qilishdan boshlanadi.Marketing munosabatlari aslida odamlar o'rtasidagi sof psixologik munosabatlar bo'lib uning negizida odamlar o'rtasidagi jonli muloqot va ta'b va didlar tarbiyasi yotadi. Shuning uchun biz bugun odamlarda to'g'ri marketint tafakkurini shakllantirish vositalarini qidirishimiz va talab-taklif munosabatlarini real ishlab chiqarish imkoniyatlari bilan muvofiqlashtirishda inson psixologiyasi xususiyatlarini inobatga olib ishlashga o'rganishimiz kerak.

Ikkinchi soha - kadrlar va ular bilan bevosita ishlash sohasi.Bu kadrlarni ishga jalo etishda bilish zarur bo'lgan qobiliyatlar va shaxsiy fazilatlardan tortib, ularni to'g'ri yo'naltirish, o'z joiga qo'yish,tashkilot doirasida guruxlarni shakllantirish, uz joyiga kuyish, tashkilot doirasida guruhlarni shakllantirish, xodimlarga ma'lumotlarni uz vaktida etkazish bilan bog'liq kadrlar siyosatini olib borishga aloqador xizmatdir. Psixologik bu urinda asosan maslaxatchi - konsul'tant va eksprert sifatida rol o'ynaydi.

Har bir davr o'z kishilari ongida beixtiyor siyosiy ongni shakllantiradi va odamlar uning tamoyillariga bo'ysunadilar. Siyosat borasidagi psixologik masalalarga psixologik aralashuvining zarurati xar doim bo'lsada, ayrim paytlarda-yirik islohatlar boshlanishi arafasida, saylov oldi kompaniyalarda, Yangi siyosiy ledirlarning xalq tamonidan qabul qilinishi jarayonlari, ko'pchilik auditoriyaga zarur ma'lumotlarni yetkazish, ijtimoiy ustanovkalarini o'zgartirish,

Siyosiy arboblarning imidjini omma ongiga singdirish paytlarida psixologik ta'sir vositalaridan o'rinli foydalanish, maslahatlar berish va ayrim guruhlarning e'tiqodiga ta'sir etish kerak bo'lganda kerak buladi: Siyosiy sohada ishlayotgan psixolog ishining o'ziga xos jixatlari bo'lib, unga quyidagilar kiradi: siyosatda psixolog aralashuvi ko'pchilik ommaga bevosita aloqador bulmaydi; zarurat tu'ilganda, psixolog shunday tez va ishonchli o'lchaydigan metodikalarni ishlatadiki, ularning natijalari sir saqlanib, o'sha buyurtmachi - siyosatchining talabiga ko'ra izlanishlar olib boriladi; psixolog xar bir siyosatchi uchun shunday ishonchli shaxs bo'lishi lozimki, undan odamlarning kayfiyatlarini, reaksiyalari, xis kechinmalari xususida aniq ma'lumotlar so'raladi;

O'ziga xos qiyinchilik shundan iboratki, jamoatchilik psixolog qiyofasida ko'pincha liderning bevosita «odamini» ko'rishga moyil bo'lib, liderning o'zi ham ba'zan o'ta professional psixologdan hadiksirab qolishi mumkin.

O'zbekiston sharoitida siyosiy psixologiyaning o'zi juda zaif rivojlangan tarmok bo'lgani sababli ham uni rivojlangan davlatlar tajribasiga tayangan holda rivojlantirish davr talablaridan biridir. Oila va nikoh borasidagi tadbikiy ishlar O'zbekistonda endi shakllanayotgan, lekin nazariy nuqtai nazardan ma'lum an'analarga ega bo'lgan

sohadir. 1998 yilning Prezidentimiz tamonidan « Oila yili» deb e`lon qilinishi joylarda psixologik xizmat o`choqlarining paydo bo`lishiga va u yerlarda psixologik xizmatidan foydalanishni anglashga turtki buldi. Psixolog bu yerlarda yoshlardagi oila va nikoh borasidagi tasavvurlarning to`g`ri shaklanishidan tortib, toki muammoli, xattoki, ajrim bo`lgan olia a`zolariga psixologik maslaxatlar berish, «ishonch telefonlari» orqali xizmatlar uyushtirishni uz zimmasiga oldi. O`zbekistonda kadrlar tayyorlashning milliy dasturi qabul qilingandan so`ng tashkil qilingan yangi tizimdagi ta`lim muassasalari - akademik litseylar va kasb-hunar kollejlariiga bir nechtdan psixologlar shtati kiritilgan va ular aynan tadbqiqiy muammolar - bolaning o`quv jarayoniga psixologik jixatdan tayyorgarligini diagnostika qilishdan tortib, professional va kasb mahoratini rivojlantrishiga bo`lgan barcha muammolarni hal qilishga aralashadi. Huquqbuzarlikning oldini olish va qonunga zid xarakat qilganlarni psixologik reabilitatsiya qilish muammosi ham har doim ham psixolog aralashuvini talab qilib kelgan. Chunki jinoyatchi yoki huquqbuzar shaxsi o`z-o`zidan shakllanib qolmaydi, uni shakllantiruvchi omillar, motivlar va bolani qayta tarbiyalash va reablitatsiya masalalari ijtimoiy psixologik jarayonlar mohiyatini bilish va ularga faol ta`sir ko`rsatish talab kiladi. Shuning uchun ham mamalakatimizda yoshlar o`rtasida huquqiy ma`rifat va huquqiy madaniyatni shakllantirishga juda katta e`tibor qaratilgan va bu ishda amaliyotchi xodim psixologning o`rni va roli katta bo`ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Umumiy psixologiya. T.: O`qituvchi, 1992. – 512 s.
2. Nemov R.S. Psixologiya Kn. M.: Prosveshenie – 1994. – 576 s.
3. G`oziev E. Psixologiya. T.: O`qituvchi, 1994 – 300 b.
4. Klimov E.A. Osnovi psixologii. Ucheb. M.: YuNITI, 1997. – 295 s.
6. M. Maxsudova. Umumiy psixologiya. (ma`ruzalar matni) Namangan.
7. M. Maxsudova. Oilaviy munosabatlar psixologiyasi. (uslubiy qo'llanma) Namangan. 2003.
8. M. Maxsudova. Z. Qurbonova. Umumiy psixologiya. (muammoli ma`ruzalar matni). Namangan. 2004.
9. M. Maxsudova. Muloqot psixologiyasi. (muammoli matni). Namangan. 2005.
10. P. S. Ergashev. Muloqot psixologiyasi (ma`ruzalar to`plami).T. 2003

O`YIN FAOLIYATINING BOLALAR PSIXIK RIVOJLANISHIDAGI O`RNI

*Masharipova Intizor Majiddinova
Ellikqal`a tumani 7-ixtitoslashtirilgan maktab psixologi*

Annotatsiya: Bolalarning psixik rivojlanishida o`yin faoliyatining o`rni, turli xil o`yinllar orqali bolalarning xulq atvorlarini shakllanishi.

Kalit so`zlar: O`yin faoliyati, bilish jarayonlari, ko`nikma, xulq-atvor, aqliy rivojlanish, rolli o`yin, xotira, tafakkur.

O‘yin faqat bilish jarayonlarini takomillashtirib qolmay, balki bolaning xulq-atvoriga ham ijobiy ta‘sir ko‘rsatadi. Bog‘cha yoshidagi bolalarda o‘z xulqini boshqarish ko‘nikmalarini tarkib toptirish bilan bog‘liq psixologik muammoni o‘igangan Z.V.Manuylekoning fikricha, biror maqsadga yo‘naltirilgan mashg‘ulotga nisbatan o‘yinda xulq ko‘nikmalarini oldinroq va osonroq egallash mumkin. Ayniqsa, bu omil bog‘cha yoshi davrining xususiyati sifatida o‘zining yorqin ifodasini topadi. Katta maktab yoshidagi bolalarda o‘z xulqini o‘zi boshqarish ko‘nikmasi o‘yin faoliyatida ham, boshqa sharoitlarda ham qariyb baravarlashadi. Ular ayrim vaziyatlarda, masalan, musobaqa paytida oldindagiga qaiaganda yuqoriroq ko‘rsatkichga ham erishishlari mumkin. Yuqoridagi mulohazalar asosida umuman aytganda, o‘yin va o‘yin faoliyati bolada o‘z hulqini boshqarish :ko‘nikmalarini shakllantirish uchun muhim ahamiyat kasb etadi, deyish mumkin.

Bolaning aqliy o‘shishi haqida fikr yuritilganda, shuni ham aytib o‘tish kerakki, narsalami yangi nom bilan atashda yoki yangicha nomlash holatidan kelib chiqib, sub‘ekt o‘yin paytida faol harakat qilishga urinadi. Chunki u moddiy narsalarga asoslangan harakat rejasidan tasavur qilinayotgan, fikr yuritilayotgan jismlar mohiyatini aks ettiruvchi harakat rejasiga o‘tadi. Bola jismlarning moddiy shaklidan birdaniga ulaming xayoliy ko‘rinishiga o‘tishida uning uchun tayanch nuqtasi bo‘lishi kerak, vaholanki shunday tayanch nuqtasi vazifasini o‘tovchi narsalaming u aksariyatidan o‘yinda bevosita ob‘ekt sifatida foydalanadi. O‘yin faoliyatida mazkur jismlar qandaydir alomatlami aks ettiruvchi sifatida emas, balki ana shu tayanch narsalar to‘g‘risida fikrlash uchun xizmat qiladi, shuningdek tayanch nuqtasi harakatning yaqqol narsa bilan bog‘liq o‘yin harakatlarining takomillashuvi harakat shakli xususiyati, bosqichi kabilami qisqartirish va umumlashtirish hisobiga amalga oshiriladi. O‘yin harakatlarining qisqarishi va umumlashuvi ko‘rinishidagi mantiqan izchil, yig‘iq shaklga o‘tishning asosini tashkil qiladi. Psixolog J. Piaje o‘yinda jismlaiga yangi nom berish omiliga jiddiy e‘tibor bilan qarab, bu ish ramziy ma‘noli tafakkur shakllanishining tayanchi, degan xulosaga keladi. Lekin bu xulosa vaziyatni aks ettirishning birdan-bir to‘g‘ri yo‘li ekanligini bildirmaydi. Shuning uchun narsaning nomini o‘zgartirish bilan bolada tarakkur va aql zakovat o‘shishini kutish ham mantiqqa mutlaqo ziddir. Aslida narsalarni qayta nomlash emas, balki o‘yin harakatlarining xususiyatini o‘zgartirish bolaning aqliy o‘shishiga sezilarli ta‘sir o‘tkaza oladi. Darhaqiqat, o‘yin faoliyatida bolalarda harakatning yangi ko‘rinishi, ya‘ni uning fikriy, aqliy jihati namoyon bo‘ladi va shuning uchun o‘yin harakatlarini shakllantirish jarayonida bolada fikrlash faoliyatining dastlabki ko‘rinishi vujudga keladi. Bolaning aqliy kamol topishida yoki uning umumiy kamolotida o‘yinning muhim ahamiyat kasb etishi xuddi mana shu dalil orqali o‘z ifodasini topadi. Bola o‘yin faoliyatida maktab ta‘limiga tayyorlanib boradi, shu boisdan, unda aqliy harakatlarning yaqqol shakllari tarkib topa boshlaydi. Rolli o‘yin faqat alohida olingan psixik jarayon uchun ahamiyatli emas, balki bolada shaxs xususiyat va fazilatlarini shakllantirishda ham zarurdir. Binobarin, katta yoshdagi odamlar rolini tanlab, uni bajarish bolaning his-tuyg‘ularini qo‘zg‘atuvchilar bilan uzviy bog‘liq holda namoyon bo‘ladi. Chunki o‘yin davomida bolada har xil xohish va istaklar tug‘ila boradi, bular boshqa narsalaming tashqi

alomatlari, o'ziga rom etishi sababli hamda bolaning ixtiyoridan tashqari, tengdoshlarining ta'siri ostida tug'iladi.

Bolalarning mehnat faoliyatlarini o'zida qamragan mashg'ulotlar asosan bog'cha yoshidagi davrdan boshlanadi. Bu yoshda bolalarning mehnatlari juda sodda va elementar bo'lsa ham ularning psixik taraqqiyotlarida juda katta ahamiyatga egadir. Bog'cha yoshidagi bolalar bilan o'tkaziladigan suhbatlar natijasida olalarda mehnatga nisbatan ijobiy munosabat, mehnat qilish ishtiyoqi tug'iladi. Kattalarning mehnat faoliyatlariga taqlid qilish dastavval bolalarning o'yinlarida namoyon o'ladi. Bolalar kattalarning mehnat faoliyatlarini o'zlarining o'yinlarida taqlididan takrorlash bilan cheklanib qolmay, balki kattalar mehnatida bevosita qatnashish uchun harakat qila boshlaydilar. Qiz bolalar onalari kir yuvayotganda suv tashish, ayrim kichikroq narsalami (dastro'molchalarni) chayishda qatnashadilar, uy va hovlilarni yig'ishtirib supurishga, o'g'il bolalar esa otasi bajarayotgan ishda qatnashishga intila boshlaydilar. Bu yoshdagi bolalar mehnatining natijasi emas, balki mehnat jarayonining o'ziga qiziqishi psixologik jihatdan xarakterlidir. Bog'cha yoshidagi bolalarning ishiga baho berib borish ularda bolalar kuchlari etadigan ishlarni bajarayotganlarida ko'p xatolarga yo'l qo'yishlari tuigan gap. Lekin bunda bolalarni mehnatga jalb qilmaslik kerak, bolalarning bajaradigan ishlarini kattalarning o'zlari bir pasda qilib qo'yishlari mumkin, degan ma'no kelib chiqadi. Sharq xalqlarida bir maqol bor: "Bolaga ish buyur, ketidan o'zing yugur" Bu juda to'g'ri, hayotiy gap. Bu bolalarga biron yumush buyurilganda, uni qanday bajarayotganliklaridan ko'z-quloq bo'lib turish kerak, degan ma'noni bildiradi. Bolalar shu tariqa asta sekinlik bilan yoshiga munosib ishlar orqali mehnat faoliyatiga ham o'rganilib boradi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Umumiy psixologiya. T.: O'qituvchi, 1992. – 512 s.
2. Nemov R.S. Psixologiya Kn. M.: Prosveshenie – 1994. – 576 s.
3. G'oziev E. Psixologiya. T.: O'qituvchi, 1994 – 300 b.
4. Klimov E.A. Osnovi psixologii. Ucheb. M.: YuNITI, 1997. – 295 s.
6. M. Maxsudova. Umumiy psixologiya. (ma'ruzalar matni) Namangan.
7. M. Maxsudova. Oilaviy munosabatlar psixologiyasi. (uslubiy qo'llanma) Namangan. 2003.
8. M. Maxsudova. Z. Qurbonova. Umumiy psixologiya. (muammoli ma'ruzalar matni). Namangan. 2004.

BOLALARNING IRODAVIY HARAKATLARINING RIVOJLANISHI

*Karimbayeva Nodira Bazarbayevna
Ellikqal'a tumani 40-maktab psixologi,
Yo'ldasheva Nilufar Favraddinovna
Ellikqal'a tumani 30-maktab psixologi*

Annotatsiya: Bolalarda irodaviy jarayonlarni rivojlanishiga ta'sir etuvchi omillar, maqsad qo'yish va faollikka undash haqida.

Kalit soʻzlar: Iroda, faoliyat, reflector harakat, tarbiyachi, ota-ona ,diqqat.

Bogʻcha yoshidagi bolalarda irodaviy harakatlar maʼlum maqsad asosida amalga oshiriladigan, toʻla anglangan harakat boʻlgani uchun bunday murakkab harakatlar hali chaqaloq bolalarda boʻlmaydi. Chaqaloq bolalardagi faollik asosan ixtiyorsiz, reflektor harakatlardan iborat boʻladi. Chaqaloq bolalar oʻzlarining bironta ham harakatlarini idora qila olmaydilar. Masalan, kichkina bola oʻziga yoqqan yoki uni qiziqtiigan biror narsani koʻrgan paytida juda koʻp betartib (qoʻl-oyoqlari, boshi bilan) harakatlar qila boshlaydi. Lekin harakatlarning birontasi ham maʼlum bir maqsadga qaratilgan boʻlmaydi. Bola uch-toʻrt oylik boʻlgandagina oʻzining boshini tik holatda ushlay oladigan boʻladi. Ana shu davrdan boshlab bolaning ixtiyoriy harakatlari rivojlana boshlaydi. Bola 5-6 oylik boʻlgach tanasining muvozanatini saqlab bemalol oʻtira oladi, qoʻllari bilan oʻz atrofidagi narsalami ushlab koʻradigan boʻladi. Ana shu tariqa bolaning ixtiyoriy harakatlari rivojlana borib, bola bir yoshga toʻlgach, oʻz harakatlarini ixtiyoriy ravishda idora qilib yura boshlaydi. Ilk bolalik yoshidagi bolalarning irodaviy harakatlarini rivojlantirishda nutqni egallash nihoyatda katta rol oʻynaydi. Bola nutqni egallab olgach, u kattalar bilan nutq orqali munosabatga kirishadi, ulaming topshiriqlarini quvonib bajaradi. Masalan, kichki na bolalar katta odamlarning “bu yoqqa kel”, “mana bu eiga oʻtir”, “qoʻlingni ber” kabi topshiriqlariga bemalol tushunib sidqi dildan bajaradilar.

Yasli yoshida bolaning ixtiyoriy harakatlari tez surʼat bilan rivojlana boshlaydi. U oʻzini qiziqtiigan narsalami olib ushlab, uni aylantirib har tomonlama timirskilab koʻradi. Bola shu davrdan boshlab kattalarga taqlid qilgan holda ixtiyoriy irodaviy harakatlami bajara boshlaydi. Shuning uchun ham ulaming irodaviy harakatlarini toʻgʻri yoʻlga solish, rivojlantirib borish kattalar zimmasiga yuklatiladi.

Irodaviy jarayonlar bilan bogʻliq boʻlgan asosiy ixtiyoriy harakatlar bogʻcha yoshidan boshlab yuzaga kela boshlaydi. Lekin kichik yoshdagi bogʻcha bolalarida hali ixtiyorsiz harakatlar ustunlik qiladi. 3 yoshli bolaning koʻpgina harakatlari uning tafakkuriga emas, balki hissiyotiga tobe boʻladi. Shuning uchun ham bu yoshdagi bolalar hali biron bir ishga oʻzlarini majbur etishning uddasidan chiqa olmaydilar. Bogʻcha yoshidagi bolalar irodaviy harakatlarining rivojlanishida ular nutqining tobora oʻsib borishi juda katta ahamiyatga ega. Tarbiyachilar va ota-onalar turli yoshdagi bolalarga ogʻzaki suratda turli xil vazifalami topshiradilar. Bolalar ayni chogʻdagi oʻyinlari yoki boshqa qilayotgan ishlarini qoʻyib, kattalarning topshirgan vazifalarini bajarishlari kerak. Ana shunday topshiriqlar berish orqali bolalarda ixtiyoriy harakatlarini oʻstirib borish mumkin. Lekin ogʻzaki topshiriqlarni bogʻcha yoshidagi hamma bolalar ham bir xilda bajaravermaydilar. Masalan, kichik yoshdagi bogʻcha bolalari, yaʼni uch yoshli bolalar ogʻzaki berilgan topshiriqlami xotiralarida uzoq vaqt saqlab turolmaydilar. Ular topshiriqni tezda unutib qoʻyib, uning oʻrniga oʻzlari xohlagan ish bilan shugʻullanadilar. Bunday holat ulami tashvishlantirmaydi. Nutq asosan oʻrta va katta guruh yoshidagi bolalar irodasini rivojlantirishda katta ahamiyatga ega boʻladi. Bu yoshda bolalar topshiriqlarni ixtiyoriy ravishda bajarishda soʻz orqali tushuntirib berilgan usullarga rioya qilishga intiladilar.

Bogʻcha yoshidagi bolalarda ixtiyoriy harakatlar rivojlanishi bilan birga irodaviy jarayonlar ham koʻrina boshlaydi (maqsad qoʻyish, yoʻl-yoʻriq hamda vositalami

belgilash, qarorga kelish va qaromi ijro etish). Lekin kichik yoshdagi bolalarda bunday irodaviy jarayonlar hali aniq emas. O'tkazilgan tekshirishlarning ko'rsatishicha, 3 yoshli bolalarning harakatlari qo'yilgan qat'iy bir maqsaddan kelib chiqmaydi. Aksincha, biror maqsad harakat davomida belgilanadi. Ularning maqsadlari ham juda tez o'zgarib turadi. Shuning uchun ular ko'pincha boshlagan ishlarini oxiriga etkazmay, bir ishdan ikkinchi bir tamomila boshqa ishga o'tib ketaveradilar. Buning asosiy sababi shundaki, kichik yoshdagi bog'cha bolalarining ixtiyorsiz harakatlarida hissiyot juda katta o'rin egallaydi. Bu yoshdagi bolalar o'zlarida tug'ilgan bir talay hissiyotlar ta'siri bilan bir maqsadni belgilaydilar. Agar bolalarning oldilariga qo'yilgan maqsad ulaiga qattiq ta'sir qilib, hissiyotlarini uyg'otsa, bunday paytda bolalar o'zlariga xos ravishda iroda kuchi va qafiylik ko'rsatishlari mumkin.

Bog'cha yoshidagi bolalar irodaviy harakatlarining rivojlanishida o'yin juda katta rol o'ynaydi. o'yin bolalar irodasini o'stiruvchi va mustahkamlovchi omillardan biridir. Bolalar o'zlarining turli-tuman o'yinlarida o'z oldilariga ma'lum maqsadlarni qo'yadilar, ba'zan uchrab qolgan to'siqlarni engib, ko'zlagan maqsadlarini amalga oshirishga harakat qiladilar. Bog'cha yoshidagi bolalar irodaviy harakatlarini o'stirish va mustahkamlashda rollarga bo'linib o'ynaydigan hamda qoidali o'yinlarning ahamiyati g'oyat kattadir. O'yin qoidalariga rioya qilishda o'z iroda kuchini ishga solishga to'g'ri keladi, chunki bola o'yin paytida o'zining harakatlarini o'ynovchilarning maqsadlari bilan moslashtirishi kerak. Kichik guruh bolalari esa buning uddasidan chiqq olmaydilar, ya'ni o'yin qoidalariga to'la rioya qila olmaydilar. Shuning uchun ular qoidali o'yinlarga qatnashganlarida juda sodda rollarni bajaradilar. Masalan, "poezd" o'yinida faqat passajir (yo'lovchi) rolini o'ynaydilar.

Bog'cha yoshidagi bolalar irodaviy harakatlarini o'stirish va mustahkamlashda ularni mehnat mashg'ulotlariga jalb qilishning ham ahamiyati kattadir. Bolalarga biron mehnat topshirig'i berilgan, ular ayni chog'dagi o'zlarining mayl-xohishlarini engib, mehnat topshiriqlarini o'z vaqtida bajarishga intiladilar. Ular ko'pincha hatto o'ynab turgan o'yinlarini ham to'xtatib, topshiriqni bajarishga kirishadilar. Bu esa ularda irodaviy harakatlarning rivojlanishiga yordam beradi.

Bolalardagi irodaviy harakatlarni rivojlantirish maqsadida ularni o'z-o'ziga xizmat qilish, supurish-sidirish, guruhda navbatchilik qilish, poliz ekinlari, gullarni parvarish qilish va tabiat burchaklarida navbatchilik qilish kabi mehnat turlariga jalb qilish zarur. Bunda faqat mehnat topshiriqlari berish bilan cheklanib qolmay, balki bolalarning bu topshiriqlarni qanday bajarayotganliklarini ham sistemali ravishda tekshirib, nazorat qilib turish lozim. Ana shunday qilgandagina bolalarda javobgarlik hissi yuzaga keladi. Bog'cha yoshidagi bolalarning biron maqsadni aniqlash va biron qarorga kelishlarida motivlar kurashi ham ko'rinadi. Masalan, kichik yoshdagi bog'cha bolalari ikkita o'yinchoqni ko'rsatib, shulardan

birini tanlab olish taklif etilsa, u darrov tanlab ololmaydi. U qo'lini goh u o'yinchoq, goh bu o'yinchoqqa cho'zadi. Bunday holda juda sodda bo'lsa ham motivlar kurashi yuzaga keladi, bola qaysi bir o'yinchoqni olish haqida qarorga kelolmaydi. O'rta va katta guruh bolalari esa biron o'yin o'ynashni tanlashda (ya'ni o'yin maqsadini aniqlashda) anchagina tortishadilar. Bog'cha yoshidagi bolalarda ijtimoiy motivlarning ta'siri bilan bir qator kodaviy sifatlar, ya'ni qat'iylik, mustaqillik, tashabbuskorlik,

dadillik kabi sifatlar taridb topa boshlaydi. Lekin bog‘cha yoshidagi bolalar irodasining bunday sifatlari katta odamlamikidek mustahkam, ya’ni xarakter xislatlariga aylanib ketgan darajada bo‘lmaydi. O‘rta va katta yoshdagi bog‘cha bolalarida ko‘rinadigan ba’zi iroda sifatlari (qatiylik, mustaqillik kabi) ko‘pincha epizodik xarakter kasb etadi. Bu yoshdagi bolalar bajarayotgan ishlarida biron to‘sqinlik uchrab qolsa, o‘zlari mustaqil ravishda bartaraf qilishga urinadilar. Lekin bu ishning ular uchun og‘irlik qilayotganligi sezilib turadi. Shu sababli bunday to‘sqinliklar chiqib qolgan paytda ular kattalami yordamga chaqiradilar. Uzoqroq davom etadigan to‘sqinliklami engishga bog‘cha yoshidagi bolalaming chidamlaii etmaydi.

Bajarayotgani islilaii ulami juda qiziqtirsa, ular uzoq davom etadigan to‘sqinliklami ham chidam bilan engishga harakat qiladilar. Shunday qilib, bog‘cha yoshida bolaning irodaviy harakatlari har tomonlama rivojlanib, mustahkamlanib boradi. Bolalar irodasini rivojlantirib borish ulami maktabga tayyorlash shartlaridan biridir. Maktabdagi o‘qish jarayoni dastawal bolalardan irodaviy (ixtiyoriy) harakatlami va iroda sifatlarining anchagina rivojlangan bo‘lishini talab qiladi. Agar bolalar o‘z xatti-harakatlarini o‘zlari idora eta olmasalar, maktabning qat’iy tartib-qoidalariga rioya qila olmaydilar. Natijada ulaiga sistemali bilim berish mumkin bo‘lmay qoladi. Shuning uchun tarbiyachilar va ota-onalar bolalariga har xil topshiriqlar berish orqali ulaming irodalarini tarbiyalab borishlari zarur.

Bog‘cha yoshidagi davrda bolalaming malaka va odatlari ham rivojlanib boradi. Dastawal ilk yoshdagi bolalarda (chaqaloqlarda) malaka ham, odat ham bo‘lmaydi. Malaka va odatlar odamning individual hayoti davomida, turmush tajribasining ortishi bilan tarkib topib boradi. Bolada 5-6 oylik bo‘lganda o‘tirish, yoshiga to‘lgach yurish malakasi, uch yoshga yaqinlashgach esa mustaqil kiyinish, ovqatlanish malakalari hosil bo‘lib boradi. Bog‘cha yoshidagi bolalarda juda sodda bo‘lsa ham ayrim mehnat malakalari, ya’ni guruhni ozoda va tartib bilan yig‘ishtirish, gullarn parvarish qilish, idish-tovoqlami yuvish va artish malakalari tarkib topa boshlaydi. Bog‘cha yoshida bolalarda gigienik madaniyat odatlari,mya’ni yuz-qo‘llami yuvish, ozoda kiyinish hamda ijobiy, axloqiy odatlar tarkib topa boshlaydi. Bunda kattalarning ularga o‘mak ko‘rsatishlari juda katta ahamiyatga egadir.

Katta yoshdagi bog‘cha bolalarida bog‘chada o‘tkaziladigan sistemali mashg‘ulotlar davomida ayrim ta’lim ishlari, ya’ni o‘qish jarayoni bilan bog‘liq bo‘lgan malakalar tarkib topadi. Bola rasm chizish mashg‘ulotlarida qalamni to‘g‘ri ushlash malakasini orttiradi, sanoq va ona tili mashg‘ulotlarida birdan o‘ngacha sanash va boshqa malakalaiga ega bo‘la boradi. Ana shunday malakalami tarkib toptirishda mashqning roli kattadir. Ta’limiy mashg‘ulotlarda tarbiyachi har bir harakatning qanday bajarilishini oldin o‘zi ko‘rsatishi va undan so‘ng bolalardan talab qilishi kerak. Mashq qilish orqali bolalarda juda elementar hisoblash, yozish va o‘qish malakalari hosil qilinadi. Umuman, malaka va odatlaming inson hayotidagi roli bag‘oyat katta. Buni biz maktabga bog‘chadan va to‘ppa-to‘g‘ri uydan kelgan bolalarning taraqqiyot darajalari o‘rtasidagi farqdan yaqqolko‘rishimiz mumkin.

Umuman olganda, bolalar hayotiy vaziyatlarga optimistic munosabatda bo‘ladilar, ularga tetik, hayotdan mamnunlik kayfiyati xos. Emotsiya va hissiyotlaming ontogenezdagi rivojlanish qonuniyatlarini, shuningdek, shartlari va yosh xususiyatlarini

hisobga olish bolalarda maktabga psixologik tayyogarlikni shakllantirish imkonini beradi. Maktabga psixologik tayyorgarlikning asosiy komponentlaridan biri emotsional tayyogarlikdir. Bu tayyogarlik nafaqat maktabda ta'lim boshlashni xursandchilik bilan kutib olish, balki shu bilan biiga oliy hissiyotlarning ancha rivojlangan bo'lishi, bola shaxsining emotsional xususiyatlari shakllangan bo'lishini taqozo qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Umumiy psixologiya. T.: O'qituvchi, 1992. – 512 s.
2. Nemov R.S. Psixologiya Kn. M.: Prosveshenie – 1994. – 576 s.
3. G'oziev E. Psixologiya. T.: O'qituvchi, 1994 – 300 b.
4. Klimov E.A. Osnovi psixologii. Ucheb. M.: YuNITI, 1997. – 295 s.
6. M. Maxsudova. Umumiy psixologiya. (ma'ruzalar matni) Namangan.
7. M. Maxsudova. Oilaviy munosabatlar psixologiyasi. (uslubiy qo'llanma) Namangan. 2003.
8. M. Maxsudova. Z. Qurbonova. Umumiy psixologiya. (muammoli ma'ruzalar matni). Namangan. 2004.
9. M. Maxsudova. Muloqot psixologiyasi. (muammoli matni). Namangan. 2005.
10. P. S. Ergashev. Muloqot psixologiyasi (ma'ruzalar to'plami).T. 2003

BOLALARNI O'QUV FAOLIYATIGA QIZIQTIRISH HAM BIR QOBILIYAT

*Babakulova Dano Kenjabayevna
Ellikqal'a tumani 64-maktab psixologi*

Annotatsiya: Bolalarda psixologiyasi va ularni psixikasi, o'quv faoliyatiga qiziqtirishda amalga oshiriladigan ishlar.

Kalit so'zlar: Qobiliyat, faoliyat, ilk bolalik, harakat, psixolog, pedogog, tarbiyachi, ota-ona, diqqat.

Qobiliyat deb odamning ma'lum bir ish yoki harakatlarni boshqa odamlarga nisbatan osonlik va chaqqonlik bilan bajara olish layoqatiga aytiladi. Kishilarda rivoj topib, ularning qobiliyatlarida namoyon bo'lgan tug'ma xususiyatlar iste'dod deb ataladi. Har bir odam bir qancha layoqatlar bilan tug'iladi. Lekin tug'ma layoqatlar hali kamolotga etgan qobiliyat emas. Layoqatlar odamlardagi tug'ma imkoniyatlardir. Odatda umumiy va maxsus qobiliyatlar farqlanadi. Odam umumiy qobiliyatlarga ega bo'lganda faoliyatning har xil turlari bilan deyarli qiynalmay shug'ullana oladi. Bunday o'quvchilar tabiat fanlarini ham, gumanitar fanlarni ham yaxshi o'zlashtiradilar. Maxsus qobiliyatga ega bo'lgan odam qandaydir aniq narsa bilan muvaffaqiyatli shug'ullana oladi. Bog'cha yoshida bilish, ba'zi bir maxsus va amaliy qobiliyatlar rivojlanadi. Qobiliyatning rivojlanishi tashqi va ichki haroatlarning o'zaro aloqalari orqali belgilanadi. Rubinshteyn aytganidek, qobiliyat spiralsimon tarzda rivojlanadi: bir ko'rinishdagi qobiliyatlar keying rivojlanish uchun imkoniyat yaratadi, natijada yana ham yuqori darajadagi qobiliyatlar rivojlanadi. O'rab turgan olam bilan bog'liq bilish qobiliyatlari o'z ichiga sensor qobiliyatlarni (predmetlarni va tashqi vositalarni idrok qilish) kabi intellektual, bilimlarni oson va mahsuldor o'zlashtirish, predmetlarning

tabiyatini va tevarak-atrofdagi hodisalar haqida ma'lumotlarni anglash jarayonida rivojlanadi. Ko'pgina psixologlarning tadqiqotlari bilish qobiliyatlarining ancha erta paydo bo'lishi haqida ma'lumot beradi. Ularning miqdori predmetlarning o'ziga xos tomonlarini anglay olish, qiyin vaziyatlarni hal qilish qobiliyati, kuzatuvchanlik, ongining ijodkorligi va originalligi belgilaydi. Leytes umumiy aqliy qobiliyatlarning rivojlanishida faollik va o'zini boshqarish xususiyatlari katta ahamiyatga ega deydi.

Hayratlanarli aqliy faollik, aqliy yuklamaga chanqoqlik intellectual jihatdan rivojlanishda ilgari ketayotgan bolalarning xarakteristikasidir. Bog'cha yosh davrida bevosita bilishning shakllaridan bo'lgan sensor etalonlarni va ko'rgazmali-fazoviy modellashtirishni uddalay olish kabi xususiyatlar yuzaga kela boshlaydi. Kichik bog'cha yosh davridayoq bolalarda modellashtirish o'rganadi. Bolalar psixologiyasi insoniyat tug'ilgandan yetuklikka erishguncha psixik jihatdan qanday rivojlanib borishini, bu jarayon qanday qonuniyatlar asosida kechishini o'rganuvchi fanidir. Bolalar psixologiyasi fanini o'qitish metodikasi bolalar psixikasi va uning rivojlanishini o'rganmaydi. Bolalar psixologiyasi fanini o'qitish metodikasi bo'lajak tarbiyachilarni "Bolalar psixologiyasi" fanining o'qituvchisi roliga tayyorlaydi. O'qitish metodikasi talabalariga oliy o'quv yurtida yoki o'rta maxsus o'quv yurtlarida bolalar psixologiyasi fanidan dars o'qitishning yo'l-yo'riqlarini o'rgatadi. Uning asosiy maqsadi fan asoslari bo'icha ta'lim oluvchilarga bilim berishning samarali usul va metodlarini o'rgatish, ta'lim jarayoni kutilgan natijalarni berishi uchun nimalarga e'tibor qaratish lozimligini tushuntirishdan iborat. Boshqacha qilib aytganda bolalar psixologiyasi fanini o'qitish metodikasi mazkur fanni o'qitish qonuniyatlarini o'rgatadi. Ba'zi o'qituvchilar fanni o'qitishga ijodiy yondashmaydi, ularning darslari zerikarli va mazmunsiz o'tadi. Boshqa ayrim o'qituvchilar dars o'tganda vaqt o'tgani bilinmay qoladi. Bularning barchasiga o'qituvchilar pedagogik mahorati va metodik bilimidagi farqlar sababdir. Bolalar psixologiyasi fanini o'qitish metodikasi ta'lim jarayonini qiziq va samarador qilib tashkil etish uchun zarur bo'lgan bilim, ya'ni metodik bilimni beradi hamda talabalarda pedagogik mahorat elementlarini shakllantiradi. Pedagog va psixologlarning olib borgan tadqiqotlari o'qishga bo'lgan qiziqishlarning paydo bo'lishi va rivojlanishining asosiy sharoitini ajratish imkonini beradi:

1. O'quv faoliyati shunday tashkil etilishi kerakki, bola unda faol ishtirok etsin, yangi bilimlarni mustaqil tarzda qidirishi va "topishi"ga undalsin, muammoli xarakterga ega bo'lgan savollarni echsin.
2. O'quv faoliyati turli xil bo'lishi kerak. Bir xillikka ega bo'lgan materiallar va bir xil usullar bolalarni tez zeriktirib qo'yadi.
3. Bola berilayotgan materiallarning kerakliligi va ahamiyatligini tushunishi kerak.
4. Yangi berilayotgan material ilgari o'zlashtirilgani bilan yaxshi bog'langan bo'lishi kerak.
5. Juda yengil bo'lgan va o'ta murakkab material qiziqish uyg'otmaydi. O'quv topshiriqlari bog'cha yoshidagi bolalar uchun qiyin, lekin imkoniyati etadigan darajada bo'lishi kerak.
6. Bolaning barcha yutuqlarini ijobiy baholash lozim. Ijobiy baho bilishga nisbatan faollikni rag'batlantiradi.
7. O'quv materiallari yorqin va emotsional bo'lishi kerak.

A.P.Usovaning ta'kidlashicha, o'qitilayotgan materialni idrok qila olmaslik hodisasi harakatning usul va vositalarida o'ta osonlik usuliga asoslangan, ilgari ko'rsatilgan noto'g'ri tarbiyaviy ta'sirning asorati natijasidir. Bilish faoliyati barcha jarayonlarining mahsuldorligi va maqsadga qaratilganligi bilan o'qishga nisbatan faol va qiziquvchan munosabat, o'zining harakatlarini nazorat qilish va erishilgan natijalarini baholash qobiliyatiga egaligi bilan farqlanadi. O'zlashtirilganlar asosida bolalar amaliy va aqliy faoliyatida qurbi yetadigan vazifalarni yecha oladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Umumiy psixologiya. T.: O'qituvchi, 1992. – 512 s.
2. Nemov R.S. Psixologiya Kn. M.: Prosveshenie – 1994. – 576 s.
3. G'oziev E. Psixologiya. T.: O'qituvchi, 1994 – 300 b.
4. Klimov E.A. Osnovi psixologii. Ucheb. M.: YuNITI, 1997. – 295 s.
6. M. Maxsudova. Umumiy psixologiya. (ma'ruzalar matni) Namangan.
7. M. Maxsudova. Oilaviy munosabatlar psixologiyasi. (uslubiy qo'llanma) Namangan. 2003.
8. M. Maxsudova. Z. Qurbonova. Umumiy psixologiya. (muammoli ma'ruzalar matni). Namangan. 2004.
9. M. Maxsudova. Muloqot psixologiyasi. (muammoli matni). Namangan. 2005.
10. P. S. Ergashev. Muloqot psixologiyasi (ma'ruzalar to'plami).T. 2003

O'SMIR YOSHDAGI BOLALAR XULQ-ATVORINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Xolmuradova Madina

QarDU psixologiya yo'nalishi magistranti

Psixologiya fanining muhim sohalaridan biri bo'lmish yosh psixologiyasi fani bevosita inson psixologiyasining namoyon bo'lishi va rivojlanishining turli yoshlarda qanday kechish xususiyatlari, qonuniyatlari, mexanizmlarini o'rganadi. Psixika namoyon bo'lishining yosh xususiyatlari o'rganilar ekan, shuni nazarda tutish kerakki, yosh psixologiyasida turli yosh davrlari bir-biridan sezilarli farqlanadi. Bular: chaqaloqlik davri, ilk bolalik davri, maktabgacha ta'lim davri, kichik maktab yoshi davri, o'smirlilik davri, ilk yoshlik davri, yoshlik davri, yetuklik davri va keksalik davrlaridir. Bu davrlarning har biri o'ziga xos xususiyatlarga, sifatlarga ega bo'lib, ular bir-biridan odamning xronologik yosh ko'rsatkichlariga ko'ragina emas, balki shu davrda inson ruhiyatida kechadigan hodisalar, ro'y beradigan o'zgarishlar, uning ruhiyatidagi umumiy qonuniyatlarga ko'ra ham farqlanadi. O'smirlilik davrini inqirozli davrga aylantirib qo'yadigan sabablar juda ko'plab topiladi: o'smir yoshda bolalarning jinsiy yetilishi, ular o'zlarini kattalardek his qilishi, ota-onalaridan erkin bo'lish ehtiyojining kuchayib borishi va boshqalar. Bu kabi sabablar tahliliga bag'ishlab qator maqolalar, risolalar yozish mumkin. Chunki farzandining —tilini topa olmayotgan, u

bilan psixologik aloqa o`rnatishga qiynalayotgan har bir ota-onani shunday vaziyatlarda qanday yo`l tutishi kerakligi, nima qilish mumkinligi ko`proq qiziqtiradi.

Mustaqillikning ilk kunlaridanoq birinchi prezidentimiz tashabbusi va bevosita rahnamoligida voyaga etmaganlar va yoshlar tarbiyasi, ularning ma`naviyatini yuksaltirish borasidagi islohotlarni tizimli, bosqichma-bosqich amalga oshirish strategiyasi belgilab olingan edi. Mazkur islohotlarning asosiy maqsadi esa voyaga etmaganlar va yoshlarni kamol toptirish, iqtidorini to`la-to`kis ro`yobga chiqarish uchun ijtimoiy, iqtisodiy, huquqiy, tashkiliy jihatdan shart-sharoit yaratish hamda ularni kafolatlashdan iborat edi. Shuni alohida ta`kidlash joizki, o`smir yoshda insonning ongi, axloqi, ma`naviy qiyofasi shakllanadi.

O`smirlarning psixologik jihatlarini qarab chiqadigan bo`lsak, ularning hayotida ko`plab noxushliklar bo`lishiga guvoh bo`lamiz. Eng yomoni o`smirning tarbiyasidagi og`ishlar natijasida jinoiy ishlarga aralashib qolishi, hatto jinoiy ishga qo`l urishi mumkinligidir. Bunday muammolarni yechish, albatta, chinakamiga katta mehnatni talab qiladi. Ba`zi ilmiy tadqiqot ishlariga nazar solgudek bo`lsak, bu yo`nalishdagi muammolarni psixologlardan E.G`oziev, M.Davletshin, M.Vohidov, V.Karimova, N.Safoev, F.Haydarov va boshqalar o`z ishlarida o`smirlar xulq-atvorini shakllantirishning psixologik jihatlarini yoritib berishga harakat qilganlar. Shu bilan bir qatorda, olimlar olib borgan tadqiqotlarga asoslanib o`smirlar xulq-atvorini shakllantirishning psixologik jihatlarini o`rganishga mo`ljallangan psixodiagnostik metodikalar, testlar ishlab chiqilgan. Jumladan, N.Komilova, M.Davletshin, Sh.Do`stmuhamedova, L.Nazirova kabilar tomonidan ishlab chiqilgan testlar va metodikalardan hozirgi vaqtda ham keng foydalanilmoqda.

Tadqiqotchi E.A.Gorshkova ham tarbiyasi qiyn o`smirlarning sinf jamoasi bilan bo`ladigan munosabatlarini sog`lomlashtirish voyaga yetmaganlar o`rtasida jinoyatchilik xulqining oldini olishda muhim omil sifatida o`rin tutadi, deb ta`kidlaydi va quyidagi psixologik-pedagogik tavsiyalarni o`rtaga tashlaydi:

1. Tarbiyasi qiyn o`smirlarning sinf jamoasidagi o`rni va uning sinfdoshlar, atrofdegilar bilan bo`lgan munosabatlarini sog`lomlashtirish.
2. Tarbiyasi qiyn o`smirlarning shaxs xususiyatlarini har tomonlama o`rganish va tarbiyaviy tadbirlarni amalga oshirishda ijobiy shaxs sifatlarini shakllantirishga erishish.
3. Tarbiyasi qiyn o`smirlarning sinf va maktab jamoasidan izolyatsiyalanishi (ajralib qolishlik) ning oldini olish tadbirlarini o`z vaqtida amalga oshirish.
4. Tarbiyasi qiyn o`smirlarni qiziqish va qobiliyatlaridan kelib chiqib sinfda va sinfdan tashqarida o`tkaziladigan tadbirlarga jalb qilish.
5. Sinf jamoasi a`zolarida sog`lom psixologik munosabat hissini shakllantirish.
6. Sinf va maktab jamoasida tarbiyasi qiyn o`smirlarga nisbatan ijobiy va faol munosabat ruhini yuzaga keltirish.
7. Tarbiyasi qiyn bolalar va o`smirlarning ustun shaxs xislatlari, jismoniy barkamolligidan kelib chiqib, ulardan oqilona foydalanishni yo`lga qo`yish, ya`ni sinfdan tashqari ishlarda ularga sardorlik, boshqaruvchilik ishlarini topshirish mumkin. Bu orqali o`smirda o`z-o`ziga nisbatan bo`lgan ishonchini orttirish, ijtimoiy voqea-hodisalarga nisbatan bo`lgan munosabatini o`zgartirishga erishish mumkin.

Bulardan ko`rinadiki, shaxs xulqidagi og`ishni tuzatishda, eng avvalo, o`smir shaxsiga, uning ijtimoiy muhitga nisbatan moslashishiga hamda o`smirning motivatsion ehtiyojlar sohasini o`zgartirishga, nosog`lom turmush tarzi va tarbiya muhitini sog`lomashtirishga e`tibor qaratish maqsadga muvofiqdir. Bunda o`smirlardagi mavjud bo`lgan ijobiy sifat va xususiyatlariga tayangan holda ularda har tomonlama qiziqishni, birinchi navbatda, o`qishga, mehnatga, ijtimoiy foydali faoliyatga nisbatan bo`lgan qiziqishlarni rivojlantirish zarur bo`ladi. Bunda amaliyotchi psixologning xizmati katta bo`lishi lozim.

Bugunga kelib, o`smir shaxsning dinamik rivojlanishiga ta`sir etuvchi ijtimoiy strukturalar tizimi jumladan, oila, maktab, norasmiy uyushmalarda ham o`zgarishlar ro`y bermoqda. Shuningdek, ba`zan ommaviy axborot vositalari orqali olinadigan ma`lumotlar ham o`smirlarning emotsional - irodaviy jabhalari hamda qiziqishlar tizimiga ta`sir etib, ularning xulq-atvorlari va psixikasida ba`zi buzilishlarga ham sabab bo`lmoqda. Shunday buzilishdan biri – depressiya holati bo`lib, tan olish kerakki, to hozirga qadar mazkur tushunchaning mohiyati munozaralidir.

Xulosa o`rnida shuni aytish mumkinki, o`smirlar o`rtasida nizolarni hal etishni hamda jinoyatchilikni sodir etmaslikni ularga o`rgatish kerak. Voyaga yetmaganlar o`rtasida nizoli vaziyatlar har doim paydo bo`ladi, faqat uni ijobiy hal etilgan yondashishni bilishimiz kerak. Chunki ular o`smir yoshidagi o`quvchilar bo`lib, o`tish davrini og`ir damlarini boshdan o`tkazadilar. Korrektsiyalash ta`sirida o`quvchilarning g`oyaviy, axloqiy, irodaviy, estetik xislatlari shakllanadi, tabiatga, jamiyatga nisbatan ilmiy qarashlari tizimi tarkib topadi, jismoniy kuch-quvvatlari mustahkamlanadi va shu bilan birgalikda tarbiyaviy masalalar yechimi topiladi. M.Quronov ta`kidlaydiki: “Korreksiya - hayotiy chekinishlarga uchragan bolalar va o`smirlar bilan olib boriladigan aniq faoliyatdir” (Quronov M. Ijtimoiy pedagogika. Toshkent: 2004.-34 b.).

Bola tarbiyasi oiladan, bolalar bog`chasidan boshlab shakllanadi. Ularning ongiga milliy axloq, yurtga muhabbat, Vatanga nisbatan sadoqat tuyg`ularini singdirishni aynan shu davrdan boshlash kerak. Bu jarayon maktabda, o`rta maxsus va oliy ta`lim muassasalarida davom ettirilishi va shu yo`l bilan takomillashtirib borilishi kerak.

Foydalanilgan adabiyotlar ro`yxati:

1. K. Rahimova, F. Soliyev, Sh. Soliyev "Grafologiya" Farg'ona 2008 yil
2. И. Моргенштерн. "Психографология"
3. Айк Надж. "Как узнать характер человека по его подписи или практическая графология".

YETTI YOSHLI BOLALARNI MAKTABDAGI TA`LIM JARAYONIGA TAYYORLASH

*Dildor Tosheva Toyirovna
Buxoro viloyati Romitan tuman 30-maktab psixologi*

Maktabga borish bolalarning hayotida juda katta voqeadir. Maktab hayoti bolalarga yangi bir dunyoni ochib beradi, maktab davrida bolalarning asosiy faoliyatlari

o`zgaradi. Maktab yoshidan boshlab bolalarning asosiy faoliyatlari, asosiy vazifalari o`qish, fan asoslarini puxta o`zlashtirish bo`lib qoladi.

Yetti yoshli bolalar uchun yangi faoliyat bo`lgan o`qish ulardan yangi sifat, yangi xususiyatlarga ega bo`lishlarini talab qiladi. O`qish faoliyati uchun bolalarda barqaror diqqat, o`tkir zehn, mustahkam xotira, bir qadar tafakkur, yaxshi nutq, iroda va shuning bilan birga mustaqillik, ishchanlik, batartiblik hislari bo`lishi kerak.

Bolalarning maktabga o`tishlari ularning bog`chaga o`tishlariga qaraganda murakkab bosqichdir. Shuni ham nazarda tutish lozimki, bolalar maktabga o`tishlari natijasida ularning ijtimoiy holatlarida ham o`zgarish yuz beradi. Masalan, yetti yoshga yaqinlashgan bolalar bog`chada «katta» yani katta guruh bolalari deb hisoblanar edilar. Maktabga o`tishlari bilan yana «eng kichkinalar» qatoriga tushib qoladilar. Yetti yoshdagi bolalarning maktabga o`tishlari bilan yuzaga keladigan ana shunday jiddiy o`zgarishlarni nazarda tutib, ularning maktabdagi yangi hayotga har tomonlama tayyorlash kerak.

Ma`lumki, bolalar bog`chasining asosiy vazifalaridan biri bolalarga har tomonlama tarbiya berib, ularning taraqqiyot darajalarini maktabda o`qiy oladigan qilishdan iboratdir. Bu esa, o`z navbatida maktabdagi o`qish ishlari bilan bog`chadagi ta`lim-tarbiya ishlari o`rtasida ma`lum izchillik bo`lishini talab qiladi. Bog`chada bolalarning jismoniy o`sishlariga qanchalik e`tibor berilsa, ularning aqliy va axloqiy o`sishlariga ham shunchalik e`tibor beriladi. Bolalarning maktabga chiqishlari doimo nazarda tutilib ular bilan o`tkaziladigan ta`limiy mashg`ulotlarda bolalarning idroki, diqqati, tasavvur va xotiralari, xayol hamda tafakkurlari, irodaviy sifatleri sistemali ravishda taraqqiy ettirib boriladi.

Shuni alohida ta`kidlab o`tish lozimki, bolalarni maktabdagi o`qish jarayoniga tayyorlashda ularning nutqini o`stirish juda zaruriy shartlardandir. Bog`cha bolalarni maktabga tayyorlashda ularning qiziqishlaridan foydalanish lozim. Katta guruh bolalari maktab hayoti bilan juda qiziq boshlaydilar. Bog`cha bolalaridagi bunday qiziqishni tarbiyachi qo`llab-quvvatlashi va yanada orttirib borishi kerak. Buning uchun maktab va unda o`qish haqida qiziqarli suhbatlar o`tkazish hamda yaqin atrofdagi maktabga ekskursiya uyushtirish yaxshi natija beradi.

Shu narsa diqqatga sazovorki, bog`chalardagi yetti yoshga to`lgan bolalarning hammasi ham maktabdagi o`qish mashg`ulotlariga bab-barovar tayyor bo`lavermaydilar. Ayrim bolalar maktabdagi yangi sharoitga tez kirishib keta olmaydilar. Ularda o`qish mashg`ulotlari uchun qandaydir bir xususiyat yetishmayotgandek ko`rinadi. Bu o`rinda shunday bir savol tug`iladi. Bolalarni qay paytda psixologik jihatdan maktabdagi o`qish jarayoniga tayyor deb hisoblash mumkin? Ayrim psixologlarning fikricha, bola maktabda o`qish uchun atrofdagi narsa va hodisalarga doir anchagina tasavvur va tushunchalarga ega bo`lishi hamda ma`lum darajada aqliy jihatdan o`sgan bo`lishi lozim. Lekin bu bolaning o`qishga tayyor ekanligini aniqlashda hal qiluvchi faktor emas, chunki bu yerda yosh masalasi ham bor. Boshqa bir olimlar esa, bolaning o`qishga tayyor ekanini aniqlashdagi asosiy narsa iroda sifatlarining yetilganligidir, deydi. Bu fikr bir yoqlamalikka yo`l qo`yishdan boshqa narsa emas.

Yetti yoshga to'lish davri go'daklikning tugallanishi va o'smirlilikning boshlanish davriga to'g'ri keladi. Bola yetti yoshga to'lganda u jismoniy jihatdan ancha o'sadi, o'zini idora qilishga, nojo'ya hatti-harakatlardan o'zini tiyishga, xulq-atvor qoidalarini o'zlashtirishga harakat qiladi. U o'zini bemalol eplaydigan bo'ladi, o'z kuchiga yarasha mehnat qila oladi, kollektivga yashashga ko'nika boshlaydi. Bu davrda bolaning turmush tajribasi anchagina ortadi, ko'p narsalarning nomini va ulardan qanday foydalanishni biladi. Xotirasi va tasavvurlari o'sib, ko'pgina she'r va hikoyalarni yoddan bilib oladi. Yetti yoshli bolaning nutqi ma'lum darajada rivojlanib, so'z zapaslari ko'payadi. Natijada u o'z o'rtoqlari va kattalar bilan erkin suhbat qila oladigan bo'ladi. Shunday qilib, bolaning maktabdagi o'qishga tayyorligi shaxsning ijtimoiy yetuklik bosqichlaridan biridir. Lekin ijtimoiy taraqqiyotning bunday yetuklik bosqichiga bola o'z-o'zidan ko'tarilmaydi. Uni bu bosqichga bog'chadagi va oiladagi butun ta'lim-tarbiya ishi ko'taradi.

MAKTAB YOSHIDAGI O'QUVCHILARNI O'ZINI-O'ZI BAHOLASHDA YUZAGA KELADIGAN QIYINCHILIKLAR

*Atajonova Diloram Mo'minovna
Qoraqalpog'iston Respublikasi Xo'jayli tumani 28-maktab*

Annotatsiya: ushbu maqolada shaxs kamoloti, inson tug'ulib voyaga yetib mukammal bir shaxsga aylangunga qadar turli davrlarni boshidan o'tkazishi, maktab yoshidagi bolaning maktabga ilk bor kirishi, ular o'rtasiagi ba'zi bir muammolar, bolalarga muntazam ravishda tazyiq o'tkazilganda va buning aksi bo'lganda ularda yuz beradigan psixologik o'zgarishlar haqida so'z boradi.

Kalita so'zlar: shaxs, bola, turli davrlar, maktab yoshidagi bola, muammolar.

Insoniyat yaralibdiki, u yashash bilan birgalikda turli hil xodisa va voqeiklarni boshidan kehiradi. Tabiatdagi barcha mavjudodlardan farqli o'laroq insonlarga qalb hamda rux uyg'unligi inom etilgan. Ularda his qilish, anglash, o'y-fikrlar, mulohaza, iroda hamza aql-zakovat kabi fazilar mujassamlashganki, ularni hayot bilan bog'lashda psixologiyaning o'rni nixoyatda katta. Ayniqsa bu o'sib kelayotgan murg'ak qalblarning o'z-o'zini baholash bilan birgalikda o'ziga bo'lgan yuksak ishonchni shakllanishida juda ham muhimdir. Shaxsning fazilatlarini, faoliyati, xulq-atvori, muomalasi, uning faollashuvi, ruhiy tushkunligiyu shijoati, intiluvchanligi, dunyoqarashi, qiziqishining namoyan bo'lishi bularning hammasi psixologik qonuniyat asosida amalga oshadi.

Inson tug'ulib voyaga yetib mukammal bir shaxsga aylangunga qadar turli davrlarni boshdan o'tkazadi.

1. Chaqaloqlik davri
2. Go'daklik davri
3. Ilk bolalik davri
4. Maktabgachha yosh davri

5. Maktab yoshi davri
6. O‘smirlik davri
7. Balog‘t davri
8. Yetuklik davri
9. Mukammallik davri kabi bosqichlarni bosib o‘tadi.

Mana shular ichida maktab yoshi davri eng asosiy davr bo‘lib hisoblanadi. Buning dolzarbligi esa maktab yoshidagi bolaning maktabga kirishi uning hayotiy faoliyatidagi tub burilish davri bo‘lib, maktab yoshida ta‘limning ta‘siri bilan bolalarning psixik rivojlanishida jiddiy siljishlar yuz beradi. Kichik maktab o‘quvchilarining aqliy taraqqiyotiga xos xususiyatlar unda kelgusida bilim egallash uchun umkoniyatlar mavjudligidan darak beradi. Bu imkoniyatlarni bola faoliyatini rag‘batlantirish, faol, ijodiy va mustaqil fikrlashga o‘rgatish, undagi imkoniyatlarni qobiliyat darajasiga yetishi uchun tinmay harakat qilish orqali shakllantirib borish talab qilinadi. Bu vazifalar albatta o‘qituvchi tomonidan bolaga bo‘lgan etiborni kuchaytirish va ularni shaxs sifatida shakllanishlari uchun qaratiladigan asosiy hususiyatlar hisoblanadi.

Maktabyoshidagi bolalar o‘rtasida shunday bir muammo borki, bu bolaning o‘zini-o‘zi baholash muammosidir. O‘z-o‘zinibaholash esa shaxs kamolotining eng muhim ko‘rsatkichi hisoblanadi. Shunday ekan, shaxsning o‘zini-o‘zi baholashida, o‘ziga qanday munosabatda bo‘lishi unga atrofdagilarning qanday munosabatda bo‘lishiga bog‘liqdir. O‘zini-o‘zi baholash shaxsning hal qiluvchi hususiyati uning o‘zagidir. Shuning uchun atrofdagilarning bahosi o‘zini-o‘zi baholashni belgilab beradi. O‘ziga bo‘lgan tuyg‘u boshqalarning unga bildirilgan fikri tufayli shakllanadi va mustahkamlanadi. Agar atrofdagilar bolalarga nisbatan samimiy hurmat bilan muomalada bo‘lishsa u ham o‘zini haqiqiy hurmatga sazovor inson deb hisoblaydi. Aksincha agar bolalarga muntazam ravishda tazyiq o‘tkazilsa, asosiy e‘tibor uning kamchiliklariga qaratilsa bolada aksincha o‘ziga bo‘lgan ishonch yo‘qolib boradi va quyidagi kamchiliklar yuzaga kelishiga sabab bo‘ladi.

Loqaydlik

Beodoblik

Tajovvuzkorlik

Bolaga nisbatan qanchalik yomon munosabatda bo‘linsa uni odamlar, qolaversa o‘z tenqur do‘stlari oldida izza qilinishi, kamsitilishi hurmatsizlik qilinishi oqibatida bolada o‘z menini shakllanishiga shu qadar to‘sqinlik qilinadi. Va bu xolat yuqoridgi kabi kamchiliklarni hech ikkilanishsiz bolada rivojlanishiga sharoit yaratib berishga olib keladi. Aksincha bolaga nisbatan o‘ta yuqori baho berilishi, muntazam ravishda unga e‘tiborni kuchaytirish, ko‘pchilik oldida tinimsiz maqtovlar, o‘zgalardan yuqori o‘ringa qo‘yish ham bolada o‘ziga bo‘lgan ishonchni yuksak darajada ortishiga olib kelishi natijada esa o‘ziga nisbatan o‘ta yuqori baho berilishi, manmanlik, dimog‘dorlik, o‘zgalarga past nazar bilan qarash kabi fazilatlarini shakllanishiga olib kelishi mumkin bo‘ladi. Yuqoridagi fikrlardan xulosa qilib shuni aytish mumkinki, eng avvalo biz bolani tarbilashda uni komil inson sifatida shakllanishi uchun harakat qilmog‘imiz kerak. Chunki bolalar biz bergan tarbiya, bizning tomonimizdan unga berilayotgan baho tufayli o‘zini-o‘zi baholashi, o‘ziga bo‘lgan ishonchni bir me‘yorda ushlab turishiga sabab bo‘ladi. Shuning ushun maktab yoshidagi bolalarni ta‘lim bilan bir vaqtda tarbiya

ham olishiga, atrof muhit juda ham katta ta'sir ko'rasitishini unutmasligimiz kerakligini doimo yodda saqlashimiz, ularga yetarlicha shart-sharoitlarni yaratib berishimiz uchun bor imkoniyatlarimizni ishga solishimiz darkordir. Zero bolalar bizning kelajagimiz, kelajakni barpo qilish esa o'z qo'limizda.

Foydalaniladigan adabiyotlar

1. Yosh davir va pedagogik psixologiya. Toshkent. M.G.Davletshin Sh.Muxamedova, M.Mavlonov, S.Toychiyeva.

2. Mummoli o'smir tashxis tadqiqot metodikasi. Toshkent. 2004. N.G'.Kamilova.

3. G'aziev E.G'. , To'laganova G.K. Tarbiyasi qiyin o'smirlar. Toshkent. 1989.

СТРЕСС ЎЗИ НИМА? СТРЕССНИ ОЛДИНИ ОЛИШ ВА УНИ БАРТАРАФ ЭТИШ УСУЛЛАРИ

*Атажанова Дилорам Муминовна
Қарақалпоғистон Республикаси Хужайли тумани 28-мактаб*

Аннотация Ушбу моколада Стресс физиологик, психологик, шахсий ва тиббий кўринишлари. Ҳар қандай стресс одамни юқори даражали эмоционал танқисликка олиб келади. Стресс инсонда қандай бўлади стресс ҳолатига шахс сифатида кечиши хақида

Калит сўзлар. Стресс зўриқишнинг белгилари: Шахснинг психик зўриқиш. Стресс танқислиги

Замонавий инсон ўзи хоҳламаган ҳолда кучли стресс режимида яшайди ва унда мунтазам равишда асаб зўриқиши тўпланиб боради. Баъзи кишилар атрофдагиларга бақриб бу ҳолатдан осон чиқиб кетадилар. Шундай кишилар борки, ўзларининг тарбияси кучлилиги ва маданиятлиги билан ҳаммасини ичларига ютадилар ва бу билан саломатликларига зарар қиладилар.

Ҳис-туйғуларни тийиш одатда турли касалликларнинг келиб чиқишига сабаб бўлади. Ғазаб, ҳасадгўйлик овқат ҳазм қилиш аъзоларини жароҳатлайди, ғам-алам эса қандли диабет касаллигини келтириб чиқаради. Агар инсон бирон нарсадан доимо кўркувда яшаса унинг қалқонсимон безлари захмат чекади. Асабий зўриқиш, салбий ҳаяжонлар гипертонияга, юрак фаолиятининг бузилиши ва инфарктга олиб келиши мумкин.

Бугунги кунда ўз ҳаяжонларини, аламларини ичида сақлаб юрадиган одамларнинг саломатлиги, ўз ғазабини дарров чиқариб юборадиганларга нисбатан ёмонроқ, яъни улар юрак хуружларидан ўз ҳис-туйғуларини ушлаб турмайдиганларга нисбатан икки барабар кўпроқ безовта бўладилар.

Бундай ҳиссий зўриқиш вазиятларидан чиқиб кетишнинг бошқа йўллари мавжудми? Албатта!

Биринчидан, организмдаги ҳиссий зўриқишни фақатгина бақриш билан эмас, балки турли жисмоний машқлар билан ҳам бартараф қилиш мумкин. Масалан, катта тезликда юқори қаватга кўтарилиш, велосипедда учиш, ўтин ёриш ва ҳок.

Иккинчидан, салбий кечинмаларни ижобий ҳис – туйғулар билан алмаштириш. Энг осони неврологларнинг маслаҳатига кўра вазиятни жиддий қабул қилмаслик ва бу ҳолатдан кулгили бирор сабабни топиб қаҳ-қаҳ отиб кулиш керак. Бу усул ҳам организмдаги тангликни енгиб ўтишга ёрдам беради.

Учинчидан совуқ сувда юзни ювиш, муз бўлаги билан юзни артиш ва шу билан бирга совуқ сув ичиш жуда яхши чорадир.

Тўртинчидан, агар имкон бўлса ёқтирган куйингизни эшитиш. Бу усул тезда агрессияни бостиришга ва кайфиятни кўтаришга ёрдам беради. Оз вақтдан сўнг ўзингизни яхши ҳис қилишингиз ва бўлиб ўтган воқеани эсдан чиқаришингиз мумкин.

Шундай қилиб стресс – бу организмнинг зўриқиш ҳолати бўлиб, организмнинг унга қўйиладиган талабларига жавоб реакциясидир.

Стресс зўриқишнинг белгилари:

- бирор-бир нарсада диққатни жамлай олмаслик;
- ишда хатоликларга йўл қўйиш;
- хотиранинг ёмонлашиши;
- чарчаш ҳоллари кўп кузатилади;
- тез-тез гапириш;
- фикрни жамлай олмаслик;
- оғриқларнинг тез-тез пайдо бўлиши (бошда, ошқозонда, гавданинг орқа томонида)
- юқори таъсирчанлик;
- шуғулланаётган иши қувонч бахш этмайди;
- иштаҳанинг йўқолиши;

Инсонда стресс ҳолатининг кечиш фазалари ва ундан ҳимояланиш усуллари.

Стресс инсонда қандай кечади? Унинг кўриниш фазалари - Ўз ғазабингизни таддиқ қилинг. Ўзингизни тутолмай жанжал «чиқарган воқеани албатта ёзиб қўйинг. Унга ғазабингиз қайнашига сабабчи бўлган, гап, сўзларни ҳам киритишингиз керак. Яна дафтарда можарода ким иштирок этгани, ўзингизни қандай ҳис қилганингиз, ғазаб олови қанчагача ўчмай тургани ёзилса ёмон бўлмасди. Бир-икки ҳафта ўтиб, буни ўзига хос қонуниятга эгалигини англаб оласиз. Тўғри, жанжал инсонга кўп нарсани ўзгартиришга ёрдам бериши ҳам мумкин; аммо уни бошқача. йўл билан, яъни соғлиқ, ва гўзалликка путур етказмай ўзгартирса ҳам бўлади-ку? Агар вазиятни ўзгартира олмасангиз, унга бошқача ёндошишга ҳаракат қилинг. Буни тез ўрганиб олиш мумкин. Чунки, сержаҳллик сизга қанчалик қимматга тушишини яхши биласиз.

Стресс инсонда қандай бўлади? Бу индивидуал қаттиқ, тарзда бўлиб, инсон бундай ҳолатда 2-3 соат, кун ёки ҳафталаб бўлиши кузатилади. Бунда инсонга «қарши, мумкин» белгиси хужум қилади. Ҳаттоки, босиқ, мулоҳазали одам ҳам, бу ҳолатда агрессив бўлиб боради, ҳаётдан ҳафа бўлиб, ўзини камситилгандай хисоблаши мумкин. Ҳаттоки, ёлғиз бўлишга, ҳеч ким билан гаплашмасликка ҳаракат қила бошлайди. Япон психологлари бу фазани «Инсон ўз юзидан ҳам жирканиб туради» деб тушинтирадилар. Асосийси инсон бу фазада ўз-ўзини текшириш, ўз-ўзини бошқариш қобилиятини ишга солиш керак. Бу фазада

агар инсон ўзини ўкситилгандай, шахсиятига тегилгандай ҳис қилса унда қасдма-қасдига, журтага ҳаракатлар қилади, чунки инсон баъзида бошқа одамларни жазолашга эҳтиёж сезиб туради ва бу нохуш оқибатларга олиб келиши мумкин. Кейинги фазаларда ўз-ўзини текшириш сусайиб, онгсиз ҳаракат вужудга келади. Бу инсон психикасига таъсир этиб ўз-ўзини тушунмай қолади. ҳаттоки, гапираётган гапи ҳам мантикка туғри келавермайди. Қувонч нималигини билмайди, кейинчалик бу ҳолатда нима иш қилганини ҳам эслай олмайди, бундан жуда хафа бўлади. Бу ҳолат ҳам бир неча минут, соат, кун ва ҳафта давом этиши мумкин. Бу фазада инсонда жуда катта энергия сарфланади, лекин буни ўзи сезмайди.

Стресс ҳолатида ўзингиздаги ёмон ҳислатларни ҳис қилинг. Стрессда ўз меъёрингизни билинг, қайси нуқта сиз учун хавфли бўлишини доимо ёдда тутинг. Стресс ҳолатида сиз учун энг муҳими ва сизни ҳимоя қиладиган биринчи йўл қобилиятингиздир. Стресс вақтинчалик ҳолат, шунинг учун вазмин ва босиқ, бўлинг.

Сир эмаски, кундалик ҳаётимизда бизни ташвишга солиб турадиган муаммолар бўлиб туради. Бундан хафа бўлиш керак эмас, чунки ҳар бир одамнинг ўзига хос муаммолари бор. Бизни эртага нима кутяпти, буни ҳеч ким билмайди (яратган Оллоҳдан бошқа) ҳар доим биз режалаштирган ишлар амалга ошавермайди, лекин буни ҳамма билиши шарт эмас.

Биз психолог сифатида сизларга маъқул бўлади деган масалада машқларни таклиф этиб кўрамиз. Ўйлаймизки, бу машқлар сизнинг ҳаётингизда яхши из қолдиради. Ҳаётингизда ҳафа бўладиган ҳолатларни камроқ ташкил этинг. Ўз соғлигингизга эътибор беринг ва сизни ҳафа ҳолатга туширадиган сўзларни сақламанг.

1. бориш кўникмаларини эгаллаш
2. Муаммоли вазиятларда позитив, конструктив тафаккур кўникмаларини эгаллаш.
3. Турли стресс ҳолатларида стресс ривожланишининг индивидуал графигини тузиш.

Индивидуал психокоррекцион ишлар дастурда асосий йўналиш ҳисобланади.

Дастурнинг мақсад ва вазифаларини амалга ошириш учун баъзи асосий машқларни келтириш мумкин.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati

1. NishinovZ., Qurbonova Z. Psixodiagnostika va yeksperemental psixologiya. “Tafakkur bo‘stoni” T.: 2011.
3. «O‘zbekiston Respublikasi Xalq ta’limi tizimida psixologik xizmat to‘g‘risida»gi Nizom-Toshkent, 2010 yil 7 iyun.
4. T. Xurvaliyeva “Maktabda psixologik xizmatni tashkil qilish” Toshkent 2008 yil.
5. R.Abdurasulov, M.Axrorgulova,M.Rixsiyeva “Maktab psixologining kundalik kitobi” Jizzax 2006 yil.
6. R.Abdurasulov, M.Rixsiyeva “Psixologik maslaxat ishlarini tashkil etishning nazariy asoslari” Jizzax 2010 yil.

YOSHLARNING DUNYOQARASHI VA XULQ-ATVORIGA TA'SIR ETUVCHI IJTIMOIIY PSIXOLOGIK OMILLAR

*Komilov Bunyod Abduvoyitovich,
Abduqunduzova Shaxzoda Nasvaliyevna
Namangan viloyati Chust tuman 41-maktab psixologi*

Darhaqiqat, XXI asrda dunyo rivojlanishi yangi bosqichga qadam qo'ydi. Endilikda respublikamizda kechayotgan iqtisodiy, ijtimoiy va siyosiy o'zgarishlar mohiyatida madaniy-ma'naviy yuksalish ehtiyojining ortib borayotgani ayniqsa, birlamchi ahamiyat kasb etmoqda. Ana shunday, keng miqyosli o'zgarishlar davrida yoshlarning dunyoqarashi va xulq-atvoriga ta'sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillar, tahdidlar ham ortib bormoqda. Ushbu maqolamda men maktabning amaliyotchi psixologi sifatida, yoshlarning dunyoqarashi va hulq-atvoriga ta'sir etuvchi dastlabki omillardan biri, televizor va uning oila munosabatlariga ta'siri haqida to'xtalib o'tmoqchiman.

Uyingizda televizorning pulti kimda? Uyda pult kimning qo'lida bo'lsa, oilada boshliq, ya'ni rahbar ham o'sha bo'ladi. Shu kunlarda oilada kimning gapi o'tishini televizor pulti kimning qo'lida ekanligiga qarab bilib olish mumkin. Uyda farzandlaringiz bilan suhbatlashib o'tiribsiz. To'satdan chiroq o'chib qoli. Darhol sham olib yoqdingiz. Barchangizda sal avvalgi, jonlilik va harakatchanlik yo'qoldi. Bolalarga ba'zi so'zlarni aytingiz. Ko'p o'tmay aytadigan gapingiz tugadi. Uyga chuqur sukunat cho'kdi. Go'yo uydagi eng asosiy narsa yo'qolib qolganday. Rozi bo'ling, televizorsiz hayot to'xtab qoladi, to'g'rimi? Unga shu qadar o'rganib qolganmizki, televizor hayotimizning ajralmas bo'lagiga aylangan. Ertalab uyg'onishingiz bilan yoki ishdan qaytishingiz bilan kelib, televizorni yoqasiz. Televizor ovozi sizga hamroh bo'ladi. Biroq qachongacha? Televizor bizga nimadir berish bilan birga bizdan nimalarnidir olib ketmayotganmikan? Siz nima deb o'ylaysiz?

Insonlar uyda ekanliklarida ko'p vaqtlarini televizor qarshisida o'tkazadilar. Inson sigaret, spirtli ichimlik va narkotika singari moddalar bilan o'ziga zarar berayotganini bilgani uchun ularga qarshi kurashadi. Eng katta vaqt o'g'risi sanalgan, oilaviy munosabatlarga salbiy ta'sir ko'rsatadigan so'zlar orqali emas, xatti-harakatlar orqali gapirishga majbur qiladigan, televizor haqida ham xuddi, shu so'zlarini be'malol aytish mumkin.

Qurbaqa va chelak haqida hikoya bor.

Harakatchan bir qurbaqani bir chelak issiq suvga tashlasangiz, qurbaqa nima qiladi? Tashqariga chiqishga intiladi. U: "Bu yer zerikarli ekan, men ketaman",- deydi. Shu qurbaqani bir chelak sovuq suvga solib, suvni sekin-asta isitsangiz, nima bo'ladi? Qurbaqa bo'shshadi... Bir necha daqiqadan so'ng o'zicha: "Bu yer iliqqa o'xshaydi",- deydi. Ko'p

o'tmay qurbaqa pishib qoladi. Hayot pillapoyalardan iborat. Qurbaqa singari bizni ham aldahlari va so'nggi daqiqada kech bo'lishi mumkun. Shu sababli atrofimizda nimalar bo'layotganini anglab olish lozim. Muntazam ravishda televizor ko'rishning badali juda

og'ir bo'ladi. Qanday deysizmi? Televizor ko'rilgan har bir soat yangi kashfiyotlarning yaratilishiga, birgalikda o'ynab-kulishga to'sqinchilik qiladi. Ba'zida o'quvchilardan so'raymiz: "Oila azolaringiz bilan vaqt o'tkazasizlarmi? Nimalar qilasizlar?" Beriladigan javoblar esa juda qiziq: "Biz kechqurunlari popkorn olib, birgalikda o'tirib, televizor ko'ramiz". Demak, insonlarning oila sifatida to'yishlari bo'lgan eng katta baxt televizorga aylangan. Avvallari bola amakiga, tog'aga, ammaga, xolaga o'xshar edi. Chunki bolalar ular bilan muntazam ravishda mustahkam munosabat ichida edilar. Endi esa bolalar "televizor xola"sigam yoki "amaki"sigam o'xshamoqda. Sochlarini televizorda ko'rganidek kestirib, kiyim va so'zlarni ham shunga qarab tanlashmoqda.

Yurtimizning har javhasida bir xil madaniyat yoyildi. Qanday madaniyat deysizmi? Televizor madaniyati. Bu madaniyatning zudlik bilan yoyilishi hududlarora madaniy farqlanishlarning yuqolishiga sabab bo'lmoqda.

Bugun o'rta yoshda va undan katta yoshda bo'lgan kishilar televizor bilan ulg'aymadilar. U paytlar televizor yoki telefon yo'q edi, oq qora televizorlar bor edi. Yangi avlod tug'iliishi bilan uning hayotiga televizor kirib kelmoqda. Masalan, bola ovqatini yemasa televizor yoqilib, unga ovqatini berishga harakat qilinadi. Ya'ni, bola televizor bilan ulg'ayishni boshlaydi. Televizor bilan ulg'ayishning salbiy ta'sirlarini biz hali to'liq anglab yetganimiz yo'q. Uch yoshgacha televizor ko'rgan bolalarda otistik xususiyatlar ko'p uchraydi. Ba'zi ota-onalar "Bizning farzandimiz juda aqlli. Reklama boshlanishi bilan uning musiqasidan qaysi reklama ekanini bilib oladi", deyishadi.

Yustin Hoffmannning "Yomg'irli odam" filimini ko'rgan bo'lsangiz kerak. Bu film otistik bir bola haqida. Bolada turli xususiyatlar bor. Yerga tushgan bir talay gugurt cho'plarini bir lahzada sanay oladi. Mashinalarni nomerlarini eslab qoladi. Mana shu singari, bir qator xususiyatlarga ega. Biroq bu xususiyatlar bolaning juda aqlli va zehnli ekanini ko'rsatmaydi.

Agar farzandingiz 25 yoshga kirganida mast holatda avtohalokatga uchrashini, uylanib bola-chaqali bo'tlganida ko'p ichgani sababli davolash stoliga o'tirishini istamasangiz, marhamat qilib bolaligida u ko'rayotgan televizor dasturlarini kuzating. Ota-onalar farzandlarining bir soniyasi ham bo'sh o'tishini istamaydi. Maktabdan kelishi bilan "O'tir, ovqatingni ye, televizor ko'r, istasang kompyuter o'yna, darslaringni qil", singari mashg'ulotlar yuklashadi. Buning o'rniga o'tirib farzandingiz bilan biroz suhbatlashing. Ba'zi ota-onalar bolalari bilan suhbatlashishni, ularga kitob o'qib berishni, vaqtni bekorga o'tkazish deb hisoblashadi. Vaholanki, farzandlarimiz o'z qobiliyatlarini ishlatib yangilik yaratadigan payt bu-ularning ilm va sokin holatda o'tirib, fikr yuritadigan paytlari sanaladi. Kichik bolalardagi eng muhim hususiyatlardan biri, ularning hayolat dunyosining kengligidir. Farzandingiz biror narsadan zavq tuyushini istasangiz, ularning hayol kuchini rivojlantirishga yordamlashing. Ba'zi, bir bolalar televizor sababli odamovi bo'lib qolishadi, ko'chada o'rtoqlari bilan o'ynash o'rniga televizor va kompyuter qarshisida o'tirishni ma'qul ko'rishadi. Bu holat ko'pincha ota-onaga yoqadi. Lekin televizor bolani zehniy jihatdan passiv holatga keladi. Amerikada bolalarga uchta tanlov berilgan. Ota-ona va televizor. Uydan qaysi biri ketsin? Qizig'i bolalarning ota-onasi bilan televizordan birini tanlashga qiynalishlari va bir guruh bolalarning ota-onalari ketishini istashlari... Bu aslida, fojea edi.

Bir necha yil ilgari Arnold Shvarsnegr o'ynagan bir filmda Arnold mashinasini olib qochgan qizining ortidan baqiradi, so'ng o'ziga-o'zi: Buning onasi juda yaxshi ayol, men ham yaxshi insonman, ammo bu qiz kimga tortdi. Madonna xolasiga yoki Maykl Jekson amakisiga tortgandirda. Farzandingizni xatti-harakatlarida siz izohlab bera olmaydigan, sababini topa olmagan salbiy holatlar bo'lsa va ularning kimligining ta'sirida bu harakatni amalga oshirayotganini bilmasangiz, ular bilan birga televizor ko'ring. Shunda uning kimdan ta'sirlanayotganini bilib olasiz. Televizorda baxtning birdaniga boyib ketish, loteriyadan pul yutib olish singari, sabablarga bog'lanishni ko'rgan bola oddiy hayotda mayda narsalardan saodat topish tuyg'usini yuqotadi. Chunki, televizor ko'rish ortiqcha harakatlanishni talab etmaydi. Shu sababli ertaning egalari bo'lgan bolalar tashabbuskorlik va g'ayrat xususiyatlarini yo'qotadi.

Televizor bolalarda zo'ravonlik kayfiyatining ortishiga sabab bo'lmoqda. Hatto multfilmlarda zo'ravonlik sahnalari mavjud. Multfilm qahramonlari yerga uriladi, ammo hech narsa bo'lmaganidek yana o'rnidan turadi. "O'rgimchak odam" multfilmni ko'rgan bola o'zini 7-qavatdan tashlagan edi. Nima sababdan? Chunki, u ko'rgan film qahromonlari yuqori qavatlardan sakrasalar-da, ularga jin ham urmas edi. Bunday filmlarni ko'rgan bola zo'ravonlik qilinsa hech narsa bo'lmaydi degan qarorga keladi. Masalan, qo'shni bola yoki qarindoshi bilan o'ynayotganda zo'ravonlik qilishga urinib ko'radi. Barcha aybni televizorga ag'darish to'g'ri bo'lmas, balki oila muhitidagi zo'ravonlik bolani o'rab olgan muhit ham bunga sabab bo'lishi mumkin.

Televizordan foydalanish yo'li: Televizorni butunlay inkor etmoqchi emasmiz. Ammo, uni foyda-zararini taqqoslash o'zingizga havola. Masalan, dinamit yaxshimi yoki yomonmi? Agar biror uying tagiga qo'yib, uni yer bilan yakson qilinsa, dinamit yomonlikka hizmat qiladi. Biroq, yo'l sozlikda, qoyalarni yo'ldan olib tashlashga dinamitning foydasi katta. Siz ham televizorga mana shu tarzda yondashing. Bola ma'lum yoshga to'lsa balki, zarar bo'lmas. Ammo, shaxsiyati endigina rivojlanayotgan, tafakkur dunyosi endigina shakllana boshlagan kichik yoshdagi bolalarga salbiy ta'sir ko'rsatishi aniq. Televizor foydalimi yoki zararmi? Bunga o'zingiz qaror qiling. Maslahatimiz, biror kunni belgilang va oilaviy biror ish bilan mashg'ul bo'ling. Agar farzandingizni kamroq televizor ko'rishini istasangiz, o'zingiz ham televizor ko'rishni kamaytiring. Bola uchun tarbiyaviy ta'sir ko'rsatuvchi mashg'ulot bilan band bo'lishga harakat qiling. Chunki, farzandlarimiz bizni o'zlari uchun ideal darajasidagi insonlar deb bilishad.

YANGILANAYOTGAN ZAMON VA UNING YOSHLAR DUNYOQARASHI VA XULQ-ATVORIGA TA'SIRI

*Qo'ziboyeva Dilfuza Baxtiyorjon qizi
ADU Ijtimoiy-iqtisodiyot fakulteti PP yo'nalishi II-bosqich talabasi*

"Yoshlarimizning mustaqil fikrlaydigan, yuksak intellektual va ma'naviy salohiyatga ega bo'lib, dunyo miqyosida o'z tengdoshlariga hech qaysi sohada bo'sh

kelaydigan insonlar bo'lib kamol topishi, baxtli bo'lishi uchun davlatimiz va jamiyatimizning bor kuch va imkoniyatlarini safarbar etamiz." (Sh.M.Mirziyoyev)

Kalit so'zlar: *texnologiya, axborotlashuv, innovatsiya, ta'lim, tarbiya, televizor, agressiya.*

Hozirgi vaqtda zamon shiddat bilan rivojlanib, yangilanib bormoqda. Har kuni yangidan-yangi texnologiyalar, yangi g'oyalar, yangi innovatsiyalar yaralmoqda. Shunday shiddat bilan rivojlanayotgan zamon yoshlarining dunyoqarashlari ham o'z o'rnida keng ko'lamliligi va go'zal kelajak orzusi bilan yashovchi, harakat qiluvchi, intiluvchi ruhda bo'lmog'i lozim.

Biz avvalo yangilanayotgan zamon deganda axborotlashuv jarayonini tushunishimiz mumkin. Axborotlashuv jarayoni jamiyatdagi iqtisodiy hamda ijtimoiy-madaniy o'zgarishlarga jiddiy ta'sir ko'rsatadi. G'arb sotsiologlarini fikriga ko'ra, axborotlashgan jamiyat:

1) texnika sohasida- ishlab chiqarish, iqtisodiy, ta'lim va maishiy hayotga axborot texnologiyalarining keng joriy etilishi;

2) iqtisodiy sohada- axborotning tovarga aylanishi;

3) ijtimoiy sohada- axborot turmush, hayot darajasi o'zgarishining asosiy omiliga aylanishi;

4) siyosiy sohada- keng miqyosda fikr almashishga zamin yaratuvchi xilma-xil axborotlarni erkin olishga yo'l ochilishi;

5) madaniy sohada- axborot almashinuvi davri ehtiyojlariga javob beradigan normalar va qadryatlarning shakllanishi bilan xarakterlanadi.

Shunday axborotlashuv jarayonida yashar ekanimiz unga mos ravishda biz ham o'z ustimizda ishlashimiz, yangiliklardan xabardor bo'lishimiz, rivojlanishimiz zarur. Ammo har bir axborotlar biz uchun ham ijobiy, ham salbiy ta'sir o'tkazishi mumkin.

Ijobiy ta'siri deganda biz axborot vositalaridan to'g'ri va oqilona foydalana olishimizni aytish mumkin. Oddiygina turmush hayotimizda ham bu vositalardan, masalan:, kir moshina, televizor, muzlatgich va hokazolardan, ko'cha ko'yda, ish joyimizda esa telefon, kompyuterlardan foydalanamiz. Bular bizning hayot darajamizni anchagina osonlashtirib bergan albatta. Biz televizorlar orqali yangi-yangi ma'lumotlarni qabul qilamiz. Telefonlarimiz ham bizning doimiy hamrohimizga aylanib ulgurgan. Ijtimoiy sohada ham axborot texnologiyalari sababli ish vaqtining qisqarishiga va insonlar vaqtini ko'proq uyda o'tkazishiga, bu esa oilaviy muhitning barqaror bo'lishiga olib keldi. Shu bilan birgalikda uyda ishlash imkoniyatining kengayishiga, transport vositalarining qatnovi kamayishiga va buning natijasida tabiatning zaharlanishi tobora kamayishiga zamin yaratadi. Keyingi yuz yilliklarda insonlar yashash va ishlash uchun shaharlarni eng qulay joy deb tanlashi, bu esa shahar aholisi soni ko'payishi va iqlim yomonlashishiga sabab bo'layotgan edi. Axborotlashuv natijasida insonlar qishloqda turib katta-katta lavozimlarda ishlash, butun olam bilan muloqot qilish, shahar aholisi bahramand bo'layotgan barcha qulayliklarga ega bo'lish imkoniyatiga ega bo'lidilar. Bu yashash sharoitining yaxshilanishi, iqlim mo'tadillanishi va joy taqsimoti o'z o'rniga tushishiga yordam beradi albatta.

Axborotlashuv jarayoning salbiy oqibatlariga keladigan bòlsak, birinchi o'rinda bugungi kunda insoniyatni qiyinchiliklarsiz yashashga o'rgatib qo'yimoqda. Buning natijasida kam harakatchanlik yuzaga keladi va insonlarda turli xil kasalliklar kelib chiqishi mumkin. Shu bilan birgalikda yengil hayot tarziga ham ko'nikib bormoqdamiz. Buni o'zimiz anglab yetishimiz qiyin albatta.

Axborotlashuv zamonida turli texnologiyalar farzandlar tarbiyasiga ta'sir ko'rsatmasdan qolmaydi. Zamonaviy texnologiyalardan oqilona foydalana olishsa, kelajaklari uchun foydali hisoblanadi. Ammo guruch kurmaksiz bo'lmagani kabi axborot vositalaridan to'g'ri foydalana olmaydigan holatlar ham mavjud. Buning natijasida farzandlarimizda turli darajada agressiya va tajovuzkorliklar yuzaga kelyapti. Har xil o'yinlar tufayli bolalar tajovuzkorliklarga odatlanib qolishmoqda va ularni hayotda ham qo'llab ko'rishmoqda. Bu esa real hayotda juda katta talofatlarga olib keladi.

Ommaviy axborot vositalari-bugungi kunda bolalarning agressivligini kuchaytirayotgan eng kuchli quroldir. Keyingi vaqtlarda oynai jahon orqali namoyish etilayotgan turli jangari filmlar, ko'rsatuvlar ham bolalarda agressiv xususiyatlarning tarkib topishiga ta'sir etayotgani mutaxassislar tomonidan qayd etilmoqda. Bu borada internetning ta'sirini ham alohida keltirib o'tish mumkin. Internet orqali bolalar o'zlarining yosh xususiyatlariga to'g'ri kelmaydigan ma'lumotlar bilan tanishmoqdalar, jangari o'yinlar orqali o'zlarining ongostida agressiv xulqni shakllantirib qo'yishmiqda.

Biz odamlarni internet tarmog'idan foydalanishini cheklashimiz emas, balki undan foydalanish madaniyatini shakllantirishimiz lozim. Zero kishilarda axborot iste'moli madaniyati shakllangan bo'lsa, milliy qadryatlarimizga zid bo'lgan xabar, ma'lumotlarni baholashda, albatta, o'z qadryatlari va qarashlari muhim rol o'ynaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Internet manba " Axborotlashuv jarayoni."
2. Novaya texnokraticeskaya volna na Zapade. -M.:Progress, 1986.
3. Ma'ruza matn "Ijtimoiy psixologiya".
4. Shavkat Mirziyoyev "Erkin va farovon davlat barpo etamiz" (14- bet).

РОЛЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СЛУЖБЫ ШКОЛЫ В КОРРЕКЦИИ ДЕВИАНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ УЧАЩИХСЯ

*Нигматова Дилором Ахмаджановна
психолог специализированной средней общеобразовательной школы
№103 Чиланзарского района города Ташкента*

В настоящее время в нашей Республике уделяется большое внимание работе школьного психологической службе. Кабинет Министров 12 июля 2019 г. утвердил положение по организации психологической службы в школах и учреждениях среднего специального образования. Основная задача психологической службы - содействие правильному профессиональному выбору учащихся на основе их способностей, талантов, интересов и профессиональных

склонностей. Школа в жизни ребенка (наряду с семьей и группой сверстников) занимает довольно важное место. Большую часть времени учащийся проводит в ее стенах, здесь в ходе учебного процесса он познает мир, учится читать и писать, изучает законы и явления природы и общества, усваивает правила и нормы человеческого общежития. Учебная деятельность в школьные годы остается ведущим видом деятельности у абсолютного большинства детей и подростков. Однако, как свидетельствуют статистика и научные исследования, школа постепенно теряет свои общественные позиции, снижаются ее социальная роль и референтная значимость в развитии и формировании личности ребенка, в воспитательном воздействии на педагогически запущенных и трудновоспитуемых подростков.

Более 40% учащихся с девиантным поведением к учебе относятся равнодушно, около 20% школьников учатся в школе с явной неохотой, а свыше 15% учащихся относятся к учебе отрицательно. Среди многообразия причин такого отношения к учебной деятельности у подростков с отклоняющимся поведением одним из наиболее значимых фактов являются их систематическое отставание от темпов освоения школьной программы, пробелы в знаниях, стойкая неуспеваемость (и как причина, и как показатель педагогической запущенности подростков). Отсюда снижен интерес к учебе, ослаблена мотивация учебно-познавательной деятельности, отмечается высокий уровень конфликтности в учебном процессе с учителями и одноклассниками.

Главная задача всех участников учебно-воспитательного процесса – вовремя увидеть проявление проблемы, спрогнозировать возможное развитие событий и принять меры к стабилизации ситуации.

Такую работу можно разделить на три направления:

Профилактика; Диагностика; Коррекция и реабилитация.

Основное направление в работе—это изучение детей с девиантным поведением и проблемных семей учащихся, а в частности:

1. Выявление педагогически запущенных детей и неблагополучных семей.
2. Изучение причин социально-педагогической запущенности ребёнка.
3. Ведение картотеки педагогически запущенных детей и их семей.
4. Изучение положения подростка в коллективе.
5. Изучение психологического своеобразия учащихся (наблюдение, беседы)
6. Изучение интересов и способностей учащихся Выявление проблем семейного воспитания (наблюдение, беседы).
7. Проведение диагностики: исследование интересов, ценностных ориентаций, самооценки подростков, внутрисемейных отношений.

Изучив контингент семей учащихся, можно целенаправленно строить работу по профилактике девиантного поведения учащихся.

Суть профилактической деятельности заключается в создании для ребёнка условий и возможностей, с одной стороны, удовлетворять свои потребности социально положительно способами, а с другой, - своевременно получать квалифицированную помощь в субъективно сложной для ребёнка жизненной ситуации, способной перейти в ситуацию риска.

Важнейшей функцией участников образовательного процесса в профилактической работе выступает организация воспитательной деятельности, а именно:

Социально-педагогическая защита подростков; предотвращение межличностных конфликтов, формирование позитивных отношений между людьми; развитие способностей и интересов личности; формирование и развитие личностных качеств ребёнка, необходимых для позитивной жизнедеятельности; увеличение степени относительной самостоятельности детей, их способности контролировать свою жизнь и более эффективно разрешать возникающие проблемы; адаптация или реадaptация так называемых трудных подростков в обществе; компенсация дефицита общения в школе, семье, среди ровесников; говоря о коррекции, следует сказать, что необходимость коррекции поведения возникает при уже сформировавшемся и устойчивом девиантном поведении. То есть в том случае, когда явно присутствуют следующие признаки девиантного поведения: социальная апатия; аутизм; агрессивность; раздражительность; отсутствие навыка и готовности к сотрудничеству; чрезмерная эмоциональность и раздражительность; конфликтность; отсутствие интереса к творчеству и обучению. Каждый девиантный ребенок имеет свой набор отклонений в поведении: прогуливание уроков, физическое насилие над одноклассниками, грубость в общении с окружающими, враждебное отношение к людям, пренебрежение обязанностями, агрессивное противодействие к педагогическим требованиям, недоверие к родителям и учителям, повышенный уровень самооценки и уровень притязаний, а практическому психологу важно проследить их генезис и лишь тогда решать вопросы профилактики, диагностики, консультирования и коррекции, при этом необходимо помнить, что причины нарушений поведения почти всегда взаимосвязаны. Методы коррекционной работы с детьми девиантного поведения нужно проводить совместно с педагогическим коллективом школы через труд, путём рациональной организации детского коллектива.

Психотерапевтические методы: Как правило, школьный психолог корректирует страхи, навязчивые мысли и действия учащихся, коррекция внушение и самовнушение; метод убеждения; психоанализ.

Реабилитация—это система мер, имеющих своей целью возвращение ребёнка к активной жизни в обществе и общественно полезному труду. Этот процесс является непрерывным.

В работе с семьёй, с целью её реабилитации, используются такие методы, как, консультирование с целью рациональной краткосрочной психотерапии, предоставление необходимой информации; работа со специалистами (невропатолог, психотерапевтами, наркологами) по специальным программам до достижения результата; групповые тренинги для родителей с целью преодоления проблем, возникших в связи со злоупотреблением алкоголем.

По консультации школьного психолога учитель на уроке при взаимодействии с детьми девиантного поведения должен следовать таким рекомендациям: сосредоточить внимание учащегося не только и не столько на

усвоении общих составляющих содержания учебного предмета, сколько на нахождении каждым ребёнком личностного смысла изучаемого предмета; помнить, что ребёнок тоже имеет право на ошибку; ребёнок всегда должен быть выслушан; в случае несогласия с его точкой зрения учитель тактично и предметно её оспорит; должен быть уверен, что ему не будут постоянно приводить в пример других ребят, его не будут сравнивать с другими, а только с самим собой на разных этапах роста; при анализе работы и поведения девиантного ребёнка необходимо делать акцент на позитивном; учитывать в учебном процессе индивидуальные особенности девиантного ребёнка: скорость восприятия, усвоения, характер мышления и запоминания, специфику речи и т.п.; не требовать от ребёнка невозможного и не пытаться унижить его чувство собственного достоинства; оказывать своевременную и ненавязчивую помощь; не вести борьбу с ребёнком по разным незначительным поводам и пустякам; нельзя использовать агрессивные методы воздействия (воспитания и наказания), так как агрессивность—это следствие враждебности, а урок—не поле битвы; помнить, что главное в работе с детьми девиантного поведения—это толерантное отношение к особенностям их личности.

В завершении хотелось бы подчеркнуть, что, взвешенное сочетание индивидуального и коллективного психолого-педагогического воздействия, применение различных форм и видов вне учебной деятельности в коррекционно-педагогической работе с детьми с отклоняющимся поведением усиливает ее результативность, помогает сделать процесс преодоления недостатков в развитии личности и девиаций в поведении воспитанников реальным, действенным, а задачи по формированию положительных качеств его личности, интеграции в социум вполне осуществимыми.

Литература:

1. Каримова В. Психология семьи. Учебник.
2. Умаров Б. М. «Ўсмирларда ҳулқи оғишганлик» Автореферат дисс. на получ. науч степени докторат: Наука и технология, 2009.
3. Хакимова И.М. Девиант ҳулқ-атвор психологияси: Ўқув қўлланма. —Т.: Ўзбекистон Республикаси ИИВ Академияси, 2013.
4. Алмазов, Б.Н. Психология отклоняющегося поведения и задачи педагогической реабилитации трудновоспитуемых учащихся Текст./ Б.Н.Алмазов, Л.А.Грищенко. Свердловск, 1999г.

ПЕДАГОГЛАРДА ПСИХОЛОГИК ЗЎРИҚИШНИ ОЛДИНИ ОЛИШ

*Ражабова Мақсуда Мардоновна
Сурхондарё вилояти Денов тумани 28-мактаб психологи*

Барчамизга маълумки педагог касби жуда катта ҳиссий, жисмоний ва ақлий куч талаб қилувчи касблардан бири ҳисобланади. Сўнгги йилларда айниқса педагогларга қўйилаётган талаблар ҳам ортиб бормоқда. Бу талаблар ота-оналар

томонидан ҳам, замонавий жамиятдаги таълим тизимининг педагогларга қўяётган талаблари: ижодкорлик, новаторлик, замонавий технологиялардан фойдаланишни ҳам мисол тариқасида келтиришимиз мумкин. Педагог фаолияти давомида олдига қўйган барча вазифаларни уйдлашга ҳаракат қилади, ўқувчиларга етарлича ва адлолатли ёндашишга, ўқувчиларнинг гота-оналари билан тил тошиши ва мулоқотга киришига интилади. Гиниб тинчимаган ўқитувчи нафақат дастурга мувофиқ билим бера олади, балки ўз амалиётида методлардан фойдаланган ҳолда ҳар бир болани ўқитишга шахсий ёндашади.

Бу талаблар натижасида нафақат ўқув юкламалари балки ҳиссий ва асабий толиқиш, чарчоқ ҳам ортади. Бундай вазият “ педагоглардаги ҳиссий толиқиш” синдромини келтириб чиқар экан. Ҳиссий толиққан педагоглар юқори даражадаги хавотирланиш ва агрессивлик, ўз фикрида қаттиқ туриб олиши билан ажралиб туради. Бундай ҳолатлар улардаги ижодкорликни, шахсий ривожланишни сусайтиради. Натижада педагоглар ҳиссий чарчаш ҳолатининг гаровига ҳиссий ва касбий хулқ стереотиплари маҳбусига айланади.

Ҳиссий зўриқиш касалликнинг психологик сабаби қуйидагилардир: сурункали толиқиш, асабийлашиш, узоқ вақт хал этилмаган ҳиссий муаммолар, ўзини танқид қилиш, қўрқув, оғир ўйлар, ғам, ҳеч нимани ўзгартириб бўлмастик ҳисси, жиззакилик, қувончдан ўзини бебахра қолдириш. Натижада организмда юқори қон босими, бош оғриғи, ошқозон оғриғи, қон томирларнинг кенгайиши, жигар касалликлар намоён бўлади.

Қуйидаги машқлар ўз-ўзини бошқариш, ҳиссий чарчашни, ўз-ўзини назорат қилиш ишлари билан инқирозни олдини олишга ёрдам беради.

Тренингимизнинг мақсади - ҳиссий чарчаш ва ўқитувчининг руҳий саломатлигини қўллаб қувватлаш.

Тренингнинг вазифалари:

1. Педагогларни ўзини ўзи таҳлил қилиш жараёнини янгилаш.
2. Ўз-ўзини бошқариш усулларини жорий этиш.
3. Эмоционал ҳолатни ўз-ўзини бошқаришнинг психотехник усулларини ўргатиш.
4. Ўқитувчининг кадр-қимматини оптималлаштириш.
5. Эмоционал сресни енгиллаштириш.

Керакли ресурслар: 2-3 дона эски газета ва елим қоғоз (скўч), А 4 форматдаги қоғозлар, стикер,

Самимий салом

Мақсад: иштирокчилар ўртасида ижобий муҳитни пайдо қилиш ва позитив кайфиятни вужудга келтириш.

Жараён: иштирокчилар бир бирини кўришга қулай тарзда айлана шаклида туришади ва бир кишидан бошланиб занжир тарзида ҳамма бир бири билан (ўнг ёнидаги шериги билан кетма-кет тарзда) эркин ўзи хоҳлаганича саломлашишиб, сўрашиб чиқишлари зарур. Саломлашиш биринчи одамга самимий табассумни сақлаш, ҳамда илиқ ҳиссиётларини юз орқали ва саломлашиш, сўрашиш орқали ифодалашга ҳаракат қилиш сўралади.

Қоғоз копток.

Мақсад: ноанъанавий йўл билан ўзаро танишув ҳамда иштирокчиларнинг кутувларини эшитиш.

Жараён: оидиндан битта қоғоз копток тайёрлаб олинади. Уни тайёрлаш учун 2-3 та газетани ғижимлаб думолоқ шаклга келтирилади, очилиб кетмаслиги учун унинг айриб жойларидан елим қоғоз ёпиштирилади.

Иштирокчилардан айлана ҳосил қилиб туриб олиш сўрадади. Ҳамда танишув бошланади, бунда ҳар бир иштирокчи коптокни қўлига олиб ўзини таништириши ва бўлажак тренингдан кутаётган кутувларини айтади. Сўнгра қўлидаги коптокни исталган иштирокчига отади ва коптокни олган иштирокчи ҳамда қолганлар ҳам машғулоти шу тарзда давом эттиришади. Машғулоти тренернинг ўзи бошлаб бергади ва ҳамма иштирокчилар ўзларини таништириб бўлгач, биринчи бошлаган инсон яъни тренерга топ қайтиб келади. Бунда топни икки томодаги қўшнисига эмас, иложи борича узокроқда турган ихтиёрий иштирокчига секин отиб бериш сўралади “Наполион позаси” машқи.

Иштирокчиларга учта ҳаракат кўрсатилади: Қўлларни кўкрагига хоч қўйиш, қўлларни очик қафтлар билан олдинга чўзиш ва мушт қилиб ёпилган қўллар. Бошловчининг “Бир ,икки, уч” деган буйруғи билан иштирокчилар бошқалар билан бир вақтнинг ўзида учта ҳаракатдан бирини (қайси бири ёқса) кўрсатиши керак. Мақсад бутун гуруҳ ёки иштирокчиларнинг аксарияти бир хил ҳаракатни намоёиш этишидир.

Машғулот олиб борувчининг изоҳи: Бу машқ сизни қанчалик ишлашга тайёр эканлигини кўрсатади. Агар кўпчилик қафтларини кўрсатаган бўлса ,демак улар ишлашга тайёр ва етарлича очик инсондирлар. Муштлар тажоввузкорликни, Наполионнинг ҳолати, яъни қўлларни кўкрагига хоч қўйиш инсоннинг ёпиқлигини ёки ишлашга хошиши йўқлигини англатади.

Ёмғир.

Мақсад: иштирокчиларини диққатини бир жойга йиғиб олиш ёки жалб қилиб олиш, позитив қайфиятни ҳосил қилиш.

Жараён: иштирокчилардан диққат билан тренерни кузатиб уни бажараётган ҳаракатини бажариш сўралади. Агар иштирокчилар диққат билан кузатиб сўзсиз тренер бажараётган ҳаракатларни қайтаришса ёмғир овозини эшитишга муваффақ бўлишлари айтилади. Тренер чап қўлини кўтариб қафтини кенг очиб унга ўнг қўл кўрсаткич бармоғи билан овоз чиқадиган даражада уриб бошлайди, 10-15 мартадан сўнг иштирокчиларга икки ишорасини қилиб қафтига энди 2та барбоғи билан қафтига уриб бошлайди яна 10-15 мартадан сўнг 3 ишорасини қилиб учта бармоғи билан сўнгра шу тарзда 4 та бармоғи билан ҳаракатни давом эттиради. Натижада иштирокчилар ҳаракатни бевосита кўрсатилганидек бажаришса, ёмғир ёғаётгандаги товуш юзага келади.

Жековсон позаси

Мақсад: иштирокчиларни психологик стресс ёки зўриқишдан ҳалос қилиш, руҳий енгилликни вужудга келтириш.

Жараён: машғулот стулда ўтириб бажарилади. Иштирокчилар ушбу машқни бажаришдан олдин қорни оч бўлмаслиги, жисмонан ўта чарчамаган бўлиши, касал бўлмаслиги талаб этилади. Чунки, ушбу машқ юқоридаги

инсонларда ортиқча жисмоний зўриқиш, бош айланиши каби кўшимча муаммоларни юзага келтириши мумкин, шунинг учун тренер бунга эътибор қаратиши жоиз. Иштирокчилар стулда жойлашиб иложи борича ўзларини бўш қўйиб, эркин ўтириб олишлари керак бўлади. Машқ: иштирокчилар қўлларини пастга тушириб мушт қилиб олишади ҳамда иложи борича муштларини қаттиқ сиқишлари лозим, шундан сўнг мушларини очиб юбормаган ҳолда янада муштни қаттиқ сиқиб қўлларини секин кўтаришлари керак, мушт шундай қаттиқ сиқилиши яъни қалтирийдиган даражада қаттиқ сиқилиши керак. Қўллар секин кўтарилиб мушти кўзлар тоғрисиғача келгакда қаттиқ мушни сиқиб 4-5 секунд яна ушлаб турилади сўнгра қўлларнибаланда кўтариб мушлар секин очиб юборилади ва кафтларни секин кенг очиб қўллар яна пастда туширилади. Бу машқ 2-3 мартадан ортиқ бажарилиши мумкин эмас, чунки у жисмоний зўриқишни пайдо қилиши мумкин. Машқни тренер ҳам биргаликда иштирокчиларга намоиш этиб бажарса у янада самралироқ чиқади.

Шунингдек, тренер ушбу машқни иккинчи маротаба бажартираётганида иштирокчиларда қуйидаги установкаларни тасаввурда ҳосил қилишни сўраши ҳам тренингни янада самарадорлигини таъминлайди:

1- Фараз қилинг ҳозир сиз барча чарчоқларингиз, тавшвиш ва муаммоларингизни барчасини қўлингизга йиғиб олаяпсиз ҳамда уларни қўлингизга қаттиқ ушлаб, сиқиб олдиндиз (қўллар паста мушт қилинди);

2- Энди бор кучингизни йиғиб уларни кўтараяпсиз (мушт янада қаттиқ сиқиб баланда секин кўтарилади);

3- Энди уларни қаттиқ сиқиб янчиб ташладингиз ва улар энгил парга айланиб ғойиб бўлди (кўз тўғрисида мушт 4-5 секунд мушт қалтирайдиган даражада қаттиқ сиқиб ушлаб турилади ва кафтларни кенг очиб қўллар тепага кўтарилиб секин пастга туширилади).

«Шаршара» релаксацион машқи

Мақсад: Иштирокчиларда ўзига ишончни таркиб топтириш, рухий зўриқишни бартараф этиш.

Психолог: Ўзингизни эркин тутиб, кўзингизни юминг. Чуқур нафас олинг ва нафас чиқаринг - 2-3 марта. Фараз қилинг сиз шаршара ёнида турибсиз, аммо бу оддий шаршара эмас. Сув ўрнига ундан пастга қараб нафис, ёруғ нур оқаяпти. Сиз ўзингизни шу шаршара тагида тургандек ва ушбу ёруғ нур бошингиздан тушаётганини ҳис қилинг. Сиз пешонангиз, оғзингиз, юзингиз ва бўйингизнинг энгиллашаётганини сезаяпсиз. Бу ёруғ нур сизнинг елкаларингиздан ва орқангиздан оқиб, уларнинг энгил ҳамда бўшашишига ёрдам берапти. Ёруғ нур орқангиздан оқиб тушиб, зўриқишни йўқотаётганини сезасиз ва орқангизнинг яна бир бор энгил бўлганини ҳис қиляпсиз.

Нур сизнинг бутун танангиз бўйлаб оқаяпти. Сиз уларни роҳатланаётганини ҳис қиляпсиз ва сиз ҳеч қандай қийинчиликсиз чуқур нафас олишингиз ҳамда нафас чиқаришингиз мумкин. Бу сизга ўзингизни жуда ҳам энгил ва яхши ҳис қилишингизга ёрдам беради.

Энди нур қўлларингиз, кафтингиз ва бармоқларингиз бўйлаб оқаяпти. Сиз қўлларингизнинг қанчалик майин бўлиб дам олаётганини ҳис қиляпсиз. Нур

оёғингиз бўйлаб ҳам оқаяпти ва товонингизга тушаяпти. Сиз уларни бўшашаётганини ва енгиллашаётганини ҳис қилаяпсиз.

Бу ёруғ нурдан иборат ғаройиб шаршара бутун танангиз бўйлаб оқаяпти. Сиз ўзингизни тинч ва осойишта сезаяпсиз ва ҳар бир нафас олиб, нафас чиқарганингизда қувватингиз ошиб бораётганини ҳис қилаяпсиз.

Энди эса ўша ғаройиб шаршарага сизни енгил бўлишингизга ёрдам бергани учун миннатдорчилик билдиринг. Ўзингизни ўнглаб, эркин тутган ҳолда кўзингизни очинг.

- 5 та оддий қоидани унутманг:

- 1. Қалбингизни ғазабдан бўшатиш, кимдан хафа бўлсангиз барчасини кечиринг.

- 2. Юрагингизни хавотирдан бўшатиш, уларнинг кўпи бефойдадир.

- 3. Содда ҳаёт кечиринг, бориға шуқур қилинг.

- 4. Кўлингиздан келадигандан кўпроқ беришга ҳаракат қилинг.

- 5. атрофдагилардан камроқ ... кутиш.

Ҳамкорликдаги иш учун барчангизга ташаккур. Омад ва яхши кайфият тилайман! .

Иштирокчилар тренинг жараёнидаги ҳолатларни, ўзлари учун янгилик бўлган тренингнинг аҳамияти ҳақидаги тасаввурлари билан ўртоқлашадилар.

- Тренинг юзасидан якуний хулоса ва хайрлашув

Фойдаланилган адабиётлар

1. “Профилактика эмоционального выгорания у педагога” В.С.Хотенов 2017 й. Россия (2,4 б).

2. “Профилактика синдрома эмоционального выгорания учителей и поддержка психического здоровья педагогов” Коломиец. Ю.Г. Томск. обл.2005 (11,14б).

ЁШЛАР ВА ЗАМОН

*Қўлдашева Мафтунахон Алимұхаммадовна
Фаргона Вилояти Учкўприк Туманидаги 2-аниқ ва филология фанларига
ихтисослашган мактаб-интернати психологи*

Ўзбекистон Республикаси Биринчи Президенти И.А.Каримов ташаббуси билан 2008 йилнинг “Ёшлар йили”, 2010 йилнинг “Баркамол авлод йили”, 2014 йилнинг эса “Соғлом авлод йили” деб эълон қилиниши ёш авлод камолоти йўлида амалга оширилаётган хайрли ишларни янада жадаллаштирди. Бугун Ўзбекистонда истиқомат қилаётган 33 миллиондан ортиқ ёшларнинг кундалик ҳаёти, эртанги тақдирига таъсир кўрсатади десак ёлғон бўлмайди.

Ўзбекистон Республикаси Президенти Шавкат Мирзиёевнинг ёшларга эътиборни кучайтириш, уларни маданият, санъат, жисмоний тарбия ва спортга кенг жалб этиш, уларга ахборот технологиялардан фойдаланиш кўникмаларини сингдириш, ёшлар ўртасида китобхонликни тарғиб қилиш, хотин-қизлар бандлигини ошириш масалаларига қаратилган фармонлари эълон қилинди.

Мамлакатимиз аҳолисини 30 фоизини 14 ёшдан 30 ёшгача бўлган йигит-қизлар ташкил этади. Уларнинг таълим олиши, касб-хунар эгаллаши учун кенг шароитлар яратилган. Шу билан бирга, ёшларнинг бўш вақтларини мазмунли ўтказишни ташкил этиш долзарб масала ҳисобланади. Ёшлар қанчалик маънавий баркамол бўлса, турли ёт иллатларга қарши иммунитетини ҳам шунчалик кучли бўлади. Бунда ёшларимизга “Синчковлик формуласи” ҳам ёрдам боради. Сиз ўзингизга нисбатан жуда синчков бўлишингиз керак. Интуициянгиз овозини ва туйғуларингизга қулоқ тутиш. Ботинингизга кўпроқ мурожаат қилиб туриш. Шу билан бирга атроф-оламга, одамларнинг ҳатти-ҳаракатига муносабатига диққат билан қаранг. Ниятларингизнинг амалга ошиши, исталган натижага эришиш йўлидан тўғри кетаётганлигингизни сезиш учун туйғуларингизни очиқ тутиш. Йўлингизда учрайдиган ҳамма белгиларга эътибор беринг деб йўналтиришимиз керак.

Шунингдек ҳар бир инсонда болалиқдан ватанпарварлик туйғуларининг асослари яратилиши керак. Шу сабабли, ўсиб келаётган авлоднинг ватанпарварлик онгини шакллантириш жараёнида болалар боғчаси, мактаб ва бошқа ҳар қандай таълим муассасасининг ўқитувчилар таркиби, оила ва умуман жамиятнинг биргалиқдаги ўқув фаолиятини ташкил этишнинг роли жуда катта. Ёшларга ватанпарварлик руҳида тарбиялаш мамлакатнинг ёшларга оид давлат сиёсатининг таркибий қисмидир. Мамлакатимизнинг ватанпарвари бўлиш ҳар доим ғурур ва қадр-қимматга эга бўлган ҳар қандай одам учун катта шарафдир. Аммо улар ватанпарварлар эмаслар. Бундан ташқари дадил ривожланаётган давлатда ватанпарварлик таълимини фақат ижодий жараён сифатида баҳолаш керак. Шунингдек, бу ёшлар кураш, мамлакат келажаги, мажбурий миграция, жиноятчилик, гиёҳвандлик, алкоголизм ва экстремистлик кайфият каби салбий ҳодисаларга қарши курашдир. Бундай иллатлар ёшларимиз онгини захарламаслиги учун барча бирдек маъсул.

Ҳаммамизга маълумки, давлатимиз раҳбари ижтимоий, маънавий-маърифий соҳалардаги ишларни янги тизим асосида йўлга қўйиш бўйича 5та муҳим ташаббусни илгари сурган эди.

Биринчи ташаббус-ёшларнинг мусиқа, рассомлик, адабиёт, театр ва санъатнинг бошқа турларига қизиқишларини оширишга, истеъдодини юзага чиқаришга хизмат қилади.

Иккинчи ташаббус-ёшларни жисмоний чиниқтириш, спорт соҳасида қобилиятини намоён қилишлари учун зарур шароитлар яратишга йўналтирилган.

Учинчи ташаббус-аҳоли ва ёшлар ўртасида компьютер технологиялари ва интернетдан самарали фойдаланишни ташкил этишга қаратилган.

Тўртинчи ташаббус-ёшлар маънавиятини юксалтириш, улар ўртасида китобхонликни кенг тарғиб қилиш бўйича тизимли ишларни ташкил этишга йўналтирилган.

Бешинчи ташаббус-хотин-қизларни иш билан таъминлаш масалаларини назарда тутди.

Бир сўз билан айтганда, ушбу 5та ташаббус халқимиз, айниқса, ёшларимиз томонидан катта қизиқиш билан кутиб олинди.

Ёшларни замон билан ҳамнафас бўлиб ўсишлари учун жисмоний тарбия ва спортга кенг жалб этиш борасида чора-тадбирлар белгилаб берилди. Туман ва шаҳарлар ҳокимларининг ёшлар масалалари бўйича ўринбосарларига мутахасислар билан биргаликда ёшларнинг спорт турларига қизиқиши ҳамда спорт иншоотларнинг жиҳозланиш даражасини ўрганиб, шу асосда таклифлар бериш, Вазирлар Маҳкамасига уларни амалга ошириш учун зарур маблағлар манбасини аниқлаш вазифаси қўйилди. Олис ва чекка қишлоқларда енгил конструкцияли сендвич панеллардан кичик спорт заллари ва қопламали майдонлар қуриш, ташаббускор тадбиркорларга спорт иншоотлари ташкил этиш учун ер ажратиш зарурлиги вазифа қилиб топширилди. Бундай кўрсатилган эътиборлар натижасида ёшларнинг ўзи қизиққан касб эгаси бўлиши билан бир қаторда спорт машғулотларига жалб этиш бўйича олиб борилаётган тадбирлар ҳам юқори кўрсаткичларга кўтарилган. Зеро, “Соғ танда соғлом ақл” дейди донишманд халқимиз.

Бугун биз маънавиятимизни асрашимиз, ватан келажаги учун мустаҳкам пойдевор бўла оладиган муносиб фарзанд бўлишимиз, олдимизга қўйган эзгу мақсадларимиз томон мардонавор қадам ташлашимиз, буюк аждодлар изи эканимизни англамоғимиз, қадимий тарихимиз ва бой маданиятимизни, улуғ аждодларимиз меросини чуқур ўзлаштиришимиз бугунги тез ўзгараётган ҳаёт воқелигига онгли қараб мустақил фикрлашимиз ва она ватанимиздаги содир бўлаётган барча жараёнларга дахлдорлик ҳисси билан яшашимиз, энг муҳими боболаримиздан мерос истиқлолни жон-у тан билан асрашимиз лозим. Спорт билан бир қаторда китоб ўқишни ҳам йўлга қўйилгани ҳам жуда қувонарли ҳол. Давлатимиз раҳбари мутасадди вазирлик ва уйишмаларга “Китоб карвони” лойиҳаси доирасида бадий, маърифий, ижтимоий мавзуларда китоблар чоп этиш, ҳамда Қорақалпоғистон Республикаси ва барча вилоятларга 1 миллион нусхадан кам бўлмаган миқдорда етказиб бериш бўйича топшириқ бердилар. Маҳаллий ҳокимликлар ҳар бир шаҳар ва туман марказида биттадан намунали китоб дўкони ташкил этиши кераклиги, ахборот ва оммавий каммуникациялар агентлигига барча шаҳар ва туманларда кўчма китоб павилионларини жойлаштириш, Қорақалпоғистон Республикаси ва барча чекка қишлоқ, овуллар аҳолисига кутубхона хизматини кўрсатиш вазифаси қўйилди.

Хулоса қилиб шуни айтишимиз мумкин-ки, юртимизда биз ёшларга берилаётган имкониятдан тўғри фойдаланган ҳолда кучли, билимли кадрлар бўлиб етишишимиз зарур. Зероки, давлатимиз келажаги-бу биз бугунги ёшлар. Агарда биз ҳозир ёшларимизга билим ва тарбия бермасак ҳеч қачон ривожланмаймиз ва олдинга силжимаймиз. Чунки ривожланган давлатларга эътибор қаратсак бу давлатлар энг аввало ёшларга билим берган ҳолда шундай даражага эришган. Боболаримиз айтгандай “Илм қайда бўлса буюклик бўлар”. Бу сўз ҳозирги кунда яққол тасдиқини топмоқда. Негаки, замон тез ривожланмоқда биз бугун ўқимасак эртага кеч бўлади.

Фойдаланилган адабиётлар

1. И.А.Каримов “Адабиётга эътибор маънавиятга келажакка эътибор” 2009-йил.

2. И.А.Каримов “Биздан озод ва обод ватан қолсин” 1996-йил.
3. Ш.М.Мирзиёев “Танқидий таҳлил қатъий тартиб интизом жавобгарлик ҳар бир раҳбар фаолиятининг кундалик қондаси бўлиши керак” 2017-йил.
4. Валерий Синелников “Ниятнинг кучи” 2015-йил.

MURAKKAB VA TAHLIKALI DAVRNING YOSHLARGA QARATILGAN TAHDIDLARI

Muhamedova Madina Turdiboyevna
JDPI pedagogika va psixologiya yo'nalishi 1-kurs talabasi

Annotasiya: Ushbu maqolada yosh avlodni yetuk shaxs qilib tarbiyalashga doir masalalarga "ommaviy madaniyat" tushunchasining salbiy tamonlari yoritib berilgan. Bugungi asr yoshlariga tahdid solayotgan illatlar va ularning g'arazli maqsadlaridan ogoh bo'lgan holda buyuk kelajak sari qadam tashlash yo'llari bu moqalaning asosini tashkil etadi.

Kalit so'zlar: Tarbiya, ma'naviy tarbiya, ma'naviyat, mafkura, ommaviy madaniyat.

Odamlarning hayvonlardan asosiy farqi ham ularning ongliligidadir. Har bir inson o'z kelajagini o'z qo'li bilan yarata olishi, nafaqat o'z kelajagini balki, yurt ravnaqi, Vatan taraqqiyotni ham belgilay oladi. Hech bir bola onadan yomon, qo'poruvchi, tajjavuskor bo'lib dunyoga kelmaydi, bolaning bu hayotda yaxshi inson yoki aksincha bo'lishini uning atrofidagi muhit belgilaydi. Bola rivojlanishida sog'lom muhitni yaratish bu bolaning tarbiyasi uchun qo'yilgan dastlabki qadamdir. Tarbiya-bolani baxtga eltuvchi yagona kuchdir yoki bola kelajagini barbod qiluvchi birdan bir manba. Yuqoridagi so'zlar ma'nosi shuki, bolaga to'g'ri tarbiya berilsa bu uning uchun buyuk kelajak demakdir, afsuski tarbiyaning noto'g'ri shakllari ham mavjud. Noto'g'ri tarbiya bolaning ongini zaharlash orqali uning ma'naviy bo'shlig'ini buzg'unchi, vayronkor g'oyalar bilan sug'orish desak mubolag'a bo'lmaydi.

Farzandga oltin, kumush, ko'chmas mulk, imorat, xususiy korxonalar, qimmatbaho avtomobil berish mumkin. Lekin baxtni berib, notariusda uning nomiga rasmiylashtirib, meros qoldirib bo'lmaydi. Buni bilgan ma'naviyatli, aqilli ota-onalar bolalarni to'g'ri yashab, baxtli bo'lishiga o'rgatishadi.

"Atoqli olim Najmiddin Komilov ma'naviy tarbiya haqida shunday deydi: "Ma'naviy tarbiya deganda inson irodasi, ma'naviy olami, tafakkuri va dunyoqarashining zamon talablari darajasida shakllanishini tushunamiz". Ma'naviy tarbiya keng ko'lamli chuqur ma'noli tushunchadir. Bunda adabiyot, san'at turlari, tarixiy an'analar, qadimiy mumtoz fasafa, xalq ijodi, avlodlar tajribasi, yaxshi udumlar, adabiyotlarning birgalikdagi ishtiroki nazarda tutiladi. Bu yana shuning uchun ham muhimki, jamiyatimiz taraqqiy etib borgan sari ma'naviy tarbiyaning izdan chiqishiga urinishlar ko'paymoqda. "[1]

Ma'naviyatimizga, mafkuramizga tahdid soluvchi kuchlarning asosiy maqsadi, davlatning buyuk kelajagini quruvchi yosh avlodni zaharlash, ularni turli yolg'on va'dalar orqali o'z Vataniga qarshi qurol ko'tarishga majbur etishdir. Bunday kuchlar bilan ma'nan yetuk, jismonan sog'lom avlodgina kurasha oladi. Ma'naviyatni, mafkurani yuksaltirish uchun avvol bu tushunchalarning asl ma'no mohiyati bilan tanishish maqsadga muvofiqdir.

"Ma'naviyat-inson ruhiy va aqliy olamini ifodalovchi tushunchadir. U kishilarning falsafiy, huquqiy, badiiy, tarixiy, va diniy tasavvurlarini o'z ichiga oladi. Ma'naviyat atamasining ma'nosi

"**Ma'no**" degan so'z hisoblanadi. Oziq-ovqat odamga jismoniy quvvat bersa, ma'naviyat unga ruhiy ozuvqa beruvchi manbadir.

Mafkura-muayyan ijtimoiy guruh, qatlam, millat, jamiyat, davlatning manfaatlari, orzulari, maqsadlari ifodalangan qarashlardir. Mafkura atamasining ma'nosi "**fikrlar majmui**" degan so'z hisoblanadi." [3]

Birinchi prezidentimiz Islom Karimov o'zining "Yuksak ma'naviyat, yengilmas kuch" asarida shunday deydi: "Bugungi zamonda mafkura poligonlari yadro poligonlaridan ham ko'proq kuchga ega. Bu masalaning kishini doim ogoh bo'lishga undovchi tomoni shundaki, agar harbiy, iqtisodiy, siyosiy tazyiq bo'lsa, buni sezish, ko'rish, oldini olish mumkin, ammo mafkuraviy tazyiqni, uning ta'siri va oqibatlarini tezda ilg'ab yetish nihoyatda qiyin." [2]

Yoshlar ma'naviyatini sindiruvchi, ularni o'ziga bog'lan manqurt qiluvchi illatlar qatoriga: "Ommaviy ma'daniyat" ni ham kiritishimiz mumkin. Bugun bu illat yoshlarni eng tuban yo'lga boshlovchi, oxiri yo'q azoblarga giriftor qiluvchi, ulardagi axloq, tarbiya, ma'naviyat kabi yuksak fazilatlarini yo'qqa chiqaruvchi misoli bir ulkan to'rdir.

"Ommaviy madaniyat" - jamiyatda aholining keng qatlamlari orasida yoyilib, ustuvor bo'lgan madaniyatdir. U o'z ichiga maishiy hayot, qiziqishlar (spirt, musiqa), ommaviy axborot vositalari kabilarni oladi. Ommaviy madaniyat mohiyatiga ko'ra aholi aksariyat qismining hayotini tashkil etgan voqea-hodisalar, intilishlar va ehtiyojlar bilan to'lib toshgan. Keling ommaviy madaniyatning noto'g'ri ta'siriga misol keltiramiz: "Barcha dinlar, milliy ma'daniyatlar o'smir qizlarga "O'zingni bokira tut, asra" deya davat qiladi. Ommaviy madaniyat esa shaxsiy manfaatlarning ustuvorligi, axloqsizlik, xudbinlikni targ'ib etmoqda, yoshlarimizni ham yo'ldan urishga urinmoqda." [1]

Yoshlar hayotiga tahdid solayotgan bu illatni yo'q qilish barchamizning qo'limizdan keladi. Biz bunday g'arazli maqsadlarni ko'zlovchi, niqob ostidagi illatlarga nisbatan "milliy tarbiya," milliy madaniyat", "asrlar davomida ajdodlarimiz e'zozlab kelgan qadriyatlar", larni qurol sifatida ishlatishimiz mumkin. Yoshlarning bo'sh vaqtini mazmunli tashkil etish, yoshlar hayotini kitob nurlari orqali yoritish, yoshlar bilan ochiq muloqotlar o'tkazish va ularning muammolarni o'rganish, yosh avlodga zararli illatlar haqida muntazam ravishda ma'lumotlar berib borish, kabi chora-tadbirlar orqali biz yosh, kelajak avlodlarimizni yovuz illatlarning yovuz ta'siridan himoya qilish mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Muhammad Quronov "Bolam baxtli bo'lsin desangiz" Toshkent "Ma'naviyat" 2014.

2. Islom Karimov "Yuksak ma'naviyat yengilmas kuch" Toshkent "Ma'naviyat" 2008.

3.uz.m.wikipedia.org

ONA TILI VA ADABIYOT DARSLARIDA ZAMONAVIY METODLARDAN FOYDALANISH

Nabieva Maftuna Olimjonovna

Namangan viloyati Norin tumani 25-maktab ona tili va adabiyot fani o'qituvchisi

Annotatsiya: Ushbu maqolaning mazmun mohiyati quyidagicha, ta'lim sifatini oshirishda pedagog tomonidan yangicha g'oya, metodlarning dars jarayonida qo'llanilishi, o'quvchilarni darsga qiziqtirishda samarali usullar va mashg'ulotlarni qo'llashda zarur tavsiyalar berilgan.

Kalit so'zlar: Texnologiya, ona tili, izlanish, nutq, adabiyot, "Mazayka", "Aqliy hujum", ko'nikma, rivojlanish.

Til – millatning ma'naviy boyligidir. Til nafaqat muomala vositasi – balki xalqning madaniyati, urfodati, uning turmush tarzi, tarixidir. Turli xalqlarning tillariga hurmat esa o'z navbatida o'zaro tushunishni, muloqotlarga imkoniyat yaratadi. Tillarni saqlanib qolishi uchun esa bu tillarni qo'llab-quvvatlash zarurdir. Aynan til tufayli insoniyat u yoki bu xalqqa mansubligidan faxrlanib yashaydi. Barcha tillarni tan olish va hurmat qilish tinchlikning birdan bir kafolatidir. Shu sababli ham xar bir xalq o'z tili saqlanib qolishi uchun harakat qiladi.

XXI asr o'rtalariga borib, Xitoy tili asosiy til bo'lib olishi mumkin. Olimlarning fikricha, til yashab qolishi uchun undan kamida bir million kishi so'zlashishi kerak ekan. Biroq bunday tillar dunyoda atigi 250 tadir. O'zbek tili ham mana shu 250 taning ichida ekani quvonarli, albatta.

Til odamlar o'rtasida o'zaro muomala, aloqa vositasi. Insonni butun mavjudot olamining sarvariga aylantirgan bu noyob hodisa keyinchalik tafakkur quroli tarzida namoyon bo'ldi. Boshqacha aytganda, til insoniyatning bebaho boyligi, buyuk imkoniyatidir. O'zlikni anglash, milliy ong va tafakkurning ifodasi, avlodlar o'rtasidagi ruhiy-ma'naviy bog'liqlik til orqali yuz beradi. Jamiki ezgu fazilatlar inson qalbiga, avvalo, ona allasi, ona tilining betakror jozibasi bilan singadi. Ona tilini rivojlantirish har qanday xalq mustaqilligining, millat ma'naviy o'zligining dastlabki shartlaridan biridir. Chunki til xalqning, millatning tarixi, madaniy merosi, turmush tarzi, urf-odati va an'analarni o'zida mujassamlashtirgan xazinadir.

Zamon tobora rivojlanib borayotgan bir paytda, axborot texnologiyalari hayotimizning bir bo'lagiga aylanib ulgurmoqda. Hozirgi paytda har qanday axborotning yashin tezligida dunyoning u chekkasidan bu chekkasiga yetib borishi uchun soniyalar yetarli xalos. Bu quvonarli hol, albatta. Ta'lim sohasida pedagog hodimlarning tajriba almashishi, malaka oshirishi va dars jarayonining ko'rgazmalilik asosida tashkil qilinishida ham texnika muhim ro'l o'ynamoqda. O'qituvchi qanchalik

talabchan, izlanuvchi va ijodkor bo'lsa, yosh avlod kelajagiga mustahkam poydevorni qura oladi.

Mamlakat kelajagi, uning go'zal istiqboli saloyihatli yoshlarning ilg'or va innovatsion g'oyalari asosida yuksaladi. Bunaqangi taraqqiy topgan davlat barpo etish uchun esa, bugungi kun juda ham mas'uliyatli va shijoatli pedagog hodimlarimizdan intiluvchan, bilimga chanqoq o'quvchilarni voyaga yetkazishimizni talab qiladi. Shiddat bilan rivojlanib borayotgan zamon uchun yosh avlodni munosib ravishda tayyorlab borish, tarbiyalash, zamonaviylik tushunchasi bilan, insoniylik xususiyatlarini chambarchaslikda ular onggiga singdira olish ota-ona bilan bilan teng qatorda o'qituvchilardan ham ko'p mehnat talab qiladi. Izlanish, intilish va xohish bo'lsagina bu kabi vaziyatlar ijobiy tus oladi.

Bugungi kunda respublikamizda joriy qilingan ta'lim tizimini jahon tajribasi asosida, yangicha dastur va metodlar orqali isloh qilish ishlari o'z samarasini bermoqda. Joylarda ijod maktablari va ixtisoslashtirilgan maktablarning faoliyatini tubdadan yaxshilash, ulardagi ta'lim berish jarayonlarining sifatini ikki hissa oshirish va har bitta fanning o'qitish metodikasida yangicha yondashuvlarni joriy qilish bugungi kun talabiga aylanib ulgurdi. Ayniqsa, ijtimoiy fanlar o'qitish metodikasini zamonaviy ta'lim bilan uyg'unlashtirishdagi yutuq va kamchiliklarni bartaraf etish maqsadga muvofiqdir.

Umumta'lim maktablari va oliy ta'limda ona tili va adabiyot fanlarini o'qitishda ham bugungi kunda yangi texnologiyalar ustida bosh qotirilmoqda. Aksariyat o'quvchilar, eshitganiga qaraganda ko'rganini tezroq eslab qolishadi. Mashg'ulotlar asosida tashkil qilingan darslar ham o'quvchida yuqori ko'nikmani shakllantirishga xizmat qiladi. Mana shu boisdan, dars tashkil qilishda eng so'nggi texnologiyalardan foydalanish afzalroq. Ona tili darslarida "Sinkveyn" metodini so'z turkumlarini o'rgatishda, "Bumerang" metodini o'tilgan mavzularni mustahkamlash, matn ustida ishlashda, "Venn diagrammasi" metodini gap bo'laklarini o'rgatishda, "FSMU" metodini matn va rivoyatlarni tahlil qilishda, "Blits" so'rov metodini yangi mavzuni mustahkamlashda yoki yangi mavzu tushuntirishdan oldin qo'llash samarali natija beradi.

Adabiyot darslarida esa, asosan, o'quvchilarni gapirishga, erkin fikrlashga, mustaqil qaror chiqarishga undovchi mashg'ulotlar asosida dars jarayonini olib borish yaxshi natija beradi. "Aqliy hujum", "Baliq skleti", "Mazayka", kabi metodlar o'quvchilarni zukkolikka, chaqqonlikka va tez fikrlashga undaydi. Bundan tashqari boshlang'ich sinf o'quvchilarini ko'proq gapirtirish, rasm asosida gaplar tuzishga o'rgatish, 5-6-sinf o'quvchilariga mustaqil matn tuzdirish, yuqori sinf o'quvchilariga erkin mavzular asosida insholar yozdirish ona tilini o'zlashtirishida yaxshi yordam beradi. O'quvchilarni erkin fikrlash, ravon gapirish, nutqini bexato yetkazib berishga o'rgatishda matn ustida ishlash, diktant, insho va og'zaki nutq muhim hisoblanadi.

Bugungi kunda, axborot texnologiyalari va internet keng rivojlangan bir davrda yoshlarning mobil telefon, kompyuter kabi texnikalar bilan band bo'lib qolayotganliklari ziddiyatli vaziyatlarning ko'plab yuzaga kelishiga sababchi bo'lib qolmoqda. Bola tarbiyasida ota-onalarning ko'p vaqt ajratmasligi muammoga aylanib, og'ir yuk o'qituvchilar zimmasiga tushib qolayapti. Biz o'zimizdan shunday bir

pedagog yaratishimiz lozimki, bizga kelajakda uchrab qolgan o'quvchi buyuk bir shaxsni, ulug' insonni ko'rgan kabi munosabatda bo'lsin.

Yosh avlod dunyoga bizning ko'zlarimiz bilan qarashni o'rganar ekan, ularga qanday tasavvur yaratib berish va o'sha tasavvurda yashashga o'rgatish o'zimizga bog'liq. Shijoat va tinimsiz mehnat asosida qilingan har bir ish o'z mevasini albatta beradi!

Adabiyotlar

1. Mirziyoyev Sh.M. Kitob mahsulotlarini chop etish va rivojlantirish, kitob mutolaasi va kitobxonlik madaniyatini targ'ib qilish bo'yicha komissiya tuzish to'g'risida. / "Xalq so'zi" gazetasi, 2017-yil 13-yanvar.

2. Kurbanov Sh.Ye, Seytxalilov Ye. A. Ta'lim sifatini boshqarish. – T.: Sharq.

3. "Zamonaviy axborot texnologiyalari". komphy.info.uz

AXBOROTLASHUV JARAYONIDA JAMIYAT HAMDA SHAXS TARAQQIYOTINING O'ZIGA XOS XUSUSIYATLARI

Botirova E'tiborxon Vaqqasovna
Namangan viloyati Yangiqo'rg'on tumani 44-maktab psixologi

Bola jamiyatning a'zosi, mukammal shaxs sifatida muayyan ijtimoiy muhitda kamol topar ekan, uning butun bilish jarayonlari, o'ziga xos xususiyatlari va ruhiy holatlari, ongi rivojlanadi. Ana shu rivojlanish natijasida uning psixikasi, ongi go'dakning dastlabki oddiy aks ettirish (in'kos) tarzidagi sodda ongida balog'atga yetgan insonlarga xos tevarak-atrofn, borliqni, odamlarni aniq, yaqqol, to'la va anglab aks ettirish darajasigacha taraqqiy etadi. Bolaning psixik rivojlanishini kuzatgan psixologlar (L.S.Vigotskiy, P.P.Blonskiy, A.Vallon, J.Piaje va boshqalar) ning aniqlashicha, mazkur kamol topishning o'ziga xos xususiyatlariga asoslangan (senzitiv-qulay) davrlari mavjud bo'lib, ular individning o'zi yashab turgan muhitda (bog'cha, oilada) tutgan o'rni, bilish jarayonlari, o'ziga xos xususiyatlari, holatlari, shaxsi va ongning o'sish darajasi bilan bevosita bog'liqdir. Tabiat va jamiyatning qonunlari singari kamol topayotgan bola shaxsi rivojlanishining ham o'z qonunlari bor.

Bugungi shiddatli o'ta murakkab zamon shuni ko'rsatmoqdaki, bolalarimizni ota-ona, bog'cha, maktab yoki oliy o'quv yurtlari emas, aksariyat hollarda qo'lidagi telefon yoki kompyuter, qolaversa internet tarmoqlari tarbiyalamoqda. Ana shu kichkina "quticha"lar bugungi kunda oddiy aloqa vositasi emas, ko'pincha bola ruhiyatiga yot g'oyalar targ'ib etadigan katta qurolga, zo'ravonlik, yovuzlik "virus"ini tarqatadigan manbaga aylanib qolmoqda, desak ayni haqiqatni aytgan bo'lamiz.

Ayniqsa o'smir yoshidagi o'quvchilarimizni ayrimlari telfonga mukkasidan ketish oqibatida yolg'on gapirish, depressiyaga tushish xavfi kuzatilmoqda, bunday holatlar bolani o'qishiga salbiy ta'sir ko'rsatib, zehni pasayishiga ham sabab bo'lib qolmoqda. Jahon statistik ma'lumotlariga ko'ra xalqaro ekspertlar dunyo miqiyosida 38 foiz bolalarda millatchilik tusidagi veb sahifalarni muntazam kuzatib borishi aniqlandi.

Bolaning axborot xavsizligi –bu bolaning xavfdan himoyalaniishi, ya’ni, psixologik, jismoniy va ma’naviy salomatligiga to’g’ridan- to’g’ri zarar yetkazishi bilan bog’liq holatdir. Quyidagi axborotlar bolaning sog’lom rivojlanishiga salbiy ta’sir ko’rsatadi:

-diniy ekstremistik g’oyalarni ilgari suruvchi;

-bolani hayoti va salomatligiga jiddiy xavf soluvchi, bolalarni zararli odatlarga undovchi;

-turli xil pornografik mazmundagi video tasvirlarni ko’rishga qiziqish uyg’otuvchi oilaviy qadriyatlarni tan olmaslik, ota-onalar va yaqinlariga hurmatsizlik, odobsizlikni targ’ib qiluvchi;

-insonlarni kamsituvchi va haqoratimiz so’zlardan foydalanishni ifodalovchi.

Internetga tobeklik bolalarda agressivlik, be’tiborlik, tushkunlik, yolg’izlik va yaqin insonlar bilan munosabatlarning yomonlashuviga ham olib keladi. Shuningdek, maktabda fanlarni o’zlashtirishdagi qiyinchiliklar va sog’lom turmush tarziga amal qilmaslikni ham keltirib chiqaradi.

Yoshlarning ruhiyatiga, ongiga mutlaqo begona bo’lgan zararli g’oyalar, tushuncha va qarashlar chegarani buzmasdan, bildirmasdan, ta’bir joiz bo’lsa “chaqirilmagan mehmon” bo’lib xonadonimizga, jamiyatimizga, eng yomoni murg’ak bolalarimizning pokiza qalbi va yuragiga kirib kelmoqda. Bolalarda yuqoridagi salbiy holatlarni oldini olish uchun maktab, oila, jamoa hamkorligini mustahkamlash zarur. Bola uchun telfondan, internetdan foydalanishni inkor qilmoqchi emasmiz, ularni doimo nazoratda ushlagan holda, buning foydali jihatlari va zararli tomonlarini taqqoslashni o’rgatib borish maqsadga muvofiq bo’ladi. Shaxsiyati endigina shakllanayotgan, tafakkur dunyosi rivojlanayotgan, intellekt darajasi o’sayotgan yoshlar millatimiz kelajagidir.

Internetdan to’g’ri va maqsadli foydalanish qonuniyatlarini bolalarga o’rgatish uchun kattalar, hamda ota-onalar uchun tavsiyalar:

-bola o’z shaxsiga tegishli bo’lgan ma’lumotlarni internetda tarqatmaslik;

-o’zi haqida shaxsiy xarakterga ega bo’lgan telefon nomer, uy manzili, rasmlarni va boshqa ma’lumotalarni joylashtirmaslik;

-o’z isbotiga ega bo’lmagan axborotlardan foydalanmaslikni va ularni tarqatmaslikni;

-bolalarga “on-line” nanishuv orqali uchrashuvlarga ruxsat bermang;

-kompyuterda antivirus dasturi o’rnatilganligiga ishonch hosil qiling;

-bola kirishi kerak bo’lmagan saytlarni saralab, umuman yopib tashlang.

Shu o’rinda shifokorlar tavsiysiga ham rioya qilishni aytib o’tish kerak.

-Shifokorlar bolalarga 7 yoshgacha internet va kompyuterdan foydalanishni tavsiya qilmaydilar.

-7-10 yoshgacha bo’lgan bolalar uchun kun davomida kompyuterdan foydalanishda yarim soat yetarli.

-10-12 yoshli bolalar bolalar 1 soat kompyuterdan foydalanishlari mumkin.

-12 yoshdan oshgan bolalar tanaffusga amal qilgan holda bir yarim soat foydalanishlari mumkin. Bunda albatta har 20 daqiqada ko’zga dam berib turish va toza havoga chiqib kelish foydali bo’ladi.

Telefon va kompyuterdan uzoq vaqt foydalangan bolalarda jismoniy salomatligiga, quloq pardasining shikastlanib eshitishning yomonlashuviga, ko'z nurini pasayishiga, asab kasalliklarini paydo bo'lishiga, yurak-qon tomir xastaliklarini kelib chiqishiga sabab bo'ladi.

Bola tarbiyasi eng nozik va mashaqqatli, vaqti kelsa ota-onalardan, ustozlardan sabr-toqat talab etadigan masalalardan biridir. Yoshlikdan bolalarni barcha ehtiyojlarini qondirish, ular uchun nima kerak bo'lsa barchasini muhayyo qilish bola ongida "men o'zim" degan tushuncha va qarashlarning shakllanishiga yo'l ochib bermoqlikdan o'zga emasdir.

Turli yosh va har xil jinsdagi insonlar psixikasining rivojlanishi, o'zgarishi, vatanimizda yashayotgan barcha millat va elatlarning ahloqiy va jismoniy kamol topishiga ijobiy ta'sir qiladigan omillar hamda shart-sharoitlarni bilish va ulardan unumli foydalanish hozirgi davrda nihoyatda zarur masala bo'lib qoldi.

Inson shaxsi har xil shakl va mazmunga ega bo'lgan nazariy va amaliy faoliyatlarda tarkib topa boradi Bunda muhit, irsiy belgilar, shaxslararo munosabatlar, tarbiya asosiy omillar hisoblanadi. Rivojlanish, taraqqiyot, kamolot inson shaxsining tarkib toppish jarayonidir. Rivojlanish o'zaro uzviy bog'liq qator bosqichlarda amalga oshadi. Bola aql-zakovatining ko'rsatkichi, sifati, xarakteri uning atrofdagi odamlar bikan kundalik munosabatlari va amaliy faoliyatda vujudga keladi.

Bugungi globallashtirish va axborot tizimlarining tezkor davrida farzandlar taqdiriga befarq bo'lmay, ulaning ta'lim-tarbiyasiga ma'suliyat bilan yondashish orqali kelajagimizni barpo eta olamiz.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Sh.Mirziyoyev. "Insonparvarlik, ezgulik va bunyodkorlik-milliy g'oyamizning poydevoridir". Toshkent, 2021 yil. "Tasvir" nashriyot uyi. 9-10-betlar.
2. E.G'oziyev "Ontogenez psixologiyasi" Toshkent 2010. "Noshir" nashriyoti 5-9-13-betlar.

O'QUVCHILARDA KASBIY QIZIQISHLARNING SHAKLLANISHIGA TA'SIR ETUVCHI OMILLAR

Otajonova Shohida Jaloladdinovna

28-son ixtisoslashtirilgan davlat umum ta'lim maktab

Insoniyat paydo bo'libdiki, u har doim o'zini boqishga, ehtiyojlarini va manfaatlarini qondirishga harakat qilgan va hozirda ham shu yo'ldan bormoqda. Inson o'z ehtiyojlarini eng awalo oziq - ovqat, boshpana, kiyim - kechaklarga bo'lgan ehtiyojlamini qondirishdan boshlagan. Keyinchalik yangi sivilizatsiyalar paydo bo'lgach, ya'ni insoniyat madaniylashib borgan sari o'z ehtiyojlariga kerak bo'lgan mahsulotlarni ishlab chiqara boshlagan. Bular eng awalo shu sohadagi kasb egalarini paydo bo'lishiga va jamiyatni shu mahsulotlarga bo'lgan ehtiyojini qondirishga intilishlarni paydo qilgan. Jamiyat rivojlana borgan sari yangi kasblar paydo

bo‘lgan va rivojlanib borgan. Insonlar esa yaxshi va baxtli yashashga intilganlar. Buning uchun kasb tanlaganlar, tajriba oshirganlar va bilimlarni to‘plaganlar.

Kasb - inson ish faoliyatining ma’lum tajriba, tayyorgarlik talab etadigan faoliyat turi, sohasi, hunardir. Kasbga umumiy yoki maxsus ma’lumot hamda amaliy tajriba yo‘li bilan erishiladi. Kasb ichida mehnat faoliyatining eng tor xarakteri bilan ajralib turuvchi ixtisoslari bor. Ba’zi kasblarda bir qancha ixtisoslar masalan: chilangar kasbida - remontchi chilangar, asbobsoz chilangar, yig‘uvchi chilangar kabi yo‘nalishlar mavjud. Demak, har bir kasbga xos bo‘lgan yo‘nalishlar mavjud bo‘ladi. Bu esa inson faoliyatini kengayib borayotganligini, har bir sohani o‘ziga xos tor jabhalari borligini tasdiqlaydi.

Hayotiy jarayonlar kasblarni doimiy emasligini ko‘rsatadi. Kasblarni ayrimlari paydo bo‘ladi ayrimlari yo‘q bo‘lib ketar ekan. Bu kasblarni ayrimlari texnika va texnologiya sohalarini taraqqiyoti bilan bog‘liq holda takomillashib boradi, yangi ko‘rinishga ega bo‘lgan kasblarni paydo qiladi, eskilarini yanada takomillashtiradi.

Misol uchun hozirgi zamon to‘quvchisining ishini ilgari zamondagi to‘quvchi mehnati bilan taqqoslab boimaydi. Hozirda to‘quvchi stanoklarni avtomatlashganligi tufayli bir qancha to‘quv stanoklarini bir vaqtda boshqaradi. Albatta bu jarayonlarni taqqoslab bo‘lmaydi, ulardagi mehnat sharoiti, stanoklarni boshqarishga va to‘qishga bog‘liq bo‘lgan yangi bilimlar tizimi va shu kabilar ularning farqini ko‘rsatib turadi.

O‘smirlikning birinchi fazasi uchun kishining mustaqil hayotiy yo‘lini tanlashga tayyorlanishi kerakli bilim va ko‘nikma orttirish, kasb tanlash bilan bog‘liq bo‘lgan izlanishlar, shaxsning u yoki bu sifatlarini hosil qilishi va hokazolar xarakterli bo‘ladi. Ikkinchi faza uchun esa kishining ishlab chiqarish mehnatida ishtirok etishi va bunda egallagan bilim hamda kasbiy ko‘nikma va malakalardan foydalanishi, o‘z mahorati hamda o‘z shaxsiga xos axloqiy fazilatlarini yanada takomillashtirib borishga intilish kerak.

O‘smirlik yoshida uning u yoki bu o‘quv predmetiga qiziqishi, munosabati, u yoki bu sohadagi o‘quv faoliyatida erishgan muvaffaqiyatlari ularda paydo bo‘layotgan turli kasblarga munosabat bilan belgilanadigan bo‘lsa, endi ilk yoshda o‘quvchilar o‘sha kasbga qiziqishi uning o‘quv faoliyatiga ta’sir ko‘rsata boshlaydi.

Shuning uchun o‘smirlik yoshidagi o‘quvchilarni kasbga yo‘naltirish bo‘yicha ish olib borishda har bir o‘quvchining individual imkoniyatlari hamda o‘zi yashab turgan mintaqadagi muayyan kasblarga ehtiyojni hisobga olish zarur. Biz faqat o‘quvchilar bilangina emas, balki ularning ota-onalari bilan ham muntazam ish olib borishimiz kerak. Chunki oila kasbga yo‘llashning eng ta’sirchan, shu bilan birga yomon boshqariladigan omilidir. Shuning uchun tarbiyachi va sinf rahbarlari ota-onalar bilan mustahkam aloqa o‘rnatishlari zarur.

Ilmiy - tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatmoqdaki, 15-17 yoshli yigit va qizlar o‘ziga xos muayyan va barqaror temperament, xarakter va qobiliyat xususiyatlariga ega bo‘ladilar, biroq buni o‘quvchilarning o‘zlari to‘la anglab yetmaydilar yoki noto‘g‘ri baholaydilar.

O‘smir shaxsning tarkib topish qonuniyatlarini qarab chiqishda e’tiborni shunga qaratish kerakki, ilmiy tafakkurni shakllantirish uchun o‘quvchilar faoliyatining xarakteri va mazmuni, ularning tabiat va jamiyat to‘g‘risidagi bilimlarini sintez qiluvchi

o'quv predmetlarining mavjud bo'lishi muhim ahamiyatga egadir. Biroq shuni ham ta'kilab o'tish muhimki, bularning tizimliliigi va umumlashtirilganligi, nazariy masalalarga bo'lgan qiziqish, tushunib fikrlash qobiliyatining rivojlanib borishi, yuqori sinf o'quvchilarining bilish sohasidagi faolligi – bu dunyoqarashni rivojlantirish shartlaridandir. O'quvchilarning tobora o'sib boradigan ijtimoiy faollik, axloqiy tajribaning to'plana borishi, xulq-atvorning sotsial va etik normalarning egallab olinishi, turli xildagi sotsial hodisalarga, boshqa odamlarning xulq-atvori hamda faoliyatiga muayyan emotsional munosabatning shakllanishi – o'smir dunyoqarashini shakllantirishda hal qiluvchi ahamiyatga ega bo'ladi. Dunyoqarashning shakllanishi o'smirning tevarak - atrofdagi barcha narsalarga hamda o'z-o'ziga nisbatan muayyan shaxsiy qarash tizimiga ega bo'lgan shaxs sifatida o'zini tobora chuqurroq anglab borishning natijasi va sharti hisoblanadi.

O'smirlarda avvalo o'zini anglashdagi siljish yaqqol ko'zga tashlanadi. Bu hol shunchaki o'sishni bildirmaydi, balki o'z shaxsiyatining ma'naviy – psixologik fazilatlarini, faol ijtimoiy turmush tarzining maqsad va vazifalarini anglashni, oqilona baholashni aks ettiradi.

O'smirdagi o'zini anglash turmush, o'qish, mehnat va sport faoliyati taqozasi bilan namoyon bo'ladi. Maktabdagi odatlanmagan vaziyatning shaxslararo munosabat va muloqot ko'lamining kengayishi o'zining aqliy, axloqiy, irodaviy xis-tuyg'ularining xususiyatlarini oqilona baholash, qo'yilayotgan talablarga javob tariqasida yondoshish o'zini anglashni ta'minlaydi.

O'rta maktabni bitirguncha hamma o'quvchilar kasbini qat'iy tanlaydi deb bo'lmaydi. Kasb-hunarga har xil munosabatlar hosil bo'lishining asosiy sababi maktabdagi o'qish davrida kasb tanlash bo'yicha turli xil motivlar paydo bo'lishidir.

V.A.Krutetskiy o'smirlarda uchraydigan motivlardan quyidagilarni alohida ko'rsatadi:

- 1) biror o'quv predmetiga qiziqish;
- 2) vatanga foyda keltirish istagi;
- 3) shaxsiy qobiliyatni rukach qilish;
- 4) oilaviy an'analarga rioya qilish;
- 5) do'stlari va o'rtoqlariga ergashish;
- 6) ish joyi yoki o'quv yurtining uyiga yaqinligi;
- 7) moddiy ta'minlanishi yaxshi ekanligi;
- 8) o'quv yurti yoki ishxona ko'rinishining chiroyliligi yoki unga joylashish osonligi va h.

Adabiyotlar ro'yxati

1. Umumiy psixologiya. (A.V.Petrovskiy taxriri ostida chiqqan). Toshkent, O'qituvchi, 1992y.
2. Umumiy psixologiya. E.G'oziev Toshkent 2002y.
3. R.S. Nemov. Psixologiya (v3-x knigax). M. 1998g.

АХБОРОТЛАШУВ ЖАРАЁНИДА МАКТАБ ЎҚУВЧИЛАРИДА ҒОЯВИЙ БЎШЛИҚЛАРНИНГ ЮЗАГА КЕЛИШИНИ ОЛДИНИ ОЛИШДА МАКТАБ ПСИХОЛОГИНИНГ РОЛИ

*Абдухаликова Рамлиля Шайлавбаевна
Мирзо Улуғбек тумани 211-мактаб психологи*

Ҳар қандай давлатнинг тарихий тараққиёт йўлидан маълумки, юртнинг жадал ривожланиши, муайян ютуқларга эришиш, халқнинг фаровон бўлиши ўша давлатда ёшлар таълим-тарбияси ва келажагига бериладиган эътибор даражасига чамбарчас боғлиқ.

Мамлакатимиз қонунчилигида ёш авлодни баркамол қилиб тарбиялаш устувор вазифалардан бири сифатида белгиланди. Бунинг исботи ёшларга оид давлат сиёсатининг ҳуқуқий асосларини мустаҳкамлаш мақсадида “Ёшларга оид давлат сиёсати тўғрисида”ги Ўзбекистон Республикаси Қонуни қабул қилинди. Ўзбекистонда 30-июнь “Ёшлар куни” деб эълон қилинди. Фидойи ёшлар учун “Мард ўғлон” давлат мукофоти ва “Келажак бунёдкори” медали таъсис этилди. Бир сўз билан айтганда, ҳар қандай соҳада ёшларга ўз ташаббусларини намоён қилиш орқали юксак марраларга эришиш имконияти берилди.

Бирор соҳага мавжуд лаёқатни аниқлаш ва иқтидорга айлантириш, бу орқали ёшларнинг жамиятда ўзлигини топиши ва жамият ҳаётида фаол иштирок этиши нафақат ота-она, ўқитувчи ва тарбиячи, балки педагог-психологлар зиммасига ҳам катта масъулият юклайди. Маълумки, бугунги кун ахборот технологиялар асри ҳисобланади. Яъни, ёшларимиз ҳудудий ҳамда мазмун жиҳатидан чекланмаган ахборотдан фойдаланиш имкониятига эгадирлар. Аммо тараққиётга ундовчи маълумотлар билан биргаликда ҳаётимизга тажовузкор, ғаразли ғоялар кириб келиши эҳтимоли доимо кучайиб бораётганлиги ҳаммага маълум. Информацион таҳдид ва унинг психологик моҳияти кўплаб сиёсатчилар, психологлар изланишларининг предметига айланиб бормоқда. Г.Почепцовнинг таъкидлашича, ахборот урушида энг аввало психологик қонуниятлар инobatга олинади. Ахборот-психологик курул – бу янги турдаги курул бўлиб, у оммавий ахборот воситалари, компьютер ўйинлари, Интернет тизими ёрдамида инсон онги орқали унинг психикасига таъсир кўрсатишга мўлжаллангандир. Бугунги кун мактаб ўқувчилари гаджет ва интернетдан бемалол фойдалана олади. Уларда хавфсиз ахборотни саралаш кўникмаси етарлича ривожланмаган. Айниқса, бўш вақти мазмунли ташкил қилинмаган, тушкунликка тушган, кризис ёш даврларини ўтишда атрофдагилар билан мулоқот ўрната олмаётган, ички эмоцияларини яқин инсонлари билан бўлиша олмайдиган ўқувчиларда хавфли ахборот оқимида тушиш эҳтимоли юқори бўлади. Чунки бундай ғаразли кучлар авваламбор кузатувчан бўлиб, болага етишмаётган ҳар қандай куч (меҳр, пул, дўстлик) орқали унинг ишончига осон киради. Ўқувчи учун авторитетга айланиб, онгдаги бўшлиқни ўзи истаган ғоялар билан тўлдиролди ва манқурт шахсга айлантиради. Бу жараёнлар бола кайфияти, фикрлаши, хулқ-атвори,

дунёқарашидаги ўзгаришлар билан кечади ва уни ҳар қайси ота-она ёки педагог тўлиқ англай олмаслиги мумкин. Шундай вазиятда ўқувчилар онгини ёт ғоялардан асраш, яхшилик ва ёмонликни фарқлашга ўргатиш муҳим аҳамият касб этади. Чунки дунёдаги ижтимоий-сиёсий воқеалар инсоннинг руҳий оламига кўпроқ эътибор беришни тақозо этмоқда. Биз ёшларни глобаллашув жараёнидан узиб қўя олмаймиз. Уларда ғоявий бўшлиқ ҳосил бўлишини олдини олиш, мафкуравий иммунитетни шакллантириш билан ўз шахсини ҳимоя қилишга ўргатиш мумкин. Бундай профилактик ишларни амалга ошириш учун ҳар бир ўқувчи ҳақида тўлиқ маълумотга эга бўлиш талаб этилади. Бунинг учун қуйидаги ишларни тизимли амалга ошириш мақсадга мувофиқ:

1. **Синф раҳбарлари** ва **фан ўқитувчиларига** дарсда, танаффус вақтида ўқувчиларнинг хулқ-атворини кузатиш ва гуруҳдан ажралган, ўз оламида яшаётган, мулоқотга қийин киришувчи, дўстлари йўқ, хулқ-атворида қисқа муддатда тезкор ўзгариш бўлган (аввал кувноқ кейин ҳаёлпараст, аввал оғир-босиқ кейин жиззаки) ўқувчилар ҳақида мактаб психологига маълумот бериш;

2. Ўқитувчиларнинг кузатув натижаларини ўрганиш мақсадида синфларда диагностик методикалар кетма-кетлигини белгилаш (бунда ҳар бир синфга ўрганилаётган ўқувчи муаммосидан келиб чиқиб диагностик методикалар танлаш, масалан, Социометрия, Г. Айзенкнинг “Психик ҳолатларни баҳолаш” тести, С.Г.Корчагинанинг ёлғизликни ўлчаш тести, “Ёмғир остидаги одам” проектив методикаси ва х.к.)

3. Тест ва кузатув натижаларини солиштириш орқали психолог билан ишлаш талаб этиладиган, ижтимоий-психологик ёрдамга мухтож ўқувчилар гуруҳига индивидуал суҳбатлар ташкиллаштириш ва унда ўқувчининг оиласи, қадриятлари иерархияси, қизиқишлари, улар билан шуғулланиш имконияти, келажакдаги орзу ва мақсадлари, дўстлари давраси, оиладаги ва синфдаги низоли вазиятлар ҳақида маълумотлар тўплаш. Хулқидаги ўзгариш сабабларини аниқлаш;

4. Зарур ҳолатларда (ота-она, оила аъзолари билан боғлиқ муаммолар) ўқувчининг хулқ-атворида жиддий камчиликлар бўйича **ота-оналар** билан боғланиш ва уларга “Ёш даврларида мулоқот масалалари”, “Ўсмирлик ёши хусусиятлари”, “Темперамент турлари бўйича болага ёндашув” мавзуларида психологик маълумот ва маслаҳатлар бериш;

5. Ўқувчи билан ишлашнинг коррекцион дастурини тузиш (ўз-ўзига баҳоси, қадриятлар тизими, фрустрацион толерантлик, шукроналик, тайм-менеджмент йўналишларида) ва уни гуруҳий ҳамда индивидуал машғулотларга жалб этиш. Машғулот сўнгида ўз-ўзи билан ишлаш бўйича енгил топшириқлар бериб бориш, бажарилишини назорат қилиш ва машғулотлар узлуксизлигини таъминлаш;

6. Ўқувчини қизиқишидан келиб чиқиб, (англанмаган қизиқишларда касбий тестларни қуллаш, аниқ тавсия этиладиган ва тавсия этилмайдиган соҳалар ҳақида маълумот бериш) уни маънавий-маърифий тадбирлар, мусобақалар, кўрик-танловлар, ижтимоий фойдали меҳнат, тўғарақларга йўналтириш, видеомотивация клубларида фаоллигини таъминлаш;

7. Ўқувчидаги ўзгаришларни синф раҳбарлари, фан ўқитувчилари ва дарс таҳлиллари жараёнида ўрганиб, қайд қилиб бориш. Қайта диагностикалар ёрдамида хулқ-атвордаги фарқларни таҳлил қилиш.

Мазкур иш йўналишида мактаб психологи жамоавий ишни ташкиллаштира олиши лозим. Жараён психологдан интеллектуал салоҳият, бошқарувчанлик, сабрлилик, мақсад ва вазифаларни тўғри белгилай олиш, мақсадга эришиш методларини тўғри танлаш, иш режадан ташқарига чиққан ҳолатларда вазиятга қараб тўғри қарор қабул қила олиш малакасини талаб қилади. Чунки мактаб психологи – бу педагоглар, ота-оналар ва ўқувчилар ўртасидаги алоқани таъминловчи мутахассис. Юқорида келтирилган босқичларни амалга ошириш орқали у ўқувчининг ижтимоийлашувига, ёш билан боғлиқ ўзгаришларни қабул қилишига, атроф-муҳитни тўғри идрок этишга, мавжуд имкониятларини кўра олиш ва керакли соҳага сафарбар қилишга ва зарурий ҳолларда низоларни ечишига ёрдам беради. Уни қуйидагича тасаввур этиш мумкин:



Ижобий натижага эришган ўқувчида ўз-ўзига нисбатан юқори ишонч, кенг дунёқараш, мустақил фикрлаш, инсонлар билан нормал мулоқотга киришиш кўникмалари шаклланиб, қарор топади. Ижобий натижага эришган ўқувчи хавфсиз ахборотни танлай олади, мақсадга эришиш йўлидан оғдирувчи маълумотлардан ўзини химоя қилади ва атрофига ўзига ўхшаган жамоани тўплади. Психолог ўз фаолияти давомида эришиши мумкин бўлган энг катта натижа ҳам мана шунда, яъни бўшлиқни ўз вақтида аниқлаш, тузатиш ва хавфни олдини олишдир. Ўқувчилар билан ишлашнинг юқорида таклиф этилган тизими мактаб психологи фаолияти йўналишларининг барчасини (психологик маърифат ва ташвиқот, психологик диагностика, психологик маслаҳат, психологик коррекция, психологик профилактика ва касб-ҳунарга йўналтириш) ўз ичига қамраб олади.

Фойдаланилган адабиётлар рўйхати:

1. Ижтимоий психология: Маърузалар курси/ Б.Н.Сирлиев, Р.Х.Душанов, И.Х.Калонов.- Т.: Ўзбекистон Республикаси ИИВ Академияси, 2019.
2. Lex.uz (ПФ-6017-сон 30.06.2020)
3. Cyberleninka.ru “Мафкуравий иммунитетни шакллантиришнинг психологик механизмлари”, Жабборов Х.Х.
4. <http://psychologos.ru>

SHAXSNING DUNYOQARASHI VA XULQ-ATVORIGA TA’SIR QILUVCHI IJTIMOY-PSIXOLOGIKOMILLAR

*Mamajonova Ra’no Abdusamatovna
Olmazor tuman 298-maktab psixologi*

Shaxs shakllanishiga ta’sir etuvchi omillar, psixologik shart- sharoitlar.

Shaxs shakllanishida u yashayotgan muhit, kishilar jamiyatining roli juda kattadir. Masalan, biron mahallada inson shaxsining tarkib topishiga aktiv ta’sir ko’rsatuvchi besh yuzta o’ziga xos ijtimoiy muhit bor degan ma’noni bildiradi. Bu yerda shunday bir savol tug’iladi: (tashqi muhit inson shaxsining tarkib topishiga qanday ta’sir -qiladi?)

Birinchiidan ijtimoiy muhitdagi turli muassasalar odamning ongiga bevosita ta’sir qilib, unda chuqur iz qoldiradi.

Ikkinchiidan, tashqi ijtimoiy muhit ta’sirining chuqurroq va mustahkamroq bo’lishiga odamning o’zi yordam beradi. Ma’lumki, bolalar o’z tabiatlariga ko’ra ilk yoshlik chog’laridan boshlab, nihoyat darajada taqlidan bo’ladilar. Bolalar katta odamlarning barcha xatti – harakatlariga bevosita taqlid qilish orqali bu xatti – harakatlari, yaxshi – yomon fazilatlarini o’zlariga singdirib boradilar. Bolalar oilada, ko’cha – kuyda, katta odamlarning har bir harakatlarini, o’zaro munosabatlarini zimdan kuzatib turadilar.

Inson shaxsining tarkib topishida tashqi ijtimoiy muhitning roli haqida gap borar ekan, shuni ham ta’kidlab o’tish zarurki, ayrim g’ayri tabiiy hodisalar inson shaxsining tarkib topishida tashqi muhit ta’sirining hal qiluvchi ahamiyatga ega ekanligini to’la tasdiqlaydi. Biz ayrim tasodifiy hollarda odam bolalarining yovvoyi hayvonlar muhitiga tushib qolish hodisasini nazarda tutayapmiz. Hayotda bunday hodisalar juda siyrak bo’lsa ham har holda uchrab turadi. Masalan hindistonlik doktor Sing Kalkutta yaqinidagi o’rmonzorda bo’ri bolalari bilan birga ikkita odam bolasining ham to’rt oyoqlab yugurib yurganini ko’rib qoladi. Keyin ularni poylab, qarorgohlarini topib, bolalarini olib ketadi.

Ulardan biriga Amala ikkinchisiga Kamala deb nom qo’yadi. Shu narsa xarakterliki, bolalar yoshlikdan bo’ri muhitiga tushib qolganliklari tufayli (<https://hozir.org/mavzu-dinlarning-qadimiy-shakllari-reja.html>), fe’l – atvorlari xatti – harakatlari, jihatdan bo’rilardan farq qilmas edilar. Nutq yo’q demak tafakkur ham nihotda cheklangan edi. Juda katta qiyinchiliklar bilan qayta tarbiyalanayotgan bo’ri muhitidagi bolalar shamollash natijasida o’lib qoladilar.

Bu hodisa odamning shaxs sifatida rivojlanishi uchun eng avval insoniy muhit, ya'ni ijtimoiy muhit bo'lishi kerakligini to'la tasdiqlaydi.

Shaxs va uning psixologiyasiga ta'sir etuvchi ikkinchi omil – ta'lim – tarbiyaning tizimidir. Ma'lumki, ta'lim – tarbiya inson ongini shakllantiradi, uning dunyo qarashi, e'tiqodi, hayotga bo'lgan munosabatini tarkib toptiradi. Agar bolalarning ruhiy taraqqiyotlari va shaxsiy xususiyatlarining tarkib topishi faqat tashqi ijtimoiy muhit bilan, ta'lim – tarbiyaning o'zigagina bog'liq bo'lganda edi, unday paytda biz bir xilda sun'iy va aynan bir xil ta'lim – tarbiya sistemasini tashkil qilib, har tomondan babbaravar taraqqiy etgan va deyarli bir shaxsiy xususiyatlarga ega kishilarni yetishtirib chiqarar edik. Vaholanki, bunday bo'lishi mumkin emas, shuni aytib o'tish kerakki bola shaxsining tarkib topishiga ta'lim m- tarbiyaning ta'siri deganda, albatta birinchi navbatda tarbiya muassasalarida, ya'ni bog'cha, maktab, internat, letsiy va kollejlarda beriladigan ta'lim – tarbiya tushuniladi. Biroq bunday oilada bolaga beriladigan ta'lim – tarbiya mutlaqo mustasno emas. Oiladagi umumiy ijtimoiy muhitdan tashqari oilada beriladigan ta'lim – tarbiyaning roli kattadir. Bola tarbiyasi bilan sistemali shug'illanadigan va umuman shug'ullanmaydigan oilalarga misollar keltirish mumkin.

Yuqorida aytib o'tilgan ikkita omildan tashqari uchinchi omil ham mavjud – bu nasliy husuiyatlaridir. Odamga nimalar nasliy beriladi? Odamga nasliy yo'l bilan ayrim anatomik va biologik xususiyatlari beriladi. Masalan tana tuzilishi sochi va ko'zlarining rangi ovozi gapirish uslublari ayrim harakatlari tug'ma berilishi mumkin. Lekin shuni he qachon esdan chiqarmaslik kerakki, odamga hech vaqt tarbiya uning psixik xususiyatlari, ya'ni uning aqliy tomonlari bilan bog'liq bo'lgan sifatleri nasliy yo'l bilan, ya'ni tug'ma ravishda berilmaydi.

Nihoyatda nodir hollarda ayrim qobiliyatlar, masalan musiqa , matematik qobiliyatlariga nasliy yo'l bilan buyurilishi mumkin.

Odamning ruhiy taraqqiyoti va shaxsiy xususiyatlarining tarkib topishi haqida gapirar ekanmiz, yana bir muhim narsa ustida to'xtab o'tish kerak. Hozirgi kunda tez – tez akseleratsiya terminini ishlatyapmiz. Xo'sh akseleratsiya bu nima? Akseleratsiya – “tezlatish” degan ma'noni anglatdi. Hozirgi kunda bolalarni ham jismoniy, ham ruhiy jihatdan juda jadallik bilan rivojlanayotganliklarning guvohi bo'lib turibmiz. Xo'sh buning sababi nima? Albatta, bunga turli fikrlar bor. Ayrim olimlar akseleratsiyaning sababini ilmi- texnika bilan bog'lab tushuntirishga intilmoqdalar. Ularning fikricha ilmiy – texnikaning juda jadal tempi bilan rivojlanishi insoniyatning oldiga mislsiz ko'p informatsiyalarni idrok qilish va fikrda qayta ishlash talablarini qo'ydi. Bu talab o'z navbatida insonni har tomonlama, ya'ni ham jismoniy , ham psixik jihatdan tez rivojlanishiga olib keldi. Yuqorida aytib o'tilgan olimlarning fikricha, akselerati – bu 20 asrning ikkinchi yarmiga xos bo'lgan hodisadir.

Odam psixikasining barcha tomonlari, inson xulq-atvorining turli-tuman hamma xususiyatlari asosan faoliyatida namoyon bo'ladi. Har bir shaxs o'ziga xos qaytarilmas dunyo. Dunyoda bir — biriga aynan o'xshash bo'lgan ikki kishini topish juda mushkul. Odam tashqi qiyofasi, bo'yi — basti bilan boshqa biror kimsaga o'xshashi mumkin, lekin fe'li, mijozi va shaxs sifatidagi xususiyatlari nuqtai nazaridan aynan bir xil insonlar bo'lmaydi. hattoki, olimlar bitta tuxumda rivojlangan egizaklarda ham juda

ko'p jihatdan aynan o'xshashlikni qayd qilishgan, shaxsiy sifatlaridagi korrelyatsiyada esa ba'zi tafovutlar aniqlangan.

Individual sifatlar bizning ongli hayotimizning ajralmas qismi, idrokimiz, xotiramiz va fikrlarimiz yo'naltirilgan muhim predmet hisoblanadi. Chunki aynan ular bizning turli faoliyatlarni amalga oshirish va ishlarni bajarishdagi individual uslubimizga bevosita aloqador. Kimdir juda chaqqon, tez ish qiladi, lekin sifatsiz. Kimdir juda yaxshi qoyilmaqom ish qiladi, lekin juda sekin, kimdir ishga yuzaki qarab, nomiga uni bajarsa, boshqa bir odam unga butun vujudi va e'tiqodi bilan munosabatda bo'lib, tinimsiz izlanadi va jamiyat uchun manfaat qidiradi.

Har bir ijtimoiy — iqtisodiy davr o'z kishilarini, o'z avlodini tarbiyalaydi va bu tafovut odamlardagi xarakter xususiyatlarda o'z aksini topadi. Mehnat va o'qish jarayonida ko'nikma hamda malakalar bilan birga odatlar ham katta o'rin egallaydi

Kishi o'z hayoti va faoliyati davomida har doim juda ko'p miqdorda turli-tuman ish-harakatlar qiladi. U bu harakatlar yordami bilan o'z ehtiyojlarini qondiradi va har xil maqsadlarni amalga oshiradi.

BOLALAR VA O'SMIRLAR O'RTASIDA XULQI OG'ISHISHNING OLDINI OLISHGA QARATILGAN PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK JIHALTLAR

*Xo'janiozova Dilafro'z Xayitmamatovna
Xoraz viloyati SHovot tumani 5-maktab psixologi,
Jumaniyozova Nafisa Soporboevna
Xoraz viloyati SHovot tumani 5-maktab psixologi*

“Tarbiyasi qiyin” bolalarga odatda, axloqiy rivojlanishida ma'lum og'ishishlarga ega, xulqida salbiy formalar mavjud, tartibsiz bolalarni kiritish mumkin. Qiyin bolalar yomon o'qiydilar, uy vazifalarini kamdan kam, xoxlamasdan bajaradilar, maktabga ko'p kelmaydilar. Darslarda o'zlarini yomon tutadilar, ko'p janjallashadilar. Ular orasida sinfdan qolganlar ko'p uchraydi. Odatda oilada ularning tarbiyasiga kam e'tibor qaratadilar. Ular o'zlaricha voyaga etadilar. Ko'picha o'g'irlik qilishga, sadaqa so'rashga majbur bo'ladilar. Agressiv, jaxldorlar, hayotning qorong'i tomonlari bilan tanishlar. CHEkish, ichish, narkotiklarga erta ruju qo'yadilar. Voyaga etgach, tashkiliy guruxlar tuzadilar, o'g'irlik xattoki qotillikka qo'l uradilar.

Odatda bolalar ota onalarining hayot tarzlarini aks ettiradilar. “Qiyin” o'smirlarni keltirib chiqaruvchi sabablar orasida quyidagilarni keltirish mumkin:

- Bolalar bilan ilk yoshlaridan maqsadga yo'naltirilgan tarbiyaviy ishlarning amalga oshirilmasligi
- ularni qiziqish va xoxishlarini
- siyosiy, ijtimoiy iqtisodiy, ekologik beqarorlik;
- G'ayrimadaniy ta'sirlarni kuchayishi
- Nosog'lom oilaviy munosabatlar
- Bolalar xarakatlariga nazoratning yo'qligi, ahamiyatsizlik, bolalarga e'tiborsizlik;

- bajargan xarakatiga nisbatan jazoning o‘ta yumshoqligi yoki o‘ta qattiqdigi
- Jamoaviy ishlab chiqarish muhiti yoki shaxsiy ishlarda o‘ta bandlik,
- “ajrashish” epidemiyasi;
- Bolalar bilan emotsional aloqalarning yo‘qolishi..

Pedagogik qoloqlik– bu umumiy ijtimoiy qoloqlikning bir qismi. Agar savolni quyidagicha , bolalarni assotsial xarakatida faqatgina oila yoki maktab aybdormi?, deb qo‘ysak, bunda javob salbiy bo‘ladi, ijtimoiy institutlarni normal tashkil etilishiga sharoit yaratmaydigan jamiyat aybdor.

Qiyin bolalar – bu xar doim qoloq bolalar, ularga o‘z vaqtida e‘tibor qaratilmagan, ularni xulqini korreksiyalashni kerakli choralari ko‘rilmagan. Qiyinlar kategoriyasiga normal ta‘lim tarbiya jarayonidan qolib ketgan maktab o‘quvchilari kiradi, ularda o‘qituvchilar bilan to‘g‘ri munosabat bo‘lmaydi, jamoada o‘z o‘rnini ijtimoiy jixatdan topa olmaydilar.

Qiyinlarga intizomsiz maktab o‘quvchilari ham kiritiladi. Ularning jo‘shqin faolligi, qaynab turuvchi energiyasi ba‘zida to‘g‘ri yo‘lni topa olmaydi va sho‘xlik, intizomni buzishda namoyon bo‘ladi. Do‘stlarining yomon ta‘siri, bekorchilik, e‘tiborsizlik intizomsizlikni rivojlanishiga ta‘sir etadi. Uni bartaraf etish uchun bolalarni faolligi va energiyasini qiziqarli ishlarga yo‘naltirish, ularni initsiativasiga to‘g‘ri yo‘nalish ko‘rsatish lozim.

Agar bola butun g‘ayrati bilan ishlamasa, erinsa u ham og‘ir hisoblanadi. Normal va sog‘lom o‘quvchilarda mehnatga nisbatan intilish, xoxish, odat normal bo‘lishi lozim.

Bolani ijtimoiy pedagogik tashlandiqligi unga nisbatan atrofdagilarni, ota onalarni, o‘qituvchilarni, jamiyatni beetibor munosabati oqibatida kelib chiqadi. Bu e‘tiborsizlikni bolalar yolg‘izlik, keraksizlik, tashlandiqlik, yuz o‘girish kabilarda chuqur his qiladilar. Butun dunyoga, kattalarga, jamoaga nisbatan e‘tiroz hissi paydo bo‘ladi. Bola o‘zini tasdiqlashni yangi usullarini qidiradi va odatda etiketga va qoidalarga zidlarini tanlaydi.

Hayotining katta qismini 7 yoshdan 17 yoshgacha oralig‘ida bola maktabda o‘trazadi. Maktab ishini sistemasi assotsial xulqdan ogohlantirish, qiyin bola shaxsini korreksiyalash, o‘zini tasdiqlashda yordam berishga yo‘naltirilgan bo‘lishi lozim.

“Tarbiyasi qiyin” o‘smirlar bilan ishlashning birinchi bosqichda pedagogik diagnostika qiyin tarbiyalanuvchanlikning sabablarini, oila va maktabning tarbiyaviy imkoniyatlarini, noqulay sharoitlarni aniqlashga yordam beradi, o‘smirning tipik va o‘ziga yarasha hissiy dunyosidagi pedagogik qoloqligi, uni qayta tarbiyalashda ijobiy sifatlarini hisobga olish lozim.

SHunday qilib, qiyin tarbiyalanuvchanlikni sabablarini o‘rganishni quyidagi sxema bo‘yicha o‘rganish maqsadga muvofiq:

- o‘smirning ruhiy dunyosida eng ko‘p nima buzilgan va bunga nima sabab bo‘lgan;
- xozirgi vaqtda qanday noxush sharoitlar mavjud;
- qanday salbiy xolatlarni tarbiyalanuvchi o‘zi xal eta oladi, qaysilarini oila yoki jamoat ko‘magida bartaraf etish lozim;
- o‘smirga nisbatan pedagogik xatolarga yo‘l qo‘yilganmi va ularni qanday to‘g‘irlash mumkin.

Tarbiyasi qiyin o‘quvchini o‘rgangandan so‘ng u bilan o‘zaro yahshi aloqa o‘rnatish lozim, turli metod, pedagogik munosabat vositalari, shuningdek qayta tarbiyalash metodlaridan foydalangan holda.

Ikkinchi bosqich qayta tarbiyalash jarayoni bilan bog‘liq, tarbiyalash va qayta tarbiyalash metodlarini qo‘llashni talab etadi. Qayta tarbiyalashning xar bir metodi ma‘lum sharoitda tarbining mos metodlari bilan aloqaga kirishadi: sinf raxbarini ishontirishni shakllantirishdagi ishida qayta ishontirish effektivdir, faoliyatga o‘rgatish aylantirish bilan bog‘liq, xarakter “rekonstruksiyasi” jamoadagi tanqid va o‘ziga nisbatan tanqidga bog‘liq. Qayta tarbiyalash metodlarini spetsifik xarakterini ilk sharti bo‘lib jamoadagi tarbiya, xamkorlikdagi tarbiya, shuningdek o‘zini tarbiyalash yuzaga chiqadi.

Individual ishning **uchinchi bosqichda** o‘quvchining tarbiyalanganlik darajasini o‘rnatish asosida sinf raxbari qadriyatlar orientatsiyasini, o‘quvchining shaxsiy sifat va hususiyatlarini rivojlanishini proektlashtiradi. SHaxs rivojlanishini proektlashtirilishi o‘quvchining tarbiyalanganlik darajasini ideali bilan taqqoslanadi va o‘smirni tarbiyalash va o‘zini tarbiyalashni individual va differensiyalashgan programmalarini tuzilishi jarayonida amalga oshiriladi. Alohida o‘quvchi shaxsi bilan ish, tarbiyachidan butun sinfning tarbiyalanganlik darajasini bilishni talab etadi, negaki, shaxs o‘zini jamoaviy munosabatlarda, umumiy faoliyatda yorqin namoyon etadi.

To‘rtinchi bosqichda individual tarbiyaviy ish davom etadi, tarbiyaviy ta’sirlar sistemasini aniqlashga imkon beruvchi, konkret o‘quvchini rivojlanish darajasiga, uning imkoniyatlari, qobiliyatlari, xarakter hususiyatlari, shaxsiy munosabat va istaklarni mazmuniga bog‘liq.. Bu bosqichga tarbiyaning umumiy metodlarini qo‘llash xarakterlidir, ammo, ularni ma‘lum shaxsga nisbatan tanlanishi va sistemasi uni individual hususiyatlari va rivojlanish programmasiga bog‘liq bo‘ladi. SHu bilan bir qatorda, individual pedagogik ta’sir talab etuvchi metodlar ham qo‘llaniladi: talab, perspektiva, jamoat fikri, baho va o‘ziga nisbatan baho, rag‘bat va jazo.

So‘nggi, **beshinch** bosqich qiyin o‘smirlar bilan ishlashdagi korreksiyalash jarayoni hisoblanadi. Korreksiya – bu shaxsga pedagogik ta’sir usulidir, uni rivojlanishini to‘g‘irlashga yo‘nalgan, negativ sifatlarni bartaraf etish va pozitivlarini mustaxkamlashga qaratiladi. Korreksiyalash jamoaviy yoki guruhiy tarbiyaviy programmalarni aniqlashtirish yoki qayta ko‘rib chiqish, o‘quvchilarni xarakteristikasi, shuningdek, faoliyatning metod va formalarini tanlash imkonini beradi. U tarbiyaviy jarayonni individuallashtirishni yakunlaydi va uning natijalariga tayanadi. Korreksiyalashning eng effektiv metod va usullari bo‘lib, kuzatish va o‘zini kuzatish, analiz va baho, o‘ziga nisbatan baho va qayta baholar kiradi. Bu barcha metod va usullar o‘quvchilar bilan individual ish natijalarini hisobga olgan holda kompleksda ishlatiladi.

Bolalar va o‘smirlar o‘rtasida xulq og‘ishi va qonunbuzarliklarning oldini olishda quyidagilarga e’tibor qaratish maqsadga muvofiqdir:

- xulq og‘ishiga ega bo‘lgan bolalar va o‘smirlar shaxsida asotsiallik, ruhiy beqarorlik, o‘zgaruvchanlik, affektga moyillik kabi xususiyatlarning yaqqol ifodalanganligidan kelib chiqib, ular yashayotgan oila va ijtimoiy muhitni sog‘lomlashtirish, shaxslararo munosabatlarni yaxshilash natija beradi;

- voyaga etmaganlar o'rtasidagi xulq og'ishining kelib chiqishi asosiy sabablari sifatida bolalar va o'smirlar faoliyatini nazorat qilmaslik, oilada bola tarbiyasiga e'tiborning susayishi kabilar namoyon bo'lganligidan kelib chiqib, oilada va oiladan tashqarida bolalar va o'smirlar faoliyatini, bo'sh vaqtlarida nima bilan shug'ullanayotganligini nazorat qilish va oilada bola tarbiyasiga e'tiborni kuchaytirish maqsadga muvofiqdir;

- kriminogen xulqli oilalarni aniqlash, ularda tarbiyalanayotgan bolalar va o'smirlar ahvolidan xabardor bo'lib turish;

- voyaga etmaganlarda xulq og'ishi ko'pincha ota-onalar, o'qituvchilarning bolalar va o'smirlar psixologiyasini bilmasdan turib munosabatda bo'lishliklari natijasida kelib chiqayotganligini hisobga olib ota-onalar va o'qituvchilarning psixologik bilimlarni oshirish tadbirlarini belgilash;

- voyaga etmaganlarda xulq og'ishining oldini olishda bolalar va o'smirlarning yosh va individual-psixologik xususiyatlarini hisobga olish.

Demak-ki, o'quvchi shaxsini individual psixologik xususiyatlarini har tomonlama mukammal tahlil qilish ularni o'qitish va tarbiyalash samaradorligining muhim shartlaridan biridir. Tarbiyaning salbiy omillar va sharoitlari eng yoqimsiz tarzda, umuman o'sib kelayotgan shaxsning, avvalo, uning butun ahloqiy-irodaviy xususiyatlarining shakllanishiga ta'sir etadi. O'quvchining ahloqiy rivojlanishi asosan uning tevarak-atrofdagi kishilarga va atrofdagilarning unga bo'lgan o'zaro munosabati va o'zaro ta'sir xususiyatlari bilan bog'liq ekan, o'qituvchilardan pedagogik jihatdan o'z holiga tashlab qo'yilgan va tarbiyasi qiyin, huquqbuzarlik va giyohvandlikka moyilligi bor, o'zlashtirishi past bo'lgan o'quvchilarning o'ziga xos psixologik xususiyatlarini bilishlari, amaliyotchi psixologlardan esa mavjud holatlarning oldini olish va barataraf etish usullaridan samarali foydalanishlari talab etiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. I. Ismailov, M. Ziyodullaev, N. Israilova, F. Azimova. Voyaga etmaganlar nazoratsizligi va huquqbuzarliklarining oldini olish: O'quv-amaliy qo'llanma
2. To'laganova. G. Q. "Tarbiyasi qiyin o'smirlar"-Toshkent 2005-yil
3. Tarbiyasi qiyin guruhga mansub bolalar bilan ishlash G. T. Yodgorova. Toshkent 2007 yil.

BOSHLANG'ICH SINIF O'QUVCHILARIDAGI INQIROZNI OLDINI OLISHDA PSIXOLOGIK TRENINGLARNING AHAMIYATI

Ajimuratova Zibagul Kurbanbaevna
Chimboy tumani 10-sonli amalyotshi 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 materiali oshib boradi. Hali maktab sharoitiga to'liq moslashib ulgurmagani 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 materiali 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 qiyinchiliklarning 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.

Ko'ptokni 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'tkazilishidan maqsad	Tadbir o'tkazilgan vaqt	Kutiladigan natijalar
1	1-sinf o'quvchilarining maktab ta'limiga psixologik tayyorgarligini o'rganish uchun Kern Yerasikning “Test	sentyabr	K.Yerasikning “Test suhbat” metodikasi	psixodiagnostika		O'quvchining maktab ta'limiga tayyorgarligi haqida ma'lumot to'planadi

	suhbati ” metodikasini o’tkazish.					
2	6-6,5 yoshli o’quvchilarning rivojlanishini aniqlash: A.Vengerni “Grafik diktant” metodikasini o’tkazish.	sentabr	A.Vengerning “Grafik diktant” metodikasi	psixodia nostika		
3	1-sinf o’quvchisini maktabga moslashtirishga qaratilgan trening mashg’ulotini o’tkazish : “Baliq, qush, eshik...”	oktyabr	72 soatga mo’ljallangan Psixologik salomatlik dasturi.	psixokor reksiya		
4	O’quv faoliyati kommunikativligi darajasini aniqlash: “Qo’lqopchalar” metodikasi (hamkorlikni tashkil etish jarayonida faoliyatni shakllantirish)	oktyabr	Maktab psixologi rasmiy telegram kanali	psixokor reksiya		

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.

БОЛАЛАР ВА ЎСМИРЛАРДА ХУЛҚ ОҒИШИНИНГ ОЛДИНИ ОЛИШГА ҚАРАТИЛГАН ТАВСИЯЛАР

*Topilova Nilufar Zohidjonovna
Namangan viloyati Kosonsoy tumani 8-maktab psixologi*

Кузатишларимиздан маълум бўлишича, вояга етмаганлар жиноятчилигини олдини олишда энг аввало жиноятчилик хулқининг ижтимоий-психологик, индивидуал психологик, социологик, ҳудудий ва криминологик хусусиятларини ҳисобга олиш талаб этилади. Шунингдек, вояга етмаганлар ўртасида юзага келаётган қонунбизарликларнинг олдини олиш ишлари умумий ва махсус-индивидуал тарзида олиб борилиши билан характерланади.

Умумий ижтимоий чора-тадбирларга жамиятни ижтимоий-иқтисодий жиҳатдан ривожлантириш, сиёсий барқарорликни таъминлаш, халқнинг турмуш

тарзи ва микро муҳит муносабатларини яхшилаш, фуқароларнинг маданий-маънавий ва маърифий салоҳиятини ўстириш ва бошқалар киреди.

Махсус – индивидуал характердаги тадбирлар сифатида эса болалар ва ўсмирларнинг шахс хусусиятлари, уларнинг психологияси, дунёқараши, кадриятлар ориентацияси, ҳаётий позицияси, онглик даражаси ва ижтимоийлашув хусусиятларини ҳисобга олган ҳолда чора-тадбирларни ишлаб чиқиш ва қўллаш тушунилади.

Психологик маслаҳат ўтказишнинг куйдаги хусусиятлари мавжуд.

Мактаб психологи маслаҳат жараёнида шу хусусиятларга амал қилиш лозим.

1. Тарбияси қийинликни бартараф этишнинг оптимал психологик йўлларини аниқлаш.

2. Ўсмирнинг ички руҳий ҳолатини: мақсади, ҳаётга муносабати, ўз-ўзига ишончи, иродавий-ҳиссий ўзини бошқаришни таҳлил этиб шуларга мос равишда маслаҳат бериш.

3. Ўсмирга инсоний ёндашиш, ижобий муносабат ўрнатиш.

4. Мақсадга эришишда ўсмир билан психологнинг биргаликда ҳаракат қилиши.

5. Психологик қийинликни бартараф этиш орқали ўсмир ҳаётидаги ижтимоий, шахсий вазифаларни ҳал этиш.

6. Ўсмир билан ишлашда унинг индивидуал психологик хусусиятини билиш, маслаҳат беришда аниқ мақсад қўйиш.

Болалар ва ўсмирлар ўртасида хулқ оғиши ва қонунбузарликларнинг олдини олишда куйидагиларга эътибор қаратиш мақсадга мувофиқдир:

- хулқ оғишига эга бўлган болалар ва ўсмирлар шахсида асоциаллик, руҳий беқарорлик, ўзгарувчанлик, аффеқтга мойиллик каби хусусиятларнинг яққол ифодаланганлигидан келиб чиқиб, улар яшаётган оила ва ижтимоий муҳитни соғломлаштириш, шахслараро муносабатларни яхшилаш натижа беради;

- вояга етмаганлар ўртасидаги хулқ оғишининг келиб чиқиши асосий сабаблари сифатида болалар ва ўсмирлар фаолиятини назорат қилмаслик, оилада бола тарбиясига эътиборнинг сусайиши кабилар намоён бўлганлигидан келиб чиқиб, оилада ва оиладан ташқарида болалар ва ўсмирлар фаолиятини, бўш вақтларида нима билан шуғулланаётганлигини назорат қилиш ва оилада бола тарбиясига эътиборни кучайтириш мақсадга мувофиқдир;

- криминоген хулқли оилаларни аниқлаш, уларда тарбияланаётган болалар ва ўсмирлар аҳволдан хабардор бўлиб туриш;

- моддий маиший шароитнинг етарли эмаслиги вояга етмаганларда хулқ оғишининг келиб чиқишига таъсир этишлигини ҳисобга олиб, бундай оилаларга маҳаллий ҳокимият, ижтимоий таъминот ва хайрия жамғармалари томонидан моддий ёрдамлар бериб туришни ташкил этиш;

- ота-оналар, катта ёшдаги кишилар ва ўқитувчилар томонидан болалар ва ўсмирларга нисбатан қўлланилаётган қаттиққўл, қўпол ва адолатсиз муносабатларга барҳам бериш;

- вояга етмаганларда хулқ оғиши кўпинча ота-оналар, ўқитувчиларнинг болалар ва ўсмирлар психологиясини билмасдан туриб муносабатда

бўлишликлари натижасида келиб чиқаётганлигини ҳисобга олиб ота-оналар ва ўқитувчиларнинг психологик билимларни ошириш тадбирларини белгилаш;

- вояга етмаганларда хулқ оғишининг олдини олишда болалар ва ўсмирларнинг ёш ва индивидуал-психологик хусусиятларини ҳисобга олиш.

Демак-ки, ўқувчи шахсини индивидуал психологик хусусиятларини ҳар томонлама мукамал таҳлил қилиш уларни ўқитиш ва тарбиялаш самарадорлигининг муҳим шартларидан биридир. Тарбиянинг салбий омиллар ва шароитлари энг ёқимсиз тарзда, умуман ўсиб келаётган шахсинг, аввало, унинг бутун ахлоқий-иродавий хусусиятларининг шаклланишига таъсир этади. Ўқувчининг ахлоқий ривожланиши асосан унинг теварак-атрофдаги кишиларга ва атрофдагиларнинг унга бўлган ўзаро муносабати ва ўзаро таъсир хусусиятлари билан боғлиқ экан, ўқитувчилардан педагогик жиҳатдан ўз холига ташлаб қўйилган ва тарбияси қийин, ҳуқуқбузарлик ва гиёҳвандликка мойиллиги бор, ўзлаштириши паст бўлган ўқувчиларнинг ўзига хос психологик хусусиятларини билишлари, амалиётчи психологлардан эса мавжуд ҳолатларнинг олдини олиш ва баратараф этиш усулларидан самарали фойдаланишлари талаб этилади.

Ўқувчиларнинг индивидуал психологик хусусиятларини ўрганишда турли хил диагностик усуллардан фойдаланиш мумкин. Қуйида эътиборингизга, ўқувчилардаги эмоционал ҳолат ва агрессивликни аниқлаш учун “Кактус” деб номланадиган проектив методика, “Ўқувчининг мактабга, билим олишга ва мактабдошларининг унга бўлган муносабатини аниқлаш” методикаси ҳамда тарбияси оғир болаларнинг эмоция ва хулқ -атвор соҳасидаги бузилишларини ўрганиш учун “Ижтимоий – психологик мослашганлик” шкаласи (ИПМ) ҳавола этилмоқда.

“Кактус” методикаси.

Керакли материаллар: рангли қаламлар, А-4 форматдаги қоғоз. Ўқувчига кактус расмини чизиш таклиф этилади. Расм чизиш вақтида савол бериш ва тушунтиришлар берилмайди. Расм чизиб бўлингандан кейин суҳбат ўтказилади:

1. Кактус хонакими ёки ёввойими?
2. Уни ушлаш мумкинми?
3. Кактусни парвариш қилиш унга ёқадими?
4. Кактусга яқин қандай гуллар бор?
5. Кактус ўсганда қандай ўзгаришлар бўлади?

Натижалар таҳлили: Психолог чизилган расмларга қараб ўқувчидаги эмоционал ҳолатларни аниқлайди.

Жаҳлдорлик кучли-кактусда тиканлар сони кўп чизилса, тиканлари узун ва яқин жойлашган бўлса.

Импульсивлик-биринчи ташқи туртки ёки ҳис-туйғулар таъсиридаёқ ўйлаб ўтирмай, маълум сўзларни айтиб юборишга, ҳаракатларни бажаришга мойиллик ифодаланадиган характер хислати-расмни босиб чизиш, алоҳида ажратилган чизиқлар.

Эгоцентризм ўз шахсий манфаатлари ва эҳтиёжларини қондиришга кучли ҳирс қўйиш - расм катта ва варақнинг ўртасида жойлашган бўлса.

Тобелик, ишончсизлик - расм кичкина ва варақ пастидида бўлса.

Очиқлик ва намойишкороналик – ноаниқ шакл, куртаклар чизилган бўлса.

Эҳтиёткорлик ва яширинлик - кактус четларида зигзаг чизилган бўлса.

Оптимизм - келажакка ишонч билан тўлиб – тошган ижобий характер ҳислати ёки эмоционал ҳолат – ёрқин ранглардан фойдаланса.

Хавотирланиш – тўқ ранглардан фойдаланиб, штрихлар берилса.

Нозик дид эгаси –гуллаган кактусни чизса, чиройли шакл ва безак берилса.

Экстраверт - агарда, расмда бошқа кактуслар ва гуллар чизилган бўлса теварак – атрофдаги одамларга, ташқи ҳодисаларга йўналиш бор.

Оилавий ҳимояга интилиш – гултувак чиройли безалган бўлса.

Ёлғизликка интилиш – ёввойи ҳолда ўсадиган кактус чизилса.

МАКТАБГАЧА YOSHDA GI BOLALARDA INTELEKTUAL RIVOJLANISHDA PSIXOLOGIYANING AHAMIYATI

Imomova Sojida Xasanovna

Samarqand viloyati Paxtachi tumani 16-maktab psixologi

Annotasiya: Maktabgacha ta'lim bolaning har tomonlama sog'lom rivojlanishini ta'minlaydi, unda o'qishga bo'lgan xohishini uyg'otadi va maktabga tayorlaydi. Maqolada maktabgacha ta'lim yoshidagi bolalarning psixologik xususiyatlari tahlil qilindi

Kalit so'zlar: Maktabgacha yosh, bola yoshi, intellektual rivojlanish, o'yin, mehnat.

Bola hayotida rivojlanishning juda muhim bosqichi maktabgacha yoshdir. Bolalar ayniqsa maktabdan oldin tez rivojlanadilar, chunki bola hayotining dastlabki 6-7- yilida qancha yutuqlarga erishadi, u qarashni va tinglashni, narsalarni olishni va ular bilan harakat qilishni, turishni, yurishni va boshqalarni o'rgandi. Bu vaqt ichida u o'nlab mahoratlarni egallaydi-sanchqilar, qoshiq, qaychi, cho'tka, qalam va boshqalardan foydalanish. Tabiiy hodisalar, tovushlar, ranglar, insonning o'tmishdagi va hozirgi hayoti haqidagi xotirasi juda ko'p ma'lumotni boyitadi.

U o'zini tutish qoidalari bilan tanishadi, makon va vaqtni, raqam va harakatni taniydi. Rivojlanish uchun bolaga foydali narsalarni o'rgatadigan va ijobiy tasvirlarni ularning xotirasida qoldiradigan tarbiya shartlari kerak. O'yin bolalar uchun juda qadrlidir. Agar bola o'ynamasa, u tez va yaxshi rivojlana olmaydi. Uch yoshdan katta bolalar o'yin davomida ularni o'rab turgan odamlarning hayotini aks ettiradi. Agar biz bolalar o'yinlariga nazar tashlasak, ularning o'yinlarida ular hayotda kuzatadigan kattalarning munosabatlari, g'amxo'rliklari va tajribalarini ko'ramiz.

Bolalar tomosha qiladigan barcha narsalar, ular o'z o'yinlarida tiklanishadi, ixtiyoriy ravishda xarakter xususiyatlari va xatti-harakatlarini to'g'rilaydilar. 5-7 yoshdagi bolalarning o'yinlari yanada boyib boradi va rang-barang bo'lib boradi, bu erda hamma hayotning muayyan qismini, ma'lum bir rol ni oladi. O'yinni tarqatish jarayonida ular bir-biridan ko'p narsalarni o'rganadilar, ularning vakilliklari aniqlanadi.

O'yin xayolotni, fikrlashni, yuqori insoniy tuyg'ularni, oqilona irodani rivojlantiradi. O'zlarining tasavvurlarini namoyish etib, ular kattalar yashaydigan ajoyib hayotni yaratadilar.

Bu hayotda juda ko'p noaniqliklar bor, shuning uchun u yanada qiziqarliroq, yanada jozibali ko'rinadi. Bolalar uchun bunday o'yin bu ijodkorlik, sevimli faoliyat turi, ular uchun bu ajralmas va hech qachon bezovta qilmaydi. O'yin bolalarning mustaqilligi, bolalar ijodini rivojlantirish yo'lidir, jamoada hayotni o'rgatadi.

Bola rivojlanishida nutq hal qiluvchi rol o'ynaydi, uni o'zlashtirish bolalar o'rtasidagi muloqotning va atrofdagi dunyoni tushunishning eng muhim vositasidir. Kattalar bolalar nutqining sofligiga, so'zlardan to'g'ri foydalanishga va jummalarni tuzishga rioya qilishlari kerak bo'ladi.

Bundan tashqari, qo'llarning rivojlanishini kuzatib borish, ya'ni chizish, yopishtirish, modellashtirish va boshqalarda darslarni o'tkazish juda muhimdir. Maktabgacha yoshdagi bolaning rivojlanishi turli xil o'yin va mashg'ulotlarda, o'quv va ijodiy faoliyatda bo'ladi. Agar bola xatti-harakatlarning asosiy qoidalarini, narsalarga ishlov berishni va kattalar bilan muloqot qilishni o'rgangan bo'lsa, bola maktabgacha bolalik davridan foyda ko'rgan deb taxmin qilishimiz mumkin.

Maktabgacha yoshdagi bolalarning aqliy rivojlanish sur'ati keyingi yosh davrlariga nisbatan juda yuqori. Maktabgacha yoshdagi bolalarning aqliy tarbiyasidagi har qanday nuqsonlarni katta yoshda to'ldirish qiyin va bolaning butun rivojlanishiga salbiy ta'sir ko'rsatmoqda. Bolalarni maktabga tayyorlashda aqliy tarbiya katta ahamiyatga ega. Bilimlar zahirasini egallash, aqliy faoliyat va mustaqillikni rivojlantirish, intellektual qobiliyatlarni egallash maktabda muvaffaqiyatli o'qishning va kelgusidagi ishlarga tayyorgarlikning muhim shartidir.

Aqliy tarbiyaning metodologik asosi-bu haqiqiy dunyoni bilish yo'li shu tarzda amalga oshirilishini ta'kidlaydigan falsafiy bilish nazariyasi: "tirik fikrlashdan mavhum tafakkurgacha va undan amaliyotga o'tish-bu ob'ektiv haqiqatni anglashning dialektik yo'li."

Tafakkurning birinchi bosqichi tirik fikrjashdir, bunda ob'ektlar va hodisalarni bevosita sezgi idrok qilish sezgi va idrok yordamida amalga oshiriladi. Maktabgacha yoshdagi bolalarda hissiy idrok bolalarning atrof-muhit to'g'risidagi bilimlarining asosiy manbai, ularning real dunyo haqidagi bilimlarining dastlabki bosqichidir.

Shunday qilib, bolaning aqliy rivojlanishi atrof-muhitni bevosita sezgi idrok etish bilan boshlanadi.

Ikkinchi va eng yuqori darajadagi bilim-bu mavhum tafakkur. Sensor idrok tafakkurnianiq, real, "jonli" tasvirlar, faktlar va mavhum tafakkur bilan doimiy ravishda boyitadi, shu asosda tirik fikrlash uchun mavjud bo'lmagan narsalarning xossalari va munosabatlariga kirishga imkon beradi. Obyektlar, hodisalar, ularning o'zaro munosabatlari bolaga fikrlash orqali ochiladi. Mavhum fikrlash bolaning aqliy kuchlarini iqtisodiy jihatdan sarflash, uning xotirasida bola o'xshash narsalar, yangi obyektlar va hodisalarni o'rganish orqali foydalanadigan tasvirlarning butun to'plamini yaratishga imkon beradi. Bola asta-sekin o'zlashtiradigan aqliy operatsiyalar: tahlil qilish, umumlashtirish, tasniflash, qaror.

Obyektiv haqiqatni bilishda hal qiluvchi rol amaliyot bilan ochiladi. O'yin, mehnat,

bolalarning faoliyati, olingan bilimlarning haqiqati tekshiriladi. Amaliyot nafaqat haqiqat mezon, balki bilim manbai hamdir. O'yin, mehnat orqali bolalar osongina va sezilmaydigan darajada ko'p bilim va ko'nikmalarni egallaydilar.

Bilim jarayoni faollik xususiyatiga ega. Faoliyat inson sezgirligining o'ziga xosdir. Hissiy organlar ularda aks ettirish qobiliyatini amalga oshirishi tufayli ishlaydi. Bola dunyoda shartsiz refleklar bilan tug'iladi. Ularning asosida ko'plab shartli refleklar hosil bo'ladi. Shartli refleklarning shakllanishi inson miya yarim korteksida asabiy vaqtinchalik aloqani o'rnatishdir.

Ushbu vaqtinchalik aloqalar inson tomonidan olingan barcha bilimlar, ko'nikmalar va odatlarning moddiy asosidir. Tuyg'ularning ishlashi kichkina bolaning ehtiyojlari bilan chambarchas bog'liq. Birinchidan, bular hayotni saqlab qolish uchun zarur bo'lgan organik ehtiyojlardir. Keyinchalik, boshqa ehtiyojlar ham paydo bo'ladi: kattalar bilan aloqa qilish zarurati, faol harakatlarga ehtiyoj, obyektlar bilan faol harakatlar.

Obyektlar bilan ishlashda bola obyektlarning xususiyatlarini, fazilatlarini, ular o'rtasidagi munosabatni o'rganadi. Bolaning faoliyati yo'nalish-tadqiqot xususiyatiga ega.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Shodmonova Sh.S. Maktabgacha ta'lim pedagogikasi. O'quv qo'llanma. – Toshkent, 2008.

2. G'oziev E.G. Umumiy psixologiya.-T.: «O'zbekiston faylasuflari milliy jamiyati», 2010.

3. Sog'inov N.A., Kodirov U.D. Sog'lom bola shakllanishining ayrim ijtimoiy-psixologik jihatlari. (Oila kutubxonasi).

ЎҚУВЧИ ШАХС КАРТАСИНИНГ ПСИХОЛОГИК ЮРИТИЛИШИ

*Якуббаева Фароғат Сохибжоновна
Наманган вилояти Янгиқўрғон тумани 63 мактаб психологи*

Ўқувчи шахс картаси асосан талаб ва тақлифлар асосида тузилади. Бу карта паст ўзлаштирувчи, тарбияси қийин ва индивидуал ишлашни талаб қиладиган ўқувчилар учун тузилади. Шахс картасида тестларнинг натижалари коррекцион тузатиш ишларининг натижалари, маслаҳат ва тавсиялар белгиланиб борилади.

Мактаб амалиётчи психологи ўқувчи шахс картасини халқ таълими бўлими ташхис Маркази психологи билан келишилган ҳолда тузади. Ўқувчининг оилавий шароити, оила аъзоларининг болага бўлган муносабатлари, яъни, боланинг оиладаги ўрни карта ёрдамида аниқланиб, изоҳли таҳлил қилиниб, боланинг ота-онасига, ўқитувчига маслаҳатлар ва тавсиялар бериб боради. Ўқувчининг алоҳида психологик назорат остига олинишининг сабаблари ўрганиб чиқилгандан кейин тест таҳлиллари, натижалар бегоналардан қатъий сир сақланади. Кузатишлар, тест натижалари фақатгина ўқитувчи ва ота – онага айтилади.

ТРЕНИНГЛАР

“Соғлом авлод – миллат кўрки”.

Мақсад: Ўсмир ёшларни ОИТС, гиёҳвандлик, алкоголизм ва ишсизлик бўйича керакли маълумотларга эга бўлиш даражасини ошириш, уларда ижобий хулқ – атворни шакллантириш ва соғлом турмуш тарзини тарғиб этиш.

Жихози: Мавзуга оид деворий газета, буклет, ватман қоғози, маркерлар, кичик брошюралар, мусиқа ёзилган диск, копок.

Машғулотларнинг бориши:

1. Кириш. Саломлашиш. Бошловчи ўзини таништиради. Машғулот мавзуси ва мақсадларини эълон қилади.

2. Танишиш.

а) Иштирокчилар қоғоз карточкаларга исмларни ёзади ва кўксига илиб қўяди.

б) Бошловчи ўз исмини, 1 та ижобий ва салбий томонини айтиб, коптокни кейинги иштирокчига ўтказди.

3. Гуруҳ қоидалари ишлаб чиқилади ва ватман қоғозга ёзилади.

4. Гуруҳларга бўлиниш.

5. “Ўргимчак тўри” ни ясаш.

6. “Соғлом авлод – миллат кўрки”, “Узоқ умр сири - меҳнатда”, “Қари бор зари бор” иборалари қандай маънони англатади? Фикрлар тингланади.

7. “Ноқобил фарзанд”ни нимага ўхшатиш мумкин? Фикрлар тингланади.

8. Бахт нима? Фикрлар тингланади.

9. Сизга одамларнинг қайси фазилатлари ёқади? Фикрлар тингланади?

10. Қайси феъл – атвор, одат, ҳатти – ҳаракат одамни фалокатга судрайди?

11. “Кунгабоқар” (ўйин). Ўзаро бир – бирига яхши тилаклар билдириш.

12. Машғулот тўғрисида фикрлар тингланади.

1. ТАНИШУВ

Гуруҳ иштирокчиларидан бир варақ қоғоз ва қалам олиш сўралади. Қоғозга ҳар бир иштирокчи ўз номини икки кўринишда ёзиши керак: “Қоғозга Сизга яқинларингиз, дўстларингиз қандай мурожаат қилсалар ёқади, шу номни ёзинг. Кейинги кишилар қандай мурожаат қилсалар ёқмайди, шу номни ёзинг”.

Иштирокчилар топшириқни бажаргач, уларга кўзни юмиш ва ўз ички дунёсини тасаввур этиб, “Мен кимман?” саволига жавоб бериш сўралади: “Инсон атрофдагиларни ўзидан кўра яхшироқ билади. Улар ҳақида гапириши мумкин, лекин ўзининг кимлиги, у қандай инсон эканлиги ҳақида кам ўйлайди. Кўзингизни юмиб ички дунёйингизга саёҳат қилинг. Сиз кимсиз, ўйлаб кўринг”.

Бир неча дақиқа иштирокчиларга вақт берилади. Шундан кейин ҳар бир иштирокчи қоғозга от ва сифат билан изоҳланадиган сўзлар ёрдамида ўзининг ким эканлигини ёзади. Масалан: жиддий, инжиқ, садоқатли дўст, хушбичим, урушқоқ, эзма, ака, аёлчи ўқувчи ва ҳ.к. Ёзув бир, икки сўздан ошмаслиги, ўзи ҳақида иштимой хохиш (идеал)ни эмас, ҳақиқий (реал) жиҳатларини ёзитиш сўралади.

Иштирокчиларга 5 дақиқа вақт берилади. Ҳамма ёзиб бўлганидан сўнг, қоғозларни кўкракка қадаш ёки ушлаш сўралади ва гуруҳ аъзолари ўринларидан туриб сўзсиз бир – бирлари билан танишадилар. Иштирокчилар яқинлашиб бир –

бирларининг кимлигини унинг ёзувидан ўқиб билиб оладилар. Гуруҳда ҳамма иштирокчилар бир – бирлари билан танишишлари учун вақт ва имкон берилади. Улар имкон қадар гуруҳдошларининг ёқтирган номлари ва шахс сифатларини кўпроқ эслаб қолишга ҳаракат қилишлари лозим.

Танишув тугагандан сўнг, иштирокчилар давра кўриб ўтиришади ва машқни бажаришдан олган таассуротларини гапириб беришади: “Ҳамма бир – бири билан танишиб олди. Биз фақат фамилияси ва номи билан бировни билишимиз қийин. Кишининг ўзи ҳақидаги тасавури атрофдагиларга бўлган муносабатини изоҳлайди.

Гуруҳдошларининг яхши томонларини эслаб қолинг, айниқса уларга қандай мурожаат қилса ёқади, унутманг. Машғулотларимиз давомида бир – биримизга шу ном билан мурожаат қиламиз. Машқни бажариш давомида ким ўзини қандай ҳис қилади? Тортиниш, уялиш бўлдими, нималарни билиб олдингиз?”.

2. Ўргимчак тўри

Мақсади:

а) Ижодий фикрлаш: ўқувчилар янги қарашлар ва нуқтаи назарлар ҳосил қилиш учун ўзларининг белгиланган имкониятларидан ташқарига чиқа олишлари керак.

б) Муаммо ечиш: ўқувчилар ахборотни бошқариш, ижодий фикрлаш ва интуиция ёрдамида ҳаётларининг барча жавҳаларидаги муаммоларни еча олиш имкониятига эга бўлишлари лозим.

в) Муносабатлар ҳақида тушунчага эга бўлиш: ўқувчилар феноменлар ўртасидаги шакллар, бир хилликлар ва муносабатларни тушунтиришлари лозим.

г) Тўлиқ тушунчага эга бўлиш: ўқувчилар ўзларининг шахсий ва маданий таассуротларини мавжуд ҳолат, фикр ёки воқеани бутуннинг бўлаги шаклида кўриш шаклида кўриш учун ишлата олишлари лозим.

Керакли ашёлар: ҳар бир гуруҳ учун оқ қоғоз, маркерлар, ёпишадиган қоғоз, белгиларга мос келувчи рангли 4 дона калава ип

Синфда қуйидагича жойлашув мумкин бўладиган катта жой ажратилиши лозим.

Ҳар бир ёпишадиган қоғоз бошига танланган 4 та мавзулар биттадан ёзилиши керак. Мавзулар қуйидагича: “Наркомания”, “Спид”, “Алкоголизм”, “Ишсизлик”, Мавзулар яна белгилар тўпламига ёзилиши керак.

- бугун мен сизлар билан бутун жаҳон бўйича инсонларни ташвишга солаётган муаммолар юзасидан гаплашмоқчиман.

Келинлар бир ўйлаб кўрайлик “Наркомания”, “Спид”, “Алкоголизм”, “Ишсизлик”.

Сабаблари нимада? Бу муаммоларни қандай ҳал қилса бўлади? Бу муаммоларнинг ечими нимада?

Бунинг учун сизлар 4 та гуруҳга бўлиндинглар. Ҳозир мен ҳар бир гуруҳга зарур бўлган материаллар бераман.

“Ҳар бир гуруҳ ўзи танлаган мавзу бўйича кичик гуруҳ” ичида 8 дақиқа давомида муҳокама қилинг ва кластер тузинг. Иштирокчилар вазифани бажаришга киришадилар.

- Энди, барча гуруҳдан “Президент”, “Статист” ва 2 та “Ҳаракатланувчи” музокарачилар тайинлашади. “Статист” музокарачилар калавалар учларини уларнинг белгиларига бойлаб, айлана шаклида жойлаштиришлари лозим. Уларнинг вазифаси бир жойда туришгина бўлиб қолмай, ихтиёрий 3 та бошқа гуруҳларнинг “Ҳаракатланувчи” музокарачилари вазифаси: бориб мавзулар орасидаги алоқа, боғлиқлик ёки муносабатларини музокара қилади.

Ҳар бир орасидан алоқа мунозара қилиб келишиб бўлингач, икки ип калаваси икки гуруҳ “Статист” музокарачиларидан айлана бўйлаб белларидан ўтказилади. Ипнинг таранг тутиб турилиши ва калаванинг ҳар галл қайси “Статист” музокарачилардан бошланган бўлса, унга қайтиб келиши муҳим. Ҳар икки гуруҳнинг ўз ёпишадиган қоғозларига “Ҳаракатланувчи” музокарачиларнинг ҳар бири келишув орқасида фикрларни ёзиб олиш ҳам жуда муҳим.

Машғулот давом этаркан, ўргимчак тўри каби 4 та масала орасидаги боғлиқлик ҳосил бўлади.

- Барчангизга раҳмат. Сизлар жуда яхши меҳнат қилдингизлар. Қаранглар бизнинг олдимизда “Ўргимчак тўри” ҳосил бўлди.

- “Спид” музокарачасига савол: Сиз қандай қилиб тўрни ҳосил қилдингиз. Тушунтириб беринг (болалар фикрлари тингланади).

- Азиз ўқувчилар, ҳозир мен бир президент ўтирган стулни орқага тортаман. Эътибор беринг, бир муаммо кетидан бошқа муаммолар ҳам келиб чиқяпти. Демак бир муаммо кетидан 2,3, 4 муаммолар ҳам юзага келяпти.

- Агар ер юзида “Наркомания” йўқолса, ўз – ўзидан қолган саволлар аста – секин ечиладими?

- Ҳа, ечилади.

Худди шундай “Алкоголизм”ни стулини тортиб қўриш ва хулоса чиқариш.

Бундай салбий иллатларнинг оила фаровонлигига, фарзанд тарбиясига, оила иқтисодига, умуман, жамият ривожига тўсқинлик қилишини аниқ далиллар орқали тушунтириб бериш.

Энди ҳар бир гуруҳ ўз кластер ишини тақдимот қилиб бериши керак. Ҳар бир гуруҳ вакиллари навбатма – навбат ўз ишларини намоёйиш қилади.

Бошловчи: Машғулотимиз охирида сизлардан қуйидаги саволларга ўйлаб жавоб беришларингизни сўрайман.

1. Машғулотимиз сизларга манзур бўлдимиди?
2. Бугун қандай янги нарсаларни ўргандингиз?
3. Сиз ўзингизни машғулот давомида қандай ҳис қилдингиз?
4. Ўзингиз учун қандай хулосалар қилдингиз?

BOSHLANG'ICH SINIF DARSLARINI INTERAKTIV USULLAR YORDAMIDA TASHKIL ETISH

Xasanova Muhayyo Adxamjon qizi
Namangan viloyati Norin tumani XTBga qarashli 25 maktab boshlang'ich sinf
o'qituvchisi

Annotatsiya: This article discusses the importance of using interactive teaching methods to increase the effectiveness of lessons in the primary grades.

Kalit so'zlar: Pedagogical technology, DTS, interactive methods, "Teacher's instructions", PISA, PIRLS.

Shunday jannatmakon yurtida yashar ekanmiz bu yurtning tarixini bilishimiz yurt mustaqilligi uchun fidoyilik qilgan ajdodlarimizni bilishimiz ular bilan fahirlanibgina qolmay o'zimiz ham shu ajdodlarga munosib avlod bo'lishimiz bu har bir O'zbekiston fuqorosining vazifasidir. Bu yo'lda ezgu maqsad ila qadam qo'yayotgan yosh avlodga to'g'ri tarbiya berishimiz bu hozirgi zamon bilan hamnafas yashab faoliyat olib borayotgan biz pedagoglarning ustuvor vazifamizdir. Bunda esa biz pedagoglardan albatta interfaol ta'lim metodlardan foydalanib yosh avlodga ta'lim berishimiz talab qilinadi.

Yurtimizda ta'lim mazmuniga alohida e'tibor qaratilib, DTS o'quv dasturlarining yangi tahrirdagi variantlari tajriba sinovdan o'tkazilmoqda, pedagogik texnologiyalar asosida o'quv jarayonining samaradorligi oshirish maqsadida pedagogik texnologiyalardan, axborot kommunikatsiya vositalaridan, interfaol ta'lim metodlardan foydalanilmoqda. Boshlang'ich sinf o'quvchilarini o'qitishda o'quvchilarning dunyoqarashini kengaytirish, bilimlarni keng va oson o'zlashtirish maqsadida interfaol ta'lim metodlardan, vosita va shakllarini to'g'ri tanlab, ulardan foydalanish muhim sanaladi. Interfaol metodlar deganda – ta'lim oluvchilarni faollashtiruvchi va mustaqil fikrlashga undovchi, ta'lim jarayonining markazida ta'lim oluvchi bo'lgan metodlar tushuniladi. Bugungi kunda bir qator rivojlangan mamlakatlarda ta'lim-tarbiya jarayonining samaradorligini kafolatlovchi zamonaviy pedagogik texnologiyalarni qo'llash borasida katta tajriba asoslarini tashkil etuvchi metodlar interfaol metodlar nomi bilan yuritilmoqda. Interfaol ta'lim metodlari hozirda eng ko'p tarqalgan va barcha turdagi ta'lim muassasalarida keng qo'llanayotgan metodlardan hisoblanadi.

Shu bilan birga, interfaol ta'lim metodlarining turlari ko'p bo'lib, ta'lim-tarbiya jarayonining deyarlik hamma vazifalarini amalga oshirish maqsadlari uchun moslari hozirda mavjud. Amaliyotda ulardan muayyan maqsadlar uchun moslarini ajratib tegishli qo'llash mumkin. Bu holat hozirda interfaol ta'lim metodlarini ma'lum maqsadlarni amalga oshirish uchun to'g'ri tanlash muammosini keltirib chiqargan. Buning uchun dars jarayoni oqilona tashkil qilinishi, ta'lim beruvchi tomonidan ta'lim oluvchilarning qiziqishini orttirib, ularning ta'lim jarayonida faolligi muttasil rag'batlantirib turilishi, o'quv materialini kichik-kichik bo'laklarga bo'lib, ularning mazmunini ochishda aqliy hujum, kichik guruhlarda ishlash, bahs-munozara, muammoli

vaziyat, yo'naltiruvchi matn, loyiha, rolli o'yinlar kabi metodlarni qo'llash va ta'lim oluvchilarni amaliy mashqlarni mustaqil bajarishga undash talab etiladi.

Interfaol metod biror faoliyat yoki muammoni o'zaro muloqotda, o'zaro bahs-munozarada fikrlash asnosida, hamjixdtlik bilan hal etishdir. Bu usulning afzalligi shundaki, butun faoliyat o'quvchi-talabani mustaqil fikrlashga o'rgatib, mustaqil hayotga tayyorlaydi.

O'qitishning interfaol usullarini tanlashda ta'lim maqsadi, ta'lim oluvchilarning soni va imkoniyatlari, o'quv muassasasining o'quv-moddiy sharoiti, ta'limning davomiyligi, o'qituvchining pedagogik mahorati va boshqalar e'tiborga olinadi. Boshlang'ich sinf o'quvchilarini o'qitishda o'quvchilarning dunyoqarashini kengaytirish, bilimlarni keng va oson o'zlashtirish maqsadida pedagogik texnologiyalarning usul, vosita va shakllarini to'g'ri tanlab, ulardan foydalanish muhim sanaladi. O'qish darslarini tashkil etishda pedagogik texnologiyalarning ko'pgina metodlaridan foydalaniladi. Bola hayotida bog'chadan so'ng maktabning dastlabki davrlari muhim o'rin tutadi. Shu bois boshlang'ich ta'lim davri ta'lim jarayonidagi eng mas'uliyatli davrdir. Bu paytda bolaning savodi chiqishi bilan birga, uning dunyoqarashi shakllanadi, tafakkur qilish malakasi rivojlanadi. Bu davrda bolaning zehnini o'stirishga qaratilgan har bir mashg'ulot bola aqlining tarkib topishi va rivojlanishiga katta ta'sir ko'rsatadi. Shuning uchun ham bu davrda, avvalo, ta'lim jarayonini qiziqarli, ta'sirli qilib tashkil etishga, motiv hosil qilish va uni rivojlantirishga e'tibor qaratish lozim. Chunki bu muddat bolaning o'yin faoliyatidan aqliy faoliyatga, ya'ni o'quv faoliyatiga o'tganligi bilan xarakterlanadi. Shunday qilib, boshlang'ich sinflarga o'qitish jarayonida interfaol metodlardan foydalanish o'ziga xos xususiyatga ega.

Bugungi kunda ta'lim tizimining eng asosiy talablaridan biri bu darslarni zamonaviy usullarda o'tish va ta'limni takomillashtirishda zamonaviy pedagogik texnologiyalardan unumli foydalanishdir. O'quvchilarning har bir darsga qiziqishini, faolligini oshirishda, interaktiv o'qitish usullari ijobiy samara bermoqda. Hozirgi kun maktab ta'limiga qo'yilayotgan muhim talab ta'lim mazmuniga zamonaviy axborot texnologiyalarni keng qamrovda joriy etishdir.

Mazkur talab dars jarayonida muammoli vaziyatlar yaratib, o'quvchilar faolligini oshirish, mustaqil va ijodiy fikrlash ko'nikmalarini shakllantirish, o'z nuqtai nazarini asoslay olish, ularni nutqiy faoliyatiga tayyorlash, ta'lim samaradorligini oshirish kabi bir qator vazifalarni amalga oshirishga xizmat qiladi. Ilg'or tajribalarni o'rganish ijobiy samara beradi, o'quvchi faolli va qiziqishini, o'qituvchi mahoratini oshiradi.

Dars jarayonida o'quvchilarga faqatgina DTS talabi bo'yicha bilim va ko'nikmalarini berish bilan cheklanib qolmasdan, ushbu bilim va ko'nikma asosida o'quvchilarni hayotga, tabiatdagi har bir ijtimoiy voqealarga to'g'ri munosabatini rivojlantirishni, ya'ni ta'lim bilan birga tarbiyani ham qo'shib olib borishni asosiy maqsad qilib, uni amalga oshirish muhim vazifalardan biridir.

Ma'lumki, mustaqil fikrlashga o'rgatuvchi, ijodiy tafakkurini rivojlantiruvchi usullarni qo'llab, o'quvchilarga chuqur bilim berish boshlang'ich ta'limning asosiy vazifasidir. Mazkur vazifani amalga oshirish uchun yangi pedagogik texnologiyalarni

ta'lim jarayoniga olib kirildi. Yangi pedagogik texnologiyalar boshlang'ich sinf o'quvchisining aqlan rivojlanishi va kamol topishida muhim ahamiyat kasb etadi.

Pedagogik texnologiyalarni bugungi kunda eng ommaviylashgan turlaridan biri bu interaktiv metodlardir. Interaktiv metodlar o'quvchi va o'qituvchining birgalikdagi faoliyati bo'lib, o'quvchilarni ijodiy fikrlashga, zarur xulosalarga kelishga, tahlil qilish va olingan bilimlarni amaliyotga qo'llashga o'rgatadi. O'qituvchining asosiy vazifasi esa, o'quvchilarga aniq yo'nalish berish, to'g'ri xulosalarni aytishdan iborat. Interaktiv metodlar yana shunisi bilan ahamiyatliki, o'qituvchi o'quvchining fikrini hech qachon keskin rad etmaydi, faqatgina to'g'ri xulosani aytadi, natijada o'quvchi o'z xatosini tushunib, fikrlashdan to'xtamaydi va ular o'rtasidagi doimiy faollik ta'minlanadi. Ma'lumki, kichik yoshdagi bolalar diqqati beqaror bo'lib, 1-sinf o'quvchisi uchun biroz muammolar yuzaga kelishiga olib keladi. Ana shu vaziyatda o'quvchilar diqqatini jamlashda qiziqarli interaktiv metodlarning ahamiyati katta. O'quvchilarga rasmi topshiriqlarni bajartirish, ularni fikrlashga, topqirlikka, ijodkorlikka undaydi hamda yozma va og'zaki nutqini o'stirib, lug'at boyligini oshiradi.

Xulosa o'rnida aytishimiz mumkinki, zamonaviy pedagogik texnologiyalarni qo'llash natijasida darsning saviyasi yuqori bo'lib, o'quvchilarning o'zlashtirish ko'rsatgichi ham ko'tariladi. Bundan tashqari tashkil etiladigan interaktiv darslar Xalqaro ta'lim tizimlari: PISA, PRLIS talablariga javob beradi.

Adabiyotlar

1. Ziyonet.uz
2. M.Axmedov, M.Mirzaaxmedov matematika 4- sinflar uchun. Toshkent – o'qituvchi 2008-yil.

AXBOROTLASHUV JARAYONIDA JAMIYAT VA SHAXS TARAQQIYOTINING O'ZIGA XOS XUSUSIYATLARI

Ergashova Muxlisa Azizjon qizi
O'zbekiston xalqaro islom akademiyasi Dinsotsiopsixologiya yo'nalishi talabasi

Annotatsiya: Bugungi kunda rivojlanyotgan axborotlashuv jarayoni va uning ta'sirlarini ochib berish va jamiyat va shaxs taraqqiyotidagi ahamiyatini yoritish .

Kalit so'zlar: axborotlashgan jamiyat, shaxs, axborot madaniyati, ijtimoiy makon, ommaviy xurujlar.

Axborotlashgan jamiyat ijtimoiy-iqtisodiy yo'nalishda mehnat qiluvchilarning fan va madaniyat vakillarining dunyoviy bilimlar majmuini shakllantirish, axborot ayniqsa, uni chiqarish, sakrash, qayta ishlash va sotishni amalga oshirish bilan bog'liq bo'lgan jamiyatdir. Axborotlashgan jamiyat tushunchasini ijtimoiy fenomen tarzida A.Toffler, M. Kastels, U. Rostou va P. Draker asarlarida mufassil bayon etilgan. Axborotlashgan jamiyat tushunchasi dastlab Yapon professori Y. Xayashi tomonidan kiritilgan.U

axborotlashuv mahsuloti jamiyat va shaxsni shakllantiruvchi va rivojlantiruvchi kuchga aylanadi deya ta'rif bergan.

Axborotlashgan jamiyat-kishilik jamiyatida rivojlanishining hozirgi bosqichida shakllanayotgan va ijtimoiy hayotning barcha sohalarida axborot va informatikadan oqilona foydalanishga asoslangan sifatiy holatni tavsiflovchi tushuncha. Bugungi kunda shaxs va jamiyat taraqqiyotida axborotni qanday qabul qilish va xulosa chiqarishda axborot madaniyati o'rni beqiyosdir. Ijtimoiy -madaniy ma'noda axborot madaniyati insonning muayyan ma'naviy-axloqiy, siyosiy-huquqiy va estetik qadriyatlarini o'zlashtirgan holda axborot maydonida hayotiy faoliyat ko'rsatishni anglatadi. Bizga berilayotgan har qanday axborot ishonchlilikka ega emasligi mumkin. Ramziy ma'noda axborotni iste'mol qilish madaniyati (O'ZMU tadqiqotchisi Qo'shaev tomonidan ilmiy muomalaga kirilgan) axborotni saralab olishdagi bilimlar, qobiliyatlar va malakani o'zida ifoda etadi.

Bunda har qanday iste'mol qilishdan oldin uning narxi, sifati, foydaliligi va qulayligi kabi xususiyatlar inobatga olinadi. Biroq ma'naviy axborotni iste'mol qilish ajralib turadi. Xususan konkret shaxs, ijtimoiy guruh, millat va jamiyat tomonidan iste'mol qilinadi. Misol, shaxs uchun ahamiyatli axborot jamiyat yoki millat uchun ahamiyatsiz bo'lishi mumkin. Shuningdek axborot makon va zamon xususiyatlariga ham ega. Ijtimoiy makon- bu axborot makoni hamdir.

Ayni paytda axborotlashgan jamiyat shaxs va jamiyat uchun quyidagi imkoniyatlarni taqdim etishi mumkin;

- Uyda ishlashning kengayishiga, transport harakati kamayishiga va buni oqibatida tabiatga tushadigan yukni keskin qisqarishiga olib keladi,
- Ish kunining qisqarishi odamlarni uyida ko'proq bo'lishiga zamin yaratadi,
- Shaharda yashash va ishlash uchun eng qulay makon degan tushuncha paydo bo'lishiga,

- Qishloqda ham butun olam bilan mulooqt qilish, eng obro'li tashkilotlarda ishlash, shahar aholisi erishayotgan yutuqlardan xabardor bo'lishga imkon beradi.

Bugungi kunda biz axborot madaniyatini yuksaltirishga erishishimiz zarur. Shunda ma'lumotlarga ko'r-ko'rona ergashish, noto'g'ri talqin etish oldini olinadi.

Ayniqsa birinchi prezidentimiz I.Karimov ta'kidlaganidek „bu borada ishni to'g'ri tashkil etish uchun Internet tizimidan samarali va oqilona foydalanish, uni o'zimizni ma'lumotlar bilan to'ldirishimiz kerak... bizning zaif tomonimiz shundaki, Internetda O'zbekiston bilan bog'liq ma'lumotlar kam. Nega deganda, bizda bu jarayonning texnikasi va texnologiyasi talab darajasida emas. Milliy qadriyatlarimiz, tarix va merosimiz, bugungi san'at va fan eng yaxshi namunalarini Internetga kiritish dasturi ishlab chiqilmagan,, degan fikrlari ham bugungi kunda turli axborot qurbonlariga aylanib qolganlar uchun sir emas.

Albatta hamma narsaning yaxshi va yomon tomonlari bo'lganidek, bu ham axborotni turli talqin qilish natijasidir. Hattoki, bugun ommaviy axborot vositalariga ham alohida e'tibor qaratilmoqda. U ommaning dolzarb muammolarini hal etish, milliy qadriyat va demokratik tamoyillarni targ'ib etish, ommaviy axborot vositalari uchun so'z erkinligining o'ziga xos o'lchovi berilishi ham g'oyat muhimdir. Ammo, shunday bo'lsa ham turli axborot xurujlari ham bo'lib turadi. Bugun axborot hujumlari eng

ashaddiy qurol bo'ib bormoqda. Chunki, bu qurol yordamida ongga zid harakat bo'ladi va ta'sir ko'rsatadi.

Biz unga qarshi ma'naviy va mafkuraviy javob qaytarish lozim. Bunda o'zlikni anglash va yoshlarning tarbiyasi, internetdan samarali foydalanishini nazorat qilish va o'z fikriga ega bo'lish muhim omillardir.

Axborotlashgan jamiyatda axborot va uning „oliy shakli,“ - ilmiy bilim korxonasi va davlat uchun raqobatbardoshlik ustunliklarini yaratuvchi strategik resurs hisoblanadi. Hozirgi olimlar yondashuvlariga asoslanib, axborotlashgan jamiyatga ta'rif beradigan bo'lsak ushbu – individlar o'rtasidagi ijtimoiy-iqtisodiy faoliyatda axborot almashuvi natijasida yuzaga kelgan munosabatlar tizimidir.

Professor Martin axborotlashgan jamiyatni G'arb mamlakatlarida yuzaga kelgan rivojlanish postindustrial jamiyat sifatida izohlaydi. Uning fikricha, axborotlashgan jamiyat shunday jamiyatki, aholini turmush tarzi, mamlakatning rivojlanish istiqbollari jamiyatda axborot muhimlik va foydalanish darajasiga bog'liq. Bunda jamiyatda mehnat va dam olish shakllari, ta'lim va sog'liqni saqlash va boshqa muhim tarmoqlar axborot va ilm sohasidagi erishilgan yutuqlarga bog'liq bo'ladi.

Axborot jarayonida jamiyat va shaxs taraqqiyotidagi o'zni axborotni qanday tahlil qilish va saqlash, yetkazish va foydalanishga bog'liqdir. Zero har qanday axborotni har qanday maqsad yo'lida ishlatish mumkin.

Foydalaniladigan adabiyotlar:

1. Axborotlashgan jamiyat tushunchasi va uning mohiyati. Termiz davlat universiteti.
2. T: O'zbekiston faylasuflari milliy jamiyati nashriyoti. B. 676-677.
3. Karimov I .A. Yuksak ma'naviyat -yengilmas kuch. - T: Ma'naviyat, 2008.
4. “Axborotlashgan jamiyat shakllanishining ilmiy va nazariy asoslari”. muallif: S. Otaqo'ziyeva

ЁШЛАРНИНГ ХУЛҚ – АТВОРИГА ТАЪСИР ЭТУВЧИ ИЖТИМОЙ ПСИХОЛОГИК ОМИЛЛАР

*Тошмуродова Малоҳат Кўчкоровна
Навоий вилояти Навбаҳор тумани 15-мактаб психологи*

Юртбошимиз Шавкат Мирзиёв ташаббуси билан амалдаги 2021 йил ўз мазмун - моҳияти билан “Ёшларни қўллаб – қувватлаш ва аҳоли саломатлигини мустаҳкамлаш йили”, - дея эътироф этилди. Бу кўп жиҳатдан йил сайин ўсиб келаётган баркамол авлод тарбиясинга масъул бўлган биз халқ таълими ходимлари ҳамда муаллиму мураббийлари зиммасига ниҳоятда катта масъулият юклайди. Zero эртанги келажагамиз ворислари бўлган ҳар қандай ўғил - қиз дунёга келгач энг бирламчи жиҳат унда айнан боғча ва мактабгача бўлган ёшда жисмоний меҳнатдан кўра ақлий ва ахлоқий фаоллик буни қарангки бир мунча ошиб ҳамда муттасил ривожланиб боради. Буни том маънода атроф - муҳитга қизиқиш, жонли табиатни яъни борликни ахлоқий эстетик завқ ила тўла – тўқис

идрок этиш, ота - онага, жамиятга, маҳалла куйга ҳаттоки катталарга бўлган меҳр – оқибат, кескин ҳурмат тимсолида яққол кўриш ва кузатиш мумкин.

Худди мана шу ўринда жонкуяр Президентимизнинг Олий Мажлис сенатига йўллаган мурожаатномасидаги: Буюк бобокалонимиз Абу Али Ибн Сино бундан минг йил олдин “Довюррак ва ботир инсонлар келажакда содир бўладиган қийинчиликлардан кўркмайди,” - деб бежиз айтмаган. Куни кечагина ёшлар форумида сершижоат ўғил - қизларимизнинг ёниб турган кўзларида улкан азму шижоатни, билимга ташналикни, янгиликка интилишни кўриб янада руҳландим ва улардан куч олдим. Вақтиким Ибн Сино бобомиз айтган довюррак ва ботир ёшлар айнан шу фарзандларим эканига яна бир бор амин бўлдим, – деган оламшумул сўзлари ҳар қандай кишини ниҳоятга ҳайратга солади.

Дарвоқе бу сингари серэхтирос сўзлар авваламбор вақтиким эртайи кеч сериктидор, сертаълант ўқувчи ёшлар қошида ва бошида бўлган биз мактаб ҳамда матлаб, мукамал чарху савод, инчунин энг етук иршод йўлида энг бирламчи масъулу жавобгар бўлган кўп сонли муаллиму мураббийлар зиммасинга янаям катта мажбурият юклайди.

Чунонам чуқур фикр юритадиган, ул нуроний ота – бобалар таъбири ила холисона айтадиган булсак ҳар қандай бола мардим авваламбор бошдан яъни тетапоя даврдан шаклланади. Худди ана шундан келиб чиқиб, қари – қартанг эскилар куш уясида кўрганини қилади,- деган пурмаъно иборасини асло унутмаслигимиз даркор. Йил сайин ўсиб келувчи ёш серчарх, серилим авлод яъни ҳар бир шахс шаклланишига ўта мутаносиб равишда илк таъсир этувчи омиллардан бири бу авваламбор ижтимоий – психологик омил ҳисобланади.

Хўш, аслида ижтимоий – психологик омилнинг ўзи аслида нима, -дегани?! Энг тажрибали психологлар таъбири ва тушунчаси билан айтганда у дунёқараш, борликни яъни атроф - муҳитни холисона ҳис этиш субъектив у ёки бу оламшумул воқеликни баҳоловчи, белгиловчи янона қарорлар тўпламидир. У чуқур мухтасар этсак борми, бизни ўраб турган атроф – оламини, ундаги турфа мавжудотларни фикран ва ақлан кенг тафаккурла англашга ҳаракат қилиш натижаси ўлароқ келиб чиқади. Демак, бундан яққол тушуниладики ўқувчи ёшларнинг кенг дунёқараши ҳам, ўз ихтиёрлари ила қарашлари ҳамда идрок этишлари ҳам атроф – муҳит ва борлик таъсирида босқичма – босқич муттасил шаклланиб боради.

Айниқса мактаб ва матлаб ёшидаги болаларда ижтимоий психологик жараёнлар тез ва кескин ўзгаришлиги билан тубдан фарқланади. Баъзан ҳаётдаги ижтимоий масалалар тўғрисидаги нотўғри тушунча ва тассаввур, анчайин ҳақиқатга яқин бўлмаган янглиш фикрлар ҳосил бўлиши туфайли у муайян тартиб қоидаларга ажабтовур танқидий кўз билан қарай бошлайди. Бунинг натижасида катталар ва ён атрофдагилар билан ўзининг холисона фикрларида ҳамда тушунчалари ўртасида тафовут ва кескин зиддиятлар келиб чиқишига олиб келади. Аксарият ҳолларда бундай зиддияту тафовутлар ёшларнинг ён атрофдагилар билан кескин салбий муносабатлар, ҳаттоки тортишув, келишмовчиликлар билан яқунланишига ҳам олиб келади ва худди шу салбий

жараён кутулмаганда депрессия ва стресс ҳолатларини келириб чиқариши мумкин.

Биз психолог педагоглар ва тажрибали мутахассислар авваламбор худди шу сингари ножўя ҳатти – аракатлар ва ҳолатларнинг олдини олиш учун ёшлар дунёқараш ва хулқ атворига тез таъсир қилувчи у ёки бу омилларни мукамал ўрганиб чиқишимиз лозим. Ёш ва баркамол авлод яъни шахс шаклланишида у яшаётган атроф - муҳит, турфа кишиларнинг онг – шуури, шунингдек жамиятнинг роли ҳам жуда каттадир.

Бу эса ёшларнинг хулқ – атворига вақтиким жуда тез таъсир қилувчи минглаб турфафёъл кишилар ва ижтимоий атроф – муҳитдаги у ёки бу оламшумул воқеликлардир. Демак таъсир доира чунонам катта. Бу дегани ҳар хил номутаносиб чалкаш фикрлар, тўла тушуниб етилмаган дунёқарашлар .кўпинча ўқувчи ёшлар тўғри ва холисона қарашларини узил – кесил тўғри ва изчил фарқлай олишида иккиланишлар ва кескин ҳатоликлар келиб чиқади. Ташқи атроф - муҳит ҳар қандай инсон шахсининг таркиб топишига аслида куйидагича таъсир қилади:

- Ижтимоий муҳитдаги турли у ёки бу ҳодисалар одамнинг онгига бевосита таъсир қилиб, чуқур из қолдиради.

- Ташқи ижтимоий муҳит таъсирининг чуқурроқ ва мустаҳкамроқ бўлишига ҳар қандай одамнинг ўзи ёрдам беради.

- Ижтимоий ҳаётдаги соғлом турмуш тарзи ҳам муқобил психологик омилдир.

Хотимаи хулоса ўрнида психолок мураббий сифатида шуни алоҳида қайд этмоғим шартки, ўрта таълим мактабларида кунлик дарс жараёнларининг мураккаб ва енгиллиги ҳам ўқувчиларнинг ижтимоий турмуш тарзи, салоҳияти ҳамда қобилиятидан келиб чиқиб белгиланиши лозим. Бу ўринда кўшимча дарслар, у ёки бу тўгараклар, меҳнат, спорт, расм соатлари билан узвий боғлаб олиб борилиши лозим. Оғир ва мураккаб фанлар ўқувчи солоҳиятига қараб ҳаминқадар қисқартирилмоғи даркор.

Бу ўринда ота – оналарнинг мактаб билан узвий алоқаси ҳам муносиб ўрин тутуди. Зеро айнан шу ўринда соғлом танда соғ ақл,- деган олиймқом тушунчадан сира – сира йироқлашмаслик зарур. Худди мана шу ҳам ижтимоий психологик омилнинг энг ягона кўринишидир.

МАКТАБГАЧА YOSH DAVRIDA BOLA PSIXOLOGIYASIDA O`YIN FAOLIYATINING ROLI

*Erdanova Sayyora Ibragimovna
Qashqadaryo viloyati G'uzor tuman 75-maktab psixologi*

Annotatsiya: Ma'lumki, bolalarning asosiy vaqti o'yin bilan o'tadi. O'yin maktabgacha yoshdagi bolalarning har tomonlama rivojlanishining muhim vositasi, ularning asosiyfaoliyati bo'lib hisoblanadi. O'yin jarayonida bola shaxsi faoliyat

sub'yekti sifatida shakllana boshlaydi. O'yin uzoq davrlardan beri mashhur olimlar, pedagog-psixologlar, faylasuflar, sotsiologlar, etnograflar va madaniyat arboblari diqqatini o'ziga qaratib kelgan dolzarb mavzudagi muammolardan biridir. Jahon psixologiyasi fanida to'plangan ma'lumotlarga ko'ra, eng sodda psixik jarayondan eng murakkab jarayonlar hammasining eng muhim jihatlari shakllantirishda o'yinlar katta rol o'ynaydi. Ayniqsa, bugungi kunda globallashuv davrida xorijdan kirib kelayotgan har xil qo'g'irchoqlar tashqi ko'rinishining bizning mentalitetimizga to'g'ri kelmasligi va yoshlarimizni ularga nisbatan munosabati to'g'risida fikr yuritilgan.

Kalit so'zlar: Maktabgacha yosh davri, o'yin faoliyati, ikki rolli o'yinlar, predmetli o'yinlar, kichik maktabgacha yosh davri, o'rta maktabgacha yosh davri, katta maktabgacha yosh davri, qo'rquv, hissiyot, xotira, tasavvur, idrok, tasviriy faoliyat.

Maktabgacha yosh davri yetakchi faoliyati bo'lgan o'yin faoliyati bu yosh davrida qudratli tarbiya quroli hamdir. Chunki bolalar o'yinlari orqali ularning insoniy hislatlarini tarbiyalash mumkin. O'yin faoliyatida bola ijtimoiy voqelik taqlid, rol orqali ijro etishga harakat qiladi va shu yo'sinda atrof-muhit to'g'risidagi, ijtimoiy turmushdagi shaxslararo munosabatlarni o'zlashtirib boradi.

Maktabgacha yosh davrini tahlil qilish uchun shartli ravishda 3ta davrga bo'lamiz;

- Kichik maktabgacha yosh davri 3-4 yosh,
- O'rta maktabgacha yosh davri 4-5 yosh,
- Katta maktabgacha yosh davri 5-6 yosh,

Kichik maktab yoshidagilar asosan yolg'iz o'ynashadi. O'zlarining o'yin faoliyatlari orqali idrok, xotira, tasavvur, tafakkur va harakat faoliyatlari takomillashib boradi. Bu davrda bolalarni kuzatsak, ularning rolli o'yinlarida kattalarning harakatlariga nisbatan bo'lgan taqlid yaqqol ko'zga tashlanib turadi. O'yinlar orqali bolalarda ilk marotaba liderlik va tashkilotchilik ko'nikma va malakalari rivojlanadi.

O'rta va katta maktabgacha yosh davrida ham sujetli-rolli o'yinlar rivojlanadi lekin, kichik maktab yosh davridagiga nisbatan turli-tumanligi bilan farqlanadi.

Katta maktabgacha yosh davrida bolalar tasviriy faoliyat ya'ni rasm chizishni yaxshi ko'radilar. Ular o'zlari ko'rib bilgan predmet va obrazlar bilan bir qatorda xayolot olamidagi o'zi o'ylab topgan tasvirlarini ham chiza boshlashadi. Bolaning rasmlarida tushirilgan tasvirlar orqali biz atrofdagi voqelikni qay yo'sinda idrok qilayotganini bilishimiz mumkin. Xususan, tadqiqotlarga ko'ra ular o'z rasmlarida foydalanayotgan ranglaridanoq ularning jismoniy va psixologik holatlarini bilishimiz mumkin.

Rus pedagogi A.S. Makarenko "Bola o'yinda qanday bo'lsa o'sib ulg'aygach ishda ham ko'pincha ko'p jihatdan shunday bo'ladi", - deb to'g'ri aytgan. Ayniqsa, bola xulq-atvoriga o'yinchoqlarning ta'siri katta. Xususan, o'tgan asrning 90-yillarida bizning mentalitetimizga mutlaqo zid bo'lgan g'arbcha tashqi ko'rinishga ega bo'lgan qo'g'irchoqlar bola tarbiyasiga mutlaqo ziddir. Bular ta'sirida bola xulqida salbiy og'ishlar paydo bo'ladi. O'gil bolalarda jangavorlik, to'polonchilik, qahr-g'azab kabi hissiyotlarni uyg'otsa, qizlarimizda g'arb kiyinishigabo'lgan taqlidni shakllantiradi.

G.L.Lendret ham o'z asarida "O'yinchoq bola intellektini har tomonlama rivojlantiradi ayniqsa, otaonalar o'z qo'llari bilan yasab, tikib bergan o'yinchoqlari bolaga yanada yaqin va qimmatlidir", - deb ta'kidlaydi. Shuning uchun ham bolada u tomonidan hissiy idrok qila oladigan, tafakkuri, dunyoqarashini kengaytiradigan, kattalar va ertak qahramonlariga taqlid qila oladigan o'yinchoqlar to'plami bo'lishi zarur. Rus pedagogi M. Manaseinovaning fikricha onaning bolasi bilan o'ynaydigan ilk o'yinchoq'i matolar qirqimi, yorqin rangdagi predmetlar bo'lishi kerakligini aytadi. Har bir bolada shunday o'yinchoq bo'lishi kerakki, u bolaning do'stiga aylanib unga rahmdillik qilishi va asrab-avaylashi lozim. Aynan shu o'yinchoqlar boladagi qo'rquv hissini yengib o'tishi mumkin.

Qorong'u xonada shu o'yinchoqlar bilan ovunishi bu boladagi qo'rquv hissini yengishiga sababchi bo'ladi. Bu albatta qator tadqiqotlarda o'z isbotini topgandir. Shuni unitmaslik kerakki, yangi o'sayotgan bola bu navni holdir uni har tomonlama yetuk shaxs qilib kamol toptirish uchun esa har tamonlama e'tiborli bo'lishimiz darkor.

Ma'lumki, uzoq vaqt davomida o'ynash - bu bolaning asosiy faoliyati. Ota-onalarning asosiy vazifasi yoshiga mos o'yinchoqlar tanlash va uning rivojlanishiga ko'maklashishdir. Ushbu savolga yosh psixologiyasiga murojaat qilish kerak:

- 10 kundan boshlab bolaning oldida turgan ob'ektni tuzatishga kirishadi va oyga borib u tovushlarni eshitib, oldida silliq harakatlanadigan hamma narsaga qaraydi. Ushbu asrning birinchi o'yinchoqlari turli xil nayzalar va musiqiy ob'ektlar bo'lib, ular ko'zdan 50 sm balandlikda o'rnatilishi kerak;

- 4 oydan keyin bola unga qiziqqan har bir narsaga qo'l urishni boshlaydi. Bu davrda bolaning qo'lida ushlab turadigan uzun tutqichli ajoyib chayqalaklar va o'yinchoqni bir qo'ldan boshqa joyga siljitadi;

- bolaning 6 oyligidan faqatgina o'yinchoqlarning yorqin ranglariga emas, balki ular "lazzatlanishiga" ham qiziqish bildirmoqda. Bolaga qiziqqan har qanday ob'ekt darhol og'ziga keladi. Shuning uchun oziq-ovqat plastmassasidan, silliq yuzasi bilan shov-shuvlardan foydalanish juda muhim;

- 8 oydan boshlab bola ob'ektlardan tovushlarni faol ravishda chiqarib oladi va fizika qonunlariga rioya qila boshlaydi - tiqish, ochish, tortib olish, o'rash, tushirish. Bu maqsadlar uchun chaqaloq turli xil qutilarga, cho'chqalar, bolg'alar va boshqalarga juda mos keladi.

- 1 yilda bola ob'ektlar bilan mazmunli ishlarni boshlaydi. Misol uchun, qoshiqni og'zingga tortib olish uchun, mashinkani chop eting, to'pni siljiting, yuzning alohida qismlarida ko'rsatish va ularning qanday chaqirilishini bilish. Ushbu asrning yorqin suratlari, to'plari va zarlari yaxshi bo'lgan kitoblar yaxshi;

- Bola bilan 2 yil ichida ob'ektlarning tushunchalari va ranglarini, shakllarini va xususiyatlarini mustahkamlash muhimdir. Buning uchun kuplar, ko'p rangli iplardagi to'plar va bolalar uchun yog'ochli konstruktorning turli detallari bajariladi;

- 2.5 yoshda bola o'z-o'zidan mustaqil ravishda 4 ta asosiy rangdan mavzularni tanlashi mumkin. Ushbu asrga mos keladigan qo'g'irchoqlar uchun idishlarga juda mos keladi. Bundan tashqari, bu yoshda bolakayni kiyish va tugmachalarni bosib olishni o'rganish uchun o'yinchoqni sotib olish mumkin;

- 3 yoshida bolalar o'yin o'ynashni afzal ko'rishadi. Bu askar, shifokor, sartarosh va boshqalar bo'lishi mumkin. Bunday o'yinlar uchun maxsus bolalar to'plamlari sotiladi;

- olti yoshga yaqin bolalar o'yin-kulgilardan o'yinlarda ishlatilishi mumkin bo'lgan qo'g'irchoqlar, transportlar, ko'plab itlar, quyonlar, kichkintoylar va boshqa jonzotlar bilan qiziqadi. Shuningdek, sog'lig'ingizni unutmang, to'plarga e'tibor bering, halqalar, arqonlarni silkitmang va hokazo. Tanlashingizdagi asosiy omil - rasm va juda ko'p yorqin ranglar bo'lishi kerak, o'yinchoq o'yinining chaqaloq yoshiga va bolaning ruhiga daxlsizligi bo'lishi kerak.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. S.X Jalilova, N.A G'ayibova. "Umumiy diagnostika". Toshkent 2018
2. Jalilova S.X. "Maktabgacha yoshdagi bolalar psixologiyasi". Toshkent 2017
3. Z.T.Nishanova, N.G Kamilova, D.U Abdullayeva, M.X.Xolnazarov. "Rivojlanish psixologiyasi. Pedagogik psixologiya". Toshkent-2018.

СТРЕСС ҲОЛАТИ ВА УНИ БАРТАРАФ ЭТИШНИНГ ПСИХОПРОФИЛАКТИКАСИ

*Қаюмова Холিদа Баходиржонова
Чирчиқ шаҳар 21-мактаб психологи*

Аннотация: Психология фанининг марказий категорияси ҳисобланмиш шахс ижтимоий ҳаётнинг барча соҳаларида муайян функцияларни бажариш орқали жамиятнинг тараққиётига ўз ҳиссасини қўшиб келмоқда. Мазкур мақолада ўсмирлик даврида стресс ҳолати ва уни бартараф этишнинг психопрофилактикасига эътибор қаратилган.

Калит сўзлар: Психология, категория, ижтимоий ҳаёт, стресс, психопрофилактика, ҳулқ-атвор, ижтимоий таълим.

Психик ҳолатларни изчил ўрганиш эраמידан 2-3 минг йил аввал Ҳиндистонда бошланган эди. Қадимги юнон файласуфлари ҳам психик ҳолатлар муаммоси билан шуғулланиб кўрганлар. "Ҳолат" тушунчаси фалсафий тушунча сифатида Кант ва Гегел ишларида ҳам келтирилган.

Психик ҳолатларни изчил ўрганиш У.Джемсдан бошланади. У психологияни онг ҳолатларини тавсифловчи ва ўрганувчи фан бўлиши керак деган ғояни илгари сурган. Онг ҳолати сифатида у сезги, хоҳиш, эмоция, билиш жараёнлари, фикрлар, қарорлар ва ниятларни тушунади. Психик ҳолат тушунчасининг кейинги ривожланиши рус психологиясининг тараққиёти билан боғлиқ.

Психолог олимлар А.О.Прохоров, Б. Г. Ананьев, Ф. Е. Василюкларнинг фикрича, инсоннинг турли ҳатти-ҳаракати ва фаолияти бир неча психик ҳолатлар

фонида намоён бўлади, фаолиятнинг муваффақиятига ижобий ёки салбий таъсир этади.

А.О.Прохоров ҳар қандай психик ҳолатнинг пайдо бўлишида иккита бўғин борлигини таъкидлайди.

Биринчидан, индивиднинг ҳаёт фаолиятида намоён бўлувчи ташқи муҳит шароити ва индивид психик хусусиятлари мувозанати даражасини ифодаловчи вазият; 12 муҳитнинг ўзгариши, вазиятнинг ўзгариши, психик ҳолатлардаги ўзгаришларга олиб келади. Масалан, фикрлаш фаолиятидаги муаммоли вазият психик зўриқишни кучайтириши ва билиш фаолиятидаги фрустрацияга олиб келиши мумкин.

Иккинчидан, индивиднинг шахсга хос хусусиятларини ифодаловчи субъектив ички шароитлар (тажриба, кўникма, малака, билим) йиғиндиси сифатида ташқи муҳит таъсирларини воситали тарзда идрок қилади.

Ҳар қандай “ички шароит”нинг ўзгариши ўз ортидан психик ҳолатлардаги ўзгаришларни олиб келади. И. П. Павлов фикрича, “Бу ҳолат биз учун бирламчи ҳақиқат бўлиб, инсоният тараққиётини таъминловчи кундалик ҳаётда бизни йўналтириб турувчидир” [3, 136-б].

Психологик билимларни инсон томонидан ўрганилиши шунинг учун ҳам муҳимки одамларнинг билимдонлиги нафақат ташқи оламда рўй бераётган объектив ҳодисалар моҳиятига алоқадор билимлар мажмуига эга бўлиш билан, балки ҳаётда муносиб ўрин эгаллаш, ўз ички имкониятлари ва салоҳиятидан самарали фойдаланган ҳолда фаолиятини оқилона ташкил этишнинг барча сирларидан бохабар бўлиш, ўзига ва ўзгаларга таъсир кўрсатишнинг усул ва воситаларини билиш ва улардан ўз ўрнида унумли фойдаланишни назарда тутати.

Кундалик ҳаётнинг тобора шиддатли тус олаётгани инсонга бўлаётган ахборот хуружининг кўплиги, ижтимоий муаммоларнинг ҳаддан зиёд зиддиятлашуви натижасида асабларнинг таранглашиши жуда кўп инсонларни стресс ҳолатига дучор этмоқда.

Баркамол авлод камолоти ғоясини турмушга татбиқ этиш учун истиқлолнинг дастлабки кунлариданоқ миллий маънавият, миллий таълим ва тарбия муаммоларини ҳал қилишга жиддий эътибор берилмоқда.

Президентимиз Ш.М. Миромонович 2020 йил якунлари муносабати билан Олий Мажлисга Мурожаатномасида: Шарқ донишмандлари айтганидек, “Энг катта бойлик – бу ақл-заковат ва илм, энг катта мерос – бу яхши тарбия, энг катта қашшоқлик – бу билимсизликдир!” Шу сабабли ҳаммамиз учун замонавий билимларни ўзлаштириш, чинакам маърифат ва юксак маданият эгаси бўлиш узлуксиз ҳаётини эҳтиёжга айланиши керак [2] – деб таъкидлаб ўтдилар.

Сир эмаски, инсоннинг хулқ - атвори ўзгарувчан ва ранг-баранг бўлиб, унинг индивидуал хусусиятлари , ўзига хос “услуглари”нинг мавжудлиги ҳеч қачон ва ҳеч кимда ҳеч қандай шубҳа туғдирмайди. Бироқ бу хулқ-атворнинг хилма-хиллиги унинг чексиз дегани эмас, зеро, инсонларнинг ўзаро мулоқоти, ўзаро муносабати, уларни турли ижтимоий гуруҳларга бирикуви, яшаши учун илиқ психологик муҳитнинг сақланиши заруратдир. Ўсмирлик ёшининг классик

тадқиқотига назар солсак, унда турли хил назариялар, фаразлар ва фундаментал изланишлар борлигининг гувоҳи бўламиз.

Биринчи Президентимиз Ислом Каримов таъкидлаганларидек: “Ватанимизнинг келажаги, халқимизнинг эртанги куни мамлакатимизнинг жаҳон ҳамжамиятидаги обрў-эътибори авваламбор фарзандларимизнинг униб-ўсиб, улғайиб қандай инсон бўлиб ҳаётга кириб боришига боғлиқдир. Биз бундай ўтқир ҳақиқатни ҳеч қачон унутмаслигимиз керак” [1, 47-б].

Ўсмирлик даврининг йирик тадқиқотчиларидан бири, 1924 йилда туғилган немис файласуфи ва психологи Э. Шпрангер ўсмирлик ёши қизларда 14-18 ва ўғил болаларда 13-19 ёшларгача давом этиб, унинг биринчи босқичи 14-17 ёшларга тўғри келиб, бу ёшда болалиқдан қутулиш содир бўлишини изоҳлади. У ўзининг ўсмирлик ёшининг маданий-психологик концепциясида ривожланишининг уч типи мавжудлигини ажратади.

Биринчи тип - кескин, кризисли, шиддатли кечади ва ўсмир ўзининг иккинчи туғилишини ҳис этади, оқибатда янги “Мен” вужудга келади.

Иккинчи тип - ўсмирнинг катталик ҳаётида босиқлик, сокинлик, узлуксизлик сезилиб, унинг шахсиятида чуқур ва жиддий ўзгаришлар рўй бермайди.

Учинчи тип - бу ривожланиш жараёнининг шундай босқичи, ўсмир ўз ички кечинмалари ва кризисларини матонат билан енгиб, ўзини фаол англаган ҳолда, шакллантиради ҳамда тарбиялайди.

Ўсмирлик даврида психологик муаммоларни бартараф этиш ҳамда тарбиялаш масалалари ҳозирги даврнинг энг долзарб муаммосига айланган.

Оила, мактаб, жамиятнинг ўсиб келаётган авлодга бўлган ахлоқий-маънавий, сиёсий-ижтимоий, ғоявий талаблари кун сайин ортиб бормоқда.

Бугунги кунда келажак авлодга таъсир қилаётган ҳамда унинг кечинмаларини ўзгартирадиган ички ва ташқи омилларни кўз олдимизга келтириш жуда қийин.

Ўсмирлик даврини ўрганувчи кўпчилик олимлар агрессия, эмоционал кўзғалишни, жаҳл чиққан ҳолатларда балоғатга етмаган болаларда психологик муаммолар қандай намоён бўлишига кўпроқ эътибор қаратадилар. Чунки, бу ёшда уларда ҳаёт тажрибалари етарли бўлмайди, лекин бошқалар томонидан тан олинишга ва мустақил бўлишга интиладилар.

Ўсмирлик даври инсонни болалиқдан - ёшликка ўтувчи ва ўз навбатида бошқа даврлардан ўзининг нисбатан кескинроқ, мураккаброқ кечиши билан фарқланиб турувчи инсон онтогенетик ривожланишининг энг характерли даврларидан биридир. Бу давр психологик педагогик адабиётларда “ўтиш даври”, “оғир давр”, “инқироз даври”, каби иборалар билан аталади[4, 72-б].

Ўсмирлик даврининг оғир, мураккаб давр эканлиги кўплаб психологик, физиологик, ижтимоий омиллар билан боғлиқ. Бу даврда ривожланишининг барча жиҳатлари: жисмоний, ақлий, ахлоқий, ижтимоий ва шу кабиларнинг мазмун моҳияти ҳам ўзгаради. Бу даврда ўсмир ҳаётида, унинг руҳияти, организмнинг физиологик ҳамда ижтимоий ҳолатида жиддий ўзгаришлар содир бўлади.

Аксарият ҳолатларда уларда бир-бирига қарама-қарши бўлган турли хил ҳолатлар кузатилади. Бу даврга келиб бола энди “бола” эмас ва шу билан бирга ҳали “катта” ҳам эмас. Унинг ўз-ўзига ва атрофдагиларга нисбатан бўлган муносабатлари бутунлай бошқача характер кашф этиб боради. Унинг қизиқишлари тизими, ижтимоий йўналганлиги қайтадан шаклланади, ўз-ўзини англаши, ўз-ўзини баҳолаши, қадриятлари тизими ўзгаради.

Шу билан бир қаторда инсон хулқ-атворининг шаклланишига ирсий омилнинг таъсири борлигини фақат назарий жиҳатдан тахмин қилиш мумкин, аммо эмпирик тадқиқотлар муҳит таъсирининг ўрни ҳам каттагина қийматга эга эканлигини таъкидламоқда.

Ўсмирлик даврида назорат икки хил: бевосита ва билвосита усулда олиб борилади. Назоратнинг бевосита усули “йўналтириш”, “тартибга солиш”, “тасодифий шароит”, “жазолаш” дан иборат. Билвосита назорат усули “идентификация” ва “ижобий мулоқот”дан иборат. Шундай қилиб, оила аъзоларининг ўзаро муносабатлари орасида муайян боғлиқлик мавжуд. Булар ўз ифодасини “иссиқ” ва “совуқ” оналар ҳамда “жисмоний” ва “психологик усулларни” самарали қўллай билувчилар тимсолида топади[5, 59-б].

Оқибатда, бизга ижтимоийлашган оиланинг “қўллаб қувватловчи” ва “назорат қилувчи” каби асосий параметрлари билан ишлашга тўғри келади.

Психик ҳолатларни таснифлашда ҳар хил ёндошувлар мавжуд. Уларга кўра ақлий, эмоционал, иродавий фаоллик ва пассивлик, стресс, кўтарилиш, ўзини йўқотиб қўйиш, тўйиниш, кутиш, ёлғизлик ва бошқаларни ажратиш мумкин. Умумлашганлик даражасига кўра ҳолатлар умумий, турга хос ва индивидуал бўлиши мумкин.

Психологик зўриқишлар организмнинг турли функционал тизимларидаги ўзгаришларда намоён бўлса, унинг жадаллиги ёки кучи кайфиятнинг бузилишидан тортиб, ошқозон яраси ёки юрак инфарктигача олиб келиши мумкин.

Фойдаланилган адабиётлар:

1. Нишонова З.Т. Психик тараққиёт диагностикаси. Т., 2004, 134-б..
2. Тигранян Р.А. Стресс и его значение для организма. -М., 1998. 72-б.
3. Шербаков Ю.В. Психология стресса и методы его коррекции. -П., 2006. 59-б
4. Юнг К. Аналитическая психология: - СПб: Кентавр. 1994.-136 с

КРЕАТИВ ТАФАККУРЛИ ЎСПИРИНЛАРНИНГ ИЖТИМОЙ-ПСИХОЛОГИК ХУСУСИЯТЛАРИ

Эркаева Дилрабо Бахромовна

Чирчиқ шаҳар 15-ихтисослаштирилган давлат умумтаълим мактаб психологи

Ўзбекистонда кадрлар тайёрлашнинг сифат даражасини ошириш, халқаро стандартлар асосида олий малакали мутахассислар тайёрлаш учун зарур шарт-

шароитларни яратиш, ҳар бир олий таълим муассасасини жаҳоннинг етакчи илмий-таълим муассасалари билан яқин ҳамкорлик алоқалари ўрнатиши, ўқув жараёнига халқаро таълим стандартларига асосланган илғор педагогик технологиялар, ўқув дастурлари ва ўқув-услубий материалларини кенг жорий қилиш, талабалар, илмий-педагог кадрларни замонавий касбий билимлари ва креативлик қобилиятларини ривожлантириш, ёшлар аудиторияси билан иш олиб боришда интерфаол усуллардан самарали фойдаланиш масалалари Ҳаракатлар стратегиясининг устувор йўналишларига мувофиқ олий таълим даражасини сифат жиҳатидан ошириш ва тубдан такомиллаштиришнинг асосий вазифалари сифатида белгиланди.

Ўспиринлик даврида ўқув фаолиятининг мураккаблашиши, уларнинг янги жамоада тутган ўрни улардан кўп нарса талаб қилади. Ўспиринларнинг мактаб ҳаётида, оилада тутган мавқеи ўзгаради, яъни ўзидан кичикларга нисбатан бошлиқ, ташкилотчи ва тарбиячи бўлиш талаб қилинади. Бу даврда фикрлашнинг торигиналлиги, ижодий тафаккур сингари жиҳатлар улар учун бирламчи рол ўйнайди.

Креатив – инглизча “ижод”, “яратиш”, “янги ижод” маъноларини англатиб, тафаккурнинг бундай тури фикрлаш тезлиги, ақлнинг пешқадамлиги, онг, тафаккур, ақлнинг барча йўналишида истиқболни кўриш ва англашга ўрнатиш сингари хусусиятлар билан боғлиқ жараён ҳисобланади. Шунга кўра ўспириндаги креатив тафаккур ҳамда унинг ижтимоий-психологик хусусиятлари даврнинг зарурияти, педагоги- психологиянинг долзарб муаммоларидан бири ҳисобланади. Ўспиринлик даврида ўқув фаолиятининг мураккаблашуви, оилада ва таълим муассасасида тутган ўрни ўзгариб боради яъни, ўзидан кичикларга нисбатан бошлиқ, тарбиячи, ташкилотчи вазифасини эгаллашади. Шунингдек, бу даврда ўқувчи-ёшларда ўзликни англашга интилиш, эгаллаган назарий билимларини амалиётда қўллаш ва келажакда касб танлашга бўлган қизиқишнинг ортиши кузатилганлиги боис уларда ижодий тафаккурнинг ривожланиши муҳим рол ўйнайди. Ижодий қобилиятлар ўз-ўзидан ижодий ютуққа айланиб қолмайди. Ижодий натижага эришиш учун хоҳиш ва ирода зарур. Инсон психикаси ижтимоий-тарихий тараққиёт билан боғлиқ. Бу ижтимоий эҳтиёжлардан пайдо бўлувчи ижодий фаолият – инсоннинг юксак руҳиятига боғлиқ.

Илк ўспиринлик ёшидаги ўзгаришлар мактаб, оила, шахслараро муносабатлардаги мавқени янада мустаҳкамлашнинг муҳим омили ҳисобланади. Лекин етакчи омил янги таълим муассаса ўқувчиси фаолиятининг хусусияти, моҳияти ва мазмунидаги туб бурилишдир. Илк ўспиринларда аввало ўзини англашдаги силжиш яққол кўзга ташланади. Бу ҳол шунчаки ўсишни билдирмайди, балки ўз шахсиятининг маънавий-психологик фазилатларини, фаол ижтимоий турмуш тарзининг мақсад ва вазифаларини англашни, оқилона баҳолашни акс эттиради. Илк ўспиринда ўзининг руҳий дунёсини, шахсий фазилатларини, ақл-заковатини, қобилияти ҳамда имкониятини аниқлашга интилиш кучаяди. Ўз хулқ-атворини жиловлаш, ҳис-туйғулари ҳамда ички кечинмаларини тушуниш иштиёқи вужудга кела бошлайди.

Креатив тафаккур креатив ҳаёл билан узвий алоқада бўлади. Шунинг учун инсон амалий фаолиятида бир талай саволларга жавобларни ҳаёл ёрдами билан топади. Жумладан, ҳар хил тахминлар, фаразлар, илмий гипотезалар, кашфиётлар, техника соҳасидаги ихтиролар ҳам ана шу йўсинда амалга ошади, яъни ҳаёл ёрдами билан зарур натижаларга эришилади. Шунингдек, креатив тафаккур жараёни баъзи бир вазифаларни ҳал қилиш, бажариш, муҳокама юритиш, мулоҳаза қилиш, фикрлаш, фараз қилиш сингари жараёнлар мантикий фикр юритиш усуллари ва воситаларини қўллаш йўли билан ниҳоясига етказилади. Масалан, математика, физика каби фан асосларини ўзлаштиришда худди шундай ҳолат рўй беради.

Креатив тафаккур жараёни мавжуд билимларга, боғлиқдир. Шу нарсани алоҳида қайд қилиб ўтиш керакки, ўзаро алоқа қилишда тафаккур муҳимроқ, мавқелироқ ўрин тутаяди. Ҳозирги замон таълими олдида турган асосий мақсад, ўқувчи ёки талаба шахсини билимлар билан қуроллантириш эмас, балки уларни фикр юритиш фаолиятига ўргатишдан иборатдир.

Хулоса қилиб айтганда, инсоннинг ижодий тафаккуридаги ғоявий, мафкуравий, маърифий, маданий, диний ва ахлоқий кадриятлар, дунёқараш, урф-одатлар, анъаналар ва муносабатлар келажак авлоднинг маънавий меросини белгилайди.

Юқоридаги фикр ва мулоҳазаларни умумлаштириб шуни айтиш мумкинки, илк ўспиринлик даврига келиб ўқувчиларнинг билиш (креатив-ижодий) фаолиятидаги ижобий ўзгаришлар, касб-хунар мотивлари, интилиш, мойиллик, табиат ва жамиятга нисбатан ижтимоий ва ижтимоий-психологик муносабат улар шахсининг таркиб топишида (ижтимоийлашувида) муҳим роль ўйнайди.

Фойдаланилган адабиётлар рўйхати

1. Ғозиев Эргаш. Онтогенез психологияси. Назарий-эксперимент таҳлил. Монография. "Ношир". Тошкент: 2010
2. Ғозиев Э., "Умумий психология" ЎзМУ Ўқув методик Кенгаши нинг 2002 йил. Мажлис билан нашрга тавсия этилган. «Университет» нашриёти, 2002
3. Ғозиев Э. "Ёш психологияси ва педагогик психология нимани ўрганди?". Ўзбекистон Халқ таълими вазирлиги. 2017
4. Жабборов Б.Г., Зокирова Н.Д., "Педагогларда Креатив тафаккурни ривожлантириш технологиялари". Наманган, Ўзбекистон
5. Райгородский Д.Я. "Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Самаара: Издательский Дом "Бахрах-М"

SHAXS RIVOJLANISHINING INDIVIDUALLIK XUSUSIYATLARI VA ULARNING ROLI. TEMPERAMENT

*Maxmudova Dilfuza Jumanovna
Zomin tuman 34 maktab*

Ma'lumki, odamlar xulq-atvor va faoliyat motivlari nisbatan teng bo'lganda, bir xil tashqi ta'sir etganda, bir biridan ta'sirchanligiga va ko'rsatayotgan energiyasiga

ko`ra sezilarli darajada farq qiladilar. Jumladan, bir xil kishi sekinlikni, boshqasi shoshilishni yoqtiradi, bir xil odamlarga hissiyotlarning tez o`yg`onishi xos bo`lsa, boshqasiga esa sovuqqonlik xosdir, boshqa birovni keskin imo-ishoralar, ma`noli mimika, boshqasining harakatlarida og`ir-bosiqlik, yuzining juda ham kam harakat qilishi ajratib turadi. Suz yuritilayotgan individual farqlar uzlarining tug`ma asosiga ega bo`lishi shubhasizdir. Bu shu narsa bilan tasdiqlanadiki, bu farqlar bolaligidayoq ma`lum bo`la boshlaydi, xulq-atvorning va faoliyatning turli soxalarida ko`rinadi va alohida barqarorligi bilan ajralib turadi.

Psixikaning individual jihatdan o`ziga xos, tabiiy jixatdan shartlashgan dinamik ko`rinishlar majmui kishining temperamenti deb ataladi. Temperament lotincha «temperamentum» degan so`zdan olingan bo`lib, buning ma`nosi «aralashma» degan tushunchani anglatadi. Temperament to`g`risidagi dastlabki ta`limotni yunon olimi Gippokrat (eramizdan oldingi 460-356 yillarda yashagan) yaratgan bo`lib, uning tipologiyasi to hozirgi davrgacha shakllanib kelinmoqda.

Temperamentning fiziologik asoslari to`g`risida tushuncha.

Qadimgi yunon olimi Gippokrat ta`limotiga binoan, insonlarning temperament xususiyatlari jihatidan o`zaro bir-biridan tafovutlanishi, ularning tana a`zolaridagi suyuqliklarning (xillarning) turlicha nisbatda joylashuviga bog`liq ekanligi tasavvur qilinadi. Gippokrat ta`biricha, inson tanasida to`rt xil suyuqlik (xil) mavjud bo`lib, ular o`t yoki safro (yunoncha chole), qon (latincha sanguis yoki sanguinis), qora o`t (yunoncha melas «qora», chole «o`t»), balg`am (yunoncha «phlegma») kabilardan iboratdir. Uning muloxazasicha;

1) o`tning xususiyati urug`likdir, uning vazifasi-tana a`zolarida urug`likni saqlab turish yoki badanni quritishdir;

2) qonning xususiyati- issiqlikdir, uning vazifasi tanani isitib turishdir;

3) qora o`tning xususiyati-namlikdir, uning vazifasi-badan namligini saqlab turishdir;

4) balg`amning (shilimshiq moddaning) xususiyati-sovuqlikdir, uning vazifasi-badanni sovutib turishdan iboratdir. Gippokrat ta`limotiga muvofiq, har bir insonda shu to`rt xil suyuqlik mavjud bo`lib, uning bittasi ustuvorlik kasb etadi. Mazkur aralashma (latincha temperamentum) lardan qaysi biri salmoqliroq bo`lsa, shunga qarab insonlar temperament jihatdan farqlanadilar, chunonchi, xolerikda sariq o`t, sangvinikda qon, melanxolikda qora o`t, flegmatikda balg`am (shilimshiq modda) ustun bo`lishi ta`kidlanadi.

Gippokratning to`rt xil moddalar (suyuqliklar) aralashmasi, ya`ni temperament tushunchasi va uning tipologiyasi (sangvinik, xolerik, flegmatik, melanxolik) ramziy ma`noda hozirgi zamon psixologiyasida ham shakllanilib kelinmoqda.

Temperamentning ilmiy psixologik asoslari va uning fiziologik mexanizmlari keyingi ijtimoiy tarixiy taraqqiyotning bosqichlarida yaratiladi hamda bu borada izlanilishlar davom ettirilmoqda. Temperamentning fiziologik asoslariga ulkan ishlagan olimlardan biri rus fiziologi I. P. Pavlov hisoblanadi.

P.F.Lesgaftning g`oyasi shu nuqtai-nazarga yaqin edi. Bu olim temperamentning asosida qon aylanishi (jumladan, qon tomirlari kengligi va tarangligi, ularning bo`sh joyi diametri, yurakning shakli va xokazolar) xususiyati yotadi deb yozgan edi.Nemis

psixiatri E.Krechmer individning psixik tuzilishi tana tuzilishiga, tananing umumiy konstruksiyasiga to'g'ri keladi, degan edi. Sezgilarni psixik aktivlikka ega bo'lgan, atrofda bo'layotgan voqealarga tez munosabat bildiruvchi, tassurotlarini xa deb o'zgartirishga intiluvchi, muvaffaqiyatsizliklar va ko'ngilsizliklarni nisbatan yengil o'tkazib yuboruvchi, jonli, xarakatchan, ifodali mimikasi va xarakatlari bo'lgan kishi sangvinik deb ataladi.

Yuragi keng, barkaror intilishlarga va kayfiyatlarga, doimiy va chuqur xis-tuyg'ularga, xarakatlari va nutqi bir xil maromda bo'lgan, ruxiy holati tashqi tomonda ifoda etiladigan kishi xolerik deb ataladi.

Ta'sirchan, chuqur kechinmali, gap ko'tara olmaydigan, ammo atrofda voqealarga unchalik e'tibor bermaydigan, o'zini to'xtata oladigan xarakatlar qiladigan va sekin ovoz chiqaradigan kishilar melanxolik deb ataladi.

Aslida odamlarni to'rtta tip bo'yicha taqsimlash mumkin emasligi tushunarli. Temperamentning turli-tumanligi to'g'risidagi masala fanda xali batafsil xal qilingan emas.

Temperamentning nerv-fiziologik mexanizimini ilmiy asosda tushuntirib bergan kishi I.P.Pavlov bo'ldi. U o'z umrining ko'p qismini oliy nerv sistemasi faoliyatini o'rganishga bag'ishladi. Uning tadqiqotlari natijasida odamdagi individual farqlar asosida qo'zg'olish va tormozlanish o'rtasidagi vazminlik yotishi aniqlandi.

Temperament haqidagi nazariyalar: gumoral (Gippokrat), konstitutsional (Krechmer, Shel'don), nervfiziologik (I.Pavlov) va h.k. Oliy nerv faoliyati tiplari va temperament. Temperament tiplari va ularning psixologik xarakteristikasi. Psixik faoliyat dinamikasi faqat temperamentga bog'liq emas. Psixik faoliyat dinamikasi kishining motivlariga, psixik holatlariga ham bog'liqdir. U holda temperament va kishining faoliyatiga ta'sir qiluvchi xususiyatlarni qanday farqlash mumkin. Buning uchun quyidagi belgilarni hisobga olish zarur.

1. Temperament xususiyatlari faqat bir turdagi emas, balki har xil va turli maqsadlardagi faoliyat turlarida, mehnatda, o'yinda, sportda, o'quv mashg'ulotlari jarayonida nomoyon bo'ladi.

2. Temperament xususiyatlari odam hayotining butun davomida yoki ma'lum qismida barqaror va o'zgarmasdir.

3. Temperament xususiyatlari bir-biri bilan tasodifiy emas, balki qonuniy bog'langan bo'lib ma'lum tuzilishni tashkil qiladi.

Temperament xususiyatlarining ilmiy sabablarini I.P. Pavlov yuksak nerv faoliyat tiplari haqidagi ta'limotida ochib berdi: I.P. Pavlov yuksak nerv faoliyat tiplari deganda hayvonlarda va odamda nerv tizimining faoliyatidagi eng muhim xususiyatlarning chatishuvini tushunar edi. I.P.Pavlov itlarda tajriba o'tkazdi. U hayvonlarning nerv tizimini:

a) qo'zg'alish va tormozlanishning kuchiga;

b) bu jarayonlarning muvozanatiga;

v) ularning ildamlik darajasiga qarab bir-biridan farq qilishini aniqladi.

A) Nerv tizimining kuchi hujayralardagi fiziologik moddalarning zahira miqdori bilan belgilanadi. Kuchli tipdagi nerv tizimida bunday zapas ko'p, kuchsizda kamdir.

Nerv tizimining kuchi, avvalo kuchli qo'zg'ovchilarga bardosh bera olish qobiliyatida ko'rinadi.

B) Qo'zg'alish va tormozlanish baravar darajada kuchli yoki kuchsiz bo'lganda nerv tizimida muvozanat bo'ladi. Bulardan biri kuchliroq yoki kuchsizroq bo'lsa muvozanat bo'lmaydi.

V) Nerv tizimining ildamligi (labilligi) miya pustining biron qismidagi qo'zg'alishning tormozlanish bilan (yoki aksincha) naqadar yengil almashinishidan iborat. Bu eng muhim narsa. Shu belgilarga qarab nerv tizimi 4 tipga ajratildi. Bu ajratish Pavlov fikricha, Gippokratning 4 temperament tipiga to'g'ri keladi. Bir xil odamlargaxissiyotlarning tezkuzgalishi xos balsa, boshqasiga esa sovukkonlik xosdir, boshqa birovni keskin imo-ishoralar, ma'noli mimika, boshqasini xarakatlarda ogirbosiklik, yuzning juda xam kam xarakat kilishi ajratib turadi. So'z yuritilayotgan individual farqlar o'zlarining tug'ma asosiga ega bo'lishi shubxasizdir. Bu shu narsa bilan tasdi'lanadiki, bu far'lar bolaligidayo' ma'lum bo'la boshlaydi, xulq-atvorning va faoliyatning turli soxalarida ko'rinadi va aloxida barqarorligi bilan ajralib turadi.

Psixikaning individual jixatdan o'ziga xos, tabiiy jixatdan shartlashgan dinamik ko'rinishlar majmui kishining temperamenti deb ataladi.

Temperament xaqidagi dastlabki nazariya antik dunyoga borib taqaladi.

Masalan: eramizdan oldingi 6-asrda yashagan yunon meditsinasining yirik vakili Gippokrat birinchi bolib odamlarning xar xil xususiyatga ega ekanligiga e'tibor bergan va bu xar xillikning sababini aniqlashga xarakat qilgan. U kishilar temperamentining organizimdagi suyuqliklarga (qon, shilimshik parda, o't)ga qarab uch turga bo'ladi.

Keyinchalik xam temperament va uning asosi xaqida olimlar tomonidan xilma-xil nazariyalar yaratildi. Masalan, 18-asr oxirida yashagan Immanuel Kant qonning invidual xususiyatlari temperamentning tabiiy asosi xisoblanadi, degan edi.

P.F.Lesgaftning g'oyasi xam shu nuqtai-nazarga yaqin edi. Bu olim temperamentning asosida qon aylanishi (jumladan, qon tomirlari kengligi va tarangligi, ularning bo'sh joyi diametri, yurakning shakli va xokazolar) xususiyati yotadi deb yozgan edi.

Nemis psixiatri E.Krechmer individning psixik tuzilishi tana tuzilishiga, tananing umumiy konstruktsiyasiga to'g'ri keladi, degan edi. Sezgilar psixik aktivlikka ega bo'lgan, atrofda bo'layotgan voqealarga tez munosabat bildiruvchi, tassurotlarini xa deb o'zgartirishga intiluvchi, muvaffaqiyatsizliklar va ko'ngilsizliklarni nisbatan yengil o'tkazib yuboruvchi, jonli, xarakatchan, ifodali mimikasi va xarakatlari bo'lgan kishi sangvinik deb ataladi.

Yuragi keng, barqaror intilishlarga va kayfiyatlarga, doimiy va chuqur xis-tuyg'ularga, xarakatlari va nutqi bir xil maromda bo'lgan, ruxiy xolati tashqi tomonda ifoda etiladigan kishi xolerik deb ataladi.

Ta'sirchan, chuqur kechinmali, gap ko'tara olmaydigan, ammo atrofdagi voqealarga unchalik e'tibor bermaydigan, o'zini to'xtata oladigan xarakatlar qiladigan va sekin ovoz chiqaradigan kishilar melanxolik deb ataladi.

Adabiyotlar:

1.G'oziev E. Psixologiya. T. 1994.

2.Gippenreyter Y.B.Vvedenie v obshuyu psixologiyu.Kurs leksiy- 1996

3.Granovskaya R.M.Elementi prakticheskoy psixologii. SPb, 1997

МОТИВАЦИЯ ПЕРСОНАЛА К ТРУДОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

*Нурабуллаева Камила
магистрантка 1 курса направления «Педагогика и психология».
Нукусский ГПИ им. Ажунияза. г. Нукус*

Поиски более совершенных методов мотивации труда с учетом человеческого фактора привели ученых к выработке нового научного направления, школы «социальных систем», представителями которой являются Ч. Бернард и Г. Саймон. Ч. Бернард делает вывод о действенности материального вознаграждения до определенных пределов. Однако это не говорит о том, что их полностью можно компенсировать нематериальными вознаграждениями. В каждой конкретной ситуации необходимо их определенное сочетание.

Важную роль в разработке проблем управления поведением человека сыграл «ситуационный» подход, нашедший в последнее время широкое распространение. Понятие «ситуация» используется как важный фактор, определяющий выбор того или иного способа воздействия на трудовое поведение человека.

Действовать по обстоятельствам - главное кредо представителей этого направления. В зависимости от специфики организации труда они предлагают для управления поведением персонала использовать одновременно «гуманные» и «негуманные» методы мотивирования труда.

Мотивация труда - это побуждение работника или группы служащих к деятельности по достижению целей учреждения через удовлетворение их собственных потребностей.

В учреждении необходимо создавать такие условия, чтобы работники воспринимали свой труд как осознанную деятельность, являющуюся источником самосовершенствования, основой их профессионального и служебного роста. Главные рычаги мотивации - стимулы (например, заработная плата) и мотивы - внутренние установки человека. Отношение к труду определяется системой ценностей человека, условиями труда, созданными на предприятии и применяемыми стимулами. [1]

Чтобы управлять каким-либо объектом, необходимо представлять, как на него можно воздействовать. Существуют виды моделей человека с позиций внешнего воздействия на нее, такие как, «человек экономический», «человек социальный», «человек духовный» и «человек организационно-примитивный». Система мотивации на уровне предприятия должна гарантировать: занятость всех работников трудом; предоставление равных возможностей для профессионального и служебного роста; согласованность уровня оплаты с результатами труда; создание условий безопасности труда; поддержание в

коллективе благоприятного психологического климата и др.

Каждый конкретный человек может быть соотнесен с одной из представленных видов моделей или рассмотрен как сложная модель, соединяющая в себе несколько исходных моделей, взвешенных относительно их влияния на поведение человека, модели эти могут различно сочетаться и конкурировать между собой.

Следовательно, мотивация должна быть векторной, направленной на потребности групп людей. Для молодых - это саморазвитие и самореализация (планирование карьеры), для опытных людей - статус, признание заслуг перед фирмой. [2]

Правильная расстановка работников, полное использования их знаний, опыта, личных качеств, осознание каждым целей и задач предприятия в целом и трудовых задач на каждом рабочем месте - необходимое условие успешной работы коллектива. Этому способствуют внутридеятельностное обучение, проведение семинаров, совещаний, система продвижения кадров по служебной карьерной лестнице. Учреждение заинтересовано в более высококвалифицированных кадрах для повышения производительности труда, улучшения качества продукции.

Процесс мотивации начинается с какой-либо ощущаемой неудовлетворенной потребности, нужды. Затем определяется цель, которая предполагает, что для удовлетворения потребности требуется некое направление действий, посредством которых эта потребность будет удовлетворена. “Эффект мотивации” заключается в том, что действия которые привели к успешному поведению и награде, побуждают человека повторять их. [3]

С повышением роли человеческого фактора в управлении появились методы моральной мотивации, они предполагают нематериальные мотивы: самоуважение, признание, моральное удовлетворение и гордость своим учреждением.

В менеджменте всегда есть большой выбор методов мотивации. Менеджеру надо досконально знать, из какого разнообразия делать выбор. В системе мотивации особенно существенно достижение правильного соотношения между поощрением, вознаграждением и наказанием, неотвратимостью санкций. Негативная реакция руководства сковывает активность работника, вызывает отрицательные эмоции, создает стрессовые ситуации, снижает степень уверенности в себе.

Подобная реакция на результаты деятельности работника не только и не гуманна, но и неэффективна, поскольку способна привести к непредсказуемым изменениям, в поведении подчиненного. У наказанного работника отнюдь не возникает страстное желание трудиться усерднее. В лучшем случае он ищет возможность избежать наказания. Люди очень редко соглашаются со справедливостью наказания, отсюда отрицательная реакция вызывает сопротивление.

Благоприятные оценки проделанной работы (положительное подкрепление) повышают самооценку, мотивируют трудовую активность и усиливают

творческую инициативу, возникает стремление развивать свои способности, овладевать новыми знаниями и навыками. Поощрение вселяет веру у человека в себя, в свой потенциал, способности, дает надежду на успешное выполнение новых заданий, что усиливает стремление трудиться наилучшим образом.

Исходя из системного представления человеческой деятельности, можно утверждать, что человек принимает решения на уровне регулирования, социальной адаптации и самоорганизации. Можно утверждать, что низшие, высшие и самые высшие потребности развиваются параллельно и совокупно и управляются поведением человека на всех уровнях его организации, т.е. существует тройственный характер удовлетворения потребностей через материальную, моральную и социальную мотивацию.

Использованная литература:

1. Глухов В.В. Основы менеджмента. Учебно-справочное пособие. - СПб.: «Специальная литература», 2005.- 326 с.
2. Молл Е.Г. Менеджмент. Организационное поведение: Учебное пособие - М: Финансы и статистика, 2003. - 160с.
3. Основы менеджмента. Под ред. Радугина А.А. - М.: Центр, 2001. - 432 с.

3-7 ЁШДАГИ АГРЕССИВ БОЛАЛАР БИЛАН ОЛИБ БОРИЛАДИГАН ПСИХОКОРРЕКЦИОН ИШЛАР

*Ёдгорова Насиба Исроиловна
Навоий вилояти Зарафшон шаҳар 20-ДМТТ психологи*

Мактабгача ёшдаги болалар ривожланиши ва тарбияси бир бутун ва узлуксиз жараён бўлиб, у доим педагог ва ота-оналарнинг диққат эътиборида бўлиши зарур. Бола қанчалик мувофиқиятли ривожланаётганлиги, ижтимоий тараққиёт йўлини эгаллаш жараёнида қандай тўсиқлар учраши мумкинлигини олдиндан тушуниш малакавий ёндашишни талаб этади.

Шахс ривожланиш жараёнида турли ўзгаришларни бошидан ўтказди. Турли ҳарактерга эга бўлган объектив ва субъектив омиллар таъсирида, хусусан мактабгача ёшдаги болалар хулқ-атворида ўзгаришлар, жумладан агрессив ҳолатлар кузатилади.

Илмий адабиётларда “агрессия”га (лотин *aggressi* –хужум) йўналтирилган салбий хулқ–атвор, ижтимоий муҳитдаги қоидалар, нормаларга амал қилмаслик, инсонларга жисмоний ва руҳий зарар келтириш деган таъриф берилади.

“Болалар агрессивияси –болаларга хос тажовузкорона хатти –ҳаракат .У болалар алам ва ғазаб туйғуларини бошларидан кечириб, уларни изҳор этишининг ижтимоий мақбул усулларини лопа олмаган ёки катталарга тақлиддан йўл тутган пайтларида намаён бўлади. Бола ўз қўркувини яширишга интилган ҳолатларда психологик жиҳатдан ўзини ҳимоялаш реакцияси бўлиши ҳам мумкин.

Агрессивлик ҳолати кўпчилик кичик ёшдаги болаларга хос бўлиб, кўп ҳолларда агрессив элементлари кузатила бошланади. Одатда, боладаги тушкунлик, сиқилиш ҳолатларига катталар томонидан етарлича эътибор қаратилмайди. Аслида бундай ҳолат болада чуқур таасурот қолдириб, ўтиши қийин кечади.

Агрессив болаларнинг хусусиятлари:

- Ҳар бир вазиятда хавф-хатар сезиш;
- Ўзини назорат қила олмаслик;
- ўзига нисбатан салбий муносабатни ҳис этиш;
- атрофдагиларни салбий идрок қилиш;
- ўзини назорат қила олмаслик;
- салбий ҳатти – ҳаракатларнинг оқибатларни ўйламаслик;
- инсонлар ва ҳайвонларга нисбатан бағритошлик;
- агрессиядан завқланиш, у ёрдамида кучли бўламан, деб ўйлаш;

Агрессив ҳатти-ҳаракатлар:

- бошқаларга(оғзаки, имо-ишоралар орқали таҳдид);
- жисмоний зўравонлик;
- зўравонлик қилишда буюмлардан фойдаланиш, зарар келтириш.

Мактабгача ёшдаги болаларда агрессив ҳатти-ҳаракатларнинг пайдо бўлиши ва ривожланишига таъсир қилувчи омиллар қуйдагилардан иборат.

1. Носоғлом оила муҳити:

- оилада меҳр –муҳаббатнинг етишмаслиги;
- оилада ўзини ортиқча, кераксиз ҳис этиш;
- ҳиссиётларига нисбатан бефарқликни сезиш;
- оиладаги нотинчлик, уруш, жанжаллар.

2. Катталарнинг муносабатлари:

- болалар билан негатив мулоқат;
- кўп буйруқ бериш, айблов ва таҳдидлар;
- болани танқид ва ҳақорат қилиш;
- боланинг хошиш истакларига қарши чиқиш, ҳисобга олмасак. Бу асосан болаларда қасосни ривожлантиради.

3. Телвидиние:

- жангари филмлар;
- мультфильмлар;

4. Мактабгача таълим муассасаларида боланинг тенгдошлари билан муносабати:

- гуруҳдаги ўрни;
- тенгдошларнинг муносабатларида қоникмаслиги;

Юқоридаги ҳолатлардан шу маълум бўладики, аксарият ҳолларда боладаги агрессиянинг сабаби оилавий муносабатлар ҳисобланади.

“Қуш уясида кўрганини қилади”, деб бежизга айтишмаган, бола оиладаги муносабатлардан ўрناق олади. Болалардаги агрессив муносабатлар, ҳатти-ҳаракатларни бартараф этишни аввало оиладаги муносабатларни ўрганиш, оналар билан ҳамкорлик қилишдан бошлаш лозим. Агрессив боланинг ота-онаси билан ишлаш қийин жараён. Бунинг асосий сабаби ўша ота-оналар ҳам ўз вақтида

агрессив фарзанд бўлган.Шунинг учун мактабгача таълим муассасаси психологи ишни ота-оналар билан психотерапевтик ишларни олиб боришдан бошлаши тавсия этилади.

Биринчидан, ота-оналарнинг болага нисбатан фикрини ўзгартириш керак. Чунки, ота-она агрессив боласини ношуд деб ҳисоблайди, бола уларнинг ҳиссиётлари ва рўқачларига жавобан афсусланади, ўз айбини ҳис қилади, кечирим сўрайди ва уларни тинчлантиради, деб кутади. Ота-онада болага нисбатан раҳм уйғотиш керак, сабаби агрессив бола доим бахтсиз бола ҳисобланади.

Иккинчидан, ота-оналардан ўзларининг болалигини эслашни сўраш, ёшлик давридаги агрессивликларнинг сабабларини ёдга олиши зарур.

-Бошқа шахс ҳолатини тушуниш қобилиятини ривожлантириш;
-Ижтимоий мақбул тарзда ўз ҳис-туйғуларини ифода қилиш қобилиятини ривожлантириш;

- Ауторелаксацияси ўрганиш;

- Мулоқат кўникмалини ривожлантириш;

- Шахсий ютуқлар асосида ўзининг ижобий тасаввур қилишни шакиллантириш;

- Зўриқишларнинг бартараф қилишни ўрганиш;

Болаларни агрессивликни бартараф қилиш учун уларга қуйдагиларни таклиф қилиш мумкин:

-Ёстиқ билан курашиш;

-Жисмоний ҳаракатли ўйинлардан фойдаланиш;

-Қоғоз йиртиш;

- Урушгиси кладиган одам расмини чизиш ва йиртиб ташлаш;

-“Ҳайқирик халтачасидан” фойдаланиш

-Психогимнастика билан шуғилланиш;

-Эртак терапия, изо терапия (лой, сув билан ишлаш);

-Арттерапия (расм чизиш), мусиқа терапия, анималотерапия (уй ҳайвонларнинг силаш эркалаш)дан фойдаланиш;

3-7 ёшдаги агрессив болалар билан олиб бориладиган коррекцион ишлар.

Агрессив болалар билан ишлашда қўлланиладиган усуллар ҳозирги кунда энг оммалашган психотерапевтик ишларнинг гуруҳий усулидир. Боладаги агрессивликни бартараф этиш яъни коррекция қилишнинг унинг сабаблари келиб чиқишининг аниқлашдан бошлаш лозим. Коррекцион услуб ҳар бир болага алоҳида йўналтирилган бўлиши талаб қилади. Бунинг қуйидаги коррекцион ишларни кўриб чиқишда ҳисобга олиш керак:

1.Агрессияни бартараф этишда ўйиндан фойдаланиш, янги ижтимоий ёндашишнинг тадбиқ этиш, маънони эмотционал тўлдириш.

2.Боланинг агрессив ҳаракатларининг тақиқлаш (болага агрессияни кўрсатишда йўл қўймаслик).

Психолог коррекцион ишларни фақат бола билан эмас,параллел равишда ота-оналар ва тарбиячилар билан ҳамкорликда олиб бориши мақсадга мувофиқ. Бола ҳар доим уни яхши кўришларни сезиши ва тушуниши лозим. У ота-онасига кераклигини ҳис қилиши даркор.

BOLADA SALBIY O'ZGARISHLARNI KELITIRIB CHIQUARUVCHI TASHQI TA'SIRLARNING PSIXOLOGIK ASOSLARI

*Sadirdinova Xurshida Baxridinovna
Norin tumani 21-maktab psixologi*

Inson tug'ilganidan to umrining oxirigacha rivojlanishda bo'ladi. Inson rivojlanishi murakkab jarayon. Bu rivojlanish tashqi ta'sirlar va ichki kuchlar ta'sirida kechadi. Tashqi ta'sirlar bu insooni o'rab turgan atrof-muhit bo'lsa, ichki ta'sir esa biologic, irsiy omillar hisoblanadi. Bolalarda ham xuddi shunday kechadi.

Bola shaxsining shakllanishida, ijtimoiylashuvida ijtimoiy muhit muhim ahamiyatga ega. Bola sekinlik bilan ijtimoiy muhitni o'zlashtiradi. Aksariyat bolalar rivojlanishi dastlab oilada boshlanadi, keying rivojlanishi esa maktabgacha ta'lim muassasalari, maktab, oliygoh, atrofidagi do'stlari davrasida kechadi. Bola doimo o'zi uchun qulay bo'lgan, atrofdaqilari uni tushunadigan, yaxshi aloqa o'rnatadigan muhitni tanlaydi.

Bola shaxsining rivojlanishidagi dastlabgi "hududi" bu - oila. Bolaning shaxsining rivojlanishida oila muhim ahamiyat kasb etadi. Lekin shunday bo'lsa-da, oilada bola shaxsida salbiy o'zgarishlarni keltirib chiqaruvchi bir necha omillarni kuzatishimiz mumkin. Misol tariqasida shularni aytishimiz mumkin-ki, ota-ona ajrimi, moddiy yetishmovchilik, otasi bilan yoki bo'lmasa onasi o'rtasidagi tushunmovchilik, oilada e'tiborning yetishmasligi, ota-onaning farzandlariga baravar muomulada bo'lmasligi kabilar.

Ota-ona ajrimini ta'sir ko'satishini aytadigan bo'lsak, buning natijasida bolaning oilada ota yoki onasining mehriga to'yimasligi, tengdoshlari yonida kamsitilishi o'ziga bo'lgan ishonchning yo'qolishiga olib keladi. Bolaning dunyosi ikki qismdan iborat: biri otasiga, boshqasiga onasiga tegishli. Bu ikki qism ajrab ketsa, usha ikki dunyosi parchalansa, bola ham haqiqiy iztirobni boshdan kechiradi. Katta yoshlilar buni yodda saqlashi zarur. Usha holatda bolaning boshi og'riy boshlaydi, qo'rqinchli tushlar ko'radi. Ayrim vaziyatlarda o'zi uchun qaltis harakatlarni qilib, natijada biror joyiga zarar ham yetkazishi mumkin.

Bola shaxsining rivojlanishiga ta'sir ko'rsatadigan muhim "hudud"lardan yana biri bu - maktab hisoblanadi. Bu bosqichning boshlang'ich sinfdan boshlab yuqori sinfgacha mujim ahamiyat kasb etadi. Boshlang'ich sinfda ko'proq bolaning nutqini rivojlantirishga e'tibor qaratishga kerak. Agar e'tibor qaratilmasa salbiy oqibatlariga olib kelishi mumkin ya'ni muloqotga kirishga qiyinchiliklarga duch kelishi mumkin.

Shuningdek maktab davrida bola shaxsining rivojlanishi uchun muhim hisoblangan tafakkur, intellekti, diqqat, kognitiv faoliyatini, xotirasini ayniqsa shaxslararo munosabatini rivojlantirish muhim hisoblanadi. Shaxslararo munosabat jarayoni ya'ni bolaning atrofdaqilari kishilar bilan muloqoti, aloqasini rivojlantirish tufayli bolaning bilimlar, g'oyalar, fikrlar, axborot almashinuvini, turli ma'lumotlar uzatish va qabul qilish, munosabat o'rnatgan odami bilan bir-birini tushunishi ta'minlab berilgan bo'ladi.

Bundan tashqari, bola bitta partada kim bilan o'tirishi, kim eng yaqin o'rtog'i, ularning nima haqida gaplashishi, shuningdek, bola tanaffus va katta tanaffus paytlarida kimlar bilan yaqin munosabatda bo'lishini aniqlash lozim. Bu ishlarni albatta o'qituvchi va psixolog hamda ota-onalar hamkorlikda olib boradilar. Biroq, bu tekshirishlar bolaning izzat-nafsiga tegmasligi kerak, iloji boricha bola bu haqida bilmasligi kerak.

Bolalarda shu salbiy illatlarni yo'qotish, ularni zamon talablari asosida tarbiyalash birinchi navbatda o'qituvchi, psixolog ko'pincha ota-onasi zimmasiga tushadi. Shunday ekan tarbiyachi-o'qituvchi, psixolog ota-onalar bilan kelishgan holda bolalarda paydo bo'layotgan nuqsonlar ildizini o'rgangandan keyin tarbiya ishiga kirishadilar. Tarbiya ishlari har bir sinfdan har metod bilan olib borilishi zarur. Bu yerda maktab o'quvchilarining yosh xususiyatlarini ham inobatga olgan ma'qul. Shundagi-na biz kutagn natijaga erisha olamiz.

Dunyoni ishlarini qarang-ki, stress deganimiz yosh tanlamas ekan. Bola shaxsining rivojlanishiga salbiy ta'sir ko'rsatuvchi omillardan yana biri bu-stressdir. Bolaning yoshi, o'tish davri, jinsidan qat'i nazar stressga tushish hollarini kuzatishimiz mumkin. Bolaning ichki dunyosi ruhiyati uchun yangi nimadir bilan buzib yuborilganda bolada stress holati yuzaga kelishi mumkin.

Maktabgacha ta'lim muassasasidagi davrni aytadigan bo'lsak bola bog'chaga qatnay boshlagani uchun yaqin odamlarini ko'rmaslik, hojatxonaga mustaqil boorish, atrofdagi yangi odamlar bolada stressni yuzaga keltirib chiqaradi. Shuningdek, bu shifokor yoki sataroshga borish, dori ichish bilan ham bog'liq bo'lishi mumkin. Bolaning bu voqealarga munosabati birinchi navbatda yaqinlarining ko'proq ota-onasining qanday qabul qilishiga bog'liq.

Odatda ko'pchilik ota-onalar boladagi stressni payqashmaydi. Bolada kechayotgan stressni bolaning normal o'sish va rivojlanish jarayonida kuzatiladigan holatlardan farqlab olishi qiyin boladi. Agar farzandi stressni boshidan kechirayotgandek tuyulsa, zudlik bilan buning sabablarini aniqlashi lozim. Bolalar o'zini nima bezovta qilayotganini har doim ham so'z bilan ifodalay olmaydi, shuning uchun ham bu borada ota-ona ruhshunos, psixolog yordami bilan bolada kechayotgan o'zgarishlarni, salbiy sabablar, stressni bartaraf qilish usullari bilib olishi zarur hisoblanadi.

Bundan xulosa qilish mumkinki, ota-onalar bola stress vaziyatiga imkon qadar kechroq to'qnash kelishiga harakat qilishi lozim.

Salbiy omillardan yana biriga to'xtaladigan bo'lsak bu – qo'rquv. Bolalardagi an'anaviy qo'rquvlar haqida ham unutmash kerak. Ular ham psixolog, ruhshunoslar fikricha bola shaxsining rivojlanishiga salbiy ta'sir ko'rsatuvchi sabablardan biri hisoblanadi. Qo'rquv haqida gap borganda dastlab, bolani yolg'iz qolishdan instinktiv qo'rqishi haqida bormoqda. Doim o'z oilasi bilan birga bo'lishga intilish har bir oilaning ongida tabiatan mavjud. Masalan, farzandingiz gapingizga kirmasa “ yalmog'izga berib yuborish” ko'chaga chiqarib qo'yish shart emas. Kattalar uchun beozor tuyulgan bunday gaplar yosh bolalar uchun o'ta jiddiy hisoblanadi.

Yana bir narsani alohida ta'kidlashimiz kerak-ki, ayrim ota-onalar farzandlarini kiyintirishda jiddiy xatoga yo'l qo'yadilar, ushbu goh boyligini ko'z-ko'z qilish uchun, goh avvalo yolg'iz bolam deb, qimmatbaho kiyim-kechak, qizlarga rang-barang

taqinchoqlar olib beradilar. Bu bolalarda takabburlik, xudbinlik, kibrli yashash kabi illatlar keltirib chiqaradi.

Tarbiya tarixiy-ijtimoiy tajribaga tayangan holda bolani umuman shaxsni ma'lum maqsad asosida ijtimoiy hayotga tayyorlovchi faoliyat jarayoni hisoblanadi. Jamiyat ma'naviyati va shaxs kamolotida muhim o'rin tutuvchi ma'naviy va axloqiy poklik, imyon, insof, diyonat, or-nomus, mehr-oqibat, keksalarga hurmat singari fazilatlar o'z-o'zidan shakllanmaydi. Yuqorida aytib o'tganlarimizning asosida oila, maktabgacha ta'lim, o'rta maxsus, kasb-hunar tizimlarida amalga oshirilayotgan ta'lim-tarbiya mazmuni yotadi.

O'sib kelayotgan yosh avlodni zamon talablariga mos, barkamol inson bo'lib shakllanishlari uchun ijtimoiy tarbiya ya'ni, aqliy, ma'naviy-axloqiy, jismoniy, mehnat, estetik, huquqiy, ekologik, iqtisodiy hamda jinsiy tarbiyani tashkil etish bola shaxsining rivojlanishiga albatta ijobiy ta'sir ko'rsata oladi va biz kutgan natijani beradi.

Hayot qarama-qarshiliklardan iborat. Ko'pincha qandaydir yangiliklar yaratilishi, muhim ishlarning oshirilishi turli qarama-qarshi fikrlar yuzaga kelishi mumkin. Zamonaviy texnologiyalar haqida shunday qarama qarshi fikrlar ko'plab uchraydi. Kompyuter, mobil telefon, planshet va smartfonlar foydalanuvchilarga yordam berish maqsadida hayotimizga kirib kelgan bo'lsa, endi hayotimizning bir qismiga aylandi desam adashmayman.

Hozirgi kunga kelib, nafaqat kattalar balki jajji bolajonlar ham ulardan foydalana boshladilar. Ma'lumki, go'dak dunyoga kelgan kunidan boshlab onasi bilan emotsional bog'liq. Ko'pincha go'daklik chog'idanoq atrof-olamni faqat onasi orqali taniy boshlaydi. Bugungi kundagi yosh onalarimiz esa farzandlarining dunyoga kelgan dastlabki kunlaridanoq go'daklari ko'z oldida zamonaviy qurilmalardan foydalanadilar. Hatto smartfon kabi mobil telefon bilan birga "nafas oladilar". Bunday holat tabiiy-ki bola ulg'aygandan so'ng ham davom etadi. Ayrim ota-onalar o'z ishlarini bajarib olish uyun bolalarning qo'liga mobil telefon berib qo'yadilar.

Bunday holatlarning tez-tez takrorlanishi bir necha omillarga sabab bo'lishi mumkin. Bular: bola boshqalar bilan munosabat jarayonida qiyinchiliklarga duvh keladi.doimo qiziqarli multifilm yoki o'yinlar bilan shug'ullanish imkoniyatini taqdim etadigan qurilmalarga bog'lanib bog'lanib qolish odati shakllana boshlaydi. Haqiqiy hayotdagi rivojlantiruvchi o'yin va kitob o'qib erish kabi mashg'ulotlardan bahra olmaganlillari sababli qiziqish mavjud bo'lmaydi, kelgusi o'qish, dars tayyorlashlarida qiyinchiliklar yuzaga keladi. Shu tariqa onalarimiz farzandlarining tarbiyaviy jarayonlarida xatoga yo'l qo'yadilar.

Adabiyotlar ro'yhati:

1. M.Vohidov. Bolalar psixologiyasi 1982 9-b
2. R.To'rxonova. Tarbiyasi og'ir bolalar psixologiyasi va ularni tarbiyalash. 5-6-b
- 3.Z.Nishonova, Z.Qurbonova, S.Abdiyev. Psixodiagnostika va eksperimental. 2011. 92-93-b

KICHIK MAKTAB YOSHI INQIROZI VA UNI OLDINI OLISH HAMDA BARTARAF ETISHDA PSIXOLOGIK TRENINGLARNING AHAMIYATI

*Tursunova Nodira Abdusamatovna
Toshkent shahar Chilonzor tumani 281-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 materiali 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 materiali 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 bolalarning psixologik xususiyatlarini o`rgangan A.N.Golubevaning fikricha, noqulay sharoitda bolaga tarbiyaviy ta`sir ko`rsatishunda o`jarlikni paydo qiladi. Shuningdek bu yoshdagi bolalarning o`jarligi doimiy bo`lmaydi, masalan o`z tengdoshlariga nisbatan o`jarlik qilish ahyon-ahyondagina ro`y beradi. Ular asosan katta yoshdagi odamlarga, shunda ham muayyan tarbiyachiga yoki oila a`zolarining birortasiga o`jarlik qiladilar. A.N.Golubeva bolalardagi o`jarlik barqaror emasligi sababli uning oldini olish mumkinligini uqtirib o`tadi.

O`jarlik, qaysarlik, kattalarga itoatsizlikning vujudga kelishi- bolaning kattalarga qaramlikdan qutulishga urinishi va kichik maktabgacha yosh davridan maktabgacha yosh davriga o`tishning tashqi ifodasi hisoblanadi. Mustaqillikka intilish mazkur yosh davridagi o`zgarishlar, yangilanishlar, ya`ni shaxsiy xatti-harakatni va “men o`zim”ni angshni mahsuli sifatida yuzaga chiqadi.

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 koptok 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`nga-chapga 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`ulotlarga 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:

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 edik. Bu yosh davridagi inqirozdan osonroq o`tish uchun psixolog bevosita ota-onalar va o`qituvchilar bilan birgalikda, hamkorlikda ishni rejalashtirgan holda tashkil qilsa maqsadga muvofiq bo`ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro`yxati:

1. G`oziyev E.G`.Psixologiya (Yosh davrlari psixologiyasi).T.,O`qituvchi, 1994.
2. Davletshin M.G.,Do`stmuamedova Sh.A.,To`ychiyeva S.M., Mavlonov M. Yosh davrlari va pedagogic psixologiya.
3. V.Karimova. Psixologiya. Toshkent. 2000.

ЁШЛАРНИНГ ДУНЁҚАРАШИ ВА ХУЛҚ-АТВОРИГА ТАЪСИР ЭТУВЧИ ИЖТИМОЙ ПСИХОЛОГИК ОМИЛЛАР

Ходжаева Феруза Тахировна

Қашқадарё Вилояти Шаҳрисабз тумани 9-мактаб психологи

Ёшларнинг дунёқараши ва хулқ-атвори, эҳтиёжлари турли шароитда турлича бўлади, ўсиш ва ривожланиш жараёнида ҳам ўзгариб туради. Эҳтиёжларга мувофиқ равишда одамда феъл-атвор ўзгаради, натижада организм замирида табиий ва ижтимоий муҳит ўртасида динамик мувозанат пайдо бўлади. Ҳаёт давомида ўзгариб турадиган, турли ижтимоий ва табиий муҳитга

мослашишини талаб этадиган ҳулқ-атвордаги ҳаракатлар- орттирилган ҳаракатлар бўлиб, улар, асосан, шартли рефлексларнинг турли кўринишида намоён бўлади.

Шартли рефлексларнинг ҳосил бўлиш механизми индивидуал ҳаёт тажрибаси асосида орттирилган ҳаракатларнинг йиғиндиси-шартли рефлекслардир. 3 ёшдаги болаларда озиқ - овқат билан мустаҳкамлаш жараёнлари унумли бўлса, кейинроқ сўз ёрдамида рағбатлантириш унумлироқдир. 5 ёшдан кейин мақташ билан болалар ҳар қандай шартли рефлексни ишлаб чиқариш мумкин.

Шартли рефлекслар жуда ҳам кўп бўлганлиги туфайли уларнинг таснифлари турличадир. Таъсир этувчи сигналнинг табиатига қараб табиий ва сунъий шартли рефлексларга ажратиш мумкин. Табиий рефлексларда сигнал сифатида шартсиз табиий сигналлар - овқатнинг ҳиди, кўриниши иштирок этса, сунъий рефлексларда сигнал ҳоҳлаган индифферент (бефарқ) таъсирлагич, масалан, идишнинг кўриниши, электр чирқоғининг ёруғлиги ва қўнғироқ овози бўлиши мумкин. Табиий шартли рефлекслар тез ва осон ҳосил бўлади. Сунъий шартли рефлексни ҳосил қилиш учун маълум бир вақт зарур. Шартли рефлекслар соматик ва вегетатив рефлексларга ҳам бўлинади. Соматик рефлексларда скелет мускуллари ва пайлари ижрочи аъзолар бўлиб, улар тананинг фазодаги ҳаракатини таъминлайди. Вегетатив рефлексларда ижрочи аъзолар сифатида турли ички аъзолар иштирок этади. Шартли рефлекслар унинг фаолият натижасига кўра, мусбат ва манфий (тормозловчи) шартли рефлексларга ҳам ажратилади. Агар шартли рефлекснинг кўриниши ҳаракат билан боғлиқ бўлган бўлса, бундай шартли рефлекслар мусбат деб номланади. Агар рефлексда ҳеч қандай ҳаракат актлари кузатилмаса, бундай рефлекслар манфий ёки тормозловчи рефлекслар деб номланади. Мусбат ва манфий рефлексларнинг ўзаро таъсири боланинг ташки муҳит билан муносабатларини ўрнатиш учун муҳимдир. Масалан, интизом билан боғлиқ бўлган ҳаракатлар айни шу ҳилдаги рефлекслар шаклланиши билан боғлиқ. Жисмоний тарбия дарсларида турли гимнастик машқлар бажарилганда болаларда ҳимоя манфий рефлекслар тормозланиб, мусбат ҳаракат рефлекслари фаоллашади. Шартли рефлекслар ишлаб чиқарилганда мустаҳкамловчи омил сифатида олдин ишлаб чиқилган рефлекслар ҳам ҳизмат қилиши мумкин. Болаларнинг сўзлашувида ва тушунчаларни ҳосил қилишида юқори тартибдаги рефлекслар ётади. Вақт рефлекслари ҳам муҳим аҳамиятга эга. Булар доимо бир ҳил пайтда бўладиган таъсирловчиларга нисбатан кузатилади. Масалан, доимо бир вақтда овқатланиш, уйқуга кетиш, уйғониш ва бошқа содда рефлексларнинг комплекс ва занжирсимон тарзда кечиши вазиятга қараб рўй бериши мумкин. Тарбиявий ишларида тақлид қилиш рефлекслари ҳам муҳим аҳамиятга эга. Буни ишлаб чиқариш учун маълум бир ҳаракатни кузатиш кифоядир. Болаларда тақлид қилиш рефлекслари ҳулқ-атвор, нутқ ва ижтимоий ҳаракатларни шакллантиришда муҳим рол ўйнайди. Экстраполяцион рефлекслар турли ҳаётий воқеаларни олдиндан билиш ва сезиш билан боғлиқ, муҳим аҳамиятга эга бўлган рефлекслардир. Улар тажрибали педагог ва тарбиячиларнинг амалиётида кенг қўлланилади. Шартли ва

шартсиз рефлексларнинг фарқи шартсиз рефлекслар туғма бўлади. Шартли рефлекслар эса ҳаёт тажрибаси асосида рўй беради. Шартсиз рефлекслар барча учун тахминан бир ҳилда кечади. Шартли рефлекслар эса ҳар бир организмда ўзига ҳосдир. Шартсиз рефлекслар организм умрининг охиригача сақланади. Шартли рефлекслар эса яшаш шароитига қараб ўзгариб туради. Шартсиз рефлекслар турли биологик таъсирлар (озик -овқатга боғлиқ таъсирлар, оғриқни келтирувчи таъсирлар ва х.к) туфайли вужудга келади. Шартли рефлекслар эса илгари фарқсиз бўлган таъсирловчиларга нисбатан ҳам ҳосил бўлаверади. Шартсиз рефлекслар автоматик тарзда бажарилади. Шартли рефлекслар эса шароитга қараб тормозланиши мумкин ва бундай пайтда улар организмни ҳимоя қилади. Шартли ёки ҳаёт давомида орттирилган рефлексларнинг маркази бош мия ярим шарлар пўстлоғги ва марказий нерв тизимининг турли бўлимларида жойлашади. Шартсиз рефлексларнинг маркази орқа мия ва мия сопида жойлашган. Шартли рефлексларнинг тормозланиши олий нерв фаолияти асосида нерв тизимидаги кўзғалиш ва тормозланиш жараёнлари ётади. Агар кўзғалиш оқибатида мияда кўпдан кўп шартли рефлекслар ҳосил бўлса, айнан шу пайтда улардан қайси бирининг фаоллашуви мақсадга мувофиқлиги тормозланиш туфайли аниқланади. Бундай кўзғалиш ва тормозланиш жараёнларининг динамикаси сабабли организм доимий ўзгариб турадиган ташқи шароитга мослашиб боради. Шундай қилиб, одамнинг олий нерв фаолияти бош мияда кўзғалиш ва тормозланиш жараёнларининг мураккаб нисбати билан таърифланади. Тормозланиш икки ҳил бўлади - ташқи ва ички. Шартсиз тормозланиш. Ташқи тормозланиш ташқаридан келувчи ҳар қандай кутилмаган сигнал ёки жуда кучли, узоқ давом этувчи таъсирларга нисбатан пайдо бўлиши мумкин. Кутилмаган кучли таъсирловчига нисбатан пайдо бўлган тормозланиш индукцион тормозланиш деб номланади. Масалан, беҳосдан ташқарида кучли товуш эшитилса, синфда ўтирган ўқувчилар ҳар қандай фаолиятини тўхтатади. Биз эшитган муҳим нарсани ўйлаб кўриш учун кўзимизни юмамиз, бу билан ташқи таъсирларни камайтирмоқчи бўламиз. Овқатланиш пайтида болага у орзу қилиб турган велосипед олиб келинса, ўша пайтда унинг иштаҳаси тўхтайдди. Очлик ҳисси билинмай туради. Ташқи чегарадан ташқари тормозланиш организмга жуда катта юклама берилганда, қаттиқ чарчаганда рўй беради. Масалан, имтиҳонга меъеридан ортиқ тайёрланиши натижасида ўқувчиларда иш қобилияти кескин пасайиб кетиши мумкин. Чегарадан чиқиб кетган тормозланишнинг биологик аҳамияти- ҳимоядир, шу сабабдан у баъзида ҳимояланувчи тормозланиш деб ҳам номланади. Шунинг учун мактабларда дарс жадвалларини тузишда болаларнинг ақлий имкониятларини, албатта, ҳисобга олиш зарур. Ички (шартли) тормозланиш шартли рефлексларнинг физиологик асослари ўзгариши натижасида пайдо булади. Буни ишлаб чиқариш учун маълум вақт зарур. Бу тормозланиш организмнинг ҳаётий фаолияти даврида пайдо бўлади. Шу туфайли шартли рефлексларнинг тормозланиш ватинчалик ҳаёт учун зарур пайтлардагина ишлатилади ёки тўхтатиб турилади. Ички шартли тормозланиш қуйидагиларга: сўнувчи тормозланиш, дифференциялашган тормозланиш, шартли ва кечикувчи тормозланишларга бўлинади. Сўнувчи

тормозланиш. Бу пайтда рефлекс таг - туби билан йўқолиб кетмайди, у сўнади ва тегишли шароит яратилганда, рефлекси қайта тиклаш мумкин. Қизиқзарли дарс ўтадиган ўқитувчи дарсга тайёргарликсиз кела бошласа, болаларда қизиқиш йўқола боради Масалан, дарслар қизиқарсиз бўлиб, ҳеч қандай кўрғазмали қуроолларсиз, бир ҳил қолипда ўтилса, ҳатто ўқишга қизиқадиган болаларда ҳам бундай дарсларга нисбатан қизиқиш сўнади. Болаларни қизиқишларидан келиб чиққан ҳолда дарс жараёнларини қизиқарли методикалар, кўрғазмали қурооллар орқали ўтилса мақсадга мувофиқ бўлиб, болалардаги сўнувчи тормозланишни олдини олинган бўларди.

Фойдаланилган адабиётлар рўйхати:

1. Болалар ва ўсмирлар физиологияси ва гигиенаси. Б.А.Содиқова 2005
2. Ёш ва педагогика психология. Кўқон 2003
3. Онтогенез психологияси Э. Ғозиев 2010

КАК ПОБОРОТЬ ДЕТСКИЕ СТРАХИ?

*Сабдарова Шахноза Ахмаджонова
"Macmillan Education center " педагог*

Нужно различать!

Тревога - неприятное ощущение беспокойства, неопределенное плохое предчувствие.

Фобия - иррациональный неконтролируемый страх, возникающий при столкновении с определенным объектом или ситуацией. В отличие от тревоги, страх имеет конкретное содержание.

Каждый человек способен ощущать тревогу и страх. Изначально эти эмоции призваны помочь избежать опасности, мобилизовать свои силы для достижения какой-либо цели. Но если тревога становится чрезмерной, а страх - нерациональным, если они начинают нарушать жизнь человека, можно говорить о развитии тревожного расстройства или фобии.

И это частая проблема не только у взрослых, но и у детей.

Причины тревожных расстройств у детей

Их возникновение связано с рядом причин. С одной стороны, обнаружены генетические особенности у людей, склонных к тревоге. С другой – дети склонны копировать реакции и поведение родителей, а значит ребенок тревожных родителей скорее всего тоже столкнется с подобной проблемой.

Также возникновению тревоги и фобий способствуют психические травмы. Сильный испуг, пережитый в детстве в связи с каким-либо объектом или ситуацией, может спровоцировать возникновение фобии в дальнейшем; при этом сам травматический опыт может быть забыт, но сильнейший страх и даже приступы паники при столкновении с тем объектом или чем-то, вызывающим подсознательные ассоциации с прошлой психической травмой, будет возникать вновь и вновь.

Воспитание и семейная ситуация играют крайне значимую роль в возникновении тревожных расстройств у ребенка: непоследовательность родителей в стиле воспитания, противоречивые или завышенные требования к ребенку, частые конфликты в семье, особенно происходящие в присутствии ребенка с вовлечением его в конфликт, требованиями принять сторону одного из родителей и т.п.

Проявления тревожных расстройств

Для поведения тревожного ребенка характерно чрезмерное волнение по поводу незначительных событий, особенно если предстоящее является чем-то незнакомым или связано с ситуацией оценки; ребенок может стараться избегать начинать новую деятельность в связи с беспокойством по поводу возможной неудачи, боязнью того, что его будут ругать (даже если это очень интересные для ребенка занятия, ему может быть проще отказаться от участия в них, чем справиться со своей тревогой).

При этом тревога сопровождается вегетативными реакциями – потливостью, побледнением или покраснением кожи, учащением сердцебиения, повышением артериального давления, неприятными ощущениями в теле, тошнотой и т.п., может возникать учащенное мочеиспускание и расстройства стула.

Частым спутником тревожных расстройств является нарушение сна и аппетита (его снижение или склонность «заедать» беспокойство). Также возникает мышечное напряжение, в связи с чем ребенок выглядит как бы «сжавшимся», могут быть высоко подняты плечи, при попытке опустить их явно ощущается, насколько напряжены мышцы.

При длительном существовании тревожных расстройств без лечения могут присоединяться панические атаки, когда на высоте тревоги к перечисленным симптомам присоединяется страх умереть или потерять сознание.

Для фобий характерен определенный страх. Так, агорафобия – это боязнь толпы, открытых пространств, поездок из дома одному. Социальная фобия – боязнь находиться в центре внимания, выступать публично. Фобия может быть связана с абсолютно любым объектом или явлением, например, можно бояться собак или змей, птиц или пауков, грозы, сильного ветра и др. Фобии всегда сопровождаются избегающим поведением – стремлением не сталкиваться с тем, что вызывает страх. Конечно, при боязни, например, змей, которые не так часто встречаются при жизни в городе, фобия скорее всего не будет приносить серьезных проблем в повседневной жизни.

Но также фобии порой вызывают существенные трудности. В частности, социальная фобия помешает устным ответам в школе, дети в таких случаях из-за сильного страха, возникающего в момент выступления перед классом, теряются, не могут ответить даже на простые вопросы при хороших знаниях; чтобы избежать пугающей ситуации ребенок может сказать, что не готов, хотя выполнил домашнее задание, или даже прогулять урок, если уверен, что его должны вызвать к доске. Выраженная боязнь выступлений в будущем

может оказать влияние на выбор профессии. При столкновении с объектом фобии также могут возникать панические атаки.

Длительное существование тревоги нередко приводит к развитию различных психосоматических заболеваний – нарушения функций различных органов под влиянием психических расстройств. Например, к таким состояниям относят язвенную болезнь желудка, синдром раздраженного кишечника, бронхиальную астму, нейродермит и др.

Диагностика и лечение фобий у детей

Диагностика и лечение страхов у детей осуществляется врачом-психиатром. В лечении страхов у детей прежде всего используется психотерапия. Может потребоваться назначение курса противотревожных препаратов и антидепрессантов.

СОЦИАЛЬНЫЕ СТРАХИ

Подразумевается комплекс опасений: страх потери уважения, любви и своей ценности в глазах сверстников, страх совершить ошибку и получить критику, страх несоответствия ожиданиям взрослых, страх привлечь внимание окружающих.

Факторами возникновения таких страхов служат личностные черты: застенчивость, обидчивость, избыточная чувствительность, если родители проявляют по отношению к ребенку излишнюю строгость и высокие требования, гиперопеку, негативно оценивают самого ребенка, а не его поведение.

Ребенок слабо контролирует свое поведение, и когда что-то идет не так, закатывает истерики в надежде вернуть любовь и внимание. Это лишь один из примеров.

Чтобы бороться со страхом, прежде всего необходимо признать его. Ни в коем случае не отрицайте детские страхи, не говорите, что все это ерунда. Объясните, что все люди чего-то боятся, просто в разном возрасте разные страхи. Говорите с ребенком о его страхах, придумайте сказочную историю, в которой вы можете приручить страх или сделать его смешным. Еще один способ — визуализировать страх. Слепите его вместе с ребенком, нарисуйте, сделайте из бумаги: после этого ребенок сам решит, что он захочет с ним сделать, порвать, выбросить или спрятать подальше в шкаф.

СТРАХ ОСТАТЬСЯ БЕЗ МАМЫ

Дети бояться остаться без самого близкого человека. Они остро реагируют на уход мамы, просят ее вместе поиграть, быть всегда рядом. Зачастую это связано с недостатком общения. Особенно остро это проявляется, когда мама выходит на работу или ребенок идет в сад. Резко сокращается время совместного досуга, ребенку не хватает мамы, он истерит, требуя к себе внимания.

Каждый день находите несколько минут, чтобы просто пообниматься, чтобы ощутить тактильный контакт. Чаще говорите ребенку, что он самый дорогой человек на земле и что вы будете всегда рядом. Заранее предупреждайте о своем уходе. По возможности заранее определите конкретное время возвращения («я приду, когда ты пообедаешь») и выполняйте свои обещания!

СТРАХ БЫТЬ БРОШЕННЫМ

Этот страх широко распространен, поэтому родителям не следует использовать его ни в качестве угрозы, чтобы поддержать дисциплину, ни в качестве «шутки». Каждый раз, когда ваш ребенок выражает этот страх, используйте методы эмоционального воспитания, чтобы признать его чувства. Убеждайте детей, что вы всегда будете любить его, хорошо о нем заботиться. Скажите ребенку, что будете рядом, несмотря ни на что.

СТРАХ СНА

Однажды ребенок решает, что больше спать не будет. Причины могут быть разные. Или ребенку приснился кошмар, или он долго лежал в кровати и не мог уснуть, или его что-то напугало вечером. Словом, в один момент у ребенка появился страх сна.

Что делать? Один из вариантов — перед сном читать книгу «Кролик, который хочет уснуть». Эта сказка построена на особых психологических техниках, которые помогают детям легче и быстрее засыпать. Путешествуя вместе с кроликом Роджером, ребенок расслабится и заснет. Книги написаны профессиональным психологом, а техники основаны на методе гипноза Эриксона.

СТРАХ ТЕМНОТЫ

Для детей темнота воплощает великое неизвестное, это то место, где обитают все монстры. Если не обращать внимания на этот страх (само пройдет!), можно надолго сохранить у ребенка потребность спать с кем-то или при включенном свете. Нужно мягко и постепенно избавляться от боязни темноты, тогда малыш будет без проблем спать в одиночестве без света. Покажите, что страшные вещи, которые кажутся таковыми в темноте, совсем милые и безобидные, когда включается свет!

СТРАХ РОДИТЕЛЬСКИХ ССОР

Ссоры родителей могут сильно огорчать детей — они чувствуют, что это угроза их безопасности. Становясь старше, дети узнают, к чему могут привести родительские скандалы, и опасаются, что конфликт родителей закончится разводом. Кроме того, дети часто берут на себя ответственность за конфликт, считая, что они стали причиной ссоры родителей.

Родители должны стараться не разрешать детям принимать активное участие в своих конфликтах. Кроме того, если ваши дети стали свидетелями спора между вами и вашим партнером, следует показать им, как разрешился конфликт. Маленькие дети могут не понять словесных разъяснений, зато быстро успокоятся, увидев, как мама и папа обнимаются.

SPORT MUSOBAQALARIDA STRESSNING YUZ BERISHI VA UNI PAYDO QILUVCHI OMILLAR

*Xo 'shmurodov Yangiboy Normo 'min o 'g 'li
TerDu Psixologiya y 'nalishi 1-kurs magistri*

Annotatsiya: Mazkur maqolada stress holatining paydo bo'lish mexanizmlari, stress holatlarini vujudga keltiruvchi omillar haqida ma'lumot berilgan hamda stress

holatlarini yengishda guruh va sportchi munosabatlari bo'yicha taklif va xulosalar berilgan.

Kalit so'zlar: stress, emotsional holat, ruhiy tanglik, musobaqa, jamoa, guruh, tavakkalchilik, maqto'v, konflikt.

Аннотация: В этой статье представлена информация о механизмах стресса, факторах, вызывающих стресс, а также предложения и выводы о взаимоотношениях между группой и спортсменом в преодолении стресса.

Ключевые слова: стресс, эмоциональное состояние, стресс, соревнование, команда, группа, риск, похвала, конфликт.

Annotation: This article provides information on the mechanisms of stress, the factors that cause stress, as well as suggestions and conclusions on the relationship between the group and the athlete in overcoming stress.

Keywords: stress, emotional state, stress, competition, team, group, risk, praise, conflict.

Sportning xar bir turida odatdagidan ortiq asab – harakat kuchi sarf etilishi talab qilinadi. Sport harakatlari doimo ongli ravishda kechadi, ular aniq tasavvurlar bilan kuzatib boriladi. Insonning ruhiy jarayonlari o'rtasidagi e'tibor alohida ahamiyatga egadir. Muskul harakat tasavvurini aniq tafakkur asosida shakllantirish zarur. Bajarilayotgan harakat texnikasi to'g'ri bo'lishi kerak. Odatda musobaqalarga chiqishdan oldin bajariladigan razmenkaning maqsadi faqat fiziologik effektga ega bo'libgina qolmay, balki, ma'lum muskul – harakat tasavvurlarini ham belgilashdan iboratdir. Bunday razmenka davrida sportchi gimnastikachi, masalan, bajaradigan harakatlarning alohida elementlarini qaytaradi, futbolchi to'p bilan eng muxim harakatlarini bajaradi. Sportchilar faoliyatida razmenkani ahamiyati nihoyatda kattadir. Sportchi musobaqalarga yetarli tayyorgarlik ko'rmaganligi ularni ongida yaqqol namoyon bo'ladi. Masalan, gimnastikachi qaysidir kombinatsiyani to'g'ri bajarish ustida shug'ullanmoqda. U razmenka paytida bir qator noaniq harakatlarga yo'l qo'yadi. Natijada sportchini asab faoliyatida ikki dinamik steriotip paydo bo'ladi:

- a) harakatni texnik jihatdan to'g'ri bajarish
- b) texnik xatolarni ko'pligi

Bu ikki qarama – qarshilik sportchi xotirasida birgalikda kechadi. Musobaqa davrida sportchi u yoki bu qiyin xolatlariga tushganda, u avtomatik ravishda yengil steriotipdan foydalanadi va harakatlarni texnik holatlar bilan bajaradi. Kuzatishlar shuni ko'rsatadiki, har bir mashq to'g'ri, texnik qoidalarga amal qilgan holda bajarilishi kerak. Sportchini sport formalarini yo'qotishiga turli kuchli salbiy his-tuyg'ular ham ta'sir etishi mumkin. Yuksak shug'ullanganlik holatiga ega bo'lish sportchidan faqat sport harakatlariga e'tiborni jamlashni talab qiladi. Lekin bunga turli ruhiy to'siqlar xalaqit beradi. Ular sportchi e'tiborini asosiy narsaga qaratishdan chalg'itadi. Bu narsalar hammasi sportchi ifodasini bo'shshishiga olib keladi. Ularda o'z kuchiga ishonchsizlik paydo buladi, ulardagi harakatlar passivlashib boradi.

Sportda quyidagi ruhiy to'siqlar ko'proq uchraydi.: Stresslar (xayajonlar) yoki asabni haddan ortiq kuchlanishi. Masalan, xokkeyda raqib tomonidan kuch bilan ishlatiladigan amal sportchini uzoq muddatga safdan chiqarishi, uning harakat

koordinatsiyasining buzilishiga olib kelishi va qoʻrqib bor kuchini ishga solmay, harakatlanishga majbur qiladi. Bunday stresslar qatoriga sportchi uchun ortiq muskul kuchlanish, uzoq vaqt shugʻullanish ham kiradi. Masalan: rekord darajaga erishish maqsadida, shtangachi koʻplab yuklamalar ola boshlaydi, bu esa uning kursatkichlarini oʻstira boradi. Lekin musobaqa jarayonida trenirovkadagi koʻrsatkichga erisha olmaydi. Bu esa sportchida kuchli asabiylanishni yuzaga keltiradi.

Sportchini asosiy harakatlardan chalgʻituvchi kuchli salbiy his – tuygʻular bilan bogʻliq fikrlardir. Bu fikrlar sportchi ongida yetakchi boʻlib ular asosiy harakatlarni buzilishiga olib keladi. Sportchi musobaqalar davomida oʻz boshidan kechiradigan holatlar: jarohat olishdan qoʻrqish, masalan, xarakatlarni keragidan kam darajada bajarish, oʻz raqibining darajasi yuqoriligidan qoʻrqish, hakamlarni notoʻgʻri harakatlar toʻgʻrisiga fikrlar va yutqazib qoʻyishdan qoʻrqish va tomoshabinlarning munosabati bilan bogʻliq fikrlar – stress holatning paydo boʻlish mexanizmlari hisoblanadi. Ushbu holatlar bosh miya katta yarim sharlari qobigʻida kuchli salbiy hissiyotlarni yuzaga keltiradi.

Stressni yengish uchun sportchi qilish zarur boʻlgan xolatlar quyidagilardan iborat: turli xil shart-sharoitlar va holatlarda musobaqaning oxirigacha kurash olib borish tajribasiga ega boʻlish, musobaqa davrida eʼtiborni chalgʻituvchi fikrlarni ongli ravishda yenga olish, eʼtiborni, faqatgina, asosiy harakatlarni bajarishga qaratish mahoratini shakllantirish kerak.

Odat boʻlib qolgan hayot turmush tarzini oʻzgartirish zaruriyati insonda yillar mobaynida aniq bir hayot turmush rejimiga ega boʻlib qoladi. Rejimga faoliyatning yangi turmushlarini kiritish asab faoliyatida oʻrnashib qolgan steriotiplarni yengish orqali amalga oshiriladi. Bu esa inson psixologiyasi – I. P. Pavlov soʻzi bilan aytganda, katta asab mexnatini talab etadi. Bunday ruhiy tushkinlarni yengish uchun sportchi ongli ravishda mashgʻulotlarni davom ettirishi va uning salbiy emotsional kechinmalariga eʼtiborni qaratmasligi lozim. Shu jarayonlarga nisbatan unda yangi dinamik steriotiplar yuzaga kela boshlaydi. Odatiy boʻlmagan mashqlarni bajarishda noqulaylik, uyalish tuygʻulari yuzaga keladi. Bu ruhiy tushkunlik juda kuchlidir. U, ayniqsa, tomoshabinlarning yoqimsiz ovozlari bilan ifodalanadi.

Har qanday ehtiyotsiz aytilgan soʻz fizkultura sport turi bilan shugʻullanuvchilarning hali yetilmagan intilishiga putur yetkazishi mumkin. Bunday ruhiy tushkunliklarni yengish usullari esa atrof muhitga, fizkultura va sportga ijobiy munosabat bilan diqqat qaratish, jismoniy mashqlar bilan shugʻullanishga koʻplab shaxslarni jalb etish, jismoniy tarbiya va sportni ijobiy ahamiyatini aholi oʻrtasida tashviqot qilishni tashkil etishdan iboratdir.

Olimlar emotsional tigʻizlik-keskinlikni keltirib chiqaruvchi 20 ta muhim omilni koʻrsatib berishadiki, bu sportchida ruhiy tanglikni vujudga keltiradi:

1. Startdagi muvaffaqiyatsizlik.
2. Mashqlar va avvalgi musobaqalarda koʻrsatilgan past natijalar.
3. Trener, komandadagi oʻrtoqlari yoki oiladagi nizolar.
4. Jismoniy jihatdan oʻzini yomon his qilish.
5. Hakamlarning noxolisligi (gʻirromligi).
6. Startning kechiktirilishi.

7. Musobaqa vaqtidagi tanbehlar.
8. Ortiqcha hayajonlanish.
9. Musobaqa oldidan yoki bir necha kun yaxshi uxlamaslik.
10. Musobaqa o`tkaziladigan joyning yomon jihozlanganligi.
11. Avvalgi muvaffaqiyatsizliklar.
12. Raqibning yaqqol ustunligi.
13. Raqibning kutilmaganda yuqori natijalar ko`rsatishi.
14. Notanish raqib.
15. Yuqori ko`rsatgichlarni talab qilish.
16. Musobaqaga uzoq masofa bosib borish.
17. Qo`yilgan vazifani so`zsiz bajarish kerakligini doimo o`ylash.
18. Ko`rish, eshitish va taktikani belgilashdagi noaniqliklar.
19. Mazkur raqibidan avvalgi yengilish.
20. Tomoshabinlar reaksiyasi.

Laboratoriya sharoitida eksperimentator stress holatini tug`dirishning katta imkoniyatlariga ega. Buning uchun guruh, vosita va usullari mavjud. Qilingan ayrim tadqiqotlarda kuchsiz ruhiy zo`riqish (stress) sportchi faoliyat natijasiga ta'sir ko`rsatishi ta'kidlangan, ayniqsa, yuqori mahoratli sportchilarda. Stressning kuchayib borishi barobarida uning ta'sir kuchi salbiylashib boradi. Ruhiy kuchlanishning salbiy ta'siri diqqat, tafakkur va xotira jarayonlarida, shuningdek, ishchanlik, harakatlar aniqligida ko`rinadi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. B.N. Sirliyev, N. Ismailova Stress va agressiya Toshkent 2014
2. Полное собрание трудов И. П. Павлова: В 5 т. — М., Л.: Изд-во АН СССР, 1940—1949.
3. Адизова Т.М. Психокоррекция. Тошкент, 2006
4. Выготский Л.С. Развитие высших психических функций. М., 2003.

YOSHLARNI MA'NAVY-AXLOQIY VA JISMONIY BARKAMOL ETIB TARBIYALASH

Qodirova Nilufar Abdusattor qizi
Namangan davlat universiteti Pedagogika nazariyasi va tarixi yo`nalishi
I-bosqich magistranti

Annotatsiya. Ushbu maqola malakatimizda barkamol avlodni shakllantirish, yoshlarni ma'naviy-axloqiy va jismonan sog'lom etib tarbiyalash va ta'lim-tarbiyani o'zaro bog'liq holda tashkil etishga qaratilgan

Kalit so'zlar: ma'naviyat, mafkura, axloq, ta'lim, tarbiya, ruhiyat.

O'zbekiston Respublikasi 1-Prezidenti Islom Karimov 1998-yil 6-noyabrda YUNESKO Ijroiya Kengashi sessiyasida so'zlagan nutqi: "Men umuminsoniy qadriyatlar rivojini har bir xalq madaniyati va o'ziga xosligining o'zaro uyg'unlashuvi deb bilaman. Madaniyatlarning shu tarzdagi uyg'unlashuvigina umuminsoniy

madaniyat va butun sivilizatsiyaning go'zalligi va qadr-qimmatini yaratadi. Zero umumiy sivilizatsiya turli qalqlarning madaniyatlarida shakllanadi”.

Bugungi kunda oldimizga qo'ygan niyatlarimizga erishish, jamiyatimizning yangilanishi hamda amalga oshirilayotgan islohotlarimiz, rejalarimizning samarasi avvalambor, zamon talablariga javob beradigan yuqori darajadagi kadrlarni tayyorlash muammosi bilan bilan chamcharchas bog'likligini hammamiz yana bir haqiqatni anglab yetmoqdamiz. Faqatgina chinakam marifatli odam inson qadrini, o'zligini anglash, har qaysi davlat, har qaysi millat nafaqat harbiy qudrati va ishlab chiqish salohiyati bilan balki madaniyati va ma'naviyati bilan kuchlidir. Bunday boylikning ahamiyatini anglash uchun chor Rossiya general-gubernatori M.Skobelev: “Millatni yo'q qilish uchun uni qirish shart emas, uning madaniyatini yo'q qilsangiz bas, tez orada o'zi tanazzulga uchraydi”, deb aytgan.

Birinchi prezidentimiz Islom Karimov mustaqillik yillarida ushbu jihatlarni inobatga olgan holda, odamlarda yangicha, milliy qadriyat va an'anamizga asoslangan dunyoqarashni shakllantirish maqsadida, ta'lim-tarbiya juda katta e'tibor qaratganlar. Jumladan u: “Ta'lim O'zbekiston xalqi ma'naviyatiga yaratuvchilik faolligini baxsh etadi. O'sib kelayotgan avlodning eng yaxshi imkoniyatlari unda namoyon bo'ladi, kasb-kori, mahorati uzluksiz takomillashadi, katta avlodlarning dono tajribasi anglab olinadi va yosh avlodga o'tadi. Yoshlar, ularning iqtidorliligi va ma'naviyatni tushunub yetish boshlanadi”.[1]

Uzoq ming yillik tarixi shundan dalolat beradiki, o'zbek milliy davlatchilik tarixi eng avvalo ma'naviyat-marifatning jamiyat hayotida muhim o'rin egallaganligi bilan chamcharchas bo'g'liqdir. Ushbu azaliy an'anaga mustaqillik yillarida ham alohida e'tibor berilishi juda ahamiyatli bo'ladi. Agarda, sho'rolar mustabid tuzimini davrida madaniyatning asosiy vazifasi jamiyat a'zolarining kommunistik mafkura va soxta g'oyaga e'tiqodini mustahkamlashga safarbar etish bo'lsa, istiqloq davrida uning maqsadi tamomila o'zgardi.

Bilim, ta'lim-tarbiyaning boshi, baxtli, saodatli yashash asosi. Shuningdek, odamiylikni ulug'lovchi qadriyat, sirlar ummonidagi dunyo mohiyatidan voqif etuvchi bebaho xazinadir. Har bir inson odob o'rganishi, barcha zaruriy kasb-hunar hamda bilimlarni egallab, iqtidorini yuksaltirib borishi lozim. [2]

Yozgi ta'til paytida yuqori sinf o'quvchilari tarix fani o'qituvchisi bilan birgalikda qadimiy va hamisha navqiron Samarqand shahridagi tarixiy obidalar, qadamjolarga tashrif buyurishdi. Ular ziyoratni Temuriy bobokalonimiz Mirzo Ulug'bek qurdirgan rasadxonani tomosha qilishdan boshlashdi.

U yerdan chiqib, Bibixonim madrasasiga o'tishdi. Bu yerda odam tumonat edi. Ular maqbara eshigi oldida ziyorat qilib yurgan bir guruh chet ellik sayyohlarni ko'rishdi. Ba'zi o'quvchilar hatto chet tilida ular bilan suhbat qura ketdi.

Bir o'quvchi ustozidan so'radi: «Nega ko'p chet ellik sayyohlar yurtimizdagi Buxoro, Samarqand, Xorazm va Shahrisabz shaharlaridagi ziyoratgohlarga bir marta emas, qayta-qayta kelaverishadi. O'zlari istiqomat qiladigan yurtda shunga o'xshash ziyoratgohlar yo'qmi?» O'qituvchi tushuntirdi: «Biz hurmat qiladigan va doimo bilishimiz kerak bo'lgan shunday qadriyatlar borki, ularni barcha davlat xalqlari qadrlaydilar, e'zozlaydilar». O'qituvchining javobidan o'quvchi umuminsoniy

qadriyatlarining inson hayoti va faoliyatida qanchalik o‘rni bor ekanligini tushunib yetdi. Sobiq sho‘rolar davridagi ta‘lim tizimiga to‘xtaladigan bo‘lsak, u davrlarda hatto O‘zbekistonning o‘zining milliy ta‘lim tizimi joriy etilmagani ayanchli holatdir. Asosan ta‘lim tizimi sobiq markazning hukmron mafkura manfaatlariga bo‘ysundirilgan edi. O‘quvchilar ongi vatanimiz tarixining notog‘ri talqin qilingan hodisalar bilan to‘ldirilgan edi. Milliy qadriyat va ma‘naviyat toptalar, asl o‘zbek olimlarini va buyuk davlat arboblari, sarkardalari hayot va ijod yo‘llari qoralangan. Bunga misol Imom Buxoriy, Imom Moturidiy, Burhoniddin Marg‘oniy, Ahmad Yassaviy, Jaloliddin Manguberdi, Amir Temur, Bahouddin Naqshband, Abdurauf Fitrat, Abdulhamid Cho‘lpon va hokozalarni keltirish mumkin. Mamalakatimiz mustaqillikka erishgandan so‘ng, barcha sohalarda tub islohotlar amalga oshirila boshladi Ayniqsa ta‘lim sohasiga katta e‘tibor qaratildi. Ta‘lib-tarbiya tizimini takomillashgani sayin odamlarning ma‘naviyati ongi, tafakkur doirasi shakllanib, yuksalib bordi. Ta‘lim tizimini har tomonlama, shaklan va mazmunan isloh qilish, yangilash lozim edi. Zero, jamiyat yangi shaxsni tarbiyalashni talab etayotgan bir paytda odamlarning ongi, dunyoqarashi, bilim saviyasini o‘zgartirmay turib, uni zamonaviylashtirmay turib yangi jamiyatni barpo etib bo‘lmasdi.[3]

Xulosa qilib aytganda, bugungi kundagi to‘g‘ri sarmoyalar bilan, hozirgi yoshlar O‘zbekistonni keying ijtimoiy-iqtisodiy rivojlanish darajasiga ko‘taradigan avlodga aylanishi mumkin. Shu bilan bir qatorda, bugungi kundagi bolalar va yoshlarga to‘g‘ri g‘oyalar bilan ta‘lim berish lozim. Ta‘lim-tarbiyamizga kirib kelayotgan yot mafkuralarni oldini olish maqsadida yangi ta‘lim tizimini joriy etish va sog‘lom ma‘naviyatli kadrlarni tayyorlash ta‘limning asosiy tamoyilidir. Bugungi kunda malakatimizda yangi hayot, yangi jamiyat poydevori barpo etishda erkin fuqaro ma‘naviyatini shakllantirish masalasi biz uchun g‘oyat dolzarb ahamiyatga ega. Umuminsoniy va milliy qadriyatlar o‘quvchining kundalik faoliyatida odat, an‘ana tusiga kirib qolgandagina u shaxsning ma‘naviy shakllanishiga bevosita ta‘sir etadi.

Ta‘lim-tarbiya jarayonida ma‘naviy qadriyatlardan foydalanib, yuqori sinf o‘quvchilarning ma‘naviy madaniyatini shakllantirish muhim manbalarga tayangan holda amalga oshiraladi.[4]

Adabiyotlar

1. O‘zbekiston milliy istiqlol, iqtisodiyot, siyosat mafkura. T. 1996y, 82-bet
2. “Ma‘naviyat asoslari” V.Qo‘chqorov, O.Mahmudov, Z.Zamonov. Toshkent Yangiyo‘l Poligraf Servis”-2018y, 12-bet
3. “Ma‘naviyat asoslari” M.Hamdamaova O‘zbekiston Respublikasi Oliy va o‘rta maxsus ta‘lim vazirligi tomonidan o‘quv qo‘llanma sifatida tavsiya etilgan Toshkent-2008y, 4-bet.

ЁШЛАРИМИЗ БИЛИМЛИ, ДОНОВА АЛБАТТА БАХТЛИ БЎЛИШЛАРИ ШАРТ

*Мамажоновна Мадинахон Маҳаммаджоновна
Андижон вилояти маънавият ва маърифат тарғиботчилари гуруҳи аъзоси,
МТДП Аёллар қаноти фаоли, хотин-қизлар масалалари бўйича кенгаш раис
котиби, психолог*

Бугунги кунда мамлакатимизда ёшлар тарбиясига алоҳида эътибор қаратилаётганлиги бу, эртанги кунимиз учун катта пойдевор эканлигини барчамиз яхши биламиз. Бундай маъсулиятли вазифаларни амалга оширишда барчамиз маъсул эканмиз, уни ситқи дилдан амалга оширишимиз зарур.

Сир эмас ҳозирги кунда бутун дунёда глабаллашув, маданиятлар аралашув жараёнлари кечмоқда. Бундай мураккаб жараён нафақат ёшларга, балки биз катталар дунёқарашига ҳам таъсир кўрсатмоқда.

Айниқса ахборот технологиялари кундалик ҳаётимизга шу қадар шиддат билан кириб келаяптики, буни ҳар қандай рақамларсиз ҳам кузатишимиз мумкин.

Айни пайтда мамлакатимизда 1500 дан зиёд оммавий ахборот воситалари фаолият юритмоқда. Ушбу оммавий ахборот воситалари ўсиб келаётган навқирон келажагимиз ворислари бўлган ёш авлод вакилларимизнинг ахборот маданият ва мафкуравий иммунитетини шакиллантиришга ҳисса қўшмоқда деб айта оламизми? Ёки ёшларимиз бундай имкониятлардан туғри фойдалана олишни қай даражада билишмоқда?,- мана шундай масалалар бўйича бугун биз катталар ўз тажрибаларимиздан келиб чиқиб, ёшларимизни бугунги ва эртанги куни учун қайғуришимиз шарт деб ўйлайман.

Бунинг учун асосий қилишимиз лозим бўлган ишларимиздан ёшларда кучли фуқоролик позициясини шакиллантиришда, амалиётда кўпроқ ота-оналар билан ҳамкорликда тарбия жараёни ва маҳалла томонидан ҳамкорликда ишларни амалга оширмоғимиз зарур.

Сабаби бугун айрим оилаларда ота ўз боласи учун идеал шахс сифатида гавдаланмай қўйган деб баҳолайман.

Кимдир “Тарбия ҳаммага маълум нарса-ку, вақти келса, Худо ҳоҳласа, ўз – ўзидан йўлини топиб кетади”, - дейиши мумкин. Лекин баъзи ота-оналарнинг эътиборсизлиги туфайли фарзадлари улардан олган пулларни интернет клубларда бефойда ўйинларга хашлаб ёки Мобель телефонлари орқали ўзларига зарар бўлган бўшлиқларни сотиб олмақда.

Фарзанд тарбияси чин маънодаги барчамиз учун хатолликларга йул қўймаслик ўз вақтида меъорлардан оширмаган ҳолда болага психологик ёндашув жараёнларни амалга оширишимизни талаб қилади. Ўз вақтида берилган панду-насихат, одоб - ахлоқ, таълим тарбия буларнинг барчаси ёшларимизни келажакда комил инсон бўлиб камол топишида, юрт корига ярайдиган чинакам ватанпарвар шахс сифатида гавдалантираолади.

Бобомиз Соҳибқирон Амур Темур тузиклари, Алпомиш, Гўрўғли дostonлари, Абу Райхон Беруний, Ибн Сино, Имом Бухорий, Алишер Навоий

девлонларида мужассам этилган комил инсон ғояси бугун тарбиявий иш дастуримизга айланди. Мана шундай буюк зодларни авлоди эканлигимиз, фарзандларимиз эса уларни давомчилари эканлигидан фахирланиши керак эмасми?.

Миллий тарбия тизимининг ўткир воситалардан бири- ҳар бир кишининг ўз аждодлари тарихини билиши лозимлиги ва унга илк ёшларданок болаларни ўргата боришимиз лозимлигидан деб биламан.

Тарбия ҳавога ўхшайди. Уни кўриб бўлмаса ҳам, таъсирини ҳар сонияда сезиш мумкин, худди йўл четидаги боғдек, йўловчи боғни тамоша қилиб, фермернинг шахсияти, маънавияти, бурчига садоқати, маъсулияти, мақсадга интилувчанлиги, ўз ишига муносабатига баҳо беради.

Бугун ҳар бир ота-она педагог бўлиши керак, бу педагогиканинг сир-асрорларини билиш, қўллай олиш дегани. Педагогика ўз нима? Одамни инсонга айлантриш илми. Фанлар орасида энг қадимийси.

Педагогиканинг тарихи ер юзида биринчи гўдак йиғиси эшитилган кундан бошланган. Шу сабабли ота-она кези келганда мохир педагог бўлиб фарзанди олдида ўрнак кўрсата олиши лозим.

Ўзбекистон қаҳромани Озод Шарафуддинов “Оила инсоннинг ҳамма сиру синоатларини ўзида мужассамлаган олтин сандиқ, уни бахт фабрикаси деб атаса ҳам бўдади ва хусусан, инсонни қайғу-аламлари, дарду-хасратлари, кўз ёшлари ҳам оиладан бошланади, шунинг учун ҳам оилани фарзандларини ва хаттоки куёвини ҳам келинини ҳам инсон қилиб тарбиялайдиган бетимсол мактаб деб ҳисоблайман. Керак бўлса унинг китобларини тинимсиз ўқиш, сабоқларидан ибрат олиш нақадар марақли “- деб ёзиб қолдирган эди.

Мамлакатимизда ёшларга эътибор шу даражада юқори эканини қуйидаги мисоллар орқали ҳам кўришимиз мумкин.

Бир неча йилларимиз номи ёшларимизнинг маънавий ва жисмоний саломатлигига бағишланди. Бу йиллардан улкан натижалар қолди.

2008 йил – “Ёшлар йили”, 2010 йил – “ Баркамол авлод йили“.... Янги қурилган мактаблар, лицей, коллеж, мусиқа мактаблари, таълим инфратузилмасини тубдан ислоҳ қилиш, ўқитувчилар малакасини ошириш, таълим масканларини ўқув-методик асосларини мустахкамлаш каби оддий инсонларга сезилмайдиган, лекин самара бераётган юзлаб тадбирлар мамлакатимиз ёшлари иштирокида амалга оширилди.

Хулоса қилиб айтганда барча ота – оналар учун оилада фарзандини камолини кўриш, уни бахтли бўлишидек муқаддас туйғу бўлмаса керак. Юртимизнинг ҳар бир фарзанди ва ёшлари ана шундай бахтга буносибдирлар. Ҳар бир инсоннинг фарзанди унинг қувончи, бахти, бахтиёрлиги, давомчиси ва кексайганда суюнчиғи. Йўргакка ўралган чақалоғини илк бора қўлга олган она ёки ота уни келажакда ёмон одам бўлишини ният қилмайди. Ота-она орзу - умидлар, яхши ниятларда тарбия деб аталмиш машаққатли давонларни босиб ўтсагина ўзи орзу қилганидек фарзанд тарбиялай олдим дея олади.

Мамлакатимизда айнан бугунги жараёнларда ёшларга ва айниқса хотин-қизларга бир сўз билан айтганда Аёллар ва болаларга эътибор бошқа ривожланган

мамлакатлардан ортиқ бўлса борки, кам эмас. Шундай экан барчамиз учун яратилаётган имкониятлар ва қулайликлардан тўғри фойдаланиш бу ўз ҳаётимиз ва соғлигимиз учун ҳам жуда катта имкониятлар эшиги эканлигини унутмаслигимиз керак.

Фойдаланган адабиётлар

1. М.Маматқулова ТДИУ докторанти Ёшлар ахлоқий тарбиясида толерантлик омилларининг ўрни. Илмий мақола.
2. М. Абдуллаева Ёшлар тарбиясида оиланинг ўрни, Оила – жамиятнинг таянчи. Илмий рисола. Ўқув қўлланма.
3. М. Қуронов. Болам бахтли бўлсин десангиз. Тарбия китоби Тошкент “Маънавият” 14.

KASBIY FAOLIYAT BILAN BOG‘LIQ AXLOQIY MUAMMOLAR VA YECHIMLAR

Sayilova Kamola Yulibayevna
O‘zMU “Etika va Estetika” kafedrasida 2-bosqich magistranti

Inson hayoti davomida kasbiy faoliyat yuqori darajada ahamiyatga ega bo‘lib, aynan mehnat vazifalarini bajarish jarayonida shaxs o‘zining qobiliyatlarini namoyon etadi. Shu boisdan ham har bir shaxs o‘zining qobiliyati, qiziqishlaridan kelib chiqqan holda kasb tanlashi lozim. Kasbiy faoliyatdagi burchni bajarish insonlarga bevosita har tomonlama o‘z tasirini o‘tkazadi. Masalan, dunyoqarashiga, xarakteriga, oilaviy munosabatlarga va h.k. Shunday ekan har bir shaxs kasb tanlashdan oldin o‘zining imkoniyatlarini har tomonlama o‘rganishi va tahlil qilib chiqishi zarur. Bu yo‘l bilan kelajakda yuzaga kelishi mumkin bo‘lgan bir qancha muammolarni oldini olish mumkin bo‘ladi. Bundan tashqari shaxsning kasbiy faoliyatidan ko‘zlagan asosiy maqsadi atrofda insonlar uchun ijobiy samaradorlikka ega bo‘lishi zarur. Masalan, korxonada rahbarining asosiy maqsadi shu sohada yanada rivojlantirish, ishchilar uchun qulay mehnat sharoitlarini yaratish bo‘lsa u faqat ko‘zlagan maqsadiga erishish yo‘llarini qidiradi, rejalar tuzadi va amalga oshirish choralarini ko‘radi. Tabiiyki bu faoliyatda bir qancha to‘siqlar va muammolar yuzaga kelishi mumkin. Shaxs kasbiy faoliyati bilan bog‘liq muammolar ichki va tashqi omillar tasirida yuzaga keladi. Har qanday muammoga nisbatan chora ko‘rishdan oldin uni keltirib chiqaruvchi omillarga aniqlik kiritib olish lozim. Ichki omillarga: inson ruhiyati, qobiliyati, mas‘uliyat hissi kirsada, tashqi omillarga: kasbdoshlar-jamoa tasiri, tartib qoidalar, egallangan bilim-ko‘nikma, tajriba, turmush sharoiti kabilarni kiritishimiz mumkin. “O‘z-o‘ziga bahoning past bo‘lishi ko‘pincha atrofda insonlarning shaxsga nisbatan qo‘yayotgan talablarining o‘ta ortiqchiligi, ularni uddalay olmaslik, turli xil e‘tirozlarning doimiy tarzda bildirilishi, ishda, o‘qishda va muomala jarayonidagi muvaffaqiyatsizliklar oqibatida hosil bo‘lishi mumkin. Bunday o‘smir yoki katta odam ham, doimo tushkunlik holatiga tushib qolishi, atrofda insonlardan chetroqda yurishga harakat qilishi, o‘zining kuchi va qobiliyatlariga

ishonchsizlik kayfiyatida bo‘lishi bilan ajralib turadi va bora-bora shaxsda qator salbiy sifatlar va hatti-harakatlarning paydo bo‘lishiga olib keladi. Hattoki, bunday holat suitsidal harakatlar, ya’ni o‘z joniga qasd qilish, real borligidan «qochishga» intilish psixologiyasini ham keltirib chiqarishi mumkin».[1] Hayotda shunday kishilar uchraydiki, ishda, o‘qishda tanqidga uchrasa ham, o‘ziga xolis baho berib, kerakli to‘g‘ri xulosalar chiqara oladi, yana bazilar arzimagan xatolik uchun o‘z «ich-etini yeb tashlaydi». Bu o‘sha ichki dialogning har kimda har xil ekanligidan darak beruvchi faktlardir.

Respublikamizda bugungi kunda kadrlar masalasi, ayrim sohalarda mutaxassislar yetishmasligi yoki mutaxassislarning ma’lumoti bo‘yicha noto‘g‘ri taqsimlanish holatlarini kuzatishimiz mumkin. Bularning barchasi kasbiy faoliyatda professional darajaga yetish uchun to‘siq bo‘luvchi asosiy omillardan hisoblanadi. “Hozirgi vaqtda davlat va hokimiyat idoralarida ko‘p hollarda kadrlar salohiyatidan foydalanish, ularning vazifa va vakolatlari taqsimoti oqilona va samarali yo‘lga qo‘yilmagani sezilmoqda. Eng yomoni, bu holat ishimizga xalaqit bermokda. Bir idorani qarasangiz, yuzlab odam nomiga ishlab o‘tiribdi. Boshqa idorani qarasangiz, ish ko‘p, vazifa ko‘p, lekin ishlaydigan odam, kadr yetishmaydi. Bunday noto‘g‘ri ish taqsimotiga mutlaqo chek qo‘yishning vaqti yetdi. Har bir davlat xizmatchisi o‘zining burchi va majburiyatini aniq-ravshan bilishi, soda qilib aytganda, o‘z aravasini o‘zi tortishi lozim».[2] Bundan tashqari kasbiy faoliyatga tayyorlash jarayonida ta’lim muassasalarida kasb etikasini fan sifatida chuqur o‘rgatmaslik, OTM larda tahsil olayotgan talabalar amaliyotdan uzilib qolganligi, ularni kelajakda ishlashi mumkin bo‘lgan tashkilotlarga biriktirib qo‘ymaslik ham bir qancha muammolarga sabab bo‘lmoqda. Yangi ishga brogan xodim nazariy jihatdan bilimli bo‘lishi mumkin ammo unga amaliy tajriba yetishmasligi ko‘p hollarda ish samaradorligiga salbiy tasirini o‘tkazadi. Bulardan tashqari xodimlarning axloqiy tomonlariga ham alohida e’tibor qaratishimiz lozim, chunki har bir soha vakilining bajarayotgan vazifasidan kelib chiqib unga etiket normalariga amal qilish talabi qo‘yiladi. Ko‘p hollarda etiket normalarini bilmaslik yoki unga amal qilmaslik shaxsning kasbiy faoliyatda professional darajaga erishishi uchun to‘siq bo‘lishi mumkin.

Kasbiy faoliyat bilan bog‘liq bo‘lgan muammolarni bir necha turlarga ajratish mumkin. Bular:

- Axloqiy
- Psixologik
- Huquqiy
- Iqtisodiy

Nafaqat kasbiy faoliyatdagi balki hayotning boshqa jabhalaridagi muammolarning ham boshlang‘ich asosi axloq normalariga amal qilmaslikka borib taqaladi. Har bir kasb hunarga beriladigan axloqiy baho ikki asosiy omil bilan – birinchidan, mazkur kasb-hunar vakillarining jamiyat rivojlanishi uchun obyektiv ravishda nimalar berishi bilan; ikkinchidan, jamiyatning ma’naviy ta’sir ko‘rsatish ma’nosida ularga subyektiv ravishda nimalar berishi bilan belgilanadi. Agar kasb-hunar bilan shug‘ullanish tartibsiz bo‘lsa yoki biron bir qonunga rioya qilmasa, bu mutaxassisning ijtimoiy rivojlanish va o‘z o‘shiga hissa qo‘shishi mumkin emas edi.

Bundan tashqari, professional axloq qoidalari orqali jamoaviy ish rag‘batlantiriladi va hamkasblar o‘rtasida aloqalar o‘rnatiladi. Bu kasbiy standartlarga rioya qilish odamlar o‘rtasidagi ijobiy munosabatlarni kuchaytirishi sababli yuzaga keladi. Masalan: agar hamkasbi o‘z vaqtida va mas’uliyatli bo‘lsa, boshqalar uni o‘zi bajaradigan kasbga sadoqati darajasi uchun qadrlashadi. Kasbiy axloq kodeksi haqida gapirganda, har bir kasbning majburiyatlari yoki majburiyatlarini o‘z ichiga olgan tizimga murojaat qilinadi. Boshqacha qilib aytganda, ushbu kodekslar kasbning ehtiyojlarini hisobga olgan holda harakatlarini tartibga soluvchi qonunlar to‘plamidir. Misol sifatida jamoat buxgalterining kasbiy axloq kodeksini oling; unda yaxlitlik, mustaqillik, ob‘ektivlik, vakolat va professional g‘amxo‘rlik, maxfiylik, tarqatish va hamkorlik kabi fazilatlar va vazifalar ro‘yxati keltirilgan. Kasbiy mashg‘ulotlarda shifokorlar xayrixohlik tamoyiliga amal qilishlarini tasdiqlagan holda qasamyod qiladilar; Bu shuni anglatadiki, ular boshqa odamlar manfaati uchun harakat qilishlari shart, shuning uchun ular xurofotlarni va noqonuniy manfaatlarni bostirishlari kerak (ya’ni tibbiy maqsaddan uzoqlashishlari kerak).

Jurnalistlar quyidagi odob-axloq qoidalariga rioya qilgan holda professional odob-axloq qoidalarini qo‘llaydilar: tenglik, javobgarlik va xolislik; Ikkinchisi, barcha voqealar ikki nuqtai nazarga ega ekanligini anglatadi, shuning uchun jurnalistlar har ikkala holatni ob‘ektiv nuqtai nazardan tahlil qilishlari shart. Umuman olganda, barcha kasblar erkka aralashmaslik prinsipi asosida boshqariladi, ya’ni har qanday kasbni amalga oshirish boshqa insonga zarar etkazishi mumkin emas. Shu sababli, shifokor, jurnalist, yozuvchi, o‘qituvchi, biolog yoki boshqa biron bir mutaxassis, ularning harakatlari ijtimoiy farovonlik va jamoaviy rivojlanishga hissa qo‘shganda axloqiy ahamiyat kasb etadi.

Barcha kasbiy odob qonun-qoidalarining ta’sir doirasi, miqyosi bir xil emas. Ba’zi bir kasbiy odobning buzilishi oddiy odobsizlik doirasidan chiqib, axloqsizlikka aylanib ketadi. Masalan, rahbarlik odobidagi ba’zi nuqtalarga to‘xtalaylik. Rahbar quyi lavozimdakilarga mensimay, qo‘pol munosabatda bo‘lishi, o‘ziga ishonib topshirilgan hudud yoki tashkilotdagi oddiy odamlar arz-dodiga, orzu-istaklariga to‘ralarcha qarashi odobsizlikka kirsam, uning shaxsiy boylik orttirishi yo‘lida korrupsiya vositasida mamlakat, viloyat yoki tashkilot manfaatlarini qurbon qilishi axloqsizlik, nafaqat rahbarlik kasbiga, balki Vatanga ham xiyonat tarzida baholanishi mumkin. Ba’zan kasbiy odobning kasbiy axloq deb atalishi ham ana shundan.

“Davlat xizmatidagi xodimlar ham halol-pok, vijdonli, iymonli, diyonatli, mehr-shafqatli bo‘lishi kerak. Davlat xizmatidagi xodim lavozimiga egri yo‘l, egri qo‘l, egri maqsad bilan erishib bo‘lmaydi. Fe’l-atvorida egrilik bor kishi davlat hizmatida uzoq faoliyat yurit olmaydi”[3]

Yevgeniy Aleksandrovich Klimov “kasb” tushunchasining turli qirralarini ajratib ko‘rsatgan. Uning professional faoliyatga doir “Dunyo tasviri kasblarda”, “Professionalning psixalogiyasi”, “Professional o‘zini -o‘zi aniqlash psixologiyasi”, “Psixolog. Kasbga kirish” kabi kitoblari nashrdan chiqqan.[4]

Professional kadrlarni tayyorlashda kasb etikasini sohalarning o‘ziga xosligidan kelib chiqqan holda tashkil etish, axloqiy meyorlarni kadrlar ongiga singdirishning

konseptual asoslarini ilmiy tadqiq etish, ishlab chiqish, amaliyotga tatbiq etish bugungi kunning birinchi darajali talabidir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Mirashirova N.A, Raximova I. G, Muhammadjanova D.K. Kasb etikasi va kommunikatsiyasi - T: Faylasuflar 2014-yil.36-bet.
2. Mirziyoyev Sh.M . Erkin va farovon O'zbekiston davlatini birgalikda barpo etamiz. - T: O'zbekiston, 2016, 26-bet.
3. Muhammadjonova L.A. Davlat xizmatchisining axloqiy madaniyati-T: Umid uchqunlari-2019-yil.

БОЛАНИ ЎСМИР ЁШ ДАВРИДА ПСИХИК РИВОЖЛАНИШИНИНГ АСОСИЙ ХУСУСИЯТЛАРИ

Сиддиқова Махсудахон Муртазоевна

Фаргона шаҳар 30-ўрта таълим мактаби технология фани ўқитувчиси

Психологияда ўсмирлик даври ўзи хос бир қанча хусусиятлар билан ажралиб туради. Бу ажралиб туриш айниқса психик ўзгаришларда яққол намайён бўлади.

Ўсмирлик даврида назарий тафаккур юқори ривожланиши аҳамиятга эга бўла бошлайди. Чунки бу даврдаги ўқувчилар атроф оламдаги боғланишлар мазмунини максимал даражада билишга ҳаракат қиладилар. Бу даврда ўсмирнинг билшга бўлган қизиқишда прогресс содир бўлади. Илмий назарий билимларнинг эгаллаб олиниши туфаккурнинг ривожланишига олиб келади. Бунинг ҳисобига исбот, далиллар билан фикрлаш қобилияти ривожланади. Унда дедуктив хулосалар чиқаришга қобилият пайдо бўлади. Мактабда ўқитиладиган фанлар ўсмир учун ўз тахминларини юзага келтириш ёки текшириш учун шароит бўлиб хизмат қилади. Ж.Пиаженинг таъкидлашича «Ижтимоий ҳаёт уч нарсанинг таъсири – тил, мазмун, қоидалар асосида шакллантирилади». Бу борада ўзлаштирилган ижтимоий муносабатлар ўз –ўзидан тафаккурнинг янги имкониятларини яратади.

11–12 ёшдан бошлаб ўсмир энди мантиқий фикрлаб ҳаракат қила бошлайди. Ўсмир бу ёшда худди катталар сингари кенг қамровли таҳлил этишни ўргана бошлайди. Ўсмир тафаккурнинг назарий даражага қанчалик тез кўтарила олиши ўқув материалларни шунчалик тез, чуқур эгаллаш ва унинг интелектини ҳам ривожланишини белгилаб беради. ўсмирлик даври юқори даражадаги интеллектуал фаоллик билан фарқланади. Бу фаоллик асосан ниҳоятда қизиқувчанлик ҳамда атрофдагиларга ўз лаёқатларини намойиш этиш, шунингдек улардан юқори баҳо олиш эҳтиёжининг мавжудлиги билан белгиланади. Ўсмирнинг катталарга берадиган саволлари кўпгина мазмунли, чуқур ўйланган ва айнан ўша масала юзасидан бўлади. Бу ёшдаги болалар турли гипотезалар туза оладилар, тахминий фикр юрита оладилар, тадқиқ ўткази

оладилар ҳамда маълум бир масала бўйича алтернативларни таққосла оладилар. Ўсмир тафаккури кўпинча умумлаштиришга мойил бўлади. Республикамизнинг бозор иқтисод шароитига ўтишда кишилардаги амалий тафаккурнинг аҳамияти ошмоқда. Амалий тафаккур тизимида қуйидаги ақлий сифатлар киради:

- тадбиркорлик, тежамкорлик, ҳисоблилиқ, юзага келган муаммоларни тез еча олишлиқ.

Кўрсатилган барча сифатлар бўлган тақдирдагина амалий тафаккурини ривожланган деб ҳисоблаш мумкин. Бу сифатларни 1–синфданок бошлаб ривожлантира бориш ниҳоятда муҳим. Ўсмирлик даврида ишбилармонлик сифатини ўқувчилар ўз-ўзини бошқаришни йўлга қўйиш шунингдек, умумий фойдали тадбиркорлик ишларида иштирок эттириш орқали ривожлантириш мумкин. Бу борада ўқувчи ижрочи ролида эмас балки бошқарувчи, мустақил йўл танловчи ва тадбиркорлик муносабатларига ўзи киритувчи бўлган тақдирдагина ривожланиш амалга ошириш мумкин. Бу ёшда тадбиркорликни ривожлантиришда кўпроқ мустақилликни берилиши ўсмир амалий тафаккурининг ривожига ижобий таъсир кўрсатади. Ўсмир ёшдаги болаларда тежамкорликни ривожлантириш ақлни бошқа сифатларига нисбатан осонроқ кечади, буни кўпроқ уларни қизиқтирадиган нарсаларга мустақил равишда ҳисоб – китоб қилиб боришга йўллаш орқали амалга ошириш мумкин. Ўсмирларда юзага келган муаммоларни тез ва оператив ҳолда ечиш малакасини шакллантириш бир мунча қийинроқ кечади. Албатта бу боланинг темпераментига ҳам боғлиқ. Барча ўсмирларни ҳам тез ўйлаб, тез ҳаракат қилишга ўргатиш мушкул, лекин уларни муаммо юзага келиши билан орқага ташамай тез ечишнинг умумий қоидаларга ўргатиб бориш мумкин.

Ўсмирлик даврида интелектнинг юқори даражада ривожланган бўлиш ҳимматли ва обрўли ҳисобланади. Ўсмир шахсида ва унинг билишга қизиқишидаги ўзгаришлар ўзаро боғлиқ бўлади. Ихтиёрий психик жараёнларнинг ривожланиши ўсмирдаги шаклланиб келаётган шахс мустақиллигига таянади, ўзининг шахсий хусусиятларини англаш ва шакллантириш имкониятлари эса ундаги тафаккурнинг ривожланиши билан белгиланади.

Ўсмирлик даврида диққат, хотира тасаввур тўла мустақиллик касб этиб, энди ўсмир уларни ўз ифодасига кўра бошқара оладиган бўлади. Бу даврда қайси етакчи функция (диққатми, хотирами ёки тасаввур) устунлик қилаётгани яққол намоён бўлиб, ҳар бир ўсмир ўзи учун аҳамиятлироқ булган функцияни эътиборга олиш имкониятига эга бўлади.

Ўсмирлик даврида асосан билиш жараёнлари юқори даражада ривожланади. Бу йилларда ўсмирларга ҳаёт давомида керак бўладиган асосий шахсий ва тадбиркорлик хусусиятлари очик кўрина бошлайди. Хотира механик хотира даражасидан мантиқий хотира даражасига кўтарилади. Нутқ асосан юқори даражада ривожланган, хилма-хил ва бой тафаккур эса ўзининг барча кўринишлари: ҳаракатли, образли, мантиқий даражасида ривожланади. Ўсмирлиарни энди турли амалиёт ва ақлий фаолиятларга ўргатиш мумкин. Шунингдек, бу даврда умумий ва махсус лаёқатлар шаклланади ва ривожланади.

Бу даврига жуда кўп зиддиятлар ва қарама-қаршиликлар хос. Мактаб дастури ва бошқа ишлар билан боғлиқ турли масалаларни ечишда кўзга ташланадиган ўсмирларнинг интеллектуал ривожланганлиги катталарни улар билан бирга жиддий муаммолар бўйича фикрлашга ундайди, ўсмирларнинг ўзлари ҳам бунга ҳаракат қиладилар. Бошқа томондан эса айниқса, келажак касб, хулқ атвор этикаси ва мажбуриятларига масуллик каби муаммолар муҳокамасида инфантилликни (ёш болаларга хос жисмоний ва психологик ҳолат) кузатиш мумкин.

5-6 синф ўқувчиларига синфдаги ўзи эгаллаган мавқеига катта эътибор бериш хусусияти хос. Айниқса 6 синфдан бошлаб ўқувчилар ўз ташқи кўринишларига, шунингдек қарама-қарши жинсдаги болалар ва улар билан ўзаро муносабатларига эътибор бера бошлайдилар.

7-синф ўқувчиларида эса ўз лаёқатларини ривожлантиришга хос қизиқиш юзага келади. 8 синф ўқувчилари эса мустақиллик, ўзига хослик, дўстлик ва ўртоқлик билан боғлиқ бўладиган шахсий хислатлар юқори баҳоланади. Ўсмирларнинг ана шу кетма-кет юзага келадиган қизиқишларига асосланадиган ҳолда фаол равишда иродавий ишбилармонлик ва бошқа фойдали сифатларни ривожлантириш мумкин.

Юқоридаги маълумотлар шуни кўрсатадики, ўсмирлар бу даврда психик ва эҳсоний ривожланишнинг муҳим жиҳатини босиб ўтади. Катталар эса бу даврда улардан огоҳ бўлиб йўл-йўриқ кўрсатиб туришлари лозим.

SHAXSLARARO MULOQATNING INSON TARAQQIYOTIDAGI O'RNI

Utebayeva Mayramgul Bazarbaevna

Qoraqalpog'iston Respublikasi E'llikqal'a tumani 47-maktab psixologi

Rivojlanib borayotgan jamiyatimizda sog'lom avlodni, komil insonlarni voyaga yetkazish masalasiga katta e'tibor berilmoqda. Ta'lim jarayonida pedagog bilan o'quvchilarning o'zaro hamkorlik faoliyatiga xos ijtimoiy psixologik uyg'unlikni tashkil etish, ta'lim subyektlarini mustaqil, ijodiy fikrlashga o'rgatish ularning kasbiy tayyorlash muhitini takomillashishi va yuksalishiga olib keladi. Zero, ontogenetik rivojlanishning o'smirlik davri eng murakkab hamda psixologik inqirozlar bilan uyg'unlashib ketgan, quvvati yuqori, shijoatli, yangilikka chanqoq, olamni o'zlashtirishga intiluvchan, mustaqillikka moyil, egiluvchan, xulq-atvorida ijtimoiy me'yorlarning shakllanishi jadal sur'at bilan kechadigan davr bo'lib hisoblanadi.

Inson shaxsining shakllanishida ijtimoiy muhit (shaxslararo munosabatlar, o'zaro fikr almashish, hamkorlik)ning ahamiyati juda katta. Inson hech qachon bir o'zi jamiyatdan ajralgan holda mukammal shaxs bo'la olmaydi. Muloqot faqat insonlarga xos bo'lgan jarayondir. Kishilarda faoliyat jarayonida bir - birlariga nimanidir aytish istagi tug'iladi. Muloqot - odamlar o'rtasida birgalikdagi faoliyat ehtiyojlaridan kelib chiqadigan bog'lanishlar rivojlanishining ko'p qirrali jarayonidir Muloqot (munosabat)

birgalikda faoliyat ko'rsatuvchilar o'rtasida axborot ayirboshlashni o'z ichiga oladi. Bunda munosabatning kommunikativ jihati hisobga olinadi. Kishilar munosabatga kirishishda, avvalo, tilga murojaat qiladilar. Muloqotning yana bir jihati munosabatga kirishuvchilarning o'zaro birgalikdagi harakati - nutq jarayonida faqat so'zlar bilan emas, balki harakatlar bilan ham ayirboshlashdan iborat.

Muloqot muvaffaqiyatining negizi shaxsning ruhiy dunyosi, ehtiyojlari motivatsiyasi, harakter hislati, individual-tipologik xususiyati, qobiliyati e'tiqodi kabi insonning fazilatlarini, sifatlarini namoyon bo'lishi, rivojlanishi hisoblanadi. Muloqot jarayonida muloqotdoshlarning tasavvurlari, qiziqishlari, his tuyg'ulari, ko'nikmakari, voqealik natijasini oldindan sezish, payqash, ta'sir o'tkazish uslubi tarkib topishi mumkin.

Muloqot tashqi ta'sirlar, namunalar asosida o'zini-o'zi tuzatish, qayta tarbiyalash, shaxsiy imkoniyatini ruyobga chiqarish uchun puxta zamin hozirlaydi, komillik sari yetaklaydi.

Barkamol insonlarning muomala maromi, mulohaza yuritish uslubi, munosabatga kirishish o'quvchanligi, vaziyatdan chiqish salohiyati ham, boshqa odamlar tomonidan taqlid qilinadi va hayot tajribasida unga rioya etib yashaydi. Odamlar o'rtasidagi shaxslararo munosabat jarayonida g'ayritabiiy ijtimoiy holat yoki hodisaga ongli tayanish - o'zini - o'zi mukammallashtirish, o'zini - o'zi ruyobga chiqarish, o'zini-o'zi boshqarish, o'zini - o'zi baholash, o'ziga - o'zi buyruq berish shaxsning ruhiy dunyosida muhim kamolot bosqichidir. SHuning uchun ichki va tashqi taqlidning tushunish hamda ularni bosqichma-bosqich egallab borish - bo'lg'usi mutaxassisning kasbiy tayyorgarligi hamda barkamol shaxs sifatida shakllanishining garovidir.

Muloqotga kirisha olmaslikning asosiy sababi - bu o'zini - o'zi ortiqcha yoki past baholash tufayli o'ziga va uni qurshab turgan odamlarga noto'g'ri munosabatdir. Buning oldini olish imkoniyatlari mavjud bo'lib, asosan quyidagilarga ahamiyat berish ijobiy samaralar sari yetaklaydi:

1) hamkorlik faoliyatida, muloqotlar tizimi orqali muloqot jarayonining barcha a'zolari o'rtasida insonparvarlik munosabatlarini tashkil qilish, emotsional muhitni taqqoslash imkoniyatini yuzaga keltirish.

2) muloqotda ichki munosabatlar tizimida har bir a'zoning qulay pozitsiyasini ta'minlashga qaratilgan tadbirlarni amalga oshirish.

3) insonning muloqot xususiyatlari, maromi, usullari, shakllari to'g'risidagi axborotni egallashga oid maxsus mashg'ulotlarni uyushtirish.

4) shaxslararo munosabatlar va muloqot usullariga mo'ljallangan ishbilarmonlik o'yinlari, psixodrama, trening tizimini yaratish.

L. S. Vigotskiy, A. N. Leont'ev, A.R. Luriya, D.B.Elkonin, A. V. Zaporozets, M. I.Lisina tadqiqotlarida ko'rsatilishicha, bolaning dastlabki ijtimoiy ehtiyojlaridan biri - bu muloqotga nisbatan ehtiyojdir. A.V.Zaporozets va M. I. Lisinalar tadqiqotlarida ta'kidlanishicha, bolalarning kattalar bilan muloqotga kirishish ehtiyoji 7 yoshgacha bir nechta bosqichlar tarzida rivojlanib boradi:

- 1) e'tibor va hayrixohlikka ehtiyoj paydo bo'ladi;
- 2) kattalar bilan hamqorlik qilish ehtiyoji tug'iladi;
- 3) avvalgi barcha ehtiyojlarga kattalar tomonidan hurmat qilish ehtiyoji tug'iladi;

4) maktabgacha tarbiya yoshidagi bolada atrofdagilar bilan o'zaro bir-birini tushunish ehtiyoji vujudga keladi.

Xullas, inson o'zini idora qilish, turli vaziyatlarda o'zini tutish fazilatlarini o'zlashtirilayotgan davrda ba'zi bir qoidalarga rioya qilsa, hamkorlik fazilatida ma'lum yutuqlarga erishadi:

1. Ijtimoiy hodisalarning tashqi voqea bo'lishi nafaqat ichki ruhiy holat va uning mazmunini aks ettiribgina qolmaydi, balki ikki tomonlama aloqa tufayli mazkur jarayon yuzaga keladi.

2. Ixtiyoriy, faol diqqatning tashqi ob'ektlarga yo'naltirilganligi va to'planganligi turli omillar ta'siri tufayli samaradorlik darajasini pasaytiradi, asabiy holat ishchanlikni kamaytirib muloqot maromiga putur yetkazadi.

3. Inson o'zini erkin, ozod, bemalol his etish hislatini o'zlashtirish uchun jismoniy keskinlik, asabiy taranglik, aqliy zo'riqish orqali ko'zlangan maqsadiga yetishi mumkin Yuqoridagi qoidalarga barcha talabalar rioya qilib, gavdalarini to'g'ri tutish, muammoli vaziyatlarga va muloqot maqsadiga, maromiga mutanosib tushadigan hodisalar, holatlar, sharoitlar, muayyan muhit, mazmunli harakatlar, imo - ishoralar, mimika, pantomimika ustida ishtiyoq bilan shug'ullansalar, yengil tabassum, iliq, miyig'ida kulish, chiroyli yurish kabi mashqlarni amalga oshirsalar, noverbal nutq yordami bilan shaxslararo munosabatni to'g'ri yo'lga qo'yish imkoniyatiga erishadilar. Atrofdagilarda yoqimli taassurot qoldirish, ularda mehr - muhabbat tuyg'usini uyg'otish muloqotdosh tanlashga imkon tug'diradi. Jismoniy va ma'naviy jihatdan erkinlikka erishish o'ziga ishonch tuyg'usini yuzaga keltirsa, mustaqillik muloqotda teng huquqli sherik bo'lishga shart-sharoit yaratadi.

Muloqotning asosiy vazifalari quyidagilarda o'z ifodasini topadi:

1) hamqorlikdagi faoliyat jarayonida shaxslararo o'zaro ta'sir va muloqot qonuniyatlarini o'rganish;

2) SHarq allomalarining muloqot haqidagi qarashlarini tahlil qilish;

3) talabani faollikka undovchi muomalaviy imkoniyatlari mavjudligini ta'kidlab o'tish;

4) talabalarda kasbiy layoqatni faollashtirishga qaratilgan muloqotni shakllantirish;

5) shaxslararo munosabatlarni muvofiqlashtirishda muloqotning rolini orttirish;

6) o'zaro ta'sir etishning ayrim oqibatlarini hisobga olish.

Biz bo'lajak mutaxassislarda quyidagi muomala xususiyatlarini shakllantirishimiz zarur:

— muomala madaniyatining nazariy asoslarini;

— shaxslararo munosabatlar qonuniyatlarini;

— pedagogik muloqotning qonuniyatlarini;

— oilada, guruh va jamoalarda muloqotga qo'yiladigan asosiy talablar haqida tasavvurga ega bo'lishi kerak;

— shaxsda muloqot shakllanishini o'rganish;

— muomala madaniyatini barcha guruh va jamoalarda shakllantirish;

— shaxslararo munosabatlarda muloqotning ahamiyatini kuzatish;

— muloqot sirlarini bilishi va qo'llay olishni;

- guruhlarda muloqotni shakllantirish metodikalarini o'tkazish;
- oilada muloqot madaniyati, muloqot sirlaridan bohobar bo'lish;
- muloqot madaniyatini shakllantirish maqsadida psixologik maslahatlar tashkil tish yuzasidan ko'nikmalar hosil qilish.

SHaxs muloqotini shakllantirishda uning yoshi, jinsi, kasbi, dunyoqarashini hisobga olgan holda ish olib borish lozim. Masalan, biz kichik yoshdagi bolalarga kattalarga nisbatan qo'llaydigan so'zlarni ishlatmaymiz. Har bir yosh davriga kiradigan kishilarga o'ziga xos so'zlar qo'llaniladi. Bunda so'zning ta'sir kuchi hisobga olinadi. Shaxsni temperament xususiyatlariga qarab muloqot usullarini qo'llash katta ahamiyatga ega. SHaxsda ko'nikma, bilim, malakalarning hosil bo'lishida muloqotning o'rni beqiyos. Oddiy ko'nikma ("to'g'ri o'tir, qo'lingni yuv, joyingga bor, salom ber") larni ham muloqot orqali singdiriladi.

SHaxs muloqotini shakllanishida uning tarbiyalanganlik darajasi muhim o'rin egallaydi. Masalan, shaxsga kuchli ta'sir etadigan so'zlarni qo'llasangiz ham u qabul qilmasligi, sizning bergan ko'rsatmalingizga amal qilmasligi mumkin. Chunki u yoshligidan muomala madaniyatini egallashi kerak. Muloqotning shakllanishida maqsad to'g'ri qo'yilishi lozim. Muloqot ta'lim-tarbiya jarayonida, turli vaziyatlarda rivojlanadi. Masalan, oilada, mahallada, jamoada, guruhda. Agar oilada kattalar bir-birlariga qo'pol munosabatda bo'lsalar, bola ham ularga taqlid qilib atrofdagilar bilan nizolarga borishi mumkin.

Biz oldimizga har tomonlama rivojlangan, yetuk, komil inson (shaxs)ni tarbiyalashni qo'yanmiz. Prezidentimiz doimo yoshlarni erkin fikrlaydigan qilib tarbiyalashni uqtiradilar. Demak, muloqot fikrlash bilan uzviy bog'liq holda shakllanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Maxsudova M. Umumiy psixologiya. (ma'ruzalar matni) N. 2002.
3. G'oziev E.G. Umumiy psixologiya. Toshkent. 2002. 1-2 kitob.
4. G'oziev E.G. Muomala psixologiyasi. T-2001
5. G'oziev E. Psixologiya. T. "O'qituvchi" nashriyoti. 2003. (darslik).

SUITSIDIAL HOLATGA TUSHGAN BOLALARGA PSIXOLOGIK YORDAM

*Jamoliddinova Adolat Tuxtasinovna
Namangan viloyati Chortok tumani 8-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 sogʻlom va barkamol avlodni tarbiyalash eng ustivor vaifalardan biridir. Ruhiy sogʻlom, maʼnaviyati yuksak, jismoniy va aqliy yetuk farzandlar yurt kelajagidir. Hozirgi kunda fan-texnikaning jadal surʼatlar bilan rivojlanishi nafaqat jamiyat hayotiga balki oʻsib kelayotgan yosh avlodning taʼlim-tarbiyasiga ham oʻz taʼsirini oʻtkazmasdan qolmayapti. Buning natijasida oʻquvchi yoshlarimizda psixologik tanglik, qiyin vaziyatlar yuzaga kelmoqda. Albatta bunday tanglik holatlari oʻquvchining jismoniy, psixik va aqliy rivojlanishiga oʻz taʼsirini koʻrsatmoqda.

Tanglik vaziyati-shaxsning psixikasida roʻy beradigan hissiy zoʻriqlashlarni kuchli darajada namoyon boʻlishidir. Bunday holat shaxsning bilish jarayonlariga, aqliy faoliyatiga, shaxslararo munosabatlar tizimida tutgan oʻrniga bogʻliqdir. Shuningdek, bu holat shaxsdagi xulq-atvor meʼyorlarida ham oʻziga xos oʻzgarishlarni yuzaga keltiradi.

Oʻsmirlarni tengdoshlari oʻrtasida uni qoniqtiradigan oʻziga xos oʻrinni egallashga intilish xulq-atvor meʼyorlariga va referent guruhlar qadriyatlariga yuqori darajada qiziqish bilan qoʻshilishi kuzatiladi. Oʻsmir psixikasidagi oʻtish davri unda bolalik va kattalik xususiyatlarini birgalikda bir vaqtda mavjud boʻlishi bilan izohlanadi. Oʻsmirlik yoshida odatda kichikroq yoshdagilar uchun xarakterli boʻlgan xulq-atvor reaksiyalariga moyillik koʻpincha saqlanib qoladi. Ularga quyidagilar taalluqli:

1.Voz kechish reaksiyasi. U xulq-atvorning oddiy shakllaridan munosabatlar, uydagi majburiyatlar, oʻqish va boshqalardan voz kechishida ifodalanadi. Aksariyat hollarda odatiy hayot sharoitlaridan keskin uzilishlar (oiladan uzilish, maktabni oʻzgartirish) sabab boʻladi.

2.Qarshilik, qatʼiy norozilik, eʼtiroz reaksiyasi. U oʻz xulq-atvorini talab qilinayotganlarga qarama-qarshi qoʻyishida namoyon boʻladi: namoyishkorona mardlik, sababsiz darsga kelmaslik, qochish, oʻgʻrilik qilish va hatto norozilik sifatida amalga oshiriladigan bir qarashda beʼmani boʻlgan xatti-harakatlar.

3.Taqlid qilish reaksiyasi. U odatda bolalik yoshiga xos boʻlib, tugʻilgan va yaqin insonlarga taqlid qilishda namoyon boʻladi. Taqlid reaksiyasi asotsial muhitdagi shaxs sifatida kamolotga yetgan oʻsmirlar guruhi uchun xosdir.

4.Kompensatsiya reaksiyasi. U oʻzining bir sohadagi muvaffaqiyatsizligini boshqasidagi muvaffaqiyatlari bilan toʻldirishga intilishida ifodalanadi. Masalan, oʻzlashtira olmayotgan oʻsmir sinfdoshlari hurmatiga, qoʻpol, nojoʻya xatti-harakatlari orqali erishishga harakat qilishi mumkin.

5.Giperkompensatsiya reaksiyasi. Bola yoki oʻsmir koʻproq muvaffaqiyatsizlikka duch keladigan sohalardagina aynan muvaffaqiyat qozonishga intilishi bilan asoslanadi.

Oʻsmir uchun xos boʻlgan psixologik reaksiya ijtimoiy muhit bilan oʻzaro taʼsir asosida yuzaga keladi. Masalan, oʻsmirning ozodlikka intilishi. Bu holatda oʻsmirning mustaqillikka, kattalar vasiyligidan xalos boʻlishga intilishini aks etadi.

Yuqorida keltirilgan vaziyatlar davolash yaʼni korreksiyasini talab qiladi. Xulq-atvor buzilishlarining patologik va patologik boʻlmagan shakllarini oʻz vaqtida farqlash juda muhim, chunki ular turli shakldagi pedagogik va ijtimoiy yordamga muhtoj ayrim vaziyatlarda doir-darmon bilan davolashni talab qilinadi. Oʻsmirlik davridagi psixik rivojlanishning muhim yoʻnalishi 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. Haddan tashqari agressiv bolalar o`z tengdoshlari orasidan siqib chiqariladilar. Bunday bolalar o`zlarini ho`rlangandek his qilib, o`zlari kabi agressiv bolalar guruhidan joy topadilar. Bu esa muammoning ustiga yana muammo tug`dirmasdan qolmaydi.

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

“Niqobni uzat” mashqi

Maqsad: o`smirlarni tetiklashtirish va ularni guruh bo`lib ishlash uchun tayyorlash, ishtirokchilarning o`zlariga ma`qul bo`lmagan kayfiyatdan qutulishlari va to`liq ishga jalb bo`lishlari hamda mashqning guruhda ko`tarinki kayfiyatni uyg`otishiga erishish.

Ko`rsatma: nima qilayotganimni ko`rish uchun menga qaranglar. Men yuzimda biror bir emotsiyani aks ettirishga harakat qilyapman. Mana, masalan, (bunda trener biror qandaydir emotsiyani aks ettirib zudlik bilan guruhning barcha a`zolari ko`rishi uchun aylanadi). Keyin esa men o`zimning chap tomondagi qo`shnimga o`girilaman va u mening yuz ifodamni yaxshilab ko`rib olishi kerak. So`ngra u mening yuz ifodamdagi holatni hech qanday o`zgarishsiz o`zi aks ettirishi lozim. U buning uddasidan chiqishi

bilan bir marta aylanib so`ng yangi yuz ifodasi bilan chap tomoniga qarashi zarur. Shunday qilib barcha navbati bilan shu holatni takrorlab boradi.

“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 yozganingizda 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 yoqimli?”, “Quyida sanab o`tilgan hislardan qay biri sizga yaxshi tanish?” kabi savollarga javob berish taklif qilinadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

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

ВОЯГА ЕТМАГАНЛАР ЎРТАСИДА ИЖТИМОЙ МАЪНАВИЙ МУХИТНИ СОҒЛОМЛАШТИРИШ (НОСОҒЛОМ ОИЛАЛАР МИСОЛИДА)

*Ахмаджанова Холда Умархон қизи
Наманган вилояти Чортоқ тумани 8-мактаб психологи*

Ҳозирги кунда носоғлом оилаларда вояга етмаган ўқувчилар ўртасида соғлом психологик мухитни яратиш ҳозирги куннинг энг долзарб масаласига айланмоқда.

Бундай оилаларнинг келиб чиқиш сабаблари: ота-оналарнинг маълум бир ишга эга эмаслиги, ичкиликка берилган, маълум бир иш ҳақи ҳисобига ишламайдиган, гиёҳванд моддаларни истеъмол қиладиган ота-оналар фарзандлари ижтимоий ва маънавий томондан носоғлом болаларнинг пайдо бўлишига сабабчи бўлмоқда.

Шу боисдан ҳам “Ҳар қайси миллатнинг ўзига хос маънавиятини шакллантириш ва юксалтиришда, ҳеч шубҳасиз, оиланинг ўрни ва таъсири беқиёсдир. Чунки инсоннинг энг соф ва покиза туйғулари, илк ҳаётий тушунча ва тасаввурлари биринчи галда оила бағрида шаклланади. Боланинг характерини, табиати ва дунёқарашини белгилайдиган маънавий мезон ва қарашлар-яхшилик ва эзгулик, олижаноблик ва меҳр-оқибат, ор-номус ва андиша каби муқаддас тушунчаларнинг пойдевори оила шароитида қарор топиши табиийдир.

Мактаб оиладан кейинги энг муҳим ижтимоий муҳит ҳисобланиб, педагогик жамоанинг асосий вазифаларидан бири–ўқувчилар ўртасидаги салбий ҳолатлар ва ноижтимоий хулқнинг олдини олишдан иборат.

Мактабда ота-оналарга хизмат кўрсатиш бўйича уларни қизиқтирган масалалар юзасидан маслаҳатлар бериш мақсадга мувофиқдир. Жумладан, оиладаги тарбияси қийин ўсмирларни тузатишда низоли вазиятларга оид ва бошқа кўпгина масалалар бўлиши мумкин. Бугунги кунда ота-она ва болалар ўртасидаги зиддият ва муаммоларни олдини олиш, бир-бирин тушиниш, оилада илиқлик яратиш энг долзарб вазифалардан бири ҳисобланади. Ёш даврининг ҳар бир босқичида ҳам ўтиш даври кечади. Айниқса, кўпчилик ўсмирларда бу даврдаги ўтиш жараёни жуда сезиларли даражада кўзга ташланади. Оддий одамларнинг қарашида ўтиш даври фақат ўсмирлик ёшидагина кузатилади, деган фикр илгари суриб келинган. Аслида эса, ҳар бир даврнинг ўтиш жараёни бўлади. Лекин бу жараён ҳар кимда ва ҳар ўтиш даври турлича кўринишда бўлади. Шунингдек, ўсмирлик даврида бу кўриниш юқори даражада бўлади. Бу ёшдаги болаларга турлича босим ўтказмасдан, уларнинг фикрлари, қарашлари инобатга олинган ҳолда ёндошишни талаб этади.

Шунинг учун ўсмирларда кузатиладиган оғир ўтиш даври муаммоларининг олдини олиш ва уни бартараф этиш мақсадида ота-оналар йиғилишларида маърузалар, тренинг машғулотлари ва коррекцион машғулотлар билан иштирок этиш зарур. Тренинглар орқали ота-оналарнинг бола тарбиясида йўл қўяётган хато ва камчиликларини кўрсатишлари лозим. Шунингдек, ижтимоий психологик ҳимояга муҳтож ўқувчиларнинг ота-оналарига психологик маслаҳат ишларини ташкиллаштиришлари керак.

Ушбу нуқтаи-назардан мактаб педагогик жамоасининг ҳамкорликдаги ишларни ташкиллаштиришлари юзасидан қуйидагиларни тавсия этамиз:

1. Ўқувчиларнинг ижтимоий малакаси, ижобий қизиқишларини ривожлантириш ва бўш вақтларини ташкиллаштиришга ёрдамлашувчи тадбирларни ўтказиш.
2. Ҳуқуқбузарлик, дарс қолдириш, ўзлаштирмаслик муаммолари бўйича сўровномалар ўтказиш (ташхис қўйиш ва б.).
3. Мутахассисларни жалб қилган ҳолда ижтимоий, тиббий, психолого-педагогик ёрдамга муҳтож болалар ва оилаларни аниқлаш

4. Ота-оналар ва ўқувчилар ўртасида ҳуқуқий тартиб масалалари бўйича тушунтириш ишларини кучайтириш.
5. Мактабда оила ва маҳалла ҳамкорлигида ўсмирлар билан олиб бориладиган тарбиявий профилактика ишларини такомиллаштириш.
6. Фарзандининг ўқиши ва тарбиясида муаммолар бўлган оилаларга ёрдам бериш.
7. Боланинг давомати ва ўзлаштиришига салбий таъсир кўрсатаётган сабабларни бартараф этишга кўмаклашиш.

Болаларнинг ижтимоий-маънавий психологик муҳофаза қилиш учун қуйидаги психологик маслаҳатлар орқали ота-оналар йиғилишларида, мактаб-педагог жамоаларида мактаб амалиётчи психологлари томонидан ота-оналарга ва мактаб педагогик жамоасида ёритилиб бориши мақсадга мувофиқ бўлар эди улар:

- ✓ Болаларнинг бўш вақтларини тўғри ташкил қилиш;
- ✓ Болаларнинг дарс тайёрлаши учун шароитлар яратиш;
- ✓ Бола билан дўстона муносабатда бўлиш;
- ✓ Биргаликда сайр қилиш;
- ✓ Муаммоларни биргаликда ечиш;
- ✓ Соғлом кун тартибини тузиш;
- ✓ Ўз ҳатти-ҳаракатлари орқали болаларга ўрнак бўлиш;
- ✓ Болани қўллаш-қувватлаш;
- ✓ Спорт билан биргаликда шуғулланиш;
- ✓ Оилада бир-бирига меҳрли муносабатда бўлиш.

Кўплаб педагог олимлар томонидан ўтказилган тадқиқот натижаларига ва илмий хулосалари шуни кўрсатадики, болалар ўзлари яшаётган ҳаёти давомида ундаги муҳит ва шароит унинг шахсий характер хусусиятларини намоён бўлишига сабаб бўлар экан. Педагог Дороти Доу Нолтнинг қарашлари ёхуд болалар ўзлари яшаётган ҳаётдан нимани ўрганишлари ҳақида қуйидагиларни хулоса қилади

- * Агар бола танқид билан яшаса, у айблашни ўрганади.
- * Агар бола адоват билан яшаса, у уришишни ўрганади.
- * Агар бола қўрқувда яшаса, у қўрқоқликни ўрганади.
- * Агар бола афсусда яшаса, у афсусланишни ўрганади.
- * Агар болани устидан кўп қулишса, уятчан бўлишни ўрганади.
- * Агар бола қизиқиш билан яшаса, у ҳавас қилишни ўрганади.
- * Агар бола уят билан яшаса, у ҳадик ва айбдорлик ҳиссини ўрганади.
- * Агар бола қўллаб қувватлаш билан яшаса, у ўзига ишонишни ўрганади.
- * Агар бола бағрикенгликда яшаса, у сабрли бўлишни ўрганади.
- * Агар бола мақтов билан яшаса, у қадрлашни ўрганади.
- * Агар бола тан олиш билан яшаса, севишни ўрганади.
- * Агар бола дўстлик билан яшаса, у ер юзи яшаш учун ажойиб жой эканлигини тан олади
- * Агар сиз осойишталик билан яшасангиз, сизнинг фарзандингиз ҳам осойишталикда яшайди.

Мактаб психологи, маънавий-маърифий ишлар бўйича директор ўринбосарлари, синф раҳбарлари ҳамкорликда ижтимоий психологик муаммолари мавжуд бўлган болаларнинг оилавий аҳволини ўрганиши, мактаб

билан ота-она ўртасида узвий алоқани ўрнатиши, ўқув фанлари ўқитувчилари билан алоқани мустаҳкамлаши, ўқувчининг дарсга қатнашини кузатиши, дарсдан ташқари фаолиятини назорат қилиши, турли сўровномалар, савол-жавоблар ўтказишлари орқали тарбияси оғир болалар билан ишлаш дастури ва режаларини белгилаб олишлари лозим.

ШАХС ВА УНИНГ ХУСУСИЯТЛАРИ, ҚОБИЛИЯТЛАРИНИ ШАКЛЛАНТИРИШДА ГЕНЕТИК, ОИЛАВИЙ-ИЖТИМОЙ ОМИЛЛАРНИ РОЛИ ВА ВАЗИФАЛАРИ

*t.f.n. G'.S.Arifxodjayev, M.Sh.Toshtemir qizi, Sh.X.Muxammadibrohim qizi
JDPI Defektologiy-logopediya yo'nalishi 1-bosqich magistranti*

Аннотация: Шахс психологияси, шахс ривожланишининг хусусиятлари, характер, темперамент тушунчалари кўрсатилган. Шахс психологиясини билиш, тушуниш ҳамда амалиётда қўллай олиш. «Шахс» ва «индивид» тушунчаларини таърифлаш. Шахс структураси. «Эндопсихика» ва «Энзопсихика» тушунчаларини мохиятини аниқлаш. Шахс индивидуаллиги ва уни ташкил этувчи психик элементлар. Шахс йўналганлиги ва унинг таркибий қисмлари: Маъсулият, идеаллар ва мақсадлар, қизиқиш, дунёқараш, эътиқод, установка.

Шахс – ижтимоий ва шахслараро муносабат махсули, онгли фаолиятнинг субъекти бўлмиш индивиддир. Шахсга таълуқли бўлган энг муҳим хусусиятлари унинг жамиятдаги мураккаб ижтимоий муносабатларига бевосита алоқадорлик, ижтимоий фаолиятга нисбатан ҳам объект, ҳам субъект бўлишидир. Демак шахс ташқи ижтимоий таъсирларни ўз онги ва идроки билан қабул қилиб, сўнгра шу таъсирларнинг субъекти сифатида фаолият кўрсатади.

Ижтимоий муҳит – бу инсоннинг аниқ мақсадлар ва режалар асосида фаолият кўрсатадиган дунёсидир.

Ижтимоийлашув – инсон томонидан ижтимоий тажрибани эгаллаш ва ҳаёт фаолияти жараёнидир. Содда тил билан айтганда, ижтимоийлашув – ҳар бир шахснинг жамиятга қўшилиши, унинг нормалари, талаблари ва таъсирини қабул қилган ҳолда ҳар бир ҳаракатни ва муомиласида уни кўрсатиши ва шу ижтимоий тажрибаси билан ўз навбатида ўзгалага таъсирини ўтказа олиш жараёнидир. Ижтимоийлашув жараёнида таъсир этувчи ташқи омилларга оила, боғча, маҳалла, мактаб, махсус таълим ўчоқлари, олийгоҳлар, меҳнат жамоалари ҳамда норасмий уюшмалар киради. Ижтимоийлашув жараёнида шахс фаолиятининг йўналтириб турадиган реал вазиятларга нисбатан боғлиқ бўлмаган турғун, барқарор мотивлар мажмуига эга бўлишлик шахснинг йўналганлиги деб аталади. Бунда мотивлар англанилган ёки англанилмаган бўлиши мумкин.

Йўналганликнинг энг муҳим таркибий қисмларини қуйидагилар ташкил этади:

Маъсулият – ижтимоийлашув жараёнида шахснинг етуқлигини белгиловчи муҳим кўрсаткичлардан бири бўлиб ҳисобланади. (назорат локуси, Америкалик Фоттер назарияси, инсонда икки типли маъсулият.)

Қизиқишлар – бирон бир соҳада тўғри мўлжал олишга, янги фактлар билан танишишга, воқеяликни анча тўла ва чуқур акс эттиришга ёрдам берадиган мотивдир. Қизиқишларнинг энг муҳим томони шахснинг дунёқараши ва этиқодини шакллантиришга асос бўлади.

Эътиқод ва дунёқараш. Эътиқод – шахсни ўз қарашларига, тамойилларига дунёқарашига мувофиқ тарзда иш кўришга даъват этадиган мотивлар системасидир. Эътиқод ва қизиқишлар дунёқарашини шакллантиради.

Дунёқараш – тартибга солинган яхлит онгли тизимга айлантирилган билим, тасаввур ва ғоялар мажмуи бўлиб, у шахсни маълум бир қолипда, ўз шахсни қиёфасига эга тарзда жамиятда муносиб ўрин эгаллашга чорлайди. Установа (йўл-йўриқ) – шахснинг атроф муҳитда содир бўлаётган ижтимоий ходисаларни объектларни ижтимоий гуруҳларни маълум тарзда идрок этиш қабул қилиш ва улар билан муносабат ўрнатишга рухий ички хозирлик сифатида одамдаги дунёқарашни ҳам ўзгартиришга алоқадор категориядир. Йўл-йўриқ учта асосий компонент (кичик тузилиш)га бўлинади:

1. Когнитив компонентлар – йўл-йўриқ объектига алоқадор билимлар, ғоялар тушунча ва тасаввурлар мажмуи.

2. Аффектив компонентлар – йўл-йўриқ объектига нисбатан субъект хис қиладиган реал хиссиётлардан.

3. Хиссиёт компонентлар – субъектнинг объектига нисбатан реал шароитларда амалга ошириш мумкин бўлган харажатлар мажмуи.

Шахснинг шаклланиш босқичлари. Психологияда шахсни шаклланиши ва ривожланишига таъсир этувчи биогенетик омиллар билан бир қаторга психогенетик ёндошиш ҳам мавжуд бўлиб, бунда шахс ривожланишида психик жараёнларнинг тарақиётининг биринчи даражали аҳамиятга эга деб ҳисоблайди шу нуқтаи назардан олимлар шахсни ривожланишнинг ёш хусусиятлари ҳисобга олган ҳолда даврларга ажратадилар. Жумладан:

1) мактабгача ёшдаги болалар психологияси бу ёшдаги давр инсоннинг туғилганидан 6-7 ёшгача бўлган даврни ўз ичига олиб, унинг ўзи ҳам 1 қанча даврларга бўлиниб кетади:

1. Чақалоқлик даври (10 кунлигигача)

2. Гўдаклик даври (10 кунликдан то 1 ёшгача)

3. Илк болалик даври (1-3 ёш)

4. Мактабгача ёшдаги болалар психологияси (3-4 ёшдан 6-7)

5. Кичик мактаб ёшидаги болалар психологияси (6-7 ёшдан 10-11 ёшгача)

6. Ўсмирлар психологияси (11-15 ёшгача)

7. Балоғат даври 1-босқичи (15-17 ёш) 2-босқичи (17-18 ёшдан 22-25 ёшгача бўлган даври олади)

8. Етуқлик даври (23-28 илк даври, ёшлик даври)

Етуқлик даврининг 1 босқичи 28-35 ёш, 2-босқичи 36-55 (60)

9. Қарилик даври 56(61) – 74, 75-90 ёшгача

К. Роджерснинг «Мен – концепция»си назариясининг асосий мазмуни.

1. Одам бевосита ўзи ва билвосита ташқи олами билан боғлиқ бўлган ўзининг ички ўзгарувчан тушунчалари ва тасаввури дунёси яшайди.

2. Психик борлиқни ўзи бевосита тушунмаган ҳолда ўзининг ички дунёсини ташқи борлиги деб ҳисоблаб идрок этади.

3. Ўз-ўзини англаш ва идрок этишининг барқарор йиғиндиси – «Мен» образини, ёки «Мен» – концепциясини ташкил қилади. Бу идрок йўқолиши ота-она ва шароит авторитети билан боғлиқ ҳолда сезилмасдан ўзгариши мумкин.

4. Одам «Мен» образини ривожлантириш, фаоллаштириш, химоялаш, сақлаш йўналишида доим хизмат қилади. Бунда эмоциялари, тасаввури «Мен» образи ёки «Мен» – концепциясига муофиқ ҳолда ўзини тутади.

5. Барча ахборотларнинг, образларнинг ўз иши фаоллаши, сақлаш агар шахснинг «Мен» образига мос келса у ҳолда унинг хулқ атворига бу маълум таъсир кўрсатади.

Инсон ўзини англаб етиши шахснинг шаклланиши ва ривожланишининг асосий шартлари бўлиб ҳисобланади. Ўз-ўзини англаш эса шахснинг ўз «Мен»и билан бевосита боғлиқдир. Шахснинг ўзини англаб етишини дастлабки босқичини Ч.С.Кон. «Мен» нинг кашф этилиши деб атаган. Бу босқичда шахс ўз «Мен» нини мавжудлигини хис қилиши жараённинг натижаси ҳисобланади. Ўзининг «Мен» нини хис қилиш шахснинг чақалоқлик давридан аста секин бошланади ва узоқ давом этади. 1 ёшли бола ўз танасининг сезгирлигини ўзидан ташқаридаги буюмлар туфайли содир бўлаётган сезгилардан фарқини англай бошлайди. Сўнгра 2-3 ёшидан бола буюмлар билан ўз хусусий ҳолатлари жараёнини катта одамларнинг ҳолатларидан фарқини ажрата бошлайди ва барча ҳолатларни ўзи бажаришига ҳаракат қила бошлайди. Ҳамда ўз хатти – ҳаракатларини англай бошлайди. Болаларда боғча билан мактабга бориш оралиғида ва бошланғич синфларда ҳамда ўсмирларда катта ёшдагилар ёрдамида ўз ютуқлари ва мувафақиятсизликларининг сабабларини англаб етиш даражасида ўзининг психик хусусиятларига баҳо бериш имкониятлари пайдо бўлади. Ўспиринлик ва ёшлик даврида ижтимоий ҳаётга ва меҳнат фаолиятига фаол қўшилиб кетиш натижасида Ўзига ижтимоий – ахлоқий жиҳатдан баҳо беришнинг кенгайтирилган тизими шакллана бошлайди, ўзини англаб етиши тугалланади ва «Мен» образи таркиб топади.

«Мен» образи – индивиднинг ўзи ҳақидаги нисбатан барқарор, кўпроқ ёки озроқ даражада англашилмаган, бетакрор деб хис қилинадиган тасаввурлар тизими бўлиб, индивид бошқалар билан ўзаро биргаликда ҳаёт қилишида ана шунга асосланади. «Мен» образининг таркибий қисмлари 3 хил бўлади:

1. Когнитив: Кишининг ўз қобилиятлари, ташқи қиёфаси, ижтимоий аҳамияти ҳақидаги тасаввурлари;

2. Хиссий баҳолаш таркибий қисми: ўзини хурмат қилиши, ўзига танқидик нуқтаи назардан ёндошиши, ўзинигина севиши, ўзини камситиши ва х.к.з. лар киради.

3. Хулқ атвор (иродавий) таркибий қисми: ўзини тушунишлари учун интилиш, бошқаларни хурматини қозониш, ўз мавқеини кучайтириш ёки

сусайтириш истаги, баҳо бериш ва танқид қилишдан тийилиш, ўзини камчиликларини беркитиш ва хоқозолар.

«Шахс», «Характер», «Темперамент» тушунчаларини билиш.

Характер – шахснинг фаолият ва муомилада таркиб топадиган ва намоён бўладиган барқарор индивидуал хусусиятлари бўлиб, индивид учун типик хулқ атвор усулларини юзага келтиради.

Қобилият – шахснинг мазкур фаолиятини мувафақиятли амлага ошириши шарти ҳисобланган ва бунинг учун зарур билим, кўникма ва малакаларни эгаллаш динамикасида юзага чиқадиган фарқларда намоён бўладиган индивидуал хусусиятдир.

Малака деб – кишида мақсадга мувофиқ тарздаги хатти ҳаракатларни ижро этиш ва бошқаришнинг айнан шу тарзда қисман автоматлашувига айтилади.

Кўникма деб – қўйилган мақсадга мувофиқ тарзда хусусият усулларини танлаш ва амалга ошириши учун мавжуд билимлар ва малакалардан фойдаланишга айтилади.

Гиппократ таълимотига кўра одамларнинг темпераменти жихатидан турлича бўлиши уларнинг организмдаги суюқликларнинг нисбати турлича бўлишидадир. Гиппократ фикрича одам танасида 4 хил суюқлик яъни қон, сариқ ўт, қора ўт, ва балғам – шилимшиқ модда (яъни лимфа) лар бор. Аралашмалардан қайси бири устун бўлишига қараб, одамлар темпераменти ҳар хил бўлади. Жумладан **Холерикларда** сариқ ўт, **Сангвиникларда** – қон, **Меронхоликларда** қора ўт, **Флегматикларда** эса балғам (лимфа, шилимшиқ модда) устун бўлади.

И.П.Павлов темпераменти олий нерв фаолияти билан боғлиқлигини ўз тажрибаларида исботлайди ва О.Н. фаолиятининг 4 асосий типини ажратиб кўрсатади. Бу типлар Гиппократнинг темперамент типига мос келади деб таъкидлайди. Яъни, 1) кучли, мувозанатли ва тез (жонли) – **сангвиник**, 2) кучли, мувозанатли ва секин – **флегматик**, 3) кучли, мувозанатсиз (бехаловат) (қўзғалишдаги тормозланишдан устун чиқади, қизиққон, жўшқинлар - **холерик**, 4) кучсиз тип – **меланхолик**.

Шахснинг характериға тегишли бўлган хусусиятларни характер хислатлари дейилади. Характернинг асосий хислатлари намоён бўладиган характер хусусиятлари қуйидаги гуруҳларға бўлинади.

1) Меҳнат фаолиятида намоён бўладиган характер хусусиятлар: меҳнатсеварлик, меҳнатқашлик, ташаббускорлик, ишға лаёқат, ишиға қобиллик, маъсулият, дангасалик ва х.к.з.лар.

2) Инсонларға бўлган муносабатларда намоён бўладиган характер хусусиятлар: одоблилик, меҳрибонлик, мулоқотға киришганлик, ғамхурлик ва бошқалар.

3) Ўз-ўзига мулоқотға алоқадор характер камтарлик, камсуқумлик, мағрурлик, ўзига бино қўйиш ўз-ўзига танқид қилиш, манмансираш ва х.к.

1. **Гипертим** –бу тоифадагилар ўта киришимли, сузамон бўладилар, имо-ишоралар, мимика ва фантомимика орқали ўз хис туйғуларини намоён қиладилар. Улар тўсатдан суҳбатнинг дастлабки мавзусидан четға чиқадилар. Бу тоифадаги одамда ўз хизмат ва оилавий мажбуритялараға етарли тарзда жиддий эътибор

бермасликлари оқибатида атрофдаги одамлар билан қисқа келишмовчиликлар юзага келади. Уларнинг ижобий томонларининг ишчан, оптимист, фаолияткор, ташаббускорлик каби сифатлари орқали намоён бўлади.

Шу билан биргаликда салбий хислатлари енгил табиат, жиззаки, ўз мажбуриятларига бефарқ муносабатда бўлиши.

2. **Дистемик** –бу тоифадагилар камгап, некбин кайфиятли, тортинчок бўлишади. Улар аксари уйда ўтиришни хошлашади, сершовкин даврларга интилувчан, аторофдагилар билан кам иктиловга боришади. Уларнинг ижобий хислатлари: жиддий, ҳақиқатгуй, соф виждонли. Салбий томонлари: сусткаш, шахсиятпараст фикрлаш доираси торлиги.

3. **Циклоид** – бу тоифа кайфиятнинг тез-тез даврий ўзгариши, бунинг оқибатида уларнинг атрофдаги одамлар билан бўлган мулоқотининг ҳам ўзгариб туриши билан хусусиятлидир. Кайфияти чгг бўлганда у яхши хамсухбат, кайфияти ёмон вақтда тундрок бўлади.

4. **Қўзғатувчи** – бу тоифадагилар мулоқотга тортинчок, кўпинча улар тунд ва инжиқ, ёлғончиликка, сурбетликка, ихтилофга мойил, бу ҳолатда улар фаол хисобланади. Хотиржам ҳолатда улар софдил, хайвонларни ва кичкина болаларни яхши кўради. Кайфиятлари ёмон бўлганда улар инжиқ, жахлдор, ўзларини идора эта олмайдилар.

5. **Тўхталувчан** (тикилувчан)– бу тоифадагилар меёрида хамсухбат ақл ўргатувчи, камгап. Можаровий ҳолатларда фаол, ташаббускор, бошлаган ишида юқори кўрсаткичларга эришишга интилади, ўзига нисбатан талабчан. Ижтимоий адолатга хайрихоҳ, шунинг билан бирга аразчи, қасоскор, яқинларига ва ишдаги кўл остидагиларга нисбатан ўта талабчан.

6. **Педантик** – можараларига кам аралашади. Хизмат доирасида ўзини бюрократдек тутади, атрофдагиларга кўп талаблар кўяди. Шу билан бирга етакчиликни бажонидил бошқа одамларга беради. Баъзида оиладагиларига тартиб борасида ўта талабчан. Унинг ижобий хислатлари: софдил, тартибли, жиддий, ишларда ишончли. Салбий томонлари: формалист, писмик, қизикқон.

7. **Вахимачи** – бу тоифадагилар паст киришимли ўзига нисбатан ишончсиз. Улар можароларга кам аралашадилар ва бу ҳолатда қўллаб қувватловчи ва таянч ахтаради. У дўстликни қадрлайди, ўз-ўзига танқид кўзи билан ўрайди, ўзига топширилган вазифаларни сўзсиз бажаради. ўзининг химоясизлиги оқибатида ҳамма балога балоғардон, хазил хузул учун нишон бўлади.

8. **Эмотив** турлари – бу тоифадагилар тор доирадаги сараланаган одамлар билан алоқа қилишни афзал кўрадилар. Улар кам ҳолларда можароларга аралашадилар, хафаликларини ичларида сақлайдилар. Яхши хислатлари самийлик, раҳм-шавқатли, ўзгаларнинг ютуғидан қувонадиган, ижрочи. Салбий томонлари: йиғлоқи, ўз хиссиётли, иззатталаб.

9. **Намойишкорона** – бу тоифа кишилар тез мулоқотга кирувчи, етакчиликка интилувчан, хокимиятини эгаллаш хисси устивор ва мақтовни ёқтиради. Улар бошқаларга тез кўникувчан ва шу билан бирга кўнгли бўш. Бундай кишилар ўзларининг ўзи ишончлилиги ва юқори ўзига тортувчанликлари билан атрофдагиларнинг ғашига тегади, можароларни ўзлари келтириб

чиқарадилар ва фаол тарзда ўзларини ҳимоя қиладилар. Ижобий томонлари: қаноатли, артислик қила оладиган, бошқаларни ўзига қарата оладиган, ўз фикрининг турлилиги. Салбий томони: худбин, шахсиятпараст, мактанчок, дангаса

10. Экзолтир – бу тоифадагаилар ўта киришимли, сўзамон, бундай одамлар тез-тез бахслашадилар, лекин иш чок можароларга етиб бормади. Можароли холатларда улар бир пайтнинг ўзида ҳам фаол, ҳам сусткаш. Шу билан биргаликда дўстлари ва яқинларига боғланаган ва ғамхўр.

11. Экстравертир – улар ўта киришимли. Бундай одамларда дўстлари ва танишлари жуда кўп, улар эзмалик даражасига сўзамон, ҳар қандай маълумотни улардан очикчасига билиб олиш мумкин. Дўстлар даврасида, ишда, оилада кўпинча етакчилиқни бошқаларга ён босади, бўйсунини ва четда туришини афзал кўради. Ўзгаларни диққат билан эшитишига тайёрлик, сўрашган нарсани бажариш каби ижобий ҳислатларга эга. Салбий томонлари: таъсирга берилувчан, енгил табиат, маишатга ўч, иғво ва ғийбатларни тарқатишда иштирок этиш.

Холерик темперамент – хиссиётнинг тез ва кучли қўзғалувчанлиги, барқарор бўлиши билан характерланади. Холерик темпераментли кишиларнинг хиссиётлари уларнинг имо-ишораларида, мимикаларида, ҳаракатлари ва нутқларида яққол кўриниб туради. Холериклар қизгинлик ва тежанликка мойил бўладилар. Бундай темпераментли кишилар чакқон, умуман ҳаракатчан, серғайрат ва ҳар доим ўринувчан бўладилар.

Бу хил темпераментли болалар серғайрат бўладилар. Улар бир ишга тез киришадиган ва бошлаган ишини охирига етказадига бўладилар. Улар кўпчилик билан коллектив ўйинлар ўтказишни севадилар ва бундай ўйинларни кўпинча ўзлари бошлаб, охиригача актив қатнашадилар. Холерик темпераментли болалар аразчан, сержаҳл ва тажанг бўладилар. Бир нарсдан хафа бўлсалар, бу хафалик ўларда узоқ сақланади. Улардаги кайфият анча барқарор ва давомли бўлади.

Сангвиник темперамент – хиссиётнинг тез, кучли қўзғалувчанлиги, лекин беқарор бўлиши билан характерланади. Сангвиник темпераментли кишиларнинг кайфияти тез-тез ўзгариб, бир кайфият ўзига тескари бўлган иккинчи бир кайфият билан тез алмашиб турмоғи мумкин. Сангвиниклардаги психик процеслар холериклардаги сингари тез бўлади. Бу хил темпераментли кишилар илдам, чакқон, серҳаракат ва жўшқин бўладилар. Улар кўп ишга тез ва ғайрат билан киришадиган бўладилар, лекин ишдан тез совийдилар. Бир зайлдаги ишларни узоқ, давомли суратда бажаришга мойил бўлмайдилар. Сангвиник темпераментли болалар жуда серҳаракат, илдам ва чакқон бўладилар. Улар ҳар қандай ишга қатнашиш учун доим тайёр бўладилар: кўпинча, бир қанча вазифаларни бирданига бўйинларига оладилар. Лекин ҳар бир ишга иштиёқ билан тез киришганликлари сингари бошлаган ишдан тез қайтишлари ҳам мумкин.

Меланхолик темперамент – хиссиётнинг секин лекин кучли қўзғалувчанлиги ва барқарор бўлиши билан характерланади. Меланхоликлар барқарор, давомли бир кайфиятга мойил бўладилар лекин хиссиётларнинг ташқи ифодаси жуда заиф бўлади. Меланхолик темпераментли одамлар сусткаш

бўладилар. Меланхолик темпераментли одам ишга бирдан киришмаслиги мумкин, лекин бир киришса бошлаган ишни охирига етказди.

Бундай темпераментли болалар мўмин-қобил, юввош бўладилар, кўпинча биров савол билан мурожат қилса уялиб тортиниб жавоб берадилар.

Уларни дарров хафа ёки хурсанд қилиш енгил эмас. Лекин бир нарсдан хафа бўлсалар бу хафалик узоқ давом этади, барқарор бўлади. Улар бир ишга ёки ёпишиб киришмайдилар, лекин қандайдир ишга ёки бир уйинни бошласалар бунда чидам ва матонат кўрсатадилар.

Флегматик темперамент – хиссиётнинг жуда секин, кучсиз кўзғалиши ва узоқ давом этмаслиги билан характерланади. Флегматик темпераментли кишилар, хиссиётларнинг ташқи ифодаси кучсиз бўлади. Бу хил темпераментли одамларни хурсанд қилиш, хафа қилиш ёки ғаблантириш анча қийин.

Флегматикларнинг психик процесслари суст ўтади. Бу хил темпераментли одамлар ниҳоят оғир, юввош, босиқ, ҳаракатлари салмоқли бўлади. Агар бир фаолиятга киришсалар уни қатъият билан давом этадилар.

Флегматик темпераментли болалар юввош, мўмин-қобил бўлади. Улар кўпчиликка аралашадиган, тортинчоқ ва ҳеч кимга тегмайдиган, бировларни ранжитмайдиган бўладилар. Агар биров улар билан уриш чиқармоқчи бўлса, ўйинларга мойил бўлмайдилар. Бу хил темпераментли болалар жиззаки бўлмайдилар ва одатда улар ўйин-кулгиларга мойил эмаслар.

Адабиётлар рўйхати

1. Умумий психология. (А.В.Петровский таҳрири остида чиққан). Тошкент, Ўқитувчи, 1992й.
2. Умумий психология. Э.Ғозиев Тошкент 2002й.
3. Н.Д.Творогова, Психология, Лекция для студентов медвузов. М. 1198г.
4. Р.С. Немов. Психология (в3-х книгах). М. 1998г.
5. В.Г. Крисько. Психология и педагогика в схемах и таблицах. (Уч.-метод. Пособия). Минск.1999г.

PAST O`ZLASHTIRUVCHI O`QUVCHILAR BILAN PSIXOLOGIK MASHG`ULOTLAR O`TISH

*Biytemirova Dilfuza Abdiraimovna
Toshkent shahar Bektemir tumani 291-maktabi psixologi*

Аннотация. Shaxs tarbiyasi, uning ijtimoiy- psixologik kamolati har qanday davlatning bosh strategik maqsadlaridan biridir. Chunki shaxsni ma'lum ezgu g'oyalar, ijtimoiy psixologik va yuksak intellektual shaxs sifatida tarbiyalamay turib har jihatdan kamol topishga qodir jamiyatni qurib bo'lmaydi.

Bugun mamlakatimizda ijtimoiy-iqtisodiy sohalaridagi tub islohatlar har tomonlama barkamol, raqobatbardosh, ma'naviy jihatda yetuk kadrlarni tayyorlashni ko'zda tutadi. O'zbekiston Respublikasi prezidenti Shavkat Mirziyoyevning 2017-yil 7-

fevraldagi PF-4947-sonli Farmoni “2017-2021-yillarda O‘zbekiston Respublikasini rivojlantirishning beshta ustuvor yo‘nalishi bo‘yicha Harakatlar strategiyasi”da ta‘lim muassasalarida o‘quv-tarbiya jarayoni samaradorligini oshirish, jahon standartlariga mos tarbiya metodlarini joriy etish vazifalari belgilangan.

Ayni dam maxsus maktab va maktab-internatlarida faoliyat ko‘rsatayotgan amaliyotchi psixologlarning faoliyatida o‘quvchilar ruhiy holatlarini o‘rganish, xulq-atvoridagi “o‘g‘ishlar”ni oldini olishga qaratilgan choralarni ko‘rish, stress, nizo va ko‘plab salbiy emotsional kechinmalarining oldini olish ishlarini to‘g‘ri tashkil qilish psixologik xizmatning samaradorligini oshirish dolzarb muammolardan biri hisoblanadi. Mana shunday muammoli holatlarni yo‘qotishda esa psixologik xizmat sohasida mavjud bir qancha yo‘nalishlar yordam beradi.

Kalit so‘zlar: psixologik maslahat, shaxs, muloqot, autizm, psixologik korreksiya, ahloq, suhbat.

1.Kirish qismi: Shaxs shakllanishidagi “inqiroz”li davrlarning o‘quvchilar xulq-atvoriga ta‘siri.

Shaxsning shakllanishi dinamik xususiyatga ega. Shuning uchun uning rivojlanishida goho ilgarilashib ketsa, goho taraqqiyotdan orqada qolib ketish holatlari kuzatiladi. Ba‘zan “inqiroz”li davrlarni boshidan o‘tkazayotganlar esa o‘zlarining jismoniy va ruhiy salomatliklari bilan bog‘liq xotirjamlikni yo‘qotib qo‘yadilar, ruhiy tushkunliklar natijasida o‘z istiqbol rejalarini tuza olmaydilar, xuddi shu bois, o‘zlarining ijtimoiy mavqelariga putur yetkazadilar. Mazkur holatlarni o‘rganar ekanmiz, bunda barcha yondashuvlarga, tamoyillarga, yo‘l-yo‘riqlarga zamon ruhi orqali nazar tashlash talab etiladi. Bizni qiziqtirayotgan psixik buzilishning boshlanishi va namoyon bo‘lish jarayoni, uni tashkil qiluvchi xususiyatlari hamda kechishining asosiy holatlarini chuqur tahlil qilish xulq-atvor rivojlanishining nazariy namunalarini tuzish va shakllantiruvchi tajriba majmuasini yaratish, psixokorreksion ruhiy tuzatish zarur hisoblanadi. Xulq-atvor psixologiyasida, jumladan jahon psixologiyasi fanining asosiy tushunchalaridan hisoblanadi. Ko‘p hollarda esa bu psixologik kategoriya sifatida qaraladi.

“Inqiroz”li davrlar orasida o‘smirlik davri o‘zining xilma-xilligi va murakkabligi bilan ajralib turadi. Hozirgi kunda o‘smirlarni voyaga yetkazishnin o‘ziga xos qonuniyatlari, xususiyatlari, imloniyatlari, xatti-harakat motivlarining ifodalanishi va vujudga kelishining murakkab mexanizmlari mavjud. O‘smirlik davri taqlidchanligi, muqim nuqtai nazarning shakllanmaganligi, hissyotlilik, mardligi, tantililgi bilan farqlanadi. O‘smirlik davri xususiyatlarini tadqiq qilgan D.B. Elkonin va T.V.Dragunovlarning ta‘kidlashicha, o‘g‘il-qizlarning bu davrda o‘rtoqlari bilan munosabatlarga intilishi, tengdoshlari jamoasining hayotiga qiziqishi yorqin namoyon bo‘ladi. O‘smir o‘quvchilarning to‘g‘ri va to‘liq ta‘lim va tarbiya olishi uchun oila va maktabning o‘rni beqiyosdir.

2. Muammoni bartaraf etishning asosiy yo‘nalishlari

Mazkur muammoni bartaraf etishda quyidagi asosiy yo‘nalishlar mavjud:

- Xulqida og‘uvchanligi bo‘lgan o‘quvchilar, ularning sinf rahbarlari, ota-onalari bilan tizimli ishlash.

- Bolalar va o'smirlarda xulq og'ishining oldini olishga qaratilgan tavsiyalar ishlab chiqish.
- Maktab rahbariyati va jamoasi o'rtasidagi munosabatlarni kuzatish va turli muammoli vaziyatlarni oldini olish yuzasidan olib boriladigan tadbirlar o'tkazish.
- Psixologik profilaktika yo'nalishi bo'yicha olib boriladigan ishlarni maqsadli va uzluksiz olib borish.
 - Psixologik diagnostika yo'nalishi bo'yicha olib boriladigan ishlar.
 - Psixologik korreksiya yo'nalishi bo'yicha olib boriladigan ishlar,
 - Psixologik maslahat yo'nalishi bo'yicha olib boriladigan ishlar.
 - Psixologik pedagogik konsiliumlar va ularni o'tkazish tartibi.
 - Voyaga yetmagan bolalarni o'z joniga qasd qilish holatlarining oldini olishni amaliyotga muntazam joriy etish.

Sindagi o'quvchilar sonining tobora ortib borishi, maktabga jiddiy his-hayajon tangliklari bilan keladigan o'quvchilar sonining ortib borayotganligi va bilim, axloq darajalari turlicha bo'lgan o'quvchilardan iborat sinflar bilan ishlashga to'g'ri kelayotgan bir vaqtda, o'qituvchilar talabalarni rag'batlantirish va boshqarishning samaradorligini oshirishga tobora ko'proq ehtiyoj sezishmoqda. Turli xil jismoniy va ruhiy nuqsonlari mavjud o'quvchilarni sinflarga qo'shish harakatining kuchayib borayotganligi va sinflarda ta'lim borasida muammolari mavjud o'quvchilar sonining ko'payib borayotganligi va sinflarda ta'lim borasida muammolar mavjudligi o'quvchilar uchun psixologik muammo yaratishga sababchi bo'ladi.

O'sib kelayotgan yosh avlod ertangi kunimiz, kelajagimizning davomchilari ekanligini hisobga oladigan bo'lsak o'quvchilardagi mavjud psixologik muammolarni, jumladan xulq-atvorida "og'ish"i borlar bilan turli psixoprofilaktik chora-tadbirlarni ishlab chiqish bugungi kunda o'z dolzarbligini yo'qotmagan.

3. Maktabda psixologik muammolari bor o'quvchilar bilan psixologik maslahat o'tkazish shartlari.

Psixologik maslahat psixologik xizmatning obyektiga qarab rivojlanib, o'zgarib boradi, bu esa individuallik, shaxsga yo'naltirilganlik tamoyiliga asoslanadi. Shuningdek, quyidagilarni amalga oshirish maqsadga muvofiq bo'ladi:

4. Bola tarbiyasidagi qiyinchilikni bartaraf etishning optimal psixologik yo'llarini aniqlash.

5. O'smirning ichki ruhiy holatini: maqsadi, hayotga munosabati, o'z-o'ziga ishonchi, irodaviy – hissiy o'zini boshqarishni tahlil etib, shularga mos ravishda maslahat berish.

6. Maqsadga erishishda o'smir bilan psixologik birgalikda harakat qilishi.

7. Psixologik qiyinlikni bartaraf etish orqali o'smir hayotidagi ijtimoiy, shaxsiy vazifalarni hal etish.

8. Ayniqsa, o'smirlar bilan ishlashda uning individual psixologik xususiyatlarini bilish, maslahat berishda aniq maqsad qo'yish.

Qolaversa amaliyotchi psixolog psixologik maslahat berishdan tashqari o'smirlar bilan reja asosida psixokorreksion mashg'ulotlarni yakka va guruhlar asosida olib borishi kerak bo'ladi. Maktablarda amaliyotchi psixologlar tarbiyasi og'ir bolalar bilan ishlashda sinf rahbari ma'naviy va ma'rifiy ishlar bo'yicha direktor o'rinbosari, ota-

onalar qo'mitasi, mahalla fuqarolar yig'ini, voyaga yetmagan yoshlar bilan ishlash inspektori, yoshlar ittifoqi, hududiy sport va madaniyat tashkilotlari bilan hamkorlikda amalga oshirishi kerak. Psixologlar va pedagoglar tomonidan dezadaptatsiyalangan xulqning oldini olishga qaratilgan bir qator tavsiyalar ham ishlab chiqilgan. Ularning keltirgan tavsiyalariga ko'ra, sinf jamoasi a'zolarida sog'lom psixologik munosabat hissini shakllantirish va bu jamoada tarbiyasi qiyin o'smirlarga nisbatan ijobiy va faol munosabat ruhini keltirish biz aytgan muammolarga barham berar ekan.

4.Xulosa

Hozirgi davrning muhim xususiyatlaridan biri bugungi zamon talablariga mos keladigan, yangicha fikrlaydigan yoshlarni tarbiyalashdan iborat. Birinchi prezidentimiz Islom Karimov ta'kidlaganidek: "Fikrlash, ishlash va yashash madaniyatiga ega bo'lgan mustaqil shaxsni voyaga yetkazishimiz kerak". O'zbekiston Respublikasining "Ta'lim to'g'risida"gi Qonuni va "Kadrlar tayyorlash milliy dasturi" talablari asosida bolalarga ta'lim-tarbiya berishning asosiy maqsadi yosh avlodni milliy istiqloq g'oyalari asosida sog'lom, har tomonlama rivojlangan shaxs sifatida tarbiyalashdan iboratdir.

Afsuski, bugun maktablarimizdagi bir qancha o'quvchi yoshlarimizning ruhiyatida, xulq-atvorida muammolar uchrab turibdi. Ularning kelib chiqish sabablarini esa biz yuqorida ko'rib chiqdik. Lekin ularni bartaraf etilmasligi oqibati ko'plab salbiy holatlarga olib keladi. bu ham o'ziga va o'zgalarga qolaversa, butun jamiyatga ham o'z ta'sirini o'tkazmasdan qolmaydi. Shuning uchun bu jarayonda maktab amaliyotchi psixologi bir qator psixologik tadbirlar amalga oshirishi va mazkur o'quvchilar bilan ko'p suhbat uyushtirishi kerak. Shuning uchun biz ta'kidlaganimizdek maktab amaliyotchi psixologi psixologik xizmat sohasidagi bir qator yo'nalishlarini ishga solgan holda ruhiyatida buzilishlari bor o'quvchilar bilan birga psixokorreksion ishlarni amalga oshirishi va mavjud muammolarni bartaraf etishi kerak bo'ladi. Shuningdek, bu vazifalarni amalga oshirishda amaliyotchi psixolog bilan birgalikda sinf rahbari, ma'naviy va ma'rifiy ishlar bo'yicha direktor o'rinbosari, ota-onalar qo'mitasi, mahalla fuqarolar yig'ini, voyaga yetmagan yoshlar bilan ishlash inspektori, yoshlar ittifoqi, hududiy sport va madaniyat tashkilotlari bilan hamkorlikda amalga oshirishi kerak. Shundagina psixologik xizmatni to'laligicha amalga oshirgan bo'lamiz.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Adizova T.M.Psixokorreksiya. – Toshkent. Tafakkur.2010.150-b.
2. Mahmudova D,A. Psixokorreksiya asoslari.
3. Fan va texnologiya nashriyoti. 2011. 128-b.
4. Nishonova Z.T. Psixologik xizmat. Toshkent. TDPU, 2006. 128-b.

КРЕАТИВ ТАФАККУРЛИ ЎСПИРИНЛАРНИНГ ИЖТИМОЙ-ПСИХОЛОГИК ХУСУСИЯТЛАРИ

*Ганиева Адиба Акбаралиевна
Наманган вилояти Уйчи тумани 26-мактаб психологи*

Ўзбекистонда кадрлар тайёрлашнинг сифат даражасини ошириш, халқаро стандартлар асосида олий малакали мутахассислар тайёрлаш учун зарур шарт-

шароитларни яратиш, ҳар бир олий таълим муассасасини жаҳоннинг етакчи илмий-таълим муассасалари билан яқин ҳамкорлик алоқалари ўрнатиши, ўқув жараёнига халқаро таълим стандартларига асосланган илғор педагогик технологиялар, ўқув дастурлари ва ўқув-услубий материалларини кенг жорий қилиш, талабалар, илмий-педагог кадрларни замонавий касбий билимлари ва креативлик қобилиятларини ривожлантириш, ёшлар аудиторияси билан иш олиб боришда интерфаол усуллардан самарали фойдаланиш масалалари Ҳаракатлар стратегиясининг устувор йўналишларига мувофиқ олий таълим даражасини сифат жиҳатидан ошириш ва тубдан такомиллаштиришнинг асосий вазифалари сифатида белгиланди.

Мавзу юзасидан асосий тушунчаларга тўхталиб ўтадиган бўлсак, ўспринликнинг илк даври 15 ёшдан 18 ёшгача бўлган давридир. Ўспиринлар олида келгусида ким бўлиш, қандай фаолият тури билан шуғулланиш керак деган ташвиш туради. Шу сабабли бу даврда улардаги яратувчанлик қобилияти, ижодий тафаккурни ривожлантириш асосий масалалардан бири ҳисобланади.

XXI аср ахборотлар оқими даврида ижтимоий ҳаётимизнинг барча жабҳаларига, шу жумладан таълим-тарбия соҳасига ҳам кўплаб янгиликлар кириб келмоқда. Ушбу янгиликлар билан бир қаторда уларни ёритувчи янги тушунчалар ҳам бизнинг илмий тилимизда қўлланилиши кузатилмоқда. Жумладан педагогика, яни таълим-тарбия соҳасида кейинги 20 йил ичида қуйидаги тушунчалар қўлланилмоқда ва бизнинг илмий тилимиз истеъмолида кенг ишлатилмоқда:

- педагогик технология,
- илғор технология,
- илғор тажрибалар,
- инновация ва инноватика,
- педагогик неология, праксиология, аксиология,
- инновация ва инноватор,
- интерактивлик,
- стратегиялар,
- гуманистик педагогика,
- либерализация,
- Таълимда ахборот коммуникацион технологиялар,
- тарбия жараёнида технологиялар,

Биз шулар орасида «креативлик» тушунчасига алоҳида тўхталиб ўтмоқчимиз. Бу тушунча сўнгги йилларда таълим-тарбия жараёнларида малум даражада қўлланилмоқда. Лекин бу тушунчанинг мазмун ва маъносини таҳлил этишга ҳамда инсонларда креативликнинг шаклланганлик даражасини аниқлашга доир қатор татқиқотлар олиб борилган. Айниқса бундай изланишлар психология соҳасида кенг ривожланган.

Шахснинг креативлиги унинг тафаккурида, мулоқотида, ҳис-туйғуларида, муайян фаолият турларида намоён бўлади. Креативлик шахсни яхлит ҳолда ёки унинг муайян хусусиятларини тавсифлайди. Креативлик иқтидорнинг муҳим омили сифатида ҳам акс этади. Қолаверса, креативлик зеҳни ўткирликни белгилаб

беради. Кўриниб турибдики, креативлик бевосита шахснинг индивидуал-психологик хусусиятлари билан боғлиқ жараён ҳисобланади. Унинг ривожланиши эса интеллект-интуиция-мантикий фикрлаш жараёни таъсирида кечади.

Юқори синф ўқувчиларининг ўз атрофларини, ўраб олган воқеликни билиб олишга бўлган интилиши уларда дунёқарашнинг таркиб топишига шароит яратади. Улардаги назарий билимларнинг ортиб боришида синфдан ташқари ишлар, тўғараклар ижобий таъсир кўрсатади.

Илк ўспиринлик даврида ўқувчининг мустақил фикр юрита олмаслиги унинг психикасидаги жиддий камчилик ҳисобланади. Бу даврда ўқувчи ақлининг танқидийлиги вазиятга қараб ўзгарувчан ҳарактер касб этади. Бунинг асосий сабабларидан бири – воқеликнинг моҳиятини илмий жиҳатдан тўғри тушунмасликдир. Шунингдек ўспириннинг «ўз позицияси»да бўш келмаслиги, нарса ва ҳодисаларнинг асл моҳиятини англаб туриб, баъзан атайлаб «ўжарлик» қилиши ҳам бу ҳолатнинг бир кўриниши ҳисобланади. Э.Ғозиев таъкидлашича, *«уларда моддий дунё тўғрисида шахсий фикрлар, мулоҳазалар, илмий дунёқараш таркиб топганидан кейингина тафаккурнинг танқидийлик хусусияти ривожлана бошлайди. Ақлнинг танқидийлигини тарбиялашда ўқитувчи ўқувчининг ўзига хос типологик хусусиятларига, ақлий камолот даражасига, билимлари савиясига, мулоҳаза доирасининг кенглигига, нутқ қобилиятига, шахсий нуқтаи назарига, ўқишга нисбатан муносабатига, қизиқишининг хусусият ва даражасига, ақлий фаолият операцияларини қанчалик билишига, мавжуд ўқиш кўникмаси ва малакаларига алоҳида эътибор бериши лозим».*

Юқоридаги фикр ва мулоҳазаларни умумлаштириб шуни айтиш мумкинки, илк ўспиринлик даврига келиб ўқувчиларнинг билиш (креатив-ижодий) фаолиятидаги ижобий ўзгаришлар, касб-хунар мотивлари, интилиш, мойиллик, табиат ва жамиятга нисбатан ижтимоий ва ижтимоий-психологик муносабат улар шахсининг таркиб топишида (ижтимоийлашувида) муҳим роль ўйнайди.

Фойдаланилган адабиётлар рўйхати

1. Ғозиев Эргаш. Онтогенез психологияси. Назарий-эксперимент таҳлил. Монография. "Ношир". Тошкент: 2010
2. Ғозиев Э., "Умумий психология" ЎЗМУ Ўқув методик Кенгаши нинг 2002 йил. Мажлис билан нашрга тавсия этилган. «Университет» нашриёти, 2002
3. Ғозиев Э. "Ёш психологияси ва педагогик психология нимани ўрганди?". Ўзбекистон Халқ таълими вазирлиги. 2017
4. Расулов Абдумўмин Ибрагимович. Психодиагностика. Тошкент-2009
5. Ҳасанбоев Ж., Тўрақулов Х., Хайдаров М., Ҳасанбоева, О., Усманов Н. Педагогика фанидан изоҳли луғат. - Т.:2009 «Фан ва технологиялар».

TALABALAR GURUHIDA IJTIMOY-PSIXOLOGIK MUHIT PSIXODIAGNOSTIKASI IMKONIYATLARI

Valiyeva Dilafruzxon Gayrat qizi
O'zMU 2 - kurs magistranti

Annotatsiya: Maqolada Psixologiya o'zi nima? Bu fan orqali inson nimalarga erishadi va nimalarni o'rganadi? Psixodiagnostika nima? Talabalar o'rtasida ijtimoiy-psixologik muhit psixodiagnostikasining qanday imkoniyatlari mavjud? kabi savollarga javob olishimiz mumkin.

Kalit so'zlar: psixologiya, oila psixologiyasi, psixodiagnostika, ijtimoiy-psixologik muhit, moslashish, integratsiya, rivojlanish, yaxshilash,

Birinchi Prezidentimiz Islom Karimov 1997-yildayoq O'zbekiston Respublikasida kadrlar tayyorlashning milliy dasturini ishlab chiqarish zarurati to'g'risida gapirib, unda ijtimoiy psixologiya va sotsiologiya kabi yangi yo'nalishlarni rivojlantirishga alohida e'tibor qaratilishi lozimligini ta'kidladilar. Chunki ilmiy salohiyatli, ma'nan baquvvat, yurt uchun, xalq va Vatan uchun sadoqatli yangi avlodni tarbiyalash, unda faol fuqarolik pozitsiyasini shakllantirish shaxs va jamiyat o'zaro munosabatlarini yaxshi bilishni taqozo etishini davlatimiz rahbari o'ta ziyraklik bilan tasavvur qildilar, shu bois Birinchi Prezidentimizning barkamol avlod tarbiyasiga oid barcha asarlaridan psixolog olimlar, jumladan, ijtimoiy psixologiya sohasida izlanishlar olib borayotgan olimlar to'g'ri xulosalar chiqara oldilar.

Shuni alohida ta'kidlash lozimki, O'zbekistonda o'tkazilayotgan ijtimoiy-psixologik tadqiqotlar dastlab, asosan, oila va oilaviy munosabatlarga bag'ishlanganligi bilan xarakterlanadi va shunga bog'liq tarzda oxirgi yillarda ham shaxsning kamol topishida ijtimoiy muhit omili o'rganilganda, eng avvalo oilaviy ijtimoiylashuv nazarda tutiladi. Islom Karimov 2004-yilda tarixiy bir hujjatga – “O'zbekiston xotin-qizlar qo'mitasi faoliyatini takomillashtirish borasidagi qo'shimcha chora-tadbirlar to'g'risida”gi Farmonlari munosabati bilan xotin-qizlarni davlat va jamiyat qurilishidagi ishtiroklarini to'la ta'minlash vazifasi o'rtaga qo'yildi va gender tadqiqotlarga ham katta yo'l ochildi. Bundan tashqari, yangi davr avlodining jamiyatda ro'y berayotgan turli hodisalarga munosabati, ularga beradigan bahosi va ular ta'sirida shakllandigan ijtimoiy xulqi masalasi yurtimizda ijtimoiy tasavur kontseptsiyasi asosida turli yo'nalishli izlanishlar uchun istiboqli yo'nalishga yo'l ochdi. Bundan tashqari, yangicha ishlab chiqarish va ijtimoiy munosabatlar sharoitida xodimlar xulqini muvofiqlashtirish borasida boshqaruv psixologiyasi bo'yicha amalga oshirilayotgan monografik tadqiqotlar ham yangi davr ijtimoiy psixologiyasining predmeti ekanligini ta'kidlash mumkin. Bundan tashqari, O'zbekistonda tadbqiqiy yo'nalishdagi ijtimoiy psixologik izlanishlarga keng yo'l ochildiki, bu holat ushbu fanning yangi davr fani ekanligini isbotlamoqda.

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, kate-goriyalar kiradi. Psixologiyaning asosiy vazifalari — psixika qonuniyatlarini, inson ruhiy holatlari shakllanishini filogenetik va ontogenetik taraqqiyot birligida ochishdan iboratdir. Mazkur vazifalar yechimini topishda Psixologiya bir tomondan, biologiya fani sohalari bilan, jumladan, fiziologiya bilan, boshqa tomondan esa, sotsiologiya, pedagogika, madaniyat tarixi, mantiq 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.¹

Demak, psixologiya fani orqali biz nafaqat inson omili, balki hayvonlarning ham ruhiy kechinmalarini o‘rganishimiz mumkin ekan. Psixologiya fanida yuqorida aytilganidek ko‘pgina fanlar bilan bigalikda, hamkorlikda o‘rganiladi. Bu esa o‘rganilayotgan obyektни yanada osonroq o‘rganishga yo‘l ochib beradi.

Psixologiya yo‘nalishida yana shunday bir fan mavjud, bu - psixodiagnostikadir. Fanning nomidan ham ma‘lumki, bu psixologik tashhis demakdir, ya‘ni psixologiyada o‘rganilgan obyektga tashhis qo‘yadi. Uning to‘liq tarifi quyidagicha:

"Psixodiagnostika" atamasi psixologik tashxis qo‘yish degan ma‘noni anglatib, shaxsning ruhiy holati, to‘liq biror-bir alohida xususiyati haqida xulosa chiqarishdir, bunda "tashxis" shaxsning taraqqiyot ko‘rsatkichi va tavsifnomalarni birgalikda tahlil qilish asosida sinaluvchining holat va xususiyatlari haqidagi xulosalardan iborat.²

Demak, psixologiya hamda psixodiagnostika tushunchalari haqida oz bo‘lsada ma‘lumotga ega bo‘ldik. Endi mavzumizdan kelib chiqqan holda talabalar orasidagi ijtimoiy-psixologik muhitni psixodiagnostik jihatdan o‘rganamiz.

Talabalar guruhida ijtimoiy-psixologik muhitni quyidagilar asosida bosqichma-bosqich o‘rganib tahlil qilish maqsadga muvofiqdir. Bular: moslashish, integratsiya, rivojlanish, yaxshilash.

Hozigi vaqtda talabalarning ko‘pchiligi 18 - 25 yoshlar oralig‘idagi yoshlarni tashkil qiladi. Har bir talaba Oliy o‘quv yurtiga o‘qishga kirganida, avvalo, ijtimoiy muhitga moslashishi kerak bo‘ladi. Bu esa hammada har xil kechadi. Qaysidir talaba atrofdagilarga osongina moslashib olsa, qaysidiri esa bunga qiynaladi. Bunga sabab nimada? Gap shundaki, talabaning talaba bo‘lishidan oldingi muhitining bu borada ahamiyati katta, ya‘ni atrofdagilar bilan muloqot qilishi yoki bo‘lmada uning ijtimoiy holati ham muhim rol o‘ynaydi. Masalan, OTM ga o‘qishga kirishdan oldin u kishilar bilan kam muloqotda bo‘lgan bo‘lsa, bu talabada boshqalarga gapirishga qo‘rquv hissi bo‘ladi. *"Noto‘g‘ri gapirib qo‘ysamchi"*, *"Gapirganimda ustimdan kulishsachi"*, *"Menga gapirishganida nima deyman?"* kabi hayollar uning miyasini chulg‘ab oladi. Bu esa o‘z-o‘zidan talabaning OTM ijtimoiy muhitiga moslashish jarayonini orqaga surishi mumkin.

Yana shuni ham inobatga olish kerakki, talabalar orasida nogironligi bo‘lgan, oilaviy sharoitlari og‘ir, yoki bo‘lmasa xarakter jihatdan ham ajralib turadigan, ya‘ni xarakteri og‘ir bo‘lgan talabalar ham mavjud. Bunday talabalarga ta‘lim, ilmiy va ijtimoiy-madaniy sohalarda mustaqillik ko‘nikmalariga ega bo‘lish maxsus yashash muhitini yaratish va hayotni faollashtirish orqali faoliyat talabalarning o‘z nuqsonlarini, cheklanishlarini yengish uchun pozitsiyalariga ega bo‘lishga sharoit yaratilsa maqsadga muvofiq bo‘lar edi. Bundan tashqari o‘qitish, dam olish va ijtimoiy-pedagogik rejimning

optimal nisbati talabalarning psixofizik salomatligi ko'rsatkichlarini hisobga olgan holda reabilitatsiya tadbirlari o'tkazilishi lozim.

Faqatgina moslashish jihatdan olganda yuqoridagilarni o'rgandik. Integratsiya, rivojlanish va yaxshilash jihatlarida ham talabalar ayni holatda o'zlariga zarur bo'ladigan ko'nikmalarga bosqichma-bosqich ega bo'lishadi. Jumaladan, integratsiya borasida ijobiy maqsadlar bilan ta'lim muhitining imkoniyatlari va salohiyatini birlashtirish talaba yoshlarning ijtimoiylashuvi, uchun pedagogik jihatdan boyitilgan muhitni yaratish umuminsoniy va ma'naviy qadriyatlarni rivojlantirish, g'amxo'rlik va o'zaro yordam shakllanadi. Bular esa albatta, talabaning ijimoiy-psixologik muhitini yuzaga chiqaradi.

Xulosa o'rinda shuni aytish mumkinki, har qanday holatda ham talaba ijiimoiy psixologiyasini rivojlantirishi, atrofga moslashtira bilishi lozim. Shuningdek, uning OTM dagi muhitga moslashishi ham alohida ahamiyatga ega.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Vohidov M., Maktabgacha tarbiya psixologiyasi, T., 1970;
2. <http://reja.tdpu.uz/shaxsiyreja/content/4406/html/39190/1-%20mavzu.htm>
3. Shirinov R., Ijtimoiy psixologiyada guruh va sinf psixologiyasi, T., 2012;
4. Е. С. Игнатова, ПСИХОДИАГНОСТИКА, Пермь 2018;
5. www.library.ziyounet.uz
6. www.rumc.cfuv.ru

ЎСМИРЛИК ДАВРИГА ХОС БЎЛГАН ЖИҲАТЛАРИНИ ПСИХОЛОГИК

*Каюмкулова Нишангул Ермековна
Юқоричирчиқ тумани 4-мактаб психологи*

Таянч сўзлар: эгоцентризм, инқироз даври, қалтис даври, “мен”, ички секреция, етакчи фаолият

Ўсмирлик даври инсонни болаликдан ёшликка ўтувчи ва бошқа даврлардан нисбатан мураккаброқ кечиши, кескинлиги билан фарқланиб турувчи инсон онтогенетик ривожланишнинг энг характерли даврлардан биридир. Улар "Ўтиш даври", "Оғир давр", "Инқироз даври", "Қалтис даври" деб юритилади. Тахминан 5-8 синфларга тўғри келади. 11-12 ёшдан 14-15 ёшгача ораликка тўғри келади. Айрим болаларда 1 -2 йил эртароқ ёки кечроқ кузатилади. Шунини инобатга олиб, демак, айримларда 9-10 ёшлардан бошланиб, 16-17 ёшгача давом этиши мумкин. Ўсмирлик даврининг бошланиши қиз болаларда ўғил болаларга нисбатан 1-2 йил аввалроқ рўй беради. Мураккаблиги: психологик, физиологик ва ижтимоий омилларга боғлиқдир. Ривожланишнинг барча жиҳатлари: жисмоний, ақлий, ахлоқий, ижтимоий ва шу кабиларнинг мазмун моҳияти ҳам ўзгаради.

Ўсмирнинг ҳаётида, руҳиятида ва организмида ҳам физиологик ҳамда ижтимоий ҳолатида ўзгариш содир бўлади. У энди "бола" эмас, лекин ҳали "катта" ҳам эмас. Унинг ўз-ўзига ва атрофдагиларга нисбатан бўлган муносабатлари бутунлай бошқача характер кашф этади. Унинг қизиқишлар тизими, ижтимоий йўналиши қайта шаклланади. Ўз-ўзини баҳолаши, қадриятлари тизими ўзгаради. Унинг учун ўз "МЕН"и ва шу "МЕН"нинг аҳамияти ортади. Ўсмирлик даврининг психологик хусусиятлари ҳақида фикрлашамиз. Ўсмирлик ёши 10-11 ёш, 14-15 ёшни ташкил этади. Бу ёшда ўсмир ривожда кескин ўзгаришлар рўй бера бошлайди. Бу ўзгаришлар юқорида айтганимиздек, физиологик ҳамда психологик ўзгаришлардир. Физиологик ўзгариш жинсий етилишнинг бошланиши ва у билан боғлиқ равишда барча аъзоларнинг мукамал ривожланиши ва ўсиши ҳужайра ва организм тузилмаларининг қайтадан шакллана бошлашидир. Организмдаги ўзгаришлар бевосита ўсмир эндокрин системасининг ўзгаришлари билан боғлиқдир. Бу даврда ички секреция безларидан бири гипофиз безининг функцияси фаоллашади. Унинг фаолияти организм тўқималарининг ўсиши ва муҳим ички секреция безларининг, яъни қалқонсимон без, буйрак усти, ошқозон ости, жинсий безлар ишини кучайтиради. Натижада бола бўйининг ўсиши тезлашади, жинсий балоғатга етиш жараёни амалга оша боради (иккиламчи жинсий белгиларнинг пайдо бўлиши). Ўсмирлар ўзларини катталардек тутишга ҳаракат қиладилар. Улар ўзларининг қобилият ва имкониятларини маълум даражада ўртоқлари ҳамда устозларига кўрсатишга интиладилар. Бу ҳолатни мактаб ўқитувчиси кундалик дарс жараёнида кузатиши мумкин. Ўсмирлик ёшига хос бўлган психологик хусусиятларни ўргана туриб, ўсмирлар шахсининг шаклланиб, ривожланиб камолга етиш йўллари ва унга таъсир этадиган биологик ва ижтимоий омилларни бевосита таъсирини ҳамда аҳамиятини тушунишимиз мумкин. Ўсмирлик даврида катталарга нисбатан агрессив муносабатнинг пайдо бўлиши, негативизм сингари ноҳуш хулқ-атвор аломатлари ўз-ўзидан келиб чиқадиган бевосита жинсий етилиш туфайли пайдо бўладиган белгилар бўлибгина қолмай, балки уларга билвосита таъсир кўрсатадиган ўсмир яшайдиган ижтимоий шарт-шароитлар воситаси орқали: унинг тенгдошлари, жамоадаги мавқеи, катталар билан муносабати, мактаб ва оиласидаги ўрни сабабли юзага келадиган характер белгиларидир. Ўсмирлик даврида етакчи фаолият - бу интим мулоқотдир. Ўсмирлик даври мулоқотининг асосий вазифаси бу - дўстлик, ўртоқликдаги элементар нормаларни аниқлаш ва эгаллашдир. Ўсмирлар мулоқотининг асосий хусусияти шундан иборатки, у тўла ўртоқлик кодексига бўйсунди. Ўсмирлар катталарнинг уларга билдирадиган ишончларига катта эҳтиёж сезадилар. Катталарнинг ўсмир ёшдагиларга таъсир кўрсатиш, тарбия бериш учун энг қулай шароит бу – умумий меҳнат билан шуғулланишидир. Агар кичик ёшдаги болалар ёрдамчи бўлиш ролларидан қониқсалар, ўсмирлар айниқса, ўспиринлик давридаги болалар катталар билан тенг равишда фаолият кўрсатаётганларидан, лозим бўлганда уларнинг ўрниларига ҳам ишлай олишларидан қониқадилар. Психик тараққиётнинг ўзига хослиги шундаки, у муттасил ривожланиб боради, лекин бу ривожланиш кўплаб қарама-

қаршиликларни ўз ичига олади. Бу тараққиёт ўқув жараёнида кечгани учун ҳам тўғри ташкил этилган ўқув фаолияти бола психикасининг мувозанати ва унинг турли фикр – ўйлардан чалғишига замин яратади. Айниқса, диққат, хотира, тафаккур жараёнлари ривожланади. Айни шу даврда бола мустақил равишда фикрлашга интила боради. Чунки бу даврда у кўпроқ ўз фикр-уйлари дунёсида мушоҳада қилиш, олам ва унинг сирларини билишга, назарий билимларни кўпайтиришга интилади. Бунинг сабаби – яна ўша катталikka ўтиш бўлиб, болада ўзига хос «катталик» ҳисси пайдо бўлиб, бу нарса унинг гапириши ва фикрлашларида ҳам ифодаланади. Шунинг учун ҳам мактабда берилган мустақиллик ва тўғри ташкил этилган ўқиш шароитлари, самимийлик муҳити унда мустақил фикрлашига катта имкониятлар очиши ва ундаги ижодий тафаккурни ривожлантириши мумкин. Шунга боғлиқ тарзда ўсмирнинг ўз фалсафаси, ўз сиёсати, бахт ва муҳаббат формуласи яратилади. Мантиқан фикрлашга ўрганиши эса унга ўзича ақлий операцияларни амалга ошириш, тушунчалар ва формулалар дунёсида ҳаракат қилишга мажбур қилади. Бу ўзига хос *ўсмирлик эгоцентризмнинг* шаклланишига – бутун олам ва унинг қонуниятлари унга бўйсунishi керакдай фикрнинг пайдо бўлишига олиб келади. Шунинг учун ҳам айнан ўсмирлик пайтида болалар ўз ота-оналари билан ҳадеб тортишаверадилар. Аниқ бир тўхтамга келолмаса ҳам тортишиш бирор фиркни изхор қилиш эҳтиёжининг ўзи унга жуда ёқади. Шундай бўлишига қарамай, ўсмирлик юқорида таъкидланганидек, қарама – қаршиликларга бой даврдир. Сабаби – бола руҳиятида шундай инқирозий ҳолатлар кўп бўладики, у бу инқирозни бир томондан ўзи ҳал қилгиси келади, иккинчи томондан, уни ҳал қилишга имконияти, кучи ва ақли етмайди. Масалан, «катталик ҳиссига» тўскинлик қиладиган омиллардан бири – бу уларнинг ўз ота – оналаридан моддий жиҳатдан қарамлиги. Руҳан қанчалик ўзларини катта деб ҳис қилмасин, ўсмир мактабга кетаётиб, онасидан ёки отадан пул сўрайди, улар эса болага болаларча муносабатда бўлиб, озгинагина пул берадилар. Иккинчидан, катталардай бўлишни хоҳлайди, лекин қиз бола онасининг, ўғил бола отасининг кийимини кўзгу олдида кийиб кўрса, барибир ярашмайди. Яъни, ташқи кўринишдаги камчиликлар – ҳали қадду-қоматнинг келишмаганлиги, унинг устига юзлари ва танасида пайдо бўладиган нохуш тошмалар унинг руҳан салбий ҳисларни бошдан кечиришига олиб келади. Яъни, бу ёшни «аросат» ёши ҳам деб аташ мумкин, чунки катта бўлиб катта эмас, бола ҳам эмас. Шуларнинг барчаси ўсмирлик давридаги руҳий туғёнларга сабаб бўлади. Лекин шуларга қарамай, бола ўзи билиб, билмай ўз ақлий салоҳиятини ўстиришга интилади, чиройли фикрлашга ташна бўлади ва бу – унинг психик тараққиётидаги энг муҳим ўзгариш ҳисобланади. Ўсмир шахсининг такомиллашуви ва шаклланишига туртки бўлган омиллардан бири – ўқув фаолияти мотивларидаги сифат ўзгаришидир. Кичик мактаб ёшидаги боладан фарқли, ўсмир энди фақат билимлар тизимига эга бўлиш, ўқитувчининг мақтовини эшитиш ва «5» баҳоларни кўпайтириш учун эмас, балки тенгқурлари орасида маълум *ижобий мавқени эгаллаш*, келажакда яхши одам бўлиш учун ўқиш мотивлари устивор бўлиб боради.

Фойдаланган адабиётлар рўйхати

1. Э.Ғозиев. «Ёш даврлари психологияси» Тошкент. 2009 й.
2. Нишонова З., Алимова Г. Болалар психологияси ва ўқитиш методикаси. Т 2007
3. Нишонова З.Т. «Умумий психологияси» укув кулланма. – Т., 2008 й.
4. Ғозиев Э. Психология. Т., “Ўқитувчи”, 2004.

АХБОРОТ ХУРУЖЛАРИГА НИСБАТАН ПСИХОЛОГИК МУХОФАЗАНИ ШАКЛЛАНТИРИШ

*Махмудова Юлдуз
Юқоричирчик тумани 17-мактаб психологи*

Таянч сўзлар: тажовузкор, ғаразли вайронкор, қонун, ижтимоий қатлам, психологик таҳлил, ахборотни саралай олиш

Маълумки, бугунги кун ахборот асри ҳисобланади. Яъни, ёшларимиз худудий ҳамда мазмун жиҳатидан чекланмаган ахборотдан фойдаланиш имкониятига эгадирлар. Аммо умуминсоний кадриятларга даъват этувчи, тараққиётга ундовчи маълумотлар билан биргаликда ҳаётимизга тажовузкор, ғаразли вайронкор ҳамда бузғунчи ғоялар ҳам кириб келиши эҳтимоли борган сари кучайиб бормоқда. Шундай вазиятда шахс онгини ёт, вайронкор ғоя ва мафкуралардан ҳамда турли хил бузғунчи ахборот хуружларидан асраш, ахборотларни яхши ва ёмонга, тўғри ва ётга, оқ ва қорага саралай олишга ўргатиш ёки уларда барқарор мафкуравий иммун тизимини шакллантиришни талаб этмоқда. Ҳақиқатдан ҳам, дунёда содир бўлаётган ижтимоий-сиёсий воқеалар шахсларнинг психологик хусусият ва имкониятларига кўпроқ эътибор беришни тақозо этмоқда.

Ахборот жамиятининг ўзига хос хусусиятлари:

- жамият ҳаётида ахборот ва билимлар ролининг ортиши;
- ялпи ички маҳсулотда ахборот коммуникациялари, маҳсуллари ва хизматлари улушининг кўпайиши;

қуйидагиларни таъминловчи глобал ахборот майдонининг яратилиши: а) одамлар самарали информацион ўзаро алоқа қилишини; б) улар жаҳон ахборот ресурсларидан баҳраманд бўлишини; в) уларнинг ахборот маҳсуллари ва хизматларига бўлган эҳтиёжлари қондирилишини

Болларни Ахборот хуружларидан ҳимоя қилишда қонунчиликда олиб борилаётган ишлар, Ўзбекистон Республикасининг 2017 йил 8 сентябрдаги қонуни «болаларни уларнинг соғлиғига зарар етказувчи ахборотдан ҳимоя қилиш тўғрисида» ЎРҚ-444-сон, мазкур қонун 6 боб 27 моддадан иборатдир.

Мазкур қонунда болларни ҳар хил очик ва ёпиқ, ички ва ташқи ахборот хуружлари ва маънавий, мафкуравий таҳдидлардан ҳимоялаш кўзда тутилган. Шу билан бирга, одамлар, турли ижтимоий қатламлар, миллатлар ва элатлар айниқса ёшлар онгини ижобий факторлар билан ривожлантириш мафкуравий

хуружларнинг асосий мақсадига айланиб бораётгани дунёнинг мафкуравий манзарасига хос хусусиятлар, ундаги ҳукмрон майллар ривожланишини, мавжуд мафкуравий таҳдидларнинг олдини олиш билан боғлиқ муаммоларни психологик таҳлил этишининг ҳаётий аҳамиятга эгалигини кўрсатади.

Ушбу долзарб муаммо ечими қуйидаги жиҳатлар билан белгиланади. Бу йўналиш бўйича турли илмий тадқиқотлар олиб борилганлигига қарамай бевосита таълим муассасаларида таҳсил олаётган, ёки таълимга жалб қилинмаган уюшмаган ёшлар глобал тармоқ таъсирига кўпроқ бериладиган, ўсмирлик ёшидаги ўқувчиларни мафкуравий хуружлардан ҳимоя қилишнинг психологик асослари ҳозирга қадар мукамал, тизимли ва махсус тадқиқот сифатида ўрганилмаган.

Бизнингча қуйидаги уч босқичда белгиланган вазифалар мақсадли амалга ошириши катта аҳамият касб этади.

Биринчи босқичда глобаллашув жараёнида ёшларни айниқса уюшмаган ёшларни мафкуравий хуружлардан ҳимоя қилишнинг психологик асосларини эмпирик жиҳатдан ўрганиш керак бўлади. Шунингдек ёшларни мафкуравий хуружлардан ҳимоя қилишнинг психологик асосларини барча илмий-амалий базасига янгича методологик ёндошув асосида, уни шакллантириш, унинг моҳиятини ташкил этувчи заруриятларни таҳлил этиш шу билан бирга, ижтимоий муносабатлар ва ички заруриятларига оид масалаларнинг назарий ва амалий жиҳатларини республикамиз ва хорижий олимлар асарларида ёритилишини қиёсий таҳлил этишни талаб қилади;

Иккинчи босқичда эса тадқиқот объектига доир танланган тажриба-синовларни ўтказиш ва маълумотлар базасини яратиш кўзда тутилади. Тадқиқот натижаларини умумлаштириб, таълим муассасалари миқёсида ва уюшмаган ёшлар орасида мафкуравий хуружлардан ҳимоя қилишнинг психологик асосларини ифодалаган оптимал усуллар, воситалар ва методларни белгилаб олиш талаб қилинади. Сўнгра соҳа вақллари билан биргаликда глобаллашув жараёнида шахсларни мафкуравий хуружлардан ҳимоя қилишнинг психологик механизмлари технологиялари ва моделини ишлаб чиқиш керак бўлади.

Учинчи босқичда яратилган модель асосида барча таълим муассасалари психологлари ҳамда маънавий-маърифий ишлар бўйича директор муовинлари, декан муовинлари иш фаолиятидаги йиллик маънавий-маърифий иш режалари ва “Ота-оналар” фаолияти мазмунини такомиллаштирувчи илмий-услубий қўлланма яратиб. Амалиётга татбиқ қилиш кўзда тутилади.

Хулоса қилиб айтганда бугунги таҳликали дунёдаги вазиятлар ва юз бераётган айрим бир шахс омили билан боғлиқ кўнгилсизликлар, ғоявий, мафкуравий таҳдидлар ҳамда хуружлар ўсмир шахсини психологиясига ҳамда унинг маънавиятига аввалгидан ҳам кўра кўпроқ тизимли ёндашишни талаб қилмоқда. Уюшган ва уюшмаган ёшларда мафкуравий иммунитет шакллантиришда унинг асосий икки функцияси, яъни ҳимояланиш ва қарши кураш функцияларидан олдин психологик функция “Ахборотни саралай олиш” ни шакллантириш мақсадга мувофиқдир. Ёшларда барқарор мафкуравий иммунитет шакллантириш ишларида уларга психологик индивидуал ёндашув

кўпроқ самара беради. Мафкуравий иммунитетни шакллантириш методларини доимо янгиланиб борилиши заруратини эътибордан қочирмаслик лозим. Ана шунда улар мафкуравий вазиятларда ўз ғоявий билим ва кўникмаларини қўллашнинг шахсий тажрибаларига эга бўладилар.

Адабиётлар рўйхати:

1. Каримов И.А. Миллий истиқлол мафкураси - халқ эътиқоди ва буюк келажакка ишончдир. «Фидокор» газетаси мухбири саволларига жавоблар. - Тошкент.: «Ўзбекистон», 2000. –Б.14

2. Мирзиёев Ш.М. Эркин ва фаровон, демократик Ўзбекистон давлатини биргаликда барпо этамиз. –Т.: Ўзбекистон, 2017. –Б. 9.

3. Жабборов Х.Х Узлуксиз таълим тизимида ўқувчиларда мафкуравий иммунитет шаклланишининг психологик механизмлари. Психология. Илмий журнал. Бухоро, 2016-й. 2-сон(22)-Б.36-42.

4. Нишонова З.Т. «Умумий психологияси» уқув кулланма. – Т., 2008 й.

БОЛАДА ШАКЛЛАНДИГАН ЎҒРИЛИК МАЪНАВИЙ ИЛЛАТИНИНГ ПСИХОЛОГИК ХУСУСИЯТЛАРИ

*Эргашева Дилноза Шухрат қизи
Қибрай тумани 23-мактаб психологи*

Таянч сўзлар: ўғрилик, маънавий эҳтиёжлари, ахлоқ, қизиқишлар, психологик майдон, иродавий хулқ-атвор.

Статистик маълумотларга кўра, ҳуқуқбузарлик содир қилган ёшларнинг 62,2 фоизи бўш вақтларини кўчада, бемақсад ва назоратсиз ўтказар экан. Вояга етмаганлар ҳамда ёшлар ҳуқуқбузарликларининг олдини олишда ота-оналарнинг иштироки таҳлил этилганда, уларнинг 42,8 фоизи фарзандлари тарбиясига эътиборсиз экани, 48,7 фоизи болаларини етарли даражада тарбиялай олмасликлари аниқланган.

Бугунги кунда болалар орасида ўғрилик содир этиш ҳолатлари тез-тез учраб туради ва шу боис ҳам бу муаммони ҳар бир аниқ ҳолатда жиддий тарзда ўрганиб чиқиш талаб қилинади. Бунда болаларнинг ёш ва индивидуал хусусиятлари муҳим аҳамият касб этишини унутмаслик лозим. Масалан, мактабгача ва кичик мактаб ёшидаги болалар ўғрилик қилиши, ёлғон гапириши мумкин. Баъзида болалар ота-онасидан «йўқ», «мумкин эмас» каби жавобларни эшитишдан хавфсираб, ўз ҳаётига доир хатти-ҳаракатларга рухсат сўрамаслик учун ёлғон гапиради. Бировнинг нарсасини олган ҳар бир болани ҳам ўғри деб бўлмайди.

5-6 ёшгача болалар ўзининг ва бегонанинг нарсалари ўртасидаги фарқни тўлиқ англаб етмаслиги мумкин. Болалар содир қилган ўғрилик ота-она учун, айниқса, у системали тус олганида, ўта оғрикли ҳолатдир. Бола хулқидаги бу каби оғиш ота-оналарни кўрқитади ва турлича намоён бўладиган ожизлик

реакциясини келтириб чиқаради. Бу каби ҳолатга дуч келган ота-оналар кўпинча болани, шу хатти-ҳаракатга ундаган сабабни сўраб ҳам ўтирмай, жисмонан жазолашади. Бироқ бунда ота-оналар «болалар ўғрилиги» катталарниқидан фарқ қилишини, бола ҳали қанчалик ёмон иш қилаётганини тўлиқ англаб етмаслигини ёдда тутишлари керак. Бола тасаввурида, у шунчаки ўзига ёққан нарсани олади, холос. Шундай бўлиши ҳам мумкинки, бола бегоналар нарсасини олиш мумкин эмаслигини англаб етади, аммо шахснинг иродавай сифатлари ҳали ривожланмагани боис эътиборини тортган ўйинчоқдан воз кечолмайди, уни эгаллаш фикридан қайта олмайди ва ўғрилик қилади. Ота-оналар боланинг хулқига муносабати билан унга яхши ёки ёмон иш қилганини билдирадилар. Шу сабабдан, ўз боласини бировнинг нарсасини олгани учун жазолашдан аввал, ота-она унинг яхши ва ёмонни фарқлай олишига ишонч ҳосил қилиши лозим. Акс ҳолда қўлланган жиддий жазо бола руҳиятига жиддий жароҳат етказиши, бола ўзи билан ўзи бўлиб қолиши, тегишлича хулосалар чиқара олмаслиги мумкин.

Бу билан бола хатти-ҳаракатига безътибор бўлишга чақирмоқчи эмасмиз, бироқ унутмаслик лозимки, ўғрилик сабаблари турлича бўлиши мумкин. Шундай оилалар борки, турли сабабларга кўра бола ота-она эътиборидан ташқарида қолиб кетади, ота-она бола ҳақида фақат сиртдан ғамхўрлик қилади (едиради, кийдиради), бола ихтиёри эса ўзида бўлади. Унинг маънавий эҳтиёжлари, ахлоқи ва қизиқишларига эътибор берилмайди, устига-устак унинг юриш-туриши, ўқиши назоратсиз қолади. Илк марта майда ўғрилик қилган бола кўпроқ ота-она эътиборини тортмоқчи бўлади ва улар реакциясини кутади. Болани қоралашдан олдин уни ўғриликка нима ундаётганини тушунишга уринмоқ лозим. Кўп ҳолларда бу муаммо ота-онанинг фарзандини хатти-ҳаракатларига эътиборсизлиги оқибати бўлиб, бола шу йўл билан атрофидагиларни ўзига эътибор қаратишга мажбур қилади. Бироқ у ўзининг жазосиз қолишини билса, ўз ёмон ишини такрорлаши, уни жазолашлари мумкинлигига шубҳа ҳам қилмаслиги мумкин. Бола билан нима содир бўлса-да, ундан юз ўгирмаслик, аксинча ўзини ўнглаб олишига имконият бериш керак.

Чунки кейинчалик бола ўсиши билан ўғрилик муаммоси мураккаблашиб боради, кичик болаликдаги тасодифий эпизод ёки хато ўспиринликда (12-16) англаб қилинган ҳаракат, ҳатто болага болалик ва ўсмирлик даврида ҳал қилувчи таъсир кўрсатадиган зарарли одат тусини олади. Бу ёшда ота-онанинг ва яқинларининг шахсий намунаси хулқ-атвор реакциялари ва характерга оид хусусиятларнинг маълум бир стереотипи шаклланишида ҳал қилувчи омиллардан бири саналади.

Немис психологи **Курт Левиннинг** эҳтиёжлар динамик назариясига кўра, инсоннинг бутун ҳаёти қандайдир «психологик майдонда» ўтиб, инсонни ўраб турган предметлар унга жалб этувчи ва узоқлаштирувчи таъсир ўтказиши (К.Левин терминологиясида-предмет валентлиги). Бунда предметлар у ёки бу даражада инсонда мавжуд эҳтиёжларга боғлиқ ҳолда таъсир этади. Инсон предмет билан ҳаётини маконда қандай муносабатга киришишига кўра К.Левин иродавий ва майдонга оид хулқ-атворни фарқлайди. Иродавий хулқ-атвор майдонда мавжуд

кучларни енгилда намоён бўлса, майдонга оид хулқ-атвор инсон майдон таъсирига берилиши, ундан юқори бўла олмаслиги билан характерланади.

Оддий мисол келтирамиз: автобусда бола ёнида турли хил чиройли тошлар ёпиштирилган ёрқин рангли сумка кўтарган аёл турибди. Бола уни ушлаб кўргиси келади. Шу тариқа бола ўзини тортган объект майдонига тушади. Бироқ у буни қилиш мумкин эмаслигини билади. Бола ҳавасини енга олмай сумкага ёпишса майдонга оид хулқ-атвор намоён бўлади, кучли хоҳишга қарамай, унга тегмаса, иродавий хулқ-атвор ҳақида гапириш мумкин бўлади.

Бола барибир сумкага тегиб, ўзига ёққан тошни олмоқчи бўлса, боланинг индивидуал хусусиятларига иродавий хулқ-атвор жараёнларининг тормозланиши ва кучли ифодаланган майдонга оид ёки вазиятли хулқ-атворни киритиш мумкин. Бола ўз ҳаракатларини қийинчилик билан онгли бошқаради ва у ҳар сафар у ёки бу предмет таъсири остига тушиб қолиши мумкин.

Албатта, юқоридаги хатти-ҳаракатлар сабаблари фақат кучли ифодаланган майдонга оид хулқ-атвор эмас, балки бола ахлоқий онги етарлича ривожланмаганидир ва бу ҳолат болага шу каби иш тутиш имконини беради. Шубҳасиз, 7-8 ёшли кўплаб болалар ҳатто кичикроқ ёшдагилар ҳам бошқанинг нарсасини олмайди, зеро бу ахлоқий меъёр унга «она сути билан кирган». Бироқ кўплаб болалар ахлоқ масалаларига умуман эътибор берилмайдиган оилаларда тарбия оладилар. Улар кўпинча катталарнинг ишхонадан бирор нимани олиб келишларини оддий ҳол деб билишлари ва буни муҳокама этилмайдиган нарса деб қабул қилишларининг гувоҳи бўладилар. Бу каби шароитда катта бўлган, импульсив хулқ-атворга мойиллиги бўлган болалар ўз хатти-ҳаракатига бепарво бўладилар, оқибатларини ўйлаб ўтирмайди ва фикр юритмайди, ўғрилиқ деб аташ мумкин бўлган ишни қилиш унинг учун қийин бўлмайди ҳам.

Юқорида келтирилган хатти-ҳаракатни ўғрилиқ деб билмасдан, болага кўнгилсиз хусусиятларини енгилга ёрдамлашилса, унинг шахси ва ахлоқини ривожлантирилса, боланинг ривожланишида гарчи бунга замин бўлган бўлса-да, у асоциал йўлдан бормаслиги эҳтимоли кўпроқ.

Фойдаланилган адабиётлар:

1. Ёўлдошев У.А., Пўлатов М. Амалий психологнинг иш китоби.-Навоий, 2000 й.
2. Муомала тренинги (Тузувчилар:Ғозиев Э.,Тошимов Р.).– Т.:«Университет»,2014 й.
3. Адизова Т.М. Ўқувчиларнинг шахслараро муносабатлари психологик диагностикаси ва коррекцион ишлар. –Т., 2005 й.
4. Анисеев Н.П. Жамоада рухий муҳит. –Т.: —Ўқитувчи, 1993 й.

ЁШЛАРДА ДУНЁҚАРАШНИ ШАКЛЛАНТИРИШНИНГ ПСИХОЛОГИК ХУСУСИЯТЛАРИ

*Ахмедова Мавлуда Турғуновна
Пискент тумани 38-мактаб психологи*

Таянч сўзлар: тафаккур, онг, психологик хизмат кўрсатиш, можаро ва зиддиятлар, тинч-фаровон ҳаёт

Бугунги кунда бутун жаҳон тараққиётининг ҳозирги босқичида инсоният жудда мураккаб ва зиддиятли жараёнларнинг мутациясига гувоҳ бўлмоқда. Ўзбекистон Республикасида халқимизнинг ижтимоий-сиёсий, иқтисодий, маънавий-маданий ҳаётида улкан янгиликлар содир бўлди. Энг муҳими, онг-тафаккуримиз ўзгариб Ватан равнақи, юрт тинчлиги ва халқ фаровонлиги йўлида халқимизнинг шахсий ва умуммиллий мақсадлар муштараклигига, ғоявий бирликка интилиш ҳисси уйғонди.

Давлатимизда олиб борилаётган оқилона сиёсат ёшлар турмуш тарзида, маънавиятида ҳамда уларнинг рухиятида ҳам чинакам маънодаги ижобий ўзгаришлар, яъни дахлдорлик, жонкуярил, билимга чанқоқлик, мустақил фикрга эга бўлиш, ҳар бир жараёнга ўзининг позиция ва муносабатини шакллантиришда ўзгаришлар қилди.

Маънавий камол топган инсонларгина баркамол жамият қуришлари мумкин, шунинг учун ҳозирги кунда ёшларга жамиятнинг таркибий қисми ва ўзига хос гуруҳи сифатида қараб, уларнинг ҳар томонлама ривожланиши ва шаклланиш ҳолатини шу жамият доирасида, унинг ички хусусиятларидан келиб чиқиб таҳлил қилиш даркор.

Ёшлар ижтимоий маънода ҳам кучли, ҳам заиф жиҳатларни ўзида мужассамлаштиргани учун уларга, бир томондан, ижтимоий фаоллик, юқори даражада таъсирчанлик ва янгиликларга интилувчанлик, идеалларга бўлган эҳтиёж, оламни, борликни ижодий қайта қуришга ташналик, қизиққонлик хос бўлса, иккинчи томондан мазкур ёшдаги психологик ва физиологик ўзгаришлар уларда сабрсизлик, бемулоҳаза танқид қилувчанлик, барча нарсани инкор этиш жиҳатларини яққол намоён қилади.

Ёшлар турмуш тарзи - бу энг аввало, унинг реал борлиқ тавсифи, уларнинг нималарни бажара олиши мумкинлигининг тавсифи. Ёшларнинг ички дунёси уларнинг турмуш тарзига фаол таъсир кўрсатади, шу боис ёшлар психологиясини, ички дунёсини билмай туриб уларнинг ҳаёт услубларини башорат қилиб бўлмайди.

Инсон жамиятда яшар экан, унда ўзига хос ўрин ва мустақил мавқе эгаллашга ҳаракат қилади. Бу йўлда интилиш, лаёқат ва фаоллик намоёиш этади. Бу жараёнда тўғри йўлдан озиш, турли ёт ҳаракатларга қўшилиб қолиш ҳолатлари ҳам минг афсуски учрайди. Шу маънода инсонларнинг жамиятдаги

ўрни ва турли ижтимоий муносабатларнинг табиатини ўрганувчи соҳа - психология алоҳида ўрин эгаллайди.

Ижтимоий соғлом муҳитни шакллантириш, ёшлар тарбиясининг таъсирчан механизмларини жорий этиш, шахснинг маънавий камол топишини психологик жиҳатдан қўллаб-қувватлаш, жамиятда психологик билимларни кенг тарғиб этиш мақсадида барча таълим муассасаларида давлат корхона ва ташкилотларида “психологик хизмат кўрсатиш” хоналари ажратилиб унда малакали психолог фаолият олиб борапти.

Бироқ, бизнинг мустақил юксалиш натижаларимизни кўролмайдиган, ўз геополитик мақсадларидан келиб чиқиб миллий маънавий қадриятларимизни қадрсизлантиришга, ёшларимиз рухиятига қаратилган ички ва ташқи таҳдидлар ҳамон давом этмоқда.

Мазкур фикримиз асоси сифатида Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2017 йил 28 июлдаги “Маънавий-маърифий ишлар самарадорлигини ошириш ва соҳани ривожлантиришнинг янги босқичга кўтариш тўғрисида”ги 3160-сонли Қарорида келтирилган, ташқи таҳдидлар терроризм, диний экстремизм, ақидапарастлик, сепаратизм, радикализм, одам савдоси, “оммавий маданият”, наркобизнес ва жамиятимизнинг барқарор ривожланишига тўсқинлик қилаётган ички таҳдидлар эл-юрт тақдирига лоқайдлик, маҳаллийчилик, уруғ-аймоқчилик, оилавий қадриятлар ва ёшлар тарбиясига эътиборсизлик, эрта турмуш куриш, оилавий низолар, миллий қадриятларимизга эътиборсизлик каби ҳолатларга қарши манзилли профилактика ишларини кучайтириш кабиларни айтиш мумкин.

Бутун инсониятга таҳдид солаётган ташқи таҳдидлардан халқаро терроризм ва экстремизм дунё цивилизациясининг, давлатлараро интеграциянинг ашаддий душманига айланиб бормоқда. У тобора кенгайиб, жаҳондаги кўплаб мамлакатларга ўзининг салбий таъсирларни кўрсатмоқда.

Ўзбекистон Республикаси Президенти Ш.М. Мирзиёев “бугунги кунда дунёнинг айрим минтақаларида тобора кескинлашиб бораётган қонли можаро ва зиддиятлар, терроризм ва экстремизм хавфи биздан доимий огоҳ ва хушёр бўлишни талаб этмоқда” деб таъкидлашларинининг ўзиёқ соҳа вақллари учун ўзига хос сигнал ва мазкур соҳада қилиниши лозим бўлган вазифаларни белгилаб беради.

Шу маънода, XXI асрни ахборот, тарғибот асри десак, асло муболаға бўлмайди. Зеро, бу даврда кўз билан илғаб бўлмас қудратли тарғибот кучлари, демократик ривожланишни издан чиқарадиган, халқлар ва миллатлар тинчлигига раҳна соладиган хавф-хатар ҳамда таҳдидлар бизни ҳар томондан қуршаб турибди. Афсуски, замонавий ахборот технологиялари соҳасидаги ютуқлардан ёвуз мақсадлар йўлидан фойдаланиб, уни тараққиёт кушандасига айлантираётган кучлар ҳам мавжуд бўлиб, улар ўз саъй-ҳаракатлари билан кишиларнинг тинч-фаровон ҳаётига даҳл қилмоқда. Янги кашф этилаётган ахборот хуружлари инсон онги ва қалбига тажовуз қилиб, унинг турмуш тарзи, қарашларини ўзгартиришга интилоқда. “Инсон қалби ва онгини эгаллаш учун кураш хилма-хил ғоялар билан қуролланган, турли манбалардан озиқланадиган мафкураларнинг асосий мақсадларига айланмоқда”.

Мамлакатимиз ёшларининг қалби ва онгига ёт мафқурани сингдириш учун душманларимиз бир қарашда беозор, гўё сиёсатдан холи туюладиган мафқуравий воситаларга катта эътибор бермоқда. Жумладан, кейинги йилларда кўплаб намоёниш этилаётган енгил-елпи сериаллар ёки жангарилик фильмлари бунга мисол бўлади. Маълумки, бу фильмларни кўпчилик, айниқса ёшлар мароқ билан томоша қилади. Сир эмас, анчагина одамлар табиатида, хулқ-атворида мана шундай тўполонларга, агрессивликка мойиллик пайдо бўлиши ўз-ўзидан эмас.

Бу тахдидлар, энг аввало, оддий инсонлар, айниқса ёшлар қалби ва онгини забт этишга, уларни ўз миллий кадриятларидан, умумбашарий цивилизация ютуқларидан махрум этишга, пировард натижада юртимизни қарам қилиб олишга қаратилган тажовузкорликнинг мафқуравий шаклда намоён бўлишидир.

Ҳалқимиз айниқса ёшларимизни турли ички ва ташқи тахдидлардан асраш, жамиятимиз аъзоларида мустаҳкам мафқуравий иммунитетни шакллантириш учун, аввало, уларни онгида, уларни психологиясида миллий ғоя, миллий истиқлол мафқурасини тўлақонли шакллантиришга ва мазкур ғоя ва мафқураларда бошчилик қилаётган инсонпарварлик, бунёдкорлик, дахлдорлик каби ғоялар билан куроллантириш зарур бўлади.

Фойдаланилган адабиётлар:

1. Каримов И.А. Миллий истиқлол мафқураси - халқ эътиқоди ва буюк келажакка ишончдир. «Фидокор» газетаси мухбири саволларига жавоблар. - Тошкент.: «Ўзбекистон», 2000. –Б.14

2. Мирзиёев Ш.М. Эркин ва фаровон, демократик Ўзбекистон давлатини биргаликда барпо этамиз. –Т.: Ўзбекистон, 2017. –Б. 9.

3. Жабборов Х.Х. Узлуксиз таълим тизимида ўқувчиларда мафқуравий

4. Нишонов З.Т. «Умумий психологияси» укув кулланма. – Т., 2006 й.

ҒОЯВИЙ ДУНЁҚАРАШНИ ШАКЛЛАНТИРИШДА ТАЪЛИМ ВА ТАРБИЯ БИРЛИГИ ТАМОЙИЛИНИНГ АҲАМИЯТИ

Урокова Шохида Келдиеровна
ТВХТХҚТМОХМ “Педагогика, психология ва таълим технологиялари”
кафедраси катта ўқитувчиси

Таянч сўзлар: оммавий ва илғор педагогик тажриба, хулқ-атвор меъёрлар, миллий – маданий соҳаларга дахлдор, саёз ёндашиш

Ўсмирлар билан дарсдан ва мактабдан ташқари фаолиятда миллий ғояга бағишланган машғулотлар ўтказишда тадбирларнинг тарбиявий йўналтирилиши, илмийлиги, изчиллиги, системалилиги, тушунарлилиги, кўргазмалилиги, ўсмирларнинг онглилиги ва фаоллиги, билимнинг мустаҳкам сингиши, яқка ёндашув каби тамойилларини қандай қўллаш йўллари белгилаб олиш улкан педагогик аҳамият касб этади.

Оммавий ва илғор педагогик тажрибани ўрганиш, умумлаштириш, ўқувчиларни мафкуравий тарбиялашга бағишланган махсус педагогик-психологик тадқиқотларнинг ролини оширишни тақозо қилмоқда.

Тарбия - ижтимоий аҳамиятга молик эҳтиёжларни шакллантиради. У нафақат хулқ-атвор меъёрлари тўғрисида билимларни эгаллаб, рағбатланиш ёки жазодан қутилиб қолиш учун уларга амал қилишни, балки уларни ҳатти-ҳаракатларнинг ички меъёрларига айлантириш ва уларга онгли амал қилинишини таъминлаши керак.

“Одобнома” дарслиги мазмунини такомиллаштириш юзасидан олиб борган тадқиқотларидан тадқиқотчи И.Мирзиётов шундай ёзади: “Эътиқод тарбияси шарқ муҳитида кескин зиддиятлардан холи кечади, Ўзбекистонда айрим бузғунчи ғоялар, ислом динини ниқоб қилиб, сиёсий манфаатларини ёшлар онгига синдиришга ҳаракат қилаётган гуруҳлар сабабли бу шароит мураккаблашмоқда. Бунинг устига ўсмирларга хос теварак–атрофни, ижтимоий, мафкуравий, миллий – маданий соҳаларга дахлдор воқеаларга баҳо беришда ўта ошириб, ёки камайтириб юбориш, ўжарлик, туйғуларнинг беқарорлигига, бу эса баъзи ҳолларда маҳаллийчилик, миллий худбинлик, нигилизм, мақтанчоқлик, этноцентризм кайфиятларининг намоён бўлишига олиб келиши ҳам мумкин. Ана шу салбий оғишларнинг олдини олиш учун болалар эътиқодини қаровсиз қолдирмаслик керак, балки ўз вақтида миллий мафкуравий онглилик, ватанпарварлик фазилатлари билан омухталаштириш даркор.”

Маънавий-маърифий ишлар жараёнини тўғри ташкил қилиниши ўсмирлар онгида сифат ўзгаришларга олиб келади: олинган ғоявий билимлар тизимли хусусиятга эга бўла оладилар. Улар аниқ ишларда намоён бўладиган ғоявий эътиқодлар учун мустаҳкам асосга айлана боради.

Бунда ижобий натижаларга бир қатор умумпедагогик шароитларга риоя қилинганда эришилади. Улардан энг муҳимлари амалдаги дастур ва дарсликларнинг назарий асосларидан, улардаги мавжуд ғоявий тарбиявий имкониятлардан кўпроқ фойдаланишдир. Ушбу мақсадда ҳар бир тадбирни режалаштиришда аниқ материаллардан келиб чиқадиган дунёқарашга оид ғояларни баён қилиб бориш керак.

Ўсмирларни ёт мафкуралар моҳияти билан уларда шунга мувофиқ воқеалар ва муаммолар ҳақида тўғри тасаввурлар пайдо бўлгандан кейин таништириш керак. Чунки ёт ғояларни исбот-далиллар билан фош қилишга ўсмирлардаги аниқ билимларга таяниш ёрдам беради. Ушбу мақсадларда матбуот материалларидан, ўсмирларнинг ижтимоий тажрибасидан ва ҳаётий кузатишларидан, фанлараро алоқалар, ўсмирларнинг фикрлаш фаолиятини фаоллаштирувчи усул ва воситалардан, бир қатор масалаларни баҳс тарзида муҳокама қилишдан, кичикроқ рефератларни, маърузаларни, ўқитувчи топшириғига биноан тайёрланувчи чиқишлардан фойдаланиш мумкин.

«Адабиёт» фанини ўтиш жараёнида ўсмирларда мафкуравий иммунитетни тарбиялашда ўқитувчининг шахсияти, маънавияти, ҳаётга бўлган ғоявий ва маънавий муносабати катта рол ўйнайди.

Бунинг учун ўқитувчилар замонавий ёт ғоя, мафкуралар кирдикорлари тарғиботининг умумий мақсад-ниятларини билиши керак. Бу ёт мафкуравий қарашларни танқид қилишга саёз ёндашиш, содалаштиришнинг олдини олишга ёрдам беради. Замонавий мафкуравий кураш хусусиятларини, душман мафкурасининг мунофиқлигини аниқ ҳисобга олиш, бузғунчилар таянадиган фактлар ва асосларни далил исботлар билан фош қилиш имконини беради.

Мафкуравий эътиқодни шакллантириш ишининг самарали шаклларида яна бири бу - берилган мавзуга реферат ёзишдир. Рефератлар мавзулари қуйидагича бўлиши мумкин: «Дўстлар ташрифи», «Ўзбекистон - тинчлик ташаббускори», «Жаҳон ёшлари», «Мафкура майдонларида» ва бошқалар. Рефератлар тайёрлаш мафкуравий сиёсатлар ҳолати, мафкураларнинг дастурий тамойилларини чуқур ўзлаштириб, уларнинг хусусият, мақсад-моҳиятини тушуниб етишига ёрдам беради; уларнинг дунёқарашини кенгайтиради; ижтимоий-сиёсий ахборотга бўлган қизиқишни, турли матбуот манбалари билан мустақил ишлаш кўникмаларини синф, мактаб, маҳалланинг амалий ишларида мунтазам қатнашишга интилишни шакллантиради.

Педагогика фанлари номзоди З.Қосимова ўз тадқиқотида иммунитет умумий ва хусусий, яъни бирор вазият билан боғлиқ бўлиши, яъни муайян мафкуравий вазиятларда намоён бўлиши, кўзғалишини таъкидлайди. “Бунинг учун”,- дейди олима, “у илмий асосланган бўлмоғи, далиллар системасига қурилмоғи керак. Мафкуравий иммунитетнинг таркибини мафкуравий билим (вайронкор ва бунёдкор ғояларнинг моҳияти, фарқи ҳақидаги) (Ҳ-Т) ҳис-туйғу, (И) ирода, (К) кўникма ва малакалар (М)тизими ташкил қилади. Шу тарика мафкуравий иммунитет (МИ)ни қуйидагича ифодалаш мумкин: МИқБ+Ш+И+К+М”,- деб ҳисоблайди. Биз ушбу ёндашувга қўшилган ҳолда, билим, кўникма ва малакалар тарбияланувчининг ёш ва интеллектуал хусусият ва имкониятларига боғлиқ, деб ҳисоблаймиз.

Зеро, мактабларда ўтказилган тажриба-тадқиқот ишлари шуни кўрсатадики, ўсмирларнинг кўпчилиги мафкуравий муаммоларни ёритувчи атамаларнинг маъносини биладилар ва тушунадилар. Бунга албатта бир қатор ўқув фанлари мазмуни кўмак бўлиб, уларни ўрганиш жараёнида ўсмирлар сиёсий атамаларни умумлаштириш кўникмаларига эга бўлмоқдалар.

Фойдаланилган адабиётлар:

- 1.Жўраев Н. Мафкуравий иммунитет. Т.: “Маънавият”, 2000. 4-б.
- 2.Нишонова З., Алимова Г. Болалар психологияси ва ўқитиш методикаси.Т 2007
- 3.Нишонова З.Т. «Ёш даврлари психологияси» уқув кулланма. – Т., 2006 й.
- 4.Ғозиев Э. Психология. Т., “Ўқитувчи”, 2004

МАКТАБДА БУЗҒУНЧИ ҒОЯЛАРГА ҚАРШИ ТАРҒИБОТНИ ТАШКИЛ ЭТИШ

*Абдурахмонова Севдо Убайдуллаевна
Оққўрғон тумани 9-мактаб психологи*

Таянч сўзлар: моделлаштириш, ғоявий тарбия, тарбиявий технологиялар, интерпретация, оммавий, гуруҳий ва индивидуал шакллар

Тарбиявий технология — олдида қўйилган тарбиявий мақсадларга эришишга имкон берадиган, назарий асосланган тарбия жараёнини амалга оширишнинг шакллари, услуб ва воситаларининг йиғиндисидир. Бунда у тегишли илмий моделлаштиришга таянади, бу жараёнда ушбу мақсадлар бир хил маънода берилди ҳамда инсоннинг шахсий хусусиятлари ва сифатларини уни ривожлантиришнинг муайян босқичида объектив равишда босқичма-босқич ўлчаш ва баҳолаш имконияти сақланади.

Педагогика фанлари доктори, профессор М.Қуроновнинг таъкидлашича, тарбия мақсади - педагогиканинг стратегик вазифаларини белгилаб беради. Замонавий педагогик, компьютер технологиялари ёрдамида ушбу мақсаднинг турли ёш гуруҳларига кирувчи, ўқувчи-ёшларда қай даражада шаклланганлигини акс эттирувчи параметрлар орқали моделлаштириш мумкин. Яъни, “Ғоявий тарбияда мафкуравий вазиятларни компьютер воситасида моделлаштириш биринчидан, бўлажак ўқувчиларнинг тарбия назарияси бўйича олган билимларини “шартли воқелик”да синаб кўришга ўргатади; иккинчидан, тарбиявий ишларни ташкил қилишда турли педагогик вазиятларни муваффақиятли ҳал қилиш учун зарур бўлган кўникма ва малакаларини чархлайди; учинчидан, компьютер технологияси воситасида янги педагогик вазиятларни ижод қилиш ва ечишга ўргатади; тўртинчидан, умумпедагогик таълим сифатини оширади; бешинчидан, талабаларни миллий истиқлолий эътиқодини мустаҳкамлайди.”

Бу жараёнда ўсмирларнинг шакллантирилиши ва ривожлантирилиши лозим бўлган аниқланган сифатлари муайян шарт-шароитларда тарбиялаш мақсадлари сифатида иштирок этади, у эса умумий ҳолда таълим мазмунининг ўзига хос хусусиятини белгилайди.

Тарбиявий технологиялар: мўлжал олиш (тарбиявий мақсадни аниқлаш); амалга ошириш (тарбиялаш услублари ва воситаларини аниқ кетма-кетликда амалга ошириш); назорат қилиш ва тузатиш каби босқичларни ўз ичига олади.

Ҳар бир тарбиявий технологияда, шунингдек, қўйилган мақсадга эришиш учун унинг фаолият юритишини кузатиш, назорат қилиш ва тузатиш қоидалари тизимидан иборат бўлган бошқариш алгоритмидан фойдаланилади. Белгиланган тарбия мақсадларининг ҳар бирига эришиш учун педагогларнинг қатъий белгиланган тарбиявий фаолиятини бошқариш алгоритмидан фойдаланилади. Бу нафақат тарбиялаш жараёнининг муваффақиятлилигини баҳолаш, балки

белгиланган самарадорликка эга бўлган жараёнларни олдиндан лойиҳалаштириш имконини беради.

Инсоннинг шахсий хусусиятларини ташҳислаш тарбия технологиясининг янада масъулиятли вазифаси ҳисобланади. Бироқ, сифатларнинг ўзини бир қатор шарт-шароитларга мувофиқ келиши нуқтаи назаридан аниқлаш, изоҳлаш (интерпретация) зарур. Улардан энг муҳимлари қуйидагилар ҳисобланади:

-муайян сифатнинг бошқалардан аниқ фарқланишини таъминлайдиган бир маъноли аниқлик;

-ташҳис жараёнида баҳоланадиган сифатни аниқлаш учун тегишли воситаларнинг мавжудлиги;

-шахсий фазилат ўлчовларининг ишончли шкаласи бўйича шаклланганлик ва сифатларнинг турли даражаларини аниқлаш имкониятлари.

Педагогик жараёнларни технологиялаштириш ғояси уларни бошқариладиган қилиш: “бирор нарсага ва қандайдир қилиб” эришиш эмас, балки кафолатланган натижага эришишдан иборат. Натижада ҳар бир ўқитувчи унинг мақсаддан бошлаб то натижаларни баҳолашгача бўлган ҳатти-ҳаракатларини белгилайдиган тарбиявий алгоритмларни технологик қайта ишлаш асосида берилган натижаларга эришади.

Тарбиявий жараённинг энг асосий хусусиятлари — бу унинг яхлитлиги, тизимлилиги, даврийлиги ва технологиявийлигидир. Яхлитлик деганда тарбиялаш ва ўқитиш жараёнлари, шунингдек шахсни ривожлантириш ва шакллантириш жараёнларининг ажралмас бирлиги тушунилади.

Зеро, И.Каримов ҳам: “Таълимни тарбиядан, тарбияни эса таълимдан ажратиб бўлмайди – бу шарқона қараш, шарқона ҳаёт фалсафаси” – дея таъкидлаганлар. Бу эса иккала жараённинг ҳар бирига хос хусусиятни, моҳиятини, бирининг бошқасига таъсири натижасида ўзгаришини англаб етишга ёрдам беради. Масалан, тарбия мақсади унинг мазмунини белгилаб беради, тарбияланганлик даражаси эса тарбиялаш усуллари танлашга таъсир кўрсатади ва ҳ.к.

Мактаб амалиётчи психологлари ва маънавий- маърифат ишлари бўйича мактаб директори ўринбосарлари билан суҳбатларда уларнинг мафкуравий тарбия мақсадларини белгилаш ва амалга оширишда, ижтимоий буюртмани педагогик талқинда қийинчиликка дуч келишлари маълум бўлди. Икки сўнгги даражаларда тарбиялаш технологиясида тарбияланувчиларнинг режалаштириладиган ҳатти-ҳаракатларини ёритган ҳолда, мақсадни хулқ-атвор меъёрлари асосида шакллантириш қабул қилинган. Шу муносабат билан хусусий педагогик вазифалар ва функционал педагогик вазифалар фарқланади. Улардан биринчиси — бу инсонни ўзгартириш вазифалари — уни тарбияланганликнинг бир ҳолатидан бошқасига, одатда, янада юқори даражага ўтказишдир. Иккинчиси - шахснинг муайян сифатларини ривожлантириш вазифалари сифатида қаралади.

Таъкидланган гуруҳлардан ҳар бири ўз имкониятига эга. Масалан, телекўрсатувлар ва радиоэшиттиришлар тарбиянинг оммавий шакллари сифатида кенг тарбиявий майдонга таъсир кўрсатиш имкониятига эга. Аммо уларда тарбия объектларининг ёш, касбий, шахсий ва бошқа хусусиятларини ҳисобга олиш имконияти йўқ. Бу камчилик эса индивидуал суҳбатлар орқали тўлиқ бартараф

этилади. Ана шунинг учун тарбиянинг оммавий, гуруҳий ва индивидуал шаклларида ўринли фойдаланиш мақсадга мувофиқдир.

Шундай қилиб, тарбия технологиясининг моҳиятини ёшлар тарбиясини Миллий ғоямизнинг бош мақсадига эришишга йўналтирувчи яхлит педагогик ҳодиса сифатида тасаввур қилиш мумкин. Унинг айрим масалалари ҳозирча мукамал ишлаб чиқилмаган бўлишига қарамасдан, унинг асосий таркибий қисмлари эмпирик даражада педагогик амалиётда қўлланилмоқда. Бу барча тоифадаги педагогларнинг тарбиявий фаолиятининг самарадорлигини сезиларли даражада ошириш, тарбия жараёнларини модернизациялаштириш, баркамол ёш авлодга хос шахсий фазилатларни самарали шакллантиришга ёрдам беради.

Фойдаланилган адабиётлар:

- 1.Жўраев Н. Мафкуравий иммунитет. Т.: “Маънавият”, 2000. 4-б.
- 2.Дети в странах Содружества Независимых Государств: Статический сборник/ межгосударственный статический комитет СНГ. – М., 2002.
- 3.Каримов И.А. Миллий истиқлол мафкураси - халқ эътиқоди ва буюк келажакка ишончдир: «Фидокор» газетаси муҳбири саволларига жавоблар. - Т.: «Ўзбекистон», 2000. - 40 б. 14 - б.
- 4.Ҳасанбоев Ж., Сарибоев Ҳ., Ниёзов Г., Ҳасанбоева О, Усмонбоева М. “Педагогика” ўқув қўлланма. – Т.: Ўз.Р. Фанлар академияси “Фан” нашриёти – 2006, 220 б.
- 5.Қуронов М. Мафкуравий вазиятларни моделлаштириш - ғоявий тарбия воситаси. /“Педагогик таълим”, ТДПУ илмий-назарий ва методик журнали. 3-сон, 2000. 22-23-б.б.

АХБОРОТ АСРИДА ЁШЛАРДА ИММУНИТЕТ ШАКЛАНТИРИШНИНГ ПСИХОЛОГИК ЙЎЛЛАРИ

*Илхомова Дилфуза Рахматовна
Тошкент тумани 14-мактаб психологи*

Таянч сўзлар: тарихий-тадрижий, глобал, минтақавий ва ҳудудий геосиёсат, психологик таҳлил,

Ўзбекистоннинг мустақиллик йилларида эришган барча ютуқлари негизида инсонларнинг интилишлари ва ҳаётий мўлжалларини ўзида мужассамлаштирган, уларни амалга оширишга, кўзланган мақсад-муддаоларга эришишга сафарбар этган миллий истиқлол ғояси ва мафкураси жамият ҳаётининг узвий қисмига айланганини исботлади. Шу нуқтаи назардан қараганда, мафкуравий жараёнларнинг ижтимоий-тарихий моҳияти, бугунги кунда глобал, минтақавий ва ҳудудий геосиёсатда унинг намоён бўлишининг ўзига хос хусусиятларини, ижтимоий жараёнлар кечишига таъсирини узвий бирлик ва алоқадорликда

ўрганиш жамиятнинг эртанги куни, тарихий-тадрижий ривожланиш истиқболини белгилашда муҳим ва долзарб аҳамият касб этади.

Шу билан бирга, одамлар, турли ижтимоий қатламлар, миллатлар ва элатлар айниқса ёшлар онгини ижобий факторлар билан ривожлантириш мафкуравий хуружларнинг асосий мақсадига айланиб бораётгани дунёнинг мафкуравий манзарасига хос хусусиятлар, ундаги ҳукмрон майллар ривожланишини, мавжуд мафкуравий таҳдидларнинг олдини олиш билан боғлиқ муаммоларни психологик таҳлил этишнинг ҳаётий аҳамиятга эгаллигини кўрсатади.

Ушбу долзарб муаммо ечими қуйидаги жиҳатлар билан белгиланади. Бу йўналиш бўйича турли илмий тадқиқотлар олиб борилганлигига қарамай бевосита таълим муассасаларида таҳсил олаётган, ёки таълимга жалб қилинмаган уюшмаган ёшлар глобал тармоқ таъсирига кўпроқ бериладиган, ўсмирлик ёшидаги ўқувчиларни мафкуравий хуружлардан ҳимоя қилишнинг психологик асослари ҳозирга қадар мукамал, тизимли ва махсус тадқиқот сифатида ўрганилмаган.

Бугунги таҳликали дунёдаги вазиятлар ва юз бераётган айрим бир шахс омили билан боғлиқ кўнгилсизликлар, ғоявий, мафкуравий таҳдидлар ҳамда хуружлар ўсмир шахсини психологиясига ҳамда унинг маънавиятига аввалгидан ҳам кўра кўпроқ тизимли ёндашишни талаб қилмоқда.

Юқоридаги тадқиқот натижаларидан келиб чиқиб қуйидаги илмий-назарий хулосаларга келинди:

1. Шарқ алломалари асарларида инсонларни яхшиликка, эзгу ишларни амалга оширишга қаратилган қарашлар уларда бунёдкорлик ҳиссини кучайтиришга, жаҳолат, ғаразлик, қабоҳат каби вайронкор ғояларга қарши курашишига ундаши кўрсатиб берилган;

2. Мафкура, иммунитет, мафкуравий иммунитет масаласи хориж психолог, педагог, файласуфлари томонидан кенг тадқиқи қилиниб у шахсдаги ўзини ўз англаш тизими, “Мен” сиймоси ва психологик ҳимоя механизмлари билан боғлиқлиги асослаб берилган;

3. Шахсда мафкуравий иммунитетни таркиб топиши ўз навбатида шахс хусусиятлари, эътиқодлар даражаси, дунёқарашнинг кенглиги, мустақил фикр устунлиги билан изоҳланади;

4. Ўзбек олимлари томонидан мафкура, мафкуравий иммунитетнинг фалсафий, педагогик асослари кенг доирада тадқиқ қилиниб, психологик жиҳатлари етарлича изоҳланмаганлиги сабабли унинг ёндош ҳодисалар билан боғлиқлиги очиб берилди.

5. Олиб борилган назарий–илмий таҳлиллар мавзу доирасидаги муаммолар, хусусан, ўсмирларда мафкуравий иммунитет шаклланишининг омилларини тадқиқ қилинишига бағишланган ишларнинг бугунги кунда тақчиллиги ва шу билан бирга долзарблигини кўрсатди.

6. Уюшган ва уюшмаган ёшларда мафкуравий иммунитет шаклланишининг психологик омилларини иерархиясини ишлаб чиқилиши ва уни амалиётга тадбиқ қилинишига бугунги кунда жуда катта эҳтиёж мавжудлиги назарий тамойиллар асосида изоҳланди;

7. Мафкуравий таҳдидлар, хуружлар, ёт бузғунчи ғояларни инсонлар айниқса, ўсмирлар онгига салбий таъсирини зарарсизлантириш ва уларда мафкуравий иммунитет ҳосил қилиш ҳамда уни барқарорлигига эришишда психологик усуллардан фойдаланишни назарий-амалий аҳамият касб этиши аниқланди;

8. Фикрга қарши фикр, ғояга қарши ғоя, жаҳолатга қарши маърифат тамойилларини, мафкуравий таҳдидларга қарши курашишдаги аҳамияти ўрганилди;

9. Жамият ҳаётида юз берадиган мафкуравий ўзгаришлар инсонлар ҳаёти ва турмуш тарзига ҳам ўзгаришлар киритиши мумкинлиги назарий жиҳатдан асосланди;

10. Ўсмирларда иммунитетининг шаклланиши кўп жиҳатдан уларнинг психологик омиллар, психик жараён, психик хусусият ва психик ҳолат ҳамда психологик механизмлар билан боғлиқ жараёндир. Ана шу нуқтаи назардан ўсмирларнинг ғоявий дунёқарашини, барқарор мафкуравий иммунитетини ривожлантиришнинг муҳим шартларидан бири – ўсмирларимизни умуммиллий мақсадга яъни миллий истиқлол ғоя ва мафкураларимизга нисбатан онгли муносабатни тарбиялашдир.

11. Бузғунчи тарғибот-ташвиқотнинг барча манбалари муаммоларни ёритиш бўйича ягона концепцияга таянадилар. Ёт мафкуралар тарғибот-ташвиқоти тизимининг барча восита ва бўғинлари, шунингдек у билан боғлиқ маълумотни тўплаш, ишлов бериш, тайёрлаш ҳамда тарқатиш, тезкорликни ташкил қилиш қатъиян марказлаштирилади. Ушбу мақсадларда ёт мафкуралар тарғибот-ташвиқоти илмий-техник инкилобнинг сўнгги техник воситалари, сўнгги янгиликларидан (масалан, аудио, видеоёзувлар, интернет ва ҳ.к.) фойдаланади.

Уюшган ва уюшмаган ёшларда барқарор мафкуравий иммунитет шакллантиришда қўйидаги психологик омилларни, яъни шахс хусусиятлари, психологик ҳимоя механизмлари, эътиқодлар даражаси, кадриятлар тизими, когнитив, хулқ-атвор, эмоционал ҳолатлар, мотивациялар, эҳтиёжлар, мақсадлар, йўналганлик, установкалар кабиларни инобатга олиш зарур. Ана шунда улар мафкуравий вазиятларда ўз ғоявий билим ва кўникмаларини қўллашнинг шахсий тажрибаларига эга бўладилар.

Адабиётлар рўйхати:

1. Каримов И.А. Миллий истиқлол мафкураси - халқ эътиқоди ва буюк келажакка ишончдир. «Фидокор» газетаси мухбири саволларига жавоблар. -Тошкент.: «Ўзбекистон», 2000. –Б.14
2. Мирзиёев Ш.М. Эркин ва фаровон, демократик Ўзбекистон давлатини биргаликда барпо этамиз. –Т.: Ўзбекистон, 2017. –Б. 9.
3. Жабборов Х.Х Узлуксиз таълим тизимида ўқувчиларда мафкуравий иммунитет шаклланишининг психологик механизмлари. Психология. Илмий журнал. Бухоро, 2016-й. 2-сон(22)-Б.36-42.

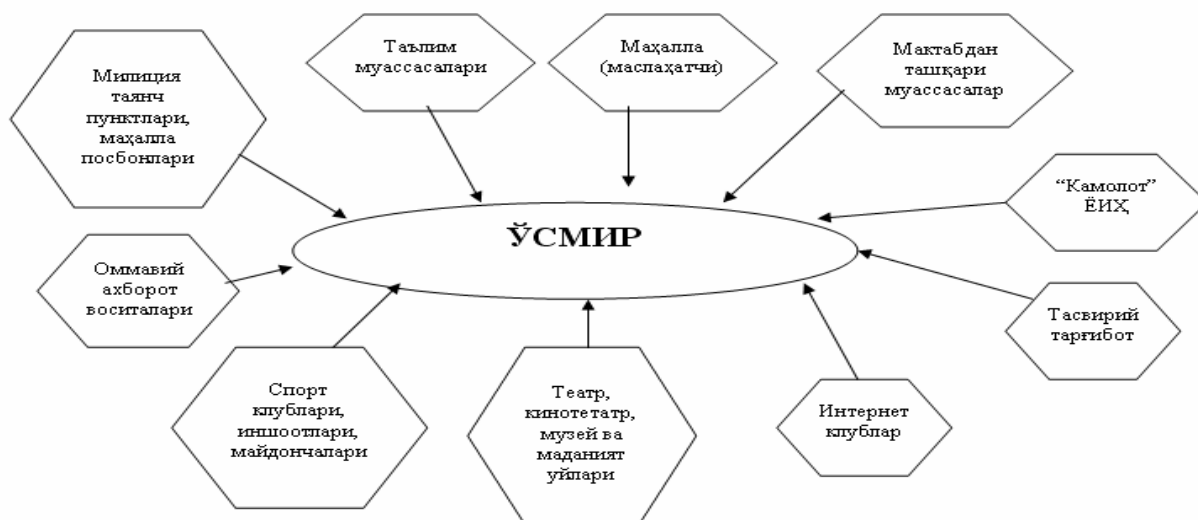
ТАЪЛИМ-ТАРБИЯДА ОММАВИЙ АХБОРОТ ВОСИТАЛАРИДАН ФЙДАЛАНИШ

Саидова Нодира Рахмат қизи
Қибрай тумани 16-мактаб психологи

Таянч сўзлар: ижтимоий педагогик омиллар, эстетик таассуротлар, ҳис-туйғу маданият, бадиий адабиёт

Ўсмирларнинг таълим жараёнида мафкуравий иммунитетини шакллантиришда қатор ижтимоий педагогик омиллар иштирок этади. Бунда таълим, мактабдан ташқари муассасалар, оммавий ахборот воситалари, оиланинг роли каттадир.

Ўсмирларда мафкуравий иммунитетни шакллантириш жараёнида иштирок этувчи ижтимоий педагогик омиллар



Л.С.Выготский бола эстетик таассуротларининг бой манбаси сифатида борлиқнинг бадиий ифодасини “бизнинг ижтимоий ҳаётдаги мавжудлигимизнинг энг махфий, энг шахсий томонлари” деб атайди. Санъат маънавиятнинг инъикоси ва бадиий шакли сифатида ўта мураккаб ва кўп қиррали ҳодисадир. Унда бола шахсига таъсир қиладиган мафкуравий, ахлоқий, эстетик томонлар узвий бирикиб кетади.

Болаларда ҳис-туйғу маданиятини, образли ва мавҳум тафаккурни, тасаввурни ўстиришда тасвирий санъатнинг аҳамияти беқиёсдир. Тасвирий санъат асарлари инсон ҳаётини ва табиатни билишда ёрдам беради. У нафақат кўринадиган нарсаларни идрок қилишда, балки ижодкорликни ривожлантиришда ҳам алоҳида қимматга эга. Расм ва ҳайкалларда воқеалар занжирининг бир они, бир бўлаги тасвирланган бўлсада, томошабин уларда воқеалар, характерлар ва образларни ҳаракатда кўра олади.

Ўсмирларни маънавий-эстетик тарбиялаш омиллари сирасига ҳозирги замон санъатининг кенг тарқалган, оммавий турларидан кино ва телевидения ҳам киради.

Улар ўзларида барча санъатларнинг имкониятларини ва илмий-техникавий тараққиётнинг энг янги ютуқларини мужассамлаштирган.

Шундай қилиб, эстетик тарбия ўсмирнинг нафақат бадиий ҳис-туйғулар доирасини, балки унинг маънавий кучларини ҳам ўстиришга хизмат қилади.

Замонавий кино ва болалар муаммосини ўрганиш ва ҳал қилишда ёшлар, ўсмирлар учун фильмлар яратиш билан бевосита шуғулланаётган ёш режиссёрларнинг фикрлари қимматлидир. Жумладан ёш атоқли кинорежиссёрлардан Зулфиқор Мусоқов «Кинонинг тарбиявий аҳамияти тўғрисида фикрингиз?», деган саволга 2001 йил август ойида шундай жавоб берган эди: - Кинонинг тарбиявий роли боғча ва мактаб билан бир даражада туради, деб ўйлайман. Сабаби ҳаётда тарбиячи ва ўқитувчининг гапи болага қонун бўлса, кинода ҳам бош қаҳрамон нима қилса, бола ҳам шуни такрорлагиси келади. Баъзан муаллимнинг таъсиридан кўра кинонинг таъсири болада кучлироқ сезилиб қолади. Чунки куш уясида кўрганини қилади, деганларидек, бола кўпроқ эшитганиларини эмас, кўрганларига риоя қилади. Аммо шуниси ачинарлики, кейинги пайтларда ёшларимизнинг ғарб жангари фильмларига қизиқиши кучайиб бормоқда. Мен қаратэ ёки таэквондога, умуман спортга асло қаршилигим йўқ. Лекин фақатгина мушакларни зўрайтириб, ёш мияда Шварцнеггердан бошқа ижобий қаҳрамон топилмаса, ачинарли ҳол. Бизнинг ўзбек киноларимиз ватанга, ота-онага меҳр, дўстлик туйғуларини тараннум этади, ҳақиқий тарбия вазифасини ўтайди. Шахсан менинг асарларимда зўравонлик, фахш кадрлари ва бир миллатни иккинчисига гиж-гижлаш ҳеч қачон бўлмаган, бўлмайди ҳам», - деди.

Маълумки, ўсмирлик даврининг муҳим хусусиятларидан бири - жўшқин жисмоний ва жинсий ривожланишдир. Бу ўзгаришлар турли ўсмирларда турлича кечади. Бу ўсмирнинг руҳиятида ва ҳулқ-атворида кечадиган ўзгаришларни катталар қандай ҳисобга олишларига боғлиқ. Шунингдек, ички секреция безларининг жадал ишлаши натижасида ўсмир нерв системасининг кўзгалувчанлиги ошади. Шу сабабли бу ёшдаги ўсмирларда серзардалиқ, ўта ҳафаконлик, жиззакилик, жаҳли тезлик каби ҳолатлар тез-тез кўзга ташланиб туради. Агар катталар зийраклик ва эътиборлилик қилсалар буларнинг олдини олиш ҳам мумкин. Лекин реал мураккаблиқ боланинг физиологиясида эмас, балки унинг маънавиятида. Бола ижтимоий муносабатларда, ахлоқий-эстетик онг ва тафаккурини қўллаш жараёнида ўзини англаб, ҳис қила боради.

Ўсмирларни синфдан ташқари ишларнинг нафақат мазмуни, балки шакллари ҳам ўзига жалб қилади. Уларни қаҳрамонлик, романтика ўзига тортиб туради. Уларга сайрлар, саёҳатлар, тадқиқот ишлари жуда ёқади.

Ўсмирларнинг қизиқишлари янада барқарор ва ранг баранг бўла бошлайди. Ижтимоий ҳаётдаги воқеалар уларда жавоб туйғуларини уйғотади. Бу ўсмирлар билан олиб бориладиган мусиқий иш жараёнида ҳисобга олинади. Мусиқий тарбия фақатгина мактабда эшитиладиган мусиқага онгли муносабатни шакллантириб қолмасдан, балки мактабдан ташқаридаги мусиқага ҳам шундай муносабатда бўлишга ўргатади. Шу сабабли турли-туман ашулаларни ёдлаш ва ўрганиш, грампластинка ёзувлари, дисклар, аудио ва видео, радио ва телевидениядан

фойдаланган ҳолда қизиқарли суҳбатлар уюштириш бизнинг бугунги маънавий ислохотлар воқелигимизни акс эттириши лозим.

Ўсмирларнинг ёшига оид ўзига хос қизиқишлари ҳақида гапирганда биринчи навбатда уларнинг қаҳрамонларга бўлган ҳавасларини таъкидламоқ лозим. 5-6 синфларда, уларни айниқса, саргузашт-қаҳрамонлик асарлари, тарихий-қаҳрамонлик пьессалари ва спектакллари ўзига тортади. VII-VIII синфларда тарихий ва тарихий қаҳрамонлик-романтик жанрдаги мавзуларга қизиқиш кучаяди. Бу асарларда катта ёшдаги ўсмирларни инсон руҳининг кучи ва улуғворлигини - буюк мақсадлар йўлида қилинган қаҳрамонликларни тасвирлаш ўзига жалб қилади. Кўтаринкилик ва фожиавийлик ўсмирларнинг оптимистик дунёқарашини мустаҳкамлайди, биргаликда ҳис қилиш, қайғудош бўлиш, биргаликда иштирок этиш қувончларини юзага келтиради.

Фойдаланилган адабиётлар:

1. Ж.Ф.Йўлдошев.Талаба маънавиятини шакллантириш (қўлланма) – Тошкент – 2011й.
- 2.Рахимжонов Н. “Ёшлар иқтисодий тафаккурини шакллантиришда оиланинг роли” Т., 2015 (Б.М.И.)
- 3.Нишонова З., Алимова Г. Болалар психологияси ва ўқитиш методикаси.Т 2007
- 4.Нишонова З.Т. «Умумий психологияси» укув кулланма. – Т., 2006 й.

ЁШЛАР МАЪНАВИЙ-ПСИХОЛОГИК ТАРБИЯСИГА ИНФОРМАЦИОН ТАЪСИР

*Содиқова Дилноза Содиқовна
Зангиота тумани 40-мактаб психологи*

Таянч сўзлар: ғоявий қарашлар, сунъий йўлдош, оммавий ахборот воситалар, кибертерроризм

Ёшлар жамият ҳаётида рўй бераётган ижтимоий муносабатлар қонуниятларини билиш, бу жараёнлар мазмунини таҳлил қилиш ва воқеликда бевосита иштирок этишга интиладилар. Ўз ғоявий қарашларини пухта ва мукамал ифодалаш, ҳимоя қила олиш ҳамда далиллаш каби хусусиятларни ўзларида тўлиқ таркиб топтирадилар.

Бироқ, ҳозирги кунда интернет, сунъий йўлдош орқали алоқа, оммавий ахборот воситалари ҳукмронлик қилаётган бугунги дунёда ахборотни божхона кўригидан ўтказиб, сарагини-саракка, пучагини-пучакка ажратишнинг иложи йўқ. Аммо, энг ташвишлиси, бу урушда рақибни жисмонан йўқ қилиш эмас, уни ўзига маънан бўйсундириш мақсади кўзланади.

Бозорнинг оддий ҳақиқати шундаки, ҳар ким топганини савдога чиқаради. Товари сифати, тури ва фойдаси жиҳатидан танлаш харидорнинг ихтиёрида. Ана шу қонуният нуқтаи назаридан қараганда, жаҳон ахборот бозорида бизнинг манфаатларимизга мутлақо зид, миллий хусусиятларимиз, анъана,

қадриятларимизни менсимайдиган ахборотлар шиддат билан ҳаётимизга кириб келмоқда. Бу ўз-ўзидан ахборот соҳасидаги хуружлардан ҳимояланиш, бинобарин, миллий хавфсизликни таъминлаш муаммосини кун тартибига қўймоқда.

Ахборот хуружларининг қуйидаги турлари мавжуд:

- ёлғон ахборот тарқатиш;
- ижтимоий онгни манипуляция қилиш;
- миллий-маънавий қадриятларни емириб ташлаш;
- етти ёт бегона маънавий қадриятларни сингдириш;
- халқнинг тарихий хотирасини бузиш ва ўзгартириш;
- кибертерроризм.

Кибертерроризм ўз навбатида вирус тарқатиш, интернетда ноқонуний бойлик орттириш (кибержиноят), кибер – маньякчилик, турли бўҳтон ва уйдирмалар тарқатиш орқали бирор мамлакат ёки шахсни обрўсизлантириш сингари турларга бўлинади.

Ҳозирги даврда ахборот хуружлари қуйидаги мақсадларни қўзлаган ҳолда тажовуз ва уринишга айланиб бўлган.

1) Ўз ахборот функциялари ва ресурсларини ҳимоялаган ҳолда ахборот муҳитини назоратга олиш;

2) Ахборот ҳужумларини олиб бориш учун назорат қилинаётган ахборотлардан фойдаланиш.

Қуйидаги воситалар эса, одатда жаҳон миқёсида ахборот қуроли сифатида қаралади:

- ахборот манбаларини йўқ қилиш, бузиш ва ўғирлаш;
- ҳимояланиш тизимини айланиб ўтиш;
- компьютер тизими техник воситалари ишлашини бузиб ташлаш;
- компьютер вируслари;
- ахборот айирбошлашни йўқ қилувчи воситалар ...

Ахборот хуружи қуйидаги асосий қисмларга асосланади.

1. Психологик операциялар - ахборотдан фуқароларга таъсир этишда фойдаланиш.

2. Электрон хуруж - аниқ маълумотларни олиш имконини бермайдиган восита.

3. Рақибга, душманга сохта ахборот бериш.

4. Очик ахборот хуружлари - ахборотни кўзга кўринмайдиган ўзгартиришларсиз бузиш ва ҳоказо.

Шундай ахборот хуружлари таъсирида айрим ёшлар ички дунёсида вужудга келадиган руҳий инқироз ва танглик, уларни ҳаётда учрайдиган муаммоларга, воқеа ва ҳодисаларга жиддий, объектив муносабатда бўлишларини тақозо этади. Шундай бўлсада бу даврда ёшларда узоқни кўра олмаслик, эҳтиётсиз хатти - ҳаракатларга мойиллик, далилларга таяниб эмас балки эмоционал ҳиссиётларга берилиб иш кўриш каби ҳолатларнинг келиб чиқиши кузатилади. Ушбу ҳолатлардан келиб чиқиб, дилга яқин сўзлар орқали ёшларнинг ички дунёсига таъсир этиш мумкинлиги ҳамда уларнинг негатив ҳис – туйғуларга

нисбатан иммунитетни бирмунча беқарорлигини доимо назарда тутиш керак.

Инсоният жамиятининг ҳар бир янги босқичи тарихга муносабатни янгидан кўриб чиқишни талаб этади. Маънавий ҳаётдаги янги ҳодисалар умумий бўлиб келган тушунча ва ўлчамларни гуёки инкор этгандек бўлади. Бироқ шу ўринда таъкидлаш лозимки, тарих "чиғириғи"да ўз синовидан ўтган, барча даврлар ва халқларга хос бўлган умуминсоний қадрият ва мезонлар тизими мавжуд бўлиб, улар орқали ҳар қандай янги даврда аввал кузатилмаган ҳодисаларнинг ўлчами ва андозаси чиқарилади. Кишилиқ жамияти тараққиётининг барча босқичларида ёшлар тарбияси энг долзарб масалалардан бири бўлиб келган ва шундай бўлиб қолади.

Фойдаланилган адабиётлар:

1. Ж.Ғ.Йўлдошев.Талаба маънавиятини шакллантириш (қўлланма) – Тошкент – 2011й.
- 2.Рахимжонов Н. “Ёшлар иқтисодий тафаккурини шакллантиришда оиланинг роли” Т., 2015 (Б.М.И.)
- 3.Нишонова З., Алимова Г. Болалар психологияси ва ўқитиш методикаси.Т 2007
- 4.Нишонова З.Т. «Умумий психологияси» укув кулланма. – Т., 2006 й.
- 5.Жўраев Н. Мафкуравий иммунитет. Т.: “Маънавият”, 2000. 4-б.

ГИЁҲВАНДЛИК ИЛАТМИ ЁКИ ТАҲДИД?

*Сотиболдиева Гулинисо Абдуваитовна
Бўка тумани 8-мактаб психологи*

Таянч сўзлар: психотроп моддалар, ҳуқуқий ҳулосалар, аср вабоси, генофонд, илм-хунар, жисмоний чиниқиш

Айни кунларда гиёҳвандлик ХХI аср вабоси сифатида эътироф этилиб, жаҳон ҳамжамияти томонидан бу жирканч иллатни келтириб чиқарувчи ноқонуний хатти-ҳаракатларнинг олдини олиш мақсадида кенг кўламли чора-тадбирлар амалга ошириб келинмоқда. Бу борада мамлакатимизда ҳам мустақкам қонунчилик базаси яратилган бўлиб, гиёҳвандликка қарши курашишда миллий қонунчилик меъёрлари ҳамда халқаро ҳамкорлик доирасида жиддий ишлар олиб бориляпти.

Таъкидлаш жоизки, истиқлол йилларида юртимизда гиёҳвандликка қарши кураш ва унинг олдини олиш соҳасидаги ишлар давлат сиёсати даражасига кўтарилган. 1998 йили Ўзбекистон Республикасининг Биринчи Президенти Ислоҳ Каримов Бирлашган Миллатлар Ташкилоти (БМТ) Бош Ассамблеясининг 48-сессиясидаги маърузасида дунё ҳамжамиятини гиёҳвандлик бизнеси (наркобизнес)га қарши бирлашишга даъват этиб, Марказий Осиёда БМТнинг минтақавий ваколатхонаси (комиссияси)ни ташкил қилишни таклиф қилган эди. 1999 йили Ўзбекистон Республикасининг “Гиёҳвандлик воситалари ва психотроп

моддалар тўғрисида”ги Қонуни қабул қилинди. Бу ҳуқуқий ҳужжат юртимизда гиёҳвандликнинг олдини олиш, унга қаршиш курашиш ва жамиятимизда соғлом турмуш тарзини тарғиб этишда муҳим дастуриламал бўлди.

Ҳозирги кунда ушбу соҳадаги амалдаги қонунчилик меъёрлари ижросини таъминлаш мақсадида маҳаллий ҳокимликлар, ҳуқуқни муҳофаза қилувчи идоралар ва назорат органлари ҳамкорлигида доимий равишда кенг аҳоли қатламлари, айниқса, ёшлар ўртасида тушунтириш-тарғибот тадбирлари ўтказиб келинмоқда. Гиёҳвандлик иллатига берилган ҳуқуқий хулосаларга эътибор қаратадиган бўлсак, бу захарли оғу таркибида инсонни ўзига муте қилувчи жиҳатлар мавжуд ва бир марта ушбу оғуни истеъмол қилган одам унга ўрганиб қолади. Натижада умр заволи бўлган гиёҳвандлик таъсирига тушиб қолган одам ўзининг маънавий қиёфасини йўқотади, ақл-идрок, фикрлаш, эслаш қобилиятидан айрилади, руҳиятини издан чиқаради. Жамиятда ва оилада ўз ўрнини йўқотиб, ижтимоий фойдали меҳнатдан ажралиб қолиши, жиноятчилик оламига кириб қолишига олиб келади.

Энг ачинарли жиҳати шундаки, гиёҳвандлик инсон саломатлигига ҳалокатли таъсир кўрсатади. Гиёҳвандлик охири ўлимга маҳкум этувчи манфур иллат саналиши бежиз эмас. Таҳлиллар бу дардга асосан 18-45 ёшгача бўлган, айни куч-қувватга тўлган инсонлар мубтало бўлаётганини кўрсатмоқда. Натижада унинг исканжасига тушиб қолганлар яратувчанлик, бунёдкорлик жараёнларида қатнаша олмай, оғир хасталиқдан азоб чекишади. Умрининг қолган қисмини афсус-надоматда, пушаймонликда ўтказишади. Бу ўринда халқимиз ибораси билан айтганда, кейинги пушаймон – ўзингга душман. Кейинги пушаймондан ҳеч қандай наф, фойда йўқ!..

Шу боис юртимизда гиёҳвандлик воситалари ва психотроп моддалар билан боғлиқ ҳар қандай кўринишдаги жиноий ҳатти-ҳаракатларнинг олдини олиш устувор вазифа сифатида белгиланган. Ўзбекистон Республикаси Жиноят, Жиноят процессуал кодекслари ва бошқа қонун ҳужжатларида гиёҳвандлик ва унинг салбий оқибатларига тааллуқли жиноятларга нисбатан жазо чоралари янада кучайтирилган. Бу соҳадаги ҳар қандай жиноятга нисбатан жазо муқаррарлиги тамойили таъминланган.

Демак, “аср вабоси”га қарши курашиш фақат ҳуқуқни муҳофаза қилувчи идоралар ва назорат органларининг вазифаси эмас. Тинчлик ва барқарорлик, фаровон ҳаётимиз учун жиддий хавф-хатар манбаи бўлган мазкур иллатга қарши курашишда ҳар бир фуқаро, оила, маҳалла, корхона ва ташкилотлар, идора ва муассасалар, таълим муассасалари бирдек масъул ҳисобланади. Шунинг учун ҳам айни мавзуда ташкил этилаётган юзма-юз мулоқотлар, учрашувлар ва суҳбатларда фаол иштирок этиш ҳар биримизнинг фуқаролик бурчимиз ва масъулиятимиз эканлигини асло унутмаслик зарур.

Ҳуқуқни муҳофаза қилувчи идоралар ходимлари томонидан эътироф этилишича, аксарият турдаги оғир жиноятлар асосан гиёҳвандлар, гиёҳванд моддалар таъсирида содир этилади. Энг оғир касалликларнинг келиб чиқиш сабаблари ҳам бевосита гиёҳвандлик иллати билан боғлиқ. Биргина ОИТС хасталигининг асосий омили айнан гиёҳвандлик оқибатида келиб чиқаётгани

эндиликда ҳеч биримизга сир эмас. Чунки гиёҳвандлар озгина захри қотилни, керак бўлса, ўз ҳаёти, яқинлари тинчлиги ва омонлигидан устун қўяди. Айниқса, ушбу иллатнинг домига ҳали дунёқараши тўлиқ шаклланиб улгурмаган йигит-қизларнинг тушиб қолиши жуда ҳам ачинарлидир.

Жиноят кодексининг 270-275-моддаларини ўз ичига олган XIX бобо “Гиёҳвандлик воситалари ёки психотроп моддалари билан қонунга хилоф равишда муомала қилишдан иборат жиноятлар” деб, номланиб, бунинг учун қатъий жазо чоралари белгиланган. Аммо жазо қанчалик оғир ва муқаррар бўлмасан, ўз қилмишининг оқибатини ўйламаган инсоннинг кўзи очилиши қийин. Чунки гиёҳвандликнинг ёвуз чангалига илинган инсон ундан кутилиб чиқиши амримаҳол бўлиб, аксинча у ўз турини ҳар томонга ёйишга интилиб, янги-янги қурбонларни домига тортади. Улар келтирган офатлар оилаларни бузилишига, ҳали туғилмаган гўдакларни келажакда мажруҳ, ногирон бўлиб қолишига, ёшларни умрини хазон бўлишига сабаб бўлади. Энг ачинарлиси, баъзи нафсини жиловлай олмаган кимсалар эътиқоди заиф, иродаси буш, гиёҳвандликка мойили бор ёшларни турли қинғир йўллар билан тўзоғига илинтириб фойдаланишади. Шу боис, бундай иллатга қарши курашиш учун ҳозирда аҳоли орасида, оила, мактаб, маҳалла, мутассадди ташкилотлар ҳамда кенг жамоатчилик ҳамкорлигида мунтазам тушунтириш ишлари олиб борилмоқда. Бу кўрилаётган чора-тадбирлар ёшларни умрига зомин бўлиши мумкин бўлган хавфдан ва турли иллатлардан ҳимояланишида қул келиши назарда тутилган. Чунки ёшларни соғлом ва баркамол қилиб тарбиялаш нафақат оилани балки мамлакат, қолаверса жамиятнинг ҳам олдида турган асосий ва муқаддас вазифасидир. Ушбу иллатга қарши курашишда аввало ўсиб- улғаяётган фарзандларнинг қалбида инсонийлик фазилатларни жо қилиш баробарида, ватанга, ота-онага, дўстлари ва атрофдагиларга нисбатан меҳр-мухаббат ва садоқат каби фазилатларни шакллантирмоқ керак. Асрлар оша шаклланиб, сайқал топиб келаётган кадриятларимизга ҳурмат ва эҳтиром руҳида тарбиялаш эса уларни ҳар томонлама етук ва фозил инсонлар бўлиб камол топишишларида муҳим асос бўлиб хизмат қилади.

Фарзанд тарбиясида аввало, ҳар бир ота -она, маҳалла-қўй, таълим-тарбия масканлари ва ён-атрофдагилар ҳам бефарқ бўлмасдан, бирдек масъуллиги, уларнинг билим олишлари, фикри-дунёқарашининг соғломлигига жавобгар эканлигини англамоқлари зарур бўлади.

Маънавияти юксак фарзандларни Ватанга содиқ, меҳр-мухаббатли, мард, жасур ва соғлом қилиб тарбиялаш учун ота-онанинг ёнида маҳалла-қўй, мактаб ҳамда кенг жамоатчилик бирдек масъул ҳисобланади.

Фойдаланилган адабиётлар:

1. Жўраев Н. Мафкуравий иммунитет. Т.: “Маънавият”, 2000. 4-б.
2. Дети в странах Содружества Независимых Государств: Статический сборник/ межгосударственный статический комитет СНГ. – М., 2002.
3. Каримов И.А. Миллий истиқлол мафкураси - халқ эътиқоди ва буюк келажакка ишончдир: «Фидокор» газетаси муҳбири саволларига жавоблар. - Т.: «Ўзбекистон», 2000. - 40 б. 14 - б.

O`SMIR YOSHDAGI O`G`IL VA QILZLAR PSIXOLOGIYASI

*Axadova Ramziya Abdurasulovna
Samarqand shahar 28-maktab psixologi*

Kalit so`z: tarbiya, ta`lim, o`smir, qarash, shaxs, fikr, psixika, bola.

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 qiyin 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 xarakteratga 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 xarakteritsikasi 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 etilish munosabati bilan paydo bo`ladigan yangi sezgilar fikrlar, maylliklar, kechinmalar go`yo o`smirlar ongida xukmron bo`ladi. Ularning xulqi atvorini belgilaydi. Mana shu tariqa 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 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, 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. Ko'pincha qon aylanishining vaqtincha buzilishida qon bosimining yoshga bog'liq xolda ko'tarilishiga, yurak faoliyatining zo'r berilishiga olib keladi. Natijada o'smirlarda uchraydigan bosh aylanishi, yurak urishi, bosh og'rig'i paydo bo'ladi. 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'smir so'zlarning kelib chiqish tarixga, ularniig aniq mazmuni va mohiyatiga juda qiziqadi. U endi o'z nutqida yosh bola singari emas, bolki katta oddmlardan so'zlarni tanlashga harakat qiladi. Nutq madaniyatnii egallash borasida o'smir uchui o'qituvchi, albatta, namuna bo'lishi shartdir. Aynan maktvb ta'limi o'smir bilshi jarayonlarini rivojlanish yo'nalishini sifat jihatidan o'zgarishda asosiy omil bo'lib xizmat qiladi. Bilish jarayonlarining rivojlanishida nutq ham oshadi, ham yozma mavjud bo'lishi bilan ham kuchli vosita xisoblamadi. Maktabdagi O'quv Jarayonlarining to'g'ri tashkil etiliishi va amalga oshirilishi bilan o'smir nutqining to'g'ri rivjlanishiga sharoit yaratiladi. Nutqni o'zlashtirishga harakat bu o'smirniig muomala, bilish va ijodiy faoliyatga kirilishi ehtiyoj va intilish hisoblanadi.

O'smirlik davrida o'qish va yozma monologik nutq jadal rivojlanadi. 5-sinfdan boshlab to 9-sinfgacha o'kish to'g'ri, tez va ifodali bo'lish darajasidan, yoddan ifodoli, ta'sirli aytib bera olish darajasigacha ko'tariladn. Monilogik nutq esa asardagi kichik bir parchani qayta so'zlab berishdan, mustaqil ravishda nutq va chiqishlar tayyorlash, og'zaki mulohaza yuritish, fikr bildirish va ularii asoslab berishgacha o'zgaradi. Yozma nutq ham yaxishlangan holda o'smirlar endi ularga berilgan erkin mavzu bo'yicha mustaqil holda insho yoza oladilar, O'smirlarning nutqi tula tafakkur bilan bog'liq holatida amalga oishiriladi. 5-6 sinflardagi o'quvchilar ogzaxi va yoama matn uchun reja to'zib, unga omal qila oladalar.

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, dalilar bilan fikrlash qobilyati rivojlanadi. Unda deduktiv xulosalar chiqarishga qobilyat paydo bo'ladi.

Maktabda o'kitiladigan fanlar usmir uchun o'z taxminlarini yuzaga keltirish yoki tekshirish uchun sharoit bo'lib xizmat kiladi J.Piajening ta'kidlashicha, "Ijtimoiy xayot 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 mantikiy fikrlab xarakat kila boshlaydi. O'smir bu yoshda xuddi kattalar singari keng kamrovai taxlil etishni urgana boshlaydi. O'smir tafakkurning nazariy darajaga kanchalik tez ko'tarila olishi, o'kuv materiallarini tez va chukur egallashi uning intellektini xam rivojlanishini belgilab beradi.

O'smirlik davri yuqori darajadagi intellektual faollik bilan farklanadi. Bu faollik o'ta kizikuvchanlik xamda atrofdagilarga o'z layokatlarini namoyish etish, shuningdek, ulardli 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, tadjikot utkaza oladilar xamda matlum bir masala buyicha mukobil variantlarni takkoslay oladilar. O'smir tafakkur ko'pincha umumlashtirishga moyil bo'ladi.

Kursatilgan barcha sifatlar mavjud bo'lgan takdirdagina amaliy tafakkurini rivojlangan deb xisoblash mumkin. Bu sifatlarini 1 sinfdanoq rivojlantira borish nixoyatda muximo'smirlikdavrida ishbilarmonlik sifatini o'kuvchilarning o'z-o'zini boshqarishni yulga kuyishi umumiy foydali tadbirkorlik ishlarida ishtirok etishi arqali rivojlantirish mumkin. Bu borada ukuvchi ijrochi rovida emas balki boshkaruvchi, mustakil yul tanlovchi va tadbirkorlik munosabatlarida o'zi ishtirokchi bo'lgan takdirdagi rivojlanish amalga oshishi mumkin. Bu yoshda tadbirkorlikni rivolantirishda ko'prok mustakillikning berilishi usmir amaliy tafakkurining rivojiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. usmir yoshdagi bolalarda tejamkorlikni rivojlantirish akning boshka sifatlariga nisbatan osonrok kechadi, buni kuprok ularning kiziktiradigan narsalarga mustakil ravishda xisob-kitob qilib borishga kullash orkali amalga oshirish mumkin usmirlarda yuzaga kelgan muammolarni tez va operativ xolda echish malakasini shakllantirish birmuncha qiyinrok kechadi.

Albatta, bu bolaning temperamentiga xam boglab. Barcha usmirlarni xam tez yullab, tez xarakat qilishga urgatish mushkul, lyokin ularni biror muammo yuzaga kelishi bilan orkaga chyokinmay, zudlik bilan echishning umumiy koidalariga o'rgatib borish mumkin. o'smirlikdavrida entellektning yuqori darajada rivojlangan bo'lishi kimmatli va obruli xisoblanadi O'smir shaxsida va uning bilishga kizikishidagi o'zgarishlar o'zaro boglik bo'ladi. Ixtiyoriy psixik jarayonlarning rivojlanishi o'smirdagi shakllanib kelayotgan shaxs mustakilligiga tayanadi, o'zining shaxsiy xususiyatlarini anglash va shakllantirish imkoniyatlari esa undagi tafakkuriy rivojlanishi bilan belgalanadi.

O'smirlik davrida diqqat, xotira, tasavvur to'la mustakillik kasb etib, endi ularni o'z ifodasiga ko'ra boshkara oladigan bo'ladi. Bu davrda kaysi etakchi funktsiya (dikkviti, xotirami yoki t'savvur ustunlik kilayotgani yakkol namoyon bo'lib, Xar bir o'smir o'zi uchun axamiyatlirok bo'lgan funktsiyani e'tiborga olish imkoniyatiga ega bo'ladi, O'shbu funktsiyalarning rivojlanish xususiyatlarini kurib chikamiz.

Diqqat: Agar kichik maktab davrida ixtiyorsiz diqqat ustunlik kilsa, o'smirlik davrida bola o'z diqqatini o'zi boshkara oladi. Dars davamida intizomning bo'zilishi

aksariyat xollarda ukuvchilar diqqatsizligidan emas, balki ijtimoiy sabablar bilan belgilanadi. O'smir o'z diqqatini to'la ravishda o'zi uchun axamiyatli bo'lgan va yuqori natajalarga erishishi mumkin bo'lgan faoliyatlarga karata oladi. Usmirni diqqati yaxshi boshkariladigan va nazorat etiladigan darajada rivojlangan bo'lishi mumkin. Bolaning rivojlanayotgan ixtiyoriy diqqati o'kituvchi tomonidan doimo ko'llab-kuvvatlanishi juda zarurdir. Pedagogik jarayonda ixtiyorsiz diqqatni ixtayoriy diqqat darajasiga ko'tgarish uchun bir kancha uslublar ishlab chikilgan, shuningdek, o'smirning dars jarayonida o'z tengdoshlari orasida o'zini ko'rsatashi uchun sharoitni yaratilishi xam usmirdagi diqqatni ixtiyorsizlik ixtayoriga aylanishida zamin bo'lib xizmat qilishi mumkin. Lekin, o'smirlik davrida juda kattik charchash xolatlari xam bo'ladi, Aynan 13-14 xamda 16 yoshlarda charchash chiziga keskin ko'tariladi. Bunday xolatlarda o'smir atrofdagi narsa va vokealarga to'lik diqqatini karata olmaydi, diqqatini ko'rnishlarigao'smirlikerishish va yo'kotish bo'yicha tula karama-karshi bo'lgan davr xisoblanadi.

Taraqqiyotning bu tiklangan tipi o'smirni yangi yosh bosqichi katta maktab yoshiga o'tishga tayyorlaydi. O'smirlik yoshi kishi shaxsining tarkib topish jarayonida alohida o'rin to'tadi. Bu davr asosiy davr hisoblanadi. Chunki bu yoshda g'oyat muhim psixologik o'zgarishlar paydo bo'ladi. Har xil psixologiya o'zgarishlar va shaxsning taraqqiyoti, eng avvalo, mana shu shaxsning faoliyat xarakteriga bog'liqdir. O'smirning faoliyati o'qish mehnat va o'yin jarayonlarini o'z ichiga oladi. Mana shu jarayonga to'xtalib o'tamiz.

1. O'smir kichik maktab o'quvchilaridan farq qilgan xolda birinchi bo'lib ilmiy bilishda ishtirok etadi. Uning oldida birinchi faqat ayrim narsa va hodisani emas, barcha narsa va hodisalar uchun umumiy bo'lgan qonuniyatlarni tushunish bo'lib olish uchun ishlatiladi. Agar kimki maktab yoshi asosan narsalar, tabiat va jamiyathodisalari to'g'risida gasvirlar to'plash yoshdan iborat bo'lsa, o'smirlik yoshida ana shu tabiat va jamiyat hodisalar to'g'risida sitsematik gushunchalar paydo bo'ladi.

Beshinchi sinfdayoq ayniqsa oltinchi sinfga kelib fizika, algebra, geometriya, tarix fanlari o'tila boshlanadi. Abstrakt tafakkur tez o'sa boshlaydi. O'quvchilar hodisalarning sabablarini tushunishga hodisalarni ma'lum qonuniyatlar doirasida ifodalashga bu qonuniyatlarda foydalanishga intiladilar.

2. O'smirlik yoshining rivojlanishiga ko'proq mehnat faoliyati ta'sir ko'rsatadi. O'smirlik yoshida mehnat ancha uyushqoqlik xarakterida bo'ladi.

3. O'smirlik shaxsning tarkib etishida o'yin ahamiyatini yo'qotmaydi. O'yin o'smirlik yoshida yuksak ahloqiy tuyog'ularning irodaviy xarakter xislatlarning o'sishiga yordam beradi. O'yin o'smirni intizomli bo'lishga o'rgatadi, o'yin o'ylashga, fahimlashga eslab qolishga biror narsani qilishdan oldin planlashtirishga va diqqatli bo'lishga da'vat etadi.

O'smirlik kollektivi boshlang'ich sinf o'quvchilari kollektiviga qaraganda maktabda ham uyda ham, butunlay boshqa o'rin to'tadi. Boshlang'ich sinflarda o'quvchilarning qiziqishi va faoliyatlari asosan sinf ishlari bilan cheklangan bo'ladi.

O'smirlik yoshida va o'quvchilar pioner drujinasining barcha ishlarida esa ishtirok bo'ladilar. Bularning hammasi o'quvchilarni aloqasini tobora murakkablashtirib boradi. Bu erda eng asosiy narsa shundaki, bu narsalar o'quvchilar kollektivining ko'p

qirrali ijtimoiy hayoti bilan yashay boshlaydilar va bu hayotdan o'z o'rinlarini topishga harakat qiladilar.

O'smir shu yoshning datslabki davrlarida oldin o'zlashtirib bilimlari asosida yangi bilim ola boshlaydi. Bu bilim boshlang'ich maktabda ham o'qituvchi ham tarbiyachi bo'lgan o'qituvchi emas. U endi bir qator o'qituvchiga ko'nikish har biriga o'ziga yarasha muomala qilishi ularning talablariga ko'nikishi va shunga qarab o'zini tutish kerak. Shu sababli o'quvchi o'smirlar bir xil to'la sezmaydilar ular kattalarning shaxsiy xulqlari faoliyatlarini va munosabatlarini quradilar. Ularning kattalar tomonidan o'zlariga shaxslarga berilgan har xil baholarni eshita boshlaydilar.

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

O'smirning bosh miya po'tsining po'tsi otsida qismlari utsidan kontrolligi ortib boradi po'ts va po'ts otsida qismlari doimiy ravishda birga harakat qiladi. Ayrim xollarda po'tsloq otsi qismining faoliyatini kontrol qilmay qoladi. Bu o'smirning betayinligi, jizzakiligi va emotsional xislariga berilganligidan dalolat beradi. Tormozlash reaksiyasini paydo qilish xarakteri turg'un bo'lmay qoladi. Qo'zg'alish jarayonlari ba'zan shu qadar kuchli bo'ladiki, o'smir yoqimsiz xarakterlarini tormozlay olmay o'zini to'ta olmay qoladi.

Qo'zg'alish jarayonlari jo'shqin, lekin tez o'sadi. Ikkinchi tamondan o'smir kuchli hayajonlanish paytida ayniqsa tegishli ijtimoiy sabablari asosida hayajonlanganda o'z hatti-harakatlarini idora eta olmaydi. O'smirlik yoshida ikkinchi signal sitsemasining roli kuchaya boradi. Qo'zg'ovchi vazifasini bajaruvchi so'z bilish jarayonida boshqa kishilar bilan munosabatda bo'lishda va o'z hatti-harakatlariga baho berishda ko'proq rol o'ynay boshlaydi.

Shu bilan bir qatorda o'smirning nerv sitsemasining o'sishi hali tug'ilmagan bo'lib, tarkib topish bosqichida bo'ladi. U uzoq vaqt davom etadigan kuchli qo'zg'aluvchiga bardosh bera olmaydi. Ba'zan shu sababli ancha tez qo'zg'alish holatiga o'tib ketadi. Bu esa o'smir nerv sitsemasining ma'lum darajada bo'shligidan dalolat beradi.

O'smirning nerv sitsemasining tarkib topayotgan munosabatlari tarkibiy natijasida kuchayadi va mutsahkamlanadi.

O'smirni ish o'qish hamda sport mashg'ulotlari paytida to'g'ri va chuqur nafas olishga o'rgatish zarurdir. Bu narsa shuning uchun ham muhimdirki, bo'yni tez o'sishi organizmda modda almashishining jadallashishi bilan o'smir ko'p miqdorda kislorodga muhtoj bo'ladi. Bu yoshda o'smirning toza havoda bo'lishi ayniqsa muhimdir. O'smirlik yoshida yurak ikki baravardan ko'proq o'sadi, gavda esabir yarim barobar o'sadi. Arteriyalari diametrining o'sishi yurakning o'sishidan orqada qoladi. Qon tomirining yo'li yurak hajmiga nisbatan kamayadi va bu nerv qalqonsimon bezlari faoliyatining kuchli darajada tezlashuvi bilan birgalikda qon bosimining ortishiga va

yurak faoliyatining kuchayishiga olib keladi Qon tomirlarining sistemasidagi o'zgarishlari natijasidagi ba'zan bosh miyaga boradigavn qon etarli bo'lmay qolishi mumkin bu esa bosh miya ish qobiliyatining susayiga tez toliqishiga va bosh aylanishiga olib keladi. Ba'zan o'smir tashqi ko'rinishining o'zgarib turishini kuzatish mumkin. O'smirning qo'l va lablari ko'karib ketadi ba'zan esa uning yuzi qizarib ketadi yoki bo'zaradi. O'smirning yuragini haddan tashqari ko'p nagruzka va toliqishlardan saqlash kerak. Bu davr yangi bosqichga ya'ni o'spirinlikka tayyorgarlikdir.

BOLA SHAXSIDA INTERNETGA TOBELIKNING PSIXOLOGIK ASOSLARI

Esonova Aziza Muzaffarovna

Buxoro viloyati Buxoro shahri 19 IDUM psixologi

XXI asr – axborot texnologiyalari taraqqiyoti asri. Bugungi kun taraqqiyotini jahon axborot tarmog'i-internetsiz tasavvur qilish mushkul.

Ma'lumki, internet-axborot va hujjatlarning o'zaro almashinishini ta'minlaydigan kompyuter tarmoqlarini birlashtirgan xalqaro tizimdir.

Internet keng imkoniyatlar eshigini ochdi. Uydan ko'chaga chiqmay turib global tarmoq orqali dunyo kutubxonalari bo'ylab sayr qilib, kurrai zaminning narigi chekkasida joylashgan oliy ta'lim muassasasining masofaviy (virtual) talabasi bo'lish, hatto elektron xizmatlarni (matnlarni tarjima qilish, video va audiomahsulotlarni tayyorlab berish, kitob va risolalarni sahifalash va hokazo) shartnoma orqali bajarish, pul ishlab topish mumkin. Xullas, internetning ijobiy jihatlari bisyor.

Ijtimoiy tarmoqlar yoki messenjerlarning qulayligi-chi? Onlayn konferensiyalar o'tkazish, onlayn malaka oshirish, yaqinlar va tanish-bilishlar bilan tez, arzon video yoki audiomuloqot qilish. Mana shu jihatlari bilan internet keyingi paytlarda jozibadorlikda televideniye, radio va boshqa axborot vositalarini ortda qoldirmoqda. Lekin internet ko'plab foydali jihatlari bilan birga salbiy oqibatlarini ham namoyon qilmoqda. Aholida ayniqsa **yoshlarda** axborot iste'moli madaniyatining sustligi, turli xabarlar oqimidan kerakligini ajratib olishda bilim, malaka va ko'nikmaning yetishmasligi ba'zilarining g'arazli kimsa va oqimlar ta'siriga tushib qolishlariga, internet qaramligi kasalligiga yo'liqishlariga sabab bo'lmoqda.

Global tarmoq natijasida yuzaga kelgan eng katta muammo, bu, albatta, qaramlik, tobelik kasalligidir. Yoshlarning ko'p vaqtini inernetda o'tkazishlari global muammoga aylanib ulgurgan. Umuman, internetga qaramlikning eng og'ir jihati real olamni, insoniylik burchi va vazifalarini unutishdir. Inson haqiqiy hayotda yashashi, halol mehnat qilishi, ilm olishi, zimmasidagi vazifalarini sidqidildan bajarishi, elu yurtiga fidoyilik bilan xizmat qilishi, atrofdagilarga foyda keltirishi zarur.

Internetda ko'p vaqtini o'tkazadigan insonning ruhiyatida mavhumlik va o'z qobig'iga o'ralib olish holati kuzatiladi. Bu esa uni kelajakda “uchinchi kuchlar” tomonidan manqurtlashishi, zombilashtirilishi uchun zamiin yaratadi. Bugungi kunda

buzg‘unchi guruhlar yoshlar ongiga ta’sir qilishda asosan internetdan foydalanayotganlari bejiz emas.

Internetning yana bir salbiy jihati-kishilardagi xudbinlik, manmanlik, zamonaviy tilda ifoda etganda, egosentrizm illatining kuchayishiga sabab bo‘lishidir.

Bugungi dunyo yoshlari-son jihatidan butun insoniyat tarixidagi eng yirik avloddir, chunki ular 2 milliard kishini tashkil etmoqda. Bugun internet madaniyati, virtual madaniyat, axborot madaniyati, ma’lumotlardan to‘g‘ri foydalanish madaniyati kabi tushunchalar hayotimizdan o‘rin egalladi. Yoshlarda internet olamida o‘z o‘rnini to‘g‘ri belgilash va foydalanuvchilar bilan to‘g‘ri muomala qilish, virtual olamdagi axborotlarni to‘g‘ri tahlil qilish malakasini shakllantirish davr talabidir.

Zamonaviy jamiyatda voyaga yetmaganlarning axborot xavfsizligini ta'minlash hamma tegishli shaxslarning muvofiqlashtirilgan harakatini talab qiladi. Bunda oiladan boshlab, ta'lim muassasalari, keng jamoatchilik va mahalliy davlat hokimiyati organlari ham mas'uldirlar. Albatta, yoshlarning yurish-turishi, kiyinishi, odob-ahloq va madaniyatiga xavf solayotgan bu illatning oldini olishda, ularni milliy qadriyatlarimizga, urf-odat va an'analarimizga hurmat ruhida tarbiyalashda, yuksak ma'naviyatli insonlar etib voyaga yetkazish hamda turli global tahdidlardan himoyalashda jamoat tashkilotlarining, xususan, mahallaning alohida o'rni bor. Mahallalarda Ma'rifat va ma'naviyat hamda Voyaga yetmaganlar, yoshlar va sport masalalari bo'yicha komissiyalar faoliyat ko'rsatib, ular hamkor tashkilotlar bilan birgalikda yoshlarni barkamol etib tarbiyalash, turli yot ma'naviy tahdidlardan himoya qilish, nazoratsizlik va huquqbuzarliklar profilaktikasini amalga oshirib kelmoqda. Ayniqsa, voyaga yetmaganlarning dars vaqtlarida "internet-kafe"lar va "kompyuter klublarida" bo'lishi, ma'naviy-ahloqiy buzulishni targ'ib etuvchi saytlarga kirishi holatlariga barham berish maqsadida jamoatchilik nazorati tashkil etilayotganligi, ota-onalarning farzand oldidagi majburiyatlari tushuntirilayotgani, "internet-klublari" rahbarlari javobgarlikka tortilayotgani o'z samarasini bermoqda.

Hozirda "Oila-mahalla-ta'lim muassasasi" hamkorligi tizimli tashkil etilgan. Ushbu hamkorlik doirasida tarbiyasi og'ir talabalar, yoshlar o'rtasida milliy qadriyatlarimizni targ'ib etish bo'yicha muayyan ishlarni amalga oshirib kelinmoqda. Ayni paytda asosiy e'tiborni mana shu tizim doirasida voyaga yetmaganlar yoshlarni ma'naviy tahdid va informatsion xurujlardan himoya qilishga qaratish lozim. Informatsion xurujning asosiy ko'rinishi zamonaviy uyali aloqa vositasi orqali kirib kelayotgani hech kimga sir emas. Negaki yoshlar uyali aloqa vositasi orqali bemalol internetga ulanishi va xohlagan saytiga kirishi mumkin. Shu nuqtai nazardan, bugungi kunning eng muhim talabi — ota-onalar o'z farzandlarining uyali aloqa vositasidan va internetdan to'g'ri foydalanishi bo'yicha doimiy nazoratni olib borishi lozim.

Ota-onalar nazorati — bu dastur va xizmatlar, qaysiki ota-onalarga bolalarni kompyuterdan qanday maqsadlarda foydalanayotganini, xususan internetdagi muloqotlarni chegaralashdan tortib, elektron qutilarni kuzatishgacha bo'lgan nazorat shakli hisoblanadi. Tan olish kerak, ko'pincha ota-onalar axborot savodxonligida o'z farzandlaridan ortda qoladilar, shuning uchun ham farzandlari uyda kompyuter yoki televizor oldida o'tirib, qanday xatarga yo'liqishlari mumkinligi haqida tasavvurga ega bo'lmaydi. Ota-onalarning yosh avlodni tarbiyalash bo'yicha huquqiy, ma'naviy-ahloqiy

va fiziologik bilimlarini oshirish maqsadida fuqarolar yig'inlarida "Ota-onalar universitetlari" tashkil etilgan. Bugun ko'tarilgan mavzuning naqadar dolzarb ekanligini inobatga olib, mazkur universitetning yo'nalishlari bo'yicha mashg'ulotlar rejasiga "Farzandingizni axborot xurujlaridan saqlang", "Oilada ma'naviy-ahloqiy tarbiya", "Farzandingizni zararli odatlardan asrang" mavzularini kiritish va shu orqali ota-onalarning o'z farzandlarini axborot xurujlaridan saqlash bo'yicha bilim va mas'uliyatini oshirish maqsadga muvofiq deb o'ylaymiz.

Bundan tashqari ta'lim muassasalarida bu bo'yicha proflaktik ishlar olib boorish maqsadga muvofiq bo'ladi. Muntazam ravishda hamkorlikda internetga tobelikni oldini olish bo'yicha chora tadbirlar olib borilsa, ijobiy natijalarga erishish mumkin.

ИЖТИМОЙ-ПСИХОЛОГИК МУАММОЛАРИ МАВЖУД БЎЛГАН БОЛАЛАР УЧУН СЕМИНАР ЎТКАЗИШ ЮЗАСИДАН МАКТАБ АМАЛИЁТЧИ ПСИХОЛОГЛАРИГА ТАВСИЯЛАР

*Нозимова Адолат Махкамовна
Наманган шаҳар 16-мактаб психологи*

Семинарлар умумтаълим мактабларида фаолият кўрсатаётган амалиётчи психологларнинг фаолиятида ўқувчиларнинг руҳий ҳолатини ўрганиш, хулқ-атворидаги “оғишлар”ни олдини олишга қаратилган чораларни кўриш, стресс, низо, салбий эмоционал кечинмаларининг олдини олиш ишларини тўғри ташкил этиш, психологик хизматнинг самарадорлигини ошириш мақсадида ўтказилади.

Семинарларда биринчи навбатда қуйидаги масалаларни муҳокама этиш тавсия этилади:

1. Хулқида оғувчанлиги бўлган ўқувчилар, уларнинг синф раҳбарлари, ота-оналари билан ишлаш.

2. Болалар ва ўсмирларда хулқ оғишининг олдини олишга қаратилган тавсиялар.

3. Мактаб раҳбарияти ва жамоаси ўртасидаги муносабатларни кузатиш ва турли муаммоли вазиятларни олдини олиш юзасидан олиб бориладиган ишлар.

4. Психологик профилактика йўналиши бўйича олиб бориладиган ишлар

5. Психологик диагностика йўналиши бўйича олиб бориладиган ишлар

6. Психологик коррекция йўналиши бўйича олиб бориладиган ишлар.

7. Психологик маслаҳат йўналиши бўйича олиб бориладиган ишлар.

8. Психологик-педагогик консилиумлар ва уларни ўтказиш тартиби.

9. Вояга етмаган болаларнинг ўз жонига қасд қилиш ҳолатларининг олдини олиш.

Семинарлар жараёнида илова этилаётган қуйидаги материаллардан тезислар сифатида фойдаланиш мумкин.

Ҳақиқатдан ҳам ўсиб келаётган ёш авлоднинг эртанги кунимиз, келажагимизнинг давомчилари эканлигини ҳисобга оладиган бўлсак, болалар ва ўсмирлар ўртасидаги турли хил ғайриқонуний, шу жумладан жиноятчилик ҳодисасининг олдини олишга қаратилган, профилактик чора-тадбирларни ишлаб чиқиш, ҳар қачонгидан ҳам долзарб муаммо сифатида намоён бўлади.

Кузатишларимиздан маълум бўлишича, вояга етмаганлар жиноятчилигини олдини олишда энг аввало жиноятчилик хулқининг ижтимоий-психологик, индивидуал психологик, социологик, ҳудудий ва криминологик хусусиятларини ҳисобга олиш талаб этилади. Шунингдек, вояга етмаганлар ўртасида юзага келаётган қонунбизарликларнинг олдини олиш ишлари умумий ва махсус-индивидуал тарзида олиб борилиши билан характерланади.

Умумий ижтимоий чора-тадбирларга жамиятни ижтимоий-иқтисодий жиҳатдан ривожлантириш, сиёсий барқарорликни таъминлаш, халқнинг турмуш тарзи ва микро муҳит муносабатларини яхшилаш, фуқароларнинг маданий-маънавий ва маърифий салоҳиятини ўстириш ва бошқалар киради.

Махсус – индивидуал характердаги тадбирлар сифатида эса болалар ва ўсмирларнинг шахс хусусиятлари, уларнинг психологияси, дунёқараши, қадриятлар ориентацияси, ҳаётий позицияси, онглик даражаси ва ижтимоийлашув хусусиятларини ҳисобга олган ҳолда чора-тадбирларни ишлаб чиқиш ва қўллаш тушунилади.

Психологик маслаҳат ўтказишнинг қуйдаги хусусиятлари мавжуд.

Мактаб психологи маслаҳат жараёнида шу хусусиятларга амал қилиш лозим.

1. Тарбияси қийинликни бартараф этишнинг оптимал психологик йўлларини аниқлаш.

2. Ўсмирнинг ички руҳий ҳолатини: мақсади, ҳаётга муносабати, ўз-ўзига ишончи, иродавий-ҳиссий ўзини бошқаришни таҳлил этиб шуларга мос равишда маслаҳат бериш.

3. Ўсмирга инсоний ёндашиш, ижобий муносабат ўрнатиш.

4. Мақсадга эришишда ўсмир билан психологнинг биргаликда ҳаракат қилиши.

5. Психологик қийинликни бартараф этиш орқали ўсмир ҳаётидаги ижтимоий, шахсий вазифаларни ҳал этиш.

6. Ўсмир билан ишлашда унинг индивидуал психологик хусусиятини билиш, маслаҳат беришда аниқ мақсад қўйиш.

Психологик маслаҳат психологик хизматнинг объектига қараб ўзгариб ривожланиб боради, бу эса индивидуаллик, шахсга йўналтирилганлик тамойилига асосланади.

Амалиётчи психолог психологик маслаҳат беришдан ташқари ўсмирлар билан режа асосида психокоррекцион машғулотларни яқка ва гуруҳлар асосида олиб бориши мақсадга мувофиқдир.

Тарбияси оғир болалар билан ишлашда қуйдаги тамойилларга асосланиш лозим.

Болаларда ижобий хулқ-атвор ва характер хислатларини шакллантиришга йўналтирилган тарбиявий жараёни ташкил этиш.

Психолог боладаги энг яхши инсоний фазилатларни кўра олишга ва болаларда ўзига ишониш, ўз хулқини ўзи яхшилаш мотивларини шакллантириши зарур.

Болаларнинг ўзларидаги ижобий характер хислатларини англашини рағбатлантириш.

Болаларни ўз хулқ-атворини ўзи баҳолашга ўргатиш.

Ўқувчиларнинг ижобий хатти-ҳаракат қилишларини мунтазам назоратга олиш.

Ўқувчиларга ишониш.

Ўқувчилар олдида қўйилган вазифаларни бажаришда эришган ютуқларини рағбатлантириш.

Ўқувчиларни фанга, касбга бўлган қизиқишларини ошириш.

Ўқувчиларни бўш вақтларини тўғри ташкил этишларини назорат қилиш.

Тарбия беришнинг оптимал стратегиясини аниқлаш.

Тарбияси қийин болалар билан ишлашда индивидуаллаштирилган тарбия бериш.

1. Ўқувчилардаги индивидуал сифатлардаги ўзгаришларни мониторинг қилиш.

2. Ўқувчиларга индивидуал ёндашув ҳар бирига аниқ махсус педагогик таъсир ўтказиш.

3. Тарбиявий таъсирни боланинг ҳар томонлама ривожлантиришга йўналганлиги.

4. Дарсдан ташқари фаолиятларда ўқувчиларна мустақил фаолият (ўқиш, ўйин, меҳнат, хобби ва қизиқишлари)ни танлаш учун имконият бериш.

5. Ҳар бир болага уларни ақлан ҳамда ахлоқан ривожланишига йўналтирилган тарбиявий ишларни ташкил этиш.

6. Ўқувчиларга тарбиявий таъсир кўрсатаётганда бошқа болаларга салбий муносабатни билдирмаслик.

Мактабларда амалиётчи психологлар тарбияси оғир болалар билан ишлашда синф раҳбари маънавий ва маърифий ишлар бўйича директор ўринбосари, ота-оналар кўмитаси, маҳалла фуқаролар йиғни, вояга етмаган ёшлар билан ишлаш инспектори, “Камолот” ёшлар ижтимоий ҳаракати, оила Марказлари, ҳудудий спорт ва маданият ташкилотлари билан ҳамкорликни амалга ошириш керак.

ZAMONAVIY O'SMIR BOLALAR PSIXOLOGIYASI – MUAMMOLAR VA ULARNI HAL QILISH USULLARI

Botirova Maxliyo Botir qizi
Buxoro viloyati Qorovulbozor tumani 1-maktab psixologi

Qanday qilib o'smir bilan umumiy tilni topish mumkin?

O'tish davri - bu o'smirlar uchun ham, ularning ota-onalari, o'qituvchilari va murabbiylari uchun ham qiyin davr. Yoshlik maksimalizmi, isyonkorlik va qarama-

qarshiliklar ruhi, shuningdek, o'z shaxsiyatini ifoda etish istagi o'smirlar uchun odatiy holdir.

Katta avlodni eskirgan va ba'zan ahmoq deb hisoblaydigan o'smirlar tomonidan an'anaviy poydevorlar va mustahkam hokimiyatlar shubhalar va tanqidlarni qabul qilishga yordam beradi. Bunday psixologik beqarorlik o'ziga ishongan yigit-qizlarni ayanchli oqibatlariga olib kelishi mumkin: giyohvandlik, alkogolizm, depressiya, o'z joniga qasd qilish.

Shu sababli, ushbu davrda o'smirning yonida o'zlarining obro'-e'tiborini "ag'darib tashlamaydigan", har bir qadamni nazorat qiladigan yoki haddan tashqari vasiylik va g'amxo'rlik bilan bezovtalanmaydigan, xotirjam, asta-sekin bu qo'ldan o'tib ketadigan o'smirning yonida dono, ehtiyotkor va sabrli kattalar juda muhimdir. Qiyin o'tish davrida o'spirinlar bilan umumiy til topishga yordam beradigan oddiy sir. 1. Zaifligingizni ko'rsatmang:

O'smirlar kattalarda "asablar ustida o'ynashni" yaxshi ko'radilar, ularning obro'sini shubha ostiga olishadi va "kuch" ni his qilishadi. Shunday qilib, ular kattalar dunyosiga qarshi bo'lib, o'zlarining fikrlari va atrofdagi dunyoni ko'rish huquqiga ega ekanliklarini isbotlaydilar. Bunday holatda kattalar nima qilishlari kerak? Asosiysi, xotirjam bo'lish va provokatsiyalarga berilmaslik. Bunday vaziyatda baqirish, ohangni ko'tarish, cheklash va jazolash vaziyatni yanada og'irlashtiradi va o'smir nafaqat u haq, balki kattalarning hissiyotlariga ham ta'sir qiladi degan fikrni kuchaytiradi.

Chuqur nafas oling, o'nga bo'ling, nafas oling va xotirjam ravishda boladan o'z fikrini asoslashini so'rang, ammo qarshi ko'rsatmalar bilan javob berishga tayyor bo'ling. Agar suhbat paytida buni qila olmasangiz, vaqtni ajrating va bolaga bu haqda aytib berishni unutmang (biror narsani bilmasligingiz uchun hech qanday aybdor narsa yo'q). Agar bola bu erda va hozirda suhbat boshlashga tayyor bo'lmasa, suhbatni ertaga qoldiring, bu sizga va unga tinchlanish imkoniyatini beradi. 2. Hissiy suhbatni talab qilmang:

Vaqti-vaqti bilan har birimiz o'zimiz bilan yolg'iz bo'lishimiz kerak. Yoshlar bundan mustasno emas. Shuning uchun, agar siz bolaning xatti-harakatlarida o'zgarishlarni sezsangiz, giyohvandlik bilan so'roq qilishni tashkil qilishdan tashqari, siz ularga o'zingizning muloqotingizni yuklamasligingiz kerak.

Bunday vaziyatda siz bolani tinglashga tayyor ekanligingizni bildirish yaxshiroqdir, lekin u qarshi emas. Tinglovchilarga aylaning, chunki ba'zan bolalar hech qanday maslahatisiz gaplashishni xohlashadi. Agar siz vaziyat haqida sharhlamoqchi bo'lsangiz yoki maslahat bermoqchi bo'lsangiz, bolangizdan sizni tinglashga tayyorligini so'rang. Agar javob yo'q bo'lsa, qistamang, lekin hamma narsa tartibda ekanligini ayting, agar kerak bo'lsa, u doimo sizga murojaat qilishi mumkin. 3. O'smirlar uchun chegaralarni belgilang:

O'smirlik davrida mustaqillik va mustaqillikka erishish istagi ko'pincha jamiyatda va oilada mavjud bo'lgan qonunlarni buzish orqali amalga oshiriladi. Buning oldini olish uchun aniq aniq, adolatli va ikkala tomon tomonidan tasdiqlanishi kerak bo'lgan chegaralarni belgilash kerak.

Shuni esda tutingki, nafaqat o'smir belgilangan chegaralarga rioya qilishi kerak, balki bolaning hurmatini qozonish va unga namuna bo'lish uchun siz belgilangan qoidalarga amal qilishingiz va bergan va'dalaringizni bajarishingiz kerak.

4. Bolaga hurmatni ko'rsating

O'smir - bu yetuk shaxs bo'lib, uning fikrlari va istaklari hurmat qilinishi kerak. U to'g'ridan-to'g'ri ko'rsatmalar va axloqiy narsalarni kattalarga nisbatan o'z ta'sirini o'tkazishni qabul qiladi, natijada sizni dushmanga aylantirishi mumkin. Bola o'z muammolarini o'zi hal qilsin, ayniqsa u sizdan yordam va maslahat so'ramasa.

Aslida, hamma narsa unchalik qo'rqinchli emas. O'smirlik davri "hayot bahori" deb nomlanmasligi ajablanarli emas. Va aksariyat bolalar uchun shirin vaqt boshlanadi. Rivojlanish psixologiyasi va rivojlanish psixologiyasi kabi fanlarni o'rganar ekan, aksariyat mutaxassislar bolaning yo'li tushunish orqali yotadi degan xulosaga kelishdi. Avvaliga, ota-onasi yoqtirmasa ham, uning boshqa qiziqishlari bo'lishi mumkinligini tan olish kerak. O'zingizni yoshligingizda eslang, o'sha paytda nimani orzu qilganingizni, nimani yetishmayotganingizni eslang. Yoshligingizdagi istaklaringizni va harakatlaringizni bolangizning o'zini qanday tutishi bilan taqqoslab, siz uyingizda yangi qoidalarni o'rnatishingiz kerak: o'g'lingiz yoki qizingiz sizga yoqadigan musiqani tinglashiga ruxsat bering, xohlagan narsani kiying, kaltaklardan foydalanib, uyatsizlikdan foydalaning, va siz tushunish va qabul qilish uchun qoladi.

Nima qilish mumkin emas bu yoshda, zamonaviy o'smirlar sigaret va alkohol bilan tajribaga murojaat qiladilar, yomon kompaniyalarga tushadilar. Bunday xatti-harakatlar ota-onalarni dahshatga soladi. Spirtli ichimliklar, giyohvand moddalar va chekishlardan tashqari, o'smirga ta'sir qiladigan yana bir qancha yomonliklar mavjud - bu Internetga qaramlik, haddan tashqari sevimli mashg'ulotlar va himoyalangan jinsiy aloqa. Va bu erda eng yomon narsa boshlanadi: ota-onalar qanchalik ko'p taqiqlasa, qasam ichsa va jazolasa, bola o'z dunyosiga - bolalar sevimli mashg'ulotlariga kirishga shunchalik faol kirishadi. Ota-onalar qanchalik urinmasin, o'smirlar bilan muloqot hech narsaga olib kelmaydi.

Farzandni tarbiyalashda ota-onalar katta rol o'ynaydi. Uning axloqiy kamoloti va fe'l-atvorining rivojlanishi uchun faqat oila a'zolari javobgardir. Yaqin odamlar davrasida bola shaxsiy fazilatlarini, hayotiy qarashlarni egallaydi. Oila shaxsiyatni shakllantirishning boshlang'ich nuqtasidir.

Ota-onalar o'smirlarga katta ta'sir ko'rsatadilar: ularning kuchi bilan bolaga aqliy va jismoniy rivojlanishiga qanday yordam berish va uning fe'l-atvorini buzish. Bu ona va dada o'rtasida qanday munosabatlar rivojlanayotganiga, yosh oila a'zosi qanday xulq-atvor odatlariga bog'liq ekanligini ko'rsatadi.

O'smirlarning ota-onalari uchun psixologlarning profilaktik tavsiyalari Agar psixologlarning bir nechta tavsiyalariga amal qilsangiz, o'smirni tarbiyalash bilan bog'liq muammolardan qochishingiz mumkin.

Ota-onalar bolaning individual ekanligini tushunishlari kerak, shuning uchun siz uning fikri bilan qiziqishingiz, muzokara o'tkazishga harakat qilishingiz kerak va majburlashingiz kerak emas. Aniq qoidalarni o'rnatib. Siz har safar vaziyatga qarab o'zingizni xatti-harakatingizni yoki fikringizni o'zgartira olmaysiz. Qoidalarga oilaning barcha a'zolari rioya qilishlari kerak. Bolaga ta'sir qilish uchun, avvalo, ota-onalar unga

obro'ga aylanishlari kerak. Bola oldida chekmang, spirtli ichimlik ichmang yoki janjal qilmang. Farzandlaringiz bilan ko'proq gaplashing. O'z muammolaringizni gaplashish va bo'lishish har bir oila uchun odatiy holdir.

Xulosa. Qanday qilib o'smir bilan umumiy tilni topish mumkin? - Ehtimol, ushbu davrda ota-onalar uchun eng qiyin savol. Ammo, imkonsiz narsa yo'q. Asosiysi, sizning orzuingiz, aziz dadalar va onalar, sizning voyaga etgan bolangizga hayotda o'z yo'lini topishiga yordam berish. Sizga ozgina sabr-toqat va xushmuomalalik, o'tgan yillardagi donolik, o'g'lingiz yoki qizingizga cheksiz va shartsiz sevgi kerak.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Inomova M. Oilada bolalarning ma'naviy axloqiy tarbiyasi.-T.: TDPU, 1999-152 b.
2. Mirenskiy B.A. Oila va O'smir. - T.O'qituvchi , 1991.
3. Xolmatova M. Oilaviy munosabatlar madaniyati va sog'lom avlod tarbiyasi. –T.: 1999.-27 b.
4. Shoumarov B. Oila psixologiyasi. -T. Sharq, 2001. 272 b.

GLOBAL SHAROITDA TA'LIM TIZIMINI RIVOJLANTIRISH USULLARI

*Yegitaliyeva Manzura Inomjonovna
Farg'ona viloyati Bag'dod tumani 12-maktab psixologi*

Mana hozirgi global sharoitda rivojlanish bu - har qanday inson faoliyatining ajralmas qismiga aylanib qoldi. Tajriba to'plash, harakat usullari, usullarini takomillashtirish, aqliy qobiliyatlarini kengaytirish orqali inson doimo rivojlanib borishi esa shubxasizdir. Xuddi shu jarayon insonning har qanday faoliyatiga, shu jumladan ta'lim tizimi faoliyatiga ham tegishli. O'z taraqqiyotining turli bosqichlarida jamiyat har doim yangi me'yorlar va mehnat talablarini taqdim etdi. Bu ta'lim tizimini rivojlantirishni taqozo etdi. Bunday rivojlanish vositalaridan biri innovatsion va yangi ilg'or pedagogik texnologiyalardir. Ya'ni, bular pedagogik faoliyat natijalariga samarali erishishni ta'minlaydigan o'qituvchilar va o'quvchilar o'rtasidagi o'zaro munosabatlarning tubdan yangi usullarini ishlab chiqish va taklif bildirish bilan bog'lanai. Bunda innovatsion texnologiyalar muammosi ko'plab iqtidorli olimlar va o'qituvchilar tomonidan hal qilindi va hal qilinmoqda.

Ular orasida V.I. Andreev, I.P. Podlasy, professor, ta'lim doktori K.K. Kolin, pedagogika fanlari doktori V.V. Shapkin, V.D. Simonenko, V.A.Slastenin va boshqalar. Ularning barchasi Rossiyada innovatsion jarayonlarning rivojlanishiga bebaho hissa qo'shdilar. Pedagogik tizimlarning jadal va keng qamrovli rivojlanish usullarining kombinatsiyasi turli, ko'p bosqichli pedagogik quyi tizimlar va ularning tarkibiy qismlarining birlashmasida qurilgan "integratsiyalashgan innovatsiyalar" deb nomlangan amaliyotni amalga oshirishga imkon beradi. Integratsiyalashgan innovatsiyalar, qoida tariqasida, "tashqi" choralarni ko'rmaydi, balki tizimning chuqur ehtiyojlari va bilimlaridan kelib chiqqan holda ataylab o'zgartiriladi. Eng yangi

texnologiyalar bilan bog'liq muammolarni kuchaytirish orqali siz pedagogik tizimning umumiy samaradorligini oshirishingiz mumkin. Tajriba shuni ko'rsatadiki, o'qitishning kollektiv shakli shunday mashg'ulotni tashkil etishni anglatadiki, unda barcha ishtirokchilar bir-biri bilan juft bo'lib ishlaydi va juftlarning tarkibi vaqti-vaqti bilan o'zgarib turadi. Natijada, jamoaning har bir a'zosi har biri bilan navbatma-navbat ishlaydi, ba'zilar esa yakka tartibda ishlashlari mumkin. Kollektiv o'zaro o'qitish texnologiyasi talabalarning mustaqilligi va muloqot ko'nikmalarini samarali rivojlantirishga imkon beradi. muammolarni hal qilish texnologiyasi;

Pedagogik vazifa voqelikni bilish va o'zgartirish zarurati bilan bog'liq holda unga qo'yilgan maqsad bilan mazmunli pedagogik vaziyat sifatida tushunilishi kerak. Bu sub'ektning ta'lim maqsadi va uning pedagogik vaziyatda unga erishish shartlari haqida bilishi, shuningdek, kasbiy harakatlar qilish va ularni bajarishga qabul qilish zarurligi natijasidir. Har qanday pedagogik vaziyat muammoli. O'qituvchi tomonidan vazifa sifatida ongli ravishda qo'yilgan va uning faoliyati natijasida u keyinchalik pedagogik jarayonning o'ziga xos vazifalari tizimiga aylantiriladi.

tadqiqotning o'qitish usullari;

O'quv jarayoni bu o'qituvchi va talabaning o'zaro bog'liq faoliyati. Ta'lim berish usuliga tabiiy ravishda ushbu o'zaro bog'liq faoliyatni amalga oshirish usuli sifatida qarash kerak.

Ma'lumki, o'quvchining rivojlanishi uchun u muammolarni hal qilish uchun mustaqil faoliyatga qo'shilishi kerak. Aynan shu vazifani hal qilish uchun evristik o'qitish usullari talab etiladi. Shuning uchun evristik metodlar - bu ta'limni rivojlantirish usullari. Ushbu usul sharoitida talabaning etakchi faoliyati izlanish xarakteriga ega bo'lishi kerak. O'quvchining mustaqil qidiruv faoliyatining hajmi va qobiliyati keng doirada o'zgarishi mumkin, shu sababli evristik usullar quyidagilarga bo'linadi:

- 1) muammoli taqdimot;
- 2) qisman qidirish usullari;
- 3) tadqiqot usullari.

Loyihaviy usul har doim bir tomondan turli xil usullarni qo'llashni, boshqa tomondan esa turli xil fanlar, muhandislik, texnologiya va ijodiy sohalardagi bilim va ko'nikmalarni birlashtirishni o'z ichiga olgan muammoni hal qilishni o'z ichiga oladi. modulli o'qitish texnologiyalari;

Modulli ta'lim quyidagi asosiy g'oyaga asoslanadi: talaba o'z-o'zidan o'rganishi kerak, o'qituvchi esa uning o'qishini boshqarishi kerak: rag'batlantirish, tashkillashtirish, muvofiqlashtirish, maslahat berish, boshqarish. Modulli ta'limning mohiyati shundaki, talaba butunlay mustaqil (yoki ma'lum bir yordam dozasi bilan) ma'lum o'quv va kognitiv maqsadlarga erishadi modul bilan ishlash jarayonida. Modul maqsadli funktsional qism bo'lib, uni o'zida birlashtiradi: o'quv mazmuni va uni yuqori darajadagi yaxlitlik tizimida o'zlashtirish texnologiyasi.

Zamonaviy jamiyatning o'ziga xos xususiyati dinamizm va modernizatsiyadir, shuning uchun barqaror rivojlanish uchun barcha sohalarda innovatsiyalar zarur. Bu ishlab chiqarish, iqtisodiyot va boshqalarga ham tegishli. Konfutsiy jamiyatning evolyutsiyasi jarayonida ta'limning asosiy rolini isbotladi. Ta'limdagi innovatsiyalar Rossiya jamiyatini modernizatsiya qilish uchun asos bo'lishi kerak. Hozirgi rivojlanish

tendentsiyalari va Boloniya jarayoni ta'lim tizimida axborot texnologiyalarining etakchi rolga yo'naltirilgan. Karnegi institutining elektronika va axborot-kommunikatsiya tizimlarining rivojlanishi bilan bog'liq holda oliy ta'limdagi yirik texnologik inqilob haqidagi bashoratlari to'g'ri bo'lib tuyuladi. Ijtimoiy jarayonlarni tushunish, jamiyatni modernizatsiya qilish madaniyat, fan va ta'limning innovatsiyalariga hissa qo'shadi degan xulosaga kelishimizga imkon beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. O'zbekiston Respublikasining "Ta'lim to'g'risida"gi Qonuni. 29-avgust. 1997-yil
2. Ziyonet.uz
3. Hozir.org

РЕПРОДУКТИВ ЁШДАГИ АЁЛЛАРДА ОНАЛИК ХУЛҚ-АТВОРИНИНГ ШАКЛЛАНИШИ

*Набиева Одина Рафикжоновна
Наманган давлат университети Таянч докторанти*

Калит сўзлар: репродуктив давр - аёл ҳаётининг бир даври бўлиб, 16 ёшдан 49 ёшгача давом этади.

депрессия -кайфиятнинг пасайиб кетиши.

Оналик депривацияси- очик, (агар она ўз оналик бурчини бажармай, боладан айрилган бўлса) ва яширин (боладан яширин воз кечиш, уни ёктирмаслик ёки бирор сабаб туфайли болага яқин кела олмаслик холатларида) бўлиши мумкин.

Аёл - оилавий ҳаёт иморатининг асосий устунларидан бири. Аёл оилада - ёр, она, фарзандлар тарбиячиси, келин, опа, сингил, амма, хола ва буви вазифаларини бажарувчи сифатида намоён бўлади. Аёллари пок, тарбия кўрган миллатни ҳеч қачон енгиб бўлмайди. Чунки фарзандларга, дастлабки тарбияни ўз сути, меҳри билан беради. Аёл фарзандларини Ватанни севишга, уни ардоқлашга, ҳимоя қилишга ўргатади. Аёл маънавияти оиладан, онадан бошланиши куйидагиларда намоён булади:

- алла айтиш. Она алласини эшитган бола, албатта, иймонли бўлади;
- яхши эртаклар айтиш. Она айтган эртакларда миллийлик, ўзлик, мардлик ва ҳалоллик, меҳнатсеварлик, бағрикенглик, ғоялари уфуриб туради.
- маънили ўйинчоклар олиб бериш. Биргаликда уларни яшаш болани сабр, тоқат, тежамкорликка, ота ва она меҳнатини қадрлаб, уларга тақлид қилишга ўргатади;
- маъноли китоблар ўқиш бериш. Уларни танлашга ўргатиш, шеърлар ёдлатиш фарзандни нафакат саводли қилади, унинг фикрлашини тезлаштириб, хотирасини мустаҳкамлайди, унинг маънавий дунёкарашини кенгайтиради, маърифатлиликнинг қадр-қимматини англашга ундайди;

- маълумотларга нисбатан туғри муносабатни тарбиялаш. Зеро, XXI аср боласи маълумотлар уммонида яшамокда. Қаерга қарамасин, нимани тингламасин ёки томоша қилмасин, улардан минглаб ахборотлар оқими мурғак онгига кириб боради. Ота-онанинг вазифаси уларни саралашга, болани хар бир олинган маълумотга ақлан туғри ёндашишга ўргатиш;

- насихат беришни билиш, насихатлар хаётий тажриба, кундалик хулқ-атвор ва ибрат асосида берилгани маъкул;

- оиладаги маънавий мухитни мўътадил ушлаш. Вакти келганда фарзандга «сизлаб» мурожаат қилиш, эр-хотин муомаласида ҳам азалий шарқона мулозаматларнинг бўлиши муҳимдир. { 2/ 10 }

Оналик! Шу биргина сўзнинг ўзида қанча маъно, қанча мазмун бор. Тараққий этган давлатларнинг ҳаммасида оналик ва болаликнинг муҳофаза этишга алоҳида аҳамият берилади. Бу бежиз эмас. Чунки аёлнинг асосий вазифаси, инсонят занжирини бардавом эттириш экан демак оналик ҳам жамият ҳаётидаги муҳим бир иш бўлиб қолади. Она бўлишликнинг ўзига хос ташвиш ва ҳаяжонлари бор . Фарзанд кўриш илинжи бўлажак онада сўз билан ифода этиб бўлмайдиган улуғ ҳамда муқаддас меҳр ва туйғуни вужудга келтиради. Болага меҳр-муҳаббат туйғуси оналарда жуда кучли бўлади. Она ўз боласини туғилмасданок анча аввал севишга ва унга жонини беришга ҳам қодир зот. {3/140}

Олимлар онтогенетик тараққиёт даврида яхши она булишга сабаб бўлувчи қатор омиллар сафида қиз боланинг ўз онаси билан ёшлигидан бошидан кечирган мулоқот тажрибасини, оиласида онага ва оналикка муносабат хусусиятларини, ўз оиласида кичкина болалар билан мулоқот тажрибаси борлигини инобатга оладилар.

Бу жараёнда қизчанинг она томонидан қандай тарбияланганлигидан ташқари, муайян маданий манбалар билан танишлиги ҳам катга аҳамият касб этади. Масалан, онасидан қандай эртақлар эшитгани ёки қандай ўйинчоқлар уйнагани бевосита унинг келажақда қандай она булишига таъсир этади. Масалан, ёшлигидан меҳрибон она ҳақида эшитганларини, эртақ холида бўлса ҳам ёвуз кампирлар, ялмоғиз аёллар, ўғай оналар ҳақида эшитганлари билан туғри солиштириш тажрибаси бор қиз ўзининг истиқболдаги ҳаракатининг йуналишини белгилаб олиши мумкин. Ёки қўғирчоқларни эркалатиши, онасидай ғамхўрлик қилиши ҳам ижобий тажриба, лекин минг афсуски, ҳозирги пайтда ишлаб чиқарилаётган “барби” каби қўғирчоқлар қизчаларда оналикни эмас, кўпроқ аёллик фазилатларини, олифтачиликни тарбиялайди. Замоनावий эртақларнинг айримларида ҳам тарбияга зид келадиган сюжетлар куп. Ўзбеклар суйиб кўрадиган мультфильмлар, масалан, “Зумрад ва Қиммат” эртақларини ҳам агар она туғри шархламаса, бола онгида нотўғри тасаввурлар шаклланиб қолиши, ўғай онанинг албатта жохил, отанинг хамиша буйсунувчанлиги тўғрисидаги чалқаш тушунчалар пайдо бўлиши мумкин. {1/106}

Онадаги туғруқдан кейинги депрессия - чақалок туғилгандан кейинок айрим оналарда пайдо бўладиган рухий ҳолат. Бу ўзига хос хасталик бўлиб, унинг олдини олиш учун куп ҳаракатлар қилинмоқда, чунки бунда ҳам психологик

омилларнинг роли катта. Кузатишларнинг кўрсатишича, агар оилада эр-хотин муносабатлари яхши бўлмаса, отанинг . болага эътибори етарли бўлмаган вазиятларда, онага амалий ҳамда молиявий кўмак бериш йулга қуйилмаган бўлса, шу каби кийинчиликлар онада депрессияни ҳосил қилади.

Оналик депривацияси очик, (агар она ўз оналик бурчини бажармай, боладан айрилган бўлса) ва яширин (боладан яширин воз кечиш, уни ёқтирмаслик ёки бирор сабаб туфайли болага яқин кела олмаслик ҳолатларида) бўлиши мумкин. Иккала ҳолатда ҳам бола тараккиёти учун ниҳоятда салбий, хавфли вазият юзага келадики, айрим ҳолларда бола хаттоки, нобуд ҳам бўлади. Масалан, чақалок туғилгач, ҳаста бўлгани учун унинг узок вақт мобайнида касалхонада қолиши ҳам оналик депривациясига сабаб бўлади. Бу орада унда оналик меҳри уйғонмайди, у янги чақалокқа бефарқ бўлиб қолади. Бунинг оқибатлари қанчалик оғир бўлиши онанинг ёшига ва айрилиқнинг муддатига боғлиқ. Агар шунга ўхшаш ҳолатни бошидан кечирган она жуда ёш бўлса, унда боланинг психик тараккиётида жиддий асоратлар қолади, у ўз хулқ- атворини назорат қила олмайдиган, жиззаки, одамови, жиноятга, хаттоки, ўз жонига қасд қилишга ҳам мойиллиги юқори бўлиб вояга етади. Она боланинг ёнида бўла туриб, ундан яширин тарзда воз кечган ҳолатда ҳам болада невротик хусусиятлар ривожланади, айниқса, бола шахслараро муносабатларда нутқи йўқ, урушқоқ бўлиб, қарорлар қабул қилишда қийналади, ижтимоийлашув жараёни ниҳоятда мураккаб кечади. Қўриб турганимиздек, онанинг болага психологик яқинлиги унинг истиқболини, шаклланажак ижобий фазилатлари, жамиятдаги ўрни ва нуфузини белгиловчи муҳим омилдир. {1/107}

Ҳулоса қилиб шуни таъкидлаيمизки оилада отанинг бўлиши боланинг ижтимоий кўникмалари шаклланишида катта аҳамият касб этади. Отанинг меҳри қиз бола учун ҳам шу қадар муҳимки, у ота-она муносабатларини ҳаёти мобайнида кузатиб бориб, келажакда ўз турмуш ўртоғига қандай муносабатда бўлиш лозим, деган саволга жавоб топади. Она хулқига қараб эса, турмуш ўртоғи билан бахтиёр яшаш учун аёл қандай бўлиши керак, деган саволнинг мағзини чақади. Шунинг учун ҳам қиз бола учун ҳам, ўғил бола учун ҳам оиланинг бутлиги, ота-она муносабатларининг илиқ, самимий, бўлиши катта ҳаётий аҳамият касб этади. Репродуктив ёшдаги аёлларда оналик хулқ-атворини соғлом шаклланишида оиланинг тинчлиги ва оила аъзоларининг бир-бирларига бўлган самимий муносабатлари муҳим аҳамиятга эга.

Фойдаланилган адабиётлар

1. В.М. Каримова Оила психологияси Тошкент “Фан ва технологиялар” нашриёти 2007 йил 106-107 бетлар
2. Ф.А.Акрамова, З.Б.Билолова, И.С.Жовлиев Оила энциклопедияси «O‘zbekiston milliy ensiklopediyasi» Давлат илмий нашриёти Тошкент-2019 йил 10-бет
3. Муаллифлар жамоаси Хотин-қизлар энциклопедияси «O‘zbekiston milliy ensiklopediyasi» Давлат илмий нашриёти Тошкент-2012 йил 140 бет.

AXBOROTLASHUV JARAYONIDA JAMIYAT HAMDA SHAXS TARAQQIYOTINING O'ZIGA XOS XUSUSIYATLARI

Gasanova Dildora Xayrullayevna
Buxoro viloyati Kogon shahridagi 17-son ixtisoslashtirilgan Davlat umumta'lim
maktabi psixologi

Insoniyatning axborotga, uni olish, foydalanish va tarqatishga bo'lgan ehtiyoji mislsiz sur'atlarda ortib boryapti. Ma'lumki, axborotga nisbatan talab qanchalik kuchaysa, uni tarqatuvchilar ham mos ravishda ko'payishadi. Avvalo shuni e'tirof etish lozimki, hozirgi davr dunyoda g'oyaviy qarama-qarshiliklar murakkab tus olgan, mafkura poligonlari yadro poligonlaridan kuchliroq bo'lib borayotgan davrdir. Shu o'rinda bir savol tug'iladi: Xo'sh, bugungi kunda tarqatilayotgan axborotlar uni talab qilayotgan shaxslarning manfaatlariga mos kelyaptimi? Shaxs, jamiyat, davlatning axborot xavfsizligiga tahdidlar bo'lsa, uni oldini olish, undan muhofazalanish mumkinmi? Bu kabi savollar globallashuv jarayoni sharoitida eng muhim masalalardan biriga aylanib bormoqda. Dastlab "globallashuv" tushunchasining mohiyatiga e'tibor qaratadigan bo'lsak, "globallashuv" (globalizatsiya) – lotincha "glob" so'zidan olingan bo'lib, aynan uni "dumaloqlashuv", "kurrallashuv" deb tarjima qilish mumkin. Yer sharining, yer kurrasining fan-texnika yutuqlari tufayli insoniyat ixtiyoridagi xuddi bir butun sharga, kurraga aylanishini tushuntirish uchun ishlatiladi. Globallashuv - turli mamlakatlar iqtisodi, madaniyati, ma'naviyati, odamlari o'rtasidagi o'zaro ta'sir va bog'liqlikning kuchayishidir. Globallashuvga berilgan ta'riflar juda ko'p. Fransuz tadqiqotchisi B.Bandi ta'rifida globallashuv jarayonining 3 o'lchovli ekaniga urg'u beriladi:

1. Globallashuv - muttasil davom etadigan tarixiy jarayon.
2. Globallashuv - jahonning gomogenlashuvi (bir jinsli) va universallasuvi jarayoni.
3. Globallashuv - milliy chegaralarning "yuvilib ketish" jarayoni.

Endi mafkuraviy jarayonlarning globallashuvi tushunchasiga e'tibor qaratadigan bo'lsak... Aslida axborot sohasidagi globallashuv insoniyat uchun, dunyoning barcha hududlaridagi odamlarning o'zaro muloqoti uchun, ilm-fan va madaniy boyliklarni o'zlashtirish uchun ulkan imkoniyatlar yaratadigan jarayondir. Mafkuraviy jarayonlarning globallashuvi bu-g'oyaviy ta'sir o'tkazish imkoniyatlarining kengayishi oqibatida unga Yer yuzining barcha mintaqalari tortilganligini, mafkuraviy kurash umumbashariy miqyos kasb etganini ifodalovchi tushuncha.

Mafkuraviy jarayonlarning globallashuvida bir-biridan farq qiladigan ikki yo'nalish, tendensiya mavjud:

1. Insoniyat sivilizatsiyasi tarixida erishgan har qanday moddiy va ma'naviy qadriyatlarning umuminsoniy jihatlari tarixiy makon doirasidan chiqib baynalminallashib, universallashib bormoqda. Boshqacha aytganda, milliy va umuminsoniylik tamoyillarining integratsiyalashuv jarayoni kuchmoqda.

2. Millatlar va davlatlarning ijtimoiy, iqtisodiy, siyosiy, ma'naviy-madaniy rivojlanishidagi beqarorlik, ular manfaatlaridagi o'ziga xoslikni mutlaqlashtirish insoniyatga, shu jumladan, o'z millatining kelajagiga xavf tug'diradigan salbiy hodisalarning mafkuralashgan holda globallashuviga olib kelmoqda. Bu xalqaro terrorizm, ekstremizm, fundamentalizm va narkobiznes hodisalarida namoyon bo'lmoqda. Biron bir hudud yoki mamlakatda paydo bo'layotgan g'oyalar tez fursatda butun jahonga yoyilmoqda. Natijada, odamzot ma'lum bir davlatlar va siyosiy kuchlarning bosimini sezib yashamoqda. Bu jarayonning muhim xususiyatlaridan biri - turli mamlakatlarni mafkuraviy zabt etish g'oyat katta iqtisodiy manfaatlar bilan qo'shilishib ketganidir. Mafkuraviy globallashuv saviyasi past audio va videolar, axloqsizlik, tubanlik va yovuzlikni targ'ib qiladigan "san'at asarlari"ning ham keng tarqalishiga sabab bo'lmoqda. G'oyaviy-mafkuraviy tazyiq va tajovuzlarning oldini olish uchun esa har bir millat, davlat o'zining g'oyaviy-mafkuraviy daxlsizligini ta'minlaydigan chora-tadbirlarni ko'rish zarur bo'lmoqda.

Bugungi kunda biron-bir hudud yoki mamlakatda paydo bo'layotgan g'oyalar tez fursatda butun jahonga yoyilmoqda. Natijada odamzod ma'lum bir davlatlar va siyosiy kuchlarning manfaatlariga xizmat qiladigan, olis-yaqin manbalardan tarqaladigan, turli mafkuraviy markazlarning bosimini doimiy ravishda sezib yashamoqda. Bunday vaziyatda o'z mustaqil fikriga, sobit e'tiqodiga, mustahkam iroda va dunyoqarashiga ega bo'lmagan odam goh oshkora, goh pinhona ko'rinishda namoyon bo'layotgan mafkuraviy tazyiqlarga bardosh bera olmaydi.

Nima uchun kishilar ongi va qalbi uchun kurash turli mafkuralarning bosh maqsadiga aylanib qoldi? Gap shundaki g'oya faqatgina inson qalbini egallaganda, inson ma'naviy-ruhiy holatining uzviy qismiga aylangandagina harakatga da'vat etuvchi, rag'batlantiruvchi kuchga, harakat uchun qo'llanmaga aylanadi. Shuning uchun ham bugungi kunda nafaqat inson ongini, balki, qalbini ham egallash mafkuraviy kurashning bosh maqsadi bo'lib qolmoqda.

Xulosa o'rnida shuni ta'kidlash joizki, bugungi dunyoda mislsiz ilmiy kashfiyotlar, ulkan texnikaviy imkoniyatlar, universal texnologiyalar, axborot tarqatishning globallashuvi, ya'ni ularning butun kurrai zaminni qamrab olish jarayoni shiddat bilan bormoqda. Masalan, Internet tizimi orqali axborot almashuv, binobarin, g'oyaviy ta'sir o'tkazish imkoniyatlari ham tobora kengaymoqda. Axborotlashtirish jarayonining tezkorligi sharoitida fuqarolarning axborot-psixologik xavfsizligini ta'minlash, psixologik tahdidlarning oldini olish, ta'sirini kamaytirish uchun quyidagilarni amalga oshirish maqsadga muvofiqdir:

1. Psixologik tayyorgarlik. Avvalo, shaxs o'zining psixologik xavfsizligini ta'minlashi lozim. Buning uchun esa u o'z individual xususiyatlarini yaxshi bilishi, dunyoqarashi keng shakllangan bo'lishi, atrofda sodir bo'layotgan turli voqea-hodisalarga munosabat bildira oladigan darajaga yetishishi lozim.

2. Ta'lim va tarbiya. Yuqoridagi holatni ta'minlash uchun esa ta'lim va tarbiya jarayoniga katta e'tibor bergan holda, yoshlarga mana shunday axborot xurujlariga qarshi tura oladigan, tahdidlarga o'z munosabatini bildirish kuchiga ega qilib ta'lim berilishi va yoshlar shu ruhda tarbiyalanishi, umumiy, o'rta maxsus va oliy ta'lim bosqichlarida axborot-psixologik xavfsizlik bo'yicha bilimlar berilishi kerak.

3.Ommaviy axborot vositalari. Bugungi kunga kelib, OAV juda katta kuchga aylandi. Uning axborot uzatish, qabul qilish imkoniyatlari XX asrning oxirlariga nisbatan ancha kengaydi. OAVlar orqali mamlakatimizga, aholiga ham ijobiy, ham salbiy axborotlar yetib kelishi mumkin. Yuqoridagi ikki holatni mustahkamlash, yurtimizga bo‘ladigan turli axborot xurujlarini kamaytirish, uning oldini olish uchun esa avvalo o‘z milliy OAVmizni yanada rivojlantirishimiz lozim.

Eng muhimi va yuqoridagi barcha holatlarda asosiy o‘rin tutadigan masala bu milliy istiqlol g‘oyasidir. Milliy istiqlol g‘oyasini aholi ongiga singdirish, yoshlarni esa mana shunday g‘oyalar ruhida tarbiyalash axborot-psixologik xavfsizlikni ta'minlashga qaratilgan barcha chora-tadbirlarining samarali amalga oshirilishiga ko‘maklashuvchi milliy kuchdir.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Bekmurodov A.SH. Ma'naviy-ma'rifiy faoliyat: ustuvor masalalar va innovatsiyalar. -T.: TDIU, 2005.
2. Jo'raev N. Mafkuraviy immunitet. -T.: "Ma'naviyat", 2000.
3. Ochildiev A. Milliy g'oya va millatlararo munosabatlar. -T.: «O'zbekiston», 2004.

SINF RAHBARINIG O'QUVCHILARNI O'RGANISH METODIKASI

Abdimuratova Durdona

*Termiz Davlat universiteti magistratura bo'limi Pedagogika nazariyasi va tarixi
yo'nalishi I-bosqich talabasi*

Hozirgi davrda maktablarda o'quv-tarbiya ishlarini amalga oshirayotgan pedagogik jamoa oldiga juda katta vazifalar qo'yilmoqda. Maktab yosh avlodning dunyoqarashini tarkib toptirish, g'oyaviy, siyosiy jihatdan chiniqtirish, yuksak axloqiy fazilatlariga ega qilish, mehnatiga va ongli kasb tanlashga tayyorlash lozim. Bu vazifalarni hal qilishda sinf rahbari muhim rol o'ynaydi. Chunki, u bir sinf sharoitida tarbiyaviy vazifalarni amalga oshirishga qaratilgan ishlarni tashkil etadi va boshqaradi. Shu o'rinda O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyevning quyidagi fikrlari e'tiborga molik"...mamlakatimizning taqdiri va kelajagi uchun mas'uliyatni o'z zimmasiga olishga, bu yo'lda bor bilim va salohiyatini safarbar etishga qodir bo'lgan, azmu shijoatli yoshlarni tarbiyalab voyaga yetkazish – biz uchun eng muhim masaladir".

Sinf rahbari o'z o'quvchilarini bilmasa, u o'quvchilarga yondashishda, pedagogik ta'sir ko'rsatish metodikalarini tanlashda katta xatolarga yo'l qo'yishi mumkin. Shu sababdan ham sinf rahbari o'quvchilar shaxsini balki jamoani ichki muhitini ham bilishi zarur. O'quvchilarning individual xususiyatlarini hamisha va hamma holda hisobga olmoq zarur, o'quvchilarga individual yondashish bu har qaysi o'quvchining xususiyatiga individual moslashish emas. Bu eng avvalo har qaysi o'quvchining individual xususiyatini, uning shaxsiy tajribasini hisobga olgan holda unga tarbiyaviy ta'sir ko'rsatishning yanada samarali yo'lini faol qidirib topish. O'quvchilarga tarbiya

berish jarayonida ularga individual yondashish har qaysi o'quvchini o'z nazar-e'tiborida tutishdan, uning xususiyatlarini bilishdan, uning ijobiy xislatlariga tayanishdan, unga o'g'ir vaziyatlarda muntazam yordam ko'rsatib borishdan va uni yaxshi xatti-harakatlari uchun rag'batlantirib borishdan iboratdir.

O'quvchilarni o'rganib ularga tarbiyaviy ta'sir ko'rsatish, o'quvchini o'rganish pirovard maqsad emas, balki ularga ta'lim-tarbiya berish uchun zaruriy shart-sharoitdir. O'quvchilarni o'rganish borasidagi ishlar shaxsini kamol toptirishning tabiiy tarzda faol ishtirok etishi bilan, o'quvchilarda zaruriy ma'naviy xislatlari va harakterini tarkib toptirish bilan organish ravishda qo'shilib ketadi. Sinf rahbari o'quvchilar xulq-atvoridagi ijobiy xislatlarni rivojlantirish, salbiy xislatlarga barham berishni "loyihalashtiradi".

O'quvchilarni o'rganishni rejali tarzda va muntazam olib boorish darkor. O'quvchi xulq-atvoridagi yakka-yarim uchraydigan va tasodifiy voqealarni emas, balki uning shaxsida juda ko'p uchraydigan tipik xususiyatlarni o'rganmoq kerak. Shuni hisobga olish kerakki, o'quvchilar har doim o'sib-rivojlanib boradi va shu bilan birga ularning qiziqishlari ham domiy o'zgarib turadi. Shuning uchun ham o'quvchilarni faqat rivojlanishga o'rgatmoq zarur.

O'quvchilarni tabiiy hayot va ish faoliyati sharoitida o'rganish. O'quvchi ta'lim jarayonida ijtimoiy foydali maslahatga va jamoat ishiga jalb qilish lozim. O'quvchilarning oqituvchi, o'quvchilar jamoasi, ota-onalar va tevarakatrofdagilar bilan krishadigan munosabatlarini o'rganish lozim. Bu munosabatlart jarayonida shaxs yanada to'la ochiladi. O'rganishda turli metodlar va usullardan foydalanish mumkin. Ota-onalar bilan suhbat jarayonlari ham bolani o'rganishga yordam beradi.

O'quvchilarni o'rganib ularni hayoti va turmush sharoiti bilan tanishish. O'quvchilarning axloqiy xislatlari, uning yutuq va kamchiliklari, ta'lim-tarbiya olish jarayonida uy sharoiti, tashqi muhit ham inobatga olinadi.

Shaxsning alohida xususiyatini emas, balki butun shaxsini o'rganmoq darkor. Sinf rahbari tarbiyaviy ishlarning turli bosqichlarida o'quvchi xulq-atvorining ayrim tomonlarini o'rganishga e'tiborr qaratishi mumkin. O'quvchini har tomonlama o'rgatishga erishmoq uchun, dasturni oldindan yaxshi o'ylab tuzish, o'quvchilarni o'rgatish rejasini, suhbat savollarini insholar mavzularini tanlab olish zarur.

Sinf rahbari sinf o'quvchilari haqida quyidagi tavsifnomaga ega bo'lishi kerak: sinfda jami. o'quvchi, tasi qiz, tasi o'g'il bola shulardan ...tasi "bolalar va o'smirlar" uyushmasi a'zosi o'quvchilarning bilim darajalarini nazorat qilishning reytinga ko'ra a'lochi va o'zlashtirmovchi o'quvchilar soni milliy tarkibi sinflarning parallel sinflar o'rtasida tutgan o'rni o'quvchining yashash joyi sinf faollari ota-onalar kengashi tarkibi ota-onasi yo'q o'quvchilar yordamga muhtoj o'quvchilar ro'yhati o'quvchilarning darslik bilan ta'minlanganligi maktab kutubxonasiga a'zo bo'lganlar soni.

Sinf rahbarining o'quvchilarni o'rganishdagi dastlabki ishi va to'playdigan ma'lumotlari shulardan iborat. Shuningdek, sinf rahbari bilishi kerak, o'quvchining ota-onasi qayerda, kim bo'lib ishlaydi, oilaning tarkibi uning madaniy darajasi qanday, oiladagi o'zaro munosabatlar, oilada bolaga yordam berishning o'ziga xosligi, bolaning uydagi kun tartibi va maishiy ahvoli, bolaning uy va jamoat ishlarida ishtiroki, uni

maktabdan tashqaridagi do'stlari va tanishlari, o'quvchi ta'tilda qayerda bo'lishi, bolaning hayotidagi eng muhim voqea-hodisalar, o'quvchi salomatliging ahvoli bu xodimlarning ma'lumotiga ko'ra.

O'quvchilar jamoasi mustaqil tashkilotdir, ammo u pedagogik rahbarlikka muhtoj. O'quvchilarni o'z holiga tashlab qo'yish ham, ayni vaqtda bolalar jamoasiga nisbatan ma'muriyatchilik ham, buyruqbozlik yo'lga o'tib olish ham mumkin emas. Birinchi holda, sinf rahbari bu ishlardan umuman chetlashib, o'quvchilar bilan aloqaning susayishiga yo'l qo'ysa, ikkinchi holda u tazyiq yo'lga o'tib, o'quvchilar mustaqilligini yo'qqa chiqaradi. Sinf rahbarining bosh vzaifasi, bolalar jamoasini faoliyatini mohirlik bilan boshqarish, o'quvchilar tashabbuskorligini o'stirish, sinf jamoasi faolligi va mustaqilligini tarkib toptirishdan iborat.

Jamoa va jamoada tarbiyalash- tarbiya tizimida muhim ahamiyatga ega bo'lgan tamoyillardan biridir. Shaxsni shakllantirishda jamoaning yetakchi rol o'ynashi to'g'risidagi fikrlar pedagogika fanining ilk rivojlanish davridayoq bildirilgan. Jamoada uning a'zolari o'rtasidagi munosabatning alohida shakli yuzaga keladi, bu esa shaxsning jamoa bilan birgalikda rivojlanishini ta'minlaydi.

Shuningdek, sinf rahbari o'quvchilar jamoasini shakllantirishda quyidagi o'qituvchi-olim L.I. Nikova taklif etgan jamoani shakllantirish bosqichini qo'llashi mumkin. Jamoani dastlabki jipslashtirish jamoani shakllantirish asosida uning har bir a'zosini individual rivojlantirish jamoaning umumiy faoliyatini yo'lga qo'yish.

Sinf jamoasi tarkibida o'quvchilar tomonidan amalga oshiriluvchi asosiy faolaiyat o'qish faoliyatidir. Aynan sinf jamoasida shaxslararo aloqa va munosabatlar tarkib topadi. Sinf rahbari esa bu jarayonda o'quvchilar jamoasida ularni nazorat qilish, boshqarish, rivojlantirish va psixologik muhitni saqlashni ta'minlaydi. Shuningdek, sinf rahbari o'z guruhidagi psixologik muhitni, uning jipsligini, guruhda o'quvchilarning bir-biriga bo'lgan munosabatini aniqlashda psixologning yordami va o'zni alohida ahamiyatga ega. Bunda sinf rahbari psixolog yordami bilan bir qancha metodikalar o'tkazish orqali guruhdagi o'zaro munosabat va iqlimni bilib olishi mumkin. Darhaqiqat, alohida sinf birlashib o'quv yurtini tashkil etadi. Alohida sinf jamoalari qo'lga kiritgan ta'lim-tarbiya borasidagi muvaffaqiyatlar butun o'quv yurti jamoasining muvaffaqiyatini ta'minlaydi. Shu nuqtai nazardan, sinf rahbarining ma'suliyati jamiyat oldida rahbarlik ma'suliyatidan kam emas. Shuning uchun maktab direktorlari sinf rahbari vazifasiga tajribali, tashkilotchi mehnatsevar, mahoratli, yosh avlodni sevadigan o'qituvchilarni tayinlab, ular bilan muntazam ish olib boradilar.

Sinf rahbarining muhim vazifalaridan biri bu- o'quvchining o'qishga bo'lgan havasi, e'tiqodi va bilim, qobiliyatini rivojlantirish, kasb hunarga bo'lgan layoqatini, yosh va ruhiy xususiyatlar asosida rivojlantirish, har bir o'quvchining bo'lg'usi hayoti rejalarini amalgam oshirish, o'quvchilarning salomatligini muhofaza qilishdan iborat. Faolarga ishonish, ularning sinf jamoasi orasida obro'sini ko'tarish, o'z vaqtida ularga tegishli yordam ko'rsatish sinf rahbaring bevosirta asosiy vazifasidir.

Pedagogning o'quvchilarga nisbatan bo'lgan munosabati mehr, xayrihohlik yordamida ifodalanishi kerak. Ma'lumki, rivojlanish uchun yordam berish bu albatta murakkab jarayon bo'lib, bular o'qituvchidan juda katta e'tibor, diqqat, bilim, ma'suliyat va pedagogic mahoratni talab qiladi. Jumladan, bu borada buyuk pedagog

A.S. Makarenko “Tarbiyachi tashkil etishni, yurishni, hazillashishni, quvnoq, jahldor bo’lishni bilishi lozim, u o’zini shunday tutishi kerakki, uning har bir harakati tarbiyalansin “– degan edi.

Demak, yuqoridagilarga tayangan holda sinf rahbarining faoliyatiga nisbata qo’yladigan talablar quyidagilardan iborat:

Har tomonlama barkamol avlod tarbiyasi ta’lim-tarbiya va rivojlanishni o’zaro bog’liq tarzda o’qitish jarayonida amalga oshirishni taqozo etadi.

O’qitish jarayoni yaxlit holda, ta’limiy, tarbiyaviy va rivojlantiruvchi xususiyatlarni kompleks tarzda hal etsada, ularni (ta’limiy, tarbiyaviy, rivojlanish) o’qituvchi faoliyati uchun shartli ravishda bo’lib ko’rsatish va bu bilan o’quv jarayonini rivojlantirishda hisobga olishni nazarda tutadi..

Hozirgi davrda sodir bo’layotgan innavatsion jarayonlarda ta’lim tizimi oldidagi zamonaviy muommalarni hal qilish uchun yangi axborotni o’zlashtiradigan va o’zlashtirgan bilimlarini o’zlari tomonidan baholashga qodir bo’lgan, zarur qarorlar qabul qiladigan, mustaqil va erkin fikrlaydigan shaxslar kerak. Shuning uchun ham ta’lim muassasalarining o’quv-tarbiyaviy jarayonida zamonaviy o’qitish uslublari, ya’ni, interfaol metodlar innavatsion texnologiyalarning o’rni nihiyatda beqiyosdir. Pedagogik texnologiya va ularning ta’limda qo’llanilishga oid bilimlar, tajriba o’quvchilarni bilimli va yetuk malakaga ega bo’lishlarini ta’minlaydi.

Biz g’aroyib davrda yashayapmiz: atrofimizdagi olam juda tez suratlarda, tanib bo’lmas darajada o’zgaryapti, hozirgi kundagi yosh avlod bilan o’tgan davrdagi avlodning farqi ko’ryapmizki, sezilarli darajada ajralib turadi. Agar o’qituvchi bu jarayonda rivojlanmay qotib qolsa, yosh avlodning tarbiyasi, fikrlashi ham izdan chiqadi. Shuning uchun o’sib kelayotgan avlod bilan ishlaydigan o’qituvchi bolalarni rivojlantirish bilan birga o’zini ham kamol toptirib borishi lozim.

Xo’sh, zamonaviy o’qituvchi va shu bilan birga sinf rahbari qanday bo’lishi lozim?

O’z xatolarini tan olish

Rivojlanish.

Bolalarga hurmat

Tolerantlik

O’qituvchi o’zining xizmat ko’rsatayotganini tushunishi.

Haqiqiy narsalar bilan hurmatga ega bo’lishga tayyor turish

Chegarani his qilish

O’z vazifasini tushunish

O’z-o’zini tanqid qilish

O’z-o’ziga sha’ma qilish (juda jiddiy bo’lmaslik va hazil qilish qobiliyati)

Shu o’rinda taniqli rus pedagogi, A.S. Makarenkoning o’qituvchining kasbiy fazilati to’g’risidagi fikrlarni keltirib o’tishni joiz deb bildim. “Pedagog darsda ma’lum bir o’ziga xos rolni o’ynamasligi mumkin emas. Sinf sahnasida rol o’ymashni bilmaydigan o’qituvchi kasbiy faoliyat olib borolmaydi. U ma’lum ma’noda aktyor. Bizning xulq-atvorimiz, fe’limiz, harakterimiz biz uchun pedagogik qurol bo’lishi ham also mumkin emas. Bolalarni qalb va ko’ngil azoblari bilan, hijronli xis-tuyg’ularimiz yordamida tarbiyalashga umuman yo’l qo’yib bo’lmaydi. Axir biz

insonmiz. Har qanday boshqa kasb egalarida ko'ngil zahmatisiz ish bitirish mumkin bo'lsa, pedagog ham ko'ngil azobisiz faoliyat olib borishi lozim bo'lardi. O'quvchiga ba'zan muloqotda ko'ngil azobini namoyish etishga to'g'ri keladi. Buning uchun pedagog sahnadagi aktyordek ijobiy rol o'ynashni ham bilishi kerak. Tasodifiy pedagogik vaziyatlarda o'qituvchi g'azablanganda, quvonganda, xafa bo'lganda. tushkun bir ahvolga tushganida ichki hissiyotlarini bir holatdan boshqa holatga, bir shakldan boshqa shaklga aktyorlarga xos iqtidor bilan o'tkazishni ham bilishi kerak. Biroq shunchaki tashqi, sahnaviy rol o'ynash yaramaydi. Bu o'yinda pedagogning ajoyib shaxsiy mahorati bilan belgilaydigan qandaydir kamar bor, bu sizning g'o'zal xulqingizni namoyish etib bog'lovchi rolingiz. Bu sahnadagi o'yin o'lik bir holat yoki texnika emas, balki qalbingizdagi yashirin bir xis-tuyg'ularingizni, mehringizni namoyon etuvchi haqiqiy jarayondir

Foydalanilga adabiyotlar:

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyevning mustaqilligimizning 26 yilligiga bag'ishlangan tantanalimarosimdagi nutqi, // Xalq so'zi, 2017-yil 1-sentabr
2. O'zbekiston Respublikasining "Ta'lim to'g'risida"gi qonuni. 2020.
3. "Umumiy o'rta ta'lim muassasalarining Sinf rahbarlari faoliyatini tashkil etish to'g'risida"gi Nizomi 2020-yil 30-iyundagi 180-son buyrug'iga ilova
4. Z. Qo'ziyev "Sinf rahbari ishini tashkil etish va rejalashtirish",
5. R. Movlonova "Tarbiyaviy ishlar metodikasi", T.: Tib kitob 2010.
6. S. Muhammadiyeva "Sinf rahbari olib boradigan tarbiyaviy ishlar", T.: "A Navoiy" 2009-y
7. A. Xoliqov "Pedagogik mahorat", T.: IQTISOD-MOLIYA" 2011
8. O. Musurmonova "Umumiy pedagogika T.: "O'zkitobsavdo" 2020

UMUMTALIM MKTABI YUQORI SINF O'QUVCHILARIDA SHAHSLARARO MULOQOT MADANIYATINI SHAKILLANTIRISH

*Xoliqova Tursunoy Orolovna
TerDU Magistratura bo'limi Pedagogika nazaryasi va tarixi yo'nalishi
1-bosqich magistranti*

Tayanch so'z va iboralar; munosabat, ehtiyoj, axborot, shaxslararo, muloqot, o'smir yoshlar, psixologik o'yinlar, mashqlar, trening.

Naslimiz davomchilarini nafaqat jismonan baquvvat, balki ma'naviy boy, yangi davr talabiga javob beradigan, muloqot jarayonida erkin fikr yuritadigan qilib tarbiyalash hozirgi kunning dolzarb muammolaridandir. «Ta'lim to'g'risida» gi Qonun, «Kadrlar tayyorlash milliy dasturi» da shaxsning erkinligi, mustaqil fikrlash qobiliyatini shakllantirish, muomala madaniyatini tarkib toptirishga birlamchi e'tibor qaratilgan. Shunday ekan, o'smir yoshlarni muloqot jarayonida mustaqil fikrini erkin ifodalash malakalarini va ularning tanqidiy fikrlashini shakllantirish psixolog-pedagoglar oldida turgan dolzarb masalalardan biridir. Zero, XXI asrda yashaydigan har bir insonning

tanqidiy fikrlashi uchun avvalo muloqotga o'rgatish zarur. Rivojlanib borayotgan jamiyatimizda sog'lom avlodni, komil insonlanni voyaga yetkazish masalasiga katta e'tibor berilmoqda. Komil insonning muhim sifatlaridan biri muloqot madaniyatidir. Yetarlicha shakllanmagan muloqot madaniyatisiz sog'lom ijtimoiy munosabatlarni o'rnatish mushkul. Chunki muloqot ham insonning o'ziga xos ehtiyojlaridan biri. Insonning go'daklik va o'smirlik davrlarida muloqot yetakchi, yani yangi psixologik xususiyatlarning shakllanishiga bevosita ta'sir ko'rsatuvchi faoliyat sifatida gavdalanadi. Har bir kishining o'z «Men»i atrofdagilar bilan bo'ladigan muloqot jarayonida shakllanadi. Shaxsning hayot yo'llari avval oilada, bog'cha, maktab, institut, ishxona, keksalar orasida, ya'ni guruh va jamoalarda rivojlanadi.

Muloqot ta'lim-tarbiya jarayonida, turli vaziyatlarda rivojlanadi. Masalan, oilada, mahallada, jamoada, guruhda. Agar oilada kattalar bir-birlariga qo'pol munosabatda bo'lsalar, bola ham ularga taqlid qilib atrofdagilar bilan nizolarga borishi mumkin. Muloqot psixologiyasi fani psixologiyaning barcha tarmoqlari bilan bog'liq holda rivojlanadi. Jumladan, pedagogik psixologiya bilan uzviy bog'liq. Pedagogik muloqotda ta'lim psixologiyasi, tarbiyaning psixologik asoslari, o'ituv-chi va o'quvchi munosabatlari, o'qituvchi psixologiyasi, maktablarda ta'lim-tarbiya jarayonlarini boshqarish muhim o'rinni egallaydi. Muloqot — shaxslararo munosabatlarning asosiy ko'rinishi bo'lib, uning yordamida odamlar bir-birlari bilan o'zaro ruhiy jihatdan aloqaga kirishadilar, o'zaro axborot almashadilar, bir-birlariga ta'sir o'tkazadilar, bir-birlarini his qiladilar, tushunadilar. Agar bola sog'lom o'ssa, bolalar bog'chasiga beriladi. 4 yoshli bolalar ko'proq boshqa bolalar bilan muloqotda bo'lishga harakat qiladilar. Bu bosqichda bolalar bir-birlari bilan o'yinchoqlarini almashtiradilar, birbirlariga yordam bera boshlaydilar. Kichik va o'rta maktabgacha yoshdagi bolalarda so'z boyliklari o'yin faoliyati orqali ortib boradi. Mashg'ulotlar orqali bolalarda nutq rivojlanib boradi. Chunki mashg'ulotlarda bolalar she'r yodlaydilar, ertaklar eshitadilar. O'g'il va qiz bolalar o'rtasidagi munosabatlar bolalar bog'chasida o'ziga xos xususiyatga ega. Bolalar bog'chasi bola uchun faqatgina tashqi olamni bilish, dunyoni hissiy baholash emas, balki o'z tengdoshlari bilan muloqotda bo'lish imkoniyatini beradigan joydir. Bog'chada bolalar jamoasi shakllanadi. Tarbiyachi guruhga uyda tarbiyalangan yangi bola kelib qo'shilganida boshqa bolalarga u bilan iliq munosabatda bo'lishlarini tushuntirishi lozim. Unga ko'proq e'tibor berish, yaxshi muomalada bo'lish kerak, shunda bola yangi muhitga tezroq ko'nikadi. Agar tarbiyachi yangi kelgan bolalarga mashg'ulotlar davomida yaxshi muloqotda bo'lsa, qolgan bolalar undan o'rganadilar. Tarbiyachi bolalar bilan do'st sifatida munosabatda bo'lsa, bunday guruh uyushgan bo'ladi, birbirlari bilan iliq munosabatda bo'lishni o'rganadilar. Garchi kichik maktab yoshidagi davr shaxsning taraqqiyotida xal qiluvchi siljishlar davri bo'lmasa ham bizning fikrimizcha bunday davr o'smirlik davridir, shunga qaramay, bu davrda shaxsning tarkib topishi etarli darajada sezilarli yuz beradi. Yuqorida qayd qilib o'tilganidek, maktabga kirish bolaning hayotida burilish momenti hisoblanadi. Kattalar (o'qituvchilar) va tengdoshlari (sinfdoxlari) bilan yangi munosabatlar maydonga keladi. Bolaga butun bir jamoaviylar sistemasiga (umum maktab, sinf) qo'shiladi. .. 3-4 sinflarga borib bola uchun uning o'rtoqlari bilan munosabatining ham ahamiyati ortadi. Bu munosabatlardan kattalar ta'lim-tarbiya maqsadlarida foydalanishlari mumkin.

O'spirinlikda bu aqliy faoliyatning ham rivojlanish davri sanaladi. Ular o'z fikrlarini mustaqil ifodalashga harakat qilib, shaxslik xislatlarinamoyish eta boshlaydilar. Shunda o'qituvchilar va katta yoshlilar ularning hali g'oir fikrlari va dunyoqarashlarini to'g'ri yo'naltirishlari muhim. Zero, bu davrda o'z-o'zini anglash, ma'naviy-axloqiy, ijtimoiy xislatlari tez shakllanadi. Bunga uning faoliyati, jamoada va jamoat joylarida o'zini tutishi, odamlar bilan tez muloqotga kirishishi ham turtki boladi. O'zini kattalardek his etish, o'ziga xosligini namoyon etish, boshqalarning diqqatini o'ziga qaratishga harakat qiladi. Axloqiy muammolarni o'z qarashlari nuqtayi nazaridan hal eta boshlaydi. Hayot mohiyati, baxt, burch, shaxs erkinligini o'z qiziqishlari bilan o'lchaydilar. Shu bois ularga katta yoshlilarning beg'araz, to'g'ri yo'nalish berishlari o'ta muhim. Mazkur davrda yoshlar xulqi ham tarkib topa boshlaydi. Bunda shaxsning jamoadagi mavqeyi, jamoa shaxslari bilan muomala-muloqoti muhimdir. O'smirlikda o'zining «Men»i xususida ziddiyatli kechinmalar boshlanadi muloqot esa juda ahamiyatli va g'oyat tanlab o'tkaziladigan yosh davri hisoblanib inson shaxsi, shaxslararo muloqot to'g'risidagi axborot zarurdir. Muloqot ta'lim-tarbiya jarayonida, va boshqa turli vaziyatlarda rivojlanadi. Masalan, oilada, mahallada, jamoada, guruhda. Agar oilada kattalar bir-birlariga qo'pol munosabatda bo'lsalar, bola ham ularga taqlid qilib atrofdagilar bilan nizolarga borishi mumkin. Oilada, maktabgacha tarbiya muassasalari maktabda shaxslararo munosabatlar ilmiy asosda qurilib, muayyan qoidalarga suyanilsa va pedagogik odob doirasidan chetga chiqilmaca, yuqorida aytilgan ziddiyatlar yuzaga kelishi mumkin emas. Albatta, bu borada, ta'lim muassasasida faoliyat ko'rsatayotgan yoshlar ijtimoiy harakati ta'siri katta ahamiyatga ega. Chunki o'spirin yoshlar mustaqil hayot ostonasida bolib, ularning bu hayotga to'g'ri qadam qo'yishi jamiyatning faol fuqarosi bo'lishining muhim shartidir. O'smirlarni muloqotga o'rgatish uchun ularga psixologik, pedagogik adabiyotlarni o'qishni tavsiya qilish, muloqot jarayonida yoshlar faoliyatini kuzatish, fikrlash doirasini aniqlash va shu jarayonda psixologik o'yinlar, mashqlar, treninglardan foydalanish muhimdir.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Pfn. Sharafutdinova X.G'. Yosh Davrlar va differentsial psixologiya o'quv qo'llanma Termiz-2010
2. K. Hoshimov va boshqalar. Pedagogika tarixi G'G'O liy o'quv yurtlari va universitet talabalari uchun o'quv qo'll. — Toshkent, O'qituvchi, 1996, - 191-bet.
3. IBRAGIMOV X.I. YO`LDOSHEV U.A. BOBOMIRZAYEV X .PEDAGOGIK PSIXOLOGIYA o`quv qo`llanma *Muharrir* Ibrohim Karimov *Sahifalovchi* O. Rahmonov *Musahhih* H. Zokirova o`zbekiston faylasuflari milliy jamiyati nashriyoti, 100083, Toshkent, Buyuk Turon ko`chasi, 41.

СТРЕССНИ ЮЗАГА КЕЛТРУВЧИ ПСИХОФИЗОЛОГИК ОМИЛЛАР ВА УЛАРНИНГ НАМОЁН БЎЛИШ ФОРМАЛАРИ

Холикова Шахло Араловна

ТерДУ Магистратура булими психология йуналиши 1-боскич магистранти

Аннотация. Ушбу мақолада ҳозирги замон кишисининг кундалик ҳаётида стресс ҳолатини юзага келтрувчи психологик ва физиологик омиллар ва уларнинг намоён бўлиш формалари ҳақида сўз боради.

Калит сўзлар. Стресс, физиологик ва психологик стресс, эмоция, зўриқиш, реакция, омил, ҳиссий кўзғалиш.

Бугунги кунимизда стресс нима эканлигини билмайдиган одамнинг ўзи йўқ. Ҳаёт мураккаб, унда ҳамма жараёнлар ҳам бир текисда кетмайди, шундай стресслар келиб чиқадики, уларнинг ҳаддан зиёд ортиб кетиши саломатликнинг бузилиши, рухий мутаносибликнинг издан чиқишига олиб келади. Мазкур термин биринчи бўлиб канадалик физиолог Ганс Селье (1907-1982) томонидан киритилган. Ганс Сельенинг фикрича стресс бу ҳаёт, инсон сувсиз, ҳавосиз, овқатсиз яшай олмаганидек, стресссиз ҳам яшай олмайди. Лекин стресс тўпланиши ва шундай кучга эга бўлиши мумкинки, натижада одам у билан курашишга қодир бўлмай қолади ва касалликка чалинади. Кучли эмоционал стресс организмнинг касалликларга берилувчанлигини ошириши мумкин. Стресс билан «хавотирлик», «зўриқиш» каби бошқа бир қанча тушунчалар ҳам боғлиқдир. Ч.Спилбергернинг таъкидлашича, индивид ўзига нисбатан хавф, таҳдид, зарар келтирувчи муайян вазият ёки кўзғатувчиларни идрок қилганида, унда хавотирлик ҳисси пайдо бўлади.

Хавотирлик ҳолати вақт ўтиши билан стресс босқичига ўтиши мумкин.

Стресс сабаблари организмнинг биологик бутунлиги ҳамда инсондаги психологик ҳолатга ҳам таҳдид солади. Ана шу асосда олимлар стресс ҳолатларини юзага келтирувчи омилларни 2 гуруҳга тафовутлайди.

1- физиологик

2- психологик

Физиологик стрессни физиологик таъсирлар - турли хилдаги тўсиқлар, шунингдек, кучли овозлар, кучли ёруғлик, ҳавонинг юқори ҳарорати, вибрациялар ва ҳ.к. келтириб чиқаради. Психологик стресс вазиятнинг фавқулоддалиги инсоннинг юзага келган вазиятга муносабати ва унинг мураккабликни баҳолаши билан белгиланади. Вазифанинг кутилмаганда ўзгартирилиши, зарур тайёргарликнинг йўқлиги, вақт тифизлиги, ишнинг юқори аҳамиятга эга эканлиги, шунингдек топширилган вазифа учун шахсий масъулият - психологик стрессга олиб келувчи типик вазиятлар ҳисобланади. Психологик стресс ресурс қисмининг (хулқ- атвор фаоллиги, соматик ва психик имкониятлар, шахслик характеристикалари, вегетатив ва алмашинув жараёнлари) реал ёки ҳаёлан йўқотилишида ёки кетказилган ресурсни қайта тиклаш тўхтаб қолганда ривожланади.

Шунингдек, психологик стресс: ахборот ва эмоционал стрессга тафовутланади. Ахборот стресси ахборот юкламалари ортиб кетган вазиятларда, инсон ўзи қабул қиладиган қарорлар оқибати учун жуда катта масъулиятли бўлганида, керакли алгоритмни тополмайди, талаб қилинган маромда тўғри қарорлар қабул қилишга улгурмайди. Информацион стрессга бошқарувнинг техник тизимлари операторлари иши мисол бўла олади.

Эмоционал стресс инсоннинг жисмоний хавфсизлигига таҳдид уйғонганда (урушлар, жиноят, авария, фалокат, оғир касалликлар,, унинг иқтисодий муваффақияти, ижтимоий мавқеи, шахслараро муносабатлари хавф остида қолганида (ишини йўқотиш, пулсиз қолиш, оилавий муаммолар, касалликлар ва ҳ.к.) юзага келади. Эмоционал стресснинг ривожланиш вақтида гормонал, метоболик, иерархик ўтишлар чуқур ўрганилган. Лекин стресс-омиллар физиологик реакциясининг динамикаси асосида баҳо беришга бағишланган тадқиқотлар етишмайди.

Стрессга муносабатнинг ташқи кўринишдан турлича, лекин якуний натижага бўлган муносабат жиҳатидан ўхшашлигига қараб 2 тури ажратилади: улардан биринчиси тормоз реакцияси - ҳаракат фаоллигининг сустлашуви, янги ахборотни идрок қилиб ва эсда олиб қолишнинг қийинлиги, ҳаттоки оддий ҳаракатларни ҳам бажаришга қодир бўлмасликда намоён бўлади. Бунда асосий эмоциялар сифатида кўрқув, ёрдамга муҳтожлик, апатия кузатилади.

Ташқи кўринишдан қарама-қарши бўлган реакция импульсив реакция номини олган. Бундай реакцияда ташқаридан инсон максимум даражадаги фаолликни намоён этади, доимий ҳаракатда бўлади, шошқалоқ, кўп гапиради, бир вақтнинг ўзида бир нечта ҳар хил ишларни бажаришга киришади, бироқ уларнинг бирортасини ҳам охирига етказмайди. Фикрлаш тез ва кўпинча майда нарсаларда қотиб қолади. Кайфияти ниҳоятда ўзгарувчан бўлиб, кўзгалувчанлик агрессия билан ўрин алмашиб туради.

Турли одамлар учун қийин вазиятда хулқ-атвор типининг турли кўринишлари хосдир. Баъзи инсонларда тормоз реакцияси устунлик қилса, бошқа одамларда импульсив реакция етакчилик қилади.

Лекин шуни унутмаслигимиз керакки, стресс бу оддий асабий зўриқиш эмас. Кўпгина олимлар биологик стрессни асабий зўриқиш билан ёки кучли эмоционал кўзгалувчанлик билан бир ҳолат деб қарайдилар.

Стресс — аффектни эслатади. У ҳам аффектга ўхшаб қийин ҳаётий шароитларда, хавфли вазиятларда, қайсики жуда тез, кутилмаганда содир бўладиган ва зудлик билан уни бартараф этиш зарур бўлган ҳолларда. Стресс ҳолатида инсон хатти-ҳаракатлари чигаллашади, тартибсиз ҳаракатлар қила бошлайди, нутқ бузилади. Қабул қилиш, фикрлаш ва эслаш қобилиятида хатоликлар кузатилади. Вазият мос келмайдиган ноадекват эмоциялар намоён бўлади. Эмоционал зўриқишда кўз олмаларини чап томонга ҳаракати тезлашади. Бу ўнг ярим шар активлашганини кўрсатади. Чап ярим шарларнинг фаолияти кўпроқ низоли вазиятларда, конкрет масалани ечимини топиш керак бўлганда ортади. Чап ярим шар кўпроқ ижобий эмоциялар билан боғлиқ, ўнг ярим шар эса салбий эмоциялар билан боғлиқ.

Чет эл олимлари стрессни 3 та формага ажратадилар:

1-ижтимоий

2-руҳий

3-жисмоний.

1) Ижтимоий стресс турли хил ижтимоий конфликтлар ва инқирозлар натижасида инсонда доимий зўриқиш ва ўз-ўзига ишонмасликни ортиши натижасида келиб чиқади.

2) Руҳий стресс — кундалик турмушда ниҳоятда информация кўплиги, инсон ҳаёти учун масъулликни ортиши катта шаҳарларда яшаш шароитининг қийинлиги руҳий зўриқишга олиб келади.

3) Жисмоний стресс — касалликка, кўрқувга ва оғриққа жавоб реакцияси сифатида пайдо бўлади. Кўпгина олимлар, стрессни унга яқин бўлган ҳолатлардан фарқлаш керак деб ҳисоблайдилар. Бу ҳолатларнинг барчаси ёқимсиз вазиятларга жавоб реакцияси сифатида пайдо бўлади. Мазкур ҳолатларга безовталаниш, фрустрация, дискомфорт киритилади.

1) Безовталаниш - ички мувозанатнинг бузилишидан келиб чиқадиган руҳий ҳолат.

2) Фрустрация - ички зўриқишдан, асаб тизими кўзгалувчанлигининг ошишидан келиб чиқадиган руҳий ҳолат.

3) Дискомфорт - жисмоний ва руҳий фаолият ўртасидаги мувозанатнинг бузилишидан келиб чиқадиган руҳий ҳолат. Бу кўпинча инсон яшаши учун ноқулай бўлган шароитларда юзага келади. Масалан, вазнсизлик, сенсор "очлик", зўриқиш.

Стресснинг физиологик, психологик, шахсий ҳамда тиббий белгилари мавжуд бўлиб, уларнинг исталган тури доимо ҳиссий кўзғалиш билан биргаликда кечади. Стресс ҳолатининг белгиларини мутахассислар қуйидагича ажратилган:

физиологик белгилар: юрак уриши ва нафас олишнинг тезлашиши, юз терисининг қизариши ёки оқариши, терлаш, қон таркибида адреналин миқдорининг кўпайиши;

психологик белгилар: психологик функциялар динамикасининг ўзгариши, тафаккурнинг секинлашуви, диққатнинг бўлинувчанлиги, хотиранинг пасайиши, қарор қабул қилиш жараёнининг сустлашуви;

шахсий белгилар: ироданинг бутунлай йўқолиши, ўзини ўзи назорат қилишнинг пасайиши, хулқ-атвордаги стереотиплик ва сустлик, кўрқув, хавотирлик, сабабсиз безовталиқ, ижодкорлик қобилиятининг йўқолиши;

тиббий белгилар: неврознинг ортиши, ҳушдан кетиш, аффектлар, бош оғриғи, уйқусизлик.

Айрим олимлар эса стрессни таснифлашнинг бошқачароқ усулини яратганлар. Улардан энг машҳури М.Фридманга тегишли бўлиб, у шахсларни икки:

А ҳамда **Б** гуруҳларга ажратишни таклиф қилади. Бу гуруҳларга мансуб кишилар бир-бирларидан стрессга муносабатлари, стресс вақтида ўзини назорат қила олиш қобилиятлари ва хулқ-атворларига кўра фарқланадилар.

А гуруҳига кирувчи шахслар арзимас сабаблар билан ҳам аччиқланадилар, арзимаган вазиятга ҳам фаол жавоб қайтарадилар. Улар, кўпинча, асабий ҳолатда

юрадилар, муаммонинг қийинлик даражасини ошириб кўрсатадилар, иложи борича, кўпроқ ишни кам вақт ичида бажаришга ҳаракат қиладилар, бесабр, доимий хавотирда юриб, камдан-кам ҳолларда хотиржам бўладилар.

Улар энгилишига қарамасдан, мақсадга эришишга интиладилар, жамоада доминантлик, тартиблилик ва рақобатни қўллабқувватлайдилар. Бундай шахсларнинг нутқи тез ва узиловчан, фаол жистлари билан ажралиб туради, улар тез юради ва тез овқатланадилар, низолашишга мойил бўладилар.

Б гуруҳига кирувчилар **А** гуруҳдагиларнинг аксидир. Улар барқарор, ҳаракатлари ҳисоб-китобли, ўйлаб иш қиладиган, «етти ўлчаб, бир кесадиган» кишилардир. Улар биринчиликка интилмайдилар, лекин ишлари ижобий натижа беришини билсалар, бошқарувни ўз қўлларига оладилар. **А** гуруҳидаги шахслардан бошқарувчилар, **Б** гуруҳдагилардан эса, уларга мослашувчи шахслар етишиб чиқади.

«Стресс» термини (инглизча stress сўзидан олинган бўлиб, босим, зўриқиш маъноларини англатади) физиология, психология, тиббиёт соҳаларида жуда кўп қўлланилади ва бу соҳаларда «стресс» термини одамнинг ташқи оламдаги турли фавқулудда вазиятларга жавоб қайтариши ҳолатини ифодалашда қўлланилади. Замонавий инсон ҳаёт фаолиятининг ўзига хос хусусиятларидан бири у томонидан вазифалар ва вазиятларни ҳал этишнинг турли-туманлиги ва мураккаблигидир. Энг юқори муваффақиятга эришишга йўналтирилган фаолият ҳар доим мазкур фаолиятга хос бўлган инқирозли вазиятларни енгиш зарурати билан боғлиқ бўлиши муқаррар. Тадқиқотларда кўрсатилганидек, спорт фаолиятидаги казусли вазиятлар ўз характери жиҳатидан кўпроқ ғалаба ва ютказиш, курашнинг бошланишини зўриқиш билан кутиш, ўзи ва бошқалар устидан доимий ғалаба қозониш, натижалардаги турғунлик, фаолиятдан кетиш, яъни фаолиятнинг алмашинуви типик ҳисобланган фаолият турларига яқинроқдир. Шу муносабат билан спорт фаолиятини казусли вазиятлар ва уларни енгиш муаммоларини кўриб чиқиш мумкин бўлган полигонга айлантирса ҳам бўлади (Р.Загайнов).

Г. Селье назариясида стресс физиологик, кимёвий ва органик омилларга нисбатан билдириладиган физиологик реакция сифатида қаралади. Назариянинг асосий мазмунидан келиб чиққан ҳолда, тўрт хил ҳолатни ажратиш кўрсатиш мумкин: Барча биологик организмлар ички баланс ҳолатини сақлашнинг туғма механизмларига эга. Ички мутаносибликни сақлаш гомеостазис жараёнини бошқаради.

Стрессорлар, яъни кучли ташқи таъсирлар ички мутаносибликнинг бузилишига олиб келади. Организм ёқимли ёки ёқимсизлигидан қатъи назар, физиологик кўзғалиш учун хос бўлмаган ҳар қандай стрессорни сезади ёки унга муносабат билдиради. Стресснинг ривожланиши ва унга мослашиш бир нечта босқичдан иборат. Бир босқичдан иккинчисига ўтиш организмнинг резистентлиги, стрессор таъсирининг интенсивлиги ва узоқ вақт таъсир этишига боғлиқ.

Организм стресснинг оғоҳлантирувчи имкони мавжуд бўлган чекланган мослашув захираларига эга, уларнинг тугаши ёки камайиб кетиши касаллик ва ўлимга олиб келади

Фойдаланилган адабиётлар

1. Валерий Синелников “Стрессдан эмланиш” Навруз”нашриёти Тошкент. 2018.
2. “Валеология асослари” Ўқув қўлланма “Муסיқа” нашриёти” Тошкент 2010.

JISMONIY MASHQLARNING O‘QUVCHI-YOSHLARNI SOG‘LOMLASHTIRISHDAGI AHAMIYATI

Matyaqubova Noila Paziljonovna
O‘zbekiston Davlat Jismoniy tarbiya va Sport universiteti
Kasb ta’limi-sport faoliyati yo’nalishi 4-bosqich talabasi

Annotatsiya: Ushbu maqola jismoniy mashqlarning o‘quvchi yoshlarni sog‘lomlashtirishdagi ahamiyati, sport to‘garaklarida sog‘lomlashtirish ishlarini olib borish, jismoniy tarbiya darslari va sport to‘garaklarini to‘g‘ri tashkil etish haqida.

Kalit so‘zlar: sport, mashg‘ulot, sog‘lomlashtirish, o‘quvchi, o‘qituvchi, to‘garak.

Mamlakatimizda yoshlar siyosati davlat dasturi va jismoniy madaniyat va sportni ommaviy rivojlantirishga oid qator hukumat qarorlari va mamlakatimiz Prezidentining farmonlari davlat ahamiyatiga molik muammo – o‘quvchi yoshlarimizni jismoniy rivojlanganligi va jismoniy tayyorgarligining garmonik shakllanishiga qaratilganligini shart qilib belgilangani ham shunda.

Maktab sporti, sinf, sinflar birinchiligi, maktab chempionatlari, maktabning an’anaviy spartakiadasi va ularga tayyorgarlik, “Umid nihollari” musobaqalarining maktabda o‘tkaziladigan birinchi bosqich va ikkinchi bosqich musobaqalari ishtirokchi o‘quvchilarning faoliyatini o‘zida mujassamlashtiradi. Ommaviy sport asosan o‘quvchilar organizmini sog‘lomlashtirish, yoki bo‘sh vaqtini foydali o‘tkazish, sport turlarining eng soddagina texnik elementlari, musobaqa qoidalari, shug‘ullanishdan o‘zlarining organizmlariga bo‘ladigan ijobiy ta’siri haqidagi boshlang‘ich bilimlarni, amaliy malakalarni egallashni maqsad qilib qo‘yadi. Boshqachasiga aytganda, o‘quvchilar sporti “Sport alifbosi” sifatida, kunlik, haftalik, kerak bo‘lsa oylik harakat faolligini ta’minlash uchun xizmat qiladi. Ommaviy sport o‘quvchilarni sport iqtidori sohibi ekanligini e’tiborga olmaslik xususiyati bilan maktab sportining mahoratini oshirish guruhidagilardan

farqlanadi. Ommaviy sport turlari bilan barcha o‘quvchilar shug‘ullanishi mumkin. Bu bilan o‘zining jismoniy madaniyatligining salohiyatini boyitadi.

Hozirgi kunda umumiy ta'lim maktabi o'quvchilari uchun shug'ullanish tavsiya qilingan sport turlariga aniqlik kiritilgan. Ular mamlakatimizda an'anaviy tarzda har 2-3 yilda o'tkazilayotgan "Umid nihollari" musobaqalari dasturidagi sport turlari bo'lib, har bir o'quvchi bu musobaqalarda yiliga kamida ikki marotaba ishtirok etishi shart qilib belgilangan.

Maktabda "Alpomish" va "Barchinoy" salomatlik testi talablari va normalarini topshirishga tayyorlanish mashg'ulotlari, ularning talab normalarini topshirish musobaqalari ham ommaviy tarzda mashg'ulotlar sirasiga kiradi va bu musobaqalar ommaviy tarzda tashkillanishi lozim.

Sport seksiyasini tuzishda maktabdagi sharoit, uni tashkil etish va olib boorish uchun mutaxassis - o'qituvchilarning mavjudligi hisobga olinadi. Umumiy rahbarlik albatta maktab jismoniy tarbiya o'qituvchilari tomonidan tashkil etilgan sport seksiyasining boshqaruv organi "Sport seksiyasi byurosi" zimmasiga yuklatiladi. Zarur bo'lsa, jamoatchilik asosida o'quvchilar bilan shug'ullanishga qodir jamoatchi trenerlar, ota-onalar maktabning sport seksiyalari mashg'ulotlarini o'tkazish uchun jalb qilinishi hozirgi kun jismoniy tarbiya amaliyotidan ma'lum. Yuqoridagilardan tashqari "Bolalar va o'smirlar sport maktablari"ning murabbiylari va ularda tarbiyalanuvchilar ham maktab sport seksiyasi faoliyatida ishtirok etishlari uchun zarur imkoniyatlar yaratilgan. Xalq Ta'limi Vazirligining 2011-yil 27-sentabrdagi "Umumiy o'rta ta'lim maktablari jismoniy tarbiya fani o'qituvchilarining ish yuklamasini belgilash va taqsimlash to'g'risida"gi 220-sonli buyrug'ining qabul qilinishi sport bilan shug'ullanuvchi o'quvchilarimiz sonini tobora ortishiga sabab bo'lmoqda. Mazkur buyruqda, umumiy o'rta ta'lim maktablari jismoniy tarbiya fan o'qituvchilari darsdan so'ng ish yuklamalari hisobidan bepul sport to'garak mashg'ulotlarini olib borishlari belgilab qo'yilgan. Jumladan, umumiy o'rta ta'lim maktabida faoliyat olib borishi kerak bo'lgan sport to'garaklar soni va mashg'ulotlar vaqti o'qituvchilarning dars soatlaridan kelib chiqqan holda belgilanadi. Umumiy o'rta ta'lim maktab jismoniy tarbiya o'qituvchilari va to'garak murabbiylari faoliyat olib borayotgan maktablarida sport to'garaklarini tashkil etishlarida ushbu tavsiyalardan amaliyotda foydalanishlari tavsiya etiladi. Shu bilan birga o'z mahalliy sharoitlaridan kelib chiqqan holda, sport to'garaklarini rejalashtirishlari maqsadga muvofiqdir.

Jismoniy tarbiyaga asoslangan sog'lomlashtiruvchi sport to'garagi mashg'ulotlari pedagogik jarayonning ajralmas tarkibiy qismidir. U o'quvchilarni jismonan to'g'ri rivojlantirishga, sog'ligini mustahkamlashga, jismoniy mashqlarni mustaqil bajarishga yordam beradi. Umumta'lim maktablarida darsdan tashqari sport to'garak mashg'ulotlarini tashkil etilishi o'quvchilarning bilim, ko'nikma va malakalarini mustahkamlashda, dunyo qarashini shakllantirishda va ularning ijobiy qobiliyatlarini o'stiradi, hamda badiiy estetik didini oshirishda muhim omil bo'lib xizmat qiladi.

Sog'lomlashtiruvchi jismoniy tarbiyaning asosiy vositalari - bu sog'lomlashtirish mashqlari va tabiiy omillardir. Jismoniy mashg'ulotlar organizmning tashqi muhitidagi salbiy omillar ta'siriga chidamliligini oshiradi, moddalar almashinuvini qon aylanishini yaxshilaydi, qayta tiklash jarayonlarini faollashtiradi va asab tizimini mustahkamlaydi.

Jismoniy sog'lomlashtirish mashqlari ta'siri samaradorligini oshirish maqsadida turli kasalliklarning oldini oluvchi no'anaviy vositalardan foydalanish tavsiya etiladi

(Masalan: yurish, sog'lomlashtiruvchi yugurish, umurtqa pog'onasini sog'lomlashtiruvchi mashqlar va h.k.). O'z vaqtida rejali va tartibli o'tkaziladigan sport mashg'ulotlar o'quvchilarning sport to'garak mashg'ulotlariga bo'lgan qiziqish va havaslarini yanada oshiradi, "Sog'lom turmush" tasavvurini boyitishda muhim omil bo'lib xizmat qiladi.

Sport to'garaklarini guruhlar bo'yicha tashkillashtirishda o'quvchilarning yosh-fiziologik xususiyatlari va qiziqishlarini inobatga olish maqsadga muvofiqdir. Ommaviy jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini rivojlantirishning asosiy maqsadi salomatlikni mustahkamlashdir.

Respublikamizda jismoniy tarbiya mashg'ulotlariga kichik yoshdanoq barqaror, eng muhimi ongli qiziqishni uyg'otish bo'yicha bir qator usullar muaffaqiyat bilan tatbiq etib kelinmoqda. Kichik yoshdagi bolalar va o'quvchilar ochiq havoda jismoniy mashqarni bajarish, ularning jismoniy va aqliy kamolotga yetishiga yordam beruvchi muhim omildir. Jismoniy mashqlarning insonning ruhiy va jismoniy holatiga ta'sirini ham qayd etish muhim. Harakat faolligi hordiq chiqarish va bo'sh vaqtni o'tkazish vositasi sifatida insonda osoyishta va yoqimli kayfiyat uyg'otadi, inson atrofdagilardan, turmushdan qoniqish hissini tuyadi. Bunday ruhiy osoyishtalik jismoniy holatga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli yoshlarni bo'sh vaqtdan doimo unumli foydalanishga o'rgatish juda muhimdir. Jismoniy layoqatida nuqsoni bo'lgan o'quvchilarga katta harakat faolligini talab etadigan mashqlarni bajarishni qat'iy man etiladi. Bunday o'quvchilarga o'yinda ochkolarni hisoblash, hakamlik qilish, yugurish va estafeta o'tkazilayotgan vaqtda yuguruvchilarning almashish tartibini nazorat qilish vazifalarini yuklash mumkin. Jismoniy tarbiyaga yo'naltirilgan sog'lomlashtiruvchi to'garak mashg'ulotlari, asosan, o'quvchilarning faol dam olishiga mo'ljallangan bo'lib, maxsus jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarida bajariladigan harakatlarni o'rgatish vazifalariga kamroq e'tibor beriladi. O'quvchilarning kun tartibida jismoniy tarbiya mashg'ulotlarining ta'sirini o'rganish shuni ko'rsatadiki, jismoniy faoliyatdan so'ng aqliy faoliyat ularning ish qobiliyatini oshiradi.

Adabiyotlar:

1. Maktabda jismoniy tarbiya. N.X.Soatov, F.F.Nadjimov. -T.: "Exstremum press" 2015-yil.
2. Yosh sportchilarning jismoniy qobiliyatlarini rivojlantirish. Gancharova O.V. - T.:2005-yil.
3. Valeologiya asoslari. Koshbaxtiyev I.A, Kerimov F.A, Axmatov M.S. - T.:O'Zdjti, 2005-yil.

МАКТАБ ВА ОИЛАЛАРДАГИ ИЖТИМОЙ-ПСИХОЛОГИК МУҲИТНИ СОВЛОМЛАШТИРИШ ЮЗАСИДАН ТАКЛИФ ВА ТАВСИЯЛАР

*Бабаева Дилафруз Рамозоновна
Юнусобод тумани 122-мактаб психологи*

Тарбия узлуксиз жараён бўлиб, инсон дунёга келишидан бошлаб, то умрининг охиригача давом этиб боради. Бу жараён давомида атроф-муҳитдаги

воқеа-ҳодисаларнинг шахсга салбий ёки ижобий акс таъсир этиши унинг инсоний фазилатлари қай даражада шаклланганлигини белгилайди. Бугунги куннингдолзарб муаммоларидан бири ёшлар тарбиясига масъулият билан ёндашиш, бўш вақтини мазмунли ташкил этиш, комил инсон сифатида шаклланишини таъминлашдан иборатдир.

Ҳозирги давр ривожланиш динамикаси, ижтимоий андозалардаги чуқур ва кескин ўзгаришлар нафақат катталар, балки болалар олдига ҳам юқори талабларни қўймоқда. Буларнинг барчаси оиладаги талабга жавоб бермайдиган тарбиявий таъсир, ошкора ва яширин қаровсизлик, қадриятларнинг бузилиши, болалар хулқида ноижтимоий, яъни жамиятга ёт бўлган ҳолатларнинг пайдо бўлиши каби руҳий жароҳат берувчи ижтимоий омилларнинг кучайишига олиб келади. Бунинг сабаблари эса оиладаги келишмовчиликлар, бола тарбиясига лоқайдлик, оиладаги носоғлом муҳит, бола фикрини тингламаслик, уни қўллаб-қувватламаслик ва бошқа шу каби ҳолатлар боланинг эмоционал-руҳий ҳолатига таъсир кўрсатади.

Мактабдаги иш тажрибаларимиз шунини кўрсатадики, ўқувчилардаги тарбияси қийинлик оиладаги ва таълим тизимидаги педагогик қаровсизлик натижасида юзага келади. Бу муаммони бир қанча ташқи сабабларга боғлаш мумкин, яъни, ҳозирги вақтда ахборот оқимининг юқорилиги (узлуксиз телевизор кўриш, компьютердаги ҳар хил ўйинлар эпизодларига тақлид қилиш, интернет тизимидаги норасмий сайтлар орқали ҳар хил номақбул ахборотларни ўзлаштириши) ёки катталарнинг эътиборидан четда бўлиши, оиладаги кризис ва ҳоказолар.

“Ҳар қайси миллатнинг ўзига хос маънавиятини шакллантириш ва юксалтиришда, ҳеч шубҳасиз, оиланинг ўрни ва таъсири бекиёсдир. Чунки инсоннинг энг соф ва покиза туйғулари, илк ҳаётий тушунча ва тасаввурлари биринчи галда оила бағрида шаклланади. Боланинг характери, табиати ва дунёқарашини белгилайдиган маънавий мезон ва қарашлар-яхшилик ва эзгулик, олижаноблик ва меҳр-оқибат, ор-номус ва андиша каби муқаддас тушунчаларнинг пойдевори оила шароитида қарор топиши табиийдир.

Мактаб оиладан кейинги энг муҳим ижтимоий муҳит ҳисобланиб, педагогик жамоанинг асосий вазифаларидан бири ўқувчилар ўртасидаги салбий ҳолатлар ва ноижтимоий хулқнинг олдини олишдан иборат.

Мактабда ота-оналарга хизмат кўрсатиш бўйича уларни қизиқтирган масалалар юзасидан маслаҳатлар бериш мақсадга мувофиқдир. Жумладан, оиладаги тарбияси қийин ўсмирларни тузатишда низоли вазиятларга оид ва бошқа кўпгина масалалар бўлиши мумкин. Бугунги кунда ота-она ва болалар ўртасидаги зиддият ва муаммоларнинг олдини олиш, бир-бирин тушуниш, оилада илиқлик яратиш энг долзарб вазифалардан бири ҳисобланади. Ёш даврининг ҳар бир босқичида ҳам ўтиш даври кечади. Айниқса, кўпчилик ўсмирларда бу даврдаги ўтиш жараёни жуда сезиларли даражада кўзга ташланади. Оддий одамларнинг қарашида ўтиш даври фақат ўсмирлик ёшидагина кузатилади, деган фикр илгари суриб келинган. Аслида эса, ҳар бир даврнинг ўтиш жараёни бўлади. Лекин бу жараён ҳар кимда ҳар хил ва турлича кўринишда бўлади. Шунингдек, ўсмирлик

даврида бу кўриниш юқори даражада бўлади. Бу ёшдаги болаларга турлича босим ўтказмасдан, уларнинг фикрлари, қарашлари инобатга олинган ҳолда ёндашишни талаб этади деб биламан.

Шунинг учун ўсмирларда кузатиладиган оғир ўтиш даври муаммоларининг олдини олиш ва уни бартараф этиш мақсадида мактаб психологлари ота-оналар йиғилишларида маърузалар, тренинг машғулотлари ва коррекцион машғулотлар билан иштирок этиши зарур. Тренинглари орқали ота-оналарнинг бола тарбиясида йўл қўётган хато ва камчиликларини кўрсатиш лозим. Шунингдек, ижтимоий психологик ҳимояга муҳтож ўқувчиларнинг ота-оналарига психологик маслаҳат ишларини ҳам ташкиллаштириш керак.

Ушбу нуқтаи-назардан келиб чиқиб, мактаб педагогик жамоасининг ҳамкорликдаги ишларни ташкиллаштиришларида қуйидагиларни тавсия этиш мумкин:

1. Ўқувчиларнинг ижтимоий малакасини, ижобий қизиқишларини ривожлантиришга ва бўш вақтларини мазмунли ташкил этишга ёрдамлашувчи тадбирларни ўтказиш.

2. Ҳуқуқбузарлик, дарс қолдириш, ўзлаштирмаслик муаммолари бўйича сўровномалар ўтказиш (ташхис қўйиш ва б.).

3. Мутахассисларни жалб қилган ҳолда ижтимоий, тиббий, психо-педагогик ёрдамга муҳтож болалар ва оилаларни аниқлаш.

4. Ота-оналар ва ўқувчилар ўртасида ҳуқуқий тартиб масалалари бўйича тушунтириш ишларини кучайтириш.

5. Мактабда оила ва маҳалла ҳамкорлигида ўсмирлар билан олиб бориладиган тарбиявий профилактика ишларини такомиллаштириш.

6. Фарзандининг ўқиши ва тарбиясида муаммолар бўлган оилаларга ёрдам бериш.

7. Боланинг давомати ва ўзлаштиришига салбий таъсир кўрсатаётган сабабларни бартараф этишга кўмаклашиш.

Мактаб психологлари билан бир қаторда маънавий-маърифий ишлар бўйича директор ўринбосарлари, синф раҳбарлари ижтимоий психологик муаммолари мавжуд бўлган болаларнинг оилавий аҳволини ўрганиши, мактаб билан ота-она ўртасида узвий алоқани ўрнатиши, ўқув фанлари ўқитувчилари билан алоқани мустаҳкамлаши, ўқувчининг дарсга қатнашини кузатиши, дарсдан ташқари фаолиятини назорат қилиши, турли сўровномалар, савол-жавоблар ўтказиш орқали тарбияси оғир болалар билан ишлаш дастури ва режаларини белгилаб олишлари лозим деб биламан.

Оилаларда психологик муҳитни яратиш учун ота-она ва фарзанд уртасидаги психологик муҳитни тугри ташкил этиш зарур. Бунинг учун аввало оилада ота-она узаро муносабатларини тугри йулга куйишлари зарур. Фарзандини тугри тушуна олиши усмир ёшдаги фарзандларини уларда кечадиган психологик жараёнларни аниқлаб, улар билан яқин муносабатда булишлари зарур. Ота-она фарзандини доим буш вақтини назорат килиб бориши, уларнинг кизиқишлари ички кечинмалари билан суҳбатлашиб боришлари лозим.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati

1. Yunusov A. O‘smir yoshlarda ijtimoiy deviantlik holatlarining sotsiologik xususiyatlari: Sotsiol. fanlari nomzodi dis. - T: O‘zMU, 2004 y.
2. Umarov B.M. Bolalar va o‘smirlar suitsidining yosh va ijtimoiy-psixologik xususiyatlari: Psixol. fanlari nomzodi dis. - T: TDPI, 1993 y.

ЁШЛАРНИНГ ДУНЁҚАРАШИ ВА ХУЛҚ-АТВОРИГА ТАЪСИР ЭТУВЧИ ИЖТИМОЙ-ПСИХОЛОГИК ОМИЛЛАР

*Зиётова Гулшода Нуралиевна
Сергели тумани 284-мактаб психологи*

Ўзбекистон Республикаси биринчи Президенти Ислон Каримовнинг “Фарзандларимиз, ёшларимиз бизнинг нафақат ишончимиз ва келажагимиз, ёшларимиз бугунги ва эртанги кунимизнинг ҳал қилувчи кучидир”, деб айтган сўзлари юртимизда ёшлар тарбиясига алоҳида эътибордан далолатдир.

Шахснинг ижтимоийлашуви жараёнида болалик даври муҳим ўрин эгаллайди. Чунки бу даврдаги боланинг ҳаёти тўлиқ катталар билан ҳамкорликдаги эмоционал муносабат билан боғлиқликда ўтади. Илк болалик даврида эса болалар ўз ҳатти-ҳаракатлари билан жуда фаол ва катталар билан мулоқотга киришишга интилувчанликлари кузатилади. Уларни предметларни ўрганиш орқали нутқи ривожланиб боради. Ушбу давр нутқнинг ривожланиши учун сензитив давр ҳисобланади. Идрок, тасаввур, хотира сингари психик жараёнлар ҳам бевосита иштирок этади. Шунингдек, тафаккурнинг ривожланиш куртаклари намоён бўлиши ҳам ижтимоийлашув жараёнининг асосий кўрсаткичларидан биридир. Катталар билан бўлган муомалада ўз “Мен” ини англай бошлайди, яъни 3 ёшдаги кризис: барча ҳаракатларини мустақил ҳал қилишга интилади. Айнан кризис даврида юзага келадиган хусусиятлар ирода, лаёқат ва бошқа хусусиятлари уни шахс бўлиб шаклланишига тайёрлайди.

Ёшларнинг дунёқараши ва хулқ-атвори таъсир этувчи ижтимоий-психологик омилларни бир нечтасини келтириб ўтишимиз мумкин. Бугунги кунда ҳаётимизни ахборот технологияларсиз тасаввур қилиш қийин. Чунки, ҳар бир кунимиз ахборот технологияларга зарурият туғдирмоқда. Дунёда бўлаётган ижтимоий-сиёсий жараёнлар, янгиликларни албатта биз интернет тармоғи ёки ОАВ орқали оламиз. Шу нуқтаи назардан олиб қараганда, интернет ва ахборот технологиялари бугунги куннинг муҳим омилларидан бирига айланди. Айтиш мумкинки ҳар қандай тарраққиёт махсулидан икки хил мақсадда эзгулик ва ёвузлик йўлида фойдаланиш мумкин. Бугун дунёнинг энг чеккасида содир бўлган воқеа бир сониядаёқ оламга ёйилади. Баъзан аслича, баъзан умуман тескариси. Ана шундай маълумотлардан келиб чиқадиган таҳдидлардан бизнинг ёшларимиз ҳам бебаҳра қолишмайди. Айниқса, бугунги ёшларнинг интернет тармоғида танлаган ёки адашиб қирадиган сайт ва порталлари мавжуд. Улар тарқатаётган

миллионлаб хабарлар ичида улар онгини захарлайдиган, одамни сеҳрлаб ўз домига тортадиганлар сони кўп. Сир эмаски, интернет тез ва арзон ахборот ёки маълумот олиш, етказиш ҳамда қайта ишлашда бекиёс манба саналади. Кундан кунга сафи кенгайиб, фойдаланувчилар сони ортаётган мазкур тизим дунё ҳамжамиятининг ахборотга бўлган эҳтиёжини қондирмоқда. “Узоқни яқин қиладиган” интернетнинг кўпроқ ёшлар кирадиган сайтларга жиддий эътибор қаратиш лозим деб ўйлаймиз. Сабаби соғлом турмуш тарзини шакллантириш, юксак маънавий, пок ахлоқ асосида йигит қизларни тарбиялаш вазифаси ана шуни тақозо этади. Ёшларнинг дунёқарашига ижобий ва салбий таъсир кўрсатаётган бугунги кундаги омиллар интернет тармоғлари ҳисобланади. Ўтказилган тадқиқотлар ҳам ёшлар орасида интернет орқали ахборот олувчиларнинг миқдори ошиб бораётганлигини кўрсатади. Бу эса ёшларнинг компьютер саводхонлиги юқори эканлигини кўрсатувчи омиллардан бири саналади. Таъкидлаш лозимки, афсуски ёшлар орасида шунчаки шов-шув учун ёки порно сайтлар хизматидан фойдаланишни истаган ёшлар ҳам мавжуд. Уларнинг аксарияти кўчалардаги интернет кафеларда ёки шахсий телефонларида вақт ўтказишади. Ёшларда ахборотни саралай олиш, яъни ахборот истеъмоли маданиятини юксак даражада шакллантириш зарур. Бунинг учун ёшларда миллий ғурур, ватанпарварлик, фидоийлик туйғуларини уйғотиш ўта муҳим. Ҳар тамонлама комил ва баркамол авлодни вояга етказиш, ёшларимизни миллий ва умуминсоний қадриятлар руҳида тарбиялаш масаласи давлат сиёсатининг устувор вазифаларидан биридир. Ёшларни тарбиясида ота-оналар билан бўладиган мулоқот ҳам катта аҳамиятга эга. Ота-оналарнинг назорати боланинг ёмон йўлларга кириб кетишининг олдини олувчи омиллардан бири эканлиги тажрибада исботланган. Сўровларда иштирок этган респондентларнинг аксарияти ота-оналари уларнинг ўқиши, интернет ва телевизор учун сарфлаётган вақтларини, назорат қилиб туришини таъкидлашган. Шу билан бирга ота-оналар орасида фарзандлари билан мулоқот давомида бирорта тарбиявий усулни қўлламайдиганлари ҳам учрайди. Шунингдек фарзандлар тарбияси билан шуғулланиш оналар зиммасидаги ишга айланиб улгурган. Ота-онангиз телекўрсатувларни кўришга сарфлаётган вақтингизни тартибга солишадими (назорат қилишадими)?-деган саволга респондентлар куйидагича жавоб берган. Респондентларнинг 46% ҳа доимий назорат қилишади, 40% ҳа баъзан назорат қилишади, 12 % респондент ҳар замонда, ўқиш билан боғлиқ муаммолар туғилганда деб жавоб беришган. 12% респондент эса ҳеч қачон мен мустақилман деб жавоб берган. Бундан кўриниб турибдики ота-онанинг фарзанд тарбиясидаги роли катта аҳамиятга эга. Аксарият оталар ҳафтада бир марта фарзандлари билан бир-икки марта мулоқот қилишлари мумкинлигини кўрсатган. Айрим ҳолларда респондентларнинг отаси хорижга ишга кетганлиги сабабли, уларнинг тарбияси тўлиғича оналар зиммасида қолган. Илмий тадқиқотлардан маълум бўлишича, болалар ва ўсмирлар хулқ-атворидаги салбий ўзгаришлар ижтимоий-психологик хусусиятлари ва уларнинг сабабларини ўрганмасдан туриб, уни фақатгина статистик жиҳатдан таҳлил қилиш билангина бундай ҳодисаларнинг ижтимоий-психологик хусусиятларини илмий жиҳатдан асослаб бўлмайди. Шунга кўра ёшларнинг тарбиядаги

нуқсонлар, дунёқараши ва хулқ-атвориға таъсир этувчи ижтимоий-психологик омиллари ҳамда сабабларини ҳар тамонлама ўрганиш заруряти келиб чиқади. Тарбиядаги нуқсонлар ўрганиш ушбу ходисанинг келиб чиқиш механизмлари ва шарт-шароитлари тўғрисида янада тўлароқ маълумот олиш имкониятини беради. Ёшларнинг дунёқараши ва хулқ-атвориға таъсир этувчи ижтимоий-психологик омилларни ўрганиш ёшларнинг дунёқарашига салбий таъсир этувчи омиллар энг аввало у юзага келган ижтимоий муҳит хусусиятларини ўрганиб чиқишни тақазо қилади. Чунки хулқ оғишини умумий кўринишда оладиган бўлсак, у бирор шахсга хос бўлган субъектив хулқ-атвор натижаси эмас, балки субъектив ва объектив жараёнлар, шарт-шароитлар, муносабатлар натижаси сифатида юзага келади. Шу нуқтаи назардан олиб қаралганда хати-ҳаракатларга таъсир масаласига ойдинлик киритиш зарур бўлади. Тадқиқотларга кўра, шахс хулқ-атворидаги бузилиш ижтимоий муҳитнинг ўзига хос таъсири кучли эканлигини кўрсатади. Ёшларнинг дунёқараши ва хулқ-атвориға таъсир этувчи ижтимоий-психологик омилларга алоҳида эътибор қаратиш ва ёшларнинг эртанги куни порлоқ бўлишини ҳозирдан бошламоқ зарур.

Адабиётлар рўйхати:

1. Акрамова Ф.А, Лутфуллаев Н.Х, Хайдарова Х.Р. “Педогогик психология”
1. Каримов И.А. “Баркамол авлод-Узбекистон тарақиётининг пойдевори” Тошкент.1997 й
2. Қаюмов Қ.Н. “Ёшлар тарбиясига таъсир этувчи омиллар” Тошкент 2020
3. Шоумаров Ғ.Б, Худайкулов Х. “Шахслараро муносабатларда меҳр ифодаланишининг ижтимоий-психологик жиҳатлари” Тошкент 2014.

YOSHLARNING DUNYOQARASHI VA XULQ – ATVORIGA TASIR ETUVCHI IJTIMOIIY- PSIXOLOGIK OMILLAR

Xoliqova Sitara Erkin qizi

TDPU “Pedagogika va psixologiya” yo’nalishi 2-bosqich talabasi

Annotatsiya: Ushbu maqola yoshlarning kommunikativ aloqasini shakllantirishda, ularning bilim jarayonlarini rivojlantirishda va dunyoqarashini shakllanishida kino va seriallarning yoshlarimiz ongiga tasiri haqida ma'lumot berilgan.

Аннотация: В данной статье представлена информация о влиянии фильмов и сериалов на сознание нашей молодежи на формирование коммуникативного общения молодых людей, развитие их познавательных процессов и формирование мировоззрения.

Annotation: This article provides information on the influence of films and TV series on the consciousness of our youth on the formation of communicative

communication of young people, the development of their cognitive processes and the formation of a worldview.

Kalit so'zlar: dunyoqarash, kommunikatsiya, ong, ijtimoiylashuv, 5 tashabbus, idrok.

Ключевые слова: мировоззрение, общение, сознание, социализация, 5 инициатив

Key words: worldview, communication, consciousness, socialization, 5 initiatives.

Dunyoqarash har bir kishining dunyoga nisbatan o'z qarashi, o'zi va o'zgalar, hayot va olam to'g'risidagi tasavvurlari, xulosalari bo'ladi. Ana shu tasavvurlar tushunchalar, qarash va xulosalar muayyan kishining boshqa odamlarga munosabati va kundalik faoliyatining mazmunini belgilaydi. Shu ma'noda, dunyoqarash - insonning tevarak atrofini qurshab turgan voqelik to'g'risidagi, olamning mohiyati, tuzilishi, o'zining undagi o'rni haqidagi qarashlar, tasavvurlar, bilimlar tizimidir. Dunyoqarash - olamni eng umumiy tarzda tasavvur qilish, idrok etish va bilishdir. Dunyoqarashning bir kishiga yoki alohida shaxsga xos shakli individual dunyoqarash deyiladi. Dunyoqarash ijtimoiy-tarixiy shakllarga ega. Har bir davrning, har bir avlodning, har bir ijtimoiy guruhning, har bir kishining o'ziga xos dunyoqarashi mavjud. Dunyoqarashning o'ziga xos xususiyati shundaki, unda mifologiya, din, falsafa, fan, siyosat, huquq, san'at va axloq va shu kabi ijtimoiy-ma'naviy hodisalar sintezlashgan holda in'ikos etadi. Dunyoqarash insonning dunyoni va o'zini ma'lum ma'noda anglashi, tushunishi, bilishi va baholash usuli bo'lishi jihatdan uning har qanday moddiy va ma'naviy faoliyatida o'z ifodasini topadi. Jamiyat taraqqiyoti bilan insonning amaliy va nazariy bilish faoliyati ham rivojlanib boradi. Dunyoqarash oddiy, kundalik ong holatidan tortib, dunyoni insonning o'ziga xos nisbatan murakkabroq va chuqurroq bilish va tushunishlariga oid mifologik, diniy va falsafiy dunyoqarashlarga tomon rivojlanib boradi

"Bizni hamisha o'ylantirib keladigan yana bir muhim masala – bu yoshlarimizning odob-axloqi, yurish-turishi, bir so'z bilan aytganda, dunyoqarashi bilan bog'liq. Bugun zamon shiddat bilan o'zgaryapti. Bu o'zgarishlarni hammadan ham ko'proq his etadigan kim – yoshlar. Mayli, yoshlar o'z davrining talablari bilan uyg'un bo'lsin. Lekin ayni paytda o'zligini ham unutmasin. Biz kimmiz, qanday ulug' zotlarning avlodimiz, degan da'vat ularning qalbida doimo aks-sado berib, o'zligiga sodiq qolishga undab tursin. Bunga nimaning hisobidan erishamiz? Tarbiya, tarbiya va faqat tarbiya hisobidan", deya ta'kidladi Prezidentimiz.

Biz yoshlar ertaning kelajagimiz... Bizga ishonch bilan boqayotgan qalblarning ishonchini yuksaltiraylik.

Mamlakatimiz aholisining 30 foizini 14 yoshdan 30 yoshgacha bo'lgan yigit-qizlar tashkil etadi. Ularning ta'lim olishi, kasb-hunar egallashi uchun keng sharoit yaratilgan. Shu bilan birga, yoshlarning bo'sh vaqtlarini mazmunli o'tkazishni tashkil etish dolzarb masala hisoblanadi. Yoshlar qanchalik ma'naviy barkamol bo'lsa, turli yot illatlarga qarshi immuniteti ham shunchalik kuchli bo'ladi.

Ma'lumki, davlatimiz rahbari ijtimoiy, ma'naviy-ma'rifiy sohalardagi ishlarni yangi tizim asosida yo'lga qo'yish bo'yicha 5 ta muhim tashabbusni ilgari surgan edi.

Birinchi tashabbus – yoshlarning musiqa, rassomlik, adabiyot, teatr va san'atning boshqa turlariga qiziqishlarini oshirishga, iste'dodini yuzaga chiqarishga xizmat qiladi.

Ikkinchi tashabbus – yoshlarni jismoniy chiniqtirish, sport sohasida qobiliyatini namoyon qilishlari uchun zarur sharoitlar yaratishga yo'naltirilgan.

Uchinchi tashabbus – aholi va yoshlar o'rtasida kompyuter texnologiyalari va internetdan samarali foydalanishni tashkil etishga qaratilgan.

To'rtinchi tashabbus – yoshlar ma'naviyatini yuksaltirish, ular o'rtasida kitobxonlikni keng targ'ib qilish bo'yicha tizimli ishlarni tashkil etishga yo'naltirilgan.

Beshinchi tashabbus – xotin-qizlarni ish bilan ta'minlash masalalarini nazarda tutadi.

Ana shu ezgu g'oya Prezidentimizning Sirdaryo viloyatiga tashrifi chog'ida boshlanib, qisqa vaqtda ulkan ishlar amalga oshirildi. Sirdaryo viloyatidagi tuman va shaharlar kutubxonalariga 300 ming nusxada badiiy adabiyotlar yetkazib berildi. Musiqa va san'at maktablari cholg'u asboblari, sport ob'ektlari jihozlar bilan ta'minlandi.

Ushbu g'oyaning asosiy maqsadi ham yoshlarimiz ongi, bilim saviyasini yanada yuksaltirish, ularning bo'sh vaqtini to'g'ri taqsimlashga qaratilgan.

Ong — psixik faoliyatning oliy shakli. U fakat insongagina xosdir. Ong bu shunday inson nimani ko'p ko'rsa ongida shakllanib boraveradi. Hozir kino va seriallarning inson dunyoqarashiga, umuman ongimizga qanday ta'siri bor deb o'ylashingiz mumkin..! Avvallari men ham kino va seriallar inson dunyo qarashini kengaytirishda asosiy vosita deb hisoblar edim ammo hozirda butkul fikrlarim o'zgargan. Chunki biz ma'lum bir film tomosha qilganimizda miyamiz tashqi dunyodan uzuladi va biz film ichida yashashni boshlaymiz. U yerdagi syujetlarni o'z hayotimizda bo'layotgandek his qilamiz... kinoda voqealar jarayoni juda tez ilgari suradi natijada o'z hayotimizdan norozichilik hissi uyg'onai.

Biz uchun qadrlil bo'lgan yuz marotabalab ko'rsak ham, so'zlari yod bo'lib ketgan bo'lsa ham yana yana ko'raveradigan kinofilmlarimiz juda ko'p. Masalan yoshligimda G'ofur G'ulomning "Shum bola" asari ostidagi kinofilmni juda kata qiziqish bilan ko'rar edim. Ushbu filmdagi aktyorlar maromiga yetkazib rollarini ijro etishgan. Men tinib-tinchimasligi bilan turli ko'rgiliklarga yo'liquvchi o'n yoshlar atrofidagi Qoravoy ya'ni Shum bolada faqatgina bolalarcha o'yinqarolik aks etgan deya fikrlar edim. Ammo asarni o'qigach umuman fikrlarim taasurotlarim o'zgardi. Asarda 1936- yillar holati qiyinchiliklar oddiy aholining turmush tarzi yaqqol aks etgan. Biz biron asar varaqlerkanmiz beixtiyor hayolot dunyomizga g'arq bo'lamiz... voqealar ketma-ketligi ko'z oldimizda gavdalanadi.

Hozirgi vaqtda oynai jahon orqali ko'plab serallarimiz namoyishi bo'lib o'tmoqda. Ammo ularning hammasi ham milliy mintalitetimizga to'g'ri kelarmikan..?

Men psixologiya yo'nalishini tanlaganim tufayli ko'plab yoshlarimiz bilan muloqotda bo'laman, ular bilan fikr almashaman. Afsuski ularning aksariyati sharq madaniyatiga moslashgan. Yigit va qiz o'rtasidagi munosabatlar biz uchun odatiy hol bo'lishga ulgurgan. Dunyoqarash mana bunday kino yoki seriallarni ko'rish ular ustida

bosh qotirish bilan shakllanmaydi aksincha ertangi kunini o'ylagan har bir yosh tariximiz bilan qiziqadi. Biz kimmiz kimning avlodlarimiz... qay tomon ketmoqdamiz farzandlarimiz uchun nima qoldirmoqdamiz fikr yuritaylik azizlar....

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Shavkat Mirziyoyev. “Buyuk kelajagimizni mard va olijanob xalqimiz bilan birga quramiz”
2. Nargiza Halilova. “Umumiy psixologiya”.

ЖАЛҒЫЗ ҲӘМ ЖЕТИМ ПЕРЗЕНТ ТӘРБИЯСИ

*Жиенбаева Бахытгүл Кеўнимжаевна
Қарақалпақстан Республикасы Қанлыкөл районы
19-санлы қәнигелестирилген мәмлекетлик улыўма
орта билим бериў мектебиниң әмелиятшы психологи*

Инсан баласының жалғыз яки жетим болыўы да Аллаҳ тааланың инаяты менен болады. Бул да Аллаҳ тааланың бенделерине жиберген бир сынағы. Тәрбия шаңарақта баланың аз яки көплигине байланыслы емес. Жалғыз перзентке де, көп перзентке де кеўилдегидей тәрбия бериў шәрт. Шаңарақта жалғыз перзент тәрбиясы оғыры қыйын болған даўамлы процесс. Жалғыз перзент көриўи «ата-ананың бала тәрбиялаўда исим жеңиллести» дегени емес. Кеписинше, көп балалы шаңарақларға қарағанда буның тәрбиясыбир неше есе аўырлаў болады. Турмысымызда жалғыз перзентти камалға келтирип, хүрметке ерисип отырған ата-аналар да жоқ емес. Бирақ, этирапымыздағы қалақлық көбинесе жалғыз перзентлер қатнасында болып атырғанлығы ашынарлы ҳалат. Бундай жағдайларға себепши ҳал көп ўақыт перзент көрмей жүрип перзентли болған ҳәм жалғыз перзент тәрбиясында ата-ананың жиберген кемшилиги. Себеби, ата-ана «жалғызым», «көзимниң бирден-бир куўанышы» деп ҳәдден зыят еркелетип, ҳәдден зыят тағамландырып, кийиндирип, барлық айтқанларын орынлап өсиреди. Бунда ата-ана өзлери билмеген ҳалда жалғыз перзентин тек ғана материаллық тәрәптен жоқары дәрежеде тәмийинлеп, мәнаўий тәрбияда артта қалып, саламат орталықты жоқ етип атырғанлығын сезбей де қалады. Бунда ҳәтте жеке әдеплерди тереңнен уқтырыўды да арқада қалып кетеди. Дүньяда ақ ренниң ақ екенлигин билдириў ушын да қара реңди жаратқан. Жалғыз перзентим деп аўзына ҳәмийше жумсақ нан тutyўы нәтийжесинде ол сол нанның қайдан, ата-ананың қандай мийнет пенен таўып атырғанлығын, кәсип-өнердиң қәдириң толық аңлай алмайды. Ҳәмийше айтқанларын қандай болыўына қарамастан ата-анасы орынлап ҳәм орынлатқан бала жәмийетте турпайылықтың тарқатыўшысына, мүнәсибетлердиң бузылыўының негизине айланады. Сондай-ақ жәмийетте орнын таба алмай сарсаң болып сергизданлыққа да түсиўи ҳеш гәп емес. Ата-анасының дүньясын таўысып болғаннан соң кәсип-кәри болмағанлықтан, жеңилдиң үсти менен жүргенлер уры-гәззап болыўы мүмкин. Себеби, ата-ана мәртебеси, дүнья-

малы перзент ушын өткинши нәрсе. Ал жаслығынан саламат, мәнаўий жетилескен орталықта улғайған бала кәсип-өнердиң қәдирина жетип, илимди ғәниймет билип пазыйлетлерди өзинде жәмлейди, турмыста нәтийжели, қайырлы қарарлар қабыл ете алады. Жәмийетте өз орнына ийе болады. Жәмийеттиң раўажланыўына үлес қосып, ата-анасына алғыс келтиреди. Тәрбияның жүги хәмме ушын бирдей. Жуўапкершилиги аўыр хәм уллы. «Жалғыз перзентим», деп хәдден зыят еркелетип, талтайтып, бар қәрежетин соған сарплап, «саламат тәрбия берип атырман», деп натуўры тәрбия бериўи нәтийжесинде ата-анасына ғарғыс келтиреди хәм ата-анасы «жалғызым-жалмаўызым» деп қайғыға батады. Және де сонны айтып өтейик, ата-анасы яки олардыдан бири қайтыс болыпкетсе, «баламнан қалған жалғыз туяқ», «қызымнан қалған жалғыз бала» деген пишинде баланың «кеўилин кемтик қылмайман», «басағажалтақ қылмайын» «жақсылап өсиремен», «өзим тәрбиялайман» деп керегинен артық еркелетип сақлаўы баланың саламат тәрбия алыўына кесирин тийгизеди. Хәр бир инсан тәрбияның қағыйдасын, қатаңлығын бир сәт болса да естен шығармаўы тийис.

Жас баланы қарамағына алыў дегенде оны зыянлы нәрселерден қорғаў, оны саламатлығы ушын керекли затлар менен тәмийинлеп бағыў, тәрбиялаў түсиниледи. Баланы қарамағына алыўда кеўил мүлкимиз таза болыўы, оғада әхмийетли. Баланы қарамағына ертеңги күни ер жеткенде өз мақсети, пайдасы ушын, яки оны бир мәрдикар етип пайдаланыў мақсетинде алыўхасла мүмкин емес. Жетим баланы қарамағына алыў ата-ана яки ағайын-туўғанларының ўазыйпасы. Баланы қарамағына алыўда анасынан кейин ҳақылы адам ананың анасы яки ананың аналары. Кейин әкениң анасы, баланың әжапасы, ананың әжапасы, әкениң әжапасы. «Аталы жетим хор жетим, анналы жетим зор жетим», деген халқамыздағы нақылдың тамыры усы болса керек. Нәрестени қарамағына алыўда ата менен ана таласып қалса, анаға бериледи. Баланы асырап алатуғын адам ақыллы, балағатқа жеткен, парасатлы тәрбиялы болыўы керек. Тилекке қарсы арамызда ата-анасы қайтыс болып кеткен ҳақайқый шын жетимлер менен бир қатарда «тири жетим»лер де аз емес. Оларды ата-анасы яки олардың бири белгили бир себеплер менен таслап кеттеди. Бирақ умытпаў керек, олар ақыретте перзентин таслап қойғаны, тәрбия бермегени, оған меҳир-муҳаббат көрсетпегени ушын жуўап береди. Жас бала жетим қалыўы менен тәрбиядан узақласыўы мүмкин. Соның ушын дәрхал мүнәсип шахс қарамағына алып, тәрбияны даўам еттириўи лазым. Себеби тәрбиядан узақласыўы менен оның тәрбиясы бузылып, айныўы мүмкин. Бул жәмийеттиң раўажланыўына тосық болыўы анық. Жетим бала хәмийше ата-ананың бирлигине, меҳирине ахыў-зар болады, тәрбия ошағын излейди. Соның ушын да оның өгейлигин билдирместен шын кеўилден меҳир берип, тәрбиялаўымыз керек. Мәмлекетимиздеде ел басшымыз жетим балалар тәрбиясына айрықша дыққат қаратып олардың қәлби қуяшлы үлкеде туўылғанын сездирип, «Меҳрибанлық үйи»лерине хәр тәрәплеме қолайлықлар жаратып, оны ата-ана баўырындай етип шөлкемлестирип хәм ата, хәм ана болмақта. Бул келешек әўлад тәрбиясында айрықша орын тутады.

Тилекке қарсы «тоқлыққа-шоқлық» етип, жаслардың өспиримлик дәўириниң психобиологиялық жетилисиўи нәтийжесинде пайда болған ашшы мийўеси жәмийеттиң дәммин алмақта. Бул жасларға ўақтында жынысыў тәрбиядан сабак берилмегенликтен, оның жуўапкершилигин сезинбегенликтен, хәдден зыят еркеликтен келип шықпақта.

Пайланған әдебиятлар:

1. И.Каримов. Юксак маънавият – енгилмас куч. Т., 2008. 171б.
2. А.Расулова. Мактаб оиладан бошланади. Т., 2013. 239 б.

ПСИХОЛОГИК КОНСИЛИУМЛАР ВА УЛАРНИ ЎТКАЗИШ ТАРТИБИ

*Исмоилова Умидахон Жалолдиновна
Фарғона вилояти Учкўприк тумани 2-ИДУМИ психологи*

Психологик профилактика иш усулларидан бири психологик - педагогик консилиумни ташкил этишдир. Психологик-педагогик консилиумлар ўқишда орқада қолиш сабабларини ёки хулқ- атвордаги камчилик натижаларини муҳокама қилишга йўналтирилган бўлади. Педагогик консилиумда психологнинг вазифаси ўқитувчиларнинг ўқувчи интеллектуал тараққиётини баҳолаш учун ҳар томонлама ёндашишига эришишдан иборат. Ўқувчилар ўзлаштиришини яхши йўлга қўйиш учун, тўлиқ ёзма тавсифномалар ёзишдан кўра, синф ўқитувчиларининг ўқувчилар ҳақидаги фикрларини жамоа бўлиб муҳокама қилиш, синфга ва ўқувчиларга индивидуал ёндашув чораларини ишлаб чиқиш яхши натижалар беради.

Психологик консилиумлар икки хил бўлади:

1. Ўтказилиши шарт бўлган психологик консилиумлар.
2. Эҳтиёж ва талаб асосида ўтказиладиган консилиумлар.

Консилиумлар моҳиятан педагогик ва психологик бўлиши мумкин, шунинг учун кўп жойларда педагогик-психологик консилиумлар дейилади. Улар ҳам профилактик, ҳам коррекцион характерга эга бўлиши мумкин.

Эҳтиёж, талаб ва таклиф асосида ўтказиладиган консилиумлардир:

Бу консилиумлар турли характерда бўлиши мумкин. Масалан: синф жамоасидаги психологик иқлим ёки муҳит, шахслараро муносабатлардаги низо, ўқувчиларнинг билиш фаолияти ёки ўқув фаолиятига оид муаммолар, шахс сифатлари, ўқитувчи ва ўқувчи ўртасидаги муносабат ва низоларни муҳокама қилади.

Консилиум буюртма қабул қилинган кундан бошлаб 10-15 кун давомида тайёрланади. Консилиумга тайёргарлик даври муаммонинг салмоғига қараб белгиланади. Тайёргарлик давомида психолог томонидан муаммони белгилаш тартиб ва усуллари ва муаммо ҳар томонлама ўрганилади ва консилиумни ўтказиш режаси тузилади, эксперт гуруҳ аъзолари белгиланиб, ҳар бир экспертга топшириқ берилади. Тайёргарлик босқичида маълумотлар тўпланиб, таҳлил

этилади ва консилиум куни аниқланади. Буюртма асосида ўтказиладиган консилиумда ўқувчи ва ота-онанинг иштирок этиши шарт эмас.

Ишга тайёргарлик кўриши

Биринчи навбатда қуйидаги саволларга жавоб бериб психолог мутахассис аниқ бир вазиятга нисбатан ўз муносабатини баҳолаши зарур:

А) Мен ўзимга ишонаманми?

Б) Мен ҳозир танглик вазияти билан ишлашга қодирманми?

В) Қандай йўл билан болани қўллаб-қувватлашим мумкин? Қандай қилиб уни ҳимоя қилишим мумкин?

Г) Бола ҳақида нималарни билишим зарур? Ундан яна қандай маълумотларни олишим зарур? Болага нима фойдали бўлиши мумкин?

Д) Бола учун у олган жароҳат ҳолатларини очиш қандай оқибатларга олиб келиши мумкин?

Е) Қандай қилиб бола билан суҳбатлашиш учун хотиржам ва тўла ишончли муҳитни яратишим мумкин?

Маслаҳатни синфда ёки расмий хонадан кўра ўйинлар ёки релаксацион хонада ўтказган яхши. Бу боладаги кескинликни йўқотишга, ўзини янада хавфсизроқ ва вазият назорат остида деб ҳис қилишига ёрдам беради. Таъсирчан болалар ёрқин кўрғазмали, кучли аудиал ва кинестетик рағбатларга осон чалғишларини эслатиб ўтиш зарур, шунинг учун суҳбат шароитини бола диққатини ҳеч нарса чалғитмайдиган қилиб ташкил этиш муҳимдир. Хонада телефон, соат, радио ва телевизор бўлмагани маъқул, маслаҳатчининг ўзи эътиборни тортмайдиган кийимда бўлиши керак. Олдиндан хонага кириш ва эшикни тақиллатиш мумкин эмаслиги ҳақида барчани огоҳлантириб қўйиш керак. Хонадаги мебель бола учун қулай бўлиши, мутахассис ҳамда бола ўртасида бирор-бир шартли тўсиқ қўйилиши (столча, тумбочка) ва уни бола ўз шахсий ҳимояси сифатида тушуниши лозим. Баъзида бола билан бевосита ерга ўтириб ишлаши мумкин (фақат ерга гилам тўшалган ёки юмшоқ ёстиклар бўлиши керак), бу эса у учун янада эркин муҳитни ҳосил қилади.

Ишни олиб бориш

Танглик ҳолатига тушиб қолган болага мутахассислар гуруҳи билан биргаликда ёрдам кўрсатиш муҳим (ижтимоий педагог, психолог, психоневролог, нейропсихолог, логопед). Бевосита бола билан ишлашга киришишдан аввал иложи борича бола ҳақида кўпроқ объектив батафсил ахборотларни тўплаши зарур.

Бола ҳақида объектив ахборотлар манбаи қуйидаги ҳужжатлар ҳисобланади:

1 Шахсий ҳужжатлар тўплами.

2 Тиббиёт ҳужжатлари асосида тўпланган ва тиббий кўрик натижалари.

3 Мутахассислар текширувлари ёки улар билан суҳбат баённомалари.

4 Боланинг педагогик характеристикаси.

Жароҳатлитангликни бошидан ўтказётган болага ёрдам кўрсатиши учун психолог қуйидагиларни билиши керак:

а) ўзининг лавозими вазифаларини ва бола манфаатларини ҳимоя қилиши учун зарур бўладиган ҳуқуқларини;

б) бола ҳуқуқларини ҳимоя қилиш тўғрисидаги Қонунларни;

в) психолог бола ҳуқуқларини ҳимоя қилиш учун муурожаат этиши мумкин бўлган бошқа ташкилотларнинг имкониятларини (тиббиёт, ижтимоий, ҳуқуқни ҳимоя қилиш, жамоат ташкилотлари).

Бундан ташқари қуйидагиларни бажаришни билиши зарур:

5. Турли танглик ҳолатида бўлган болалар/ўсмирларнинг ҳолатларига хос бўлган ташқи белгиларни кўра билишни.

6. Психологик ташҳис учун зарур методикаларни қўллашни.

7. Турли ёшдаги болалар билан алоқа ўрнатишни билиш, уларнинг қизиқишлари ҳақида тасаввурга эга бўлиш.

8. Ўзининг шахси билан ишлашни — ўзининг шахсий ва касбий имкониятларини таҳлил қилишни, бир мавзу билан ишлаганда ривожланиш йўналишларини кўра билиш.

Бола билан биринчи учрашувдан олдин у билан ишлаш режасини ўйлаб чиқиш муҳим ҳисобланади. Агарда бола ҳақидаги мавжуд маълумотлар асосида психолог қуйидаги саволларга жавоб бера олса яхши бўлади:

- Мазкур ҳолатда тангликнинг қайси тури кузатилмоқда?
 - Бола учун тангликнинг оқибатлари эмоционал, когнитив, хулқ-атворида қандай намоён бўлиши мумкин?
 - Боланинг интеллектуал ривожланиш даражаси қандай (меъёрида ёки меъёрдаги ортда қолган)?
 - Мазкур бола билан қандай муомалада бўлиш керак (алоқалар сифатлари — суръати, қоидаси, чегаралари, нималар ҳақида гапириш керак)?
 - Бола билан ишлашда қайси мавзуларни биринчи навбатдаги асосий мавзулар сифатида кўрсатиш мумкин (қўрқув, айрилиқдан ташвишланиш ва шу кабилар) ва кутилган натижалар қандай бўлиши мумкин (етарлича ўзини бошқариш, мослашиш ва шу кабилар)?
 - Қайси техника ва методикадан фойдаланишни режалаштирмоқдасиз?

ОСОБЕННОСТИ Я-КОНЦЕПЦИИ РУКОВОДИТЕЛЯ

Артикова Азиза Саттаровна

Психолог 301- школы

Проблемой изучения личностных характеристик, обуславливающих эффективность руководства занимались, такие исследователи как: М. Шоу, Г. Кунц, С. О'Доннел, Д. Макклелланд, Т. Ю. Базаров, А. В. Карпов, С. М. Морозов, Р. Л. Кричевский, А. М. Бандурка.

В отечественной психологии социально-психологический климат исследовали: В.В. Бойко, Н. В. Гришина, А. А. Ершов, А. Г. Ковалёв, В. С. Кузьмин, Г. Л. Моченов, М. Н. Ночевник, В. Н. Панферов, Б. Д. Парыгин, К. К. Платонов, С. К. Рощин, В. Ф. Рубахин, Г. П. Смолян, А. В. Филиппов и др.

В работах этих и ряда других авторов предложены и обоснованы оригинальные подходы и методы исследования роли руководителя в

формировании социально-психологического климата в трудовом коллективе с учетом новых взглядов, возникших вследствие становления новых экономических отношений.

Согласно Л. Р. Кричевскому [1; с. 9], руководство – это феномен, имеющий место в системе формальных отношений; роль руководителя заранее определена, оговорён круг функций реализующего её лица. Руководитель коллектива назначается извне, вышестоящим руководством, получает соответствующие властные полномочия, имеет право на применение санкций.

М. Шоу [1; с. 13] предлагает рассматривать личность руководителя с точки зрения трёх составляющих: биографические характеристики, способности, черты личности. Рассмотрим подробнее каждый компонент.

К биографическим характеристикам личности руководителя можно отнести его возраст, пол, социально-экономический статус и образование.

Возраст – это не только природная, но и в значительной степени социально-психологически детерминированная характеристика человека, это во многом его опыт. Анализируя данные об исследованиях взаимосвязи возраста и эффективности руководства, Р. Л. Кричевский приходит к выводу, что такой взаимосвязи не выявлено, приводя примеры как эффективных руководителей молодого возраста (21-25 лет), так и чрезвычайно зрелого возраста.

Общепризнанным является тот факт, что половая идентификация человека тесно связана с усвоением и реализацией им ролевых стандартов поведения, принятых в обществе, культивируемых в ближайшем окружении личности, например в семье. Традиционно руководитель – это мужчина, однако всё больше женщин реализуют себя в этой роли. Интерес к моделям женского руководства, в связи с этим, всё возрастает в современных социально-психологических исследованиях. Безусловно, выявлены некоторые различия в особенностях мужского и женского руководства, однако научно обоснованных данных о преимущественной эффективности того или иного пола в качестве руководителей нет.

Что же касается статуса и образования руководителя, то эти характеристики имеют высокие показатели позитивной корреляции с эффективностью руководства.

Следующий компонент личности руководителя – способности. М. Шоу разделяет способности на общие (интеллект) и специфические (знания, умения и т.д.).

По данным Е. Гизелли, Т. Коно [1; С. 24] отношение между интеллектом и эффективностью руководства носит криволинейный характер, как правило, наиболее эффективными оказываются руководители не с чрезмерно высокими или низкими показателями, а с промежуточными по степени выраженности оценками.

К специфическим способностям личности руководителя относят специальные умения, знания, компетентность, информированность.

Третья составляющая – черты личности руководителя представлена следующими личностными характеристиками (наиболее часто встречающиеся в исследованиях как обуславливающие эффективность руководства):

доминантность, как стремление влиять на подчинённых, при этом влияние руководителя, основывающееся на средствах как социального, формально-организационного, так и психологического характера, должно находить внутренний отклик у подчинённых;

уверенность в себе, дающая подчинённым основу для чувства стабильности, а другим руководителям – основу для делового сотрудничества;

эмоциональная уравновешенность, контроль своих эмоциональных проявлений, адекватность проявляемых эмоций;

стрессоустойчивость;

креативность, способность к творческому решению задач, что особенно важно для инновационной деятельности;

стремление к достижению, предполагает принятие на себя ответственности в решении проблемы, стремление к умеренному, предсказуемому риску, потребность в конкретной обратной связи;

Продолжая рассматривать психологический портрет эффективного руководителя, перейдём ко второй переменной – стилю руководства.

Стиль руководства – это относительно устойчивая система способов, методов и форм практической деятельности менеджера. Кроме того, под стилем управления понимают манеру и способ поведения менеджера в процессе подготовки и реализации управленческих решений. Другими словами, стиль руководства — это система постоянно применяемых методов руководства.

Таким образом, стиль и метод руководства существуют в определенном единстве. Стиль представляет собой форму реализации методов руководства, принятую данным руководителем в соответствии с его личными, субъективно-психологическими характеристиками. Метод управления является более подвижным и чувствительным к новым потребностям в сфере управленческих отношений, чем стиль руководства.

Стиль руководства – явление строго индивидуальное, так как он определяется специфическими характеристиками конкретной личности и отражает особенности работы с людьми и технологию принятия решения именно данной личности. [2]

Впервые вопрос о стилях руководства был рассмотрен К. Левиным, который выделил авторитарный, демократический и попустительский стили.

Таким образом, обобщая всё вышеизложенное, можно сделать вывод, что три важные переменные положены в основу психологического портрета руководителя: личность, стиль руководства, авторитет. Каждая из этих переменных, имея свои особенности, в значительной степени влияет на эффективность руководителя.

Литература:

1. Кричевский Р.Л. Если Вы – руководитель... Элементы психологии менеджмента в повседневной работе. М.: Дело, 1996. 384 с.

2. Кабушкин Н.И. Основы менеджмента: Учебник. Мн.: БГЭУ, 1996. 284с.
3. Бойко В. В., Ковалёв А. Г., Панфёров В. Н. Социально-психологический климат коллектива и личность. М.: Мысль, 1983. 207 с.
4. Гришина Н. В. Психология конфликта. СПб.: Питер, 2004. 464 с.
5. Ковалёв А. Г. Руководителю о работнике: практический аспект изучения личности. М.: Экономика, 1988. 92 с.

БОШЛАНҒИЧ СИНФ ЎҚУВЧИЛАРИНИНГ МАКТАБГА МОСЛАШУВИНИНГ ПСИХОЛОГИК ХУСУСИЯТЛАРИ

*Алиева Сауле Сафарбойевна
Навоий вилояти Конимех тумани 28-мактаб психологи*

Мактаб-бола ривожланишининг яхши тамонларини тизимли шакллантирадиган асосий маскан. Мактабдаги ҳаёт болаларнинг хулқ атворининг шаклланишида асосий омил ҳисобланади. Боланинг шахс сифатида ривожланишида, характерини тарбиялашда ва шакллантиришда асосий вазифаларнинг ҳар томонлама ривожланишини назорат қилишдир. Бундай пайтда болаларда ижобий фазилатларни уйғотиб, салбий одатларни йўқотиш вазифаси психологик ва медагогик ҳаракатларнинг самарадорлигига боғлиқ.

Бола мактабга келгандан сўнг ўқиш унинг асосий ҳаракати бўлиб қолади. Мактабда бола маълум бир вақтда қобилият ва мослашувчанликнинг маълум меъёрини ўзлаштиради ва уларни таҳлил қилишга ўрганади. Мактаб илк кунларидан бошлаб уларга интеллектуал ва жисмоний куч талаб қиладиган вазифалар топширади. Шу сабабли ҳозирги вақтда умумий ўрта таълим мактабларининг барчасида мактабга тайёргарлик марказларини очиш амалга оширилмоқда. Бошланғич мактабнинг асосий вазифаси, болани шахс сифатида шакллантириш, унинг қобилиятларини аниқлаш ва ривожлантириш бўлиб ҳисобланади. Ўқувчи характери билан биргаликда ўқитувчининг шахс сифатида қиёфаси, юриш-туриши болаларга катта таъсир қилиши маълум. Ўқитувчи боланинг вазмин, сабр-тоқатли бўлишига кўп эътибор қаратиши, уларга ҳар томонлама намуна бўлиши лозим. Улар орасида ўртоқлик, дўстлик ва одобиликка бағишлаб суҳбат, диспут ва баҳс-мунозаралар ташкил этиб, шогирдларининг ўз фикрларини эшитиб, таҳлил қилиб бориши мақсадга мувофиқдир. Болаларда доимо ижобий фазилатларни, тўғри характерни шакллантириш учун ушбу шартларни бажариш муҳимдир:

- Боланинг ўз қўлидан келадиган ишларга тўлиқ эркинлик бериш. Бошқаларнинг кучига, ёрдамига ишониб кетмасдан, ота-она ўз қўлидан келадиган ишдагина ёрдам кўрсатиб туриши керак.

- Болани ўз эркига қўйиш уни эпчилликка, ботирлиликка ўргатади, тартибга бўйсунтириш эса уни чидамли ва иродаликка ўргатади. Болаларни ўз эркига қўймаслик уларни кўрқоқ ва иродасиз этиб улғайтиради.

“**Мактаб**” деб номланган янги ижтимоий муҳитда болалар катталар томонидан айтиладиган кўплаб талаб –истакларини бажариши ва мактабнинг ички тартиб қоидаларига бўйсунуши,⁴⁵ дақиқалик синф, дарс тизимига мослашиши керак. Л.И.Божович кўрсатиб ўтгандек, мактабга доир болалик даврдан мактаб даврига ўтиш унинг ҳаётий тарзи бутунлай ўзгариши билан фарқланади. Ўқувчи ҳолати шахсий хусусиятларининг алоҳида йўналишини келтириб чиқаришини айтиб кетиш жоиз. Унинг учун ўқиш–билим оладиган оддий ҳаракат ёки ўзини келажакка тайёрлаш усулини эмас, боланинг онгли равишда сезадиган мустақил меҳнат вазифалари ва атрофдагиларнинг кундалик ҳаётига аралашуви бўлиб ҳисобланади.

Бошланғич синф ўқувчиларининг мактабга мослашиш хусусиятларига бағишланган тадқиқотларда Я.Л.Коломинский, Е.А.Панько, Г.М.Чуткина Л.А.Венгер, В.С.Мухина асарлари муҳим ўрин эгаллайди. Олти ёшли боланинг мактабга бориши унинг ҳаётида муҳим воқеа бўлиб ҳисобланади. Мактабга доир даврдан мактаб ёшига ўтиши боланинг ҳаракатида, бошқа одамлар билан муносабатидаги алоҳида ўзгаришларга боғлиқ. Кичик мактаб ёшидаги боланинг энг асосий ҳаракати ўқиш бўлиши сабабли, боланинг ҳаёт тарзи ўзгаради, янги вазифалар пайдо бўлади, боланинг атроф -муҳит билан муносабати янгидан шаклланади. М.М. Безруких, С.П.Ефимова боланинг мактабга мослашишини узок вақт оладиган жараён сифатида кўриб, унинг фикрича, боланинг ҳаёт тарзининг ўзгариши барчаси мактабга, мактаб ишларига бўйсунушади, дарсларга кўп вақт кетади. Бу жуда босимли жараёндир. Чунки мактаб дастлабки кунларданок ўзининг талабларини белгилайди. Боланинг мактабга мослашишида асосан уч томонлама қийинчилик таъсир этади:

Биринчиси: мактабнинг янги кун тартиби–эрта уйқудан туриш, тинч ўтириш, дарсини қолдирмаслик, ўз вақтида дарсларни тайёрлаш ва бошқа. Бундай кўникмалар болада олдин шаклланмаганликдан улар жуда тез чарчашади, дарслардан қолгиси келади, мазаси бўлмайди ва бошқа, купинча олти-ётти ёшдаги болаларда ўз одатлари шакллана бошлайди, шу сабабли айрим янги ходисаларга мослашиши қийин кечади. Энг асосиси ўқитувчи ва ота-она шундай вазиятларни тўғри баҳолашлари муҳим.

Иккинчиси: боланинг мактаб ўқитувчиси билан тенгдошлари ва оила аъзолари билан муносабати натижасида келиб чиққан ахлоқ-одоблари. Оддий меҳрибонликдан ўқитувчи ўзининг авторитар усули билан талабчанлик, қаътийлик, ахлоқ–одобда зарур ҳаракатлар бажарилишини талаб қилувчи бўлиб кўринади. У доимо боланинг ишини баҳолаб боради. Айрим ҳолатларда бола ўзини қул сифатида ҳам кўриб қолиши даражасигача боради. Натижада айрим болалар уятчан бўлишади, баъзилари уйда бошқа, мактабда бошқача хулқ–атвор кўрсатишади. Айрим ўқувчилар янги муҳитда ўзларини тўғри бошқара олмайди, бошқа болалар билан аралашиб кета олмаганликдан ўзини яқка хис қилади. Тажрибали ўқитувчи барча болаларга бирдек талаб қуяди, лекин ҳар бир болани алоҳида назорат қилади. Бола мактабга келгандан сунг унинг уйдаги ўрни ҳам ўзгаради. Унинг вазифалари ва ҳуқуқлари

янгидан бошланади. Масалан, унинг дарс тайёрлашига алоҳида ажратилган вақт зарур бўлганлиги сабабли катталар унинг кун тартибини ҳисобга олишади.

Учинчиси: биринчи синф ўқувчиларида ўқув йили ўртасига қараб билинади. Улар бошида мактабга тез югириб, вақтидан олдин борадиган бўлса, кейнроқ катталар таъсиридагина боради. Ўзларининг ҳар бир олган баҳосига қувониб, дарсларни қизиқувчанлик билан бажарса йил ўртасида пастлаб барибирликка алмашади. Ўқитувчилар бу пайтда ўқувчи билан ташқи ҳолатларга ҳам таъсир этадиган вазифалар беради.

Шу билан болада мактаб остонасига қадам ташлаган кундан бошлаб психологик қайта ривожланиш бошланади. Мактаб боланинг бошқа одамларга тегишли ўз ички позицияси “Мени” ва ўз хулқининг аҳамиятини англаш билан ортиши, катталарнинг ички оламига, уларнинг ҳаракатлари билан муносабатларига алоҳида қизиқувчанлиги билан тавсифланиши атоқли психологлар В.С.Мухина, А.В.Петровский, Д.Б.Эльконин, Л.А.Венгер, С.Г.Якобсон ўз асарларида кўрсатишган. М.Н.Костикова “Болаларни мактабга ўқишга психологик тайёргарлиги” тушинчасининг мазмунини тушинтириб, мактабга психологик тайёргарлигини аниқлаш мақсадида ўқиш муваффақияти ҳақида, уни таъминлайдиган илмий–тажриба чора-тадбирлар ва психологик тайёргарликнинг сифати хусусиятларини таҳлил қилиб кўрсатади. Мактабдаги ўқув–тарбия ишларини ташкил этувчи ва ижро этувчи ягона шахс бу ўқитувчи ҳисобланади. У тарбиянинг мақсадлари ва вазифаларини амалга оширади, ўқувчиларнинг ҳар томонлама ривожланишини шакллантиришга йўналтирилган, фаол ўқув таълимий, спорт-соғломлаштириш ва бадий–эстетик хизматларини ташкил этади. Болага билим нуруни берадиган асосий шахс–устоз. Чунки устоз олдида мустақил ватанзимнинг келажаги бўлган ёш авлодни тарбиялаш ва ўқитиш вазифаси юклатилган. Ўқитувчи хизмати мураккаб ва ҳар томонлама қизиқ. Ўқитувчилик хизматининг энг асосий вазифаси шогирдларни ўқитиш, тарбиялаш, уларни шахс сифатида ривожлантириш унинг вазифасига киради. Шу сабабли у ўқув-тарбия жараёнида асосий шахс бўлиб ҳисобланади. Мактаб ўқувчиларнинг жисмоний ва психологик ривожланиш хусусиятларини, ақлий ва одамгарчилик тарбияни, синфида ва оиладаги тарбиявий аҳволини билмай туриб, тўғри мақсад қўйиш орқали амалга ошириш, унга эришиш усулларини танлаш мумкин эмас. Шу билан ўқитувчининг хизмати ҳар тарафлама бўлиб ҳисобланади. Ўқитувчи меҳнати ўзининг мақсади, мазмуни ва жамиятда тутган ўрни билан энг ҳурматли касб саналади. Шу сабабли ўқитувчидан ҳар томонлама теран илмий билим, юқори педагогик маҳорат, ғоявий иродалилиқ, сиёсий, фаросатли хулқ-атвор талаб этилади. Бошланғич синф ўқувчиларининг мактаб ҳаётига мослашишига унинг шахсий хусусиятларини билиш, у билан олиб бориладиган ишларнинг усулларини танлай билиш катта аҳамият касб этади. Болада дастлаб билинмаган хусусиятлар иккинчи кун кўриниб қолади. Ўқувчининг мактабга мослашишига боғлиқ ўқитувчи билан ота-онанинг асосий эътиборига оладиган шартлари:

- Ўқувчининг тартибини дарс пайтида ва дарсдан бўш пайтлари да назорат қилиш;

- Ўқувчидан уни нималар қизиқтиришини ва ўзи ёқтирадиган дарслари ҳақида суҳбатлашиб туриш;
- Ўқувчи ҳақида дўстлари билан, ота-онаси билан суҳбатлашиш;
- Бола мактабга катта қизиқиш билан келади, энг асосий вазифа боладаги шу қизиқишини йўқотиб олмаслик;
- Болада вужудга келган қийнчиликларни дарҳол аниқлаб, тузатиш ишларини олиб бориш;
- Ўқувчиларни қаноатлантирадиган эмоционал ижобий ўзаро муносабат тизимларини (тенгдошлари, ўқитувчилари, ота-оналари билан) шакллантириш;
- Бошланғич синф ўқувчиларида ўтказиладиган ўқув-тарбия ишларини дифференциялаш;
- Сифатли бепул қўшимча билимларнинг болалар учун қўл етимли бўлиши таъминлаш (тўғараклар, секциялар).

Фойдаланилган адабиётлар

1. И.Ибрагимов-Педагогик психалогия.
2. Жантану атауларының тусиндирме сөздігі Алматы “Сөздік-словар” 2006.

XULQDAN OG‘ISHNI PSIXOLOGIK XUSUSIYATLAR VA ULARNI BARTARAF ETISH YO‘LLARI

Xolmirzayeva Feruza Xamidullayevna
Namangan viloyati Mingbuloq tumani 39-maktab psixologi

Hozirgi davrda o‘smirlarni tarbiyalashning o‘ziga xos xususiyatlari, imkoniyatlari, mexanizmlari mavjud. Shuni aloxida ta’kidlash kerakki, o‘smirlarni tarbiyalashda ularning xususiyatlarini to‘la hisobga olgan holda ta’limiy-tarbiyaviy tadbirlarni qo‘llash shaxslararo munosabatlarda anglashilmovchilikni bartaraf qiladi, iliq psixologik iqlimni yaratadi. Bugungi kunda o‘smirlar taqdiri masalasi g‘oyat muhim axamiyat kasb etmoqda. O‘smirlik muammosiga e’tiborni kuchaytirish zarurligining asosiy sabablari sifatida quyidagilarni ko‘rsatish mumkin:

1. Fan va texnika rivojlanishi natijasida madaniyat, san’at va adabiyot, ijtimoiy-iqtisodiy shart-sharoitlarning o‘zgarayotgani;
2. Ommaviy axborot ko‘lamining kengayishi tufayli o‘smirlar ongliligi darajasining ko‘tarilgani;
3. O‘g‘il va qizlarning dunyo voqealaridan xabardorligi;
4. Ularning jismoniy va aqliy kamolotining jadallashgani;
5. O‘smirlar bilan ishlashda g‘oyaviy-siyosiy, vatanparvarlik va baynalminal tarbiyaga alohida yondashishi zarurligi;
6. Oshkoralik, ijtimoiy adolat, demokratiya muammolarining ijtimoiy hayotga chuqur kirib borayotgani;

Respublika ta’lim tizimida o‘quvchilar uchun mustaqil bilim olish, ijodiy fikr yuritish, o‘zini-o‘zi boshqarish, anglash, baholash va nazorat qilishga keng imkoniyatlar

yaratilgan. O‘smirlik yoshida bolalikdan kattalik holatiga ko‘chish jarayoni sodir bo‘ladi. O‘smirda psixik jarayonlar keskin o‘zgarishi bilan aqliy faoliyatida ham burilishlar seziladi. Shuning uchun shaxslararo munosabatda, talaba bilan o‘qituvchining muloqotida, kattalar bilan o‘smirlarning muomilasida qat’iy o‘zgarishlar vujudga keladi. Bu o‘zgarishlar jarayonida qiyinchiliklar tug‘iladi. Bular avvalo ta’lim jarayonida ro‘y beradi: yangi axborot ma’lumotlarini bayon qilish shakli, uslubi va usullari o‘smirni qoniqtirmay qo‘yadi. O‘smirda shaxsiy nuqtai nazarning vujudga kelishi sababli u kattalarning qayg‘urishi, koyishiga qaramay, o‘zining fikrini o‘tkazishga xarakat qiladi. Serzardalik kundalik xatti-harakatining ajralmas qismiga aylanadi.

Ayrim pedagoglar kuyinib gapiradilar, ba’zi illatlarni tanqid qiladilar va ularning ijtimoiy-psixologik ildizini topishga intiladilar, lekin mazkur illatlarning oldini olish chora va tadbirlari tizimini ishlab chiqa olmaydilar. Vujudga kelgan ziddiyatlar va qarama-qarshiliklarni psixologik kamolotni ta’minlash, faoliyat turlarini murakkablashtirish orqali o‘smir shaxsida yangi psixologik fazilatlarni tarkib toptirish bilan asta-sekin yo‘qotish mumkin. Bu davr insonning kamoloti yuqoriroq bosqichga ko‘tarilishi bilan yakunlanadi. Kamol topish o‘smirdan umumlagshtirish, xukm va xulosalar chiqarish, mavhumlashtirish, ob’ektlar o‘rtasidagi ichki munosabatlarni o‘rnatish, muhim qonuniyat, xususiyat, mexanizm va tushunchalarni anglash, ixtiyoriy diqqat, barqaror qiziqish, ongli motiv va mantiqiy eslab qolishni talab qiladi. Bularning barchasi fanlarga doir bilimlar tizimini vujudga keltiradi, amaliy ko‘nikmalarni shakllantiradi, o‘zini-o‘zi nazorat qilish, baholash, anglash singari xususiyatlarni tarkib toptiradi. Maktab va faoliyatda keng imkoniyatlar bo‘lsa, o‘quvchi muayyan vazifa va topshiriqlarni bajara boshlaydi. Natijada o‘smirning ijtimoiy mavqei ortib, faoliyati takomillashib, psixikasi har tomonlama rivojlanib boradi.

"Tezkor yozuv" trening mashg‘uloti.

Mashg‘ulot tavsiya etiladigan holatlar: guruhiiy psixokorreksion faoliyatda hamda individual psixokorreksion faoliyatda qo‘llanilishi mumkin bo‘lib *emosional-hissiy sohadagi buzilishlarni, *qadriyatlar tizimida yuzaga kelgan buzilishlarni, *xarakter aksentuasiyasini psixokorreksiya qilishda, *shuningdek, motivasion sohani rivojlantirishda va psixologik resurslarni shakllantirishda, *shaxslar aro (guruhiiy, oilaviy, ota-ona va farzand) munosabatlaridagi buzilishlarni korreksiya qilishda. Bu mashg‘ulot ishtirokchilardan mas’uliyat va javobgarlik hissi bilan yondoshuv talab qilganligi uchun, trener bunga o‘smirlarni tayyorlashi hamda undan avval emosiyalarni qo‘zg‘atuvchi, kulgili mashqlar o‘tkazmagani ma’qul. Ishtirokchilarga quyidagi savollar beriladi va ularning har biriga 30 sekund davomida javob berish so‘raladi.

1. Hayotda erishmoqchi bo‘lgan 3 ta eng asosiy maqsadingizni yozing? (30 sekund vaqt beriladi yozishga).
2. Agar umringiz tugashiga 6 oy qolganligini bilsangiz nimalarni amalga oshirgan bo‘lar edingiz? (30 sekund vaqt beriladi yozishga).
3. Hayotda sizni qiynaydigan 3 ta muammoni yozing? (30 sekund vaqt beriladi yozishga).

Trener: hozir siz bilan birga "Tezkor yozuv" texnikasidan foydalandik. Uning o‘ziga xosligi shundaki, inson shoshilganida ong faoliyati jadallashadi hamda eng

kerakli ma'lumotlarni tabiiy tarzda yuzaga chiqaradi. Bunda insonning haqiqiy qadrli va muhim hayotiy maqsad hamda qadriyatlarini oydinlashadi. Diqqat: Bunda har bir savolning javobini trener o`smir bilan muhokama qilishi hamda kerakli joyda muntazam unga konstruktiv (bunyodkorona) yo`nalish berishi kerak.

1-savolning javobida keltirilgan maqsadlar insonning asl maqsadlaridir. Inson o`sha maqsadlarga ko`ra boshqa maqsadlarini qo`yishi maqul. Sababi bular insonning chin dildan istagan maqsadlaridir. Asl maqsadlar sari intilgan odam charchamaydi, kichik yutuqlar ham unga zavq bag`shlaydi... mamnun va baxtli qiladi. Muhimi o`zini o`zi aldashiga yo`l qo`ymaydi. Gohida inson asl maqsad va qadriyatlar tizimiga kirmaydigan muammolarni ko`p o`ylab, tashvishlanib yuradi. Shunday paytda inson muhim bo`lmagan narsalar bilan fikrini chalgitayotganini shu 30 soniyada yozgan maqsadlariga qiyosan anglab yetishi ham mumkin.

2-savolning javobida insonning asl qadriyatlarini namoyon bo`ladi. Inson har qanday holatda ham ushbu qadriyatlarini yodda tutishi kerak. Sababi asl qadriyatlar insonning to`laqonli hayotini ta'minlaydi, hissiy jihatdan barqaror qiladi, quvvat manbai bo`ladi. Muhimi o`zini o`zi aldashiga yo`l qo`ymaydi.

3-inson muammosiz yashamaydi, doim va hammadada muammo bo`lgan... insonning ishonchi, intilishlari, iroda kuchi bilan muammolarni bartaraf qiladi... bundanda avval inson shuni bilib olishi kerakki "muammo aslida muammo emas, muammoga bo`lgan munosabatning o`zi muammadir". har qanday amalga oshirmoqchi bo`lgan tadbiringizda eng muhim omil bu-pozisiya yoki munosabatdir. Munosabatning noto`g`riligidan noto`g`ri xulosalar va inson istamagan natijalar yuzaga keladi. Munosabat misli fonar(chiroq) u qizil bo`lsa u qaratilgan narsa ham qizil bo`lib ko`rinadi... shunday ekan inson o`z munosabati bilan butun dunyoni zulmatga yoki nurga to`ldirishi mumkin. Trener o`zining bildirgan fikrlariga ishtirokchilardan qayta aloqa so`rashi va ularning munosabatlarini bilishi hamda ular bilan birga tahlil qilishi kerak. Agar, ularda biror-bir destruktiv fikr payqasa, uni konstruktiv talqin va tahlil qilish chorasini ko`rish joiz.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. A.Abdullayev-“Psixokorreksion trening mashg`ulotlari” (Xulqi og`ishgan o`quvchilar bilan psixologik korreksion-rivojlantiruvchi treninglar) Toshkent-2017.
2. <http://nond-nn.ru/psixo-correction-shkolnikov/>
3. <http://www.dissercat.com/content/sotsialno-pedagogicheskaya-adaptatsiya-detei-gruppy-riska>
4. <http://nsportal.ru/vuz/psixologicheskie-nauki/library/2013/03/27/programma-psixokorreksii-emotsionalnoy-sfery-detey>

ТАРБИЯСИ ҚИЙИН ГУРУХГА МАНСУБ АГРЕССИВ ХУЛҚЛИ БОЛАЛАР ВА УЛАРНИНГ ОТА-ОНАСИ БИЛАН ИШЛАШ МУАММОЛАРИ

Хайдарова Зилола Эшдавлатовна

Шахрисабз шаҳар Халқ таълими бўлими Боларани ижтимоий психологик қўллаб-қувватлаш маркази психологи

Тарбия узлуксиз жараён бўлиб, инсон дунёга келишидан бошлаб, то умрининг охиригача давом этиб боради. Бу жараён давомида атроф-муҳитдаги воқеа-ҳодисаларнинг шахсга салбий ёки ижобий ақс таъсир этиши унинг инсоний фазилатлари қай даражада шаклланганлагини белгилайди. Бугунги кунда таълим соҳаси олдида турган энг долзарб муаммолардан бири ҳам айнан, шу мақсадга қаратилган бўлиб, келажак авлодни комил шахс сифатида шаклланишини таъминлашдан иборатдир.

Афсуски, барча мамлакатларда бўлгани сингари бизнинг ўсиб келаётган ёшларимиз орасида ҳам тарбияси оғир ва ноқобил фарзандлар мавжуд бўлиб, уларнинг тарбиясига алоҳида эътибор ва ёндашувни талаб этади.

Маълумки, ёшларнинг маънавий-ахлоқий тарбияси билан оила, маҳалла, таълим муассасалари, оммавий ахборот воситалари, ҳуқуқни муҳофаза қилувчи ташкилотлар, илмий-педагогик кадрлар шуғулланадилар. Тарбия жараёнида барча иштирокчиларнинг баҳамжихатлиги таъминлансагина, у ўзининг ижобий натижаларини бериши мумкин.

Тарбияси оғир болалар билан ишлаш азалдан энг долзарб муаммолардан бири бўлиб келган.

Бу муаммонинг юзага келиш сабабларини чуқур таҳлил қилар эканмиз, энг аввало, туғилган боланинг уни дунёга келтирган шахсларнинг кимлиги, иккинчидан, у қандай ижтимоий муҳитда туғилиб вояга етиб, улғаётганлигига эътиборни қаратишимиз лозимдир.

Агар биз фарзандларимизни ҳар томонлама етук қилиб тарбияламоқчи бўлсак, яъни комил инсонни вояга етказишимиз учун уни, аввало ҳар томонлама ўрганишимиз лозим. Тарбияси қийин болаларнинг ҳатти-ҳаракатларини психологик таҳлил этиш ва уларга амалий жиҳатдан кўмак бериш, мазкур йўналишда ҳеч бўлмаганда содда ва бажарилиши осон бўлган амалий машғулотлар ўтказиш кўникма ва малакаларига эга бўлишимизни талаб этади.

Бу жуда мураккаб ишлардан бири ҳисобланади. Агрессив хулқли болаларнинг ота-оналари тез-тез болага нисбатан ёқимсиз ҳиссиётни бошдан кечирадидлар ва болага ёрдам бериш учун эмас, балки болани «ювошлантириш» учун психологик консультацияга мурожаат қиладилар. Улар боланинг тинчлантирилишини ва бола уларни хафа қилувчи ишларини тугатишини истайдилар.

Кўп ҳолларда агрессив хулқли боланинг ота-онаси тушкунликка тушган ва ҳаётдан норози одамлар бўлишади. Кўпинча собиқ агрессив хулқли болалар

ўзларининг психологик қийинчиликларини ўз болаларига ўтказадилар. Шу сабабли психолог биринчи навбатда боланинг ота-онаси билан психотерапевтик иш олиб бориши лозим. Психолог қуйидагиларга алоҳида эътибор қаратиши лозим.

Биринчидан, ота-онанинг қадр – қимматига негатив таъсир этишдан қочиш лозим (Сиз ўз болангизнинг шахси бузилиши ҳақида ҳеч нима билмайсиз, ҳозир мен сизга тушинтириб бераман). Ота-онанинг шахсиятига тегмаган ҳолда вазиятни аниқлаб олиш лозим. Ота-оналар баъзан ўзлари ҳаётида эришолмаган нарсаларига фарзандлари эришишини ҳохлайдилар ва ундан талаб қиладилар (Масалан, мен таниқли рассом, врач ёки бирор бошқа касб эгаси бўла олмадим, болам бўлиши керак).

Иккинчидан, ота-она болага бўлган установакани ўзгаритириши лозим. Улар агрессив хулқли болани ношукур деб ҳисоблашади. Ўзларининг жаҳли ва таъна маломатларига жавобан боланинг айбдорлик туйғусини ҳис қилишини, афсусланишини, кечирим сўраши ва уларни тинчлантиришини кутадилар. Бу юз бермаганидан улар аччиқланади ва болани «беъмани, бузилаган, ёмон» ҳисоблашади. Ота-онани болага ачинишга чақириш лозим ва кўрсатиб ўтиш керакки, ҳар доим агрессив бола биринчи навбатда бахтсиз бола. Ота-онага психолог ғазабнинг намоён бўлиш механизмларини ва яна агрессивликни эмоционал бузилиш сифатида кўрсатиб ўтиши лозим.

Учинчидан, ота-онага ўзларининг болалик хотираларини, ўша даврдаги агрессив қилмишларининг сабабларини эслатиш керак. Балки бу кўпгина шахсий комплексларни очиши мумкин. Бу ҳолатда уларга психик ёрдам кўрсатиш ва шахсиятини барқарорлаштириш керак бўлади. Болалар муаммоси ҳар доим оилавий муоммоларни кўтаради. Болани ўраб турган одамлар ёрдამисиз унинг ўзига алоҳида ёрдам кўрсатиш деярли мумкин эмас. Боланинг ўзини алоҳида ажратиб олиб ёрдам кўрсатилганда ҳам бу яхши самара бермайди, чунки оиладаги муаммолар агрессиянинг яна қайтарилишига сабаб бўлиши мумкин.

Тўртинчидан, бола туғулгунча ва чақалоқлигининг биринчи ойларида ота-онанинг унга бўлган муносабатини аниқлаб олиш лозим. Баъзан бола онанинг «мажбурий» ёки «тасодифий» хомиладорлиги асосида дунёга келган бўлиши мумкин. Бу ҳолатда ота-она қаттиқ бир қарорга келиши лозим. Агар бола уларнинг ҳохишисиз туғилган бўлса ҳам барибир ота-она унга ғамхўрлик қилишга бурчли. Мабодо ота-она унинг дунёга келишини хоҳлаган бўлсалар ҳам, аммо у «жаҳлдор, қулоқсиз, чидаб бўлмайдиган бўлиб қолганидан кейин унга бўлган муносабатини ўзгартирган бўлсалар, уларнинг шахсиятини ерга урмаган ҳолда шуни кўрсатиш керакки, бола ўзининг хулқи билан уларнинг ҳаракатларига жавоб беряпти холос.

Агрессив хулқни «ёмон» билан бир хил ҳисоблаш мумкин эмас. Оғир, хавфли вазият пайдо бўлганида агрессивлик ҳимоя, баъзида эса вазиятни бартараф этувчи функцияни бажаради. Агрессив хулқ айниқса болада ёшга хос бўлган ўтиш даврида кузатилади. Бу шундан далолат берадики, ёш даврлари кризиси пайтида боланинг яшаши қийинлашади, ҳар қандай мураккаб вазиятда бола қийинчиликни ҳис қилади ва шу сабабли агрессив хулқнинг элементларини

кузатиш мумкин. Бу нормадаги болага ҳам, агрессив хулқли болага ҳам бирдек тегишли. Аффектив бузилиш бўлганида агрессия одатий ҳодисага айланади, ҳатто хулқ-атворнинг бирдан бир шакли бўлиб қолади. Бироқ бунга қарамасдан, бола хулқида агрессивликнинг бор бўлиши улар билан ўзоро муносабатда қийинчилик туғдиради. Агрессив тенденцияларни тасодифий салбий ҳолат деб баҳолаб бўлмайди.

Шуни эсда тутиш керакки, аффектив тараққиёт жараёнида бола активлиги қонуний равишда ошиши мумкин. Одатда, катталар ёрдамида ўтказилган психокоррекциянинг бу зарурий босқичида бола ўзини қуршаган реаллик билан нисбатан адекват турдаги мулоқотни ўзлаштириши мумкин.

Бола агрессиясини коррекция қилишни унинг сабабини аниқлашдан бошлаш лозим. Агар агрессия эмоционал мотивацион сферанинг бузилиш сабабли бўлмаса коррекцион фаолиятни уни йўқотишга эмас, балки салбий оқибатларга олиб келувчи агрессив хулқни юмшатиш ва унинг намоён бўлишига йўл қўймасликка қаратиш лозим. Шу билан бирга катталарни унинг агрессив реакциясига адекват идрок қилишга тайёрлаш лозим.

Бошқа ҳолатда, яъни агрессия эмоционал мотивацион сферанинг бузилишини намоён бўлиши бўлса, психолог ёки тарбиячи ҳаракати боланинг мустақамланмаган агрессив ҳаракатига йўналтирилиши лозим.

Коррекцион методиканинг қўлланиши тўлиқлигича агрессив хулқнинг сабабига боғлиқ бўлади. Коррекция методи конкрет ҳодиса ва конкрет болани ҳисобга олган ҳолда танланади. Бу қуйида шарҳланган коррекция методларини диққат билан кўриб чиқишни тақозо этади.

1. Агрессияга мойилликни эътиборга олмай қўйиш, унга атрофдагиларнинг диққат қаратмаслиги.

2. Агрессив ҳаракатларни ўйин мазмунига киритиш ва унга янги эмоционал мазмун бериш. Бу орқали боланинг атрофдагиларга зарар етказмаган ҳолда агрессив мойиллигини чиқариб юбориш (масалан, қароқчи ва казаклар ўйинида агрессив хулқли болага қароқчи ролини бериш).

ЎСМИРЛАРДАГИ АГРЕССИВ ХУЛҚНИНГ ИЖТИМОЙ-ПСИХОЛОГИК ОМИЛЛАРИ

Авезова Лайло Сапармиратовна

Элликқалъа тумани 4-Давлат ихтисослаштирилган мактаб психологи

Баркамол авлод камолоти ғоясини турмушга тадбиқ этиш учун истиқлолнинг дастлабки кунлариданоқ миллий маънавият, миллий таълим ва тарбия муаммоларини ҳал қилишга жиддий эътибор берилмоқда. Маълумки, таълим-тарбия онгнинг маҳсули ва онгнинг даражаси бўлиши билан бирга, онгнинг ривожини ҳам белгилайдиган омилдир.

Ўсмирлик хулқ-атворидаги бузилишлар ва уларнинг ижтимоий мослаша олмаслик даражасининг динамик хусусиятга эгаллиги туфайли жуда долзарбдир. Бундай ўсмирларнинг умумқабул қилган ижтимоий ва маънавий, ахлоқий меъёрларини тан олмаслиги, таълим-тарбия билан шуғулланувчи оила, маҳалла ва жамият олдига муҳим вазифа юклайди.

Республикамиз раҳбарияти томонидан “Ёшларга оид сиёсат”ни қабул қилиниши ва унинг ҳаётга тадбири ўлароқ ёшларни қўллаб-қувватлаш, уларнинг келажагига алоҳида эътиборни берилиши ҳам бунинг исботидир. Шундай экан бизнинг келажагимиз ёш авлодни ҳам руҳан, ҳам маънавий, ахлоқий тарбиялаш бугунги куннинг энг долзарб масалаларидан бири бўлишига алоҳида эътибор беришимиз зарур.

Фарзандлар тарбиясида оила-мактаб-маҳалла ҳамкорлиги родини кучайтириш зарурати, айнан ўсиб келаётган ёшлар тарбиясига алоҳида эътиборнинг бири эканлигини англаб етамиз.

Шахс психологиясида инсон эгоист ёки альтурист камтарин ёки мақтанчоқ бўлиб туғилмаслиги кўрсатилган. Инсоннинг шахс сифатида шаклланиши жараёнида ижтимоий фойдали фаолият билан бирга ижтимоий зарарли иллатлар ҳам юзага келади.

Ўсмирлар катталарнинг нафақат эътиборига балки ишончига ҳам муҳтождир. Улар нафақат тенгқурлари орасида, балки катталар орасида ҳам муайян роль ўйнашни истайдилар. Катталар орасида ўсмир ижтимоий позициясининг ривожланишига тўсқинлик қилувчи ҳолатлар ортиб боради. Натижада катталар билан ўсмирлар орасида “маънавий тўсиқ” ортиб, натижада кўпгина ўсмирлар хулқида агрессивлик шаклланади.

Ўсмирлик даврига хос агрессив хулқ-атвори таҳлил қилишдан аввал, биз агрессия қандай хатти-ҳаракат эканлигини, инсонларда агрессивлик кўринишларини юзага келишнинг ўзига хослигини аниқлашимиз лозим.

Умуман “агрессив” атамаси босқинчилик, забт этувчи ҳаракатларни ифодалашда кенг тарқалган. Агрессия ва агрессивлик, кўпол кучга сиғиниш ифодаси сифатида, доим салбий баҳоналади. Асосан эса агрессия деганда, зарарли ҳаракат тушунилади.

Агрессивликка ғанимлик ҳолати яқин келади, ғанимлик йўналиши бўйича анча тор ҳолат бўлиб, доим маълум объектга эга. Кўпинча, ғанимлик ва агрессивлик қўшилган бўлади, лекин ўқувчилар кўпинча душман муносабатда бўлиб, ҳеч қандай агрессивлик намоён қилмасликлари мумкин. Баъзан, агрессивлик ҳам адоватсизликсиз бўлиши мумкин, бунда ўқувчиларда, ҳеч қандай душманлик хисси бўлмаса ҳам, озор етказишади.

Агрессивлик – ўсмирлик шахсининг жамиятдаги ўз ўрнидан қониқмаслиги боис, асосан катталарнинг уни тушунмаганлигига қарши норозилик сифатида шаклланиб, тегишли ҳаракатларда намоён бўлади.

Ижтимоий муҳитнинг асоси бўлган оила ўсмир хулқини шаклланишига катта таъсир ўтказади. Анъанавий тарзда тарбиянинг асосий институти оила ҳисобланади. Ўсмир оилада олган тарбиянинг кейин бир умрга сақлаб қолади. Оиланинг тарбия институти сифатида муҳимлиги шундаки, ўсмир унда ҳаётининг

кўп қисмини ўтказди ва шахсга таъсир этувчи муддати бўйича бирорта ҳам тарбия институтлари оилага тенг кела олмайди.

Бола тарбиясида оилани роли ҳақида Э.Фромм: “Оила – ўзига хос жамиятнинг “психологик воситачиси”, шунинг учун оилада адаптация жараёнида бола кейинчалик жамиятда адаптация ва турли ижтимоий муаммоларни ечиш асоси бўлиб қоладиган характерни шакллантиради”-деган эди.

Дарҳақиқат, бола оилада қайсидир характер хислатларини ўзида мужассамлаштириши билан ижтимоий муҳитда ҳам уни намоён қилади. Агрессиянинг оилада намоён бўлиш шакллари турлича. Бу бевосита ижтимоий ёки жинсий зўравонлик, совуққонлик, салбий баҳолар, шахсни руҳан эзиш, болани эмоционал қабул қилмаслик бўлиши мумкин. Оила аъзолари агрессив хатти-ҳаракатни ўзлари намоёниш этишлари мумкин.

Боланинг агрессив хатти-ҳаракатини пайдо бўлишига турли оилавий омиллар таъсир этиши мумкин. Масалан, оилавий бирлашишнинг паст даражаси, тўқнашув, бола ва ота-она ўртасидаги етарли бўлмаган яқинлик, болалар ўртасидаги салбий муносабатлар, оила тарбиясининг ноадекват усули. Масалан, ўта қаттиқ жазо қўллайдиган, ўта қаттиқ назорат қилувчи ота-оналар ёки аксинча, болалар машғулотларини назорат қилмайдиган ота-оналар агрессия билан кўпроқ дуч келишади.

Тадқиқотчиларнинг фикрига кўра, шахснинг агрессив хатти-ҳаракатига таъсир этувчи хусусиятлардан бири – бу фрустрацияни кўтара олмаслик қобилиятидир. Маълумки, фрустрация эҳтиёжларни қондиришда ёки мақсадга эришиш йўлида пайдо бўлган тўсиқлар туфайли келиб чиққан ҳолатдир. Худди шу пайтда ўсмир шахсида ҳам ота – она ва яқинлари уни тушунмаслиги ва аксинча унга нисбатан қаттиқ қўллиги натижасида агрессив хатти-ҳаракатларни намоён бўлишини кузатишимиз мумкин.

Бундай ахлоқнинг янада чуқурроқ сабабларидан бири – ўсмирларда эмоционал соҳанинг бузилиши ва ўсмирлик даври кризисининг бир кўриниши сифатида кўрсатиш мумкин. Ўсмирлик даври кризисида атроф-дагиларнинг шахсий “Мен”ини англашига бўлган таъсирчан муносабат, оламдан ажралганлик, ёлғизлик, ўз “Мен” ининг қандайдир идеалларга мос келмаслиги, ички олами яхлитлигини йўқотиш ҳиссиётининг ортиши билан кечади.

Ўсмирларнинг агрессив ахлоқи норозилик характерга эга бўлиб, вақти-вақти билан юзага келади ва умумий ҳолда атрофдагилар билан ўзаро шахсларо муносабатларни бузади. Юқорида таъкидлаганимиздекб ўсмирлар хатти-ҳаракатларидаги агрессивликнинг шаклланишига айниқса, оилавий тарбия шароити кучли таъсир этади. Асоциал хулқ типига мансуб кўпгина ўсмирлар – бу тарбиянинг турғун бўлмаган типидagi оилаларнинг фарзандларидир. Бундай оилаларда ўсмирларнинг эмоционал дунёсига бефарқ бўлган (уларнинг қизиқишларига), талабларга қаршилик, шафқатсиз жазолаш, баъзида эса ота-оналар томонидан ўсмир хатти-ҳаракатини бутунлай чегараланишларнинг йўқлиги ҳисобланади.

Юқоридаги фикрлардан хулоса қилиб шуни айтиш мумкинки, ўсмир хулқидagi ўзига хос агрессив хулқни келтириб чиқарувчи асосий омиллар: а)

агрессив хатти – ҳаракатлар ўсмирнинг ёшга боғлиқ хусусияти эканлиги; б)ўсмир агрессивлиги атрофидаги яқинлари томонидан ҳимоясизлиги; в)балоғат ёшидаги хатти-ҳаракатнинг агрессивлиги унинг тенгдошлари гуруҳига боғлиқлиги; г) педагогларнинг тарбияси “қийин” болалар билан қониқарли бўлмаган ўзаро муносабатлар натижаси; д) ниҳоят, оилада ота-оналарнинг муомала ва тарбия усуллари қўллашдаги “кемтиклик”лардир.

Демак, айтиш мумкинки, ўсмирлик даврига хос агрессив хулқни келтириб чиқарувчи асосий сабабларни ўз вақтида аниқлаш, уни бартараф этишнинг оқилона йўллари ажратиш, педагог ва ота-оналар ҳамкорлигини йўлга қўйиш, психолог томонидан таълим субъектлари бўлмиш педагог, ота-она, ўсмирлар гуруҳида психологик консультацияларни ташкил этиш ва психологик коррекцион тадбирларни ташкил этиш имкониятини беради.

Фойдаланилган адабиётлар:

1. Бандура А., Уольтерс Р. Подростковая агрессия. М.: Апрель – Пресс, 2000.
2. Реан А.А. Подростковая агрессия. М. 2000.
3. Тўлаганова. Г.Қ. Тарбияси қийин ўсмирлар. Т.: “Университет” 2005.

YOSHLARNI TAJAVUZKOR – YOT G’OYALARDAN ASRASH VA ULARDA PSIXOLOGIK IMMUNITETNI SHAKLLANTIRISH

N.A. Kozimova

Buxoro viloyati Jondor tumani 5-maktab psixologi

Annotatsiya: Mazkur maqolada asosiy muammolarimizdan biri: yoshlarni salbiy fikrlar, g’oyalardan asrash yo’llari va psixologik immunitetni qanday shakllantirish va insonni boshqaruvchi g’oyaviy ta’sirlardan o’z o’zini himoya qilish usullari haqida so’z boradi.

Kalit so’zlar: psixologik immunitet, milliy g’oya, psixologik salomatlik, tajavuzkor g’oya, depressiya.

Insonni tik oyoqda tutib turuvchi, uning jismoniy salomatligini ta’minlovchi tizim – bu uning immun tizimidir. Bizning immun tizimimiz vitaminlarga boy, qon ko’paytiruvchi va foydali mahsulotlar hisobiga kuchayadi. Inson psixologik immuniteti ham insonning ruhiy salomatligiga javob beradi. Endi inson psixologik immuniteti qanday shakllanadi degan savol tug’iladi. Psixologik immunitet milliy qadriyatlar, e’tiqod, hayotiy bilim, tajriba va ko’nikmalar hisobiga shakllanadi. Psixologik immuniteti sust inson tez depressiyaga tushib qolishi mumkin. Bizning katta muammolarimizdan biri ham bugungi o’sib kelayotgan yosh avlodda mustahkam psixologik immunitetni qanday qilib shakllantirish yo’llarini topish. Buning uchun, avvalo, kompleks chora – tadbirlar ishlab chiqish darkor. Yoshlarni salbiy ijtimoiy muhitdan asrash ayniqsa, turli yot, tajavuzkor g’oyalardan uzoqroq tutish yo’llarini topish darkor. Bugungi globallashuv jarayonida hayotimizga shu qadar ko’p

ma'lumotlar tez kirib kelyaptiki, biz hattoki, ularni saralab olishga ham ulgurmay qolyapmiz. Shu jumladan, bugungi yoshlar ham kirib kelayotgan turli ma'lumotlarning qay biri to'g'ri yoki qay biri noto'g'ri, yot g'oya ekanligini bilishmaydi. Biz ma'lumotlarni saralab olishimiz uchun ,avvalo, bizda shu ma'lumotlar haqida yetarlicha bilimlar bo'lishi kerak. Shuning uchun ham hayotimizda ommaviy madaniyat kurtaklari soat sayin o'syapti. Ammo biz ko'p hollarda salbiy holatlar yoki yot, tajavuzkor g'oyalar bilan kurashishni o'rgatish o'rniga, ko'p narsalarni cheklab, taqiqlab qo'yamiz. Hindistonning mashhur davlat arbobi aytganidek: "Men uyimning darvoza va eshiklarini doim mahkam berkitib o'tira olmayman, chunki uyimga toza havo kirib turishi kerak. Shu bilan birga ochilgan eshik va derazalardan kirayotgan havo dovul bo'lib uyimni ag'dar – to'ntar qilib tashlashi, o'zimni esa yiqitib yuborishini ham istamayman." Xuddi shuningdek, biz mutaxassislar, ota – onalar biror bir muammo bilan kurashmoqchi bo'lsak, ko'pincha muammoni o'zini yo'q qilishga o'rganib qolganmiz, aslida esa, muammoning ildizini topishga harakat qilmaymiz. Bu go'yoki, tikkanni chopishga o'xshaydi. Tikkanni chopaverasan, chopaverasan, ammo u qayta – qayta chiqaveradi. Biz yoshlarni tajavuzkor – yot g'oyalardan qanday asrashimiz mumkin? Birinchi navbatda biz har bir soha bo'yicha yoshlarga bilim berishimiz lozim. O'zbek oilalarimizda ayrim mavzularda andisha qilib gapirilmaydi. Masalan, o'zbek oilasida jinsiy mavzularda, diniy mavzularda ko'p va deyarli gapirilmaydi. Bir kishi 14 – 15 yoshli bolaga majsidga borib namoz o'qish, soqol o'stirib yurish farz deb aytsa, yoki Qur'onda din uchun har qanday yo'l tutish mumkin deyilgan desa, bola miyasi buni so'zsiz qabul qiladi, chunki unda bu haqida umuman bilim yo'q. Bu esa bolaning miyasida bo'shliq paydo bo'lishiga olib keladi. Mana shu bo'shliq kelgusida yot g'oyalar uchun eng yaxshi makon bo'lib xizmat qiladi. Bugun yoshlarimiz miyasida shu kabi bo'sh maydonlar juda ko'p. Biz doim yoshlarning, o'quvchilarning bo'sh vaqtlarini mazmunli tashkil etish, ularni biror bir kasb – hunarga yo'naltirish haqida ko'p gapiramiz. Ammo, hech qachon o'ylab ko'rmaymizki, avvalo, ularning bo'sh vaqtlarini band qilishdan oldin, ularning ongidagi bo'shliqlarni to'ldirishimiz darkor. Aks holda bu bo'shliqlarni to'ldiruvchi boshqa kuchlar topiladi. Hozirgi axborot va innovatsion texnologiyalar asrida faqatgina inson eng yaxshi informatsiyalar bilan o'z – o'zini himoya qila oladi. Ajdodlarimizning: "Bilagi zo'r birni yiqar, bilimi zo'r mingni!," - degan ta'kidlari ham bejizga aytilmagan. Biz tarbiyada yo'l qo'yayotgan ayrim kamchiliklarimizdan biri - oilada yosh bolaga o'zining fikrini bayon etishida ko'p taqiqlar qo'yishdir. Masalan, "Sen hali yosh bolasan, jim tur!", yoki "Kattalar gapirganda qo'shilmay tur!" kabi taqiqlar juda ko'p ishlatiladi. Bu muhitda katta bo'lgan bola, mustaqil fikrlay olmaydi, kerak joyda o'z fikrini bayon eta olmaydi, olayotgan ma'lumotlarini tez va aniq tahlil eta olmaydi. Bu kabi kamchiliklar bolada mustahkam psixologik immunitetni ham shakllanishiga to'siq bo'ladi.

Xulosa

Bolada psixologik immunitet shakllanishi uchun ,dastlab, bola sog'lom psixologik oilada o'sishi kerak. Masalaning yana bir tomoni shundaki, olayotgan har bir ma'lumotimizning qanday tahlil qilinishini ham bolalarga o'rgatishimiz lozim. Biz eshitayotgan, ko'rayotgan ma'lumotlarimiz kim tomonidan, qanday holatda berilayotganligiga qarab tahlil qilish, ularning qanchalik ishonchli ekanligini tekshirish,

olayotgan har bir ma'lumotlar bizning mentalitetimizga, qadriyatlarimizga qanchalik mos kelish – kelmasligini o'rganishimiz lozim. Bu uchun bolada birinchi navbatda mustaqil fikrlashni va har bir vaziyat, voqea – hodisani tanqidiy baholay olish ko'nikmasini shakllantirish kerak. Muammoning ildizi borib yana bilim – tushunchalarga taqaladi. Chunki, biror – bir ma'lumotni tahlil qilish uchun, bizda u haqida yetarlicha bilim bo'lishi yoki insonda keng dunyoqarash bo'lishi kerak. Insonning imkoniyatlari cheksizdir. Faqatgina o'zi ularni to'g'ri anglay olsagina, qobiliyatlaridan samarali foydalana oladi. Har bir uyning poydevori mustahkam bo'lsa, u uzoq vaqt xizmat qilishi mumkin. Shuningdek, bolalarga ham to'g'ri tarbiya berib borsak, mustahkam psixologik immunitetni shakllantirsak, jamiyatimizga foydasi tegadigan komil farzandlar bo'lib voyaga yetishadi. Bugungi nihol ertaga katta mustahkam daraxtga aylanishi mumkin. Shu bois, ular mustahkam daraxtga aylanganlaricha to'g'ri parvarish qilib, to'fon kabi zararli yot g'oyalardan asraylik!

Adabiyotlar ro'yxati:

1. Sh.M. Mirziyoyev – Erkin va faravon demokratik O'zbekiston davlatini birgalikda barpo etamiz. T. O'zbekiston, 2016
2. Sh.M. Mirziyoyev – Insonparvarlik, ezgulik va bunyodkorlik – milliy g'oyamizning poydevoridir. T. “Tasvir”, 2021 – 36 b.
3. G'oziyev E. – Umumiy psixologiya. T. Sharq, 2001.
4. Shoumarov B. Oila psixologiyasi. -T. Sharq, 2001. 272 b.
5. Inomova M. Oilada bolalarning ma'naviy axloqiy tarbiyasi.-T.: TDPU, 1999-152 b.
6. Mirenskiy B.A. Oila va O'smir. - T.O'qituvchi , 1991.
7. Xolmatova M. Oilaviy munosabatlar madaniyati va sog'lom avlod tarbiyasi. –T.: 1999.-27 b.
8. . Internet saytlari: ziyonet.uz, gov.uz, lex.uz.

ЎСМИР ЁШИДАГИ БОЛАЛАРДА КУЗАТИЛАДИГАН АГРЕССИВ ХОЛАТЛАРНИ БАРТАРАФ ЭТИШНИНГ ПСИХОЛОГИК АСОСЛАРИ

*Ҳайдарова Сарвиноз
ТерДУ Психология йўналиши 1-курс магистр талабаси*

Ҳозирги замонда турли ёш давларига хос агрессивлик хулқининг психопрофилактикаси ва коррексияси хусусидаги масалага ойдинлик киритишга эътибор ҳаддан зиёд ортган. Замонавий психология фанида ушбу муаммога бағишланган психоаналитик, фрустрацион, ҳамда бихевиористик тадқиқотларнинг ўрни ҳам салмоқлидир. Аммо, бизнингча, агрессивликни ўсмирларнинг патологик хулқ механизмларига асосланган типологиясининг моделини яратиш долзарб муаммолигича қолмоқда. Агрессивлик хулқи нафақат, ўсмирлар балки ижтимоий гуруҳ ва жамият учун ҳам салбий оқибатларга олиб келиши мумкин.

Сир эмаски, инсоннинг хулқ-атвори ўзгарувчан ва ранг-баранг бўлиб, унинг индивидуал хусусиятлари, ўзига хос «услуглари»нинг мавжудлиги ҳеч қачон ва ҳеч кимда ҳеч қандай шубҳа туғдирмайди. Бироқ бу хулқ-атворнинг хилма-хиллиги унинг чексизлиги дегани эмас, зеро инсонларнинг ўзаро мулоқоти, ўзаро муносабати, уларни турли ижтимоий гуруҳларга бирикуви, яшаши учун илик психологик муҳитнинг сақланиши заруратдир. Малумки, ҳар бир жамият ўзининг қатъий белгиланган ижтимоий хулқ-атвор дастурлари тизимига ва жамоатчилик фикри, одатлар, ахлоқий тамойиллар, анъаналар кучига таянувчи хулқ-атвор қоидаларига эга. Қабул қилинган меъёрлар хулқ-атворнинг тарихан шаклланган қоидалари сифатида талқин қилинади, шу билан бирга у баҳоловчи вазифага ҳам эга. Унга мувофиқ равишда ҳар қандай ҳаракат «тўғри» ёки «нотўғри» «яхши» ёки «ёмон» деб тавсифланади. Ҳар бир шахс ўз ёш даврига хос муайян ижтимоий муносабатлар эгаси ҳамда унга жамият томонидан кўрсатиладиган кўплаб иқтисодий, сиёсий, ҳуқуқий, ахлоқий таъсирларнинг объекти ҳисобланади (Е.Ғ. Ғозиев, 2002). Шахснинг характери, темпераменти, қобилияти руҳий жараёнларни бошдан кечирганда, меҳнат фаолиятида, турмушда ўзини намоён этади. Демак, психик жараёнлар, психик ҳолатлар ва психик хусусиятларнинг ўртасидаги ўзаро боғлиқлик ҳамда алоқадорлик шахснинг психологик тузилишини ташкил этади. Афсуски, биз баъзан инсон ҳақида фикр юритганимизда соғлиқ, касаллик ва учинчиси соғлиққа ҳам, касаллика ҳам кўшилмайдиган бир ҳолат ҳақида фикр юритишимизга тўғри келади.

Жаҳон фани, хусусан таъбабат илми тараққиётига улкан ҳисса қўшган Абу Али ибн Сино ўзининг «Тиб қонунлари» китобида сабаблар тўрт хил бўлади: моддий, фаол (таъсир қилувчи), шаклий ва тугалловчи сабабларни кўрсатиб ўтади. Моддий сабаблар соғлиқ ва касаллик негизларида пайдо бўлади. Энг яқин негиз аъзо руҳдир. Таъсир қилувчи сабаблар одам гавдасининг ҳолатларини ўзгартирувчи ёки ўзгармаган ҳолда сақловчи сабаблардир. Жумладан уйку ва уйғоқлик ҳам сабаблардан биридир. Бир ёшдан бошқа бир ёшга ўтиш, ёш, жинс эътибор билан фарқлаш ҳам таъсир қилувчи сабаблардандир. Шаклий сабаблар — миждозлар улардан кейин пайдо бўладиган қувватлар ва тарбиялардир. Тугалловчи сабаблар фаолият (ишлар)дир.

Айнан ўсмирлик ёшида агрессивлик хулқининг меъёрдан оғиши кузатилади. Ўсмирлик даврига хос агрессивлик хулқ-атвор ва уларни ижтимоий мослаша олмаслик (дезадаптация) муаммоси кучайиб бориш хусусиятига эга эканлиги боис ҳам жуда долзарбдир. Бундай ўсмирларнинг умум қабул қилинган ижтимоий ва маънавий-ахлоқий меъёрларни тан олмаслиги, таълим-тарбия билан шугулланувчи оила, мактаб, маҳалла ва бошқа ижтимоий институтлар олдига муҳим вазифаларни юклайди. Бундай тоифадаги ўсмирлар хулқидаги ўзгаришларга биноан қуйидагиларга:

- хулқ ифодаланишига кўра, юқори тажовузкор (агрессия) кўринишидагилар;
- жиноятчилик «қурбонига» айланувчилар;
- муомала ва ўзаро муносабатларда «қийинчилик»ни ҳис этувчилар каби категорияларга ажратиш мақсадга мувофиқдир.

Мазкур муаммонинг тадқиқи билан шугулланган бир қатор олимларнинг фикрича, содир этилган ҳар ўнта жиноятдан олти-саккизтасини ижтимоий дезадаптациyani бартараф қилиш орқали самарали амалга ошириш мумкин. Хулқ-атворида бузилишлари бўлган ўсмирларнинг психик ривожланишида ҳам ўзгаришлар рўй бериши сир эмас. Шу боис уларнинг хулқ-атворида бузилишни келтириб чиқарувчи сабаблар (етиопатогенези) тиббий ва коррекцион чора-тадбирларни амалга ошириш миқдори - комплекс ёндашувни талаб этади. Зеро, йилдан-йилга ўсмирлар хулқ-атворидаги бузилишлар, агрессивлик, уларнинг интеллектуал-эмоционал, иродавий ривожланишдан ҳам орқада қолиш ҳолатлари ортиб бораётганидан далолат бермоқда.

Мамлакатимизда “Таълим тўғрисида”ги Қонун ва «Кадрлар тайёрлаш Миллий дастури»нинг учинчи сифат босқичи ўз касбининг зукколари, ўта зеҳнли, кучли интеллектуал имкониятлар эгаси, ўзида мукамал дунёқараш ва бой маънавиятни мужассамлаштирган салоҳиятли кадрлар тайёрлаш, уларни жаҳон ҳамжамиятида рақобатбардошлигига эришишни мақсад қилиб кўяди. Дастур кадрлар тайёрлаш миллий моделини рўёбга чиқаришни ҳар томонлама камол топган, жамиятда турмушга мослашган, таълим ва касб-хунар дастурларини онгли равишда танлаш, кейинчалик пухта ўзлаштириш учун ижтимоий-сиёсий, ҳуқуқий, психологик-педагогик ва бошқа турдаги шароитларни яратишни, жамият, давлат ва оила олдида ўз жавобгарлигини ҳис этадиган фуқароларни тарбиялашни назарда тутди.

Мамлакатимизда амалга оширилаётган кенг кўламли ислохотларда ёшларнинг фаол иштирокини таъминлаш, юксак манавиятли, мустақил ва эркин фикрлайдиган, замонавий илм-фан ютуқларини пухта ўзлаштирган ҳар томонлама соғлом ва баркамол авлодни вояга етказишга қаратилган ёшларга оид давлат сиёсатини изчил амалга ошириш мақсадида Юртбошимиз томонларидан 2017-йил 5-июлдаги “Ёшларга оид давлат сиёсати самарадорлигини ошириш ва Ўзбекистон ёшлар иттифоқи фаолиятини қоллаб-қуватлаш тоғрисида”ги ПФ-5106-сонли 2017-йил 7-февралдаги “Ўзбекистон Республикасини янада ривожлантириш бўйича Ҳаракатлар стратегияси тўғрисида”ги ПФ-4947-сонли Фармонларида белгиланган ёшларга ижодий интеллектуал салоҳиятини рўёбга чиқаришда кўмаклашиш, 2019-йил 12-июлдаги Ўқувчиларни психологик – педагогик қўллаб – қуватлаш ишларини янада такомиллаштириш тўғрисидаги 577-сонли Қарорларида белгиланган турли ёш даврида ўқувчиларнинг шахсий ақлий ва ижтимоий ривожланишини психологик жихатдан кузатиб бориш, таълим тарбиядаги психологик нуқсонларни аниқлаш, уларни ақлий тараққиётида содир бўлиши мумкин бўлган ҳар қандай салбий оғишларни олдини олиш, ўқувчилар таълим муассасасининг ижтимоий муҳитга мослаша олмаслиги ҳолатларини коррекциялаш, уларни ижтимоий реалибитация қилиш бўйича тадбирларни ташкил этиш ва амалга ошириш каби умумий ўрта таълим мактабларида талим-тарбия жараёнларини психологик жихатдан таъминлаш вазифалари ижросига хизмат қилади.

Юқоридаги фикрлар ўсмир хулқ-атворидаги агрессивликни профилактика ва коррекция қилиш муаммосининг долзарблигини кўрсатади.

Фойдаланилган адабиётлар

1. Баймурадов .Н Амалий психология Т.” Янги аср авлоди ” 2008.- 316 б -78-79б.
2. Ғозиев Э.Э.Онтогенез психологияси Т. 2015.-286 б- 144б
3. Я.М.Файзиев Э.Ҳ.Эшбоев Умумий ва тиббий психология Т.Абу али ибн сино номидаги тиббиёт нашри. 2003-йил 143 б-12б.
4. Э.Э.Ғозиев Умумий психология 1 китоб Т.2002. 238 б- 89 б
5. М.Э. Зуфарова Умумий психология Т.Ўзбекистон файласуфлари миллий жамияти нашриёти 2010 . 304-266-б.

ТАЪЛИМ-ТАРБИЯДА ПСИХОЛОГИК МУАММОЛАР ВА УЛАРНИНГ ЕЧИМИ

Бердиева Дилноза Аъзамовна
Термиз шаҳар 9-сонли АфЧУИМ амалиётчи психологи

Ўқитувчининг таълим-тарбия соҳасидаги фаолиятида эришиши лозим бўлган барча ижобий натижалари унинг ўқувчилар билан жонли ва эркин мулоқотни тўғри ташкил этиши муҳим аҳамиятга эга. Ўқитувчи сўз санъатининг чексиз қудрати асосида ўқувчиларга тарбиявий таъсир кўрсатади, ҳар бир дарсни самарали ташкил этиб олиб боради, ўқувчилар билан сўзлашишни билади, тарбиянинг суҳбат, маъруза, ҳикоя қилиш каби усулларидадан ўринли фойдаланади. Таълим - тарбия жараёнида ўқувчилар билан қизғин мулоқотни амалга оширади. Таълим-тарбиявий фаолиятни ташкиллаштиришда ўқитувчи ўқувчилар билан эркин сўзлашув қобилияти бўлиши керак. Одатда сўз бойлиги қашшоқ бўлган ўқитувчилар ўз педагогик фаолиятларида ўқувчилар билан тез-тез зиддиятларга дуч келадилар. Ўқитувчининг жонли мулоқоти ҳар қандай тарбиявий тадбирнинг мазмуни ва моҳиятини ўқувчига табиий ҳолда етказиши, шу жараёнининг объекти ва субъекти ўртасида мулоқот учун мустаҳкам кўприк яратади ҳамда ички ҳиссиёт билан ҳаракатнинг уйғунлашувини таъминлайди.

Шунинг учун давлатимиз раҳбари Ш.М.Мирзиёев Ўзбекистонда таълим тизимини комплекс ривожлантириш, малакали кадрлар тайёрлаш мақсадларига катта куч ва маблағлар юналтирмоқда. Мактабгача таълим ва олий таълим тизимлари, илмий татқиқот муассасалари фаолиятида сифат ўзгаришлари рўй бермоқда. Давлатимиз раҳбари аввало мактабларда ўқув юкламаси ва дарслар сонини қайта кўриб чиқиш, ўқувчиларни фақат ёдлашга эмас, фикрлашга чорлайдиган методика яратиш зарурлигини таъкидлайди. Бу борада Финландия тажрибаси мисол қилиб келтирилди. Ушбу мамалакат умумий саводхонлик, табиий фанлар ва математика бўйича дунёда энг илғорлардан бири.

Ўқитувчилар ўқувчилар билан ўзаро алоқа ўрнатишлари, ўзаро муносабатда бўлишлари, яқинлик каби ҳаракатлар улар ўртасидаги муносабатларга кучли таъсир ўтказиши.

Кенг татбиқ қилинган ва даъво қилинаётган муносабатларнинг мохиятини очиб берадиган кўплаб нозик ҳатти ҳаракатлар кўрсатилган. (Масалан) Ўқитувчиларнинг янги синф ўқувчилари билан биринчи марта учрашганида, яқинлик паст бўлади, ҳали ўқувчиларнинг исмларини ўрганмаган ва уларнинг қобилиятлари, темпераменти ҳақида билмаган, лекин йил охирига келиб, ота - оналар ва уларнинг шахсий уй шароитлари тўғрисида кўплаб шахсий маълумотларни билишади. Ўз навбатида, ўқувчилар бу каби нарсаларни билишлари мумкин. Ўқитувчининг исми, туғилган куни, ёқтирган ва ёқтирмаганлари, диди, кийим-кечак. Ушбу билим муносабатлар яқинлиги ўсишини англатади. Расмий равишда йил бошига нисбатан кўпроқ ижтимоий алмашинувлардан баҳраманд бўлиш ва ҳазиллар умуман анча дўстона ва қулайроқ. Бундай алоқаларни танаффус пайтида, тушлик пайтида вақт ажратишга ҳаракат қилиш керак ёки ўқувчилар билан норасмий алоқалар ўрнатиш бўйича тадбирлар ишлаб чиқиш керак. Бугун ақлли кўринишга эгасан Хасан. Яхши ишлайсан, ўқийсан каби дўстлик, ёқтириш каби дўстона сўзлардан фойдаланиш мумкин. Ишончга асосланган яхши муносабатлар ва ҳурмат ривожланиши учун вақт талаб этилади.

Яхши коммуникатор бўлиш яхши ўқитувчи бўлиш учун муҳимдир. Шу билан бирга, синф ҳаётининг таркибий хусусиятлари мавжуд. Самарали мулоқот ўрнатиш қийин. Виготский асарларидан келиб чиқиб, қайси ижтимоий интерфаолистик назария, самарадорликни оширишга қандай омиллар ёрдам бериши мумкин. Ўқитувчиларнинг болалар ишларини мувоффақиятли «искала» қилишганда яхшиланади. Уларнинг «проксимал ривожланиш зонаси» доирасидаги вазифаларни бажариши ,яъни ёрдами билан бошқариш мумкин. Муваффақиятли искала боллар эътиборини сақлашни ўз ичига олади топширик бўйича, агар керак бўлса, вазифани янада бошқариладиган қисмга бўлиш, эътиборни тегишли хусусиятларга йўналтириш, жараёнларни моделлаштириш топширикни бажаришда иштирок этиш ва бошқалар. Бу моҳирона фойдаланишни ҳам ўз ичига олади. Оғзаки стратегия репертуари, шу жумладан кўрсатма бериш, сўроқ қилиш ва когнитив тузилиш каби масалар муҳокама қилинади ва коммуникатив муҳитлари ўртасидаги узилишларга ўқитувчилар керак бўлган баъзи болалар учун уй ва мактабдан хабардор бўлишлари керак.

Маълумот: Шу тўғрисидаги тадқиқот ишлари ўқитувчиларнинг болаларнинг хулқ-атвориغا оид хусусиятларини билиб олди. Бошқа тадқиқотлар ўқитувчиларнинг самарадорлиги эътиқодлари тўғрисида тушунчаларни ривожлантиришга ёрдам берди. Ўқитувчиларнинг синфдаги ҳатти-ҳаракатларга нисбатан самарадорлигини текшириш бўйича озгина иш олиб борилмаган.

Мақсадлар: Ушбу тадқиқот ўқитувчиларнинг шахсий ва жамоавий эътиқодлари билан уларнинг болаларнинг хулқ-атвори билан самарадорлиги тўғрисидаги ўзаро боғлиқлигини ва ушбу эътиқодлар санкция сифатида четлатишни қўллаш билан боғлиқлигини текширишга қаратилган.

Намуна: Англиянинг шимолий шарқидаги 31 бошланғич ва болалар боғчасидан жами 197 ўқитувчи қатнашди.

Усуллари: Иштирокчилар шахсий ва жамоавий самарадорлик эътиқодларини баҳолаш учун сўровномаларга жавоб беришди. Демографик ва мактаб даражасидаги маълумотлар ҳам тўпланди.

Натижалар: Омиллар таҳлили шуни кўрсатдики, ўқитувчиларнинг индивидуал самарадорлик эътиқоди учта омил билан яхши ифодаланган: "Синф менежменти", "Болаларни жалб қилиш", "Ўқитиш стратегиялари", аввалги хулосаларга тўғри келди. Коллектив самарадорлик эътиқодларини таҳлил қилиш олдинги топилмалардан фарқ қиладиган ўхшаш тузилмани кўрсатди. Шахсий самарадорлик болалар сони чиқариб ташланганлиги билан боғлиқ эмас эди. Жамоатчилик эътиқодидаги "ташқи таъсирни бартараф етиш" омилларидан бири, ижтимоий-иқтисодий маҳрумлик билан боғлиқ зарарли таъсирларни четлаштирган ва камайтирадиган болалар сони билан салбий боғлиқ эди.

Хулоса: Ушбу тадқиқот ўқитувчиларнинг коллектив самарадорлигига бўлган ишончларини тушуниш ва қўллаб-қувватлаш муҳимлигига хисса қўшади. Хусусан, ушбу тадқиқот ўқитувчиларнинг болаларнинг хатти-ҳаракатларини муваффақиятли бошқариш қобилиятига бўлган ишончини тасдиқлайдиган ва ривожлантирадиган стратегиялар зарурлигини таъкидлайди.

Фойдаланилган адабиётлар:

1. Умумий психология. И.Зуфарова.
2. [https:// yuz nevs ta`lim-tarbiya...](https://yuz.nevs.ta`lim-tarbiya...)
3. Simon Gibbs. Br Edukation Psychol. 2012y.dezember.
4. The Psychology of teaching and learning in the school edited by David Whitebread.

МАКТАБ ВА ОИЛА

*Фарагатова Мерей Туймухамедовна
Навоий вилояти Конимех тумани 28-мактаб психологи*

Иқтисодий барқарорлик, аҳолининг ижтимоий нотўғри йўналишлари, кўплаб оилаларнинг моддий аҳволи тўғрисидаги кечинмалари болаларнинг тарбиясига ўз салбий таъсирини текказди. Шу билан бирга, бола ривожланишининг қайси томонини олиб қарасак ҳам, бу усулда асосий вазифа оилага боғлиқ бўлади.

Оила–ҳар хил ёшдаги жамоа, бола дастлабки кунларидан оқ унинг бир аъзоси бўлиб ҳисобланади. Оила жамоаси, урф-одатлари, инсонийлик ва ҳуқуқий меъёрлари бор мураккаб тузилмадир. Оиладаги муносабатлар унинг психологик аҳволини аниқлайди. Бу ерда боланинг бутун оламини, одамларини, ўзини-ўзи таниб билиши бошланади. Бу ерда у билим ва ҳархил соҳадаги кўникма ва малакаларни топади. Боланинг қандай бўлиб улғайиши оиладаги муҳитга боғлиқ бўлади. Оиладаги ҳолатлар болаларни ҳам ўйлантиради. «Ҳаётда энг асосийси нимани хоҳлар эдингиз?» деган саволга ўспиринларнинг 65 фоизи «Яхши оилани хоҳлар эдик» деб жавоб беради. Оиладаги тарбия инқирози мактабдаги болалар

билан педагогик ишларнинг қийинчилигидагина эмас, уларнинг ота-оналари билан ишларнинг қийинчилигида ҳамдир.

Ота-онанинг хавотири

-Боланинг яхши билим олмаслиги билан ҳаётда ўз ўрнини топиб кета олмайди, деган хавотир бўлиб, боланинг қобилияти ва ҳолати уларни қизиқтирмайди.

-Боласини мактабда хафа қилади, деган хавотир. Шу сабабли ота-оналар билан мактабда ишлар олиб борилиши керак. Педагогик жамоа билан ота-онанинг асосий вазифаси – бир-бирини тушуна билиши. Бугунги кунда ота-онанинг мактаб билан ва мактабнинг ота-оналар билан муносабатларининг конструктив характерини топиш лозим. Ота-она билан муносабатларининг асосида мактаб ҳақида тушунча ва у нима қила олади, унинг имкониятлари чегараси қандай эканлигини тушуна билиши керак. Ўқитувчи ҳар қачон оила учун бола тарбияси тўғрисидаги илмий билимнинг асоси бўлган, ота-онага боласи ёмон ўқиса, маслаҳат бера оладиган ўқитувчигина, ўқитувчи ота-онага ўз боласини тушуна олишига ёрдамлашади. Ҳозирги кунда буларнинг барчасини педагогик журналлар, газеталар, китоблардан топса бўлади. Лекин ҳар қандай китоблар, журналлар ва мақолалар ота-оналарга ёрдам бера олмайди. Ёрдамни фақат ўқитувчи бера олади. Масалан, бошланғич ва ўрта мактаб ёшидаги болаларнинг психологик ва физиологик хусусиятлари ота-она ва ўқитувчининг доимий муносабатларини талаб этади.

“Бола билан муносабатлар – муаммоларни ҳал қилиш” психологнинг ота-оналарга берадиган маслаҳати.

1-поғона. Боланинг муаммоларини эшитингиз, уни тинглангиз. Муаммоларни ҳал қилиш учун умумий изланиш қилингиз.

2-поғона. “Нима қилишимиз керак?” деган саволдан бошланади. Шундан кейин боланинг ўз хулосасини тинглаб, кейин ўзингизнинг фикрингизни таклиф қилинг.

3-поғона. Таклиф этилган фикр ва ечимларнинг энг қулайлисини танлаш. Муаммолар ечимининг ҳар бир нусқаси бирга тингланади. “Икки томон” бир-бирларининг фикрларини ҳурмат қилади. Икки томон муаммо ечимини бирга танлайди.

4-поғона. Қабул қилинган муаммо ечимини деталлаштириш. Масалан, оиланинг барча аъзолари болани “Катта одам” деб ҳисобласин, энди у ўзи эрта туриши керак, эрталабки нонуштани ўзи еб-ичиб, мактабга ўзи тайёрланиши керак, деб фараз қилайлик. Бу онасини кўп ишлардан холос қилиб, кўпроқ дам олишига имконият беради. Бироқ биргина ечим оз. Мумкин биринчи кунлари бола билан бирга туриб, уни ўргатиш керак бўлиб қолар. Болага соатни бериб ўзи уйғонишини ўргатиш керак. Биринчи куни овқатларнинг қаерда туришини кўрсатиб, қандай қилиб тайёрлаш кераклигини кўрсатиш керак бўлар. Шу ҳолат бўйича “Икки томонлама мурося шартига” келиши лозим бўлиб қолади.

5-поғона. Қабул қилинган ечимларни бажариш. Назорат қилиш. Агар болага ҳар куни бирон нарсани ишла, (идиш-товоқ ювиш, нон сотиб олиш ва бошқа) биринчи кунлари тўғри бўлмаслиги мумкин. Бу учун болага қаттиқ огоҳлантириш

керак эмас, аксинча бирнеча кун кутиш керак. Пайт келганда сўраган афзал “Аҳволинг яхшими?”, “Ҳаммаси яхши бўляптими?” бу саволларга боланинг ўзи жавоб бергани маъқул. Бу усулни қандай бошлаш керак? Унинг оилавий аҳволи ҳақида айтиш. Унинг кўнгли нимани хоҳлайди? Энг асосийси сиз бола томонда бўлишингиз керак. Сизнинг асосий ёрдамчингиз фаол тинглай билиш. Агар катталар болани фаол тинглай билишса, вазият мураккаб бўлмайди. Боланинг қандай қилиб улғайиши оиладаги аҳволга боғлиқ. Оиладаги аҳвол болани ҳам ўйланишга мажбур қилади. “Ҳаётда энг асосийси нимани хоҳлар эдингиз?” деган саволга ўспиринларнинг 65 фоизи “Яхши оилани хоҳлар эдим” деб жавоб беради.

Ота-она муҳаббати ва унинг бола тарбиясидаги рўли

Оламда боласига уришишни истайдиган она йўқ. “Мен бугун боламга бақираман, уришаман” деб она ўйламайди, ҳам. Аксинча! Она бугунги кунни яхши, тинч ўтишини истайди. Бироқ, шундай яхши ниятларга қарамасдан у ўғлига уришади. Ҳеч кимга керак бўлмаган ота-она билан бола орасидаги жанжал хатодан бошланади. Болага у қаттиқ таъсир қилади. Ўз фарзандининг муаммоларини у тушуниши, билиши керак. Болани яхши кўриш керак, ота билан она унинг бахтли бўлишига жавобгар деганини қандай тушунаси? Барча болага бўлган муҳаббат 4 хил бўлади: кўриш муносабати, сезиш, эътибор бериш, тартиб. Буларнинг ҳар бири жуда аҳамиятли. Нимага? Биз уни кўриб чиқамиз.

Кўриш муносабати

Кўплаб одамлар бола билан муносабатларнинг ҳал қилувчи омили кўриш муносабати эканлигини сезишмайди. Кўриш муносабати бир-бирига қараган вақтдаги вақт. Сиз кўзингизга тўғри қарашга кўрқадиган одам билан суҳбатлашиб кўрдингизми? Бу бизнинг унганисбатан муносабатимизни ўзгартади. Бизга тўғри, жилмайиб қарайдиган одамлар яхши таъсирот қолдиради. Боланинг кўзига тўғри қарасақ шундагина у бизни диққат билан тинглайди. Сизнинг кўзингиздан ҳар доим муҳаббат учқунлари сезилиб туриши кераклигини унутмаслик керак. Кўплаб ота-оналар фарзандига қатъий нигоҳ билан қарайди, у тўғри эмас.

Сезиш

Ижтимоий педагогикада шундай факт кўрсатилган: тадқиқотлар кўрсатгандек, кўплаб ота-она фарзандини кийинтирганда, автобусга ўтказгандагина ёнида ҳис қилади, яъни уни сезишади. Бола билан ҳар қандай учрашиш, масалан, кўл бериб кўришиш, кучоқлаш, бошидан силаш, ва бошқалар болани сезишга киради. Айниқса бундай учрашишлар ўғил болага, унинг 7-8 ёшгача ривожланишига керак. Бола улғайган сари ота-онасининг эркалатганини зарур ҳисобламайди. Баъзан болалар ўзини катталар сезишларини зарур ҳисоблайди, кўпинча (кўркув, кийин вазиятлар) содир бўлганда. Қиз болаларга сезиш ҳислари айниқса 1 ёшларда зарур бўлади.

Эътибор бериш

Болага эътибор бериш кўп вақт талаб қилмайди. Эътибор бериш нима? Майда-чуйдага қарамай болага эътибор беришимиз керак, бола ота-онасининг меҳрини сезиши лозим. Болага эътибор бериш нега қийин? Сабаби у кўп вақт талаб қилади.

Ўрнатилган ота-оналар, вақт топиб, бола билан бирга бўлингиз. Бу жуда муҳимдир. Яхши тарбия вақтни талаб этади. Агар оила кўп болали бўлса, ҳар бирига вақт ажратиш қийин. Ота-она боласига бирон дақиқа вақтини ажратмаса, фарзанд ота-она меҳрини сеза олмайди.

Тартиб

Ота-она муҳаббатининг 4-поғонаси-тартиб. Баъзи ота-оналар тартибни жазолаш деб билади. Ўрнатилган ота-оналар, бу тўғри эмас. Энг аввал бизнинг билишимиз–болани тартибга ўргатиш учун, уни яхши кўришимизни сезишимиз керак. Агар меҳр ва муҳаббат бўлмаса, бола ота-онага қарши келади, хафа бўлади. Болани тинглаб, ўз фикрингизни айтишингиз лозим. Агар ота-она тез-тез болага жаҳл қиладиган бўлса, бола аввал кўрқа бошлайди. Кейинроқ ота-она ўз эътиборини йўқотиб, болада аксар салбий хулқлар пайдо бўлишига сабаб бўлади. Болани ёшлигидан тартибли этиб тарбиялаш учун болага меҳрли бўлиш керак. Агар сиз болани яхши хулқли қилиб тарбиялагингиз келса, ҳар бир болага кўриш муносабати, уни сезиш, меҳр ва муҳаббат, тартиб керак. Бола бизнинг унга бўлган меҳр ва муҳаббатимизни, қатъиятимизни сезиши керак.

Фойдаланилган адабиётлар

- И. Ибрагимов-Педагогик психалогия
- Жантану атауларының тусиндирме сөздігі Алматы “Сөздік-словар” 2006.

YOSHLARNI RUHIY BARKAMOL ETIB TARBIYALASHDA MILLIY QADRIYATLARNING O'RNI

Sufiev Xusan Akmalovich

Surxomdaryo viloyati Muzrabot tumani 12-maktab psixologi

Аннотация. Kishilarda yoki 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.

Калит со'злар: Qadriyat, ruhiy barkamollik, yoslar tarbiyasi, ma'naviyat, mafkuraviy poligon, ma'naviy barkamollik, xalq og'zaki ijodi.

Kirish qismi: Qadriyatlarni shaxs tarbiyasidagi ahamiyati.

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.

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 masalasi yanada dolzarblik kasb etmoqda. Dunyoda hech bir bola onasidan tug'iliboq yovuz yoki jinoyatchi bo'lmaydi. Unga yetarli ta'lim-tarbiya, e'tibor berilmaganidan yoxud bola ongida ma'naviy bo'shliq paydo bo'lishidan hosil bo'ladi. Farzand tarbiyasi borasida ulug' donishmand bobokalonimiz Jaloliddin Rumiy shunday deydi: "Bas, nihol ekdingmi, bergil suvni ham, Bas, tugun yechdingmi, ochgil, muhtaram". Ya'nikim, ey, aziz inson! Himmat qilib nihol o'tkazdingmi endi g'ayratingni susaytirma. Parvarishini chiroyli davom ettirib, xayrli mevasini o'zgalarga ko'rsat va baxsh et. Barchaning ko'z o'ngida o'zingni er bilib tugunni yechding, endi ichida nimalar borligini bir-bir namoyish qil. 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. Shuning uchun mana shu jihatlarga e'tibor qaratgan holda ularni ota-bobolarimizning farzand tarbiyasidagi foydali amallarini o'zimizga o'zlashtirishimiz kerak bo'ladi. Shu bois bola tarbiyasiga tug'ilmasidanoq e'tibor qaratish kerak. Qadimda farzand kutayotgan oilalarda bo'lajak ona faqat chiroyli narsalarga nazar tashlab, harom va xunuk narsalarga qarashdan o'zini saqlagan. Oilada ezgu o'y-fikrlar aytilgan, Qur'on zikr qilingan, ayolning oldida ovoz ko'tarib gapirilmagan, yemak-ichmagiga va haloligiga alohida e'tibor qaratilgan. Oilada farzand tug'ilganidan boshlab ham ona, ham bola parvarishiga yuksak mas'uliyat bilan yondashilganligi barchamizga ma'lum.

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 erda 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'yga 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 kerakligini bildirib turibdi.

3. Xulosa.

Xulosa o'rnida aytish mumkinki, ayrim o'zbek oilalarida sharqona-milliy tarbiyaning yetishmayotganligi, yoshlarning turli ko'ngilxushliklarga berilishi, oilada shakllangan nosog'lom ma'naviy muhit, ota-onalar o'z bolasiga tarbiya berishni bilmasligi (befarqlik, loqaydlik, yoki o'ta qattiqqo'llik), yetarlicha vaqt ajratmasligi yoshlar ma'naviyatiga salbiy ta'sir ko'rsatmoqda. "O'z bolangni o'zing asra!" chaqirig'iga har bir ota-ona yanada mas'uliyat bilan yondashishi kerak. Zero, barcha ota-onalar farzandi barkamol, qalbi va ruhiyati qusur, illatlardan forig' bo'lishini, kelajakda o'z o'rnini topishini istaydi. Bu istakni amalga oshirishda albatta o'zlari har tomonlama ibrat-namuna, jigargo'shasiga e'tiborli bo'lishlari shart.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Karimov.I.A. "Yuksak ma'naviyat-yengilmas kuch" Toshkent: "Ma'naviyat, 2008, 123-b
2. Nishonova Z.T. Psixologik xizmat. Toshkent. TDPU,2006.128-b

ЁШЛАР ЎРТАСИДА ЭРТА ТУРМУШ ҚУРИШНИНГ ИЖТИМОЙ-ПСИХОЛОГИК ОҚИБАТЛАРИ

*К.Ф.Хамракулова ГулДУ психологи,
О.Х.Абдурахманов Педагогика-психология кафедраси ўқитувчиси*

Эрта никоҳ ва унинг оқибатлари бугунги кунда ўта долзарб муаммо ҳисобланиб, бутун дунё тадқиқотчилари диққатини ўзига жалб қилиб келмоқда. Ҳар йили дунёда 15 миллионга яқин вояга етмаган қизлар эрта оила қуриб, она бўлмоқдалар.

Бирлашган Миллатлар Ташкилотининг болалар фонди (ЮНИСЕФ) миллионлаб болаларни кўз ёшларига сабаб бўлаётган бундай эрта турмушларга чек қўйишни талаб қилмоқда. ЮНИСЕФ экспертларининг фикрича бир қатор мамлакатларда 18 ёшдан кичик қизларнинг эрта турмуш қуришига миллий этник урф-одатлар, камбағаллик ва эрта ҳомиладорлик талаблари мажбур қилмоқда. Статистик маълумотларга кўра, эрта никоҳ қурган оилаларнинг аксарияти ҳаётининг иккинчи ёки учинчи йилларидаёқ ажралиб кетиш кузатилмоқда. Бундай ҳолатлар ёш оилаларда кўпинча тиббий, психологик, ижтимоий муаммолар пайдо бўлиши билан боғлиқ. Афсуски, кўпчилик ёш қизлар эрта ёшдаги оналик натижасидаги ҳомиладорлик ва туғруқ даврида асоратланиши, ўлим эҳтимоли жуда юқорилиги ҳақидаги маълумотга тўла эга эмаслар. Ёш оналар орасида касалланиш ҳамда ўлим кўрсаткичлари юқори фоизни ташкил қилади. Бутун дунё бўйлаб 15 ёшдан то 19 ёшгача бўлган қизлар орасидаги ўлимнинг энг кўп тарқалгани ҳомиладорлик ва туғруқ жараёнида юзага келадиган асоратлар ҳисобланади. Эрта ҳомиладорлик нафақат ёш аёлнинг

саломатлигига салбий таъсир кўрсатади, балки аёлнинг таълим олишида, жамиятдаги ўз ўрнини топишида тўсиқ бўлиб қелмоқда [1].

Соғлиқни сақлаш вазирлигининг 2016 йил маълумотларига кўра 15-16 ёшли ўсмир қизлар орасида 142 нафар туғруқ содир бўлган. Булардан 23 нафари Хоразм, 23 таси Тошкент, 20 таси Тошкент шаҳри, 17 нафари Андижон вилоятларида, истиқомат қилади. Ўтган йили 17 ёшлилар орасида 634 нафар туғруқ қайд этилган. Уларнинг 90 % коллеж ва ўрта таълим муассасалари ўқувчилари эканлиги ўта ачинарли ҳолатдир. 18 ёшгача ҳомиладорлик давридаги асоратлар 20-30 ёш оралиғига нисбатан 2-3 баробар кўпроқ учрайди.

Вояга етмаган қизларда (келинларда) ҳомиладорлик ҳомила тушиши, барвақт туғруқлар, камқонлик ва айниқса гипертензив синдромини ривожланиши билан, туғруқлар эса қон кетиши ва жарроҳлик усулларда болани туғилиши билан асоратланади. Бундай ҳолатларда туғилган гўдакларнинг саломатлиги ва ҳаёти хавф остида бўлади. Бунда вазни паст, асфиксияда туғиладиган гўдакларни сони ортади. Чала туғилган чақалоқлар сони туғилишининг 20% ўсганлиги маълум. Ўсмир ёшидаги оналар ўлими ҳолатлари 20-30 ёшлиларга нисбатан 5 баробарга ва гўдаклар ўлими кўрсаткичларининг 2 баробарга кўпайиши аниқланган.

Ундан ташқари, аксарият ёш она моддий таъминланмаган бўлиб, унинг натижасида катта муаммолар юзага келиш ҳоллари кузатилмоқда. Юқорида қайд этилган ҳолатлар ёш турмуш қурган ўсмир қизларнинг ижтимоий жиҳатдан ҳимоясизлигига ва саломатлигига хавф туғдиради. Аксарият ҳолатларда ёш аёл асаблари таранг ва сурункали стресс ҳолатида бўлиб, бу жараён унинг ўзининг саломатлиги қолиб, ҳаммасига ҳам таъсир кўрсатиши мумкин.

Эрта никоҳлар ва эрта оналик аёлларни таълим олишида ва жамиятда ўз ўрнини топиш имкониятларини чеклайди. Таҳлил шуни кўрсатадики, ёш оналарнинг орасида 43,1 фоизи коллеж талабалари, 47,6 фоизи тугалланмаган ўрта таълимнинг фақатгина 8 ва 9-синфларигача таълим олган, 9,2 фоизи эса умуман таълим муассасаларида ўқимаган. Маънавий ва ижтимоий етук бўлмаган, етарли таълим олмаган ёш она сифатида туғилган чақалоғига етарли даражада тарбия бера олмаслиги аниқланди.

Статистик маълумотларга кўра, кўпчилик ҳолларда ёш турмуш қурган аёллар 25-26 ёшга бориб кўп туғувчи аёлларнинг контингентига кириб қолади. Бу эса ўз навбатида уларнинг саломатлигини ва оиласининг саломатлигини заифлашишига сабаб бўлиши мумкин.

Сирдарё вилоятида 2019 йил мобайнида 61 нафар 17 ёшли, 1 нафар 16 ёшли, 13 нафар 18 ёшли йигитларнинг никоҳи расмийлаштирилган. 12 нафар 17 ёшли, 774 нафар 18 ёшли қизларимизнинг, 13 нафар 18 ёшли йигитларимизнинг никоҳлари Давлат рўйхатидан ўтган. 2021 йил 1 мартга қадар олиб қараганимизда 1 нафар 17 ёш, 87 нафар 18 ёшли қизларимизнинг никоҳлари қайд этилган. Икки ойда 17-18 ёшли қизларни умумий ҳисобда 88 нафар эрта турмуш қурилганлигини гувоҳи бўлмоқдамиз. Келтириб ўтилган маълумотларга аҳамият қаратар эканмиз, йилдан-йилга эрта никоҳ қуришлар сони ортиб бораётганлигини

гувоҳи бўламиз. Демак шунча йигит ва қизларимиз оилавий ҳаётга тўлақонли тайёргарлик кўрмай никоҳ қуришганлигини гувоҳи бўлмоқдамиз.

Эрта никоҳлар ва уларнинг оқибатлари ҳақида сўз юритишдан олдин ўсмирлик даври ва унда организмда бўладиган ўзгаришлар ҳақида тўхталиб ўтиш жоиз топдик. Жаҳон соғлиқни сақлаш ташкилоти томонидан берилган фикрларга кўра ўсмирлик даври – бу болалик давринин тугаши ва катталар оламига ўтишидир.

Ёшлар аҳолининг 10 ёшидан 30 ёшигача бўлган қатламни ташкил этса, ўсмирлар 10-19 ёшгача бўлган гуруҳни ташкил этади. Ўсмир қизлар ривожланиш босқичлари асосий мезонлари ҳақида гапирганимизда қуйидагиларни келтириб ўтишимиз мумкин:

1. Эрта ўсмирлик – 9-13 ёш
2. Ўсмирлик – 13-16 ёш
3. Кечки ўсмирлик – 16 ёш ва ундан юқори

Республикамиздаги истиқомат қилувчи аҳолининг қарийб 60 % ни ёшлар ташкил этади. Ўсмирлик даврида рўй берадиган жисмоний ривожланиш орасида етарлича фарқ бўлиб, кўпинча катталар томонидан етук деб қабул қилинган ёшлар ҳали ҳаётда аҳолининг мустақил ўрин тутишида заиф эканликлари аслида барчамизга маълум [2].

Жиддий оқибатлардан бири эрта турмуш қуриш ҳамда тўлиқ физиологик, биологик, психологик жиҳатдан ривожланмай туриб фарзанд дунёга келиши ҳисобланади.

Оналар ўлимининг 15-19 ёшли ўсмир қизлар орасидаги кўрсакичи 20-24 ёшли қизлар орасидаги кўрсаткичдан 3 баробар юқори туради. Болалар ўлими кўрсаткичларини камайтирувчи омиллардан бири 20 ёшдан сўнг биринчи фарзандни дунёга келтириш ҳисобланади. Ўсмирлик даврида қиз бола организмда ҳам балоғатга етиш белгилари кузатилиб, ҳайз кўриш бошланади. Лекин ўсмир қизда ҳайз кўриш тананинг ҳомиладор бўлишга тайёр эканлигини кўрсатса-да, ҳомиладор бўлишга у жисмонан ва руҳий тайёр эканлигини англамайди. Ҳомиладорлик унинг саломатлигига салбий таъсир кўрсатади. Ўсмирлар ҳомиладорликнинг кечиши қуйидаги омилларга боғлиқ бўлади:

- Жисмоний етуклик
- Руҳий яъни психологик етуклик
- Тиббий ижтимоий хизматлардан фойдаланиш.

Балоғатга етиш давридаги қиз бола танасининг ўзига хос хусусиятлари ҳомиладорликнинг кечиши ва туғруқ даврида ўз таъсирини кўрсатади. Бачадоннинг тўлиқ ривожланиши охиригача етмаганлиги учун ҳомиланинг тушиши, чала туғилиши кўплаб кузатилади. Ўсмир қиз бола организмга хос гормонларнинг ҳомиладорлик даврида етарли ишлаб чиқмаслиги ҳам боланинг она қорнида мукамал ўсишига салбий таъсир кўрсатади ва ҳомила ривожланишидаги турли нуқсонларга сабаб бўлади. Балоғатга етмаган онанинг суяк системаси тўлиқ етилиб улгурмаган бўлади ва ҳомиланинг шаклланиши ва ривожланиши учун барча микроэлементлар, оқсил моддалар, она организмдан

олиниб, шу билан онанинг ҳам боланинг ҳам носоғлом туғилишига олиб келиши мумкин [3].

Хулоса қилиб айтганда оила мустаҳкамлиги, фарзандлар саломатлигини таъминлашда энг аввало бугун оила қуруш остонасида турган ёш йигит-қизларнинг ҳар тамонлама тайёргарлигига боғлиқ. У борада ёшларни тўғри йўналтириш, уларга оиланинг, эр-хотин муносабатлари, бурч ва маъсулиятларини тўғри тушунтириш лозим. Зеро ҳали болалик орзулари, ўйин-қароқлиги кетмай туриб, уни катта ҳаётга оила деб оталмиш маъсулиятли кўрғонга бек ва бека қилиш оқибатида катталарнинг хатоси саналади. Бугун оилаларда соғлом муҳит ва соғлом авлодларни вояга етказишда давлат сиёсати ҳусусан, 2017-2021 йилларга мўлжалланган “Ўзбекистон Республикасини янада ривожлантириш бўйича Ҳаракатлар стратегияси” нинг йўналишларидан биридир. Шундай экан бугун кенг жамоатчилик, маҳалла, таълим даргоҳлари ҳамкорлигида ёшларимизни турмуш қуришларида ёш хусусиятларини инобатга олган ҳолда ота-оналар, бува-бувилар билан суҳбатлашиш, тарғибот-ташвиқот ишларини самарали ташкил этиш лозим [5]. Шунинг билан бирга, эрта турмуш орқали бугунги кунда содир бўлаётган салбий ҳолатларга шунчаки кўз юммасдан, бефарқлик қилмасдан тўғри хулоса чиқара олиш, фарзандларимиз келажагини кенгқамровли ўйлаб кўриш ҳар бир ота онанинг муқаддас бурчи ҳисобланади. Эрта никоҳ сабабли йигит ва қизларимизнинг бирор бир тўлиқ касби ёки ҳунарни эгалламаганлиги келажакдаги турли хил кўнгилсизликларни юзага келтирмоқда [4]. Энг ачинарлиси бундай оилаларда униб ўсаётган психологик жиҳатдан ёрдамга муҳтож болалар сонининг кўпайиб боришига ва уларнинг “Оила”нинг асл мазмун моҳиятини нотўғри идрок этилишига, уларда тортинчоқлик ёки жиззакилик, агрессивлик, депрессиялар, инсонларга нисбатан ишончсизлик, ҳурматсизлик, норозилик, қайсарлик, қобилиятлари ва истеъдодларини намоён қила олмаслик, меҳрга муҳтожлик ҳолатларини кўплаб келтириш мумкин. Келажакда ўз зурриётларимизни комил инсон даражасига чиқишлигини, Ватанига садоқатли, иродаси бақувват, меҳр мурувватли, истеъдодли, ақл идрокли бир сўз билан айтганда ҳар томонлама етук инсон бўлишини истасак, никоҳ қуришда ёшларимизни психологик, физиологик, биологик, касбий, маънавий етуқлигига алоҳида аҳамият қаратмоғимиз лозим!

Фойдаланган адабиётлар

1. Б.Ғ. Шоумаров “Оила ва ҳуқуқи» - Т : 2013 10-44 бетлар
2. Б.Ғ. Шоумаров “1001 саволга психологнинг 1001 жавоби». Тошкент – 2014. 59-72 бетлар
3. Б.Ғ. Шоумаров “Оила психологияси» Тошкент – 2010. 120-140 бетлар
4. Б.Ғ. Шоумаров Оила психологияси Т.2007 й
5. Ниязметова Г. “Ўзбек оилаларида эр хотинлик муносабатлари динамикасининг ижтимоий-психологик хусусиятлари” Психология фанлари номзоди илмий даражасини олиш учун ёзилган диссертацияси 2010 йил.

ЎЗБЕКИСТОННИНГ ЁШЛАРИ КЕЛАЖАГИМИЗ ВА ИСТИҚБОЛИМИЗ ПОЙДЕВОРИДИР

Неъматова Рахима Жамбуловна

Наманган вилояти Учқўрғон туман 1-мактаб психологи

Янги Ўзбекистонни албатта, ёшлар билан бирга қурамыз. 2021-йил ёшларга оид давлат сиёсатида туб бурилиш йили бўлади. Маълумки, ҳар қандай жамиятнинг иқтисодий-ижтимоий ва маънавий ҳаётида таълим-тарбия катта аҳамият касб этади. Шу сабабли ҳам бугун юртимизда таълим-тарбия соҳасини ислох этишга давлат сиёсати даражасида эътибор берилмоқда. Энг муҳими ва биринчи тарбия оиладан бошланиши барчамизга яхши аён. Унинг таъсири инсон табиатига мустаҳкам ўрнашади. "Эр-хотинликнинг энг буюк мақсади-фарзанд. Аёлнинг энг муҳим вазифаси-бу фарзанд тарбиясидир", деган ибора бор. Демак, она- фарзанд тарбиясида асосий ўринни эгаллайди. Лекин ҳаммага аён бир ҳақиқат ҳам бор: аввало, тарбиячининг ўзи тарбияланган бўлиши лозим. Фарзанд тарбияси-ўта масъулиятли вазифа. Бунда ҳам маънавий, ҳам иқтисодий омиллар эътиборга олиниши талаб қилинади. Аммо бу иккисининг мувозанати сақланмас экан, тарбияда оғиш вужудга келиши табиий. Шунингдек, боланинг рухий камолоти ҳам муҳим. Зеро, руҳан, жисмонан, ақлан, Эътиқодий етук инсонлар бунёдкорликка лойиқ, муносиб бўладилар. Мамлакатимизнинг келажаги бўлмиш ёшларимизни ҳар томонлама етук, билимли, салоҳиятли шахс, комил инсон сифатида тарбиялаш масаласига бугунги карантин кунларида ҳам ўзига хос тарзда, замонавий усуллар асосида ёндошилмоқда, уларнинг барча ҳуқуқ ва эркинликлари, имконият ва манфаатларини ҳимоя қилишда ташкилий-ҳуқуқий асослар замон билан ҳамнафас такомиллашиб бормоқда. Қадимда Аристотель литсей, Афлотун академия ташкил этиб аҳолининг билим савиясини оширишга хизмат қилишган бўлса, жаҳидларимиз ўз маблағи ҳисобидан мактаб очган бўлса, ҳозирги даврда ёшлар масаласи энг долзарб мавзулигини бир дақиқа ҳам

унутмаслигимиз шарт ва зарур, Айнан эртанги кунимиз униб-ўсиб келаётган ёшларнинг идроки, дунёқараши, билими ва хунарига бевосита боғлиқ бўлади. Ёшларнинг билим олиш истагини хаамиша биринчи галдаги вазифа сифатида қаралиши муҳимдир. Давлат ёшларга инвеститсия қиладиган ҳар бир нарса натижа билан тақдирланади Маърифатли ёшлар- бу мамлакат доимо ҳам оладиган устунлардир. Агар ёшларга ватанпарварлик ва ўз ватанига мухаббат туйғуларини сингдира олсалар, улар ўз навбатида қалбларини унинг ривожланиши ва ободлигига қўядилар. Барча замонлар ва халқлар тарихида ёшлар ҳар доим асосий ролни ўйнаган. Ва бу бежиз эмас, чунки ёшлар фаол фазилатларга эга- адолат, жасорат, шарафга чанқоқ, Агар кимдир ўзининг ёшлигидаги фақат камчиликларини сезишга мойил бўлса, Биз Америкалик шоир Лоууилднинг сўзлари билан жавоб берамиз: “ Эҳтимол, ёшлар ахлоқсиздир, аммо ёши билан тезда даволанади”. Бу гап замирида жуда катта маъно ётади ва буни англаб етиш қийин иш эмас. Хозирги ёшлар ўз кучларини замонавийлаштиришга ва уларни рухан яқинроқ йўналишга йўналтиришга қодир. Ёшларнинг ғайрат-шижоати, кўплаб масалаларга инноватцион ечимлар, ёрқин ғоялар, ўз мақсадларига эришиш қобилияти жамиятимиз томонидан доимо талабга эга. Юртимизда ёшларга берилаётган имкониятдан тўғри фойдаланган ҳолда кучли билимли кадрлар бўлиб етишишимиз зарур. Зероки, давлатимиз келажаги бу биз бу бугунги ёшлардир Агарда биз хозир ёшларимизга билим ва тарбия бермасак ҳеч қачон ривожланмаймиз ва олдинга силжимаймиз Боболаримиз айтгандай “Илм қайда бўлса буюклик бўлар”. Бу сўз хозирги кунда яққол тасдиғини топмоқда. Негаки, замон тез ривожланмоқда биз бугун ўқимасак эртага кеч бўлади. Биргина мисол тариқасида ахборот технологиялари соҳасини олайлик. Бу соҳада бугунги чиққан янгилик эртага эскирмоқда ва биздан буни юқори малакали кадрлар тайёрлашни талаб ётади. Ишончим комилки, инсоний фазилатларга, юксак маънавиятли, қорачиғи ғайрат ва шижоатга тўла муносиб фарзандлари бор халқ ҳеч қачон ҳеч кимга қарам бўлмайди, ўзининг эзгу мақсадларига албатта ётади.

YOSHLARNING DUNYO QARASHI VA XULQ ATVORIGA TA'SIR ETUVCHI IJTIMOY PSIXOLOGIK OMILLAR

Murtazoyeva Gulnora Jovliyevna
Surxondaryo viloyati Oltinsoy tumani 30-maktab psixologi

Dunyoga kelgan go'dak ma'lum yoshga qadar individ sanaladi. «Individ» — lotincha «individuum» so'zidan kelib chiqqan bo'lib, «bo'linmas», «ayrim shaxs», «yagona» ma'nolarini anglatadi. Individ biologik turga kiruvchi alohida tirik mavjudotdir. Shaxsning shakllanishida harakat o'ziga xos omil sanaladi. Go'dak (chaqaloq) ham turli harakatlarni bajaradi, biroq bu harakatlar keyinchalik shartli reflekslar bo'lib, ongli ravishda emas, balki shartsiz va shartli qo'zg'atuvchilarga javob tarzida yuz beradi.

Go'dakda nutq paydo bo'lishi, shuningdek, u bajarayotgan harakatlar ongli ravishda sodir bo'la boshlashi va albatta, ijtimoiy munosabatlar jarayonidagi ishtiroki shaxs shakllanishining dastlabki bosqichi sanaladi. Shaxs deganda muayyan jamiyatning a'zosi tushuniladi.

Odam shaxs bo'lmog'i uchun ruhiy jihatdan taraqqiy etgan, o'z xususiyati va sifatleri bilan boshqalardan ajralib turishi lozim. Har bir odam shaxs sifatida turlicha namoyon bo'ladi. U o'zining xarakteri, qiziqishi, qobiliyati, aqliy rivojlanganlik darajasi, ehtiyoji va mehnat faoliyatiga nisbatan shaxsiy munosabati bilan boshqalardan farqlanadi. Bular shaxsning o'ziga xos xususiyatlaridir. Mazkur xususiyatlar rivojlanib, ma'lum bir bosqichga yetsagina, u mukammal shaxs sifatida namoyon bo'ladi va ijtimoiy munosabatlar jarayonida o'z o'rnini topadi.

Shaxs nomini olish uchun nimalar kerak, degan savol tug'ilishi tabiiy. Buning uchun odamga ijtimoiy-iqtisodiy hayot sharoitlari (muhit) va tarbiya kerak bo'ladi. Ana shular hamda nasliy xususiyatlarning takomillashib borishi odamning rivojlanib, shaxs sifatida namoyon bo'lishini ta'minlaydi. Odam bolasining shaxs sifatida rivojlanishi, uning har tomonlama kamolga yetishi uchun pedagogika fani shaxs rivojlanishi-ning umumiy qonuniyatlarini, unga ta'sir etadigan omillarni, rivojlanish jarayoniga aloqador bosqichlarni aniqlashi kerak. Shuningdek, shaxs faolligining o'rnini va rolini ham o'rganishi lozim. Biz yuqorida «rivojlanish» tushunchasini juda ko'p ishlatdik. Endi ushbu tushunchaga atroflicha yondashib, ta'rif berishga harakat qilamiz. Odam biologik mavjudot sanaladi, uning rivojlanishiga tabiiy qonunlar, biologik va ijtimoiy qonuniyatlar ta'sir etadi, insonning kamol topishiga zamin yaratadi. Bulardan tashqari, komil inson bo'lib yetishuvda aniq maqsad uchun bo'lgan xatti-harakat, iroda sifatleri asosida ayrim nuqsonlarning bartaraf etilishi, qiyinchiliklarni yengib o'tishga bo'lgan ishonch ham muhim ahamiyatga ega.

Shaxsning shakllanishiga ta'sir etuvchi asosiy omillar

Irsiyat — bu ota qoni yoki ajdodlarga xos bo'lgan biologik xususiyat va o'xshashliklarning naslga (bolaga) o'tish jarayonidir. Nasldan-naslga o'tadigan xususiyatlarga quyidagilar kiradi:

anatomik-fiziologik tuzilishi (masalan, yuz tuzilishi), organlar holati, qad-qomat, asab tizimi xususiyatlari, teri, soch hamda ko'zlarning rangi, shuningdek, nutq va tafakkur.

Ixtiyoriy harakat va amallar, vertikal holatda yurish, mehnat (ijod) qilish qobiliyati va boshqa iste'dod alomatlari ham nasldannaslga o'tadi. Iste'dod alomatlari umumiy xususiyat kasb etadi,

muayyan mehnat yoki ijod turiga yo'naltirilgan emas. Bu alomatlar muayyan faoliyatga omillikni aks ettiradi, xolos. Ma'lum oilada tarbiyalanayotgan bolada ajdodlariga xos iste'dod nishonasi aks etganda, aynan ana shu iste'dodning shakllanishida muhim rol o'ynagan, uning rivojlanishi uchun qulay imkoniyatlarga ega oila muhitini nazardan chetda qoldirmaslik lozim.

Fiziologiya va psixologiya fanlari bo'yicha olib borilgan tadqiqot natijalarining ko'rsatishicha, inson bolasi tayyor qobiliyat bilan emas, balki biror-bir qobiliyatning ro'yobga chiqishi va rivojlanishi uchun manba bo'lgan — layoqat bilan tug'iladi. Layoqat go'yo «mudroq» holatda bo'lib, uning «uyg'onishi» va rivojlanishi uchun qulay muhit kerak. Shaxs xarakteri ayrim ko'rimshlarning nasldan-naslga o'tishi xususida ham qobiliyat nishonalarining avlodlar timsolida takrorlanishi borasidagi fikrlarni aytish mumkin. Shaxs muayyan ijtimoiy tuzum mahsulidir. Uning mohiyatini ijtimoiy munosabatlarning majmuyi tashkil etadi va u yashayotgan ijtimoiy jamiyatdagi mavjud tarixiy sharoit belgilaydi. Shaxsning hayotiy faoliyati sodir bo'ladigan ijtimoiy muhit unga ijobiy yoki salbiy ta'sir ko'rsatishi, ya'ni ijtimoiy jamiyat shaxs imkoniyatlarini ro'yobga chiqarishi yoki yo'q qilishi mumkin. Bu jamiyatning ma'naviy qiyofasi, unda tashkil etilayotgan munosabatlar mazmuni hamda darajasiga bog'liq. Muhit — shaxsning shakllanishiga ta'sir etuvchi tashqi olam (voqelik, hodisalar) majmuyidir. «Muhit» tushunchasi o'zida geografik- hududiy, ijtimoiy va mikromuhit (oilal) xususiyatlarini ifoda etadi.

Mikromuhit ham o'zida qisman ijtimoiy muhitning mazmunini aks ettiradi va ayni choqda u nisbatan mustaqillikka ega. Mikromuhit ijtimoiy muhitning bir qismi bo'lib, oila, maktab, do'stlar, tengqurlar, yaqin kishilar va shu kabilarni o'z ichiga oladi. Bolani qurshab turgan muhitda ijobiy va salbiy, rivojlantiruvchi (progressiv) va mahv etuvchi hodisalar mavjud. Agar bola o'z tug'ma layoqatiga mos sharoitda o'sib, zarur faoliyat bilan shug'ullansa, layoqat erta rivojlanishi, aks holda esa bunday muhit yo'q bo'lishi yoki «mudroq»ligicha qolib ketishi ham mumkin. Bundan tashqari, odob, axloq kabi xulqiy sifatlar — shaxsning barcha ruhiy sifatleri faqat muhit va tarbiyaning o'zaro ta'siri asosida vujudga keladi. Pedagogika va psixologiya fanlari ijtimoiy muhit, shaxsning shakllanishi jarayoniga alohida e'tibor beradi hamda ijtimoiy voqea va hodisalarning shaxs rivojiga ta'siri g'oyat muhim ekanligini ta'kidlagan holda, ular ijtimoiy muhit emas, balki ijtimoiy-tarixiy qonuniyatlar ta'siri ostida o'zgarib boradi, deya ta'kidlaydi. Oila muhiti — mikromuhit ham o'ziga xos muhim tarbiyaviy ta'sirga ega. Shu bois mustaqillikka erishganimizdan so'ng o'tgan davr mobaynida oila muhitining shaxs kamolotida tutgan o'rni va roli masalalari chuqur tahlil etilmoqda. Shu maqsadda tashkil etilgan «Oila» ilmiy markazi oilaning bu boradagi imkoniyatlarini ochib berish borasida samarali faoliyat olib bormoqda.

Oila muhiti hamda ijtimoiy muhit o'rtasida o'zaro ta'sir, ikki tomonlama aloqa mavjud. Mavjud ijtimoiy muhit bolaning o'sib borayotgan ongiga ta'sir etadi, ijtimoiy tuzum

darajasi qanchalik yuqori bo'lsa, shaxsga nisbatan ongli ta'siri ham shunchalik yuqori bo'ladi. Ushbu ta'sir ijtimoiy jamiyatdagi mavjud tarbiya tizimi orqali amalga oshiriladi. Tarbiya — biror maqsadga yo'naltirilgan jarayon bo'lib, u muayyan reja, dastur g'oyalari asosida maxsus kasbiy tayyorgarlikka ega bo'lgan kishilar tomonidan tashkil etiladi. Tarbiya ijtimoiy muhit orqali keladigan tarbiyaviy ta'sirlarning barchasi bilan bog'liq bo'lib, bunda qulay, samarali omillardan foydalaniladi, salbiy ta'sirlarning kuchi ma'lum darajada kamayadi. Muhitning ta'siri stixiyali, tarbiyaning ta'siri esa maqsadga muvofiqdir. Tarbiya jarayonida quyidagi holatlar yuzaga keladi:

1. Kishi organizmining o'sishi sodir bo'ladi, muhitning stixiyali ta'siri berolmaydigan narsalar o'rganiladi. Masalan, bola o'z ona tilini atrofni o'rab turgan muhit ta'sirida o'rganib olishi mumkin, lekin o'qish va yozishni maxsus ta'lim yo'li bilangina o'rganadi. Ma'lum bilim, ko'nikma va malakalar faqat tarbiya jarayonida egallanadi.

2. Tarbiya yordamida hatto kishining ba'zi tug'ma kamchiliklarini ham kerakli tomonga o'zgartirish mumkin. Chunonchi, ba'zi bolalar ayrim kamchiliklar bilan tug'iladi (kar, ko'r, soqov va hokazo). Ammo maxsus tashkil etilgan tarbiya yordamida ularning aqli to'la taraqqiy qilishi, tug'ma kamchiligi bo'lmagan kishilar bilan barobar faoliyatda bo'lishi mumkin.

3. Tarbiya orqali muhitning salbiy ta'siri natijasida yuz bergan kamchiliklarni ham tugatish mumkin (bolalarning qimor o'ynashi, so'kishi...).

4. Tarbiya istiqbol maqsadini belgilaydi. Shu bois u shaxs kamolotini ta'minlashda muhim rol o'ynaydi. Tarbiyaning muvaffaqiyati ko'p jihatdan bola shaxsining o'ziga xos xususiyatlari, u yashayotgan muhitning ta'sirini hisobga olishga bog'liqdir. Shuni yodda tutish kerakki, bola yashashga majbur bo'lgan mikromuhit mazmuni uning rivojlanishiga ta'sir etuvchi kishilar va ular bilan o'rnatilgan aloqa mohiyatini belgilaydi. Bola oila a'zolari, tarbiyachi, o'qituvchi, o'rtoqlari, oilaga yaqin kishilar bilan munosabatda bo'ladi. Ushbu aloqalar bolaning rivojlanishida katta ahamiyatga ega. Bolaga ularning ta'siri aloqa orqali bo'ladi. Yana shu aloqa asosida bola ajdodlar tajribasini o'zlashtiradi, o'zi uchun andaza tanlaydi. Bolalar va kattalar o'rtasidagi aloqa faol jarayondir. Mazkur jarayonda kattalar faqatgina o'rgatuvchi bo'lib qolmasliklari lozim. Bolaning bu jarayondagi faol ishtirokini ta'minlashga alohida ahamiyat berish kerak. Shundagina u o'z harakatlarini o'zi idora qilishga, o'z faoliyati mazmunini tahlil qilishga o'rganadi. Bola fikrlasa, o'ylasa, uning ongi o'sadi. Ijtimoiy munosabatlar jarayonida nutq rivojlanadi. Chunki mana shu vaziyatda bola savollar bera boshlaydi, kuzatadi, mulohaza yuritadi. Hayotiy voqea-hodisalarni tushunishga, yaxshiniyomondan ajratib olishga, o'z harakatlarini davr talabiga moslashtirishga urinadi. Har bir ijtimoiy jamiyatda tarbiyaning maqsad va vazifalari, axloq me'yorlari, madaniy boyliklar, jamiyat a'zolarining didi, axloqiy qarashlari, dunyoqarashlari, e'tiqodlari o'zgarib boradi va bular tarbiya vositasida bolalar ongiga singdirib boriladi.

Bola shaxsining rivojlanishi uchun faol kundalik faoliyat zarur. Faoliyat yordamidagina bola atrof-muhit bilan munosabatni tashkil etadi, shular orqali uning bilish qobiliyati rivojlanadi, xarakter sifatleri takomillashib boradi.

5. Inson kamol topishining jarayonini faqat irsiyat, ijtimoiy muhit va ta'lim-tarbiyaga bog'lab o'rganish, talqin qilish haqiqatga unchalik to'g'ri kelmaydi. Chunki

ijtimoiy taraqqiyotda shaxsning o‘zi ham faol ishtirok etadi. Aytish mumkinki, ijtimoiy muhit, ta’lim-tarbiya shaxsning o‘zi faol ishtirok etgandagina uning tug‘ma layoqatini uyg‘otadi, iste’dod, qobiliyatlarini o‘stira oladi. Agar kishi o‘z ishini sevsa, uning shu sohadagi iste’dodi tezroq va kuchliroq ro‘yobga chiqa

boshlaydi. Qobiliyat va iste’dodning ro‘yobga chiqishida insonning muayyan faoliyatga qiziqishi bilan bir qatorda, uning o‘z ustida ishlashi ham muhim ahamiyat kasb etadi. Iste’dodli kishilar o‘z iste’dodlarini — iqtidor kuchlarini to‘la ro‘yobga chiqarish uchun o‘z ustlarida tinmay ishlashlari, mehnat qilishlari shart. Masalan, mashhur grek notig‘i Demosfenning (eramizdan oldingi IV asr) omma orasidagi dastlabki nutqlari muvaffaqiyatsizlikka uchragan. Demosfen duduq, ovozi xasta, qisqa-qisqa nafas oladigan kishi edi. U doimo bir yelkasini ko‘tarib turardi. Demosfen mana shu kamchiliklarini tuzatish uchun o‘zi ustida tinimsiz ishladi: og‘ziga mayda toshlar va sopol parchalarini solib, so‘zlarni talaffuz qilishni mashq qildi, dengiz bo‘yida to‘lqinlar shovqinida nutq so‘zladi, qoyalarga chiqib baland ovoz bilan she‘rlar o‘qidi, oyna oldida turib yuz harakatlarini bir maromga keltirdi. Uy shiftiga qilichni osib qo‘ydi, u odati bo‘yicha yelkasini har ko‘targanda yelkasiga qilich sanchilar edi. Demosfen haftalab uydan chiqmasdan notiqlikni o‘rganish uchun sochini yarmini qirdirib tashladi. Bunga o‘xshash misollarni ko‘plab keltirish mumkin. Masalan, Alisher Navoiy, Ibn Sinolarning qunt bilan, hatto kechalari uxlamasdan kitob mutolaa qilganlari-yu Amir Temurning harbiy san’atni egallash borasidagi mehnatlari fikrimizning dalilidir.

Mashhur kishilar hayotini o‘rganish shuni ko‘rsatdiki, ularning ijodiy faoliyatlaridagi asosiy narsa — uzluksiz izlana bilish, oylab, yillab o‘z oldilariga qo‘yilgan maqsad uchun intilish, kurashish, unga yetish yo‘llarini izlashdan charchamaslik maqsadga erishish yo‘lidagi muhim omildir. Shuning uchun har bir o‘qituvchi o‘zining pedagogik faoliyati davrida o‘quvchilarga ta’limtarbiya berish bilan birga, ularning o‘z oldiga maqsad qo‘yishlari va uni ro‘yobga chiqarishlariga yordamlashish, tinmay izlanish va mehnat qila olish qobiliyatlarini, kuchli iroda va qat’iy xarakterni tarbiyalab borishlari lozim. Tabiiyki, o‘quvchilarning o‘z maqsadlariga erishishlari uchun maktabda olgan bilim, ko‘nikma va malakalari kamlik qiladi. Ular yuksak maqsad yo‘lida o‘z ustlarida tinmay izlanishlari, ijtimoiy munosabatlar jarayonida faol ishtirok etishlari lozim.

Baxtga qarshi, maktab o‘qituvchilari orasida bolalar tarbiyasida muhim o‘rin tutuvchi omillar va ularning ahamiyatini bilmaydigan yosh o‘qituvchilar ham uchrab turadi. Masalan, ayrim o‘qituvchilar ulgurmovchi, o‘qishdan orqada qoluvchi o‘quvchilardan qutulish yo‘llarini, ya’ni ularni yo sinfda qoldirish, yoki boshqa maktabga o‘tkazish yo‘llarini qidiradilar va bunga erishadilarham.

Bu kabi choralarni qo‘llash bilan biz o‘quvchilar tarbiyasini tashkil etishda ko‘zlangan maqsadga erisha olmaymiz. Fanlarda o‘zlashtira olmagan o‘quvchilarni qobiliyatsiz deyish xato. O‘qituvchining birinchi galdagi vazifasi — har bir o‘quvchisining yosh va psixologik xususiyatini chuqur o‘rganish, uning qiziqishi va istaklarini aniqlash, ularni hisobga olgan holda pedagogic chora-tadbirlarni ko‘rishdir. Umuman, pedagogik jihatdan to‘g‘ri uyushtirilgan har qanday faoliyat bola shaxsining aqliy, axloqiy, estetik, jismoniy hamda irodaviy rivojlanishiga ijobiy ta’sir etadi. Shaxsning shakllanishida unga berilayotgan ta’lim-tarbiyaning mazmuni, metodlari va vositalari bolaning yosh

xususiyatlariga muvoliq kelishi muhimdir. O‘qituvchi o‘qituvchilarning ruhiy xususiyatlari bilan birga, yosh xususiyatlarini ham bilishi, ma’lum yoshdagi o‘quvchilarning diqqat, xotira, tafakkur layoqatlarini inobatga olish asosida faoliyatlarini tashkil etishi lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. O‘zbekiston Respublikasi «Kadrlar tayyorlash Milliy dasturi». - T.: 1997.
2. O‘zbekiston Respublikasining «Ta’lim to‘g‘risida»gi Qonuni. - T.: 1997.
3. I. Karimov. «Barkamol avlod O‘zbekiston taraqqiyotining poydevori». — T.: 1997.
4. O‘zbek pedagogikasi antologiyasi. I jild, (tuzuvchi-mualliflar: K. Hoshimov va S. Ochil). — T.: «O‘qituvchi», 1995.
5. N. G‘aybullayev va boshq. Pedagogika. — T.: O‘MU, 2005. 3—42-betlar.
6. Z. K. Ismailova, A. A. Shayusupova. Pedagogikadan ma’ruzalar matni. — T.: TIMI, 2005. 3—25-betlar.
7. A. Q. Munavvarov. Pedagogika. — T.: «O‘qituvchi», 1996.
8. B. Ziyomuhamedov, Sh. Abdullayeva. Pedagogika. — T.: O‘ME davlat ilmiy nashriyoti, 2000. 3—22-betlar.
9. Z. K. Ismailova. Pedagogikadan amaliy mashg‘ulotlar. — T.: «Fan», 2001. 3—25-betlar.

EMOTSIONAL INTELLEKTNING OILADAGI VA YOSHLAR DUNYOQARASHI, XULQ ATVORIDAGI O‘ZIGA XOS XUSUSIYATLARI

Emomnazarov Dilshod Komilovich

Jizzax Davlat Pedagogika Instituti akademik litseyi psixologi

Mamlakatimizda oilaga bo‘lgan e’tibor doim diqqat markazida bo‘lib kelgan. Oila mustahkamligi, oilaviy baxt tushunchasi, oila a’zolari o‘rtasidagi o‘zaro hurmat mentalitetimizga xos tushunchalar bo‘lib, u asrlar osha avloddan avlodga o‘tib kelayotgan milliy qadriyatimizning ajralmas bo‘lagi va eng asosiy tarkibiy qismidir. Bugungi kunda ham inson o‘zining to‘laqonli baxtini his etishida oila va undagi shaxslararo munosabatlar o‘z ahamiyatini yo‘qotmagan. 2018-yil 24-iyul kuni O‘zbekiston Respublikasi prezidenti Shavkat Mirziyoyevning Facebook ijtimoiy tarmog‘idagi rasmiy sahifasida davlat rahbari tavalludining 61 yilligiga bag‘ishlangan «Janob Prezident» nomli hujjatli film namoyish qilindi. Intervyuda O‘zbekiston Prezidenti oila va baxt haqidagi fikrlarini o‘rtoqlashdi. Uning fikricha, har bir inson hayotida eng muhimi, bu — oila. «Oila men uchun muqaddas. Muqaddasligi shuki, avvalambor qayerda ishlashidan qat’i nazar, kim bo‘lishidan qat’i nazar agar oilada tarbiya, oilada muhit, oilada halollik, munosabat, tarbiyaga alohida e’tibor bermasa, hech qachon natija bo‘lmaydi. Shuning uchun men farzandlarimning tarbiyasiga juda katta e’tibor beraman. Har bir farzandimga ham, nevaramga ham alohida o‘zining munosabatim bor. Har bir nevaramning alohida xarakterini bilaman, orzusini, istagini

bilaman», — dedi u. «Odam baxtliman deyishga qanchalik haqqi bor? Agar oilang bilan sen baxtli bo'lsang, baxtliman deyishga haqqing bor. Faqat oilam emas, xalqim baxtli bo'lsa men o'zimni baxtli deb bilaman», — deya ta'kidladi Prezident. Haqiqatan ham, oila muqaddas dargoh, chunki u insonning eng yaqin qarindoshlaridan tashkil topuvchi maskan, uning har bir a'zosi bir-birini qo'llab-quvvatlaydi, bir-biri bilan samimiy munosabatda bo'ladi, bir-biriga ko'mak beradi, xatolarini anglashga va ko'maklashishga yordam beradi va bu muhitda inson kamol topadi. Shuning uchun ham oila jamiyatning eng muhim bo'lagi hisoblanadi va davlatimiz tomonidan doimo katta e'tibor qaratiladi. Ma'lumki, har bir oilada kamol topayotgan bolalarning psixik xususiyatlari, jumladan emotsional intellektining o'ziga xosligini o'rganish hozirgi davrda oilaviy munosabatlar psixologiyasining eng dolzarb muammolaridan biri hisoblanadi. Shaxsning jismonan, aqlan va shu bilan birga psixologik jihatdan rivojlanishi asosan u tarbiyalanayotgan oila muhitiga bog'liqdir. Bunda ota-onaning o'rni juda muhim ekanligi ko'p jihatdan o'z tasdig'ini topgan. Lekin oiladagi siblinglar munosabati, yolg'iz va ko'p bolali oilalardagi bolalar psixik xususiyatlarining bir-biridan farqi, bunday holatning bola psixikasiga qay darajada ta'sir etishiga doir muammolar hali izchil ravishda o'rganilmagan. Shuni ta'kidlab o'tish kerakki, bugungi kunda inson faoliyatining muvaffaqiyatli amalga oshishi uning avvalambor o'zini, shu bilan birga o'zga insonlar hislarini tushuna olishi va bunga muvofiq ravishda munosabatlarni o'rnatish olishiga bog'liq. Oilada va boshqa ijtimoiy institutlarda shaxslararo munosabatlarning to'g'ri tashkil etishda shaxsning psixik xususiyatlari, shu o'rinda uning, emotsional intellektni o'rganish masalasini zarur ekanligini anglatadi, shu bilan birga yolg'iz va ko'p bolali oilalar misolida o'rganish ham bu mavzuning dolzarbligidan dalolatdir.

Oilaviy munosabatlar qadim-qadimdan beri o'rganib kelinayotgan muhim masalalardan biri hisoblanadi va unga nisbatan har qaysi zamonda va har qaysi makonda o'ziga xos qarashlar ilgari surilgan. Ayniqsa, bizning sharqona hayot tarzimizda oila inson hayotidagi eng muhim va eng qadrli maskan hisoblanadi. Uning muqaddasligini his etish bizning qon-qonimizga singib ketgan. Baxt tushunchasini ham biz ko'p tomondan oila bilan bog'laymiz. Oila bu avvalambor ayol va erkak kishi o'rtasidagi o'zaro hurmat, muhabbat, ishonch, sadoqatga asoslangan nikohdir.

Islomda nikoh er va xotin o'rtasidagi shartnomadir, unga binoan ular muayyan majburiyatlarni oladi. Avvalo, bir-biriga nisbatan sevgi, hurmat, ishonch, tushunishni ko'rsatish, har narsada bir-birlariga yordam berish va qo'llab-quvvatlash. Bunday ideal oilada yuqori axloqiy va odobli insonlar - bolalar - jamiyat a'zolari o'sadi. Shunga ko'ra, Islomda oila “ kichik jamiyat” sifatida qabul qilinadi. Haqiqatan ham Osiyo yoki Yevropa davlatlaridagi islomiy oilalarda o'zaro hurmat, mehr, doimo yaxshilikka da'vat qilish, farzandlarini ham shu ruhda tarbiyalash, o'zi va o'zgalarni hurmat qilish, oila qurishda mas'uliyatli bo'lish, oilaning boshlig'i erkak kishi ekanligini o'rgatish, o'gil bolalar ongiga oilasini himoya qilish, asrab-avaylash, g'amxo'rlik qilish va mas'uliyatli bo'lish kabi xususiyatlar singdirilsa, qizlarning ongiga turmush o'rtog'iga itoat etish, uning fikriga va qaroriga hurmat bilan qarash, itoatkorlik kabi xislatlar singdirib boriladi.

Yevropa mamlakatlarida esa asosan erkin nikoh, o‘zaro tenglik qabul qilingan, nikoh shartnomasiga asoslangan oila qurish keng tarqalgan. Yoshlar oila qurishdan oldin bir-birlarini uzoq o‘rganib, xarakterlariga ko‘nikib, intim munosabatlarda bo‘lib, bir necha yillar birga yashab, bir-birlariga mos kelish yoki kelmasliklarini anglab yetishadi. Ko‘p hollarda bu munosabatlar uzoq davom etmay, bir-birlaridan zerikib, oila qurmasdan ajralib ketishadi. Ba’zi Yevropa mamlakatlarida birgalikda yashash ma’lum bir huquqiy maqomga ega. Birgalikda yashash asosan shimoliy va g‘arbiy Yevropada yoshlar orasida keng tarqalgan. Bu nikohning boshlanishi yoki nikohning alternativasi sifatida qaraladi. Birga yashab, oila qurib yashab keta olishlariga ishonchlari komil bo‘lgandagina to‘y qilib, cherkovda nikoh o‘qitib, yuridik hujjatlarni olishgach, rasman o‘zlarini bir oila deb qabul qilishadi. Ana undan keyin farzand ko‘rish masalasini o‘ylab ko‘rishadi, qachon va nechta farzandli bo‘lishni rejalashtirishadi. Ko‘pincha yagona farzand bilan kifoyalanishadi va ana shu farzandning kelajagi uchun barcha sharoitlarni yaratishga harakat qilishadi. Shu sababli ham biz Osiyo xalqlarini ham, Yevropa xalqlarini ham oilaga nisbatan jiddiy qarashlarini, farzand tarbiyasida mas’uliyatni his etishlarini e’tirof eta olamiz.

Oila ko‘pincha jamiyat bilan bog‘liq sotsial institut sifatida qaraladi, jamiyatning eng kichik bo‘lagi sifatida e’tirof etilib, avvalambor shaxsiy hayot sferasida namoyon bo‘ladi. Haqiqatan ham oila avvalambor insonning shaxsiy hayotida namoyon bo‘ladi, undagi shaxslararo munosabatlar, uning barqarorligi jamiyatdagi rivojlanishiga sezilarli darajada ta’sir etadi. Oila bir vaqtning o‘zida jamiyatning ajralmas bo‘lagi, shu bilan birga alohida, mustaqil, individual kichik jamoadir.

Har qanday oilada bolalar rivojlanishida ota-onalarga va boshqa shaxslarga nisbatan taqlid qilish xususiyati yotadi. Bola-ota-ona munosabatlarining xarakteri bolaning nusxa ko‘chirish uslubiga ham ta’sir qiladi: bolalar nuqtai nazariga ko‘ra to‘liq oilalarda haddan tashqari jiddiylik, nazorat, bolaning o‘zini tutish xatti-harakatlarini tez-tez kamaytiradi, chunki bu ota-ona tomonidan bostiriladi - bolaga o‘zini himoya qilish imkoniyati berilmaydi yoki unga ehtiyoj yo‘qdek tuyiladi - chunki ota-ona uning barcha ko‘rinishlarini to‘liq qabul qiladi. Bola ko‘pincha oila ichidagi tarbiya konfrontatsiyasi eng salbiy ta’sir qiluvchi omil hisoblanadi. Bu bolalarda eksternalizatsiyaning kuchayishiga va muammolarni hal qilishdagi sotsial qo‘llab-quvvatlash strategiyalarini izlashni kamayishiga olib keladi. Bolalar ikkala ota-onalar bilan hamkorlikni, qabul qilish va munosabatlarni yuqori baholaganlarida, eng funktsional nusxa ko‘chirishni namoyish etadilar. Yolg‘iz ota-ona oilalarida, ota-ona va bola munosabatlarining tabiatini bolaning xatti-harakatlariga ta’siri oila tuzilishining o‘ziga xos xususiyatlari va yolg‘iz ota-ona va bola o‘rtasidagi munosabatlar tizimiga qarab belgilanadi: xavotirli onalar bilan munosabatda bolalar ko‘proq muammolarga duch kelishadi (muammoni hal qilish, masofa saqlash, internalizatsiya va eksternalizatsiya). Bolalardagi ko‘pincha eng salbiy ta’sir ko‘rsatuvchi omillardan biri bu onaning qattiqqo‘lligi, muammoni hal qilish yo‘llarini izlashni kamaytirishi va tashqi muhitdan yordam izlashidir. funktsional yengish, hissiy yaqinlik va onasi bilan bo‘lgan munosabatlardan qoniqishni qadrlagan bolalar tomonidan namoyish etildi. O‘zlarining onalari bilan bo‘lgan munosabatlardan hissiy yaqinlik va qoniqishni qadrlagan bolalarda funktsional koping yaxshiroq namoyon bo‘ladi. Boladagi bunday psixologik rivojlanishlar o‘z o‘rnida uning

emotsional intellektiga ta'sir etadi. Emotsional intellektga olimlar tomonidan turlicha ta'riflar berilgan. Emotsional intellekt inson hayotini tartibga solish uchun muhim manbalardan biri bo'lib, uning xulqidagi o'zini o'zi tartibga solish darajasini va muammoli vaziyatlarni yengib o'tish strategiyalarini ifodalaydi. Emotsional intellekt inson psixologik madaniyati strukturasi ajralmas qismi bo'lib, u quyidagi funksiyalarni bajaradi: baholash-bashorat qilish, hissiy-kommunikativ, tartibga soluvchi, motivatsiyalovchi, refleksiv-korreksion. Emotsional intellektning alohida komponentlari holati affektiv buzilishlarda va shizofreniyada quyidagi xususiyatlar bilan xarakterlanadi: - me'yorga nisbatan emotsional intellektning perseptiv tarkibiy qismi nevroitik (xavotirli, obsesif-kompulsiv va somatoform) buzilishlar depressiya holatida nisbatan saqlanib qoladi, shizofreniyada esa nisbatan ko'proq buzilishlar kuzatiladi, asosan somatoform va obsesif-kompulsiv kasalliklarga chalingan bemorlarda emotsional holatlarning birlamchi ma'nosini anglash jarayoni (emotsiyalar identifikatsiyasi) disfunktsional bo'ladi; emotsiyalarning ikkilamchi ma'nosining funksiyalarini ta'minlaydigan emotsiyalar lug'ati, emotsional intellektning strukturaviy funktsional birligi bo'lib, u ruhiy patologiyaga juda chidamli bo'ladi, faqat somatoform buzilishlari bilan zararlanadi, boshqa affektiv kasalliklar va shizofreniyada nisbatan saqlanib qoladi, kognitiv faoliyatni emotsional jihatdan tartibga solish buzilgan ruhiy kasalliklari bo'lgan barcha tekshirilgan bemorlarda buzilishlar kuzatilgan va xavotir-depressiv emotsiyalarga, tinglash-nutq xotirasiga, fazoviy funktsiyalar, dasturlash va boshqarish jarayonlariga destruktiv tarzda ta'sir etadi. Ushbu buzilishning paydo bo'lishiga sabab bo'luvchi psixologik mexanizmlaridan bir ko'rinishi bu faoliyatning emotsional regulyatsiya tizimi to'g'risida bilimlarning yetishmasligi shaklida bo'lishi mumkin. Emotsiyalarning kognitiv regulyatsiyasi shuningdek, barcha affektiv kasalliklarda zararlanadi va o'zini o'zi ayblash, ruminatsiya, katastrofizatsiya (nospetsik pattern) kabi kognitiv va xatti-harakatlar strategiyalarini destruktiv aktuallashtirish, shu bilan birga diqqatni chalg'itish, boshqalarni ayblash, spirtli ichimliklarni iste'mol qilish, xatti-harakatlardan qochish bilan tavsiflanadi. Emotsional intellektni o'rganishda olimlar nafaqat psixik buzilishlarga e'tibor qaratishgan, shu bilan birga uning sog'lom shaxslar faoliyatidagi xususiyatlarini o'rganishgan. Masalan, yosh mutaxassislarining professional faoliyatlaridan qoniqishining turli ko'rsatkichlari shaxslararo emotsional intellekt darajasidan ko'ra shaxsning ichki emotsional intellekti darajasi bilan ko'proq bog'liq bo'ladi.

Xulosa o'rinda shuni ta'kidlab o'tish lozimki, oilalarda emotsional intellektni o'rganishda ham oilaning, ham emotsional intellektning barcha xususiyatlarini qamrab olgan holda ular o'rtasidagi o'zaro bog'liqlikka e'tibor berish kerak.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yhati:

1. Смирнова А, “Половозвратные и семейные факторы становления совладающего поведения у детей младшего школьного возраста”. 2010. 20-с. Санкт-петербург
2. Киселева Т, “Эмоциональный интеллект как жизненный ресурс и его развитие у взрослых. 2015. Москва
3. Манянина Т, “Эмоциональный интеллект в структуре психологической культуры личности”. 2010. Барнаул.

УМУМТАЪЛИМ МАКТАБЛАРИДА ЎҚУВЧИЛАРНИ ТИЗИМЛИ РАВИШДА КАСБ-ХУНАРГА ЙЎНАЛТИРИШ ДАВР ТАЛАБИ

Халилова Ойдинисо Иркиновна

Навоий вилояти Зарафшон шаҳар 1-сонли АФЧЎИ мактаб психологи

Истиқлолнинг дастлабки йилларидан таълим Ўзбекистон Республикаси ижтимоий тараққиётининг устувор йўналиши деб эълон қилинди. Ҳозирда президентимиз Шавкат Мирзиёев Миромонович ташаббуслари ва бевосита раҳнамолигида жаҳоннинг бу борадаги илғор тажрибалари ҳамда халқимизнинг кўп асрлик миллий қадриятларини ўзида акс эттирган янги таълим тизими ҳаётга татбиқ этилмоқда. 2020 йил 23-сентябрдаги Ўзбекистон Республикасининг 637-сонли «Таълим тўғрисида»ги Қонуни мукаммаллиги ва мақсадлари билан мазкур соҳадаги чуқур ислохотларни амалга оширишнинг янги босқичини бошлаб берди. Бугун Ўзбекистон таълимнинг барча босқичларида илғор тадқиқотлар олиб бориш имконияти, хар томонлама юқори илмий салоҳияти ва малакали кадрлари мавжуд бўлган катта миқдордаги таълим муассасаларига эга маданий-илмий марказ десак муболаға бўлмайди. Ўзбекистон тарихан қисқа давр ичида ҳаётнинг барча жабҳаларида, шу жумладан, таълим тизимини ислоҳ қилиш борасида мислсиз, бутун дунё эътирофига сазовор бўлган ютуқларга эришаётган мамлакат ҳамдир.

2021/2022 ўқув йилидан бошлаб умумтаълим муассасалари битирувчилари ўз иқтидори ва қизиқишларига мос касбни танлаб олиши, меҳнат бозорида муносиб ўринини топиши, касбий фаолиятида муваффақиятга эришиши учун “Касбий йўналтириш тизими” жорий этилиши тўғрисида 2020 йил 6-ноябрдаги 6108-сонли Фармони “Ўзбекистоннинг янги тараққиёт даврида таълим-тарбия ва илм-фан соҳаларини ривожлантириш чора-тадбирлари тўғрисида”ги фармонининг 15-бандида кўрсатиб ўтилиши мамлакатимизда ёшларга бўлган эътиборнинг яққол намоёнидир.

Умумий ўрта таълим муассасаларида касб-хунарга йўналтириш ишларини ташкил этиш тўғрисида “Ўқувчиларни касб-хунарга йўналтириш ва психологик-педагогик республика ташхис маркази директорининг 2020 йил 25-сентябрдаги 46-сонли буйруғи асосида мактабларда бир қанча амалий ишлар амалга оширилмоқда. Жумладан, ўқувчиларни касб-хунарга йўналтириш, уларни таълимнинг кейинги босқичига жалб қилиш ҳамда бандлигини таъминлаш бўйича чора-тадбирлар режаси асосида “Устоз-шогирд” анъанасининг фаолияти йўлга қуйилиши, ўқувчи-ёшларни мактабдан ташқари бўш вақтларини мазмунли ва самарали ташкил этиш, уларнинг қизиқиш, қобилияти, лаёқати ва

мойилликларини инобатга олиб, касб-ҳунар сирларини ўргатиш мақсадида “Касблар ойлиги”ни ташкил этилиши, “Менинг касбий карьерам” тўгараги фаолиятининг мактабларда йўлга қўйилиши бунга яққол мисол бўла олади.

Мактабда 2020-2021 ўқув йили битирувчиларини келажакда ҳаётда ватанга керакли, хизмат қиладиган инсон бўлиб етишишлари ва ўзлари қизиққан соҳаларда меҳнат фаолиятларини олиб боришлари учун шаҳар ҳокимлиги билан вилоят касбий таълимни ривожлантириш ва мувофиқлаштириш бошқармасига қарашли Зарафшон саноат техникуми, Зарафшон тиббиёт коллежи, Зарафшон касб-ҳунар мактаби ҳамда ШХТБ ўртасида имзоланган меморандум асосида “Қисқа муддатли курслар”га жалб этиш ишлари ташкил этилган. Ҳозирда жами 52 нафар битирувчидан 50 нафари касб-ҳунар мактабларида ҳамда нодавлат ташкилотларда касб ўрганмоқда. Икки нафар васий битирувчимиз имтиёзли равишда касб-ҳунар мактабида ўқишни давом эттирмоқда. Бундан ташқари ҳамкор ташкилотлар ёрдамида битирувчиларнинг билимларини синовдан ўтказиш, уларда кўникма шакллантириш мақсадида ДТМ ёрдамида бир қатор тадбирлар амалга оширилмоқда. Бу эса албатта келажакда ўз мевасини беради деган умиддамиз. Битирувчиларни олий таълим муассасаларига қамраб олиш ва уларни мустақил ҳаётга тайёрлаш умумтаълим мактабларида фаолият олиб бораётган ҳар бир педагог ходимнинг энг асосий вазифаларидан бири эканлигини эсдан чиқармасдан масъулият билан ўз вазифамизга ёндошсак албатта ижобий натижага эришамиз.

ФАРЗАНД ТАРБИЯСИДА МАКТАБ ВА ОТА-ОНАНИНГ РОЛИ

*Жабборова Фотима Тошпўлатовна
Мирзо Улугбек тумани 142-сонли ИДУМ психологи*

Ота-оналар кўпинча боланинг гапга кирмаслиги, буюрган ишини қилмаслигидан шикоят қилишади. Боланинг гапга кириши ёки кулоқсиз бўлиб ўсишига ота-онанинг роли жуда катта. Ота-она боласига ўзини тутишга ва ҳисларини жиловлашга ўргатса, ҳаммаси яхши бўлади. Бунинг учун эса қуйидагиларни тавсия этамиз. 1. Болага буюрган ишингизни қатъиятлик қилиб, дарҳол бажаришга ундаманг. Аксинча “Илтимос, мана шу ишни қилгин!” ёки “Бу иш сенинг қўлингдан келади, мен сенга ишонаман!” каби сўзларни мулойим тарзда ишлатинг. 2. Болага атроф-муҳитни ўрганишига қаршилиқ қилманг. Акс ҳолда болада доим “тегма” ва “мумкин эмас” сўзларини эшитганидан сўнг. қарама-қарши таъсир пайдо бўлади. Бу қоидага, айниқса, бола уйни ўрганишни бошлаганидан бошлаб риоя қилмоқ зарур. Бунда боланинг хавфсизлигини таъминлаш мақсадида уйингиздаги розетка (электр асбобларини тармоққа улаб,

тиқиб кўядиган мослама)ларни яширинг, гул тувакларини унинг кўли етмайдиган жойга кўйинг ва ҳ.к. 3. Болалар кўпинча ота-оналарининг ҳаракатини такрорлашлари ҳеч кимга сир эмас. Шундай экан бу имкониятни, албатта қўллаб, шу билан бирга ўзингизнинг ҳам бир иккита ёмон одатларингиздан воз кечасиз. Овқатингизни еб бўлганингиздан сўнг, коса ёки ликопчани олиб бориб ювиб кўйинг. Кийимларингизни алмаштиришингиз билан дарров жавонга жойлаштиринг. Болаям шу қоидага амал қилади. 4. Агар доим фарзандингизнинг камчиликлари учун койисангиз, унда “эътиборни шу тариқа тортиш мумкин экан”, деган нотўғри тушунчадан йироқ бўлинг. Бундай ҳолатнинг олдини олиш учун уни ҳатто энг кичик ютуқлари учун ҳам мақтаб туринг.

БОЛАНИ ИТОАТЛИ ҚИЛИШ МУМКИНМИ?

Бола яхшиликча тушунмаса нима қилиш керак? Хонасини тартибга келтиришни истамаса, уй ишларига ёрдам бермаса, уйга берилган вазифани бажармаса қандай чора қўллаган маъқул? Бола ота-онаси фикрини назар-писанд қилмайдиган бўлса, дангасалик ва худбинлик қилса, аҳволни яхшилаш мумкинми? Қуйида бола билан ўзаро келишув, ҳурмат ва муҳаббатга асосланган муносабатни ўрнатиш борасида тавсиялар берилади. Уларни қўллаб кўплаб муаммоларни бартараф этиш мумкин. Қайси ота-она боласининг ҳурмат қилишини, севишини ва итоатли бўлишини хоҳламайди? Ўғлининг кўпол ёки қизининг бетгачопар бўлишини ҳеч ким истамайди. Доимий жанжалга кимнинг тоби бор? Демак, биз, ота-она фикрини ҳурмат қиладиган, итоатли, мақсадга интилувчан, меҳрибон бола ўстиришни истаймиз. Агар бола тўғри тарбияланса, у шундай бўлишининг эҳтимоли юқори. Лекин бола гап қайтарса, кўполлик, инжиқлик, худбинлик қилса, уйдан қочиб кетса, ёмон тарбияланганидан далолат. Биз кўпинча тарбия усули сифатида куч ишлатишдан фойдаланамиз. Куч ишлатиш мажбурлаш усулига киради. Мажбурлаш бошқа одамнинг эркинлигини бостиришга қаратилган ҳаракатдир. Бу шахсинг хоҳиш-иродасини эътиборга олмаслик, эркин танловини инкор этиш, тақиқ, мажбур қилишдир. Куч ишлатишга руҳий ва жисмоний куч ишлатиш ҳамда уларни кўшиб олиб бориш киради. Руҳий куч ишлатишга сўз ёки ҳаракат билан кўрқитиш, ҳақоратлаш, бақриш, қовоқ уюш, уялтириш кирса, жимсоний куч ишлатишга шулар билан бирга қулоқни тортиш, гарданига уриш, тасма билан савалаш каби баданга азоб етказиш киради. Бошқача айтганда, ўз истагини бажартириш учун кучли томоннинг руҳий ва жисмоний таъсир кўрсатиши куч ишлатишга киради. Умуман, қамчи воситасида болани тарбиялаш собиқ шўро давлатларида азалий удум ҳисобланиб, болада катталарга нисбатан пайдо бўлган ғазаб. куч орқали бостирилган. Боланинг фикри катталарникидан фарқ қилса, у ё эътиборга олинмайди, ёки ман этилади. Бола катталарнинг буйруғини бажармаган тақдирда ҳам унга руҳан ёки жисмонан куч ишлатилади. Нега? Яхши одам бўлиши учунми? Йўқ, бу усул яхшиликка олиб келмайди, Аксинча болани ҳар қандай буйруқни сўзсиз бажарадиган, ўз фикрига эга бўлишга хайиқадиган одамга айлантириб кўяди. Қайси ота-она фарзандининг шундай одам бўлишини истайди? Қамчи усули шундай одамни етиштириб чиқарадиган бўлса, нима қилиш керак? Аввало қамчи усули бола руҳиятига қанчалик таъсир этишини аниқлаб олайлик. Бола тилга кира бошлаганида, у тушунмаса-да, ота-онаси айтган

сўзни қайтаради. Кейин катталарга ўхшаб, сўзларни қўшиб, гап тузишга ўтади. Лекин сўз билан бирга атрофдагиларнинг юз ва қўл ҳаракати, кўз қарашидаги ўзгариш ҳам маълум маънога эга ва улар ҳам ўзаро муносабатнинг бир кўриниши эканини англаб етади. Бу ишни қандай бажарса бўлади? Унга номаълум-ку? Бола буни кўпинча ёнида бўлган ота-онасидан ўрганади. Худди сўзларни ўргангани каби, сўзлаш услубини, ишоралар орқали мулоқотни ота-онасидан ўзига сингдиради. Ёш бола ота-онаси айтган гапнинг 72 фоизини эшитган замон унутади, лекин уларнинг ўзларини тутишини, қандай гапиришини, овозининг ўзига хос сифатларини, ишора ва ҳаракатларини яхши ўзлаштиради ва эслаб қолиб, уларни қайтаради. Чунки бола ота-онаси нима қилса, ўшани мен ҳам қилишим керак, деб ўйлайди. Бола бошқалар билан қандай гапириш кераклигини ота-онасидан ўрганади. Ота ва онаси бир-бирига қандай мурожаат қиляпти, уйни қандай йиғиштиряпти, бир-бирига миннатдорчилик билдирияптими, ҳурмат қиляптими? Боланинг уринмаган ақли ота-онасининг юриш-туришини сувшимгич қоғоздек ўзига юктириб олади. Энди болани қамчи билан тарбиялаш усулини кўриб чиқамиз. Агар бола ота-онага қулоқ солмаса ёки истагига қарши чиқса, жазоланади. Нега? Ахир истак ёки айтгани бажарилмаса, ўзига нисбатан қандай чора кўрилишини бола кўряпти. Ота-онаси ғазабланыпти, сўкяпти. Боланинг истаги бажарилмаса, у ҳам шуни қайтаради, ғазабланади, кичқиради, депсинади, яъни шундай қилиш керак деб ўйлайди. Буни кўрган ота-она янада ғазаб отига минади ва яна болани қийнашни давом этади. Шунда бола, истакни бажартириш учун одамларни эзиш керак экан, деган фикрга боради. Улар кучли бўлгани учун истакларини бажартиришади. Бу адолатдан эмас. Мен ҳам катта бўлсам зўр бўламан, деган хулосага келади у. Демак боланинг истаги ота-онага ёқмаса, уни куч билан бостириш керак. Шу тўғри тарбиями? Йўқ! Ривожланган давлатларда бу усул болани руҳан жароҳатлайди, деб бундай қилинмайди. Кузатишлардан маълумки, боланинг ота-онасига ўхшашга интилиши қуйидаги қоидаларни келтириб чиқаради: Ҳурмат қилмасликнинг жавоби-ҳурмат қилмаслик. Худбинлик худбинликни келтириб чиқаради. Эътиборли бўлса, эътибор топади. Боланинг фикри билан қизиқилмаса, у ҳам катталарнинг фикрига қизиқмайдиган бўлади. Мажбурлаш эркинликни чеклайди. Бола ҳис-туйғуни онгли равишда танламайди, балки у орқали воқеа-ҳодисага таъсир кўрсатади. Масалан, ота-онанинг ноҳақлиги болани ранжитади ва ўзига нисбатан ачиниш туйиб, у кўз ёш тўкади ва қаттиқ йиғлайди. Бола катталардан фарқли ўлароқ ҳиссиётини эркин ифода этади ва унга қарши боролмайди. Унинг ҳиссиёти туғдирган салбий ҳаракати ота-она томонидан жазоланса, боланинг хафалиги янада ортади ва катталарнинг куч ишлатганига қарши пайдо бўлган салбий ҳиссиёт ғазабини келтиради, ўзини кераксиздек сезиб, ноҳақликни туяди. Бирор ёмон ишни такрорламаслик сўралганда бола рози бўлиб, лекин ҳеч қанча вақт ўтмай бу ишни яна қайтариши унинг атайлаб қилишидан эмас, ҳиссиётини бошқара олмагани натижасида содир бўлади. Яна қайтарамиз, бола онгли равишда ҳиссиётини бошқара олмайди. Бола гуноҳ қилса, ота-онасини бурчакка тик қўйиш керак, деган янги нақл бор. Ота-оналар болани жазолаганда, бу унга сабоқ бўлади, қилган хатосини қайтарса, яна жазоланишини ўйлаб, тортган азоби ёдига тушади

ва ўзини яхши тутди деб ўйлашади. Ҳақиқатда эса, бу жазо, болани бўйсўнадиган эмас, ўзига ишонмайдиган қилиб қўяди. Агар жазодан бола яхши бўлиб қолганда эди, бу чора дарров ижобий натижасини берган бўларди. Афсуски бундай эмас. Бола воқеа-ҳодисага нисбатан ўз салбий ҳиссиётини намоён этса, жазоламаслик керак. Чунки жазолашнинг ўзи ҳам салбий ҳис-туйғу натижаси ҳисобланади. Демак, бу учун ота-онанинг ўзи ҳам жазога лойиқ. Уларга бу ҳолатлари учун вақтида чора кўрилган. Энди буни улар фарзандларига қайтаришяпти.

БОЛА НЕГА ЎҚИШНИ ХОҲЛАМАЙ ҚОЛАДИ?

Ҳар бир ота-она бир марта бўлса-да, фарзандидан “Ўқигим келмаяпти!” деган жумлани эшитган бўлса керак. Мактабга боришни хоҳламаслик ортида қандай сабаб бор ва асосийси, бу фикрни қандай ўзгартириш лозим?

САБАБИГА ЭЪТИБОР ҚАРАТИНГ

Кечагина мактабга боришни орзу қилаётган фарзандингиз, икки кун ўтмай, бу фикридан қайтади. Айниқса, юқори синф ўқувчиларида бу ҳол кўп учрайди. Ёзги таътилдан кейин улар қутилмаганда бошқа ўқимаслигини айтиб қолишади. Ёки ўсмирлар ҳам касалликни баҳона қилиб ёки бошқа сабабларни ўйлаб топиб, дарсларга бормаи қўйишади. Ўқитувчи айтмагунча, ота-оналар бундан беҳабар бўлишади. Ҳар бир ёшда мактабга бориш истаги йўқолишининг ўзига хос сабаблари бор. Биринчи синфдоғилар ва катта синфдоғилар учун хос бўлган умумий сабаблар ҳам мавжуд. Муҳими, ўқишни хоҳламаслик ортида нима яширинганини тушуниш ва муаммонинг оқибати эмас, сабаби билан курашиш лозим. Баъзан бола билан гаплашишнинг ўзи кифоя, бу муаммони ҳал қилиш учун ўқитувчилар ва психологларга мурожаат этилиш керак.

ЯНГИЛИК ВА НОМАЪЛУМЛИК ОЛДИДАГИ ҚЎРҚУВ!

Бошланғич синфда кузатиладиган бу муаммо биринчи навбатда боғчага бормаган болаларга хос. Улар онасининг доим ёнида бўлолмаслигига, нотаниш одамлар билан гаплашишга кўникишмаган, атрофдаги синфдошларининг эса, ҳар бирининг ўз табиати ва хоҳиш-истаги бор. Шунингдек, бола бинонинг ичида адашиб қолиш ёки нотўғри иш қилиб қўйишдан қўрқиши мумкин.

БОЛАГА СИНФДОШЛАРИ БИЛАН ЯҚИНРОҚ ТАНИШИШДА ЁРДАМ БЕРИНГ

Унга ёқадиган синфдошини меҳмонга ёки бирга сайр қилишга таклиф қилинг. Янги дўсти билан у ўзини ёлғиз ҳис қилмайди, қўрқуви камаяди. Шунингдек, 2-3-синфдаги болалар билан гаплашиши мумкин. Улар ўзларининг ижобий тассуротлари билан ўртоқлашишади. Ўзингиз ҳам биринчи синфга борганингизда қандай қийинчиликларга дуч келганингиз ва уларни қандай енгиб ўтганингиз ҳақида гапириб беринг. Ота-онаси юқори талаб қўядиган бола, уларнинг ишончини оқлолмаслигидан, бирон ишни удалай олмасликдан қўрқади. У доим “Агар синфдошларим билан дўстлашолмасам... (“беш” баҳо ололмасам, синфдаги энг ақлли бола бўлолмасам) нима бўлади?” деб, хавотирга тушади.

БОЛАНИ ТЕЗ-ТЕЗ МАҚТАБ ТУРИШ, УНИНГ КИЧИК ЮТУҚЛАРИДАН ҚУВONIШ, РУҲЛАНТИРИШ, У БИЛАН ФАХРЛАНИШИНИНГИЗНИ АЙТИШИНИНГИЗ КЕРАК. ЎҚИТУВЧИ БИЛАН МУАММОЛАР

Бошланғич синфда бу муаммолар қуйидагича бўлиши мумкин: Бола ва ўқитувчи феъл-атворининг мос келмаслиги. Сўзи ўтадиган, ғайратли ўқитувчи. ювош, ўзига ишонмайдиган болани эзиб қўйиши, руҳини тушириб юбориши мумкин. Ва, аксинча, ўта босиқ ўқитувчи ҳаддан ташқари ҳаракатчан боланинг диққатини ушлаб туролмаслиги мумкин. Баъзи болалар “Устоз мени яхши кўрмайди” деб ўйлайди. Бунинг сабаби аслида синфда болалар кўплиги ва уларнинг ҳар бирига етарлича вақт ажратишга ўқитувчининг имкони йўқлигида. Танбеҳ эса болада “Устозим менга салбий муносабатда” деган ҳисни уйғотади. Жанжалли вазият: бу англашилмовчилик ёки ўқувчи ёхуд ўқитувчининг хатоси бўлиши ҳам мумкин. Масалан, бола ўзининг хатосини яшириш учун ниманидир гапирмаслиги ёки ўқитувчи унга нисбатан нотўғри йўл тутиши мумкин.

ФАРЗАНДИНГИЗ ВА УНИНГ ФЕЪЛ-АТВОРИДАГИ ИМКОНИЯТЛАРНИ БАҲОЛАНГ

Агар муаммо боланинг серғайратлигида бўлса, уни сарфлашнинг имконини топиш (кўчада кўпроқ югуриши, спорт билан шуғулланишига шароит яратиш) зарур. Шунингдек, асабий юкломани камайтириш-телевизор кўриш, компьютер ўйинларини чеклаш лозим. Болага ўқитувчи она, ота ва дўст эмаслигини тушунтиринг. У педагогнинг вазифаси-билим бериш, боланинг вазифаси эса диққат билан тинглаш ва тушунмаган нарсасини сўраш эканлигини англаб етсин. Ўқитувчини болани олдида танқид қилманг. Шу билан бирга, болани уришиб, унинг кечинмаларини қадрсизланторманг. Бола билан ҳам, ўқитувчи билан ҳам алоҳида гаплашинг. Ҳар икки томонни эшитгач, вазиятга ҳолисона баҳо беришга, сўнг ўқитувчи билан бирга вазиятдан чиқиш йўлини топишга ҳаракат қилинг.

ЎҚУВ ДАСТУРИНИ ЎЗЛАШТИРИШДАГИ ҚИЙИНЧИЛИКЛАР

Ҳатто жуда ақлли ва баркамол болалар ҳам касаллик туфайли ёки шунчаки дарсни эшитмай қолиб, ўтказиб юборишлари мумкин. Бола аҳмоқ бўлиб кўринишдан кўрқиб, қайта савол бермайди ва ташвишланиб, муаммони катталаштиради. Биринчи синфда бола дарсларни осон ўзлаштириб, 2-3-синфларда эса қайсидир фандан ёки умуман ўқув жараёнидан ортда қола бошлади. Ёки, аксинча, қайсидир билим ва кўникмаларни кўзда тутилган дастурдан олдин ўзлаштириб, дарсларга қизиқиши йўқолди, дарсдан чалғиб, ёмон баҳолар ола бошлади. Бу вазиятда боланинг дарсдан орқада қолиши нима билан боғлиқлигини тушунишга ҳаракат қилинг. Агар бу арзимас камчилик бўлса, уни қўшимча дарслар ёрдамида тўлдириш осон. Агар бола қайсидир фандан олдинга чиқиб, ўзини билагон деб билса, унга олимларнинг битта мавзунини йиллаб ўрганишлари ва ҳар доим қандайдир янгилик топишларини эслатиш лозим. Қизиқарли маълумотларни ўтказиб юборишни истамаса, дарсда чалғимаслиги керак. Умуман олганда ўқув дастури боланинг билим ва кўникмаларидан бир оз илдам бўлгани маъқул. Шунда унинг қизиқиши сўнмайди, навбатдаги босқични ўзлаштириш осонлигини ҳам ҳис қилади. Агар бола барча фанлардан ортда қолаётган бўлса, ўқитувчи билан маслаҳатлашинг, эҳтимол, уни енгиллаштирилган дастурга ўтказиш керакдир. Бу келажакда бола катта ютуқларга эришолмайди, дегани эмас. Асосийси, бошланғич мактабда пойдеворни тўғри ва мустаҳкам қуриш зарур.

ЮҚОРИ СИНФГА ЎТГАЧ...

Асоснинг йўқлиги. Бола олаётган билимлари унга нима учун кераклигини ва кейин улардан қаерда фойдаланиши мумкинлигини тушунмайди.

МАКТАБДА ЎҚИТИЛАДИГАН ФАНЛАРНИ РЕАЛ ҲАЁТ БИЛАН БОҒЛАШГА УРИНИШ КЕРАК.

География ва биологияни атроф-оламда кўришни, физика ва математика бўйича билимларни, масалан, авиамоделларни яратишда қўллашни ўрганиш лозим. Болани аста-секин билимларга йўналтириш, уларнинг муҳимлигини кўрсатиш. Ўсмирдан матнни инглиз тилига таржима қилишга ёки компьютерда тақдимот қилишга ёрдам беришни сўранг. Унга мавзуни яхши биладиган одам сифатида саволлар беринг. Бола маълумотларни дарсликдан эмас, интернетдан изласа, бунинг хавотирли жойи йўқ. Асосийси, болада қизиқиш уйғотишдир. Фавқулодда қобилиятлар. Ўсмир фанни ўзлаштиришда синфдошларидан (баъзан ўқитувчидан ҳам) жуда олдинлаб кетади. Кўпинча бу ортда қолаётганларнинг норозилигини келтириб чиқаради (ўқитувчининг иззат-нафсига тегади) ва жанжалларга сабаб бўлади. Бунақа вазиятда болани ихтисослаштирилган синфга ўтказиш ҳақида ўйлаш керак. Ўзлаштириши ёмонлашса... Агар бола ўқитувчининг нима ҳақида гапираётганини аранг тушунса, дарс унга зерикарли бўлади. Ўзлаштиролмаётгани учун уни бутун синф олдида қойишса ва мазах қилишса, мактабга бормаслик истаги икки барабар кучаяди. Репетиторни ёллашдан олдин, ота-она болага бу фаннинг қанчалар муҳимлигини бирга ўйлаб кўришлари зарур. У гуманитар фанларни яхши билиб, кимёни тушунмайдими? Бунинг ёмон жойи йўқ. Баъзан отаоналарнинг ўзлари муаммо яратишади: 9-синфни қийналиб битирган болани 10-синфга мажбурлаб юборишади. Бу қарор тўғри эмаслигини ота-она тушуниши лозим. Романтик туйғулар (кўпинча жавобсиз севги). Айниқса, ўсмирларда баъзан бу кескин муаммога айланади. Бунга уларнинг ёши, феъл-атвори ва организмда кечаётган табиий гормонал ўзгаришлар сабаб бўлади. Боланинг кечинмаларини ерга урманг, аксинча, у билан дилдан суҳбатлашишга ҳаракат қилинг. Токи у керакли маслаҳатни бегоналардан эмас, айнан ўз яқин кишидан олиши тўғрилигини, ҳозир бор эътиборини ўқишга қаратиши лозимлигини тушунсин. Ўзини жабрланувчи ва айбдордек тутмасин. Ҳар қандай ёшдаги ўқувчиларда синфдошлар билан жанжаллар учраб туради. Эҳтимол, бола ўзи нотўғри ҳаракат қилади ёки синфдошлари уни асоссиз таъқиб қилишади. Жанжалга нима сабаб бўлганини тушуниш ва муаммони ҳал қилиш учун бола билан очиқ гаплашинг. Ўзини жабрланувчи сифатида тутмаслиги кераклигини тушунтириш. Масхара қилишларига қандай жавоб бериш ёки уларга эътибор бермасликни машқ қилдириш. Агар вазият ўта жиддий бўлса, синф раҳбари ва директорни жалб қилиш керак. Оилавий муаммолар-ота-онанинг жанжали, яқинларининг вафотибуларнинг ҳаммаси болага кучли таъсир кўрсатиши мумкин. Бу вазиятда фарзандингиз билан кўпроқ гаплашишга ҳаракат қилинг, аммо уни муаммолардан ҳимоя қилишга уринманг. У ҳаммасини кўради, эшитади, бироқ ўзининг ёши даражасида тушунади. Баъзан бола барчасига ўзини айбдор санайди. У билан гаплашинг ва юз берган воқеаларда у айбдор эмаслигини тушунтириш.

Фойдаланилган адабиётлар:

1. Л.Ахмедова “Ўсмирларни касб-хунарга йўналтириш ва фарзанд тарбияси”. Тошкент. 2019 йил.
2. Интернет телеграм канали: Психологик билимлар
3. <http://www.psixologiya.uz>

БОШЛАНҒИЧ СИНФ ЎҚУВЧИЛАРИНИНГ БИЛИМ ФАОЛИЯТИНИ ФАОЛЛАШТИРИШ ТЕХНИКАСИ ВА УСУЛЛАРИ

*Абдреймова Алия Хасановна
НДПИ, магистранти*

Одатда мактаб ўқувчилари учун билим олишнинг энг муҳим мотивларидан бири бу билимга бўлган қизиқишдир. Когнитив қизиқиш таъсирида, заиф ўқувчилар орасида ҳам билим олиш жараёни муваффақиятли олиб борилади.

Ушбу ишимизда магистрлик ишимизда олиб борилаётган тадқиқот жараёнининг қисқача мазмуни ва тадқиқотининг асосий натижалари шаклланган. Жумладан, биз мазкур мавзу бўйича асосий олиб борилган тадқиқот материалларига ва бошланғич мактабларда ўқитиш амалиётига мурожаат қиламиз.

Когнитив фаолликни ошириш муаммоси Д.Б Эльконин, В.В. Давидов ва бошқа тадқиқотчи амалиётчилар томонидан ишлаб чиқилган. Когнитив фаолликни оширишнинг қуйидаги усуллари қўлланилади:

- ўйин шакллари, ўқитиш усуллари ва усуллари;
- мустақил иш;
- муаммоли вазиятлар;
- ўқитишнинг ноанъанавий шакллари;
- лойиҳалаштириш ва тадқиқот фаолияти ва замонавий таълим

технологиялари [1].

Мактабгача ёшдаги болалар сингари кичик мактаб ўқувчилари фаолиятининг энг сеvimли фаолият шакли бу ўйин. Ўйинда, ўйин ролларини ўзлаштириш жараёнида болалар ўзларининг ижтимоий тажрибаларини бойитадилар, ва номаълум шароитларга мослашиш кўникмаларин ривожлантиради.

В.А. Сухомлинскийнинг таъкидлашича «Ўйин - бу катта ёруғ ойна, бу орқали атрофдаги дунё ҳақидаги ҳаётий ғоялар ва тушунчалар оқими боланинг маънавий оламига кириб боради. Ўйин - бу қизиқувчанлик ва қизиқишнинг учкунини ёқадиган учкун» [2].

Математика бутун таълим тизимида алоҳида рол ўйнайди. Математика нафақат табиатшунослик ва иқтисодиётнинг асоси, балки мактаб ўқувчиларининг интеллектуал ривожланишининг энг муҳим таркибий қисмидир. Математика дарсларида фойдаланиладиган ўйинларни руйхати: 1. Стол ўйин; 2. Дидактик; 3. Плот-ролли; 4. Саёҳат ўйинлари; 5. Интеллектуал ўйин.

Стол ўйинлар тасаввурни, ақлни ва кузатувчанликни ривожлантиради. Болалар тез ва мантиқий фикр юритишни ўрганади. Жумладан кроссвордларни оралиқ назорат тўрига ҳам тўғри келади, бундай ҳолда ўқувчилар индивидуал ва жуфтликда ишлаш имкониятига эга бўлади. Бошланғич синф ўқувчиларининг алоҳида қизиқиши топишмоқларга қаратилган бўлиб, бунда ўқувчилар топишмоқларни шеърӣ ихтиролар, жумбоқли ечим, кодлаштириш каби вазифалар асосида ҳал қилишга қизиқиши кучли. Чунончи ўқувчилар математика дарсларида кўпайтириш ва бўлинишнинг жадвал ҳолатларин ўрганаётганда ёки оғзаки ҳисоблашда болалар тўп билан ўйнашни жуда яхши кўрадилар.

Ролли ўйинлар ўқитувчидан махсус тайёргарлик ва мураккаб дизайнни талаб қилмайди. Айрим ҳолларда сюжет ва костюмларнинг деталлари фойдаланилади, масалан, ўқувчилар муайян ролларни бажарадилар, маълум бир сценарий асосида (диалог) ўйнашади.

Саёҳат ўйинлари ўқув материални чуқурлаштириш, мустаҳкамлашга ёрдам беради.

Интеллектуал ўйинлардан фойдаланганда талабалар орасида янада катта фаолликни кузатиш мумкин. Уларга шарада, жумбоқ, топишмоқлар берилади. Кичик ёшдаги ўқувчиларнинг топишмоқларни тахмин қилиб топиш жараёнин ижодий жараён деб аташимиз, ва шу жумладан топишмоқнинг ўзин эса ижодий вазифа сифатида қарашимиз мумкин.

Синфда мустақил ишларни ташкил этишга катта эътибор қаратилади. Ўқувчиларга бу шаклдаги топшириқларнинг мураккаб бўлмаслиги учун тайёргарлик машқлар берилиши мумкин, яъни табақалаштирилган топшириқлар бўлган карточкалар, вазифалар кетма-кетлиги сақловчи машқлар, дифференциялаш бўйича машқлар, шарҳлаш ва кўргазмавий машқлар. Талабалар янги материалларни ва маълумотларни ўрганиш мақсадида ўқитувчи мустақил ишлар сонини кўпайтириши ҳам мумкин.

Айрим ҳолларда дарс бошланиши янги материални тушунтириш билан эмас, балки мустақил иш билан машқ қилинади. Бундай дарсларга тузилган машқлар қуйидаги вазифаларни бажаради:

- янги материални тушуниш учун математика дарсига оид қоидалар, таърифлар, математик фактлар такрорланади;
- янги қоиданинг ажралмас қисми бўлган қойидалар олдинги ўрганилган ҳисоб-китоблар ва трансформацияларни амалга оширилади;
- ўзларига номаълум бўлган алгоритм, формулалар, концепция мавжудлигини башорат қилади.

Шундай қилиб, машқ бажариш давомида ўқувчилар дарснинг янги мавзусини ўрганишни бошлайди. Текширув пайтида ўқувчилар билан тушунчаларни умумлаштирамиз, ва янги тушунча ёки қоидаларни алоҳида ажратиб ўтамыз. Бу шаклдаги машқлар ўқитувчининг янги мавзунини тушунтириши учун вақтни тежашга ёрдам беради.

Когнитив фаолликни ошириш учун муаммоли вазиятлардан фойдаланилади. Математикани ўқитишда муаммоларнинг бўлиши табиий ҳолдир, яъний бу ҳолат ҳеч қандай махсус машқлар, сунъий равишда танланган вазиятлар талаб

қилинмасдан келиб чиқади. Имкони борича ўқитувчи дарс ва топшириқларни режалаштирганда машқларни андоза асос ечиладиган қилмаслиги керак. Чунончи ўқитувчи ўқувчини муаммоларни ҳал қилиш ҳақида ўйлашга йўналтиргани яхши.

Дарсни ташкил этишнинг ностандарт шакллари, масалан, эртакка таклиф қилиш, ўқувчиларда ижодий иш билан танишишга ва яширин имкониятларни рўёбга чиқаришга имкон беради. Эртак сюжети ўқувчиларни сеҳрли дунёга олиб киради, улар қаҳрамонлар билан биргаликда тўсиқларни енгади, ёвузликни бартараф қилади, хафа бўлганларга ёрдам беради. Эртак дарси сизга хайрихоҳлик муҳитини яратишга, қизиқиш ва қизиқишнинг учқунларин ёқишга имкон беради, бу эса охир-оқибат билимларни ўзлаштириш жараёнини осонлаштиради ва ўрганишни самаралироқ қилади.

Маълумка, инсон эшитган нарсасининг 20 фоизини ва кўрган нарсасининг 30 фоизини, бир вақтнинг ўзида кўрган ва эшитган нарсаларининг 50 фоизидан кўпини эслаб қолиши исботланган. Ахборотни идрок этиш ва ёдлаш жараёнини осонлаштириш мақсадида, ўқитувчилар кўпинча такдимотдан амалиётда фойдаланиш тавсия этилади. Дарслар учун такдим этилган презентациялар вақтни сезиларли даражада тежайди, дарс маданиятини оширади, ўқувчиларга бўлган муносабатни фарқлашга имкон беради, мавзуга қизиқишни шакллантиришга ҳисса қўшади ва шунинг учун таълим сифатига ижобий таъсир кўрсатади.

Юқорига келтирилган маълумотларга таянган ҳолда хулоса қилиб айтишимиз мумкин, когнитив ҳаракатларнинг шаклланиши ижобий ҳис-туйғулар билан боғлиқ. Шу сабабли, бошланғич синф ўқувчилари доимо тасдиқ ва эътирофга муҳтож. Талабалар билимини текширишга сарфланадиган вақтни минималлаштириш учун босма шаклдаги турли хил дафтарлар, тарқатма материаллар, математик диктантларнинг ҳар хил турларидан фойдаланиш тавсия этилади.

Литература

1. Давыдов В.В. Теория развивающего обучения. М.: Интор. 1996.
2. Сухомлинский, В.А. Избр. пед. соч. [Текст] : в 3 т. / сост. О.С. Богданова, В.З. Смаль. - М. : Педагогика, 1979.

TA'LIM JARAYONINI RIVOJLANTIRISHNING ENG MUHIM USTUVOR YO'NALISHLARI

Munisa Aybek qizi Ibaydayeva
Nukus Davlat Pedagogika Instituti Pedagogika va Psixologiya ta'lim yo'nalishi
1-bosqich talabasi

Ta'lim insoniyat tajribasining ma'lum tomonlarini, ya'ni o'quvchilar ijtimoiy taraqqiyotining hozirgi talablariga muvofiq darajada bilim va tarbiyaga ega bo'lishlarini ta'minlaydigan faoliyatdir.¹ Ta'lim jarayoni-ma'lumot mazmuni hamda

unga oid faoliyat usullarini o'quvchilarning o'zlashtirilishi uchun o'qitish va o'qish faoliyatlarining real aloqalashuvi, sababiyatli bog'lanishi, bir-biriga muvofiqlashuvi asosida ta'limning aktlar, zvenolar, sikllar shaklida makon va zamonda harakatlanadigan maqsadga muvofiq shirkat faoliyatidir. Ta'limning asosiy vazifalari shaxsni ilmiy bilimlar, ko'nikma va malakalar bilan qurollantirishdan iborat. Ta'lim inson bilish faoliyatining bir turi sifatida bir necha ma'noni bildiradi, ya'ni ta'lim oluvchilarda bilim, ko'nikma va malakalar hosil qilish, ularda dunyoqarash, fikr va e'tiqodlarni shakllantirish hamda ularning qobiliyatlarini o'stirishdir. Ta'lim orqali yosh avlodga insoniyat tajribasi orqali to'plangan bilimlar beriladi, zaruriy ko'nikma va malakalar hamda e'tiqodlar shakllantiriladi.³ Har qanday yangi ma'lumot, axborot o'quvchilar ongiga ta'lim va tarbiya berish orqali singdiriladi. Inson hayotida ta'lim va tarbiyaning o'rni beqiyosdir. Shu o'rinda ta'kidlab o'tish joizki, buyuk jadidchilarimizdan biri bo'lgan Abdulla Avloniy aytganidek, - "Al hosil, tarbiya biz uchun yo hayot-yo mamot, yo najot-yo halokat, yo saodat-yo falokat masalasidir". Moddiy va ma'naviy hayotni bir-biridan ayro tasavvur qila olmaganimizdek, ta'limni tarbiyadan, tarbiyani esa ta'limdan ayro tasavvur qilib bo'lmaydi. Ma'naviy va moddiy hayotni qushning ikki qanotiga taqqoslab o'rganganimiz kabi, ta'lim va tarbiyani ham qushning ikkala qanotiga taqqoslasak, aslo mubolag'a bo'lmaydi. O'qitishning maqsadlari quyidagilar:

1. Talimiy maqsad - O'quv materialining mazmunini bilish, ya'ni ushbu fanga tegishli ilmiy bilimlarni o'zlashtirish va amaliyotga tatbiq qila olishdir.
2. Tarbiyaviy maqsad - fan asoslarini o'zlashtirish orqali uning mazmunida yotgan g'oyalar, dunyoqarashlar ta'sirida o'zining shaxsiy sifatlarini, iymon-e'tiqodlarini shakllantirishdir.
3. Rivojlantiruvchi maqsad - ta'lim jarayoni ta'sirida shaxsning aqliy kamolotini, bilish qobiliyatini, o'qishga, mehnatga bo'lgan munosabatini rivojlantirishdan iborat.⁴ Agar sizning rejangiz bir yillik bo'lsa, sholi eking, o'n yillik bo'lsa daraxt o'tqazing. Agar bir umrlik reja tuzgan bo'lsangiz, bolalaringizni tarbiyalang.

Konfutsiy Ta'lim jarayoniga salbiy ta'sir ko'rsatuvchi omillar haqida so'z borar ekan, shu o'rinda globallashuv jarayonini misol qilib keltirsak, ayni muddao bo'lgan bo'lar edi. Globallashuv - bu avvalo, hayot suratlarining beqiyos darajada tezlashuvi demakdir. Har bir ijtimoiy hodisaning ijobiy va salbiy tomoni bo'lgani singari, globallashuv jarayoni ham bundan mustasno emas. Hozirgi paytda uning g'oyat o'tkir va keng qamrovli ta'sirini deyarli barcha sohalarda ko'rish, his etish mumkin. Globallashuv jarayonining yana bir o'ziga xos jihati shundan iboratki, hozirgi sharoitda u mafkuraviy ta'sir o'tkazishning nihoyatda o'tkir quroliga aylanib har xil siyosiy kuchlar va markazlarning manfaatlariga xizmat qilayotganini sog'lom fikrlaydigan har qanday odam albatta kuzatishi muqarrar.⁵ Aynan shu yerda shuni aytib o'tish o'rinliki, bola tarbiyasi murakkab algoritmi talab qiladigan hayotiy jarayondir. Avvalo, bola tarbiyasida ota-onaga qo'yiladigan eng muhim talab: Bolaga fikrni emas, fikrlashni o'rgatishdir, ana shundagina o'ylangan natijaga erishamiz, ajdodlarga munosib avlodni shakllantira

olamiz.”Farzandlarimiz bizdan ko’ra kuchli,aqlli,dono va albatta baxtli bo’lishlari shart”,-degan so’zlarni bot-bot ta’kidlab o’tgan muhtaram birinchi Prezidentimiz Islom Abdug’aniyevich Karimov o’zining nutq so’zlarida.Albatta,kelajak-yoshlar qo’lida.Ertamiz egalari bo’lgan yoshlarni malakali kadr qilib yetishtirib chiqarish biz pedagagoglarning zimmamizdagi eng mas’uliyatli vazifa deb ta’kidlasak o’ylaymanki,aslo mubolag’a bo’lmaydi. Bugungi kunda yoshlarimiz nafaqat o’quv dargohlarida balki,radiotelevideniye,matbuot internet kabi vositalar orqali ham rang-barang axborot va ma’lumotlarni olmoqda.Jahon axborot maydoni tobora kengayib borayotgan shunday bir sharoitda bolalarimizning ongini faqat o’rab chirmab,uni o’qima,buni ko’rma deb birtomonlama tarbiya berish,ularning atrofini temir devor bilan o’rab olish,hech shubhasiz zamonning talabiga ham,bizning ezgu maqsad muddaolarimizga ham to’g’ri kelmaydi.⁶ Bugungi axborot va texnologiyalar juda kuchli shiddat bilan rivojlanib borayotgan zamonda jismonan va albatta,ma’nan yetuk kadrlarga juda muhtojmiz. Barchamizga ayon bo’lishi kerakki,qayerdagi beparvolik va loqaydlik hukm sursa,eng dolzarb masalalar o’zibo’larchilikka tashlab qo’yilsa o’sha yerda ma’naviyat eng ojiz va zaif nuqtaga aylanadi.Va aksincha qayerda hushyorlik va jonkuyarlik,yuksak aql idrok va tafakkur hukmron bo’lsa,o’sha yerda ma’naviyat qudratli kuchga aylanadi.Xalqimizning ma’naviy olamini turli tahdidlardan asrash hozirgi o’ta murakkab zamonda xalqaro maydonda sodir bo’layotgan jarayonlarning tub mohiyatiga yetib borish,ular haqida holis va mustaqil fikrga ega bo’lish bugungi kunning eng dolzarb vazifasi desak hech qanday xato bo’lmaydi.⁷ Ommaviy madaniyat degan niqob ostida axloqiy buzuqlik va zo’ravonlik individualizm,egosentrizm g’oyalarini tarqatish,kerak bo’lsa shuning hisobidan boylilik orttirish,boshqa xalqlarning necha mingyillik an’ana va qadriyatlarini turmush tarzining ma’naviy negizlariga bepisandlik ,ularni qo’porishga qaratilgan xatarli tahdidlar odamni tashvishga solmay qo’ymaydi.Hozirgi vaqtda axloqsizlikni madaniyat deb bilish va aksincha,asl ma’naviy qadriyatlarni mensimasdan,eskilik sarqiti deb qarash bilan bog’liq holatlar bugungi taraqqiyotga ,inson hayoti,oila muqaddasligi va yoshlar tarbiyasiga katta xavf solmoqda va ko’pchilik butun jahonda bamisoli balo qazodek tarqalib borayotgan bunday xurujlarga qarshi kurashish naqadar muhim ekanini anglab olmoqda. O’z o’zidan ravshanki,bugun zamon voqelikka ochiq ko’z bilan,real va hushyor qarashni,jahonda va yon atrofimizda mavjud bo’lgan,tobora kuchayib borayotgan ma’naviy tahdid va xatarlarni to’g’ri baholab ulardan tegishli xulosa va saboqlar chiqarib yashashni talab etmoqda.Shu bois yurtdoshlarimiz,ayniqsa,yosh avlod ongida murakkab va tahlikali hayot haqida,uning shafqatsiz o’yinlari to’g’risida biryoqlama va soxta tasavvurlar bo’lmasligi kerak.Yosh avlodimizni turli ma’naviy tajovuzlardan himoya qilish haqida gapirganda nafaqat,xalqimizni ulug’laydigan buyuk xususiyatlar,ayni paytda uning rivojlanishiga salbiy ta’sir ko’rsatgan,eski zamonlardan qolib kelayotgan noma’qul odatlar haqida ham ochiq so’z yuritishimiz kerak.⁸ Shuni unutmashlik kerakki,o’zini-o’zi band qila olmagan birovlar band qiladi.Axir,biz islohotlarni yoshlarni yetuk malakali kadrlar qilib tarbiyalash yo’lida tinimsiz harakat qilayapmiz-ku.Barcha harakatlarimiz kelajak avlodimizning

porloq kelajagi uchun ekanligini O'zbekiston Respublikasining har bir fuqarosi his qila bilishi kerak. Biz kelajak uchun buyuk shaxslarni tarbiyalamog'imiz zarur. Xulosa o'rnida shuni aytib o'tish joizki,har bir sohada muvaffaqiyatga erishish uchun eng kamida uzluksiz o'qish va izlanish lozim!Shunday ekan,tashqi salbiy ta'sirlarga berilmasdan,o'z yo'lini to'g'ri tanlay bilgan inson hayotda yutqazmaydi,umri so'ngida pushaymonlar ichida qolmaydi,bosib o'tgan yo'lidan aslo afsus qilmaydi.Hayotda maqsadi bor odamning zerikishga vaqti bo'lmaydi.Maqsad qo'yishda adashmaydi,har doim o'z oldiga ulkan maqsadlar qo'yadi. Bilim barcha muvaffaqiyatlarning kalitidir.Hayotda hayot yo'lingizni chizadigan qalamingizni aslo birovning qo'lga bermang.Sizni boshqarishlariga yo'l qo'ymang.Sizdek bilimga chanqoq yoshlardan ishonmanki,albatta kelajak rahbarlari yetishib chiqadi. Yo'ling magar eltsa,bilimlar sari O'lis mushkul bo'lsin yurgil ilgari. Abulqosim Firdavsiy.

YOSH AVLOD KAMOLOTIDA MA'NAVIY TARBIYANING O'RNI

Petrova Sojida Norpo'latovna

Qashqadaryo viloyati Nishon tuman 11-maktabning psixologi

Annotatsiya. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti tomonidan 2017-yil 28-iyulda ma'naviy-ma'rifiy ishlar samaradorligini oshirish va sohani rivojlantirishni yangi bosqichga ko'tarish to'g'risida PQ-3160-sonli qarorni imzoladi. Mazkur qaror mamlakatimizda ma'naviy-ma'rifiy ishlar samaradorligini oshirish va sohani rivojlantirishni yangi bosqichga ko'tarish bo'yicha muhim huquqiy asos hisoblanadi. Ushbu maqala mazkur qarorning yoshlar tarbiyasidagi ahamiyatini yanada anglashimizda yordam beradi.

Kalit so'zlar: Yoshlar, jamiyat, ma'naviyat, axloq, tarbiya, ruhiy barkamollik, sog'lom avlod, moddiy va nomoddiy unsurlar

Ma'lumki, ta'lim-tarbiya jarayonini ma'naviyatdan, ma'naviyatni esa ta'lim tobidan ajratib bo'lmaydi. Binobarin, ta'lim-tarbiya jarayonida ma'naviyat masalasida chuqur bilimga ega bo'lmaslik, ushbu jarayonda amalga oshirilgan mashaqqatli mehnatning natijasini yo'qqa chiqarishi yo bo'lmasa butunlay teskari natijani keltirib chiqarishi mumkin. Ma'naviyat (arabcha - ma'nolar yig'indisi) haqida so'z borganda dunyodagi moddiy unsurlarni emas ko'proq nomoddiy unsurlarni e'tiborga olish juda muhimdir. Binobarin, ma'naviyat dunyodagi nomoddiy unsurlar hisoblanmish imon, e'tiqod, vijdon, ibo, xayo, sabr-qanoat va boshqa shu kabi (ijobiy) komponentlarning inson tanasida mujassamlashuvi hisoblanadi. Ta'kidlash lozimki, ma'naviyatni anglamoq uchun avvalo insonni anglash juda muhimdir. Binobarin, O'zbekiston Respublikasining Birinchi Prezidenti Islom Karimov ham o'z vaqtida ma'naviyatni tushunish, anglash uchun avvalo insonni tushunish, anglash kerakligini ta'kidlaganlari bejiz emas. Inson haqida gap borganda shuni alohida ta'kidlash lozimki, u mohiyatan o'ta murakkab va o'xshashi yo'q mavjudot hisoblanadi. U mohiyatan faqat moddiylikka yoki

yangi bosqichga ko'tarish to'g'risida PQ-3160-sonli qarorni imzoladi. Mazkur qaror mamlakatimizda ma'naviy-ma'rifiy ishlar samaradorligini oshirish va sohani rivojlantirishni yangi bosqichga ko'tarish bo'yicha muhim huquqiy asos hisoblanadi. Ushbu maqala mazkur qarorning yoshlar tarbiyasidagi ahamiyatini yanada anglashimizda yordam beradi.

Kalit so'zlar: Yoshlar, jamiyat, ma'naviyat, axloq, tarbiya, ruhiy barkamollik, sog'lom avlod, moddiy va nomoddiy unsurlar

Ma'lumki, ta'lim-tarbiya jarayonini ma'naviyatdan, ma'naviyatni esa ta'lim tobidan ajratib bo'lmaydi. Binobarin, ta'lim-tarbiya jarayonida ma'naviyat masalasida chuqur bilimga ega bo'lmaslik, ushbu jarayonda amalga oshirilgan mashaqqatli mehnatning natijasini yo'qqa chiqarishi yo bo'lmasa butunlay teskari natijani keltirib chiqarishi mumkin. Ma'naviyat (arabcha - ma'nolar yig'indisi) haqida so'z borganda dunyodagi moddiy unsurlarni emas ko'proq nomoddiy unsurlarni e'tiborga olish juda muhimdir. Binobarin, ma'naviyat dunyodagi nomoddiy unsurlar hisoblanmish imon, e'tiqod, vijdon, ibo, xayo, sabr-qanoat va boshqa shu kabi (ijobiy) komponentlarning inson tanasida mujassamlashuvi hisoblanadi. Ta'kidlash lozimki, ma'naviyatni anglamoq uchun avvalo insonni anglash juda muhimdir. Binobarin, O'zbekiston Respublikasining Birinchi Prezidenti Islom Karimov ham o'z vaqtida ma'naviyatni tushunish, anglash uchun avvalo insonni tushunish, anglash kerakligini ta'kidlaganlari bejiz emas. Inson haqida gap borganda shuni alohida ta'kidlash lozimki, u mohiyatan o'ta murakkab va o'xshashi yo'q mavjudot hisoblanadi. U mohiyatan faqat moddiylikka yoki butunlay nomoddiylikka ega bo'lgan mavjudot emas. Inson dunyo (borliq)dagi har ikki (moddiy va nomoddiy) unurni o'zida mujassam etgan o'ta murakkab mavjudotdir. Inson moddiyati haqida so'z borganda shuni aytish lozimki, u ham tabiatdagi barcha moddiy unsurlar (barcha jonzoqlar, hayvonot olamidagi barcha turlarga o'xshab tana tuzilishiga, jasadga ega. Ya'ni, inson (jasadi)ga ham moddiy dunyodagi barcha unsurlarga tegishli jihatlar shakl, rang, xid, ta'm va ovoz kabi xususiyatlar taalluqli. Aynan shunday belgilari mavjudligi uchun ham odamzod (tabiatdagi barcha narsalar, havonot olamidagi barcha turlar qatori) moddiylik dunyosiga bevosita mansub bo'lgan mavjudot hisoblanadi. Lekin, insonni tabiatdagi boshqa jonzoqlardan ajratib turuvchi asosiy jihati shundaki, u o'z hayoti davomida dunyodagi nomoddiy unsurlar (imon, e'tiqod, vijdon, ibo, xayo, sabr-qanoat va boshqa shu kabi ijobiy komponentlar)ni o'ziga jo' eta oladi, ishonish qiyin bo'lgan nomoddiy (besh turdagi retseptorlar: ko'z, quloq, til, burun, teri sezgilari bilan aniqlab bo'lmaydigan xudo, farishta va boshqa narsalarga ishonadi va ayrim xollarda ongli ravishda moddiylikdan (ko'plab noz-u ne'matlar, boylig-u, toj-u taxtdan va xattoki o'z jismu-jondan ham) yuz o'girish orqali nomoddiylikka evrilish yo'lini tanlaydi. Bunday xususiyat dunyodagi boshqa jonzoqlaar, hayvonot olamidagi turlar ichida uchramasligi ya'ni, u faqat va faqat inson zotigagina xos ekanligi insonni nafaqat moddiy ekanligini va ayni vaqtda nomoddiy unsurlar sohibi ekanligini ham isbotlaydi. O'zining bunday murakkab mohiyati bilan inson zoti na bir hayvon emasligini va ayni vaqtda na bir farishta ham emasligini isbot etgan holda, u har ikki mavjudotning xususiyatlarini o'zida mujassam etgan o'ziga xos o'ta murakkab mavjudot ekanligini ko'rsatadi. Ta'kidlash kerakki, o'qituvchi va

murabbiylik bevosita ma'naviy sohaga daxldor kasb bo'lib, ular o'z maqsadi va vazifasiga ko'ra axloqni, ma'naviyatni targ'ib qiluvchi, uni yosh avlodda shakllantiruvchi shaxslar hisoblanadi. O'qituvchi va murabbiylar faoliyati o'laroq har bir o'quvchi kelajakda o'z moddiyati (jasadi, tana tuzilishi)ga nomoddiy unsurlar xisoblanmish imon, e'tiqod, vijdon, ibo, hayo, sabr - qanoat va boshqa shu kabi ijobiy komponentlarni jo eta olgan tom ma'nodagi mukammal insonga aylanishi mumkin. Biroq, aynan o'qituvchi va murabbiyning xatosi bilan ya'ni, ular tomonidan yosh avlod hayotida ma'naviyatning o'rni va rolini to'liq tushunmaslik oqibatida yosh avlod ichidan garchi jismoniy jihatdan kuchli, qomati kelishgan va chiroyli bo'lsada aslida nomoddiy unsurlar xisoblanmish imon, e'tiqod, vijdon, ibo, hayo, sabr-qanoat va boshqa shu kabi ijobiy komponentlarni o'z tanasida mujassam etmagan chala - nomukammal mavjudotlar xam chiqishi mumkin. Inson tarbiyasi doimo birinchi o'rinda turishi kerak. Hozirgi kunda tarbiyaning buzilishida chet seriallarining ta'siri juda kuchli hisoblanadi. Chunki bu seriallarda imon, e'tiqod, vijdon, ibo, xayo, sabr-qanoat va boshqa shu kabi (ijobiy) komponentlarning mutlaqo yo'qligi ko'zga tashlanada. Shu orqali yoshlar ma'naviyati ham tarbiyasi ham buziladi. Bizning o'z ota-bobolarimiz ko'rgan milliy seriallarimizdan ko'plab tarbiyaviy jihatlarni olishimiz mumkin. Milliy seriallarimizda mardlik, jasorat, bir so'zlilik, or-nomus tushunchalari yaqqol aks etgan. Albatta ta'limni tarbiyadan ajratib bo'lmagandek, tarbiyani ham ta'limdan ajratib bo'lmaydi. Shu boisdan ta'limni ham tarbiyani ham bir xillikda nazarot qilib, olib borish kerak.

Xulosa sifatida aytish lozimki, bugungi kunda ta'lim-tarbiya sohasida faoliyat olib borayotgan o'qituvchi va murabbiylar albatta ajdodlarimiz me'rosi, ma'naviyatini, milliyligini yo'qotmagan holda va tajribasidan kelib chiqib barkamol insonlarni tarbiyalashni amalda qo'llashi lozimdir. Kelajak biz yoshlarning qo'lida, shu uchun ham bu borada judayam ehtiyotkor bo'lish kerak. Bu bilan yosh avlodning tarbiyasiga ham ta'lim jarayoniga ham salbiy ta'sir o'tkazmagan bo'ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "Ma'naviy – ma'rifiy ishlar samaradorligini oshirish va sohani rivojlantirishni yangi bosqichga ko'tarish to'g'risida"gi PQ-3160-sonli qarori.
2. Haqqulov. I. Kamol et kasbkim...-T.: "Cho'lpon", 1990

KATTA MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARDA DIQQATNING RIVOJLANISHI VA UNI TARBIYALASHNING SAMARALI USULLARI

*Mansurova Nasiba Ilhomjonovna
Samarqand shahar maktabgacha ta'lim bo'limi tasarrufidagi 102-son maktabgacha ta'lim tashkiloti psixologi*

Katta maktabgacha yoshdagi bolalar diqqatini rivojlantirish muammosi uzoq vaqtdan beri pedagog va psixologlarni tashvishga solmoqda. Ushbu yoshdagi bolalar

bilan ishlashda tarbiyachilar diqqatning yetarli darajada rivojlanmaganligini kuzatadilar. Katta maktabgacha yoshdagi bolalar bu-bo'lajak maktab o'quvchilari bo'lganligi bois, diqqat xususiyatlarining yaxshi shakllanganligi ularda boshlang'ich maktab yoshida bilim olish muvaffaqiyatini belgilovchi omildir.

Bundan tashqari, diqqatni rivojlantirish-bu bolada irodaviy fazilatlarni shakllantirish bilan bog'liq bo'lgan eng muhim sifatlardan biridir. Maktabgacha yoshning tayyorlov bosqichiga kelib, ongli ravishda qo'yilgan maqsad bilan bog'liq bo'lgan ixtiyoriy, faol diqqat-e'tibor paydo bo'la boshlaydi. Diqqatning yaxshi rivojlanmaganligi natijasida bola har qanday ishni bajarayotganda yakunlay olmaydi yoki ko'p xatolar bilan bajaradi.

Diqqatni tarbiyalash muammosini rivojlantirishda xorijiy psixologlardan V.Vundt, N.F. Dobrinin, A.N.Leontev, S.P.Rubinshteyn izlanishlar olib borishgan.

N.F.Dobrininning fikricha : “diqqat-bu shaxsning hissiy, intellektual yoki motor faolligi darajasining oshishini taxmin qiladigan ongning yo'nalishi va konsentratsiyasi. Diqqat tufayli inson kerakli ma'lumotlarni tanlaydi, hatti-harakatlari ustidan to'g'ri nazoratni amalga oshiradi”.

Hozirgi kunda psixologlar diqqatning quyidagi turlarini ajratib ko'rsatadilar.

Ixtiyorsiz diqqat, insonga tug'ilganidan xos bo'lib, uni keltirib chiqaradigan, tuzatadigan va saqlaydigan harakatlarni jalb qilishni talab qilmaydi, bunday jarayon o'z-o'zidan paydo bo'ladi. Ko'pincha, bunday diqqatni yorqin tajribalar, shovqinli hodisalar keltirib chiqaradi. Ixtiyorsiz diqqatni ong bilan boshqarish mumkin emas-bu o'z-o'zidan paydo bo'ladi.

Bolaning rivojlanishi uchun ixtiyorsiz diqqatni mashq qildirish yetarli emas. Har qanday faoliyat va ayniqsa, ta'limni muvaffaqiyatli bo'lishi uchun ixtiyoriy diqqatni rivojlantirishga e'tibor qaratish kerak.

Ixtiyoriy diqqat odamning irodaviy harakatlari natijasida vujudga keladi va uni ongli maqsad boshqaradi. U mehnat faoliyati natijasida rivojlanadi, oddiy va murakkab vazifalarni shakllantirish va bajarish jarayonida rivojlanadi, maqsadli xarakterga ega. Ixtiyoriy ediqqat qobiliyatlari har qanday bola uchun juda zarurdir. Bu uy vazifasini hal qilishga, o'qituvchini diqqat bilan tinglashga, xatolardan qochishga yordam beradi.

Maktabgacha yoshdagi davrlarda diqqatning barcha xususiyatlari asta-sekin rivojlanib boradi: diqqatning hajmi oshadi, bolaning ko'plab harakatlarini avtomatlashtirish tufayli diqqatni taqsimlash qobiliyati ortadi, diqqat barqaror bo'ladi va uning ixtiyoriyligi kuchayadi. Ixtiyoriy diqqatni rivojlantirish nutqni rivojlantirish, bola shaxsining irodaviy xususiyatlari bilan, faoliyatning ma'nosini anglash, uning maqsadini anglash bilan chambarchas bog'liqdir. Diqqat xususiyatlarining rivojlanishi bolaning umumiy aqliy rivojlanishi bilan chambarchas bog'liq.

Ushbu mavzu bo'yicha pedagogik faoliyat natijalarini o'rganish shuni ko'rsatadiki, zamonaviy pedagog va psixologlar maktabgacha yoshdagi bolalarda diqqatni rivojlantirishning quyidagi eng samarali usullari bilan shug'ullanadilar:

1. Didaktik o'yinlar;
2. Teatrlashtirish o'yinlari;
3. Syujetli-rolli o'yinlar;
4. Konstruktiv faoliyat;

5. Korreksion va rivojlantirish vazifalari;

6. Ko'rgazmalilik.

Keling, yuqoridagi usullarni batafsil ko'rib chiqaylik.

Didaktik o'yin -bolalarni o'qitish shakli va mustaqil o'yin faoliyati va bolani har tomonlama tarbiyalash vositasidir. Didaktik o'yinlar ta'limiy o'yin sifatida bolalarning yosh xususiyatlariga mos keladigan o'yinlar sirasiga kiradi. Didaktik o'yinlarning muhim belgisi undagi qoidalarning mavjudligidir.O'yinda o'yin niyati, o'yin qoidalari, o'yin harakatlari o'rtasida uzviy aloqa mavjud. O'yin niyati o'yin harakatlarning tabiatini belgilaydi. O'yin qoidasi esa, o'yin harakatlarini, vazifasini hal etishga va o'yindagi harakatlarni amalga oshirishga yordam beradi.

Didaktik o'yinlar orqali bolalarga yangi bilimlar, tushunchalar berib boriladi. Bu o'yinlarda bolaning har tomonlama rivojlanishi, bilim jarayoni, sensor madaniyati, nutq faoliyati, aqliy qobiliyatlari takomillashadi.O'yin qoidasiga rioya qilish, unga amal qilish o'yin mazmunini boyitadi.

Teatrlashtirilgan o'yin, birinchi navbatda, improvizatsiya, narsalar va tovushlarni qayta tiklashdir, aynan u bolalarni bir-biri bilan, kattalar bilan bir butunga bog'laydi. Va agar pedagog bolaning o'yinida sherik sifatida harakat qilsa, bola unga ishonishni boshlaydi, demak u yaratishi, xayol qilishi va tasavvur qilishi mumkin.

Kuzatishlar shuni ko'rsatadiki, o'yinda bola nafaqat atrofdagi olam, jamiyat qonunlari, balki insonlar o'rtasidagi munosabatlarning go'zalligi to'g'risida ham ma'lumot oladi, u bu dunyoda yashashni, o'z munosabatlarini o'rnatishni o'rganadi va buning uchun ijodiy shaxsning faoliyati (diqqat, tasavvur, hissiy xotira, yaxshi rivojlangan nutq, mimika), ya'ni bolalar jamoasida o'zini tutish madaniyati bo'yicha mahorat va bilimga ega bo'ladi.

M.D. Maxanevaning ta'kidlashicha, "teatr bolalar uchun eng demokratik va qulay san'at turlaridan biri bo'lib, u badiiy-axloqiy tarbiya, insonning kommunikativ fazilatlarini rivojlantirish, xotirani rivojlantirish bilan bog'liq bo'lgan pedagogika, psixologiyaning ko'plab dolzarb muammolarini hal qilishga imkon beradi, diqqat, tasavvur, xayol, tashabbuskorlikni oshiradi".

Syujetli-rolli o'yin -maktabgacha yoshdagi bolalarning yetakchi faoliyatidir. Rolli o'yin mazkur yosh davridagi bolalarning eng muhim faoliyati bo'lib, ular bunday o'yinda go'yo katta yoshdagi odamlarning barcha vazifalari va ishlarini amalda bevosita bajaradilar. Shu boisdan o'yin faoliyati uchun maxsus yaratiladigan sharoitlarda ijtimoiy muhit voqealari, oilaviy turmush hodisalari, shaxslararo munosabatlarini umumlashtirgan holda aks ettirishga harakat qiladilar.

Rolli o'yin aqliy va motorli harakatlarning namoyon bo'lishini talab qiladi, bu boladan kommutatsiya, taqsimot va diqqatni jamlashni namoyish etishni talab qiladi. Bolalarning kuzatuvchanligi, qiziquvchanligini oshirib, bilish doirasini rivojlantiradi.

Konstruktiv faoliyat - bu uning funksional maqsadiga mos keladigan, oldindan o'ylab topilgan real mahsulotni olishga qaratilgan amaliy faoliyat. Konstruktiv o'yinlar mavjud qismlar yoki elementlardan nimadir qurish, qo'shish yoki yig'ish kerak bo'lgan o'yinlar.

Maktabgacha yoshdagi bolalarning diqqatini rivojlantirish muammosini tadqiqotchilari konstruktiv faoliyatni bolaga psixologik va pedagogik ta'sir ko'rsatadigan

vositalardan biri sifatida belgilaydilar. Uni rivojlantirishga qaratilgan ushbu o'yinlar jarayonida diqqatning kontsentratsiyasi, barqarorligi, taqsimlanishi, hajmi, o'zgaruvchanligi kabi muhim fazilatlarining sezilarli rivojlanishi mavjud.

Korreksion va rivojlantirish vazifalari-bu bolalarning organik nuqsonlari bilan bog'liq bo'lgan yuqori aqliy funktsiyalarni, shuningdek ularning shaxsiy xususiyatlarini (emotsional-irodali, motivatsion-ehtiyoj doiralari va boshqalarni) tuzatish va rivojlantirishga qaratilgan mashqlardir.

MAKTABGACHA YOSHDA GI BOLALARNING DIQQATINI RIVOJLANTIRISH UCHUN MASHQLAR

1-mashq. Bolaning oldida har qanday narsalarni joylashtiring - bu yumshoq o'yinchoq yoki qandaydir dekorativ haykalcha bo'lishi mumkin. Undan buyumni bir necha daqiqa davomida sinchkovlik bilan kuzatishini va esda saqlab qolishini so'rang, so'ng buyumni olib qo'ying. Bola ko'zlarini yumishi va kuzatgan buyumini iloji boricha batafsil bayon qilishi kerak.

2-mashq. Bir nechta juft predmetlarni aks ettiruvchi rasmni toping. Bitta element juftlashtirilmagan bo'lishi kerak. Rasmni bolaga ko'rsating va buyumni topishini so'rang.

3-mashq. Bolaga kichik farqlari mavjud bo'lgan ikkita bir xil tasvirni ko'rsating. Undan barcha nomuvofiqliklarni topishini so'rang. Siz hozirda ushbu rasm bilan boshlashingiz mumkin.

4-mashq. Stolga 5-6 ta turli xil o'yinchoqlarni qo'ying, bolaga kuzatishi uchun 1-2 daqiqa vaqt bering. So'ng boladan o'girilib turishini so'rang. Bu paytda o'yinchoqlardan birini bilintirmasdan olib qo'ying. Bolaga endi diqqat bilan qarab, nima o'zgarganligini, qaysi o'yinchoq yashirinib olganligini so'rang. Shu tariqa o'yinni 7-8 ta o'yinchoqqa yetkazib, murakkablashtirib borish mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

- 1.Vigotskiy L.S. Pedagogicheskaya psixologiya. M.,1991.
- 2.Davletshin M.G., To'ychiyeva S.M. Umumiy psixologiya. Toshkent, 2002
- 3.Nishonova Z.T., Alimova G.K.. Bolalar psixologiyasi va psixodiagnostikasi T.:TDPU 2017.
- 4.G'oziyev E.G. Psixologiya. Toshkent, 1994.

KALIY VA MAGNIYGA BOY O'SIMLIK LARNING YURAK – QON TOMIR KASALIKLARIDAGI AHAMIYATI

Qodirova Gullola Adhamovna

Annotatsiya: ushbu maqolada kaliy va magniyga boy bo'lgan dorivor o'simliklarning yurak – qon tomir kasalliklaridagi ahamiyati, va boshqa kasalliklarga foydalari haqida yoritilgan.

Kalit so'zlar: dorivor o'simliklar, dori – darmonlar, tabobat, smorodina, tarvuz, qovoq.

Tarixga nazar soladigan bo'lsak, o'tlar tibbiy maqsadlarda ishlatilgan, buyuk allomalarimiz jumladan, Ibn Sino tabobat ilmining ustozini hisoblanadi. Yurtimizda dorivor o'simliklar va dorivor mahsulotlar juda ham ko'p. Biz bilamizki dori darmonlar ham o'simliklardan olingan vitaminlardan tayyorlanadi. Biroq, dori – darmonlar foydasi bilan birga inson organizmiga ziyoni ham bor. Biz sizga tabiiy dorivor mahsulotlar ularning yurak qon – tomir kasalliklariga foydasi haqida bayon qilmoqchimiz. Hisob – kitoblarga ko'ra, hozirgi paytda tijoratlashtirilgan dori – darmonlarning taxminan 25% an'anaviy tibbiyotda ishlatiladigan o'simliklardan olinadi. Masalan, Xitoyda dori – darmonlarni iste'mol qilishning 30% dan 50% gacha an'anaviy o'tlardan iborat.

Turli xil tibbiyot mutaxassisliklari orasida o'simlik dori-darmonlari yurak-qon tomir tibbiyotida ko'proq tanilgan. Eng istiqbolli birikmalarning ta'siri muntazam ravishda baholanib, ayrim hollarda yurak-qon tomir kasalliklarini davolashda tarixiy asos bo'lib qoldi. Bu, masalan, Digitalis lanata va Digitalis purpurea dan olingan digoksin va digitoksin uchun holat; reserpin, Rauwolfia serpentinadan olingan va dastlab psixozni davolash uchun ishlatilgan; va tol po'stidan olinadigan atsetilsalitsil kislotasi (aspirin). Biroq, barcha dorilar, xususan, o'simliklardan olingan dorilar, ba'zi bir zararlarni yashiradi, bu ba'zan foydadan oshib ketadi. Digoksin va rezerpin haqidagi hikoya shu ma'noda paradigmaticdir.

Qora smorodina mevalari tarkibida B, P vitaminlari, A provitami (karotin 3 mg% gacha), qand moddasi, pektin moddalari, fosfor kislotasi, efir moyi, K guruhi vitamini, karotin moddalari mavjud. U kaliy tuzlariga boy bo'lib, fosfor va temir tuzlari ham bor. Smorodina barglarida fitonsidlar, magniy, marganets, oltingugurt, kumush, mis, qo'rg'oshin, efir moyi va C vitamini (250 mg%) mavjud. C vitaminiga to'xtaladigan bo'lsak, qora smorodina bu borada boshqa o'simliklar orasida yetakchi hisoblanadi. Odamning askorbin kislotasiga bo'lgan bir sutkalik ehtiyojini ta'minlash uchun 15-20 dona smorodina mevasini iste'mol qilishning o'zi yetarli bo'ladi. Shuningdek ushbu o'simlik mevasi va barglaridan tibbiy maqsadlarda ham foydalaniladi.

Qora smorodina tarkibidagi vitaminlar, minerallar va boshqa foydali moddalar miqdoriga ko'ra barcha mevalardan o'zib ketgan. Olib borilgan tadqiqotlar jarayonida qora smorodina mevalari diabet paydo bo'lishining oldini olish xususiyatiga ega ekani aniqlangan. Smorodinani aynan shu xussiyatlari uchun turli kasalliklarda darmonsiz bo'lib qolgan organizmni mustahkamlash va sog'lomlashtirishga mo'ljallangan funktsional ozuqa mahsulotlariga qo'shishadi. Shuningdek qora smorodinada saraton xastaliklari va Alsgeymer kasalligi paydo bo'lishiga to'sqinlik qiluvchi, yurak va tomir xastaliklaridan himoyalovchi hamda ko'zning o'tkirligini uzoq vaqt saqlashga yordam beruvchi xususiyatlar borligi ham aniqlangan. Bundan tashqari, uning barg va mevalari buyrakdagi toshlarni chiqarib tashlashda, jigar va nafas olish yo'llari xastaliklarida foydalaniladi. Smorodina mevasini iste'mol qilish ateroskleroz xastaligida juda katta foyda beradi.

Smorodina tarkibidagi C vitamini organizmning normal hayot faoliyati uchun juda muhim. Ushbu vitamin hamda antotsianidinlar juda kuchli antioksidlovchi xususiyatga ega. Shu bilan birga smorodinada yallig'lanishga qarshi va dezinfeksiyalovchi qobiliyat

ham bor. Uning suvi anginani davolashda qo'llaniladi. Xalq tabobatida ushbu mevdan giyohli choy damlamasi hamda diareya va haroratni tushirish uchun dorilar tayyorlanadi. Qora smorodina olimlar tomonidan salomatlik uchun eng foydali bo'lgan meva sifatida tan olingan. U immunitetni hamda organizmning turli kasalliklarga qarshilik ko'rsata olish xususiyatini oshiradi. Qora smorodina yaxshigina tiklovchi vosita ham hisoblanadi, xususan uning s harbati darmonsiz va yaqinda jarrohlik amaliyotidan o'tgan bemorlarga katta yordam beradi.

Qora smorodina mevalaridan tayyorlangan qaynatmalar kamqonlikda, gipertoniya xastaligi, milklarning qonashi, oshqozon va o'n ikki barmoqli ichak yarasi, gastrit kabi kasalliklarda ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Turli toshmalar va teri kasalliklarida smorodina barglari qaynatilib vanna qilinadi. Smorodina barglaridan tayyorlangan damlamalar organizmni siydik va purin kislotasidan xalos qiladi. Shuningdek, undan terlatuvchi, yengil ichni suruvchi vosita sifatida foydalaniladi va qon ketishlarida hamda moddalar almashinuvi buzilganida qo'llaniladi. Qora smorodina suvi yo'talda asal yoki qand qo'shilib iste'mol qilinadi.

Qovoq bir necha ming yildan buyon yetishtirib kelinayotgan sabzavot hisoblanadi. Vatani Amerika, 20 ga yaqin navlari mavjud. 100 g qovoqda - 19 kkal bor. Tarkibida sellyuloza, oqsil, karotin, kalsiy, temir, magniy, fosfor moddalari va A, B1, B2, PP va C vitaminlari mavjud. Qovoq o'z tarkibidagi ko'p miqdordagi sellyuloza, suv va biriktiruvchi to'qimalari tufayli ozish uchun yordam beradigan parhezlarda ko'p qo'llaniladi. U ovqat hazm bo'lish jarayonlarini tezlashtiradi, toksinlardan tozalaydi, moddalar almashinuvida ishtirok etadigan ortiqcha mahsulotlarni yo'q qiladi hamda organizmdagi suv balansini tartibga soladi.

Seldrey. 100 g seldereyda 18 kkal mavjud. Tarkibida kaliy, rux, kalsiy, temir, fosfor, magniy, C vitamini, B, PP, E guruhi vitaminlari va A provitamini kabi muhim mineral moddalar juda ko'p.

Qon bosimini tartibga soladi. Xitoy tibbiyotida selderey yuqori qon bosimini davolovchi dori sifatida foydalanilgan. Olib borilgan tadqiqotlar seldereyda arterial bosimni tartibga soladigan moddalar borligini tasdiqladi

Immunitetni oshiradi. Selderey tarkibida bizning immun tizimimizga ta'sir qiladigan S vitamini mavjud. U organizmning shamollash va yallig'lanishlarga bo'lgan qarshiligini oshiradi.

Tarvuz. Tarvuzning kimyoviy tarkibida 13 % qand, oqsil moddalari, pektin, kraxmal, organic kislotalar, C, B₁, B₂, B₆, AA, kabi dori – darmonlar bor. Shu bilan birga aminokislotalar, kalsiy, magniy, kaliy, fosfor, temir, natriy singari madanlarni saqlaydi. Xaq tabobatida tarvuz parhez sifatida keng ishlatiladi. Bundan tashqaru yurak – qon tomir kasalliklarida, taom xazmini yaxshilashda, ishtaxani ochadigan, buyrak, jigar kasalliklarida ishlatiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Ibn sino “Tib qonunlari”
2. Xalq tabobatidan
3. Internet ma'lumotlari
4. Biologiya M.M. Abdulxayeva Toshkent 2018

БОЛА ТАРБИЯСИ ВА УНГА БЎЛГАН ПСИХОЛОГИК ЁНДАШУВ

Якубова Шоҳсанам Жўрабой қизи

Жиззах вилояти Ғаллаорол тумани 90-сонли Давлат ихтисослаштирилган иқтидорли болалар "Нафис санъат" мактаби психологи

Мамлакатимиз мустақилликка эришгандан сўнг ҳар бир соҳада ислоҳотлар амалга оширилди ва шунинг натижасида Ўзбекистан Республикаси 29 йил давомида ҳар бир соҳа ривожини кўрсаткичлари бўйича етакчи мамлакатлар қаторига кириб бормоқда. Жумладан, бошқа соҳалар каби таълим соҳасида ҳам ривожланган етакчи мамлакатлар ўрганса бўладиган юксак ютуқларга эришдик.

Психологларнинг эътирофи этишларича, бола ривожланишининг ҳар бир даврида унинг онгига ўзига хос ҳиссий туйғуларни тарбия дастағи асосида сингдириш лозим. Масалан; "Ватан", "Ота" ёки "Она" туйғуларини она вужудидаги ҳали туғилмаган боласининг онгига "алла" айтиб сингдириши мақсадга мувофиқ ҳисобланади. Акс қолда бола онгидаги мазкур туйғуга бўлган тарбия мезони етишмовчилиги келиб чиқиб, натижада биз кутаётган бугунги кундаги Ватанпарвар даражасида онги тарбия топган ёшлар бўлиб шаклланишда қийналар экан. Инсоннинг бош мия ярим шарларининг доимий равишда маълумот (информация)га бўлган эҳтиёжи ўта юқори бўлиб, у онгига етиб келаётган маълумотларни бу яхши ёки бу ёмон демасдан, балки, кўпроқ салбий мойилликнинг етакчилиги асосида қабул қилади. Инсон онгида яхши ишларга нисбатан ёмон ишларни қилишга бўлган мойиллиги устун туради. Шунинг учун ҳам халқимиз ўртасида "яхши ишни ҳамма ҳам қилавермайди, ёмон иш ҳамманинг қўлидан келади" - деган мақол бежизга айтилмаган бўлиб, у миямизнинг психологик хусусиятини эътироф этади. Демак, бола тарбиясида оналар "алла"си тарбиянинг меъёр мезони ва маънавий онг озукаси сифатида ўз таъсирини ўтказиши, натижада, онгни озиклантиради, оқибатда бола онгида ватанпарварлик, ота ва онага меҳрибонлик психологик ҳис-туйғуси ва мойиллик куртаклари шакллана боради. Ҳосил бўлган психологик мойиллик куртаклари шаклланишини бир дақиқа бўлсада тўхтатмасдан, бола туғилгунча у билан эмоционал мулоқотлар ва туғилгандан кейин эса, мактаб ёшигача ўйинлар асосида ривожлантириб бориш бола тарбиясидаги энг асосий психологик омиллардан саналади. Албатта, ота-оналарга шуни ҳам алоҳида таъкидлаш лозимки, она ўз вужудидаги боласини "ҳали ҳеч нарсани сезмайди ёки тушунмайди" дсб ўйлаши ўта билимсизлик ҳисобланади. Америкалик психолог олимлар шундай тажриба ўтказишади: олти ойлик ҳомиласи бор онани махсус вакуум қурилманинг ичига киритишади ва қурилмани ишга туширишади. Қурилманинг ичидаги она ва боланинг ҳолати экран тасвирида кузатиб борилади. Онанинг руҳий кайфияти яхши ва хурсанд, она вужудидаги бола кулади ва барча ҳаракатлари хурсанд кишининг ҳаракатларига монанд. Суюқлик ичида сузиб юрган бола организми риложланиши учун керакли бўлган моддаларни навбатма-навбат оғзи билан териб емоқда. Шунда кузатувчи атайлаб она оёқ панжаси ва қўл

панжасини махсус қисгич билан сиқиб оғритади, натижада она руҳиятида оғрик хиссиётида пайдо бўлувчи асабийлик кайфият аломатлари пайдо бўлади, бундан таъсирланган она вужудидаги бола йиғлай бошлайди ва ҳаракатлари ҳам хафа киши ҳаракатларига монанд. Демак, она вужудидаги бола нафақат ташқи таъсирни билвосита, яъни она орқали сезаяпти, балки, ўша таъсирга мутаносиб жавоб реакциясини қайтаряпти. Бу ҳолат бола тарбиясига нафақат шунчаки ёндашув, балки ўта эътиборли ва масъулият асосида ёндашувни талаб қилади. Шундан ҳам кўриниб турибдики, бола тарбияси ўта нозик ва кўп қиррали психологик хусусиятларга эга.

Бизга маълумки, ҳар бир бола айнан қайтарилмас ва ўзига хос ички психологик имконият хусусиятларига эга. Шунинг учун ҳам уларни таълим-тарбия муҳитига жалб қилишда, албатта, психологлар хизматидан самарали фойдаланиш мақсадга мувофиқдир. Айниқса, умумтаълим мактабларида фаолият юритаётган амалиётчи психологлар фаолиятидан унумли фойдаланиш яхши натижалар бериши мумкин. Уларга биринчи галда мактаб остонасига қадам қўяётган боланинг ақлий жихатдан ривожланиш хусусиятларини уларга мос ҳолдаги таълим-тарбия муҳити билан мослаштириб ташкил қилишдек ўта нозик ва масъулиятли вазифа юклатилган, бу вазифани бажариш жараёнида, амалиётчи психолог боланинг ақлий хусусиятларини ўлчаб берувчи психологик методикалардан (Равен, Айзенк ва бошқа) самарали фойдаланади. Психологик тест натижаларига кўра, бола ўз тенгдошидан ақлий жихатдан ривожланиши олдин кетаётганлиги ва берилаётган маълумотларни енгил ўзлаштириб аниқ хулоса чиқариши, бошқа бири бу вазифани бажаришда қийналиши ва яна бошқа бирови янги, нотаниш масалалардан ҳадиксираб, уни ўзлаштиришда қийналади. Шунинг учун ҳам, биринчидан, боланинг психологик-руҳий ҳолатининг тайёрлиги ва ақлий салоҳияти, яъни ақлий ривожланишининг қай даражада эканлиги диққатга сазовор бўлса, иккинчидан, ўқувчига берилаётган таълим-тарбия усули фақат мантикий, яъни "кўргазмалик образ" хусусиятга эга бўлса, ўзлаштириши қийин саналган ўқувчилар, яъни "кўргазмали образга асосланган болаларга кийинчилик туғдирар экан.

Болага таълим-тарбия бериш масаласида кўпгина психолог олимлар ўз фикрларини билдириш билан бирга, ўз даврида мазкур соҳада етакчилик ҳам қилишган. Жумладан, таникли рус психолог олимлари Л.С.Выготский, С.Л.Рубинштейн, А.Н.Леонтьев ва бошқаларнинг утган асрнинг 20-30 йиллардаги ақлий тараккиёт масаласидаги илмий тадқиқотларида боланинг биологик ривожланиш тараккиётидан унинг онгига берилаётган таълимнинг илгарилаб кетиши лозим эканлиги тўғрисида ўз фикрларини билдиришган. Бунинг учун эса, биринчидан, болани ҳар томонлама ривожлантирадиган тарбия муҳитининг мавжуд булишлиги, иккинчидан, болани фикрлашга ўргатадиган тарбия муҳитини яратиш, учинчидан, боланинг ички руҳий мавжудлик имконияти билан ташқи муҳитнинг мос келиши, тўртинчидан, болада қайси бир соҳага бўлган қобилиятни ўз вақтида аниқлаб уни аста-секин ривожлантириб боришга эришиш ва бошқалар.

Бундан ташқари боланинг руҳий ривожланиши ва таълим-тарбиянинг муваффақиятини эътироф этувчи кўплаб ўзбекистонлик психолог олимлар

қарашлари ҳам мавжуд. Жумладан, Э.Ғозиев таълим муассасаларидаги психологик хизмат вазифаларини қайд этиш ва унинг психологик хусусиятлари, М.Г.Давлетшин Ўзбекистондаги психологик хизматнинг бугунги ҳолати ва вазифаларини талқин қилиш хусусиятлари, В.А.Токарева ўқувчи шахси тараққиёти учун муҳим бўлган ўз-ўзини билиш ва ахлоқий ривожланиш имкониятлари, Ғ.Б.Шоумаров халқ таълими тизимида психологик хизматнинг жорий этилиши билан боғлиқ; янгиликлар, муаммолар ва унинг ечимлари, Б.Р.Додиров Ўзбекистондаги иқтидорли болаларни танлаш ва тарбиялаш масалалари тўғрисида ва бошқа кўплаб психолог олимлар ўзларининг назарий ва амалий жиҳатдан асосланган фикрларини беришган.

Демак, бола онгига тарбияни сингдириш жараёнида етакчи психолог олимлар фикрларидан келиб чиқиб, мактабларда фаолият юритаётган амалиётчи психологлар иш фаолиятлари давомида келиб чиқаётган муаммоларни ҳисобга олган ҳолда, тарбия жараёнини ташкил қилишда шартли равишда куйидаги энг асосий вазифаларни бажаришлари мақсадга мувофиқ деб ҳисоблаймиз: Биринчидан, амалиётчи психолог ўқув йили бошида тадбирлар режасини ишлаб чиқиш, иккинчидан, мактабга келаётган болаларнинг руҳий ва ақлий жиҳатдан ривожланишидаги ўзига хос хусусиятларини аниқлаш, учинчидан, педагогик жамоада мўтадил психологик иқлимни яратиш, тўртинчидан, ўқувчилар гуруҳларининг ёш даврлари билан боғлиқ бўлган психологик хусусиятлари ва уларга мос келувчи таълим-тарбия муҳитини ташкил қилиш, бешинчидан, ўсмир ёшидаги ўқувчиларнинг ўзларига хос психологик хусусиятлари ва уларнинг шаклланишини узлуксиз психологик нуқтаи назардан кузатиб, ўсмир тарбиясида нуқсонли борлиги аниқланганда психологик таъсирлар асосида унинг тарбиясини яхшилашга амалий ёрдам бериш, олтинчидан, ўсмир ёшидаги ўқувчиларни қизиқиш ва лаёқатларига қараб касбга йўналтириш, еттинчидан, куни узайтирилган гуруҳларни ташкил этиш жараёнида пайдо бўлувчи муаммоларнинг психологик жиҳатдан ечимини топа билиш вазифаларини бажара билсалар, ўйлаймизки, умумтаълим мактабларида фаолият юритаётган амалиётчи психологлар таълим-тарбия соҳа ишларини яхшилашда самарали фаолият юритган бўладилар ва шу билан бирга бола онгини ўз даврида унга мос ҳолдаги тарбия муносабатлари билан тўйинтира бориш вазифасини ҳам бажарган буладилар.

KASBIY FAOLIYAT, INSON INTELEKTI VA DASTURCHILAR TAYYORLASHDA FOYDALANILADIGAN MASHG'ULOTLAR

*Nurmanova Munira Jumayevna
Qashqadaryo viloyati G'uzor tumani 74-maktabi psixologi*

1. Insonning aql-zakovati, zehni uning kundalik turmushi, mehnat va kasbiy faoliyatida o'ziga xos o'rin tutishini tadqiq etish psixologiyaning eng dolzarb muammolardan biri ekanligi uzoq tarixiy davrga ega. Psixologiyaning zamonaviy fan

sifatida shakllanishi barobarida insonning zehni va aql-zakovatini o‘rganish, uning faoliyati samaradorligiga ta’sirini aniqlash bir qator ilmiy qonuniyatlarni ochilishiga sabab bo‘ldi (F.Galton, Ch.Spirmen, A.Bine, T.Simon, M.Kettell, J.Gilford, G.Y.Ayzenk, R.Tyorstoun). Dastlabki ilmiy izlanishlar inson intellektning tabiati, tuzilishi va o‘lchash usullari ustida olib borildi. Tadqiqotlarning keyingi bosqichida esa intellekt bilan inson ozuqalariga (Ayzenk i Shoentaler (Yeysenck, Schoenthaler, 1997)), uning ma’lumotlilik darajasiga, yashaydigan ijtimoiy-madaniy muhitiga (L. N. Borisova, N. S. Kantonistova), kasbiy faoliyatiga (T. Xarrell va M. Xarrell) va boshqa jihatlarga bog‘liqligi masalalari tadqiq etilgan.

2. Mazkur muammoni o‘quvchilarning kasbga yo‘naltirish va kasb tanlash faoliyati bilan bog‘liq o‘rganish zaruratini tahlil etishga to‘g‘ri kelsa, u holda Govard Gardner tomonidan ilgari surilgan g‘oyaga tayanish muhimdir. G.Gardner intellekt orqali insonlarning, xususan o‘quvchilarni qanday faoliyat turlariga layoqatli ekanliklarini va qanday kasb tanlashga yordam berishi mumkinligini izohlashga erishgan. U tomonidan ishlab chiqilgan “Intellekt tipi”anketasi intellekt bilan insonning kasbiy faoliyatga layoqatlilikini, moyilligini aniqlash imkonini beradi. G.Gardner o‘zining intellektga bag‘ishlangan g‘oyasidan inson intellektiga ko‘ra yettita tip xosligini tasniflagan: lingivistik, matematik-mantiqiy, vizual-fazoviy, musiqiy, shaxslararo, shaxsning ichki olamini tushunuvchi, kinestitek. Umumta’lim maktablarida, kasb-hunar ta’limi jarayonida o‘quvchilar bilan o‘qituvchilarning o‘zaro samarali faoliyatni ta’minlashida olim tomonidan ilgari surilgan intellekt tiplariga mansublikni inoabtga olish muhimdir. Ko‘p hollarda o‘quvchilarning intellekt tiplariga mansubligini payqamaslik yoki bunga doir pedagogik-psixologik axborotga ega emaslik o‘qituvchilarning ta’lim berish jarayonida qiyinchiliklarni keltirib chiqaradi. Zamonaviy ta’lim muassasalarida esa bu boradagi masalalarni hal etishda o‘qituvchiga ta’lim muassasasi amaliyotchi psixologik ko‘makchi hisoblandi. Quyida aynan amaliyotchi psixolog va o‘qituvchilarning G.Gardner tomonidan ishlab chiqilgan “Intellet tiplari” anketasi bilan tanishtirish orqali ularga psixologik uslubiy yordam ko‘rsatish imkoniga ega bo‘lamiz.

3. Anketaning savolnomasi

4. Yo‘riqnoma: hurmatli tekshiriluvchi sizga taqdim etilayotgan so‘rovnomadagi mulohazalarni diqqat bilan o‘qing va ulardan xatti-harakatlaringiz, xulq-atvoringiz va qiziqishlaringizga mos kelganlarini maxsus javoblar varaqasida “+” ishorasi yordamida (1-jadval) belgilang.

5. Boshqalar tushuntirishga qiynaladigan mavzularni oson tushuntira olaman.

6. Men hamma narsani bosqichma bosqich bajaraman.

7. Mening yo‘nalishni yaxshi his eta olaman.

8. Men ashula matnini oson yodga olib qolaman.

9. Men do‘stlar o‘rtasidagi munozaralarni hal etish qobiliyatiga egaman.

10. Men aynan ishni nega bunday bajarayotganligimni yaxshi tushunaman va bilaman.

11. Men predmetlar bilan mohirona ishlay olaman.

12. Men o‘zga kishilar yaxshi o‘qiy olaman, tinglayman.

13. Menga topishmoqlar, krassvordlar va mantiqiy masalalarni yechish yoqadi.

14. Mening ta'lim olishim uchun jadvallar, grafiklar, sxemalar tasavvur qilish
15. Musiqani tinglaganimda kayfiyatim o'zgaradi.
16. Menga jamoa bilan ishlash va ijtimoiy tadbirlarda bo'lish yoqadi.
17. Biror narsani o'rganish oldidan menga nima bor, nima kerakligini tushunishim zarur.
18. Men biror narsani mustaqil bajarganimda yaxshiroq o'rganaman.
19. Mening lug'at boyligim yuqori.
20. Tushuncha va hodisalar o'rtasidagi qonuniyatlarni ko'ra olaman.
21. Men esga olgan yoki o'ylagan narsalarimni oson ko'rish tasavvurini hosil qilaman.
22. Murakkab musiqa asarlarini alohida musiqa asboblari eshitib ajarata olman.
23. Men atrofdagilarning kayfiyati va kechinmalariga nisbatan sezgirman.
24. Ish va mulohazlash vaqtida yolg'izlik va tinchlikni yoqtiraman.
25. Men muvozanatni yaxshi his qilaman, harakatni yoqtiraman.
26. Men qayd qilib borish va yozma lavhalarni bajarishni yoqtiraman.
27. Men sonlar bilan ishlay va murakkab matematik masalalarni yecha olaman.
28. Men kuzatuvchanligim tufayli ko'pincha boshqalar ilg'amagan narsalarni ko'ra
29. Men musiqa yozishni yoqtiraman.
30. Jamoada boshqalarning g'oyalariga quloq solaman, ular bilan hakorlik qilaman.
31. Men boshqalardan ajralgan holda o'qish va ishlashni yoqtiraman.
32. Men o'zimni muvozanatga keltirish oson.

1-jadval

Anketaning javoblar varag'i

№	№	№	№	№	№	№	№	№	№	№	№
1	2	3	4	5	6	7					
8	9	10	11	12	13	14					
15	16	17	18	19	20	21					
22	23	24	25	26	27	28					

Anketa natijalarini qayta ishlash: buning uchun tekshiriluvchining javoblarini anketa kaliti bilan solishtirib ko'riladi va har bir tip bo'yicha yig'indi hisoblab topiladi.

Lingvistik – 1, 8, 15, 22

Matematik-mantiqiy – 2, 9, 16, 23

Vizual-fazoviy – 3, 10, 17, 24

Musiqiy – 4, 11, 18, 25

Shaxslararo – 5, 12, 19, 26

Shaxsning ichki olamiga yo'nalgan – 6, 13, 20, 27

Kinestetik – 7, 14, 21, 28

Intellekt tiplariga ko'ra ularning faoliyat mazmunining izohi:

1. Mantiqiy-matematik intellekt shaxsning sonlar bilan operatsiyalarni bajarish va ratsional fikrlash qobiliyatlarini ifodalaydi. Intellektning ushbu tipi maktab ta'limidagi barcha fan dasturlari bilan faol bajara oladi. Matematik intellekti rivojlangan insondan

yaxshi matematik, fizik, buxgalter, moliyachi, kompyuter dasturchisi, mantiq soha mutaxassisi yetishib chiqadi. Biroq agar ushbu intellekt sohiblaridan yetakchi matematik qobiliyatga ega bo'lmasa, bu insonni aqlsiz deb bo'lmaydi. Unga intellektning boshqa tipi xos bo'lishi mumkin.

2. Vizual-fazoviy intellekt olamni vizual idrok etuvchi va bu axborotlarni tahlil qiluvchi, rangga, shaklga, chiziq'larga, fazodagi obyektlar o'rtasidagi munosabatlarga ta'sirchan bo'ladi. Bu qobiliyatli bolalar geometriya va chizmachilikni yaxshi o'zlashtiradilar. Ushbu intellekt tipi arxitektorlar, rassomlar, dizaynerlar uchun xosdir. Bunday insonlar joyni yaxshi mo'ljallay oladilar, ular yaxshi ekskursovod yoki yo'l boshlovchi bo'ladilar. Agar mantiqiy intellekt bilan vizual fazoviy intellekt egalari uyg'unlashtirsalar ular yaxshi vrach, ximik yoki biolog yetishib chiqishi mumkin. Tabiiy fanlarda mantiqiy fikrlash bilan bir qatorda molekulalar, organlar va ularning to'qimalar tuzilishi, tizimini murakkab strukturasi o'zida tasavvur qilishni talab etadi.

3. Verbal yoki lingvistik intellekt yozuvchilar, jurnalistlar, notiq'larda rivojlangan. Uni bo'lishi siyosatchilar va umuman boshqalar bilan muloqot qiluvchi, ko'pchilik oldida chiqishlar qiluvchilar uchun ham xalaqit bermaydi. Bu og'zaki va yozma nutqli, til tuyg'ularidan xabardor, yaxshi jumlar tuza oladigan va o'z fikrlarini mohirona ifodalay oladi. Bugungi ta'lim tizimi ushbu intellekt tipini rivojlanishiga e'tibor qaratadi: maktabda o'qishni, yozishni, o'qiganlarni so'zlab berish o'rganiladi.

4. Tana-kinestetik intellekt zamonaviy maktabda kam mashqlantiriladi. Aynan, kinestetik qobiliyatli bolalar sportchilar, balerinalar, aktyorlar va aktrisalar bo'lib yetishadilar. O'z tanasini ko'rkamlashtirish uquvi faqat sahnada va sportda emas, xirurglar, hunarmandalar, mexaniklar va haykaltaroshlarga ham kerak.

5. Musiqiy intellekt-musiqqa yozish va baholash, idrok etish qobiliyati, yaxshi musiqiy tovushlar farqlash, ritm va uyg'unlik tuyg'usiga egaligini. Shubhasiz siz musiqiy intellekt egalari yaxshi ijrochilar, bastakorlar, ovozrejissorlari va musiqqa tanqidchilari bo'lib kamol topishlari mumkin. Bu intellekt tana-kinestetik intellekt bilan uyg'unlashsa, u yaxshi kuylovchi va raqqos bo'luvchilar uchun xosdir.

6. Emotsional yoki shaxslararo intellekt muloqot san'ati bilan bohliqdir. Bu o'zga insonlarning tuyg'ulari va niyatlarini, kayfiyatini farqlash uquvidir. U muloqot bilan bog'liq faoliyat egalarining hammasidan talab etiladi: psixologlar, pedagoglar, menejerlar, savdo xodimlari, rahbarlarga. Hozirgi dunyoda emotsional intellektni egallab, u bilan bog'liq aloqalarni hal etish ko'p sohalarda katta ustunliklar beradi. Shu bois, sizning farzandingiz bir qator o'rtoqlarga ega bo'ladi, mashg'ulotlarda suhbatlashib, bidirlab o'tiradi. Uning bu qiliqlaridan yengiltak va o'qishga behafsala deb jazolashga shoshilmaslik kerak. Yaxshisi uni psixologik kurslarga yoki o'z-o'zini namoyon etishga va fikrlarni to'liq bayon etish o'quvi haqidagi kitoblarni o'rganishga jalb etish lozim. Bu esa uni o'qituvchilar bilan munosabati haqida o'ylashga, ulg'ayganida o'z iste'dodini aql bilan ishlatishga mas'uliyat sezishiga majbur etadi.

7. Ekzistensial yoki ma'naviy intellekt- ushbu inomga ega bo'lganlar borliq, hayot va o'lim haqidagi masalalarni muhokama qilishdan qo'rqmaydilar. Bu tip intellekt egalari psixolog, faylasuf, ruhoniy bo'lib kamol topishlari mumkin. Ko'pgina yozuvchilarda o'am ushbu tip kuzatiladi. U go'yoki foydasizdek ko'rinsa-da, bu iste'dod insonlarga chuqur fikrlash va his etish taqdim etadi, atroflicha fikrlashga o'rgatadi. Bu ularni

hayotning barcha sohalarida amaliy ahamiyatli, mulohazalovchi insonlar va qiziqarli suhbatdoshni kamol topishiga olib keladi.

Lingivistik: yozish, o'qish va tinlashni yoqtiradi. Hikoyaqilish ularga yoqadi. Sanalar, ismlar va boshqa ma'lumotlarni yaxshi esga olib qoladilar. So'z boyligi keng, talaffuzi yaxshi, so'zli o'yinlar krossvordalarni yechishni yoqtiradi. Ularga ma'ruza qilish, jo'r bo'lib ijro etish, og'zaki javob berish, rolli o'yinlar va boshqa lar bilan mashg'ul bo'lish va faoliyat turlari bilan shug'ullanishi tavsiya etiladi.

Matematik-mantiqiy intellekt tipi. Arifmetik masalalarni tez yechadi, ma'lumotlarni tahlil qilishni yoqtiradi, prognozlar qilishni amalag oshiradi. Shaxmat va strategik o'yinlarni o'ynashni afzal biladi. Sabab va oqibatlarini tez aniqlaydi. Ularni mantiqiy bog'lanishlar tuzish, grafiklar chizish bilan shug'ullanish va faoliyat yuritishlari tavsiya etiladi.

Vizual-fazoviy intellekt tipi: Tasvirlar va timsollar orqali fikrlaydi. Chizish, bo'yash va yasash jon dili. Suratlarini va diagrammalarni yaxshi idrok etadi. Harakatdagi narsalarni kuzatishni, shuningdek, slaydlar va fotosuratlarini ko'rib chiqishni yoqtiradi. Ular sxemalar, xaritalar, chizish, jadvallar tuzish, bo'yash, chizmlarni yakunash, bilan shug'ullanish tavsiya etiladi.

Musiqiy: O'zlarini o'rab turgan har xil tovushlarga nisbatan sezgir. Musiqa asboblarida ijro etishni yoqtiradi, kuyni yaxshi esga olib qoladi. Musiqa ostida nimanidir bajarishni yoqtiradi. Ritmni yaxshi his etadi. Ular ashula aytish, jo'r bo'lishi, harakatli mashqlar bilan shug'ullanishlari tavsiya etiladi.

Shaxslararo. Odamlar orasida bo'lishni yoqtiradilar. Ularning do'stlari ko'p. Ular tashkilotchi va boshqaruvchidirlar. Odamlar bilan munosabatga jalb qiluvchilarni hamma narsadan yaxshiroq o'rganadi. Bahs-munozaralarda vositachi sifatida bo'ladilar. Odatda o'zga insonlarning tuyg'ularini yaxshi tushunadilar. Ular rolli o'yinlar, bahslar, nazoratchi rolini ijro etish, teatr postanovkalarini ishtirok etish, suhbatlar uyushtirishni oson amalga oshira oladilar

Kinestitek intellekt tipi. Ushbu tip sohiblari narsalar bilan ishlash, ular ustida ish bajarish va harakatlanishni hammasidan yaxshiroq amalga oshiradi. O'tirgan holda ham qaddini tik tutadi, Odamlar bilan suhbatda

AXBORATLASHUV JARAYONIDA BOLALAR XOTIRASINI KUCHAYTIRISH VA DIQQATNI RIVOJLANTIRISH YO'LLARI

*Nurmanova Munira Jumayevna
Qashqadaryo viloyati G'uzor tumani 74- maktab psixologi*

XOTIRANI RIVOJLANTIRISH MASHQLARI

Xotirani mashqlantirish — bu ta'lim jarayonida o'zlashtirish qobiliyatini oshirish imkoniyati sanaladi. SHuning uchun taqdim etilayotgan mashqlarni o'qituvchi tomonidan amalga oshirilishini ta'minlashga xizmat qiladi. Arastu o'z vaqtida "voqea-hodisalar izchilligini fikran tiklash, taassurotlarni qayta tiklash qayta esga tushirishni

yengillashtiradi”, degan edi. Sizga taqdim etiladigan mashqlar ushbu tamoyilga tayanadi. Ular yordamida sizning xotirangiz imkoniyatlari ancha ortadi.

Xotirani mashqlantirishning tayyorlov bosqichi

Bu mashq bo'sh vaqtda bajarilishi lozim.

1. 5-10 soniya davomida fikrlardan xoli bo'lgan holatga keling. Siz bir ishdan boshqasiga o'tganda, oddiy vazifasidan murakkab vazifani bajarishga kirishganingizda ancha zo'riqishni bir necha bora his qilgansiz. SHu sababli esga olib qolish mashqini bajarishdan oldin diqqatni jamlash va uning boshqarish lozimligini e'tibordan chetga qoldirman. Mashqqa yo'naltiruvchi topshiriq ancha tushunarli bo'lishi uchun ko'zguga qaraganingizda sizda nima yuz berishini esga oling. Dastlab o'zingizga baho bermaysiz, ammo ozroq vaqt o'tgach o'zingiz haqingizda har xil munosabatlar bildira boshlaysiz.

2. Ruhiy zo'riqishlarsiz sharoitda diqqatni to'plashga e'tibor qarating.

3. Ushbu holatda bo'lishni yanada o'stirib boring

1-MASHQ

Ish kuningizni boshida kundaligingizni bir chetga surib qo'yib, o'zingizdan “Men bugun birinchi, ikkinchi, uchinchi navbatda va boshqa qaysi ishlarni bajarishim kerak edi?” deb so'rang. Agar buni uddalay olmasangiz kundalikda rejalashtirilgan ishlar ketma-ketligini fikran tiklashga urining. Har birini detaligacha

eslashga harakat qiling. Bu mashqni yana ko'rinishi ish kuningiz yakunida ertaga qilinadigan ishlar tartibi qayd etilgan kundaligingiz sahifasini xayolan gavdalantiring. Doimiy ravishda kundalik rejalaringizni obrazli tarzda gavdalantirishingiz sizda obrazli xotirani o'sib borishiga imkon beradi.

2-MASHQ

Stol ustiga narsalarni betartib joylashtiringki, ular Sizning diqqatingizni to'plash uchun faollikni ta'minlasin. So'ngra har bir predmetning holatini o'zgartirishingiz mumkin bo'lgan munosabatingizni tasavvur qiling. Uni amalga oshiring. Ma'lum vaqtdan so'ngra ularning dastlabki holatiga qaytaring.

3- MASHQ

Ushbu mashq alohida so'zlarni esga olib qolish qobiliyatini rivojlantirishga mo'ljallangan. Mashqni imkoni bo'lsa ikki kishi bajargani maqsadga muvofiq. Ishtirokchilarda biri bir biriga mazmunan bog'liq bo'lmagan o'ttizta so'zdan iborat ro'yxat tuzadi. Ishtirokchilarning boshqasi esa bir soniya vaqt oralig'ida ushbu so'zlarga ma'no jihatdan sinonim bo'lgan so'zlarni topadi. Sinonim so'zlar dastlabki ro'yxatdagi so'zlarning qarshisiga yozilib boriladi. Har bir so'zni sinonimi yozilgach, u bekitildai. Siz ma'no jihatdan olingan sinonim so'z yordamida dastlabki ro'yxatdagi so'zlarni topib borishingiz lozim bo'ladi. Sinonim so'zni topishda vaqt miqdori bir soniyadan oshib ketishi kerak emas. Ushbu mashqni muttasil bir oy mobaynida bajarish ancha samara beradi.

4-MASHQ

Ushbu metodika sizga murakkab matnlarni qiynalmasdan esga olib qolishga yordam beradi.

1. Albom varag'i hajmidagi matnni oling. U xabarnoma mazmunidagi murakkab bo'lmagan matn bo'lishi lozim.

2. Uni bir necha bora o'qing va toza varaqqa beshta gap orqali uning mazmunini yozing.

3. Beshta gapning ichidan kalit so'zlarni tanlab oling. Tanlab olingan kalit so'zlarni navbatdagi varaqda yozing.

4. Har bir kalit so'z yordamida maksimal miqdorda matndagi ikkinchi darajali so'zlarni esga olib qolishga harakat qiling.

5. Ikkinchi darajali so'zlar yordamida yangi kalit so'zlar hosil qiling va ular orqali matnning umumiy mazmunini aks ettiruvchi yana beshta gap tuzing.

Shu tarzda so'zlar algoritmi tuzish yordamida esga olib qolishni amalga oshirsangiz, matnni avtomatik tarzda yod olish imkoniyatingiz o'sadi.

Mashg'ulot mashqlari

Diqqatingizni boshqaring. Hamma doira shaklida aylaningizlar, va Sizlar ushbu mashqni ayni damda bajarishga kirishing: to'liq harakatsizlikka erishing va shu damda qanday holatda turgan bo'lsangiz o'sha holda turing. Gavdangizni, yuz ifodangizni, barmoqlaringiz holatini xayolan ko'zdan kechiring. Sizning pyeshonangiz, qorningiz va oyoqlaringizdagi zo'riqishlarni tekshiring. Sizning yelkangiz bukilganmi? Oyoqlaringizning barmoqlari qisilayaptimi? Gavdangiz bukilganmi? Maboda sizning muskullaringiz tin oladigan bo'lsa qaysi tomonga siz yiqilasiz?

Tanangizdagi har bir muskullarni aniq his etayapsizmi? Sizda kuzatilayotgan zo'riqishlardan xalos bo'lishingiz uchun bir necha bora chuqur nafas oling va so'ngra yana davom eting.

Diqqatgi rivojlantirish o'yini

Tasavvur qiling, siz hozir stol atrofida o'ltirib ish bilan mashg'ulsiz va yengilgina zyerikishni his etayapsiz. Siz o'zingiz boshlab qo'ygan loyiha ustida bosh qotirayapsiz. Bunda bir tomondan mas'uliyat bezovta qilsa, bir tomondan ichki qo'zg'alish tinch qo'ymayapti. Sizning bir bo'lagingiz ishlashga da'vat etsa, ikkinchi tomoningiz esa xohishni yo'qotmoqda.

Keling o'zingizdagi ortiqcha xayollardan xalos bo'lishga harakat qiling. Ichki betartibsizlikdan xalos bo'lish, muskullardagi bo'shanishlar va yengillashishga xohish sezadi. YElkalarini bo'shashtiring, chuqur va bir tekisda nafas oling, ko'z va og'iz atrofidagi zuriqishlarni yozing, siz jismoniy zo'riqishdan xalos bo'lasiz. Tana muskullarining yengillashishi miyada yengillashishni keltirib chiqaradi.

Katta sayyohat (asosiy mashq): ko'zingizni yuming va qulaylik yarating va tanangiz to'liq yengillashishi uchun bir necha daqiqa ajrating. Boshida tanangizni erkin va batartib bo'lishiga urining. Uni yengillashishiga imkon bering. Bir qancha vaqt esa uning oddiy kuzating, tanangiz bunga javoban nima dyerkin. Diqqatingizni qo'ldagi, yelkadagi, beldagi, boshdagi, qorin, oyoq, shuningdyek, ko'krak qafas, qorin va kurakdagi jismoniy sezgilarga yo'naltiring.

Diqqatingizni sekin-astalik bilan nafas olishingizga ko'chiring. Nafas olganingizda dimoqdan o'tayotgan havo qanday sezgini keltirayotganligiga diqqatingizni to'plang. Nafasingizni kuzating, uni xotirjam va ancha tekis bo'lishiga harakat qiling. Nafasingizni nazorat qilishga urinmang. Uni yengil va tabiiy kechishiga erishing. Agar boshingizga har xil chalg'ituvchi fikrlar kelsa, ularni diqqatingizni tanangizga yo'naltirishga yordam beruvchi sifatida foydalaning. SHun tarzda

idrokingizni yana tanangizdagi tuyg'ularga to'g'rilang. O'zingizni to'liq yengilashishga undang va yengillashish uchun iliq tuyg'uni vujudga keltiring. Sezgilaringizni yangi tuyg'ular hosil qilishiga erishing.

Imkon qadar harakatsiz turing, bu esa yuragingizni urishini eshitishga imkon bersin.

Ongingiz har bir nafas olganda erkinlashadigan bo'lsa, u holda uni tanangizni biron a'zonsini yengillashishiga yo'naltiring.

Dastlab yuz ifodangizni tasavvur qiling. Ko'zingiz, labingiz, iyak va peshonangiz qandayligini tassavvur eting.

Har bir yuz qisimingizni aniq fikriy timsollar bilan ifodalang va uni bo'shashtiring.

Diqqatingizni yuz-qiyofangizga yo'naltiring, undagi zo'riqishlarni kuzata oling. Alohida timsollar orqali yuzdagi zo'riqishlardan xalos bo'lishga erishing.

Yuzingiz to'liq yengillashib boshlasa, diqqatni bo'yin, yelka, qo'l va barmoqlarga ko'chiring.

O'zingizni va tanangizni har bir a'zosini batartiblashgan va yengillashgan tarzda tasavvur qiling. Qanchalik fikriy timsollar o'z o'rnini topsa, shunchalik chuqur bo'shanish yuz beradi.

Fikran o'z tanangiz, ko'krak, bel, qorin, oyoqlar, tizzalar va oyoqning barmoqlariga fikran nazar solib ko'rishni davom ettiring. Bu yerda shoshish kerak emas, bu yerda tanangiz bo'ylab qilingan sayohatdan huzur oling va yengillashing.

Ushbu mashq bajarib bo'lingan so'ngra guruh a'zolarining mulohazalari tinglanadi va ularda ruhiy yengillashish va diqqatni boshqarishdagi o'zgarishlar bo'yicha xulosalarga kelinadi.

Mustaqil ravishda yengillashish mashqlarini amalga oshirish bo'yicha maslahatlar:

- Aqliy tiniqlikka erishish uchun tanangizni yengillashishiga olib keling. Qulay o'ltirib oling va muskullarni bo'shashtiring, xotirjam va bir tekisda nafas oling.
- Fikrlaringizni tartibga keltiring, nima haqida mulohazalashni aniqlashtirib oling. Sizni boshingizda xujxon o'ynayotgan majburiyatlar, ehtiyojlar, xohish, yumushlarning ro'yxatini to'zing. YAshirin bezovtalanishlardan xolos bo'ling.
- Sizni o'rab turgan olamga qarang, bevosita sezgilaringizga qaytishga o'rganish. Diqqatingizni yuz foizli to'play olishga, uni har qanday vaqt va sharoitda boshqarishingizga imkon beruvchi usulni toping.
- Vaqti-vaqti bilan o'zingizni yengilashishingiz uchun bir necha daqiqa vaqt ajrating. Havr kuni barcha yumush va tashvishlarni uloqtirib, o'zingizni yengillashtirishga odatlaning.

2-mashq. Ruhiy harakatlar

Diqqatni to'plash uchun ikki daqiqa.

Mashqning maqsadi: Kishining diqqatini bir joyga to'plashga o'rgatadi, fikrlash yo'nalishi topish malakasini shakllantiradi.

Zarur jihoz: stul, soat.

Ishtirokchilar yana davra bo'lib oladilar. So'ngra boshlovchining ko'rsatmasiga tayangan holda mashqni bajarishga kirishadilar.

Sekundni ko'rsatuvchi soatning oldiga qulay o'ltirib oling. Bir necha lahzada o'zingizni bo'sh tuting, diqqatingizni to'plang. Agar bunga tayyor bo'lsangiz soatning sekundli strelkasi harakatini kuzatib boshlang.

Ikki minut davomida diqqatingizni, ongingizni soatning sekundli strelkasiga jamlang, go'yoki olamda boshqa hech narsa yo'qdyek.

Siz diqqatni to'plashdan chetga chiqib, biron-bir narsa haqida o'ylab boshlasangiz, parishonxotirlikka yo'l qo'ysangiz mashqni to'xtating va diqqatni yig'ishni yana qaytadan boshlang.

Diqqatni to'liq ikki daqiqa to'plashga harakat qiling.

Demak, hamma soatlarni olsin va mashqni boshladik.

Ushbu mashqdan so'ngra diqqatni tanlovchanligini shakllantirishga yo'naltirilgan mashqni bajarishga kirishiladi.

Mashq: O'rab turgan olamga e'tibor

Treningning ikkichi mashqida ham ishtirokchilar diqqatni to'plash bo'yicha ko'nikmalarni shakllantirishga harakat qiladilar.

Boshlovchi: xonadagi narsalarga diqqatingizni qarating va aylana shaklidagi oltita predmetni toping. Har bir ishtirokchi ushbu mashqni o'zi bajaradi va oltita aylana shaklidagi predmetlarni topadi va qayd etadi. So'ngra guruhning har bir a'zo yozgan predmetlar trening ishtirokchilari orasida solishtirib ko'riladi.

ТАЪЛИМ ЖАРАЁНИГА САЛБИЙ ТАЪСИРИНИ ОЛДИНИ ОЛИШ МАСАЛАЛАРИ

Боймуратова Нигора Панжииевна
Ўзур тумани 15-мактаб психологи

Маълумки, таълим тизими ўзига хос мураккаб жараён дир. Бунда асосан ўқитувчи ва ўқувчининг мақсадга қаратилган самарали фаолияти юзага келади. Таъкидлаш жоизки, ўқитиш ўзида ўқувчи ва ўқитувчиларнинг ўқув мақсадларига эришиш, ўқув режалари ва дастурларида ўзлаштирилиши кўзда тутилган билим, кўникма ва малакаларни эгаллашган қаратилган биргаликдаги фаолиятини ифодалайди. Ўқитиш доимо ўқитувчи ва ўқувчининг ўзаро ҳаракат жараёни ҳисобланади. Шу ўринда таълим тушунчасининг мазмунини аниқлаштириб олиш мақсадга мувофиқ дир. Таълим-инсон томонидан маданий-ижтимоий тажрибани жамият ҳаёти учун зарур билим, кўникмаларни ўзлаштириш жараёни ва натижасидир. Таълим жараёни ўқитувчи томонидан ташкиллаштирилади ва бошқарилади. Бу жараёнда ўқитувчи гоҳида бошқарувчи айрим ҳолларда иштирокчи сифатида гавдаланади.

Шуни назарда тутиш керакки, умумтаълим мактабларида таълимнинг асосий шакли бу дарс ҳисобланади. Ҳар қандай дарснинг мақсади-ўқувчилар томонидан маълум бир билимларни ўзлаштирилиши, кўникма ва малакаларни эгаллаши, эгалланган билимларни амалиётда қўллаш, қобилиятларини

ривожлантириш ҳамда улар томонидан ижодий фаолият тажрибасини тўпланишини таъминлайдиган психологик-педагогик шарт-шароитларни яратишдан иборатдир.

Бунинг учун эса ўқувчи шахсидаги қобилият, иқтидорини ҳамда ёш ва индивидуал хусусиятларини ҳисобга олган ҳолда ёндашиш лозим. Бу борада машҳур адиб Л.Н.Толстойнинг қуйидаги фикрини келтириб ўтиш лозим. Унга кўра, “Агар ўқувчи мактабда ўзи бирор нимани яратишга ўрганмаса, ҳаётда фақат тақлид қилади, кўчиради, чунки кўчиришга ўрганиш орқали мустақил таклифлар қилганлар камдир”.

Ҳар қандай дарс шундай тузилиши керакки, у ўқувчида ўқиш кўникмаси ва истагини ривожланишига яъни ўқувчини ўқув фаолияти субъекти сифатида шаклланишига ёрдам бериши керак.

Таълим жараёнининг асосий иштирокчиси бу ўқувчи шахси саналади. Ўқувчи ўқитувчи томонидан берилаётган билимларни мақсадга мувофиқ ўзлаштиришга ҳаракат қилиши керак. Ўқувчи учун таълим қийин муаммоли вазият сифатида намоён бўлмасдан балки унинг шахси ва келажагини ривожлантирувчи психологик омил бўлиши лозим. Таълимга нисбатан ўқувчи шахсида салбий кечинмаларнинг мавжудлиги, ўқув фаолиятида қўйилаётган талаблар ва уни бажариш билан боғлиқ равишда имкониятларни мос келмаслиги натижасида уларда қийинчиликлар учраб туради. Шу тарзда ўқувчилар таълим олиши жараёнида юзага келиши мумкин бўлган қийинчиликларга қуйидагиларни киритиш мумкин:

Педагогик сабаблар:

- -фанларни ўқитиш жараёнидаги камчиликлар
- -билим олишдаги узилишлар;
- ўқув материални ўзлаштиришдаги қийинчиликлар;
- ўқитувчи томонидан ўқувчи шахсига нисбатан талабларнинг ортиб бориши
- -ўқитувчи томонидан авторитарт бошқарувни ўқув жараёнида меъёридан ортиқ қўлланилиши.

Ижтимоий-маиший сабаблар:

- -бола ҳаётидаги номақбул шароитлар;
- -ота-оналар томонидан бола тарбиясида
- нотўғри хулқ-атворни намоён қилиши;
- оиланинг паст даражадаги моддий таъминланганлиги
- кун тартибининг мавжуд эмаслиги;
- уй шароитида болани таълим олиши учун
- етарлишароитни йўқлиги;
- -боланинг назоратсизлиги ва қаровсизлиги.

Физиологик сабаблар:

- ўқувчининг турли хил касалликларга чалиниши;
- ўқувчининг умумий саломатлиги унинг ўқув фаолиятида самарали ўқиши учун етарли эмаслиги;
- -марказий нерв тизимини ҳаракат функцияларидаги бузилишлар.

Психологик сабаблар:

- диққат, хотира каби билиш жараёнларини етарли даражада ривожланмаганлиги;
- берилаётган материални англаб олиш ва тушунишнинг секинлиги;
- нутқнинг етарли даражада ривожланмаганлиги;
- дунёқарашнинг торлиги;
- ўқув-билишга нисбатан қизиқишнинг йўқлиги;
- меҳнат қила олмаслик;
- ўқувчи шахсида ўқув фаолияти усуллари ва малакаларининг нотўғри шаклланганлиги;
- ақлий ривожланишдаги муаммолар;
- хулқ-атвордаги муаммолар;
- ҳиссий ва шахсий муаммолар;
- атрофдагилар билан муносабатга киришишида юзага келадиган мулоқотдаги қийинчиликлар.

Айрим ўринларда ўқитувчи томонидан ўқитишнинг метод ва методикаларини нотўғри қўлланилиши натижасида ўқувчи шахсида таълимни қийинчилик сифатида идрок қилиши шаклланади. Бу борада психолог Б.Г.Ананьев томонидан куйидаги фикр илгари сурилади: “Шундай мисоллар ва салбий вазиятлар ҳам мавжудки, унда ўқитувчи ўзининг дарсдаги мулоқотини ташкил этишдаги тарбиявий ўринсиз асоси билан ўқувчиларни ақлий фаоллигини сусайтиради, уларда негатив салбий кечинмаларни юзага келтиради, иродани сусайтиради, ўқувчиларда инсонларга нисбатан ишончсизликни, улар билан мулоқотга киришишдан кўрқиш, шахсий тўлиқсизлик ҳиссини юзага келтиради”.

Ўз навбатида таълимда қийинчиликларни ҳис этувчи болаларда бундай ҳолатларни олдини олиш учун куйидаги вазиятлардан фойдаланиш самарали ҳисобланиши мумкин:

1. Дарснинг “Оптимистик старт” вазияти

Дарс бошланиши билан синфда шундай вазиятни яратиш лозимки, унда ўз-ўзидан мушоҳада юритиш, зўриқиш, кўрқув, ўзига ишонмасликни бартараф этишга қаратилган шарт- шароит яратилсин. Масалан, “ўзингиз эшитинг”, “сиз қандай йўл тутасиз”, “сиз қандай ўйлайсиз”, “менга сизни фикрингиз қизик”, ва ҳоказо. Бунда ҳар қандай нуқтаи назарни қўллаган ҳолда ҳамма нарсани гапириш мумкин.

2. Муаммоли Вазият

Қаерда муаммо бўлмаса, у ерда тафаккур ҳам бўлмайди. Муаммо таълим орқали муаммони мустақил равишда қўйиш ва унинг элементлари мустақиллик, фаоллик, ўз ўзини ҳурмат қилиш, ўз қадрини билиш ҳиссини шаклланишига ёрдам беради.

3. Танлов вазияти

Бундай вазиятларни ўқув жараёнига киритиш ўқувчида ташаббус ва индивидуалликни намоён қилишга ҳамда турли ҳодисаларни тушунишга нисбатан нуқтаи назарни шаклланишига шунингдек, уларни моҳиятини тушуниш,

вазиятга қараб муаммони қўя олиш қобилиятини ривожлантиришга ёрдам беради. Бундай вазиятда “нима билан исботлайсан?” саволи ўринлидир.

4. Муваффақият Вазияти

Бундай вазиятлар ўқувчиларни муваффақият категориялари устида фикрлашга ўргатади яъни “Вой, менинг ҳолатимда мендан ҳеч нима чиқмайди?” позициясидан “Кўрамиз, дарров бўлмасада, лекин амалга ошиши мумкин!” вариантыга алмашиши кузатилади

5. Интеллектуал зўриқиш вазияти

Ҳар қандай ишда муваффақиятга доимий, зўриқиш ва тизимли меҳнатсиз эришиб бўлмайди. Асосида ақлий меҳнат ётадиган ўқув фаолияти ҳам бундан мустасно эмас.

К.Д.Ушинский таъкидлаганидек, “Ақлий меҳнат инсон учун энг оғир меҳнат эканлиги, орзу қилиш осон ва ёқимли эканлиги, бироқ ўйлаш қийинлигига эътибор қаратган”.

Ўқувчиларни ўқишга нисбатан қизиқишни юзага келтириши ва ривожлантириши учун мақбул шарт-шароитларни яратишда қуйидагиларни ҳисобга олиш лозим:

1. Билишга оид қизиқишларни ривожланиши учун таълим шундай ташкил этиш керакки, бунда ўқувчи янги материалларни ўрганишга нисбатан барча имкониятларидан фойдаланади ҳамда муаммоли характердаги топшириқларни бажаради.

2. Ўқув меҳнати хилма-хил бўлганидагина қизиқиш уйғотади. Бир хил ахборот ва ҳаракатларнинг бир турдаги усуллари тез зерикиб қолишга олиб келади.

3. Ўрганилаётган фанга қизиқишни юзага келиши учун ушбу фан ва унинг алоҳида бўлимларини ўрганишнинг зарурлиги, муҳимлиги, мақсадга мувофиқлигини тушуниш зарур.

4. Янги маълумот аввал ўзлаштирилган билимлар билан қанча кўп боғлиқ бўлса, у ўқувчилар учун шунчалик қизиқарли бўлади.

5. Унчалик қийин бўлмаган ҳамда осон бўлмаган материал ўқувчида қизиқиш уйғотмайди. Таълим қийин бироқ етакчи бўлиши керак.

6. Ўқувчи фаолияти қанча кўп текширилса ва баҳоланса, унга ишлаш шунчалик қизиқарлидир.

Шунингдек, таълим жараёнига салбий таъсирини олдини олиш учун о'қитувчи қуйидаги қонидани қўллаш самарали натижаларни бериши мумкин:

-агар ўқувчининг жавоби мавҳум кўринишга эга бўлса, унинг жавобига қўшилмаган ҳолда фикрларини исбот қилишга имконият бериш лозим;

-ҳеч қачон ўқувчиларнинг баҳс-мунозарасини энг осон усул билан яъни уларга тўғри жавоб ёки ечимнинг тўғри усулини айтиб, ҳал қилманг;

-ўз ўқувчиларинг фикрларини диққат билан тингла ҳамда уларнинг ҳар бир фикрларини мушоҳада қилган ҳолда қабул қилинг;

-шуни доимо ёдда тутинг – таълим ўқувчиларининг қизиқишлари, мотивлари ва умидларига таяниш лозим;

-руҳлантирувчи сўз, мулойим табассум, дўстона мақтовга учманг;

-таълим жараёнида доимий амал қилинадиган методика ва дастур бўлмайди шуни унутманг;

Adabiyotlar ro‘yxati:

1. Karimova V.M., G‘ulomov S.S. Ijtimoiy muhit va sog‘lom ma‘naviyat // Halq so‘zi. -2000. - 5 fevral.
2. «Jamiyat» gazetasi, 2007-yil 28-dekabr 52-son.
3. Axborot asrida ta‘lim-tarbiya / — T.: Akademnashr, 2012. — B.108

IJTIMOIIY-MA‘NAVIY O‘ZGARISHLARNI INSON ONGIGA SALBIY TA‘SIRI VA SUB‘EKTIV BARTARAF ETISH USULLARI

*Maxmudova Dilnoza Xamidovna
Andijon shaxri 50-maktab psixologi*

Annotatsiya. Ushbu maqolada ijtimoiy muhitdagi ijtimoiy-ma‘naviy o‘zgarishlar va uning inson ongida yaxlit holda aks etishi hamda umumiy jamiyat tomonidan qabul qilinayotgan qadriyatlarni inson tomonidan qanday darajada analiz-sintez qilinishi, xususiylashtirilishi haqida to‘xtalib o‘tilgan. Maqolada shaxsning “Men” konsepsiyasi va uning shaxsiga, ruhiyatiga ta‘sir etuvchi salbiy odatlar va ularni bartaraf etishda individuallikning ta‘sir mehanizmlari batafsil keltirib o‘tilgan.

Kalit so‘zlar: Ijtimoiy tarmoq, odat, ijtimoiylashuv, stress, depresssiya, xulq-atvor, “Men”obrazi, ijtimoiy norma, refleksiya, ta‘lim-tarbiya.

Аннотция. В статье рассматриваются социально-духовные изменения в социальной среде и их отражение в сознании человека в целом, а также степень, в которой ценности, воспринимаемые обществом в целом, анализируются и синтезируются человеком. В статье подробно описаны понятие «Я» человека и негативные привычки, влияющие на его личность, психику и механизмы влияния индивидуальности при их устранении.

Ключевые слова: Социальная сеть, привычка, социализация, стресс, депрессия, поведение, образ «Я», социальная норма, рефлексия, образование.

Annotation. This article discusses the socio-spiritual changes in the social environment and its reflection in the human mind as a whole, as well as the degree to which the values perceived by society as a whole are analyzed and synthesized by man. The article describes in detail the concept of "I" of the person and the negative habits that affect his personality, psyche and the mechanisms of influence of individuality in their elimination.

Keywords: Social network, habit, socialization, stress, depression, behavior, “I” image, social norm, reflection, education.

Bugungi kunda internetdagi ijtimoiy tarmoqlardagi salbiy ijtimoiylashuvga sabab bo‘luvchi hodisalar ayniqsa yoshlar orasida ommalashib bormoqda. Yurtimizda internetdan foydalanuvchilarning aksariyati "Odnoklassniki.ru", "Facebook", "Moymir", "TikTok", "Instagram" kabi tarmoqlarda o‘z profillariga ega. Biroq keyingi yillarda mazkur tarmoqlarning yoshlar tarbiyasiga salbiy ta‘sir

ko'rsatayotgan jihatlari ham ko'zga tashlanayotgani ko'pchilikni tashvishga solmoqda. Ma'lumki kishi ongi faqat jamiyatda, boshqalar bilan o'zaro munosabatda til yordamida ijtimoiy tajribani o'zlashtirishda shakllanadi. Binobarin shaxs ham faqat jamiyatdagina shaxsga aylanishi mumkin. Odamning ijtimoiy mavjudot sifatida shaxs nomini olishi uchun unga ijtimoiy-iqtisodiy hayot va tarbiya kerak. Odatda insonni ijtimoiy o'zgarishlar ta'sirida ma'lum bir maqomga ega bo'lib boradi. Ammo ma'lum o'zgarishlar ta'sirida yoki individuallikdan kelib chiqqan holda insonda salbiy ta'sir ko'rsatuvchi odatlar ham mavjudki, ular ijtimoiylashuv jarayonida rivojlanishga qaysidir ma'noda salbiy ta'sir o'tkazadi. Ruhan sog'lomlik – inson tanasining eng muhim va ajralmas qismidir. Uning shakllanishi hamda sog'lom saqlash uchun tashqi omillarga qarshi turish qobiliyati – stress, depressiya, samarali mehnat, jamiyatdagi uyg'un hayot va xotrijamlikni o'z ichiga oladi. Aslida ruhiy salomatlik baxtli hayotning asosidir. Quyida ruhshunos Viktoriya Parxomchuk keltirib o'tgan ruhiyatga salbiy ta'sir o'tkazadigan odatlarni taqdim etib o'tamiz.. Ruhiy salomatlik darajasi turli xil psixologik, ijtimoiy va biologik omillar bilan belgilanadi. Ruhiyatga ta'sir etuvchi masalaning tashqi tomonlari ishdagi og'ir sharoitlar, moliyaviy qiyinchilik, ijtimoiy ajralish yoki shaxsiy tajribalarda ham bo'lishi mumkin. Salbiy fikrlar. Odamlar sodir bo'layotgan voqealar uchun yomon senariy tuzishga harakat qiladi va eng birinchi ana shu holatga o'zlarini tayyorlaydi. Shuningdek, shaxs o'zi tasdiqlagan narsalarga ishonib qoladi. Masalan, “men buni qila olmayman”, “qo'limdan kelmaydi” kabi. Bunday xulq-atvor tizmi nafaqat imkoniyatni cheklaydi, balki qadr-qimmatni ham pasaytiradi, hayot tarzi sifatiga ta'sir qiladi. Boshqalarning fikri bilan yashash hammaga bir xilda yoqish mumkin emas, lekin barcha ham bu haqiqatni anglamaydi. Shuning uchun ham tashqi tomondan bildirilgan fikrlar shaxsiy hayotiga ta'sir qilishiga imkon beriladi. Masalan, taniqli insonlarning ijtimoiy tarmoqlardagi hayotiga asoslanib, yuqoridagi hodisani tasavvur qilish mumkin. Har qanday holatda ham foydali ish qilinsa, jamiyat rivojiga hissa qo'shilsa ham norozilikni ifoda etuvchi kishilar topiladi. Ushbu keskin fikrlar rivojlanish, harakat va oldinga intilishni sekinlashtiradi, ba'zida o'sish uchun ham imkon bermaydi. Shuni anglash kerakki, vakolatga ega hamda ishonchli bo'lgan insonlargagina quloq tutish kerak. Gadjetlarga qaramlik. Avvalo, har qanday qaramlik ruhiyatga tahdid soladi. XXI asrda ma'lum bo'lgan yana bir qaramlik – bu smartfonlar. U nafaqat aloqada bo'lishni, balki ilova ochish, yangiliklarni tomosha qilish, surat joylashtirish, tanimagan insonlar bilan muloqot qilish va yana bir qancha vaqtni o'g'irlovchi odatlarni o'z ichiga oladi. Eng asosiysi, u inson ruhiyatiga katta zarar yetkazadi. Insonning hayot kechirish tamoyilini zaharlaydi va baxtsiz qiladi. Ichki norozilik hissi ko'pchilikda tashqi ko'rinish, boshliq, do'sti, qarindosh, ijtimoiy mavqega nisbatan ichki norozlik hissi mavjud. Berilgan ne'matlarni qadrlay olmaslik, odatdagi narsalardan zavqlanmaslik ham baxtsiz odam sindromini rivojlanishiga hissa qo'shadi. Natijada ushbu surunkali norozilik tuyg'usi har qanday ruhiy kasallikni keltirib chiqaradi. Hasad. Hasad eng yomon tuyg'u bo'lib, u ruhiyatni hamda ijtimoiy aloqalarning ham buzilishiga olib keladi. Boshqa odamlarning yutuqlarini doimiy tarzda tahlil qilish bilan bog'liq bo'lgan salbiy tuyg'ular nafaqat qalbni, balki butun organizmni zaharlaydi. Shuning uchun hayotdan norozi bo'lgan odamlar ko'pincha jismoniy kasalliklarga, bosim bilan bog'liq muammolarga,

shuningdek, asab va ovqat hazm qilish tizimida kamchiliklarga duch keladi. Yuqoridagi odatlar bilan shaxsiy hayot va ruhiy salomatlikning buzilishiga yo‘l qo‘ymaslik, mavjud haqiqatni qabul qilish, istak va maqsadlarga intilishni unutmazlik kerak. Odamning mukammal inson bo‘lib yetishuvida o‘zining maqsad asosidagi xatti-harakati, iroda sifatlarining kamol topishi natijasida ayrim nuqsonlarini bartaraf etishi, qiyinchiliklarni yengib chiqishi mumkinligini bilishimiz zarur. Demak, inson hayot faoliyati davomida o‘zgarib, shakllanib, rivojlanib boradi. Bolalik, o‘smirlik va o‘spirinlik davrida rivojlanish nihoyatda kuchli bo‘ladi. Shaxsning kamol topishida va uning xulqida ijtimoiy va biologik omillarning ta‘sir kuchi hamisha ham bir xil bo‘lavermaydi. Chunki uning xulqiga, munosabatlariga, aloqalariga, yoshi, bilimi, odatlari, tajribasi va vaziyat ham ta‘sir etadi. Masalan, bir xildagi ta‘sirlarga turli inson turlicha munosabatda bo‘ladi, bu ayni paytda, shaxsning ehtiyoji qandayligiga ham bog‘liqdir. Shaxs ijtimoiy tajribani faol ravishda tahlil qiladi, o‘zlashtiradi, o‘zi uchun o‘zgartiradi-bu jarayon davomida o‘zi xam shaxs sifatida shakllanadi. Shaxs shakllanib borgan sayin tashqi ta‘sirlar, shu jumladan ijtimoiy ta‘sirlar ham uning ichki dunyosi, psixologiyasiga qarab turli odamlarga turlicha ta‘sir qiladilar. Masalan, bir xil baho turli o‘quvchilarga turlicha ta‘sir qiladi. Shaxs qaysi jamiyatda yashasa o‘sha jamiyat hayotidagi qonun-qoidalarga asosan kamol topadi. Shu jamiyatning moddiy va ma‘naviy boyligidan bahramand bo‘ladi. Moddiy va ma‘naviy boyliklarni yaratishda ishtirok etadi. Agar shu jamiyatning moddiy va ma‘naviy boyligi yuksak bo‘lsa, u shaxsga shu qadar katta ta‘sir ko‘rsatadi va aksincha, ikkinchi tomondan esa, shaxs faoliyati davomida mehnat orqali o‘z moddiy va ma‘naviy boyligini yaratish jarayonida ongini, hayotini, turmush sharoitini ham yaxshilab boradi. Shaxs hayot davomida murakkab rivojlanish jarayonini boshdan kechiradi, natijada u shaxsga aylanadi. Shu sababli shaxsni ma‘lum ijtimoiy tuzumning mahsuli deb tushunishimiz lozim. Shaxs rivojlanish jarayoni bir tekisda bormaydi, rivojlanishga ta‘sir etuvchi omillarning ta‘siri turlicha bo‘ladi, ya‘ni kishi ijobiy va salbiy ta‘sirlar natijasida kamolga yetadi. Albatta ijtimoiy omillar inson shaxsining har tomonlama shakllanishiga samarali ta‘sir ko‘rsatadi. Xususan, pedagog tarbiyachilar bolaning muayyan rivojlanish davridagi xususiyatlari, xarakteri va fe‘l-atvorini belgilovchi omillarning hammasi birgalikda ta‘sir ko‘rsatishini bilishi lozim. Ijtimoiy normalar, sanksiyalar, rollar ijtimoiy mexanizmlar sifatida shaxs xulq-atvorini ma‘lum ma‘noda boshqarib, muvofiqlashtirib turishga yordam beradi. Lekin insonning komilligi, uning axloq – ijtimoiy normalar doirasidagi maqbul harakati uning o‘ziga ham bog‘liqdir. Insonning o‘z-o‘zini anglashi, bilishi va o‘z ustida ishlashi avvalo uning diqqati, ongi bevosita o‘ziga, o‘z ichki imkoniyatlari, qobiliyatlari, hissiy kechinmalariga qaratilishini taqozo etadi. Ya‘ni, ijtimoiy xulq – shaxs tomonidan uni o‘rab turgan odamlar, ularning xulq-atvorlariga e‘tibor berishdan tashqari, o‘zining shaxsiy harakatlari va ularning oqibatlarini muntazam tarzda tahlil qilib borish orqali, rollarni muvofiqlashtirishni ham taqozo etadi. Insonning o‘zi, o‘z xulq-atvori xususiyatlari, jamiyatdagi mavqeyini tasavvur qilishidan hosil bo‘lgan obraz – “Men” – obrazi deb atalib, uning qanchalik adekvatligi va reallikka yaqinligi shaxsning jamiyatdagi ijtimoiy mavqeyini belgilaydi va uning barkamolligi mezonlaridan hisoblanadi. “Men” – obrazining ijtimoiy-psixologik ahamiyati shundaki, u shaxs tarbiyasining va tarbiyalanganligining muhim omillaridan hisoblanadi. Shu nuqtai

nazardan olib qaralganda, tarbiyani shaxsning o'zi va o'z sifatleri to'g'risidagi tasavvurlarining shakllanishi jarayonidir, deb ta'rif berish mumkin. Demak, har bir inson o'zini, o'zligini qanchalik aniq va to'g'ri bilsa, tasavvur qilolsa, uning jamiyat normalariga zid harakat qilish ehtimoli ham shunchalik kam bo'ladi, ya'ni u tarbiyalangan bo'ladi. O'z-o'zini anglash, o'zidagi mavjud sifatlarni baholash jarayoni ko'pincha konkret shaxs tomonidan og'ir kechadi, ya'ni, inson tabiati shundaki, u o'zidagi o'sha jamiyat normalariga to'g'ri kelmaydigan, noma'qul sifatlarni anglamaslikka, ularni "yashirishga" harakat qiladi, hattoki, bunday tasavvur va bilimlar ongsizlik sohasiga siqib chiqariladi (Z.Freyd nazariyasiga ko'ra). Bu ataylab qilinadigan ish bo'lmay, u har bir shaxsdagi o'z shaxsiyatini o'ziga xos himoya qilish mexanizmidir. Bunday himoya mexanizmi shaxsni ko'pincha turli xil yomon asoratlardan, hissiy kechinmalardan asraydi. Lekin shuni alohida ta'kidlash lozimki, "Men" – obrazining ijobiy yoki salbiyligida yana o'sha shaxsni o'rab turgan tashqi muhit, o'zgalar va ularning munosabati katta rol o'ynaydi. Odam o'zgalarga qarab, go'yoki oynada o'zini ko'rganday tasavvur qiladi. Bu jarayon psixologiyada refleksiya deb ataladi. Uning mohiyati – aynan o'ziga o'xshash odamlar obrazi orqali o'zi to'g'risidagi obrazni shakllantirish, jonlantirishdir. Refleksiya "Men" – obrazi egasining ongiga taalluqli jarayondir. Masalan, ko'chada bir tanishingizni uchratib qoldingiz. Siz tinmay unga o'z yutuqlaringiz va mashg'ulotlaringiz haqida gapirmoqdasiz. Lekin gap bilan bo'lib, uning qayergadir shoshayotganligiga e'tibor bermadingiz. Shu narsani siz uning betoqatlik bilan sizni tinglayotganligidan, xayoli boshqa yerda turganligidan bilib qolasiz va shu orqali ayni shu paytda "mahmadona, laqmaroq" bo'lib qolganingizni sezasiz. Keyingi safar shu o'rtog'ingiz bilan uchrashganda, oldingi xatoga yo'l qo'ymaslik uchun "O'rtoq, shoshmayapsanmi?" deb so'rab ham qo'yasiz. Ana shu ilgarigi refleksiyaning natijasidir. Ya'ni, suhbatdosh o'rniga turib, o'zingizga tashlangan nazar ("Men unga qanday ko'rinyapman?") – refleksiyadir. Shaxsning o'zi haqidagi obrazi va o'z-o'zini anglashi yosh va jinsiy o'ziga xoslikka ega. Masalan, o'ziga nisbatan o'ta qiziquvchanlik, kim ekanligini bilish va anglashga intilish ayniqsa, o'smirlik davrida rivojlanadi. Bu davrda paydo bo'ladigan "kattalik" hissi qizlarda ham, o'smir yigitchalarda ham nafaqat o'ziga, balki o'zgalar bilan bo'ladigan munosabatlarini ham belgilaydi. Qizlardagi "Men" – obrazining yaxshi va ijobiy bo'lishi ko'proq bu obrazning ayollik sifatlarini o'zida mujassam eta olishi, ayollik xislatlarining o'zida ayni paytda mavjudligiga bog'liq bo'lsa, yigitlardagi obraz ko'proq jismonan barkamollik mezonlari bilan nechog'li uyg'un ekanligiga bog'liq bo'ladi. Shuning uchun ham o'smirlikda o'g'il bolalardagi bo'yning pastligi, muskullarning zaifligi va shu asosda qurilgan "Men" – obrazi qator salbiy taassurotlarni keltirib chiqaradi. qizlarda esa tashqi tarafdin go'zallikka, kelishganlik, odob va ayollarga xos qator boshqa sifatlarning bor – yo'qligiga bog'liq holda "Men" obrazi mazmunan idrok qilinadi. qizlarda ham ortiqcha vazn yoki terisida paydo bo'lgan ayrim toshmalar yoki shunga o'xshash fiziologik nuqsonlar kuchli salbiy emotsiyalarga sabab bo'lsa-da, baribir, chiroyli kiyimlar, taqinchoqlar yoki sochlarning o'ziga xos turmagi bu nuqsonlarni bosib ketadigan omillar sifatida qaraladi. Sotsiologiya va ijtimoiy tarmoqlardagi ko'plab ma'lumotlar shuni ko'rsatadiki, shaxsning shakllanishiga ta'sir ko'rsatadigan asosiy omillar irsiyat (biologik omil), muxit (ijtimoiy, tabiiy, psixologik,

ma'naviy omillar), ta'lim tarbiya to'g'risidagi xulosalarni ancha ilgari ishlab chiqqan. Jamiyat taraqqiyotining turli davrida pedagogik ularning insonning shakllanishdagi ahamiyati va nisbati turlicha mafkuraviy-siyosiy ta'sirida izohlab kelgan. Tug'ma qobiliyatlarning irsiy berilishi, masalan, tabiat ilmida va unga muvofiq pedagogikada xam alohida ahamiyat kasb etadi. Masalan: ichkilikbozlikka berilgan ayrim oilalardagi bolalarda ba'zi bir irsiy ko'chib o'tadigan ruhiy kasalliklariga chalinish hollari uchraydi. Sog'lom kishilar farzandlarida aqliy faoliyat darajasi va sifasi yuqori bo'lishi kuzatiladi. Shaxsning xamma ruhiy fazilatlari uning atrof muxit bilan muloqoti natijasida insonni mehnat qilishdek, hayotiy faoliyati natijasida qo'lga kiritiladi. Insonga tug'ma ravishda xatti-xarakatlarning xech qanakqa ijtimoiy, noijtimoiy dasturlari berilgan emas. Har bir odam uchun shaxs sifatidagi fazilatlarning shakllanish jarayoni amalda noldan boshlanadi. Ijtimoiy muhit ko'p jihatdan sotsial shart-sharoitlarga bevosita bog'liq. Insonning ijtimoiy qiyofasi uning ijtimoiy va davlat tuzumiga mansubligi, ijtimoiy ishlab chiqarish munosabatlarning mahsus, u yoki bu davlatning fuqaroligi, shaxsning sinfiy o'rnini belgilaydigan mazkur jamiyatda, mamlakatda o'rnatilgan ijtimoiy-iqtisodiy munosabatlarning maxsuli hisoblanadi. Inson rivojlanishining shahar va qishloqlarda xayot sharoitlarining o'zgarishi, mamlakat xududida aholining kuchishi, tug'ilishning o'sishi, umrning uzayishi yoki kamayishi, nikohdan o'tish yoshining o'zgarishi, mehnat taqsimoti, bozor iqtisodiyoti sharoitida, ya'ni sinflar tadbirkor, ishbilarmon, savdogar, bankir, menejmentlarning paydo bo'lishi ko'p jihatlardan bog'liqdir. Muhitning ta'siri ko'pchilik hollarda stixiyalik ekanligini xisobga olinsa, ta'lim, tarbiya aniq maqsadli ta'sir etish bo'lib, rejali amalga oshiriladi va muhitdagi voqealikni to'g'ri va ijobiy ta'sirini ham vujudga keltiradi. Chunki ta'lim, tarbiyada muhit beraolmaydigan narsalar o'rganiladi, bilim, ma'lumot egallanishda, mehnat va texnik faoliyat bilan bog'liq ko'nikma va malakalar egallanadi;

- ta'lim-tarbiya tufayli to'g'ma kamchiliklar ham o'zgartirib yoki to'g'ma qobiliyat iqtidor rivojlantirishi mumkin bo'lib, shaxsni kamolga yetkaziladi;

- tarbiya ta'sirida muhitning salbiy ta'sirida bartaraf etishi va yo'qotilishi mumkin;

- ta'lim va tarbiya doimo kelajakka qaratilgan maqsadni ko'zlaydi. Oila shaxsning shakllanishida jamiyatning asosiy bo'g'ini sifatida katta rol o'ynaydi. Shaxsning ijobiy xislatlari asosan oilada tarkib topadi, shakllana boshlaydi. Maktabgacha tarbiya muassasalarda yanada yangi jamoaviy xislatlar bilan boyitiladi. Maktab, litsey, gimnaziyalarda yetuklik ko'lamida bilim, iqtidor, ko'nikmalar shakllanishi bilan birga insoniy ijobiy xislatlar yanada sayqal topadi. Maktabdan tashqari madaniy - ma'rifiy muassasalar va radio, televideniya, ommaviy axborot vositalar a'sirida shaxsiy xislatlar jamiyatga, atrof-muhitga muvofiqlantiriladi. Jismoniy tarbiya va sport bilan shug'ullanish jarayonida insoniy ongning faol tabiati ayniqsa yaqqol namoyon bo'ladi. Inson o'z tanasini o'zining ongi irodasi ob'ekti qilib, ataylab o'ziga muayyan xarakatlar va xarakat omillari dasturini belgilab, o'z organizmining ishini takomillashtiradi, xarakat qobiliyatlarini va umumiy yashovchanligini oshiradi. Ana shunday xarakat vositasida tashqi tabiatga ta'sir ko'rsatadi va uni o'zgartirar ekan, ayni vaqtda

o'z tabiatini ham o'zgartiradi. Demak, inson jamiyatdagi mavjud yoki qabul qilingan normalarni o'zligicha qabul qiladi va unga adaptatsiya hosil qiladi. Shunda undagi ko'nikma hosil qilish ham ongli tarzda ichki imkoniyatlari doirasida amalga oshadi. Ijtimoiy – ma'naviy o'zgarish, yangiliklar kun sayin yuzaga kelaveradi. Unga ijobiy tomonlama yondashish insonning o'zida qoladi. Mavjud muammoga yechim ham o'zligidan kelib kelib chiqib topiladi. Hulosa shuki, inson jamiyatdagi o'zgarishlarga sub'ektiv shaklda, ongli tarzda, ichki imkoniyat doirasidan kelib chiqib yondashsagina, u shaxs sifatida kamol topadi va mamlakat rivoji yo'lida asosiy lokomotivlardan biri sifatida xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

- 1.G'oziyev.E. Sotsial psixologiya. Noshir. Toshkent 2012 y
- 2.Yo'ldashev.O, Djabborova.Sh, Hasanova.O. Hayot faoliyati xavfsizligi. Kitob. Toshkent:2014 y
3. Ta'lim muassasalarida hayot faoliyati xavfsizligi moduli bo'yicha O'quv – uslubiy majmua. Ma'ruza m. Toshkent.2020 y
4. V.Karimova. Ijtimoiy psixologiya. Darslik fan va texnologiya. T.:2012

OTA-ONALARNING TARBIYAGA OID TUSHUNCHALARINING RIVOJLANTIRISHI

*Jumaniyazova Zilola Arslonbekovna
Xorazm viloyati Xiva tumani 33-maktab psixologi*

Oila-jamiyatning ajralmas bo'lagidir. Biror bir xalq, millat yoki jamiyat yo'qki, u o'zining rivojlanish tarixida va taraqqiyot istiqbolini belgilashda oila va uning atrofidagi muammolarni, qadriyatlarni inobatga olmagan bo'lsa. Har qanday istiqbol oilaning manfaatlaridan ayro tasavvur qilinmaydi. Zero, har bir inson uchun oila-bu umrning boshlanishi, barcha narsalarning muqaddimasidir. Qolaversa har bir inson o'z baxti va saodatini eng avvalo oilasi bilan bog'laydi, ya'ni o'z uyi, oilasida baxtli bo'lgan insongina o'zini to'laqonli baxtiyor his etadi.

Shuni alohida ta'kidlash lozimki oilaning mavjudligi eng avvalo ota va onaning o'z vazifalarini bajarishi bilan bog'liq. Tug'ulgan farzandning yetuk inson bo'lib voyaga yetishida, ota-onaning o'rni nihoyatda katta. Agar oilada ota-ona o'z vazifasini ijobiy bajarsa, ya'ni bolada oilaga, ota-onaga, keksalarga hurmat, o'zaro yordam hislatlari shakllansa, kelajakda oila qurgach, o'zi ham farzandlarini xuddi shunday tarbiyalashga intiladi. Muxtaram prezidentimiz Sh.Mirziyoyev jamiyatda oilaning mavqiyini oshirish, yosh avlodni barkamol etib tarbiyalash va yoshlar ma'naviyatini yuksaltirish maqsadida bir qator amaliy ishlar olib bormoqdalar.

Zero hadisi shariflarda ham ota va onaning tarbiyachilik maqomlari to'g'risida shunday deyilgan: “Hech bir ota-ona bolasiga yaxshi odobdan ortiq hadya bera olmaydi”. Hazrati Alisher Navoiyni o'qir ekanmiz, uning “Farzand hayotda har narsadan ustun va sevishga loyiq tabiat mujdosidir”. Shuning uchun ham “Bolaga ko'z-quloq

bo'lmaslik, uni nazoratsiz qoldirish o'z vaqtida to'g'ri tarbiya bermaslik, keyinchalik yomon oqibatlarga olib kelishi mumkin" degan purma'no so'zlari millatimizda farzand tarbiyasi borasida ota-onaning ma'suliyati milliy qadriyat ekanligidan darak beradi.

Vatanimizning bugungi va ertangi taqdiri yosh avlodning kasb mahorati, intellektual darajasi, ma'naviy taraqqiyoti, jismoniy salomatligiga bog'liq bo'lib, bu darajaning amaldagi ko'rinishi oiladagi ma'naviy hamda psixologik muhitga bog'liqdir. Ya'ni, farzandning har tomonlama kamol topishida avvalo shu oiladagi ijtimoiy psixologik muhit katta rol o'ynaydi.

Oiladagi muhit esa eng avvalo uni tashkil etuvchilar o'rtasidagi samimiy munosabatlarning xarakteriga bog'liqdir. Oilalarimizda har tomonlama sog'lom muhit hukmron ekan, farzandlarimiz barkamol voyaga yetadilar, fuqarolari barkamol jamiyat esa hech qachon zavol topmaydi. Jamiyat tayanchi sog'lom oila bo'lar ekan, farzandlari millat darajasida tafakkur qilishga qodir bo'lgan bunday yurt barqaror taraqqiyot yo'lidan og'ishmaydi, amalga oshirayotgan barcha islohotlarimiz albatta o'z samarasini beradi. Zero, oilaviy tarbiya va undagi ota va ona ma'suliyati masalasi bizning qonunlarimizda ham muhrlab qo'yilgan. Mamlakatimizning bosh qomusi konstitutsiyamizning 64 moddasida "Ota-onalar o'z farzandlarini voyaga yetgunlariga qadar boqish va tarbiyalashga majburdirlar" degan normaning mavjudligi ham ota va onalarga qonuniy yuklangan vazifadir. Ushbu Konstitutsiyaviy normaning bajarilmasligi ayni global o'zgarishlar davrida ota-onalik institutining muhimligini yanada yaqqol namoyon etadi: Bolalarimizni yoshlik chog'laridan boshlab milliy tarbiya, axloq-odob, yuksak ma'naviyat asosida voyaga etkazish biz uchun doimo dolzarb ahamiyat kasb etib kelgan, bu masalaga e'tibor bermaslik nafaqat ayrim ota-onalar, balki butun jamiyat uchun juda qimmatga tushishini ham ko'pgina hayotiy misollarda ko'rishimiz mumkin.

Shunday qilib, oila - bu er-xotin, ota-ona va bolalar o'rtasida shakllangan munosabatlarning tarixiy tizimi, uning a'zolari bir-birlari bilan qarindosh-urug'chilik va nikoh bilan bog'langanlar. Malumki, oila yaxshi va ma'qul an'analar va qadriyatlarni buzilmagan holda saqlab, ularni keyingi avlodga yetkazish vazifasini bajarib kelgan. Shunga ko'ra, hozirgi kunda ham oilaning asosiy vazifalaridan biri-millatga xos bo'lgan avlodlar tarbiyasidagi uzluksizlikni ta'minlab berishdir.

Jamiyatdagi o'zgarishlar oilaga ta'sirini ko'rsatganidek, oiladagi o'zgarishlar ham jamiyatga albatta o'z ta'sirini ko'rsatadi. Bola shaxs sifatida shakllanishi, orzu-umidlar qanot yozib kelajakka intilishlari oila muhitida qaror topadi. Oiladagi xayrixohlik, o'zaro munosabat atrof- muhitga o'z ta'sirini ko'rsatmay qolmaydi. Olib borayotgan tadqiqotlardan ma'lum bo'lishicha, ota-ona obro'sining ko'tarilishi yoki pasayishida farzandlarning alohida o'rni bor. Ayniqsa, pedagoglar, olimlar, rahbarlik lavozimida faoliyat yuritayotgan insonlarning oilalarida bu jarayon o'ziga xos xarakterga ega ekanligi ma'lum bo'ldi. Aynan rahbarlik lavozimida ishlaydigan xodimlarning 37 foizi oilada farzand tarbiyasiga alohida vaqt ajratib, ota-onalik ma'suliyatini unutmastliklari, vaqtlari tig'iz bo'lishiga qaramasdan farzandlariga munosabati pedagogik-psixologik talablar darajasida ekanligi aniqlandi.

Ayniqsa, farzand ota-ona buyurgan uy yumushlarini o'z vaqtida bajarib borishi, o'qishga yoki ishga ketish oldidan ota-onalaridan ruxsat yoki fотиha olib chiqib

ketishlari, imkon qadar ota-onaning ko'ngliga qarab odob bilan muomala qilishlari, ota-ona so'ragan paytda "labbay" deb javob berishlari oila sharoitida farzandni ota-ona oldidagi burchini to'g'ri ado etayotganligini ko'rsatadi.

Farzandning mehnatsevar, hunarli, epli va aqlli bolishini xohlagan ota-ona esa avvalo o'zi har bir qilgan amalida farosatli, didli, sabr- toqatli, har qanday maqsad muddao oldida qiyinchilardan qo'rqmaydigan halol va tirishqoq ekanilgini ko'rsata oilshi zarurdir. Zero, bugunning bolasi uchun aytish tushuntirish hadeb pan-nasixat qilayerish kamlik qiladi, uni o'rgatish, unga namuna va ibrat bolish insoniy fazilatlarini amalda ko'rsatish malakasiga ega bolish lozim.

Bola tarbiyasini ta'minlovchi barcha omillarni ota va ona bilishi shart. Bola ularning psixologik jixatdan idrok etar ekan, undan barcha xatti-harakatda o'rnak oladi. Oila bu ishda madad beruvchi talim muassasalari esa xar bir tarbiyalanuvchini qaysi oila farzandi ekaniigi undagi ota-ona farzand munosabatlarining xarakterini bilgan holda uning qalbiga yol topishi kerak. Mahalla faollari esa xar bir xonadonda o'sib voyaga etayotgan yoshlar tarbiyasining eng xalq bop, qadriyatlarimizga asoslangan uslub va shakllarini joriy etib, amalda "Oila-maxalla-talim muassasasi xamkorligi konsepsiyasi" ning ijrosini ta'minlashlari darkordir.

Albatta, bularning barchasi avvalo farzandlarimiz qalbida istiqbolida mustaxkam va ahil oila qurishga nisbatan intilishini shakllantiradi, demak, o'z sayi harakatlarimiz bilan farzandlarimizni kelgusi hayotga tarbiyalab boramiz. Eng muhimi oila qo'rg'onimizni but, farzandlarimizni sog'lom, munosabatlarimizni samimiy qilish vositasida yoshlarimizni turli xil zararli illatlar domidan, giyohvandlik, axloqsizlik, dinsizlik, "Ommaviy madaniyatning tahdidlaridan asrab qolamiz.

Birinchi dan, oila muhiti va undagi sog'lom munosabatlarda ayolning roli katta ekanligidan kelib chiqib qizlar tarbiyasi borasida onalar, maktab psixologi, mahalladagi diniy ma'rifat va ma'naviy axloqiy tarbiya masalalari bo'yicha mahalla maslaxatchilari hamkorligini oshirishning ilg'or va ta'sirchan pedagogik psixologik usullarini takomillashtirish, qizlarni kasb-hunarli va ma'lumotli bo'lishlariga katta e'tibor berish.

Ikkinchi dan, bola ongi shakllanishning ilk maskani oila ekanligidan kelib chiqib, ota-onalikning tarbiyaviy imkoniyatlarini yanada ko'chaytirishning moddiy va ma'naviy asoslarini ilmiy- amaliy jixatdan chuqur o'rganish va amaliy ta'sirini ishlab chiqish.

Uchinchi dan, milliy mentalitetimiz xususiyatiga ko'ra bola shaxsining tarbiyalanganlik darajasini belgilashda mahalla omilining roli katta, "Mahalla- ham ota ham ona" degan naql xam bejiz emas. Shu bois mahallalar qoshida eng faol, ko'pni ko'rgan ma'naviy darajasi yuksak fuqarolardan foydalangan holda o'quv markazlari, to'garaklar, klublar, ijtimoiy ko'nikma maskanlari, maslaxatxonalar, "Ishonch telefonlar" kabi ijtimoiy institutlar tashkil etish va ular samaradoriligini monitoring qilish uslublarini takomillashtirishda shu maxalla hududida joylashgan maktabgacha ta'lim, umum o'rta talim va kasb hunar ta'limi muassasalarining amaliy va ta'sirchan hamkorligini yo'lga qo'yish lozim.

МАКТАБГАЧА ЁШ ДАВРИНИНГ АСОСИЙ ФАОЛИЯТИ – БУ ЎЙИНДИР

Хўшбоқов Камолиддин Абдулатиф ўғли
ТерДу психология мутахасислиги 1-курс магистранти

Ўйин бу нима? Ўйин-бу қутилмаган ва фаол жараён бўлиб, унда тафаккур, ҳис-туйғулар ва ҳаракатлар ривожланиши мумкин.

Ўйин болалар ривожланишида катта аҳамиятига эга:

- боланинг ижодий ижтимоийлашувига кўмаклашади. Ўйинда импровизация қилса, тимсоллар, вазиятларни ўйлаб топса ва шу тариха атроф-олам ҳақидаги маълумотларни олади;

- хотир, диққат, тасаввур, нутқ ... ривожланади.

- Болага қувонч бағишлайди, турли ҳиссиёт ва кечинмалар уйғонади,

- Ижтимоий хулқ-атворнинг дастлабки кўникмалари ривожланади: болалар билан мулоқотда бўлиш, турли муносабатларга киришиш, умумий ўйинларни режалаштириш...

- болаларга жамиятдаги ўз ўрнини тушуниш ва ўзига бўлган ишончсизликни камайтиришга ёрдам беради. Ўйинда болалар барча кўникмалардан фойдаланувчи назорат қилинадиган ҳаракат маконини яратадилар.

Мактабгача ёшда болаларнинг ижтимоий ҳаёти айнан ўйинда тўлиқ фаоллашган бўлади. Ўйин болаларга мулоқотнинг турли шаклларидадан мустақил фойдаланиш имконини беради.

Ўйин жараёнида болалар орасида икки турдаги муносабатлар шаклланади:

- ўйин мазмуни, қоидалари билан белгиланадиган муносабатлар;

- ўйин бўйича намоён бўладиган ҳақиқий муносабатлар.

Ўйинлар болаларнинг ёши билан боғлиқ. Масалан, кичик ёшдаги болалар яқка тартибдаги ва параллель ўйинлар билан шуғулланишади. Катта болаларда ўз фикр ва ҳис-туйғуларини ўрганиши учун ёлғиз ўйнашга эҳтиёжманлиги юқори бўлади. Ўйинларда болалар ҳис-туйғуларини ривожлантирадилар, ўз таассуротларини акс-эттирадилар, ўзлари тақлид қилаётган ва чин дилдан ўхшашни истаган шахснинг билими ва хатти-ҳаракатларини ўзлаштиришга ҳаракат қиладилар. Ўйин давомида болалар дўстона муносабатларга киришадилар, биргаликда ҳаракат қиладилар ва завқланадилар.

Ўйинда ҳеч қаерда учрамайдиган жиҳат бор: бола ўз мустақиллигини кўрсата олади; ўйин ва ўйинчоқлар, ўйиндаги дўстларни танлаши мумкин, ўйин жойини, унинг бошланиши ва яқунланишини белгилаб бера олади. **3-4 ёшли бола** ўзига яхши таниш бўлган инсонларнинг ҳаракатлари ва юриш-туришини тўлақроқ ва батафсилроқ намоён этади, ўйинда ва у билан боғлиқликда кундалик ҳаётда бажаришнинг имкони унча бўлмаган мақсадга йўналтирилган ҳаракатларни анча узоқ вақт бажара олади. Масалан, катталарнинг ҳаракатларини қайтаради; узоқ вақт ва диққатини жамлаган ҳолда машинани тузатади, кейин эса ўзини ҳайдовчига солиб роллар бажарадилар.

Бу ёшга келиб болалар сюжетли-ролли ўйинлар анча кўпаяди.

5-7 ёшга келиб болаларда ўйинлар анча мураккаб сюжет билан ажралиб туради. Унда одамда инсон муносабатлари, ижтимоий ҳаётнинг турли ҳодисалари акс этади: ўғинларда бевосита кузатувларди ва билвосита (китоб ўқиш, суҳбатлардан сўнг...) олинган тасаввурлар уланиб кетади. Барча ёшдаги болалар ўйинларда болаларнинг ҳис-туйғулари ва атроф-муҳитга бўлган муносабатлари яққол намоён булади. Бу даврди келиб ўйиннинг аҳамияти катта бўлади. Болалар уларга таниш бўлган ўйинларни ўзлари ташкил қила оладилар, иштирокчилар томонидан қоидалар аниқ бажарилиши устидан назорат қилиб борадилар.

Ўйинда мавжуд бўлган турли жиҳатлар:

- завқ ва қувонч;
- иштирокчилар томонидан фаол жалб қилинганликни;
- ички мативация
- тадбирлар иштирокчилар томонидан эркин танланади;
- иштирокчилар томонидан шахсан йўналтирилган ёки биргаликда йўналтирилган бўлиши мумкин;
- эътибор мақсадга (маҳсулот) эмас, балки воситаларга (жараёнга) қаратилади.

Ўйинлар болаларнинг музокара қилиш, ҳиссий мувозанатни тиклаш, низоларни ҳал қилиш ва қарор қабул қилиш қобилиятини ривожлантиришга ёрдам беради. Болалар ўйин ва ўйин-кулгиларда иштирок этиб, амалий кўникмаларни эгаллайди; атрофдаги оламни ўрганади ва англайди; янги ғоялар, роллар ва тажрибани синовдан ўтказишади ҳамда ўз ижтимоий мавқеини тушинади.

Жисмоний жиҳатдан ўйин болаларга майда ва йирик маторикани ривожлантириш ҳамда жисмоний малака ва мушакларни бошқаришни машқ қилиш ва такомиллаштириш имконини беради. Мунтазам жисмоний фаолият болага саломатлик, овқатланиш ва фаровонликка соғлом муносабатда бўлишга ёрдам беради.

Когнитив муносабатда ўйин хотира, тасаввур, концентрация ва ижодкорликни рағбатлантиради, ғоялар ва саволларни ўрганиш ва муаммоларни башорат қилиш ва ҳал қилиш имконини беради.

Билиш фаолияти жараёнида боланинг кўргазмали ва мантикий тафаккури, ихтиёрий англаш диққати, хотири, ижодий тасаввурнинг ривожланиши содир бўлади. Билиш фаолияти ўйин фаолиятининг ажралмас қисми вазифасини бажаради. Ўйин давомида боланинг маънавий ва жисмоний кучи, унинг диққати, хотираси, тасаввури, интизоми, чаққонлиги ривожланади, янги билим ва кўникмалари эгалланади ва ўзлаштирилади. Бундан ташқари, ўйин мактабгача ёш даврига хос бўлган ижтимоий тажрибани ўзлаштиришнинг ўзига хос усулидир.

Лингвистик жиҳатдан ўйин оғизаки ва новербал мулоқот малакаларини ривожлантиришга ёрдам бериб, тил ёрдамида ўз тажрибалариниҳис қилиб дунёни тушуниши кенгайди.

Ҳиссий жиҳатдан ўйин болага ўз ҳис-туйғуларини ўрганиши ҳис қилиши ва номлаши улар ҳақида гапириши, рухий зуриқишни енгиши, қийин вазиятларни тўғри қабул қилиш ҳамда бошқалар билан мулоқот қилиш имконини беради.

Ижтимоий муносабатда ўйин болага одоб-ахлоқ қоидаларини ўрганиш ҳамда кечинмалар билан уланиш, музокаралар ўтказиш.

Маънавий муносабатда ўйин болаларнинг хайратланиш қобилиятини ривожлантиради ҳамда ҳурмат ва қадриятлар тизимларининг тартиб топишга ёрдам беради.

Бола ўйинда қандай бўлса, ишда ҳам кўп жиҳатдан у шундай бўлади деб ҳисоблайди. Шунинг учун бўлажак арбобнинг тарбиялаш кўп томондан ўйин орқали амалга оширилади.

МАҲАЛЛАЛАРДА БОЛА ТАРБИЯСИНING ЭТНОПЕДАГОГИК ВА ПСИХОЛОГИК ХУСУСИЯТЛАРИ

*Абаев Абдувоҳид Абдулхамидович
Фаргона давлат университети Психология йўналиши магистри*

Аннотация: Мақолада маҳалаларда бола тарбиясининг этнопедагогик ва психологик хусусиятлари, шахсни шаклланиши, камол топиши, ижтимоий омиллар, таълим-тарбия бола шахсининг фаоллиги ёритилганлиги алоҳида ўрин тутди.

Калит сўзлар: маҳалла, бола тарбияси, урф-одатлар, шахс шаклланиши,

Ўзбек халқи ҳаётида маҳалла энг муҳим ўрин тутди. Маҳалла жамоаси фақат ҳудудий тузилма эмас, балки ижтимоий тузилма, яъни, кишилар турмуш тарзининг ташкилий шакли сифатида мавжуд бўлиб, унинг асосий вазифаси ҳудуддаги оилалар турмушидан огоҳ бўлиш, оилавий маросимларда фаол иштирок этишга муносиб ҳисса қўшишдан иборат бўлган.

Ўзбек халқи ижтимоий ҳаётида бола тарбиясини маҳалланинг ўрнисиз тасаввур қилиб бўлмайди. Маҳаллавий анъаналар ўзбеклар миллий менталитетига хос бўлиб, жамиятда одамлар ўртасидаги ўзаро ижтимоий ва маънавий муносабатларни белгиловчи муҳим омил ҳисобланган. Ўзбекистон ҳудудларида тўпланган этнографик маълумотларга асосланган ҳолда боланинг маҳалладаги ўрни ва улар билан боғлиқ турли анъаналарнинг тарбиявий аҳамиятидан келиб чиқиб, фарзанд тарбияси билан боғлиқ даврни уч босқичга ажратиш мақсадга мувофиқдир.

Биринчи босқич-3-5 ёшгача давом этиб, бу даврда болада дастлабки тарбия кўникмалари пайдо бўлган. Бола маҳаллада жамоа орасида мустақил бўлишга интилган. Фарзанд тарбияси билан энди фақат ота-она, оила эмас, балки кўни-кўшнилари ҳам шуғилланишган.

Иккинчи босқич-5-9 ёшда ўғил болалар суннат қилинганлиги боис маҳалла жамоасига қўшилишган. Энди ўғил бола бажарадиган жисмоний юмушлар диний-ахлоқий одатга кўра “ҳалол” саналган. Қиз болаларга катталар, асосан, аёллар кўмагида ҳаё, ибодат, андиша, уят, мулойимлик фазилатлари ўргатила бошлаган. Қиз

бола ва ўғил болалар орасида жинс тафовутлари яққол кўриниб, ёш ва жинс хусусиятларига кўра ўғил болалар ва қизлар жамоасига ажралганликлари учун ўғил болалар тарбияси билан асосан эркаклар, қиз бола тарбияси билан эса кўпроқ аёллар шуғиллана бошлаган. Қизлар уй-рўзғор юмушларига тўла жалб этилган бўлса-да, оилавий ва бошқа тадбирларда ҳам қисман иштирок этганлар.

Учинчи босқич-9-12 ёш бўлиб, бу даврда болалар ўз жамоасига тўлиқ кўшилишган ва катталар орасида ўзларини эркин сезишган. Удумларга кўра, бу ўтиш даври ҳисобланиб, ўғил ва қиз болалар ташқи кўриниши, кийинишидаги тофовутлар аниқ кўзга ташланган, яшаш ва иш жойлари ажратилган, тарбияда меҳнат тарбиясига эътибор ошган.

Ўрганилган ҳудудда болаларнинг маҳалладаги жамоавий маросимларда иштироки, уларнинг оилада қандай тарбия топганлигига чамбарчас боғлиқ эканлиги кўрсатади. Оилавий маросимлар ва жамоавий тадбирларда аёллар ва эркаклар иштирокида тафовутлар бўлса-да, бола тарбиясида аёллар, хусусан, момолар, отинойилар, катта момоларнинг ўрни ўзига хос бўлган. Оилавий маросимлар болалар иштирокисиз ўтмаган. Унга оила аъзолари, яқин қариндошлар пухта тайёрланишган, белгиланган вақтда кўни-кўшни аёллар ширинликлар, нон, патир, қатлама ва бошқа турли пишириқлар тайёрлаб келишган.

Демак, болаларда ахлоқ-одоб, уюшқоқлик, жамоага интилиш каби дастлабки кўникмалар ҳудудий кўни-кўшнилар, яқин қариндошларнинг ўзаро муносабатлари орқали шакллана бошлаган. Ўзбеклар ҳаётида болаларнинг ёши ва жинсига қараб гуруҳга бўлиниши уларда маълум ижобий хулқ-атворлар вужудга келишига сабаб бўлган.

Оила ва жамоа аъзолари даврасида ўтказилган маросимларда оила хўжалиги ва жамоа турмушига доир масалалар ўз ечимини топиб, болалар иштироки уларда аҳиллик, жамоавий уюшқоқлик, ўзаро ёрдам муносабатларини шакллантирган. Оилавий маросимлар, жамоавий йиғинлар, байрамлар, сайиллар, чойхоналар, масжидлар, маҳалла гузарларидаги жамоавий тадбирлар дастлабки энг асосий тарбия воситалари вазифасини ўтаган.

Болалик чоғида ҳар бир ўсмир маърака ва маросимларда кўлига човгум, офтоба, дастгўш олиб, елкасида сочиқ тутиб даврадаги меҳмонлар кўлига сув қуйиб чиқишни билиши керак бўлган. Бола тарбиясига оид урф-одатлар халқнинг умумэтник жиҳатларини ўзида мужассам этади. Шу боисдан ҳам халқимиз мақолида "Отанг- маҳалла, Онанг-маҳалла", "Бир болага етти кўшни ота-она" деб бежиз айтилмаган. Ота-оналар бола тарбиясида, асосан, маҳалла жамоаси фикрини эътиборга олишган. Фарзандининг одоби учун кўни-кўшнилардан раҳмат эшитиш ота-она учун ғурур ҳисобланган.

Тарихдан шаклланган анъаналар, жамиятдаги ижтимоий-иқтисодий шароит ҳамда табиий-географик омилларга кўра ўзбек оилаларида ўғил болага эҳтиёж юқори бўлиб, буни қуйидаги жиҳатлар билан изоҳлаш мумкин:

Биринчидан, минтақада қадимдан кўп болаликдан ҳар бир оила ҳамда жамият манфаатдор бўлган. Оилада ўғил болалар меҳнатидан кўпроқ

фойдаланилган, бу оиладаги, умуман, жамоадаги иқтисодий даромаднинг каттагина улушини ташкил этганлиги учун ҳам уларга эҳтиёж катта эди.

Иккинчидан, ўзбек халқига хос анъаналар ва миллий урф-одатлар ҳам муҳим омиллардан бири бўлиб, серфарзанд оилалар, айниқса, ўғил боласи кўпчиликти ташкил этган оилалар қадрланган. Ҳурмат-эътиборга сазовор бўлган. Бу ўз навбатида ўғил боланинг жамиятдаги мавқеини бир мунча баланд эканлиги билан изоҳланган.

Учинчидан, ўзбек оилаларида қизларни эрта турмушга бериш одати ҳам мавжуд бўлиб, табиийки бу оилада ўғил болага бўлган эҳтиёжни талаб этган. Чунки турмушга чиққан қизларнинг ўрнини жамоада, албатта, ўғил болалар эгаллаган. Ўғил болаларга нисбатан авлод давомчилари ва меросхўрлари сифатида қаралган.

Тўртинчидан, аёлларнинг жамиятдаги ўрни яна шу билан характерланганки, ўзбек аёллари асосан уй ишлари ва бола тарбияси билан банд бўлганлар. Бу рўзғор ва дала юмушларида эркаклар меҳнатини кўпроқ талаб этган.

Фойдаланилган адабиётлар.

1. Мирзиёев Ш.М. Ўзбекистон Республикаси Президентининг “Ўзбекистон Республикасини янада ривожлантириш бўйича Ҳаракатлар стратегияси тўғрисида” ги Фармони. // Ҳаракатлар стратегияси асосида жадал тараққиёт ва янги ланиш сари- Т. “Ғафур Ғулом” 2017.-92 бет
2. Назарий ва амалий психологиянинг илмий масалалари, уларни таълим-тарбия жараёнидаги ўрни мавзусидаги республика илмий-амалий анжумани материаллари. АДУ 2009 йил 23-24 апрел.
3. Касб-хунар таълими журнали № 1, 2012 йил
4. www.ziyounet.uz

BOG'CHA YOSHIDAGI BOLALARDA UCHRAYDIGAN NUTQ KAMCHILIKLARI VA ULARNI KELTIRIB CHIQUADIGAN SABABLAR

*Madrahimova Nilufar Mamatsoyib qizi
Mirzo Ulug'bek nomidagi O'zbekiston Milliy universiteti 2-kurs talabasi*

Kalit so'zlar: Intonatsiya, artikulyatsiya, alaliya, afaziya, dizatriya, dislaliya, paretik va spastik.

Bolaning nutqi kattalar nutqi asosida rivojlanib boradi. Nutqning to'g'ri shakllanishi atrofda gilar nutqiga, nutqiy tajribaga, to'g'ri nutq muhiti va ta'lim-tarbiyaga bog'liq. Nutq tug'ma qobiliyat emas, balki hayot davomida bolaning jismoniy va aqliy rivojlanishi bilan parallel ravishda shakllanib boradi.

Nutq buzilishlarini o`rganish, tushunish uchun bola nutqining normal rivojlanish yo`lini, bu jarayonning o`ziga xos xususiyatlarini, nutqning muvaffaqiyatli shakllanishida katta rol o`ynovchi sharoitni bilish lozim

Bundan tashqari bola nutqining rivojlanish davrlarini aniq bilish zarur. Bu esa nutqning rivojlanishi jarayonidagi u yoki bu kamchiliklarni o`z vaqtida bilish va aniqlash uchun kerak bo`ladi.

G.L.Rozengrad-Pupko bolada nutq rivojlanishini ikki davrga ajratadi:

- 1) tayyorlov davri (2 yoshgacha);
- 2) nutqning mustaqil shakllanish davri;

A.N.Leontev bola nutqining shakllanishini 4 davrga bo`lib ko`rsatadi:

- 1) tayyorgarlik davri – bola tug`ilgandan bir yoshgacha;
- 2) bog`chagacha bo`lgan davr – 3 yoshgacha;
- 3) maktabgacha bo`lgan davr – 7 yoshgacha;
- 4) maktab davri.

Bola tug`ilgan daqiqadan boshlab ovoz chiqaradi. Bu ovoz qichqiriq va yig`idan iborat bo`ladi. To`g`ri, bu ovoz odam nutqidan uzoq. Lekin ana shu qichqiriq va yig`i nutq apparatining 3 bo`limini (nafas olish, ovoz hosil bo`lish, artikulyasion) rivojlanishida katta rol o`ynaydi.

Ikki hafta o`tgach, bola gapirayotgan odamning ovozigacha e`tibor bera boshlaydi. Bir oylikning oxiriga borib, uni mayin qo`shiq (alla) ostida tinchlantirish mumkin bo`lib qoladi. Tez kunda bola intonasiyaga e`tibor bera boshlaydi: mayin gapirganda tinchlanadi, keskin intonasiyaga – yig`laydi. 2 oylik atrofida gu-gulash, 3-oyning boshida bo`g`inlarning talaffuzi paydo bo`ladi (aga-aga, ta-ta, ba-ba va boshqalar). Bunda tovushlar birikmasi aniq artikulyasiya qilinmaydi.

Bola 5 oylikida tovushlarni eshitadi. Atrofdagilarning lablari artikulyasion harakatini ko`rib unga taqlid qilishga harakat qiladi. Bolaning qandaydir aniq harakatlarni ko`p marotaba takrorlashi harakat ko`nikmasining mustahkamlanishiga olib keladi. 6 oylikidan boshlab bola taqlid qilish orqali ba`zi bo`g`inlarni talaffuz eta boshlaydi (na-na-na, be-be-be, da-da-da, pa-pa-pa va boshqalar). Ikkinchi yarim yillikda bola ba`zi bir tovushlar birikmasini idrok qila boshlaydi va ularni predmetlar yoki harakatlar bilan bog`laydi (bu, ma, bey). Bola 7-9 oylikida kattalar ketidan turli xil bo`g`inlarni qaytara boshlaydi. 10-11 oylikida so`zlarning o`ziga reaksiya paydo bo`la boshlaydi (vaziyat va gapirayotgan kishining intonasiyasidan qat`i nazar).

Ikkinchi davr – bog`chagacha bo`lgan davr (bir yoshdan 3 yoshgacha). Bolada birinchi so`zlar paydo bo`lgandan so`ng, tayyorlov davri tugab, aktiv nutqni egallash davri boshlanadi. Bu vaqtda bola atrofdagilar artikulyasiyasiga e`tibor beradi. U gapirayotganlar orqasidan so`zlarni ko`p marotaba takrorlaydi va o`zi ham so`zlarni talaffuz qiladi. Bola hayotining 2-3 yiliga kelib, uning lug`at boyligi sezilarli darajada boyib boradi. Eng keng tarqalgan ma`lumotga ko`ra, bolalarning lug`at boyligini bog`chagacha bo`lgan davrda o`sishi quyidagi raqamlarni ko`rsatadi: 1 yoshu 6 oyda - 10-15 ta so`z, 2-yilning oxiriga kelib 300 ta so`z, 3 yoshga borganda – 1000 ta so`z. Bola hayotining 3-yiliga kelib, nutqning grammatik tomoni shakllana boshlaydi. Avval bola o`z xohish va iltimoslarini bir so`z bilan ifodalaydi. Keyinchalik 1-2 ta so`zdan iborat sodda jumlar paydo bo`la boshlaydi.

Uchinchi davr – maktabgacha boʻlgan davr (3 yoshdan 6 yoshgacha). Maktabgacha boʻlgan davrda bolalar birinchi navbatda artikulyasion jihatdan oson talaffuz etiladigan: lab-lab, lab-til undoshlari - p, b, m, f, v va boshqalarni oʻrganadilar. Artikulyasion jihatdan talaffuz etish qiyin boʻlgan: shivirlovchi, sirgʻaluvchi (s, z, sh, j, ch) va sonor (r, l), til orqa (k, g) tovushlarini talaffuzini egallashda qiynaladilar. Shuning uchun bolalar bu tovushlarni nutqda notoʻgʻri qoʻllaydilar yoki talaffuz etmaydilar. Bu davrda lugʻat boyligining oʻsishi davom etadi. Bolaning 4-6 yoshida uning aktiv lugʻati 3000-4000 ta soʻzgacha etadi. Lugʻat boyligi oʻsib borishi bilan birgalikda nutqning grammatik tomoni ham rivojlanib boradi. Bola hayotining 4 - yiliga kelib, ular oʻz nutqlarida sodda va murakkab gaplarni qoʻllay boshlaydilar. 5 yoshga kelib esa, qoʻshma gaplardan erkin foydalana oladilar. 5 yoshli bolalar qoʻshimcha savollarsiz hikoya va ertaklarni aytib berish qobiliyatiga ega boʻladilar.

Toʻrtinchi davr-maktab davri (7 yoshdan 17 yoshgacha). Bu davrning oʻziga xos tomoni shundaki, bolalar nutqining rivojlanishi oldingi davrlardagiga nisbatan ongli ravishda roʻy beradi. Bu davrda bolalar tovushlar analizi, nutqning grammatik qonuniyatlarini egallaydilar. Bu davrda nutqning yangi turi yozma nutq yetakchi rol oʻynaydi.

Mutaxassislar nutqning oʻz vaqtida rivojlanmasligi yoki keskin sekinlashuvining sabablari juda koʻp ekanligini aniqlashgan:

- Homiladorlik davri (perinatal davri);
- Tugʻruq davri (natal davri);
- Tugʻruqdan keyingi davr (postnatal davr).

Homiladorlik davrida turli xil kasalliklarni boshdan kechirish, turli xil infeksiyalar, intoksikatsiya, homila toksikozi, gepoksiya yoki kislorod yoʻqotish, qon bosimining oshishi, homilador ayol va homila qon guruhining mos kelmasligi. Homiladorlik paytida sigaret, alkogol va giyohvandlik moddalarini isteʼmol qilish, oʻz-oʻzini davolash, yaʼni ayrim dori-darmonlarni qabul qilish. Homiladorning homila uchun xavfli boʻlgan joylarda ishlashi (radiatsiya).

Tugʻruq davrida akusherlik patologiyalari yaʼni, tos suyagining kichkinaligi, homilaning kindik oʻqiga oʻralishi. Tugʻruqdan oldin suv ketishi, homilaning notoʻgʻri joylashishi, tugʻruq jarayonida bosh miyaning jarohatlanishi, tugʻruq jarayonidagi asfiksiya natijasida bolaning koʻkarib tugʻilishi.

Tugʻruqdan keyingi davr - 1 yoshdan 3 yoshgacha boʻlgan davrda bosh miyadan turli xil jarohatlarni olish, bosh miyadagi infeksiyalar, turli xil yuqumli kasalliklar sababli yuzaga keladi. Nutq nuqsonlarini tasniflashda birinchi navbatda bolaning ruhiy, aqliy va eshitish idroki tekshirib olinadi. Yuqorida koʻrsatib oʻtilgan sabablar, ayrim xollarda ularning birgalikda qoʻshilib kelishi nutqning turli tomonlarining buzilishiga sabab boʻlishi mumkin. Hamma nutq buzilishlari kelib chiqishiga koʻra ikki guruxga boʻlinadi:

1. Organik xarakterdagi nutq buzilishlari.
2. Funksional xarakterdagi nutq buzilishlari.

Organik Nutq buzilishlari oʻz navbatida maʼlum joyning zararlanishiga koʻra markaziy va periferik xarakterda boʻladi. Markaziy buzilishlar: markaziy nerv sistemasining u yoki bu qisimlarning buzulishi zararlanishi natijasida kelib chiqadi.

Markaziy xarakterdagi organik nutq buzilishlariga: alaliya, afaziya, dizartriya nutq kamchiliklari kiradi. Periferik buzilishlar: artikulyasion apparatning noto`g`ri to`zilishi yoki buzilishi va periferik nerv artikulyasion organlar innervatsiyasining buzilishidan kelib chiqadi.

Nutq nuqsonlari og`ir-yengilligiga qarab guruhlariga ajratiladi:

1. Dislaliya – bu artikulyatsion apparat a'zolari normal innervatsiyasida yuzaga kelgan logopatsiya bo`lib, asosan tovushlar talaffuzidagi kamchiliklar va ba'zan fonematik idrok rivojlanmaganligi bilan namoyon bo`ladigan yengil nutq nuqsoni.

2. Dizartriya - bu artikulyatsion apparat a'zolari innervatsiyasining organik jarohatlanishi natijasida yuzaga keladigan og`ir nutq nuqsoni bo`lib, juft neyronlarning shikastlanishi natijasida yuzaga keladi. Falajlanish asosan bir tarafdin, chap yoki o`ng tarafdin bo`ladi. Bola tili asosan paretik falajlangan bo`shashgan yoki spastik, ya'ni tarang falajlanishda bo`ladi.

3. Alaliya - bu bosh miyaning organik jarohatlanishi natijasida yuzaga keladigan og`ir nutq nuqsoni bo`lib, bu tashxis eshitishi va zakovati me'yorda bo`lgan shaxslarga qo`yiladi. Alaliya bosqichi ham o`z ichida bir necha guruhlariga bo`linib ketadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro`yxati:

1. Ayupova.M.Y. —Logopediyal O`zbekiston faylasuflari milliy jamiyatinashriyoti Toshkent – 2007.

2. Ayupova.M.YU —Korreksion ishlar metodikasi Ma`ruza matni .T-2001,

3. L.I. Belyakova, YE.A. Dyakova —Logopediya Zaikaniyel xrestomatiya - Eksmo-Press, 2001.

4. Usmanova Sh. Psixolingvistika fanidan maruzalar kursi. T.,2014

MA'NAVY TARBIYA INDIKATORLARINI BOSHLANG'ICH SINIF O'QUVCHILARIDA SHAKLLANTIRISH MAZMUNI

*Saidova Parvina Mirzo qizi
TerDU Pedagogika fakulteti magistranti*

Annotatsiya. Ushbu maqolada bugungi kunda umumta`lim maktablarining boshlang`ich sinf o`quvchilarida ma`naviy tarbiya indikatorlarini shakllantirish mazmuni haqida fikr yuritiladi.

Kalit so`zlar: ma`naviy tarbiya, indikator, ma`naviyat, barkamol shaxs, axloqiy tarbiya, kompetensiya, xulq madaniyati,

Mamlakatimizda barkamol avlodni shakllantirish, yoshlarni ma`naviy- axloqiy va jismonan yetuk sog`lom etib tarbiyalash, ularni olib borilayotgan islohotlarning faol ishtirokchisiga aylantirishga qaratilgan chora-tadbirlari izchil amalga oshirilmoqda. Ta`lim-tarbiya sifatini takomillashtirish, har tomonlama ma`naviy-axloqiy jihatdan tarbiyalangan barkamol shaxslarni voyaga yetkazishda davlatimiz rahbariyati tomonidan ko`plab chora-tadbirlar amalga oshirilib kelinmoqda. Jumladan, O`zbekiston Respublikasi Prezidentining “Ma`naviy-ma`rifiy ishlar samaradorligini oshirish

bo'yicha qo'shimcha chora-tadbirlar to'g'risida" 2019-yil 3-maydagi PQ-4307-son qarori ijrosini ta'minlash, shuningdek, yoshlarni mustaqil hayotga dunyoqarashi keng, faol fuqarolar etib tarbiyalash maqsadida Vazirlar Mahkamasining 2019-yil 31-dekabrda PQ-1059-son qarori qaroriga binoan "Uzluksiz ma'naviy tarbiya konsepsiyasi" tasdiqlangan. Konsepsiyaning maqsadi — yosh avlodda mustaqil va baxtli hayot uchun zarur ijtimoiy malaka hamda fazilatlarni yoshiga mos, bosqichma-bosqich shakllantirishdan iborat. O'zbekiston Respublikasining Prezidenti SH.M.Mirziyoyev tomonidan Oliy Majlisga murojaatnomasida shunday ta'kidlaganlar: "Yangi O'zbekiston maktab ostonasidan, ta'lim-tarbiya tizimidan boshlanadi". Ushbu g'oya asosida keng ko'lamli ishlar amalga oshirilmoqda. Maktab ta'lim jarayonining bosh maqsadi - o'quvchilarni bilim, ko'nikma va malakalarini uzluksiz rivojlantirib borgan holda, ularni ijtimoiy hayotga tayyorlashdan iboratdir. Ijtimoiy munosabatlarga kirishning eng muhim belgisi esa yuksalgan ma'naviyatda namoyon bo'ladi. Shuning uchun ham ma'naviy bilim va ko'nikmalarni boshlang'ich sinflardan boshlab rivojlantirib borish bugungi kunda tobora ko'proq ijtimoiy ahamiyat kasb etmoqda. Boshlang'ich sinf o'quvchilari ma'naviyatini yuksaltirishga xizmat qilayotgan metodik qo'llanma, dastur, darsliklarning mazmunini tahlil qilish hamda shu sohada amalga oshirilgan ilmiy tadqiqot ishlari va ta'lim jarayoni oldiga qo'yilayotgan ijtimoiy buyurtmani o'rganish natijasida, boshlang'ich sinf o'quvchilari ma'naviyatini innovatsion pedagogik texnologiyalar vositasida rivojlantirishning didaktik asoslarini ishlab chiqish o'z yechimini kutayotgan dolzarb muammo ekanligi aniqlandi.

O'zbekiston "Milliy tiklanishdan — milliy yuksalish sari" tamoyili asosida taraqqiyotning yangi bosqichiga qadam qo'ydi. Yangi davr shiddati ta'lim-tarbiya tizimiga ham o'zining aniq, qat'iy talablarini qo'ymoqda. Ushbu talablar doirasida ta'lim sohasida pedagoglarning moddiy-ma'naviy sharoiti tubdan yaxshilanib, ta'lim sifatini oshirishning zamonaviy texnologiyalari joriy qilinmoqda. Tarbiya va ta'limni bir-biridan alohida ajratib bo'lmaydi, bu ikki jarayon o'zaro uyg'un, uzluksiz asosda tashkil etilgandagina odobli, axloqiy fazilatlarga ega, yuksak ma'naviyatli, shu bilan birga bilimdon, zukko, ruhan va jismonan sog'lom, keng dunyoqarash va tafakkurga ega, zamonaviy kasb-hunar egasi bo'lgan vatanparvar yoshlarni yetishtirib beradi. O'zbekistonda yoshlar tarbiyasini zamonaviy asosda ilmiy-texnologik isloh qilish borasida olib borilayotgan ishlar uni bugungi kun ehtiyojlaridan kelib chiqqan holda ilmiy asoslangan tayanch kompetensiyalar, fazilatlar asosida shakllantirishni talab etmoqda.

Tarbiyaga yangicha, tizimli yondashuv, bolada tayanch fazilatlarni kafolatli shakllantirishda oila, maktabgacha ta'lim, umumiy ta'lim, o'rta maxsus kasb-hunar va oliy ta'lim muassasalari, mahallalarning ijtimoiy-pedagogik imkoniyatlarini to'liq yuzaga chiqarishni va ular orasida ilmiy-metodik uzviylikni yangi darajaga ko'tarishni taqozo etadi. Ayrim o'quvchi-yoshlarda yuksak maqsadlarning shakllanmaganligi, o'zini o'zi o'qishga safarbar qilish, iroda, matonat, tirishqoqlik, harakat fazilatlari yetarli rivojlanmaganligi ta'lim sifatiga ham zarar ko'rsatmoqda. Shu munosabat bilan "Uzluksiz ma'naviy tarbiya" konsepsiyasini muvaffaqiyatli amalga oshirish orqali ma'naviy tarbiya tizimini yanada rivojlantirish alohida ahamiyat kasb etadi. Ushbu

maqsadga erishish, uni amalga oshirish uchun quyidagi vazifalarni amalga oshirish talab etiladi:

- ma'naviy-axloqiy tarbiyani baholashning ilmiy asoslangan indikatorlarini ishlab chiqish;

- tarbiyaning homiladorlik davridan boshlanib voyaga yetgunga qadar davom etadigan, tadrijiylik va uzluksizlik tamoyillariga asoslangan metodikasini ishlab chiqish va hayotga tatbiq etish;

- bola tarbiyasida milliy va zamonaviy pedagogikaning ilg'or yutuqlaridan samarali foydalanish;

- tarbiyalanuvchilar bilan birga tarbiyachilarning ham bilimi va malakasini muntazam oshirib borish;

- ma'naviy tarbiyani shakllantirishda oila, mahalla va ta'lim muassasalari, shuningdek, ommaviy axborot vositalari va boshqa ijtimoiy tuzilmalar o'rtasida samarali hamkorlik mexanizmini yo'lga qo'yish;

- ma'naviy tarbiyaning tadrijiy rivojlanish va uzluksizlik tamoyillariga asoslanishi.

Uzluksiz ma'naviy tarbiya konsepsiyasi 4 bosqichdan iborat bo'lib, uning uchunchi bosqichlarni umumiy o'rta ta'lim tizimida ma'naviy tarbiya jarayoni o'z ichiga ikki davrni qamrab oladi:

- birinchi davr — 7 (6) — 10 yoshli davrda — boshlang'ich sinflarda;
- ikkinchi davr — 11 — 17 yoshli davrda — o'rta va yuqori sinflarda.

Umumiy o'rta ta'limning davlat ta'lim standarti va o'quv dasturlari o'quvchilarda yoshiga mos tayanch ma'naviy-axloqiy fazilat (kompetensiya)lar — Vatanga sadoqat, tadbirkorlik, irodalilik, mafkuraviy immunitet, mehr-oqibatlilik, mas'uliyatlilik, tolerantlik, huquqiy madaniyat, innovatsion fikrlash, mehnatsevarlik shakllantiriladi.

Yuqoridagi keng ko'lamlı islohotlarning amalga oshirishni inobatga olib, 2020-2021 o'quv yilidan boshlab, umumta'lim maktablari o'quv rejasiga "Tarbiya" fani kiritildi. Bu fanning asosiy mohiyati shundaki, kichik yoshdan boshlab ma'naviy tarbiya xislatlarini singdirish, o'quvchilarga puxta bilim berish, ma'naviyatini yuksaltirish kabi bir qancha vazifalarni o'z ichiga oladi. Hozirgi vaqtda insonlarning ma'naviy-axloqiy bilimdonligini rivojlantirishga e'tibor qaratish talab etilmoqda. Buning uchun esa, ma'naviy ta'lim berish boshlang'ich sinflardan boshlab uzluksiz tarzda olib borilishi kerak. Boshlang'ich sinf o'quvchilarini ma'naviyatga oid bilimlar bilan tanishtirish dastlabki xarakterda bo'lishi kerak. Bu yoshdagi o'quvchilarga alohida elementar ma'naviy tushunchalarni o'rgatishga urg'u berish maqsadga muvofiqdir. Boshlang'ich sinf o'quvchilarini ma'naviy-axloqiy tarbiyalashga yo'naltirilgan ta'limiy materiallarni tanlashda o'quvchilarning yosh xususiyatlari, ruhiy hamda fiziologik imkoniyatlari, umumiy bilim va ko'nikmalarining shakllanganlik darajasi, ma'naviyatga oid bilim va tushunchalarning boshlang'ich sinf o'quvchilari fikrlash doirasiga mos kelishi, boshlang'ich sinf o'quvchilari uchun tanlangan ma'naviyatga oid bilimlarning mazmuni keyinchalik yuqori sinfda beriladigan ta'limning poydevori bo'lib xizmat qiladi. "O'sib kelayotgan yosh avlodga ayniqsa, boshlang'ich sinf o'quvchilariga ma'naviy tarbiya mezonlari asosida tarbiyalash muammosi milliy tarbiyaning o'zak qismi bo'lib, u shaxsning ma'naviy-ma'rifiy qiyofasini ifodalaydi". Bugungi kunda boshlang'ich sinf

o'quvchilarida barkamol shaxsni tarbiyalashda xalqimizning boy ma'naviy merosidan foydalanish masalasiga alohida e'tibor berilmoqda. Ushbu madaniy meros asrlar osha hayot sinovidan o'tib, insonparvarligi bilan ajralib turadi. Boshlang'ich sinf o'qituvchisi o'quvchilarning ma'naviy-axloqiy tarbiyasida quyidagi vazifalarni amalga oshiradi:

- a) o'quvchilarni jamiyatga va Vatanga sadoqatli tarbiyalash;
- b) mehnatga axloqiy munosabatini tarbiyalash;
- c) atrofda kishilarga axloqiy munosabat;
- d) shaxsning o'ziga, o'z xulqiga axloqiy munosabatni tarbiyalash;

Odob-axloq tarbiyasi milliy, ma'naviy, umuminsoniy qadriyatlar asosida amalga oshirilgandagina uning mazmuni yanada boyib boradi. Chunki, milliy, umuminsoniy va ma'naviy qadriyatlar ma'naviy-axloqiy tarbiyaning hamma tomonlarini qamrab oladi. O'quvchilarda ma'naviy-axloqiy tarbiyani shakllantirish ularning ma'naviy dunyosini, ongini, axloqiy hislarini, shaxsiy sifatlarini va xulqini tarbiyalash va rivojlantirishni taqozo etadi. "Tarbiyaning zamonaviy tamoyillari – tarbiyachi va tarbiyalanuvchi o'rtasidagi subyekt-subyekt munosabatlarining o'rnatilishi, dialog nuqtai nazariga muvofiq tarzda shunday xulosaga kelindiki, ma'naviy-axloqiy tarbiyaning muvaffaqiyatli bo'lishi uchun psixik jarayonlarga (motivatsiya, anglash, interiorizatsiya va h.k.) tashqi ta'sirlar ichki, individual-shaxsiyga organik va mustahkam aylanadigan pedagogik shart-sharoitlar yaratish zarur". Ma'naviy-axloqiy tarbiya o'quvchi-yoshlarning barkamol shaxs bo'lib shakllanishida mustahkam asosdir.

Foydalanilgan adabiyotlar.

1. Uzluksiz ma'naviy tarbiya konsepsiyasi. 2019-yil, 31-dekabr 1059 son qarori
2. SH.M.Mirziyoyev. Oliy Majlisga Murojaatnomasi. 2020-yil. 29-dekabr.
3. I.A.Karimov. "Yuksak ma'naviyat yengilmas kuch" T.: "Ma'naviyat" nashriyoti. 2008 y. 14 b.
4. R.Mavlonova, N.Vohidova, N.Rahmonqulova. "Pedagogika nazariyasi va tarixi". T.: "Fan va texnologiya" nashriyoti. 2010. 322 b.
5. B.X.Xodjayev. "Umumiy pedagogika nazariyasi va amaliyoti". T.: "Sano-standart" nashriyoti, 2017, 158 b.
6. <https://lex.uz>.

ISLOMIY MANBALARDA MA'NAVIYAT MASALALARI

*To'raqulov Akbar Rustamov
TerDU Pedagogika fakulteti magistranti*

Annotatsiya. Ushbu maqolada ma'naviyatga oid masalalarning islomiy manbalarda yoritilishi, ushbu manbalarning inson ma'naviy kamolotidagi o'rni haqida so'z yuritilgan.

Tayanch so'zlar: islom, ma'naviyat, kamolot, barkamol shaxs, ilm, ma'rifat, iymon, mustaqillik, yaxshilik.

Kirish. Islohotlarning muhim yo'nalishlaridan biri xalqning ma'naviy ruhini mustahkamlash va rivojlantirish O'zbekistonda davlat va jamiyatning neg muhim vazifalaridan biri sifatida e'tirof etiladi. Erksevar xalqimiz mustaqillik tufayli o'z yeri, o'z tili, o'z diniga ega bo'ldi, milliy g'ururi, izzat obro'si tiklanlab, endilikda qadriyatlarimiz, ma'naviy merosimizdan bahramand bo'lmoqdamiz. Mustaqillik ma'naviyatiga erishgan ilk kunlarimizdan boshlab to bungungi kunga qadar bu borada mamlakatimizda olib borilayotgan keng islohotlar doirasidagi ishlarda o'z aksini topgan. Xususan, O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasi huzuridagi Imom Buxoriy xalqaro ilmiy-tadqiqot markazini tashkil etish chora-tadbirlari to'g'risidagi 2017-yil 27-martdagi PQ-2855-son qarori, Imom Termiziy xalqaro ilmiy-tadqiqot markazini tashkil etish chora-tadbirlari to'g'risidagi 2017-yil 14-fevraldagi Prezident qarori hamda O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "Diniy-ma'rifiy soha faoliyatini tubdan takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi 2018-yil 16-apreldagi PF-5416-son Farmoni bilan oliy diniy-ma'rifiy ta'lim muassasasi shaklidagi Hadis ilmi maktabi tashkil etildi. Qur'oni Karim, hadislar va shariat ko'rsatmalari inson ma'naviy-ma'rifiy kamolotining asosi bo'lgan axloq-odob tarbiyasining barcha qirralarini o'z ichiga oladi. Shuningdek, hadislar ma'naviy-axloqiy tarbiyaga oid bo'lgan fikrlarning mukammal to'plamidir. Qur'oni Karim, hadislarini va shariat ko'rsatmalarini o'rganar ekanmiz, ularda axloqiy kamolot, halollik va poklik, iymon va vijdon bilan bog'liq bo'lgan birorta ham muhim masala chetda qolmaganini ko'ramiz. Islomda ilm-fanni egallash, ma'rifatli bo'lish, juda katta savobli ish ekani qayta-qayta takrorlanadi. Beshikdan to qabrgacha ilm izlash lozimligini qayd qilishning o'zi katta tarbiyaviy ahamiyatga ega. Hadislardagi "Sadaqaning afzali mo'min kishi ilm o'rganib, so'ng boshqa mo'minlarga ham o'rgatishidir", "Ilm ibodatdan afzaldir" kabi fikrlar ham tahlilga muhtoj emas. Quro'ni Karimda "Ilm" so'zi asosida "Alima" – bilmoq fe'l negiziga tayangan kalimalar 782 marotiba uchrashi ilmiy tadqiqotlarda qayd etilgan. Kishi har qancha chuqur ilm egasi bo'la, olam va odam mohiyatini anglasa, ma'naviyati uksak va iymoni mustahkam bo'ladi.

Ma'naviyat barkamol insonni tarbiyalaydi, shuningdek, o'quvchilarni haqiqiy vatanparvar bo'lishi, ona Vatanga cheksiz mehr-muhabbatni qaror toptirish, O'zbekistonning buyuk kelajagini yaratishda eng olijanob ishlarda faol qatnashishga undaydi. Chunki «Ma'naviyat (arabcha «ma'nolar majmui») - kishilarning falsafiy, huquqiy, ilmiy, badiiy, axloqiy, diniy tasavvurlari va tushunchalari majmui. Ma'naviyat mafkura, tafakkur tushunchalariga yaqin va ular bir-birlarini taqozo etadilar».

Ma'naviyat insonning falsafiy-huquqiy, diniy-axloqiy tasavvurlarini aks ettiruvchi ma'naviy manba hisoblanadi. Shunga asosan, u kishilarni bir-birlariga yaqinlashtiradigan va ularni hamjihatlikka erishishga yordam beradigan, hamkorlikning yangi qirralarini ochadigan boylikdir. Ma'naviyat tariximiz, qadriyatlarimiz asosini tashkil etib yoshlarni madaniy boyliklarga hurmat-e'tibor va ularni yanada rivojlantirish, kelajakda iqtisodiy taraqqiyoti kuchli mamlakatni qurishga undab, zamonaviy bilimlarni, yuksak tajribalarni egallashga chorlaydi. Ma'naviyat tushunchasiga Birinchi Prezidentimiz I.A.Karimov shunday ta'rif berganlar: "Ma'naviyat – insonni ruhan poklanishga, qalban ulg'ayishga chorlaydigan, inson ichki dunyosini, irodasini baquvvat iymon-e;tiqodini butun qiladigan, vijdoni uyg'otadigan

kuch. Insonning barcha qarashlarining mezonidir”. Inson ma’naviyatining mohiyati bir-biri bilan uzviy bog’langan ma’naviy-axloqiy, ilmiy-amaliy, mafkuraviy fazilatlarining yaxlit tizimi ekanligini unutmashimiz darkor. Vatanparvarlik, millatparvarlik, milliy iftixor tuyg’ulari, ona tiliga hurmat, tabiatni muhofaza etish, har qanday sharoitda ona yurt ma’naviyatini, davlatimiz mustaqilligini qo’llab-quvvatlash, sharqona urf-odatlarimizga, qonunlarimizga, milliy qadriyatlarimizga hurmat bilan qarash kabi xislatlarning hammasi ma’naviyat bilan bog’liq. Bu esa o’z navbatida, axloq bilan ham bog’lanib ketadi.

Barkamol avlodning ma’naviy-axloqiy tarbiyasiga asosiy mezon bo’lib xizmat qiladigan omillardan biri - bu Islom dinining muqaddas kitobi Qur’oni Karim, Payg’ambarimiz Muhammad (s.a.v.)ning hadislar va shu qatorda vatandoshlarimiz Imom al-Buxoriy, Imom at-Termiziy va Al-Hakim at-Termiziy, Imom Dorimiy va boshqa muhaddislarning rivoyat qilgan hadislarida keltirib o’tilgan.

Hadislar insonlarning xulq-atvorini, axloq-odobini, xatti-harakatini, yurish-turishini tartibga solib, ularni ijobiy ahamiyat kasb etishga yo’naltiradi. Odob masalasini insoniyat tarixida ilk bor Islomgina to’laqonli ravishda boshlagan, unga katta ahamiyat bergan desak, mubolag’a qilmagan bo’lamiz. Islomda har bir narsaning o’z odobi bor. “Har bir narsaga odob bilan muomala qilish kerak bo’lsa, buncha odobni qanday qilib o’rganib bo’ladi”, degan xayolga bormaslik kerak. Bu gapni boshqa dindagilar yoki millatdagilar aytsa bo’lar, ammo biz, musulmonlar zinhor bunday deya olmaymiz. Chunki Qur’oni Karim va hadislarida hamma narsaning muomalasida odoblar keng bayon qilingan. Tafsi, hadis, fiqh kitoblarimiz bu kabi odoblar bilan to’la. Islom adabiyotining asosini ham odob tashkil qiladi. Xususan, “Isro sura”sining 23-oyatida shunday yozilgan: “Robbing faqat Uning O’zigagina ibodat qilishingni va ota-onaga yaxshilikni amr etadi. Agar huzuringda ularning birlarini yoki ikkovlarini ham keksalik yetsalar, bas, ularga “Uff”, dema, ularga zajr qilma va ularga so’z ayt!”. Bu oyatda Allohga ibodatdan keyin keladigan yana bir muhim ish ota-onaga yaxshilik qilish, ularga “uff” demaslik, hech bir ozor yetkazmaslik, qanday yaxshi so’z bo’lsa, o’shani ota-onaga munosib ko’rish, yomon, qo’pol so’zlar bilan ularning dillarini og’ritmaslik nazarda tutilgan. Bu esa Islomda ota-onaning haqqi qanchalik ulug’ ekanini ko’rsatadi. Islom ta’limoti goyalariga ko’ra, har bir musulmon eng avvalo, iymonli bo’lishi kerak. Qur’oni Karimning yaratilishidan muddao – murod kishilarda iymon, e’tiqodni shakllantirishdir. Shuningdek, Mus’hafi Sharifda enh ko’p tilga olingan so’z “Al-iymon” bo’lib, u 811 marotiba uchrashi qayd etilgan. Iymon daraxtga tenglashtiriladi va uning 60 dan ortiq shoxlari bor deya iymonning belgilari sanab o’tiladi. Sanab o’tilgan belgilarning har biri inson ma’naviy qiyofasini shakllantiruvchi va mukammallashtiruvchi xislatlardir. Bular quyidagilardan iborat: “qo’li bilan va tili bilan o’zgalarga ozor bermagan kishi musulmondur”, “o’zingiz yaxshi ko’rgan narsani birodaringizga ravo ko’rmaguningizcha hech biringiz chinakam mo’min bo’la olmaysiz”. Darhaqiqat, hadislarida kishilarning bir-biri bilan do’st, tinch-totuv yashashlari, o’zaro muruvvatli, mehr-shafqatli bo’lishlari kerakligi, yaxshilik qilishni ilgari suriladi. Bu kabi insoniy fazilatlarining mujassamlashuvi totuvlikni keltirib chiqaradiki, pirovardida jamiyat taraqqiy etadi, tinchlik barqaror bo’ladi, aholi farovon hayot kechiradi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. S.Otamurodov, S.Husanov, J.Ramatov. “Ma’naviyat asoslari”. T.: Abdulla Qodiriy nomidagi nashriyot. 2002 y. 95 b.
2. 2. Mustaqillik: izohli ilmiy-ommabop lug’at. Ikkinchi nashri. T.: “Sharq” 2000. V. 144 b.
3. I.A.Karimov. “Yuksak ma’naviyat –yengilmas kuch”. T.: “Ma’naviyat” nashriyoti. 2008 y 10 b
4. Shayx Muhammad Yusuf Muhammad Sodiq “Ijtimoiy odoblar”. T.: “Hilol-nashr”. 2018 y. 10 b.
5. Shayx Abdulaziz Mansur. “Qur’oni Karim ma’nolarining tarjima va tavsiri”. “Gafur G’ulom nomidagi nashriyot-matbaa ijodiy uyi”. T.: 2018 y. 284 b
6. <https://lex.uz>.

BUGUNGI KUN YOSHLARIDA YUKSAK FIDOIYLIK HIS - TUYG’ULARINI TARKIB TOPTIRISHNING IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK JIHLATLARI

*Xaydarova Gulnozaxon Mirzaoxunjonovna
Farg’ona viloyati Dang’ara tumani 5-maktab psixologi*

Bizning o’zbek xalqi doim jahon sahnasida o’zining salmoqli mavqeiga ega bo’lib kelgan. Jahon tarixini xolis varaqlagan odam bunga amin bo’ladi. Ayni shu sababli elimiz bag’rikengligi bilan mashhur. Ajdodlarimiz qo’shni xalqlar madaniyatiga, turmush tarziga e’tibor bilan qaragan, o’zlaridan meros qoldirgan o’lmas ma’naviy obidalarni turli tillarda yaratishgan. Darxaqiqat, “o’z kuchiga ishongan xalqning bag’ri keng bo’ladi” deydi Birinchi Prezident Islom Karimov. O’tmishni, milliy qadriyatlarni bilish donishmand xalqimizning asriy an’ana va udumlarni o’rganish faqat ma’rifiy ahamiyat kasb etib qolmasdan, shuningdek, tarbiyaviy ahamiyatga ham ega. Zero milliy zaminda voyaga yetgan yoshlarda ota-bobolarining muqaddas qadriyatlarini asrab-avaylash, hurmat qilish kabi fazilatlar qaror topadi. Shu nuqtai nazardan bugungi kunda har bir xalqning o’ziga xos milliy va etnik xususiyatlari borki, mana shu xususiyatlarni bilish juda muhim hisoblanadi.

O’z kuchiga ishongan o’zbek xalqi asrlar davomida milliy qiyofasi milliy ma’naviyat, madaniyat, ruhiyat, axloq, tarbiya, did, dunyoqarash kabi muayyan darajada o’zaroo aloqador, ammo mohiyatan mustaqil hodisalarni o’rganib kelgan. Bizga ma’lumki har bir millatni milliy qiyofasini shakllanishida milliy madaniyatlarni o’rni beqiyosdir. Urf-odatlar, e’tiqodlar, hayotning moddiy va ijtimoiy shakllari undan farq qilmagan. Xalqimiz tarixiga nazar tashlaydigan bo’lsak, eng qimmatli milliy urf-odat, an’ana va udumlar: halollik, rostgo’ylik, or-nomus, sharmu-hayo, mehru-oqibat, mehnatsevarlik kabi barcha insoniy fazilatlar, eng avvalo, oilada shakllangan. Birinchi prezidentimiz I. A. Karimov, oilada hukmron bo’lishi lozim bo’lgan ma’naviy muhit va noyob udumlarimizning xosiyatlari 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-essonligi to'g'risida g'amxo'rlik qilishni birinchi o'ringa qo'yadi. Bu esa eng oily daraja ma'naviy qadriyat, inson qalbining gavharidir", -deb ta'kidlaganlar.

Ma'naviy tarbiya vositalari va usullariga kelganda shuni alohida qayd etmoq lozimki, bunda har bir xalqning shakllangan hayotiy tarixiy tajribalari, urf-odatlar, qadriyatlari, adabiy, madaniy merosi va an'alariga tayanmoq ko'proq samara berishi mumkin. Buning boisi shuki, har bir xalq, har bir mustakil davlat ma'naviyati va mafkurasining shakllanishi, kamoli o'sha xalqning o'tmishdagi an'alarining bor-yo'qligiga ham ko'p jihatdan bog'liq. Jumladan, biz o'tish davrining eng murakkab sharoitida Amir Temur, Alisher Navoiy, al-Buxoriy, at-Termiziy, Ahmad Yassaviy, Bahouddin Naqshband va Najmiddin Kubro ma'naviyatiga tayanib yanglishmadik. Xalqimizning ana shu boy tarixiy tajribalari, badiiy adabiyot va san'at namunalari, urf odatlar, islom tariqatlari ma'naviy tarbiyamiz uchun muxim vosita bo'lib xizmat etdi va etmoqda. Darhaqiqat, biz juda ulkan qadriyatlarga egamiz. Bu qadriyatlarga nisbatan yangicha munosabat ham istiqlol mevasidir. Ma'lumki o'quvchilarning psixologik xususiyatlari har xil bo'lib, bir o'quvchiga muvaffaqiyat bilan qo'llanilgan tarbiyaviy ta'sir vositasi boshqa biriga qo'llanilganda kutilgan natijani bermasligi mumkin.

O'smir shaxsning tarkib topishida axloq, o'ziga xos ong alohida ahamiyat kasb etadi. Bunda o'quvchilarning axloqiy tushunchalarni o'zlashtirishi va ularni turmushga tadbiq etishi muhim rol o'ynaydi. Umuminsoniy xislatlarni shakllantirish jarayoni o'quvchilardagi ishonch, aqida, nuqtayi nazarning qarama qarshiliklariga duch keladi. O'smir shaxsning tarkib topishida uning atrof-muxitga, ijtimoiy hodisalarga, kishilarga munosabatini hisobga olish lozim. Chunki, o'smirda muayyan narsalarga munosabat shakllangan bo'ladi.

O'spirin barcha faoliyat bosqichida mustaqil fikr yurita olmasligi uning ondagi jiddiy kamchilikdir. O'spirinlarga adabiy qaxramon qiyofasini ifodalash, asar moxiyati, mazmuni va g'oyasi yuzasidan mustaqil holda xukm va xulosa chiqarish topshirilganda ular, birinchidan, asarni o'qishgan, biroq hech qanday xulosa chiqarishmagan, ikkinchidan mavzuga ijodiy yondashmasdan o'qituvchining xar bir so'zini esda saqlab qolib hech o'zgarishsiz qaytadan aytib berishga harakat qilishgan, uchunchidan, o'zlari maktabdan va sinfdan tashqari faoliyatlarida eshitganlari, o'qiganlari bilan o'qituvchining axboroti, ma'lumoti, xabarni umumlashtirib javob berishgan, to'rtinchidan, o'z fikrlarini bayon etishga qiynalganlarida asardan ko'chirmalar keltirishgan. O'spirin o'quvchining mustaqil fikrlashini rivojlantirishda o'qituvchilar, sinf rahbarlarining siymolari muhim rol o'ynaydi. Fan o'qituvchilari va ularni narsa-hodisalar to'g'risida original fikr yuritishga yo'llashlari kerak.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "Ma'naviy – ma'rifiy ishlar samardorligini oshirish va sohani rivojlantirishni yangi bosqichga ko'tarish to'g'risida" gi PQ-3160-sonli qarori.
2. O'zbekiston Respublikasining —Ta'lim to'g'risidagi qonuni
3. O'zbekiston milliy ensiklopediyasi, 2008. - 712 b.

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

*Alibekova Shohidaxon Erkinjonovna
Andijon viloyati Andijon tumani 26-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'girgan 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 bohobar 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".

MAKTAB YOSHIDAGI BOLALARNING PSIXOLOGIK HOLATLARI

*Zaripova Sadoqat Sayidovna
Qashqadaryo viloyati Kitob tumani 46-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'rni muhim ahamyat 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 ehtijlarini 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 pediater "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 jarayonlarining rivojlanishi:

Bu davirda bolalarning so'z boyligi 7 ming so'zga ko'tariladi. Nutning rivojlantirish uchun juda muhim ahamyatga ega. Ushbu vaqt mobaynida tillarni mukammallashtirish uchun asos bo'lgan mutanosib nutqning rivojlantirishning dolzarb ehtiyoji, bola ustozlari ovozi tahlil qilish. Bola kontekstual nutq asoslarini o'rganadi, bu uning rivojlanishining ko'rsatkichidir.

Fikrlash:

Ushbu davrd bolalarning fikrlashi eng asosiy vazifadir. Mantiqiy fikrlashning shakllanishi bolalarning to'g'ri aqliy rivojlanishning belgisi hisoblanadi. Maktabda pedagog avvalo o'quvchilarning psixik holatini taxlil qilish kerak, asab tizimini (temperament) tug'ma xususiyatlarini e'tiborga olgan holda ta'lim metodlarini qo'llash maqsadga muvofiq bo'ladi. Ana shunda ta'lim samaradorligi yuqri bo'ladi.

Yuqorida takidlaganidek insonlarning temperamentlari:

Bolalarning individual xususiyatlari haqida gapirilganda uning tug'ma biologik xususiyatlariga alohida e'tibor berildi xususan atrofdagi bolalarni kuzatganda ular his-tuyg'ularning namoyon qilishda, harakat tezligida farq borligi seziladi ayrim bolalar tajang, harakatchan va quvnoq bo'lsalar, boshqlari yovuz, tasirchan o'z tuyg'ularini yashiruvchi bo'lishadi. His tuyg'ularning paydo bo'lish tezligi va kuchida hamda kishilarning umumiy harakatchanligida namoyon bo'ladigan individual-psixologiya xususiyatlar majmuyi temperament dep ataladi.

Bolalarning temperamentiga tavsifnoma:

Xolerik mijozli bolalar- o'z istagi va maqsadini amalga oshirish uchun hech narsadan tap tortmaydi, erkalik qiladi, janjal ko'taradi, qaysarlik qiladi lekin o'z aytkanini bajartiradi. Hamma narsa uning irodasi va kayfiyatiga bog'liq, har bir holati uning yuz ifodasida aks ettadi. Ular gohi qaysar, gohi e'tiborsiz beixtiyor bajaruvchi va indamas bo'lib qoladilar. U "buyuk hayolparast" o'zi ta'sirlangan narsalarni oqizmaytomizmay sanatkorona va mahorat bilan so'zlab bera oladi. Xolerik mijozli bolalarning olov bilan qiyoslash mumkin. Hattoki rasm chizganda ham, to'q ranglardan foydalanadi va voqealarni ifodali qilib aks ettiradi. Bunday bolalar o'zi yaxshi ko'rgan do'stlariga nisbatan odobli bo'lib ularga qo'lidan kelganicha yordam beradilar. Ularning fikri mulohazalari o'rinli ekani hayratga soladi. Ularning fikrlash jarayonini ta'riflash 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- atrofda qiladigan 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 xattixarakatiga 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, atrofda qiladigan 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.

Bolalarda qobilyatning namoyon bo'lishi:

Pedagog bolalarni kuzatib ulardan ba'zilari qobilyatli, boshqalari kamroq qobilyatli bo'ladi dep hisoblar ekan, bu gapda jon bor. Shunday bo'ladiki, ba'zi bolalar ehtiyojlari va qiziqishlaridan kelib chiqib she'r va ertaklarni, sahnalashtirilsa tez va oson yodlab qoladilar.

Qobilyatlar deb, shunday psixik sifatlarga aytiladiki, kishi ular yordamida bilim, ko'nikma va biror faoliyat bilan muvoffaqiyatli shug'ullanadi. Qobilyatlar faqat faoliyatda namoyan bo'ladi. Idrok etish paytida, masalan, ranglarni tovlanishidagi nozik farqlarni, pridmetlarni aniq ko'rinishi, proparsianal nisbatlarni tushunish, kuzatuvchanlik va boshqalarda namoyan bo'ladi. Ayrim qobilyatlar xotirani yaxshi ishlashi bilan bog'liqdir. Qobilyatlar bilim, ko'nikma va malakalardangina iborat emas, garchi ular asosida paydo bo'lib rivojlanib borsada o'quvchilarning qobilyatlarini aniqlashda bolaning biron narsani sust bilishi, unda qobilyatni yo'qligidan dep hisoblanmasdan, juda ehtiyotkorlik va xushmomilalik bilan ish ko'rish kerak. Qobilyat umumiy va maxsus qobilyatlar mavjud bo'lganda bolalar faoliyatining turli xillari bilan birdek muvaffaqiyatli shug'ullana oladilar. Umumiy qobilyatga ega o'quvchilar odatda barcha fanlardan yaxshi va qiynalmasdan o'qiydilar. Maxsus qobilyatli bolalar qandaydir bir muayyan faoliyat bilan muvaffaqiyatli shug'ullanish imkonini beradi. Masalan: maktabda matematikadan yaxshi o'qiydigan o'quvchi misol bo'la oladi. Maktab yoshi- axloqiy g'oyalar va qoidalarni shakllantirishning klassik davri. Albatta bolaning axloqiy dunyosiga sezilarli hissa qo'shishi erta bolalalikni keltirib chiqaradi, lekin "qoidalar" va "qonunlar" tomoyili, "no'rma", "majburiyat" tushunchasi- bularning hammasi yoshi aniqlangan va shakllanadigan axloqiy psixologiyaning o'ziga xos xususiyatlari maktab yoshidir.

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.

ОИЛАДА СОҒЛОМ ТУРМУШ ТАРЗИ МАДАНИЯТИНИ ШАКЛЛАНТИРИШ ПСИХОЛОГИЯСИ

Махмудова Назокат Ахмедовна
Хоразм вилояти Тупроққалъа тумани 10-сон 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 XXI 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 нуктаи 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 куйидаги 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 йўллари, 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, одобахлоқда 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.

БУГУНГИ КУНДА ИЖТИМОЙИ-МАЪНАВИЙ ЎЗГАРИШЛАРНИНГ САЛБИЙ ТАЪСИРИ МУАММОСИ, САБАБ ВА ЕЧИМЛАРИ

Садикова Муаттар

Чилонзор тумани “Болаларни ижтимоий-психологик қўллаб-қувватлаш маркази” методист психологи

Бугунги кунда асосан ёшлар томонидан содир этилаётган салбий ҳолатларнинг оқибати билан ишлаб қолинаётганлиги, ёшлар билан ишлаш, уларни ҳаётга тайёрлаш бўйича тизимли ишлар етарли даражада ташкил қилинмаганлиги ечимини кутаётган долзарб муаммолардан биридир. Мамлакатимизда бола туғилишидан то оилавий муносабатга киришишгача бўлган даврда уларнинг таълим-тарбияси билан ишлайдиган мустаҳкам тизим яратилган.

Яъни, тиббиёт ходимлари бола туғилганидан унинг соғлиги борасида қайғурса, боғча, мактаб, коллеж, олий таълим муассасалари маҳалла билан бирга, уларнинг билим ва тарбия олишига ҳамда касб эгаллашига қўмаклашади. Лекин, ёшларни ҳаётга тайёрлаш бўйича яратилган ушбу тизим билан жамоатчилик ташкилотлари ўртасида узвий ҳамкорлик, ягона ёндашув тизимининг йўқлиги муаммонинг асосий илдизини ташкил этади. Шу сабабли, мазкур йўналишда, биринчи навбатда, ёшларни ҳаётга тайёрлаш бўйича оилаларни мустаҳкамлаш, оилавий кадриятларни сақлаш ва оилалардаги ижтимоий-маънавий муҳитни соғломлаштириш борасида ҳам манзилли ишларни ташкил этиш, соғлиқни сақлаш маркази ва - Оила марказлари билан ҳамкорликда репродуктив саломатликни мустаҳкамлаш, борасида тизимли равишда семинарлар ташкил этилса мақсадга мувофиқ бўлар эди. Таълим муассасаларида таълим ва тарбия уйғунлигини таъминлаш, ёшлар билан ишлаш, уларни ҳаётга тайёрлаш бўйича тизимли ишларни ташкил қилиш бўйича қуйидагиларни тавсия қилиш мумкин: Авваламбор, мамлакатимизда ёшларга оид давлат сиёсатини, ёшларнинг ижодий салоҳиятини қўллаб-қувватлаш ҳамда ривожлантириш борасида амалга оширилаётган ислохотлар мазмун-моҳиятини таълим муассасаларида кенг тарғиб этиш зарур. Шунингдек, таълим муассасаларида «Соғлом турмуш тарзи» клублари фаолиятини ташкил этиш орқали қизларни ахлоқий ва эстетик маданиятини, ижтимоий-сиёсий фаоллигини ошириш, уларни касб-ҳунарга йўналтириш, шунингдек, оила ва никоҳ, репродуктив саломатлик масалалари бўйича тўғарақларга кенг жалб этиш, республикамиздаги иқтидорли, фаол ва ташаббускор хотин-қизларни ҳамда Зулфия номидаги Давлат мукофоти соҳибаларини мамлакатимиз ижтимоий-сиёсий ҳаётидаги фаоллигини ошириш ва уларни таълим муассасаларидаги ижтимоий-маънавий муҳитни мустаҳкамлаш борасидаги тарғибот-ташвиқот ишларига кенг жалб этиш ушбу соҳада яхши самара берувчи омиллардандир. Таълим муассасаларидаги иқтидорли қизларни ижодий салоҳиятини қўллаб-қувватлаш ҳамда ривожлантириш, улар томонидан яратилган интеллектуал лойиҳаларни тарғиб этиш ишларига қўмаклашиш, ўқувчиларни билим олишга, китоб мутолаа қилишга бўлган қизиқишларини ривожлантириш, муомала ва нутқ маданиятини шакллантириш, шунингдек, таълим муассасаларидаги ўқувчилардаги стресс, депрессия ҳолатларини бартараф этишда – “Ҳаёт гўзал, чунки унда мен борман” шиори остида тренинглар ташкил этиш қизларнинг ижтимоий-сиёсий фаоллигини оширишда амалий аҳамият касб этади. Ҳозирги глобаллашув шароитидаги турли маънавий таҳдидлардан ҳимоя қилиш, уларда - Оммавий маданият таҳдидларига қарши мафкуравий иммунитетни мустаҳкамлаш юзасидан ижтимоий тармоқлар орқали тарғибот ташвиқот ишларини кучайтириш, ўқувчи қизларнинг ижтимоий-сиёсий фаоллигини ошириш, уларни маънавий-ахлоқий жихатдан тарбиялаш, касб-ҳунарга ўргатиш, миллий урф-одат ва анъаналар руҳида тарбиялаш, оилавий ҳаётга тайёрлаш мақсадида «Ташаббускор қизларжон» клублари фаолиятини такомиллаштириш, қизларда олижаноб ахлоқий фазилатлар, юксак маънавият ва кенг дунёқарашни шакллантириш, уларни ҳаётга тайёрлаш мақсадида Ўзбекистон Хотин-қизлар Қизлар қўмитаси томонидан яратилган «Қизлар кутубхонаси»

туркумидаги «Фақат қизлар учун» номли оммабоп рисоаларнинг мобил иловасини амалиётга жорий қилиш жуда катта аҳамиятга эгадир. Таълим муассасаларида таълим ва тарбия уйғунлиги, ёшларнинг иқтидори ва истъедодини тўлақонли намоён қилишга қаратилган маданий-маърифий тадбирларни, анжуман ва кўргазмаларни тизимли ташкил этиш, ёшлар орасида маънавий-маърифий фаолиятга доир янгича ёндашувларни ишлаб чиқиш, ОАВда ёшлар қизиқишларидан келиб чиқиб, янгича кўрсатувлар, эшиттиришлар ва рубрикаларни ташкил этиш ҳам мамлакатимизда амалга оширилаётган ислохотларда хотин-қизлар фаол иштирокини таъминлашнинг асосий омиллари бўлиб ҳисобланади.

Адабиётлар рўйхати:

1. Оила тарбиясида миллий ва умуминсоний ахлоқий маъданиятни ўрни Нажмидинова Каримахон Усмоновна Тошкент 2016 йил
2. Ижтимоий педагогика Нодира Эгамбердиева Тошкент 2009
3. www.ziyouz.com кутубхонаси

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ СТОРОНА ОПАСНОСТИ ГИПЕРОПЕКИ И КАК ПЕРЕСТАТЬ ВРЕДИТЬ РЕБЁНКУ С МЕНТАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ

Сайдуллаева Муҳаббат Абдуллаевна

Практический психолог школы-19 Шайхантахурского района, г.Ташкент

Гиперопека мешает нормальному развитию даже абсолютно здоровых детей. А если ребёнок страдает душевным заболеванием, то фактически превращает его в инвалида. Родители, особенно матери, задавлены виной, стыдом, страхом, раздражением, усталостью и ещё целой гаммой чувств. Научить здорового ребёнка обслуживать себя самостоятельно — зачастую квест на выдержку, терпение и настойчивость. И далеко не все родители успешно через это проходят.

В случае с особыми детьми всё это в сто раз сложнее. Им часто объективно труднее учиться, сложнее переносить собственные неудачи в силу хрупкости психики. У таких детей полно проблем с взаимоотношениями со сверстниками, воспитателями, педагогами. Добавьте к этому косые взгляды других мамаш, продавцов и просто прохожих, от которых у родителя сжимается сердце и появляется почти инстинктивное желание ребёнка защитить, спрятать ото всех и облегчить ему жизнь.[1.с.66]

Примите во внимание усталость от бесконечной, многолетней и часто безуспешной борьбы за то, чтобы ребёнок был как все. Прибавьте раздражение на него за то, что он другой, а ещё чувство вины перед ним и за это раздражение, и за сам факт его неполноценности. Если ребёнок единственный, то в нём одном всё — смысл, боль, надежды и отчаяние. А ведь ещё может влиять работа,

неустроенная личная жизнь, куча забот и внутренняя опустошённость. Как проявляется гиперопека?

Гиперопека может принимать разные формы. В зависимости от этого и взгляды на ребёнка у родителей могут быть различными.

1. Ребёнок — хрустальная ваза

За него дико страшно. Кажется, что он фактически нежизнеспособен. Если его оставить одного, то всё.

Такое отношение встречается либо у тревожных родителей, либо если с ребёнком внезапно случается беда, например психоз. Как бы ни с того ни с сего, лет в 14–15. До того был обычный подросток, который ходил в походы, влюблялся, общался, учился. А потом безумие и больница. Со временем всё наладилось, но у мамы внутри что-то надломилось. Установившееся равновесие кажется очень хрупким, ситуация как будто всё время висит на волоске. И вот уже мама не отходит от девочки ни на шаг. Держит её за руку, заглядывает в глаза, подносит и убирает.

А ведь психика после психоза — это как рука после перелома, когда уже всё срослось и сняли гипс. Эмоции, воля, мышление в это время ослаблены. Чтобы они восстановились, нужна постоянно увеличивающаяся продуманная нагрузка. Кстати, физическая работа и самоорганизация в быту в этом случае очень полезны.

2. Ребёнок — скелет в шкафу

За него дико стыдно из-за того, что он другой. Его хочется спрятать ото всех. Семья резко ограничивает круг общения, ребёнка стараются не брать на общие праздники, где будут посторонние. С ним и на детскую площадку не ходят, ведь там другие мамы и их нормальные дети.

В дальнейшем — занятия по индивидуальной программе или на дому, дистанционное обучение в колледже или вузе. Ребёнка не отпускают одного в магазин, а в метро с ним ездят только в крайнем случае. Такая гиперопека создаёт невидимый шкаф, в котором спрятан ребёнок.

3. Ребёнок — скаковая лошадь

В основе такого отношения — ставка на выдающиеся способности ребёнка в ущерб всему остальному. Зачем будущему шахматисту или учёному убирать за собой, мыть посуду, ходить в магазин? У него просто нет на это времени, да и не это главное. Однажды все переживания и труды окупятся, появятся деньги, слава, домработница.[3.c125]

Нередко так родители относятся к ребёнку-аутисту, развивающемуся крайне неравномерно. На фоне общего отставания он заметно опережает сверстников в чём-то одном. Но часто с возрастом это сглаживается, а ставка родителей не срабатывает.

4. Ребёнок — козёл отпущения

Его считают виновником рухнувших надежд, развода, несложившейся жизни. В основе такого отношения — обида на жизнь, вымещающаяся на ребёнке как на наиболее лёгкой мишени. Конечно, такие переживания в открытую не

проявляются. Один из распространённых вариантов их прикрытия — неустанная забота, призванная ещё больше ослабить, подавить и привязать к себе покрепче.

Конечно, эти разделения весьма условны. Ребёнок может переходить из одной роли в другую или находиться сразу в нескольких. И, конечно, в подавляющем большинстве случаев никто сознательно не хочет причинить ему зла.

Как перестать опекать ребёнка

Шаг первый. Признайте факт гиперопеки

Честно признайтесь себе, что делаете за ребёнка те вещи, с которыми он вполне мог бы справиться и без вашей помощи.

Шаг второй. Поймите, зачем вы это делаете

Казалось бы, зачем менять сложившуюся систему. Да, гиперопека, но такое отношение сохранялось годами и уже стало привычным. Задайте себе вопрос: «Что станет с моим ребёнком, если я вдруг тяжело заболею или умру?» А ведь это может случиться в любой момент. Его ждёт психоневрологический интернат для хронически психически больных. Жуткий исход для того, кто привык к любви, семье и своим вещам. Обычно это заставляет задуматься.

Иногда помогают новые отношения, увлечения или беременность. Родителям становится жалко тратить время на то, чтобы бесконечно готовить и убирать за подростком.

Если вы сознательно хотите изменить ситуацию, но сами не можете, попробуйте обратиться к психотерапевту. Огромную пользу приносят также группы для родителей детей с ментальными особенностями. Многие там впервые открыто обсуждают проблемы взаимоотношений со своим ребёнком, делятся опытом, получают поддержку.

Шаг третий. Найдите мотивацию для ребёнка

Интерес к освоению навыков самообслуживания в быту естественно присутствует лишь у маленьких детей. До подросткового возраста вы можете рассчитывать, что ребёнок будет слушаться вас только потому, что вы его родитель. Но в дальнейшем при попытке его чему-то научить он, скорее всего, вас проигнорирует или даже пошлёт.

Здесь хорош пример сверстников или влияние внешнего авторитета (друг семьи, учитель, тренер). На короткое время мотиваторами могут выступать карманные деньги, желаемая покупка или развлечения, доступные после выполнения обязанностей по дому. Но если этим злоупотреблять, аппетиты ребёнка быстро вырастут, а ресурсы родителей истощатся.

В этом случае поможет практика социального тренерства. Молодые люди, столкнувшиеся с душевным расстройством и успешно справляющиеся с его последствиями, становятся социальными тренерами для своих ровесников или ребят помладше. Они помогают им осваивать навыки готовки, уборки, ухода за собой. Кроме того, параллельно они общаются и обсуждают важные вещи.

Литература:

1. Дебора Макнамара. Покой, игра, развитие.- М.: Издательство "Ресурс"2016.

2. Дима Зицер. Любить нельзя воспитывать.- М.: Издательство "Clever"2017.

3. Даниэле Новара. Наказания бесполезны.- М.: Издательство "Альпина Паблишер" 2017

Fanlarni o'zlashtirishi past bo'lgan o'quvchi yoshlarda muammolarning sabablari va ularga yordam ko'rsatish

*Obloqulova Lutfiya Narziqulovna
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 doizarb muammolardan biridir. Har bir alohida olingan o'zlashtimaslikning vujudga kelish tarixi har xildir, bu shaxsning individual xususiyatlari va atrofida bilan munosobatlarining 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'rqqan bolalarga asabiylashish alomatlari – 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.

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 toliqovchanligi 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 qolmaydilar.

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.

O'tkazilgan tadqiqotlar natijasiga ko'ra o'quvchilarning o'zlashtirmaslik sabablari quyidagilardan iborat.

1. Oiladagi nosog'lom muhit. Ota-onalarning befarqligi.
2. Oilada har xil avlod yashashi.
3. Ota-onalarning ajralishi.
4. Ota-onalarning ish bilan bandligi.
5. Ota-onalarning bilim saviyasi pastligi va savodsizligi.

Tadqiqot natijalari o'quvchilarning o'zlashtirmaslik sabablari asosan ota-onalarning befarqligi, farzandlarining uy vazifalarini bajarishini nazorat qilishga vaqt ajrata olmasligi, o'quvchilarni ko'p dars qoldirishi, ularda bilish jarayonlarini yetarli rivojlamaganligi ekanligini ko'rsatdi.

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
3. Nishonova Z. Alimova G. "Bolalar psixologiyasiva uni o'qitish metodikasi" T.:2006y.

БОЛАЛАР ПСИХОЛОГИЯСИНИ ЎРГАНУВЧИ МЕТОДЛАР

Каримова Нилуфар Улмасултоновна

Хоразм вилояти Хазорасп тумани 1-сон мактаб интернати 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 бориладиган 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

такқослаб, улардаги психик жараёнларнинг тараққиёти ўрганилади. Кузатиш методи - узлуксиз ва бу фаолиятни танлаб вақти-вақти билан ўрганилганда уларнинг барча феъл-атворлари ва хатти-харакатлари 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 фарқига 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 таёқча 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 кабилардан 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 айни 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 бўлмайдди, 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, узоқ ва яқин қилиб ишланган уйлар ва дарахтлар ва х.к. Болалардан қайси айиқ катта, қайси айиқча кичик ёки қайси уй узоқ, 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 бажарадилар. Ҳар бир бажариладиган вазифага балл системасида баҳо қўйиб борилади. Вазифалардан қанчаси бажарилганлиги ва тўплаган балига қараб, болаларнинг ўртача тараққиёти белгилаб берилади.

O'SMIRLIK DAVRINING O'ZIGA XOS XUSUSIYATLARI

*Ramazonova Lobar Ilyosovna
Buxoro viloyati Vobkent tuman 10-maktab psixologi*

Inson tug'ilganidan boshlab, umrining oxirigacha har bir yosh davrlarini va bu davrlarning inqirozlarini boshdan kechiradi. Yosh davrlari va bu davrlarning o'ziga xos xususiyatlari muammosi ko'plab psixolog olimlar tomonidan o'rganilgan muammolardan biri hisoblanadi.

L.S.Vigotskiy birinchilardan bo'lib, shaxs ontogenetik rivojlanishini davrlarga bo'lishda tarixiylik tamoyiliga amal qilishni aytgan olimlardan biridir. Uning fikricha, bolalik bu murakkab ijtimoiy- madaniy hodisa bo'lib, tabiatan kelib chiqish xarakteriga ega.

Yosh davrlarida o'zining muarakkablighi, keskin va ko'plab o'zgarishlar ro'y beradigan holatlari bilan ajralib turuvchi davr bu- o'smirlik davri hisoblanadi. Bu davrni "krezislar davri" , "jiddiy davr", "kattalik davri" degan nomlar bilan ham ataymiz. O'smirlik davri bolalarning 5-8 sinf paytlariga to'g'ri keladi va 11 yoshdan 15 yoshgacha bo'lgan davrni o'z ichiga oladi. Ba'zi hollarda esa bu davr bolalarda 1-2 yil ertaroq yoki 1-2 yil kechroq sodir bo'ladi. Bu davrning og'ir kechishi bolada sodir bo'ladigan ijtimoiy, psixologik, fiziologik o'zgarishlar bilan bog'liq. Bu davrda bola rivojlanishining barcha jihatlari jismoniy, aqliy, axloqiy qarashlarining mazmun mohiyati ham o'zgaradi. Endilikda bola o'zini bola ham hisoblamaydi va u „katta“ ham emas.

O'smirlik- bolalikdan kattalikka o'tish davri bo'lib, psixologik va fiziologik o'zgarishlar bilan xarakterlanadi. Bu bosqichda bolalarning psixik va jismoniy o'sish taraqqiyoti tezlashadi, hayotdagi turli narsalarga qiziqishi, yangiliklarga intilishi ortadi, xarakteri shakllanadi, ma'naviy dunyosi ancha boyiydi , yangi hissiyotlar, yangi emotsional holatlar va jinsiy hayotga oid ba'zi chigalliklar ham aynan shu davrning muhim jihatlari hisoblanadi. Bolalar bu davrda o'ta ta'sirchan, jizzaki, qo'pol, qaysar, ishlariga aralashishlarini yoqtirmaydigan, o'z muammolarini o'zlari hal qilishga intiladigan bo'lib qolishadi. Ulardagi muammo va kamchiliklarni yechishda ota- onasi vawayaqinlaridan yordam olishni xohlashmaydi, men o'zim hal qilib bilaman, ishlarimga aralashmang, endi men yosh bola emasman, hamma narsani tushunaman va aqlim yetadi degan javoblarni qaytarib, mustaqil shaxs sifatida harakat qilishga urinadilar. O'smir bolada ro'y beradigan o'zgarishlar uning shaxslararo munosabatlarida va oilada ota- onasi va yaqinlari bilan munosabatlariga ham ta'sir ko'rsatmay qolmaydi. Ayniqsa, ta'lim jarayonida yangi axborot va yangiliklar, ma'lumotlarni bayon qilish shakli, o'qituvchilarning dars berish uslublari va kattalarning muomalasi o'smirni qoniqtirmaydi. O'smir o'zida yetarli bo'lmagan tajriba vako'nikmalar, bilim va qobiliyatsiz hayotiy masalalarni hal qilishga urinadi va yoshligi, fikr yuritishi baribir kattalarnikidek emasligi sababli ko'plab xatolarga yo'l qo'yadi. Biroq bu xatolarni tan olishni xohlamaydi, aksincha bu xato ortidan kattalar bilan bahslashishni va o'z fikrini nohaq bo'lsada, uqtirishga harakat qiladi va o'zini tan olishlarini xohlaydi.

O'smirlik davri xususiyatlarini o'rgangan va izlanishlar olib borgan P.I. Leventuev, Elkonin, T.V. Dragunovning ta'kidlashicha, o'gil va qizlarning bu yoshda o'rtoqlari bilan munosabatlarga intilishlari, tengdoshlari jamoasining hayotiga qiziqishi erkin namoyon bo'ladi.

Bu davrga kelib o'smirlarning asosiy faoliyati- o'qish hisoblanadi. O'quv fanlari sonining oshishi, ma'lumotlarning rang- barangligi, o'qituvchilar almashinuvi o'quvchining tafakkuri va bilim darajasini orttiribgina qolmay, ularni mustaqil fikrlashga ham undaydi.

O'smir bu davrda ota-onasidan ko'proq do'stga ehtiyoj sezadi, chunki aynan shu o'smirlar o'zlari bilan ham ruhan, ham qalban birga, bir-birlarini tushunadigan va o'z fikrini qo'llab –quvvatlaydigan do'stga muhtoj bo'ladilar. O'smir o'zining sinfida o'z guruhiga bo'ysunuvchi ,guruh qarorlarini va fikrlarini ma'qullash darajasida qaram bo'ladi. Guruh o'smirida "biz" hissini shakllanishiga yordam beradi va ichki

mustahkamligini ta'minlaydi. Ota-onalar esa, farzandlaridagi bu o'zgarishlardan xavotirlanib, ularni yanada ko'proq tergaydigan, ishlariga aralashadigan, ko'p narsalarga ta'qiq qo'yadigan bo'lishadi. Natijada o'smir bola va ota-ona o'rtasida tushunmovchiliklar ro'y beradi. Bunday holatlarda bola endi ota-onasiga ishonmaydi, ularga muammolarini aytgisi kelmaydi. Bunday vaziyatlarda ota-onalar farzandlari bilan "o'rtoqlik" munosabatlarini yo'lga qo'yishlari lozim. Bu nima degani?

Farzandingiz bilan xuddi uni do'stidek suhbatlashing, u yo'l qo'yayotgan xato va kamchiliklar uchun uni also koyimang, aksincha men ham sening yoshingda bundar battar qilganman, qo'limdan hech narsa kelmagan, sen mendan ancha yaxshi fikrlabsan kabi so'zlar bilan kamchiliklarini tuzating. Farzandingizga sirdosh bo'ling va uning sirlarini hech kimga sotmang, mabodo uning ishonchini suiste'mol qilsangiz, u qaytib sizga ishonmaydi va sizdan sirlarini yashirishga harakat qiladi. Har sohada uni qo'lab-quvvatlashga va o'rnak bo'lishga harakat qiladi. Ayrim hollarda esa o'smir yoshidagi farzandingizga unga ishonishingizni bildiring, kattalar uchun unchalik muhim ahamiyat kasb etmaydigan masalalar bo'yicha farzandingizga o'zi mustaqil qaror chiqarishiga imkon bering, chunki o'smir bu yoshida ishonchga ehtiyoj sezadi. Ayniqsa ota-onaning ishonchi o'smirning o'z menligini anglashidamuhim ahamiyat kasb etadi. Yaqinda internet tarmog'ida bir narsa o'qib qoldim va ta'sirlandim.

- Bola onasidan so'rabdi: Oyi, dadam bizni tashlab qayoqqa ketganlar?

- Dadang jannatga ketganlar debdi onasi.

- Dadam qanday inson bo'lganlar yana so'rabdi bola.

- Dadang juda yaxshi inson edilar, doim bizni o'ylab tinim bilmasdilar, yaxshi ota edilar- deb javob beribdi onasi.

- Unda nimaga bizni tashlab ketdilar?

- Umrlari qisqa ekan... Sen eng yaxshi otani o'g'lisan, sen hali zo'r inson bo'lasan debdi onasi.

- Shunday bo'laman onajon!

Ona o'g'lini bag'riga bosar ekan ichuvchi eri bilan o'tgan umrini eslab xo'rsinib qo'yibdi.

Bu ham bir tarbiya va bolaga hali kichikligidanoq o'ziga ishonch berishdir. Bola qaysi yoshga bo'lishidan qati'iy nazar baribir oilasining mehr-muhabbatiga, ishonchiga va qo'llab-quvvatlashiga ehtiyoj sezadi. Ota-onalar esa farzandlarini to'g'ri tushunib, ular bilan yaxshi munosabatda bo'lsalar, har bir yosh davrlarining "krezislari" ham shuncha kamroq bo'ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Ergash G'oziyev "Umumiy psixologiya" Toshkent 2010

2. Sh.A. Dustmuhamedova, Z.T. Nishanova, S.X. Jalilova "Yosh davrlari va pedagogik psixologiya" Toshkent 2010

YOSHLARNING DUNYOQARASHI VA XULQ-ATVORIGA TA'SIR ETUVCHI IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK OMILLAR

Kenjayeva Sevara Ro'zimboy qizi

Har bir millatning kelajagi bu o'sib kelayotgan yosh avlodidir. Ularning yetuk shaxs bo'lib yetishishida va xulq-atvorning shakllanishiga ijtimoiy muhitning ahamiyati kuchli. Bugungi kunda yoshlarimizga keng imkoniyatlar eshiklari ochilmoqda. Bunga birgina misol prezident maktablarining ochilishi, ayol qizlarning oliy ta'limga ko'proq jalb qilinishi asosiysi maktab ta'limi va maktab o'quvchilari va o'qituvchilariga e'tiborning ortishidir. Yurtboshimiz ta'kidlagidek <<Yuqori sinflarda bolalar shaxs bo'lib, jamoa bo'lib shakllanadi. Ayni o'sha paytda ularni o'zlari o'rgangan muhitdan ajratib qo'ymaslik kerak. Bu yoshlarning ruhiyatiga davomatiga, oxir oqibatda ta'lim-tarbiyasiga ta'sir qilishi mumkin shu bois ta'lim jarayonining uzluksizligini ta'minlash, o'quv dasturlarini takomillashtirish lozim>>. Zamonamizning zayli va ilg'or olimlarimizning tashabbusi bilan <<kompyuter>>, <<kompyuter o'yin>>lari ham ixtiro qilindi. Bu o'yinlar kundan –kun takomillashib yoshlarni o'ziga jalb qilib ongida bo'shliq bo'lgan yoshlarning ongini zararlay boshladi. Ya'ni o'sha o'yinlarda mashilar bir-biri bilan poyga o'ynab avto halokatga uchramoqda, yana birida esa sovuq qurol bilan bir-birini <<otib>> o'ldiryapdi bu holat ayrim yoshlarimiz uchun odatiy holat bo'lib bormoqda. O'sha o'yinlarni o'ynayotgan yoshlardan biz nimani kutsak bo'ladi? Yuqoridagi holatda faqat ota-ona yoki o'qituvchilar mas'ul emas balki hamma birdek mas'uliyatni o'z bo'yniga olishi kerak. Axir dono xalqimiz bekor aytmagan << Bir bolaga yeti mahalla ota-ona>>. Lekin bugungi kunda bu maqolga hamma ham amal qilavermaydi. Aksincha birovni bolasi meni nima ishim bor deb beporvo qaraymiz. Farzandlarimizga kim o'zarga smartfonlar olib beramiz. Smartfonlar bugungi kunda juda mukammallashdi va kata-yu kichik undan bir xil foydalana boshladi. Smartfonlarda nafaqat muloqot qilamiz balki turli xil ijtimoiy tarmoqlarda do'stlar topib, har xil ilovalar va dasturlar orqali o'yinlar o'ynaymiz. Ayrim shunday o'yinlar borki uni o'ynab qanchadan-qancha yoshlarimiz qarz bo'lib o'z hayotiga zomin bo'lgan. Ko'pchilik yoshlarimiz uyatsiz o'z yoshiga mos bo'lmagan videolarni ko'rib, hikoyalarni o'qib ongi zaharlanayapdi. Bir qarashda Smartfonlar hayotimizni yengillashdird, uzog'imizni yaqin qildi, axborot almashinuvini jadallashtirdi, yaqinlarimiz, farzandalarimiz, qorindoshlarimizning xabarini bilib turishimiz uchun qulaylik yaratdi. Ammo masalaning boshqa tomonlari ham mavjud. Telefondagi muloqot insonlardan mehr-muhabbat tuyg'ularini yiroqlashtiryapdi. Ijtimoiy tarmoqdagi ya'ni virtual olamdagi do'stlar va muloqat insonni reallikdan uzoqlashtiradi. Xo'sh muloqot o'zi nima?

Muloqot ikki yoki undan ortiq odamlarning o'zaro bir-biriga ta'sir etishi odamlar o'rtasida axborot almashish, o'zaro ta'sir etishi odamlar o'rtasida axborot almashish, o'zaro ta'sir yagona yo'lini ishlab chiqish o'zgalarni idrok qilish va tushunib baholashni o'z ichiga oladi.

Muloqot jarayonida kommunikativ axborot uzatish, interaktiv (o'zarobirgalikda harakat qilish) va persiptiv (o'zaro birgalikda idrok etish amalga oshiriladi). [1]

Vertual olamdagi muloqot verbal muloqotning sussayishiga olib keladi. O'z navbatida bu verbal muloqotning cheklanishi insonda yakkalanish, o'zini insonlardan olib qochish, stress, depressiyaga moyillikni orttiradi. Bu masalaning bir tomoni bo'lsa bugungi kun yoshlari ayniqsa o'smir yoshidagi bolalar va ayniqsa qizlarda ko'p uchraydigan holat o'ziga imij yaratib olishidir. Ayrim qizlarimiz sochlarini turli ranglarga bo'yashi, uzuq yuluq yoki bir yengi yo'q ko'ylak yoki koftalarni kiyishi tirnoqlarni o'stirib yurishi, tatirovkalar qilishi, o'g'il bolalarga xos bo'lmagan turmaklarni qilishi, har xil qiliqlar qilishi kabilar muqaddas dinimizda ham oqlanmaydi. Shu bilan birgalikda yuqoridagilar imijga kirmaydi. Ular aslida imijning asl mohiyatini tushunmaydilar, shuning uchun yoshlarimizga imij va moda haqida tushuntirish ishlari olib borish kerak bo'ladi. Viktor Shepel aytganidek <<Imijologiya shaxsiy jozibodorlik sirlaridir>> Imijologiya XXasrning 90-yillarida ilmiy iste'molga kirgan va tez orada ommolashib ketgan.

Shaxslararo munosabatlar imijologiya qonunyalari doirasida yo'lga qo'yilgan jamoada sog'lom psixologik muhit yetakchilik qiladi va bu jamoda doim zafarlar sari intiladi.[2]Demak yoshlarimizga bu xususida oilada tushuntirishlar olib borishimiz lozim. Biz yoshlarimiz xulq-atvorigata'sir qiluvchi omillardan himoya qilish uchun ota-onalik xulq-atvoriga oilada bola tarbiyasining uslublarini har bir ota-onaga individual ravishda tushuntirib borish lozim. Ota-onalik ustanovkalari va ularning farzand tarbiyalash uslublari muammosi rossiyalik qator izlanuvchilarning asarlarida qayd etilgan (A.E.Lichko,1979 A .A. Bodalev ,A. A.Stolin, 1989; E.G.Eyddemiller,V.V.Yustitskiy, 1999) .

Ota-onalikning eng muhim sifatlariga avvalo proteksiya yoki farzandlarini tarbiyalash uchun sarflanadigan kuch, vaqt va e'tiborning mezoni, bolaning turli ehtiyojlarini qondirish darajasi, intizomga chaqirish bilan bog'liq talablar darajasi, ta'qiqlovlar yoki bolaning xulqini jilovlash uchun ishlatiladigan sanksiyalar tizimi kiradi.

Ota-onalik xulq atvoriga ko'ra oilada bola tarbiyasining uslublari

Giperproteksiya-ota-onalarning farzandlariga nisbatan haddan ziyod e'tiborli bo'lib, bu ularning bola tarbiyasi uchun kuch , vaqt va e'tiborni ayamasliklarida namoyon bo'ladi.ota-ona bu ishni hayot tarziga aylantiradi,ya'ni ona uchun ham,ota uchun ham bola tarbiyasi hayotning mazmuniga aylanadi. Giperproteksiya-ota-ona tomonidan bolaning barcha istak, tilak va ehtiyojlarini ko'r-ko'rona, tanqid va mulohazasiz qondirishga intiladi.

G'amxo'rlikdan ustun keladigan giperproteksiya-bunda erkalatishdan ko'ra ota-ona tomonidan bolasining har bir yurgan qadami va xatti- harakatini nazoratga olish orqali unga e'tibor berish nazarda tutiladi. Shuning uchun bu tarbiya uslubida turli xil ta'qiqlovlar, chegaralashlar(u mumkin emas , bu mumkin emas qabilida) bisyor bo'ladi. Bunday sharoitda katta bo'lgan bola odatda mustaqil fikrli, mustaqil qarorlar chiqaruvchi bo'lolmaydi.

O'ta kuchli axloqiy ma'suliyat-bunda ota-ona tomonidan bolaga nisbatan talablar darajasi yuqori bo'ladi, lekinuning asl xohish –istaklari, ehtiyojlari unchalik e'tiborga olinmaydi. Ota-ona bolasining kelajagini puxta qilishni o'ylab, uning yurish-turishi

uchun o'zlarini ma'sul deb his qilgan holda tasavvuridagi insonni yaratishga, shaxsni shakllantirishga urinadilar, ba'zan nazorat ostida bolaning Yoshi, aqliy yoki jismoniy imkoniyatlariga zid talablar, topshiriqlar ham berilaveradi.

Ematsional raddiya-bunda ota-ona bolasini shunday tarbiyalaydiki, uning ota-ona hayotida u o'ziga yarasha tashvish, ortiqcha yukekanligi, u bo'lmaganida ota-onaning hayoti boshqacha bo'lishi muntazam ravishda eslatib turiladi.

Qattiqo'llik-bir qarashda emotsional rad etishga o'xshaydi, lekin undan ochiqroq va og'irroq. Qattiqo'llik to'g'ridan-to'g'ri bolani yoshligidan kaltaklash, haqorat qilish, kamsitish shaklida yoki bola ehtiyojlariga to'la befarqlik, uning bor-yo'qligini go'yoki sezmaslik ko'rinishlarida bo'ladi.

Gipoproteksiya-shunday holatki, unda ota-onaning bola bilan shug'ullanishga yo vaqti yetishmaydi, yoki bu ishni boshqalarga yuklab qo'yadi. Ayrim ota-onalar shu tarzda hayot kechirib farzandlarini umuman nazorat ham qilmaydi, uning taqdiriga befarq bo'ladi. Lekin aslida ularni faqat o'zlarining kundalik muammolari qiziqtiradi.

Tashlab qo'yilgan bolalar, yoki tashlandiq bolalar-odatda yoshligidan na moddiy na ma'naviy ehtiyojlari qondirilmagan bolalardir. Ular masalan, qorni to'ymaganidan jismoniy taraqqiyotdan orqada qolsa, nazorat va e'tiborning yo'qligidan turli jinoyat yo'llariga kirib qoladi, yaxshi, samimiy e'tibor va mehrning yo'qligidan jamiyatda, odamlar orasida o'z o'rnini topishga qiynaladigan, odamovi, savodsiz bo'lib o'sadi.[3]

Psixolog sifatida ota-onalarga yuqoridagi uslublardan aralash turda foydalanishlarini tavsiya qilaman. Iloji boricha har bir farzandinigizga 30daqqa vaqt ajrating erkalang silab farzandingiz sizga kerakligini his qildirib turing. Birgalikda ma'naviy hordiq chiqaring, teatr, kino, olib boring, hayvonot bog'lari, tarixiy joylarga, muzeylarga sayohat qiling. Uyg'a vazifasini tayyorlashga yordam bering, birgalikda badiiy adabiyotlar o'qing shu o'rinda Artur Shopengauzer so'zlarini keltirib o'tishni joiz deb bildim <<Aqlni peshlamoqlikda qadim daxolarni o'qishdan ko'ra yaxshiroq vosita yo'q; ulardan birortasini aqalli yarim saogatgina qo'linda tutsang, o'zingni zaxotiyoyq qaytadan tug'ulgandek, ruhing yengillashgandek, o'zing musaffolashgandek his etasan, go'yo tip-yiniq buloqda cho'milib chiqqandek bo'lasan>>. Haqiqatdan ham kitob insonning haqiqiy do'sti, undagi she'rlar g'azallar insonni go'zallikga chorlaydi shuning uchun farzandingiuz bilan she'rlar yod oling bu bolaning xotirasi kuchayishiga va qalbi go'zallashiga, nutqining chiroyli bo'lishiga yordam beradi kun qanday o'tganini so'rang, qiziqishlari haqida xohlagancha gapirishiga to'sqinlik qilmang. Asosiysi farzandingizni tinglab, qalban yaqin bo'ling. Siz ularga xuddi ko'zgasiz bolalar bor joyda iloji boricha urush-janjal qilmang, so'kinmang. Ana shunda siz xohlagandek biz istagandek yetuk yoshlar tarbiyalanadi.

Foydalangan adabiyotlar

1»Muloqat psixologiyasi M.A.Maxsudova [1,4-b]

2.Psixolog maslahati gazetasi [2,11-b]

3.Psixologik xizmat Z.T.Nishonova,SH.T.Alimboyeva,M.V.Sulaymonov[3,254-257 -b].

PEDAGOGIK MULOQOT

Ibragimova Shoxida Muminbayevna
Qoraqalpog'iston Respublika Beruniy tumani 62-maktabi psixologi

Pedagogik muloqot – bu o`qituvchining ta`lim – tarbiya jarayonida o`quvchilar bilan bo`ladigan professional – kasbiy muloqotidir.

Pedagogik muloqot shaxsning har tomonlama rivojlanishi uchun sharoitlar yaratishga yo`naltirilgan bo`lib, jamoada ijtimoiy – psixologik jarayonlarni boshqarish imkonini beradi va qulay psixologik iqlim yaratadi.

O`qituvchi qachonki bolalar bilan mohirona muloqot o`rnata olsagina ular shaxsiga ta`sir eta oladi, bolalar jamoasining bir bo`lagi bo`la oladi. Bunda pedagog bilan bolalar o`rtasidagi munosabatlarda «biz» hissi boshqaruvchilik vazifasini bajarishi muhimdir.

Hozirgi ilmiy texnika taraqqiyoti davri o`qituvchining maktabdagi vazifasini ma`lum darajada o`zgarishi va murakkablashishga sabab bo`ladi. O` endi faqatgina asosiy axborot manbai bo`lib qolmay, balki o`quv tarbiyaviy jarayonini tashkil etuvchi, rivojlantiruvchi ta`limni olib boruvchi shaxsdir. Bugungi kunda o`rta maktab o`quvchisi 80 foizga yaqin axbototni maktabdan tashqarida qabul qilib oladi. Shuning uchun o`quvchilarning bog`liqligi printsipti borgan sari o`qituvchining o`quvchilar bilan hamkorligi printsipti bilan almashishni talab etmoqda. Demak, o`qituvchi bilan o`quvchi o`rtasidagi ijtimoiy psixologik o`zaro ta`sir ham o`zgarishi lozim. Shunday ekan, hozirgi davr o`rta maktabida o`quv tarbiyaviy jaranini amalga oshiruvchi asosiy shaxs - o`qituvchi shaxsiga qo`yiladigan talablar ham ortib bormoqda.

Pedagogning muhim sifatlaridan biri - o`quvchilar bilan o`zaro ta`sirni tashkil etish, ular bilan muloqot o`rnatish, ular faoliyatini boshqarish, ya`ni kommunikativ qobiliyatdir.

Bolalar bilan muloqot o`rnatish qobiliyati ularga bo`lgan muhabbatga, ya`ni o`qituvchi shaxsining profesanal pedagogik yo`nalishi deb staluvchi xislatga asoslanishi lozim. Bu haqida rus pedagogi V.A Suxomlinskiy ham ta`kidlab o`tgan edi. U bolalarni sevishni hech qanday o`quv yurtida va hech qandaydarsliklardan o`rganishi mumkin emas, deb aytgan edi. Bu qobiliyat insonning bevosita ijtimoiy hatda qatnashishi, boshqa kishilar bilan o`zaro munosabatlari jaranida rivojlanadi. Biroq, pedagogik mehnat, o`z tabiatini ko`ra bolalar bilan bo`ladigan kundalik muloqot – insonga bo`lgan muxabbatni, unga bo`lgan ishonchini chuqirlashtiradi.

O`kituvchining pedagogik jarayonni amalga oshirishida o`quv – tarbiyaviy ishlar metodikasi va fan asoslarini bilishning o`zi etarli emas. Chunki, uning barcha bilimlari va amaliy mlakalari o`quvchiga faqat rqin hamda bevosita muloqot tizimi orqali berilishi mumkin. Shuning uchun ham pedagogik muloqot har bir o`qituvchi tomonidan o`zlashtirilishi lozim.

Muloqot pedagogik jarayonida ta'lim va tarbiya samradorligini ta'minlovchi o'zaro munosabatlar tizimida katta rol o'ynaydi. O'quvchilar ko'pincha o'qituvchiga bo'lgan munosabatlarini u o'qitadigan predmetiga ko'chiradilar. Demak, o'quvchining u ki bu predmetga yaxshi munosabatda bo'lishida uning o'qituvchiga bo'lgan munosabatini muhim o'rin egallaydi. Shuning uchun ham har bir pedagog o'quvchilarda o'z faniga nisbatan muhabbat, qiziqish uyG'otishi uchun ular bilan to'g'ri muloo`rnata bilishi lozim.

«O'qituvchining so'zi – deb zgan edi V.A Suxomlinskiy, - tarbiyalanuvchi qalbiga ta'sir etishning hech bir narsa bilan almashtirib bo'lmaydigan qurolidir. Tarbiyachining mahorati avvalambor so'zlash san`atini, inson qalbiga murojat qila olish san`atini o'z ichiga oladi.»

Pedagogik muloqot pedagogik ta'sir etishning eng muhim qurolidir. Pedagog bilan o'quvchi o'rtasidagi muolqot jarayonida muhim pedagogik vazifalar, ta'lim - tarbiya funksiyalari amalga oshiriladi.

Pedagogik jarayonda muloqot: Birinchidan, o'quv vazifalarni hal qilish usuli sifatida;

Ikkinchidan, tarbiyaviy jaranni ijtimoiy – psixologik jixatdan ta'lim etuvchi sifatida;

Uchinchidan, ta'lim tarbiya muvaffaqiyatli ta'minlovchi bilan tarbiyachi o'rtasidagi o'zaro munosabatlarni tashil etish usuli sifatida namoyon bo'ladi.

«Men shunga aminmanki, - deb yozgan edi A.S.Ikorenko, - bolalarga ish yuzasidan yaxshilab aytilgan achchq so'z ulkan ahamiyatga ega, bizda tashkiliy formada mavjud bo'lgan ko'pchilik xattolarimizning sababi – balki biz hali bolalar bilan haqiqiy gaplashishni bilmasligimizdadir. Shunday so'zlashishnibilish zarurki, o'quvchi so'zingizdan sizning irodangiz ... , shaxsingizning his qilsinlar, Bunda o'rganmoq lozim».

Ijtimoiy – psixologik jarayon sifatida pedagogik muloqot quydagi funksiyalarni bajaradi:

1. shaxsni bilish;
2. axborat almashinish;
3. faoliyatni tashkil qilish;
4. rollar bilan almashinish;
5. hamdard bo'lish (soperejivaniya);
6. o'zo`zini tasdiqlash.

Muloqotning axborat fukuntsiyasi moddiy va ma'naviy qadiryatlar bilan almashinish jaranini ta'minlash bilan bir qatorda, o'quv tarbiyaviy jarayonning ijobiy motivatsiyalarini rivojlantirish uchun sharoitlar yaratadi.

Shaxs faoliyatining ijtimoiy maydonini tashkil qilar ekan, muloqot shaxs bajaradigan rol orqali u yoki bu ijtimoiy xulq- atvor namunasini programmalashtiradi. Ijtimoiy rollarning o'zgarishi shaxsning ko'p qirrali tomonlariga hamda boshqalar roliga kira olish imkoniyatini yaratib, insonning inson tomonidan idrok qilish jarayoniga yordamlashadi.

Shaxsning o'z - o'zini tasdiqlashishi ham muloqot funksiyasi sifatida namoyon bo'ladi. Pedagogning vazifasi - o'qituvchilarning o'zlarining «men» ni anglashiga

yordamlashish; o'zining shaxsiy ahamiyatini idrok qilish; shaxsning kelajagiva o'zini adekvat baholashini shakllantirishga ko'maklashish.

Muloqotning hamdard bo'lishlik kabi muhim funksiyasini amalga oshirish boshqa kishinig his tuyG'ularini tushunish uchun; boshqa odamning nuqtaiy nazarida rura olish qobilyatini shakllantirilishi uchun sharoitlar yaratadi. O'quvchi uchun bolani, uning ehtiyojini tushunish muhim, bu o'zaro ta'sirni amalga oshirish uchun zarur. Bu funksiyalarni yaxshi bilish yosh o'quvchilar uchun darsda va darsdan tashqarida o'quvchilar bilan muloqotni tashkil qilishga yordamlashadi. Darsni rejalashtirish jarayonida nafaqat axboratning o'zlashtirilishi haqida, balki o'quvchilarning o'zlarini ko'rsata olishlari, o'z- o'zini tasdiqlashlari uchun sharoitlar yaratib berish haqida ham o'ylashlari kerak, o'quvchilar bilan hamkorlikni ta'minlashlari lozim.

Pedagogik muloqotning tuzilishi.

Kasbiy pedagogik muloqot murakkab jarayon bo'lib, uning quyidagi bosqichlarini ajratib ko'rsatish mumkin:

1.Darsga tayyorlanish jarayonida pedagogik tomonidan sinf bilan bo'ladigan muloqotni modellashtirish yoki prognostik bosqich.

2.Sinf bilan bevosita muloqotni tashkil etish yoki muloqotning boshlanG'ich bosqichi.

3.Pedagogik jarayonda muloqotni boshqarish bosqichi.

4.Amalga oshirilgan muloqot tizimini tahlil qilish va bo'lg'usi faoliyatga yangi muloqot tizimini modellashtirish.

Modellashtirish bosqichiauditoriyaning xususiyatlarini bilishni talab qiladi.

Bu hislatlar: bilish faoliyati xarakterini bilish mumkin bo'lgan qiyinchiliklar; ish dinamikasi.

Dars uchun tayyorlanayotgan materiallar fikran o'quvchilar bilan o'zaro ta'sir jarayonidagidek tasavvur qilishi; faqat o'quvchining nuqtaiy nazardan emas, o'quvchilar tomonidan ham o'ylab chiqilishi; iloji boricha turli variantlarda bilish kerak.

«Kommunikativ ataka» deb ataluvchi bosqichda sinflar ishiga zudlak bilan kirilishi texnikasi talab qilinadi. Bunday ta'sir qilish usullariga ega bo'lishlik kerak.

Muloqotni boshqarish bosqichida o'quvchilar tashabbusini qo'llab quvatlash, diologik muloqotni uyushtirish, o'z fikrini real sharoitlarga mos ravishda korreksiyalash malakalari zarur bo'ladi. Va nixoyat, muloqotni tahlil qilish maqsad, vosita natijaning mos tushushiga yo'naltiriladi.

Tabiyki, o'qituvchi o'quv tarbiyaviy jarayonning, shu jumladan, muloqotning boshqaruvchisi lideri tashabuskori bo'lishi kerak. Shuning uchun ham aloqa o'rnatishning operativligi, «biz» hissining vujudga kelishi, o'qituvchining o'quvchilar ichki holatini tushuna olishini ko'rsata bilishi, sinf bilan maqsadga qarata aloqa o'rnatishni tashkil qila olishi, ba'zi o'quvchilarga nisbatan o'rnatilgan negativ sterotin ustanovkalar o'zgartira olishi muhim.

Bularning barchasi pedagogda uchrashishi mumkin bo'lgan, ayniqsa, pedagogik faoliyatning boshlanG'ich davrlarida, to'siqlarni, ya'ni samarali muloqotga halaqit beruvchi qiyinchiliklarni engib o'tishga yordam beradi. Muloqotga halaqit qiluvchi to'siqlardan biri jismoniy to'siq, ya'ni o'qituvchi bilan o'quvchini bir-birlaridan

uzoqlashtiruvchi oraliq. Bu holatdan chiqishning birdan bir yo`li – pedagogik ishdagi ishonch, ochiqlik pozitsiyasini namoyon qilish.

Ijtimoiy bor`er - o`zining «ustunlik» pozitsiyasini doimiy ta`kidlab turishi («Men - o`qituvchiman!»).

Gnostik to`siq - pedagog o`z nutqini o`quvchilar tushuna olish darajasiga moslashtirmasligi («aqli gapirishi»).

Ko`rsatilgan to`siqlarni yo`qotish avvalam bor, muloqotning to`G`ri uslublarini tarbiyalash yordamida amalga oshiriladi.

Pedagogik muloqot ijtimoiy – psixologik o`zaro ta`sirning jamoa tizimidir. Shu tufayli muloqotning quydagi sohalarini ajratib ko`rsatish mumkin:

- 1.Pedagogning alohida o`quvchilar bilan muloqoti.
- 2.Pedagogning alohida o`quvchilar orqali butun jamoa bilan muloqoti.
- 3.Pedagogning butun jamoa bilan muloqoti.
- 4.Pedagogning jamoa orqali alohida o`quvchilar bilan muloqoti.

Pedagogik muloqotda pedagogning o`quvchilarni va o`quvchilarning pedagogni adekvat tushinishi muhim ahamiyat kasb ePedagogik muloqot jarayonida bir-birini to`G`ri tushinishi tashkil etishda emotsional his qilish orqali kira olish malakasi, boshqa ketini emotsional idrok etish qobiliyati, uning ichki dunyosiga kira olishi muhim rol o`ynaydi.

ORZU O`SPIRINLARNING XULQ-ATVORIGA TA`SIR ETUVCHI OMIL SIFATIDA

Marg`uba Erkinovna Dehqonova
Andijon viloyati Baliqchi tumani 38-DIMI psixologi, O`ZMU psixologiya I kurs
magistranti

Annatsiya: : Mazkur maqola – orzuni yoshlar hayotidagi ahamiyati , orzularni yoshga doir rivojlanish tahlili, orzu qilish jarayonida muammolarini o`rganishga mo`ljallangan.

Kalit so`zlar: Orzu, tush, o`spirinlik davri, hissiy yuksalish, stess, himoya mexanizmi, kelajak .

Akseleratsiya munosabati bilan o`spirinlik yoshining chegarasi endi 15-16 dan 23-yoshgacha bo`lmoqda.Yoshlarning jamiyatda tutgan o`rni, ularning mavqei, ular egallaydigan bilimlarning hajmi va bir qator boshqa omillar ijtimoiy sharoitlarga bog`liqdir.Yoshlarda orzularni bo`lishi kelajakni tasavvur qilish imkonini beradi. Qanday qilib va nima uchun orzu qilamiz? Ular qanday rivojlanadi va qanday vazifani bajaradi? O`smirlik va o`spirinlik davrida orzular eng kuchli va jonli bo`ladi. Biroq, har bir kattalar ham bu qobiliyatni saqlab qolmaydi.Xayolning bir turi sifatida tush bilish jarayonlari: fikrlash, xotira, idrokning birlashmasidir. Psixolog B.I.Dodonov tushning o`ziga xos xususiyatlarini aniqlaydi: Tush tasavvur ishida o`zini namoyon qiladi. U xabardor tuyg`u bilan to`yingan shaxsiyat bilan chambarchas bog`liq. Hayol ishida

namoyon bo'lib, orzu vaqt o'tishi bilan rivojlanadi va batafsilroq bo'ladi. Dastlab, u juda loyqa shaklga ega bo'lishi mumkin, natijada aniq, o'ta aniq konturlarni oladi. Tushni aniq tasvirlar bilan to'ldirish insonning bevosita shaxsiy tajribasi bilan bog'liq.

Bu egasida ijobiy his-tuyg'ularni uyg'otadi. Kuchli orzu inson taraqqiyoti uchun turtki, rag'batlantiruvchi vazifasini o'tashi mumkin. Uni amalga oshirish uchun choralar ko'rishga majbur qiladi. Biroq, tushni amalga oshirishning o'ziga xos usullari odatda yomon ifoda etilgan. Istalgan kelajak tugagan shaklda taqdim etiladi. Orzuni ro'yobga chiqarish uning atrofida reja tuzishni o'z ichiga oladi. Qoida tariqasida, tushning egasi uning qanchalik maqsadga muvofiqligini tushunadi. Tush qanday paydo bo'ladi? Birinchidan, tush, stressli yoki ko'ngilsiz vaziyatlarda hissiyotlarni ozod qilish usuli bo'lishi mumkin. Orzular "...zaif umidlarni saqlab qolishga yordam beradi, o'zlarini pastlik hissiyotlarini engillashtiradi yoki haqiqiy shikoyatlarni kamaytiradi." B.I. Dodonovning tadqiqotlariga ko'ra, salbiy stress holati 70% hollarda tushlarning manbai hisoblanadi. Ikkinchidan, orzu muvaffaqiyat yoki ma'qullash holatiga reaksiya sifatida paydo bo'ladi. Hissiy yuksalish insonning o'z kuchi va qobiliyatiga bo'lgan ishonchini oshiradi. Xayol "o'ynaladi", bundan ham katta muvaffaqiyat suratlari paydo bo'ladi. Shu sababli, orzular 30% hollarda sodir bo'lgan. Sababidan qat'i nazar, stressli vaziyat (ijobiy va salbiy stress) nihoyasiga etganda, orzu yo'qolmaydi. U kelajakda qoladi va rivojlanadi, funktsiyasini o'zgartiradi: Dastlab, paydo bo'lgan paytdagi tush, psixikani shikastlanadigan vaziyatdan himoya qilib, o'ziga xos "himoya mexanizmi" rolini o'ynaydi. Shunday qilib, o'zi yoki yaqin kishining kasalligi holatida bola qanday qilib barcha kasalliklarni davolash usullarini ixtiro qilishi haqida orzu qila boshlaydi. Shu bilan birga, tush ko'rish jarayonida ko'ngilsiz vaziyatda to'plangan tajribani o'zlashtirishning murakka jarayoni sodir bo'ladi. Tush ko'rish mexanizmi yordamida inson salbiy tajribalarni haqiqiy ijobiy hayot yutuqlariga aylantira oladi. "Ushbu mexanizm" ni tasvirlash uchun keling, Rossiya universitetini birida, matematika fakulteti talabasi Marina S. ishlaridan parchalar keltiraylik. Qiz bola bolaligidan o'qituvchi bo'lishni orzu qilardi. U shunday yozadi: "Bu orzu mening xayolimga qanday keldi? Bu shunday sodir bo'ldi ...Men uch yildan beri ota-onamni ko'rmagan edim va ular kelib qolishdi. Kelgandan bir hafta o'tgach, bu onamning tug'ilgan kuni. Va o'sha kuni men o'qituvchidan izoh oldim. Bu birinchi emasligi sababli, u onasini maktabga chaqiradi. Sizdan kamida bir kun kutishingizni so'rayman, sababini tushuntiraman. Ammo bizning qat'iy "sinf xonimiz" qat'iyatli bo'lib qolmoqda. Va men uning barcha xatolarini eslayman, u menga eng yoqimsiz, eng dadil va shafqatsiz odamga o'xshaydi. Men uni ishontira olmasligimdan juda umidvorman. Men aytaman: "Siz adolatsiz harakat qildingiz, qachondir men buni sizga isbotlayman" . Qandaydir tarzda sodir bo'ldi, bu kichik voqea nafaqat orzuimning asosi bo'ldi, balki kelajakdagi hayotimni hal qildi. Men orzu qila boshladim ... Men maktabni orzu qilardim, u erda faqat bolalarning his-tuyg'ularini tushunishni biladigan, ular uchun yaqin va qadrli bo'lgan o'qituvchilar bo'ladi. Va u o'zi o'qituvchilar orasida eng yaxshi bo'lishni orzu qilardi. Bolalar meni qanday sevishlarini, ularga hamma narsani berishimni orzu qilardim va ular buning uchun meni qadrlashadi. Birovning onasini qanday qilib almashtirishim mumkinligi haqida ... Tush ko'rish men uchun qiziq edi. Mening orzularim hayot uchun men uchun xarakterdagi bir narsani o'zgartirdi. " Marina S. ning bizning uslubimiz bilan aniqlangan

umumiy emotsional yo'nalish turi altruistikdir; qiz bolalar bilan ijtimoiy ishlarda o'zini yaxshi ko'rsatdi, maxsus pedagogik tanlovga qatnashdi. Bularning barchasi bizga uning bayonotlariga etarlicha ishonch bilan qarashga imkon beradi. "Ikkinchi holatda, tush - bu tajovuzni "amalga oshirish" usuli. Xayolda boshdan kechirgan hissiyotlar to'kilmaydi. Ushbu mexanizm L.S. Vygotskiy tomonidan tavsiflangan. Uning ta'kidlashicha, " xayol sizga turli xil tajribalarni olishga va ijtimoiy maqbul xatti-harakatlar doirasida qolishga imkon beradi. Har bir inson haddan tashqari hissiy stressni boshdan kechirish, uni fantaziyalar yordamida kamaytirish va shu bilan qondirilmagan ehtiyojlarni qoplash imkoniyatini beradi". Kelajakda orzu funksiyasi o'zgaradi. Bu kerakli tajribalar bilan "to'yinganlik" usuli, zerikish bilan kurashish, gullas va "hissiy ochlik" sharoitida o'z hayotingizni to'ldirish usuliga aylanadi. Tashqi taassurotlarning cheklanganligi tushga botish bilan qoplanishi mumkin. Tuyg'u bilan to'yingan bo'lsa, tushning o'zi ichki ehtiyojga aylanishi mumkin. "Ba'zan menga doim orzu qilganday tuyuladi, - talaba Tatyana K. tomonidan yozilgan - Agar orzu qilmasangiz, unda yashash umuman qiziq emas." Dodonov B.I. berilgan bayonotni odatiy deb belgilaydi. Tush sizga yoqimsiz haqiqatdan o'z dunyosiga "qochish" imkonini beradi. Agar tashqi holatlar odamni qoniqtirmasa, u holda tushida u o'z g'oyalariga ko'ra qulay va chiroyli dunyoni qurishga qodir. Tushning eng muhim funksiyalaridan biri bu uning istagan kelajakni "loyihalashtirish" qobiliyatidir. Orzular "talab qilinadigan kelajak" obrazini yaratadi, bu rivojlanish va tashqi harakatlar uchun turtki beradi. Bitta va bir xil tush bir vaqtning o'zida bir nechta funksiyalarni amalga oshirishi mumkin: haqiqatdan qochish kelajakdagi kerakli tasvirni bir vaqtning o'zida dizayni bilan birlashtiriladi, ko'ngilsizlik va stressdan himoya qilish tajovuzkor his-tuyg'ular bilan "harakat qilish" bilan birga keladi. Tush ko'rish qobiliyati va tushlarning mazmuni yoshga qarab o'zgaradi. Dodonov B.I. bolalarning sodda orzularini o'quvchilarning hozirgi emotsional yo'nalishi bilan yonma-yon qo'ydi. Ishlarning yarmidan ko'pida ular to'liq bir-biriga to'g'ri keldi. Muallif quyidagi tushuntirishni taklif qiladi. Bir tomondan, orzu - bu shaxsning yo'nalishini shakllantiruvchi mexanizm, boshqa tomondan, u allaqachon paydo bo'lgan munosabatlar tizimini aniqlashga imkon beradi. Shunday qilib, orzu ikki tomonlama jarayon bo'lib, u o'zi shaxsiyat munosabatlar tizimini shakllantiradi va shu bilan birga tarjima qiladi. Ehtimol, bola qanchalik yosh bo'lsa, tushning "ijodiy" funksiyasi shunchalik kuchliroq bo'ladi. Kattaroq yoshdagi o'spirin orzularini bajara olmaslik, hayotning paydo bo'lishidan umidsizlik va norozilikka olib kelishi mumkin. Ba'zan rejani amalga oshirish uchun "o'tmishga qaytishga" urinishlar bo'lishi mumkin. Ba'zi hollarda, haqiqat tuzatishlarini hisobga olgan holda, tush qisman amalga oshirilganda, "kompensatsiya qiluvchi" xatti-harakatlarni kuzatish mumkin. Shunday qilib, orzu qilish qobiliyati uning hayotining turli bosqichlarida shaxsiyatni rivojlantirishning muhim mexanizmi hisoblanadi. Orzu qiling, orzularingizni ro'yobga chiqaring va baxtli bo'ling!

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Vygotskiy L.S. San'at psixologiyasi. M., 1986 yil.
2. Dodonov B.I. Hissiyot qadriyat sifatida. Moskva, Politizdat, 1978. 272 p.
3. Maklakov A.G. Umumiy psixologiya: Universitetlar uchun o'quv qo'llanma. - SPb.: Piter, 2008. - 583 p.

OMMAVIY MADANIYAT- YOSHLAR DUNYOQARASHIGA VA XULQ- ATVORIGA TA'SIR ETUVCHI SALBIY OMIL SIFATIDA

Gulnoza Qobulovna Tojiboyeva
Andijon viloyati Baliqchi tumani 1-maktab psixologi

Annatsiya: Mazkur maqola – yoshlar dunyoqarashiga va xulq atvoriga salbiy ta'sir etuvchi omillardan biri bo'lgan- ommaviy madaniyat va uning mazmuni, yosharimizni bu kabi xavfli tahdidlardan himoyalashlari uchun psixologik va mafkuraviy immunitetni shakllantirish muammolarini o'rganishga mo'ljallangan.

Kalit so'zlar: Ommaviy madaniyat, "Pop-art", e'tiqod, yuksak madaniyat, ma'naviyat, axloq, ezgulik, san'at, iste'dod, ma'naviy boylik.

Dunyoqarash — dunyoga va insonning undagi o'rniga, kishilarning o'z atrofidagi voqelikka va o'z-o'ziga munosabatiga bo'lgan umumiy qarashlar tizimi, shuningdek, bu qarashlarga asoslangan odamlarning e'tiqodlari, ideallari, bilish va faoliyat tamoyillari. Dunyoqarash kishining yoshi, hayotiy tajribasi, bilimi, mafkurasi bilan bog'liq. Dunyoqarashda jamiyatda shakllangan falsafiy, ilmiy, diniy, siyosiy, axloqiy, huquqiy, estetik bilimlar, qarashlar o'z aksini topadi. Shaxsning dunyoqarashi ijtimoiy munosabatlar bilan chambarchas bog'langan. Dunyoqarash insonning o'zini va dunyoni zaruriy ravishda anglashi hamda baholashi asosida shakllanadi. Bu jihatdan dunyoqarash voqelikning inson ongidagi sub'yektiv in'ikosidir.

Hozirgi kunda yoshlar dunyoqarashiga salbiy ta'sir orqali milliy ma'naviyatga xavf solayotgan taxdidlardan birini hech ikkilanmasdan ommaviy madaniyat deyishimiz mumkin. Yetakchi g'arb mamlakatlarida estetik va ma'naviy-madaniy ehtiyojlari nisbatan tor odamga mo'ljallangan ijodiy asar yoki buyimlarni ishlab chiqarish tadbirkorlarni bir turiga aylangan.

Xo'sh ommaviy madaniyat o'zi nima? U qachon paydo bo'ldi?

Ommaviy madaniyat deb berilgan madaniyatning bosh oqimiga kiruvchi g'oya, nuqtai nazar, ko'rsatma, mem,[1] imij va boshqa ijtimoiy fenomenlar to'plamiga aytiladi. 20-asr o'rtalaridan boshlab ommaviy madaniyatga ommaviy axborot vositalari kuchli ta'sir o'tkaza boshladi. Ommaviy madaniyat ko'pincha keng aholi qatlamiga xush kelishi uchun soddalashtirilgan va ahamiyatsiz mavzularga berilgan, deb qaraladi. Natijada ommaviy madaniyat dinchi va kontrmadaniyatchilar tomonidan yuzaki, iste'molparast, sensualist deb tanqid qilinadi.

Mutaxassislar (faylasuf va sotsiolog olimlar)ning fikricha, hali ilm-fanda "antikultura" ("g'ayrimadaniyat") degan ilmiy tushuncha shakllanmaganligi uchun "Pop (ommaviy) madaniyat" tushunchasi, nochorlikdan qo'llanilmoqda. Chunki, "ommaviy madaniyat", aslida madaniyatsizlik, ya'ni ma'naviyatsizlik va axloqsizlik sinonimidir. „Ommaviy madaniyat“ shu boisdan, eng avvalo, yuksak iste'dod va o'lmas ma'naviy-axloqiy g'oyalar bayroqdori bo'lgan mumtoz madaniyatga, san'atga, uning boyliklariga qarshi tish-tirnog'i bilan kurashib, uni inkor etib keladi. G'arb dunyosining o'zidagi faylasuflar, sotsiolog olimlar, "Bizga "To'qqizinchi simfoniya"

(Betzoven) kerak emas!" yoki "Mona Liza" ni loyga qorishtiramiz!" kabi jaholatparastlikka asoslangan xitoblar "ommaviy madaniyat" tarafdorlari va muxlislarining dasturiy qarashlari negizini tashkil etadi, deb yozadilar. Ajablanarlisi, gohida g'oyatda iste'dodli insonlar ham „ommaviy madaniyat“ targ'ibotchilarining qutqusiga uchrab, uning tegirmoniga suv quymoqda. Masalan, rassom Salvador Dali Leonardo da Vinchining "Mona Liza" ("Jakonda") asarini kulgi qilib, Mona Liza lablari ustiga mo'ylov chizgan va "Mo'ylovli Jakonda" asarini yaratgan. Mana shunday "achchiq istehzoli, qora mazmunli kulgi" — "ommaviy madaniyat" faoliyatining eng yetakchi belgilaridan biridir. Jumladan, san'at — alohida iste'dodlar tomonidan yaratiladigan ma'naviy boylik, mo'jiza ekanligi kabi ijodning oliy mezonlari "pop-madaniya" tarafdorlarining o'ta darajada g'ashini keltiradi. Ularcha, hamma san'atkor bo'lishi mumkin. Hamma narsa san'at atalishi mumkin. "Pop-art" — ommaviy san'at shu xulosa manbaida vujudga kelgan. Chunonchi, "ommaviy madaniyat" namoyandalaridan biri Karl Manning fikricha, atrof-borliqda, maishiy hayotda mavjud barcha narsalar (masalan, konserva bankalari, siniq tish cho'tkalari, mashina, vodoprovod kabilarning zanglagan bo'laklari, turli suratlar, jurnal-gazeta qiyqimlari ham) hayot bag'ridan alohida ajratilib, ularga muayyan tartib berilib, odamlar nazariga tutilsa, bu oddiy chiqindilar baayni arxeologik qazilmalar chog'ida topilgan qadimgi yunonlar davriga xos osori atiqalarday o'zgacha ahamiyat kasb etib, "san'at, madaniyat namunalari" qatoridan o'rin olar emish "Pop-art"chilarning dasturiy qarashi shundayki, ular insonni emas, aksincha, narsalar va buyumlarni e'zozlashadi; ma'naviy dunyoni emas, maishiy-iste'molchilik his-tuyg'ularini qadrlaydilar va ularni keng ommalashtirishga intiladilar. Ularning ma'naviy pozitsiyasi — ma'naviyatni o'ldirish va "narsalarga qullik" ni rag'batlantirishdir. Amerikaning taniqli adibi R. Bredberi aytganidek, "ommaviy madaniyat" maktabidan o'tgan avlod uchun hayotning ma'nosi — avtomobil, televizor, muzlatkichga ega bo'lish. Ayrim g'arb davlatlarida erkak bilan erkak, ayol bilan ayol o'rtasidagi nikoh - hayratlanarli hodisa bo'lmay qolayotganligi nazar tutilsa, "ommaviy madaniyat" targ'ib etayotgan ma'naviy tubanliklar, behayoliklar, qabohatlar naqadar chuqurlashib ketganligini tasavvur etish qiyin emas. Yaqinda bu ta'sirni davlatimizda ham kuzatdik. Bir guruh shu salbiy ta'sir doirasiga tushib qolgan yoshlar Amir Temur xiyobonida namoyish tashkil qilganini guvohi bo'ldik. Achinarlisi bir blogger ham ularning tarafdori sifatida ijtimoiy tarmoqlarda behayolikni targ'ib qildi. Bu kabi qabihlikka o'z vaqtida chora ko'rildi. Bo'lib o'tgan voqea har birimizni ogohlikka chorlaydi.

Demak, bugun bu "ommaviy madaniyat" degan balo bizning vatanimizga kirib kelgan va yoshlar ongiga o'z ta'sirini o'tkazayotgan ekan, unga qarshi kurash uchun nima qilmoq kerak, degan savol o'z-o'zidan tug'ilishi tabiiy. Buning uchun avvalo, "Ommaviy madaniyat" degan tushunchani, uning salbiy oqibatlariga olib kelishini, boshlang'ich sinflardan sodda ko'rinishlar bilan tushuntirishni boshlash va bu ishni ta'limning barcha bo'g'inlarida bosqichma-bosqich davom ettirish zarur. Bundan tashqari, internetda ma'naviyatni shakllantiruvchi milliy g'urur, vatanparvarlik, insonparvarlik kabi insoniy fazilatlar bilan sug'orilgan milliy saytlar yaratishimiz zarur.

Bundan tashqari, milliy ma'naviyatimizni shakllantiruvchi milliy kompyuter o'yinlarini, multfilmlarni yaratishimiz, milliy qadriyatlarimiz aks etgan yoshlarni o'ziga

jalb qila oladigan badiiy asarlar yaratish, milliy musiqa, qo`shiq matlariga e`tibor berish, milliy ma`naviyatimizni aks ettiruvchi rasmlarni internet saytlari orqali ko`proq reklama qilishimiz kerak. Lo`nda qilib aytganda, yoshlarimiz qiziqayotgan o`sha “pop” janriga teng keladigan, biroq milliylik bilan sug`orilgan, milliy ma`naviyatimizga mos keladigan kerak bo`lsa, uni mustahkamlaydigan yangi janr yaratishimiz kerak.

Yoshligidan oilada sog`lom moddiy-ma`naviy turmush tarzini yaratib berishimiz, ularning imkoniyatlarini orzu-havaslarini yaxshilik va ezgulik uchun xizmat qilishga yo`naltirishimiz kerak. Ertangi kun qanday bo`lishi bizga, biz ta`lim-tarbiya berayotgan yoshlarga bog`liq. Aynan milliy qadriyatlar qadrlangan jamiyatda ijtimoiy-siyosiy muhit fuqarolik institutlarini rivojlantirish uchun yetarli darajada shakllangan bo`ladi, bunday jamiyatda u yoki bu fikr ana shu qadriyatlar asosida yuzaga keladi. Xulosa shuki bugungi kunda yoshlarning doimo vaqtdan unumli foydalanishlari uchun ya`ni o`qishdan bo`sh vaqtlarida o`zlari qiziqadigan sport to`garaklariga yoki agar eplay olishsa oila budjetiga ozmi ko`pmi xissa qo`shib o`qishdan tashqari ishlashlari maqsadga muvofiq bo`lardi (albatta bu o`qishga halaqit bermasa). Shunda biz “ommaviy madaniyat” kushandalariga aylanib qolmaymiz .

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. “Ommaviy madaniyat” – ma`naviyat kushandasi. Islom.uz.
2. Cesar Fuentes Rodriguesning “Mundo Gotico” asari.
3. O`Zme. Birinchi jild. Toshkent, 2000-yil

YOSHLARNING DUNYOQARASHI VA XULQ-ATVORIGA TA`SIR ETUVCHI IJTIMOIIY PSIXOLOGIK OMILLAR

Salayeva Shirin Rustamovna

Xorazm viloyati Gurlan tumani 26-maktab psixologi

O`zbekistonning kelajagi ko`p jihatdan barkamol insonni shakllanishiga bog`liq. Har qanday davlatning tarixiy taraqqiyot davridan ma`lumki, yurtning jadal rivojlanishi, muayyan yutuqlarga erishishi, xalqning farovon bo`lishi o`sha davlatda yoshlar ta`lim-tarbiyasi va kelajagiga beriladigan e`tibor darajasiga bog`liq. Prezidentimiz Sh. Mirziyoyev O`zbekiston aholisining yarmidan ko`prog`ini yoshlardan iborat ekanligi, yoshlarni har tomonlama yetuk va barkamol, intellektual salohiyatli, maqsadga intiluvchan, vatanparvar sadoqatli komil shaxslar sifatida tarbiyalash O`zbekistonni rivojlangan davlatlar safidan o`rin olishining muhim omili ekanligini doimo ta`kidlab o`tadi. Xususan BMTning Bosh assambleyasining 72-sessiyasida shunday deydi: “Sayyoramizning ertangi kuni, farovonligi farzandlarimiz qanday inson bo`lib kamolga yetishi bilan bog`liq. Bizning asosiy vazifamiz-yoshlarning o`z salohiyatini namoyon qilishi zarur sharoitlar yaratishdan iborat”. Davlatimiz rahbari yoshlar kelajagi bilan bog`liq har qanday vazifa birlamchi ahamiyatga ega ekanligini ta`kidladi.

Bunda avvalo, ta'lim va tarbiyani rivojlantirish, soglom turmush tarzini qaror toptirish, yoshlarning ma'naviy, madaniy va psixologik ongini rivojlantirish zarur. Ana shunday vazifani amalga oshirish uchun psixologiyaning barkamol insonni shakllantirishga boy tarixiy tajribasini o'rganish va yangi shaxsning tarkib toptirishning ijtimoiy turmushga tadbiiq etish jarayoni muhim ahamiyat kasb etadi. Mamlakatdagi iqtisodiy-ijtimoiy islohotlarning samarali bo'lishini ta'minlash, ishlab chiqarishda va ijtimoiy hayotning barcha bo'ginlarida inson omilidan foydalanish har bir ijtimoiy shaxs imkoniyatlarini to'la-to'kis yuzaga chiqarishi masalasi bevosita psixologik bilimlarni ta'lim tarbiya jarayoniga keng taqbiq etish vazifalarini amalga oshirish ulkan ahamiyatga egadir. Shu boisdan bo'lsa kerak, hozirgi kunda barcha rivojlangan va rivojlanish ostonasida turgan mamlakatlar birinchi galda fuqorolarining ma'naviy va intellektual, jismoniy va ruhiy barkamolligiga va undan ijtimoiy manfaatlar uchun samarali foydalanish yo'llarini izlashga jiddiy e'tiborni qaratmoqdalar. Shu nuqtai nazardan, har bir mamlakatda inson va uning faoliyati o'rtasidagi uyg'unlikni ta'minlashga qaratilgan ijtimoiy psixologik bilimlarni amaliyotga tadbiiq etish alohida ahamiyat kasb etadi.

Bugungi kunda yoshlarning dunyoqarashi va xulq atvorining shakllanishida biologik, fiziologik, ekologik va ijtimoiy omillar ta'sir qiladi. Yoshlarning o'ziga xos psixologik xususiyatlari ularga jamiyatimizda ro'y berayotgan jiddiy ijtimoiy-iqtisodiy o'zgarishlarga moslashishga yordam beradi. Turli xil guruhlardagi yoshlarning ijtimoiy-psixologik moslashishi ulardagi mavjud imkoniyatlardan kelib chiqqan holda ma'lum darajada farq qiladi. Ijtimoiy psixologik omillarning butun majmui bir nechta shartlar guruhi bilan ifodalaniladi.

1. Tashqi omillar. Jamiyatdagi ,ma'lum bir kasbiy tarmoq, muassasa yoki tashkilotdagi ijtimoiy vaziyatni shakllantiradi.

2. Ichki omillar. Ushbu guruhga shaxsiy xususiyatlar, atrofdagi ijtimoiy va tabiiy muhit bilan o'zaro ta'sirining xarakteri, xulq-atvor xususiyatlari, hissiy irodaviy va motivatsion sohalar kiradi.

Yoshlarning komil inson bo'lib voyaga yetishida ijtimoiy psixologik omil sifatida ijtimoiy, kasbiy faoliyatini amalga oshirishning o'ziga xos xususiyatlarini belgilaydigan eng muhim ijtimoiy psixologik omillardan biri bu yetuklik me'zonidir. Insonning hissiy, kasbiy, ijtimoiy yetukligiga erishish nafaqat uzoq vaqtni, balki shaxsning o'z ustida ishlashini ham talab qiladi. Voyaga yetishni ijtimoiy psixologik omil sifatida anglash insonning qadriyatlar tizimini, jamiyatda qabul qilingan stereotiplarni anglashi va idrok etishi, shuningdek ularga ongli ravishda ergashishi va jamiyatda o'z o'rnini topishiga asoslanadi. Sotsial yoki ijtimoiy muhit –bu insonning aniq maqsadlar va rejalar asosida faoliyat ko'rsatadigan dunyosidir. Mazmunan har bir insonning shu ijtimoiy olam bilan aloqasi uning insoniyat tajribasi, madaniyati va qabul qilingan ,tan olingan ijtimoiy xulq normalari doirasidagi harakatlarida namoyon bo'ladi. Xulq-atvor shakllanishida tarbiyaning roli katta. Ya'ni bunda tarbiya orqali bolada turli harakatlar, xarakter ko'rinishlari, o'ziga xos munosabatlar va shaxslar aro munosabatlarda o'ziga xos yondashishlar shakllanadi. Bu ularni oilada olgan tarbiyasi bilan jamiyatdagi ijtimoiy munosabatlar ta'sirida o'z aksini topadi. Bu bir tomondan bolaning o'z ota onalaridan meros sifatida o'zlashtirilgan sifatleri, ikkinchi

tomondan, tashqi muhit ta'sirini ham kamsitib bo'lmaydi. Bu muommolar ustida bosh qotirgan olimlar L. Vigotiskiy, J. Piaje, S. Rubenshteyn, A. Leontov ikkala omil rolini ham inkor qilmagan holda ijtimoiy omilning yetakchi ta'siri haqida fikrni baravar yoqlaganlar. Chunki to'g'ri tashkil qilingan ta'lim tarbiya oila va undagi munosabatlarning xarakteri, shaxs muloqatda bo'ladigan ijtimoiy guruhlar u tanlagan kasb va kasbdoshlari muhiti kabi ijtimoiy omillar yoshlarning rivojlanishi, ularning o'z-o'zini anglashi va o'zgalarga munosabati, bilish jarayonlari hamda intellektual taraqqiyotida katta ahamiyatga ega. Ijtimoiy omilning asosiy funksiyalaridan biri-shaxsning xulq-atvori, uning taraqqiyotiga ta'sir etuvchi tashqi ob'ektiv omillar majmuasi hamda muayyan tizim, bo'lib, u o'zida shaxsning imkoniyatlarini shakllantiradi, hayotga joriy etadi. Shunday qilib yoshlarning yetuk shaxs bo'lib yetishida jamiyat hayotining xususiyatlari ko'p jihatdan ijobiy va salbiy ijtimoiy psixologik omillarning kombinatsiyasiga bog'liq. Sotsiolog va psixologlarning fikriga yoshlarning jamiyatda muvafaqqiyatli faollik ko'rsatishi uchun o'zini tutishni, ijtimoiy normalar va qadriyatlarni o'zlashtirib olish jarayonida asosiy xulq-atvorning har xil shakllariga jalb etilish xavfiga ko'plab duchor bo'lishini isbot qiladi. Ayniqsa dunyoqarashi shakllanmagan va qadriyatlar tizimi o'zgarib turadigan o'smirlarga qiyin. O'smirlar hali yosh ekanligi tufayli va haqiqat haqidagi tasavvurlari verbal darajada bo'ladi. Hali ular xulq-atvorining anglangan tartibga soluvchisiga aylanmagan bo'ladi. Yoshlarning o'z hayotini to'g'ri tanlashi, kelajakda yetuk inson bo'lib yetishishi, barkamol shaxs darajasiga ko'tarilishi uchun ularning jamiyatda ijtimoiylashuvi muhim rol o'ynaydi. Insonning eng muhim, uni hayvonot dunyosidan ajratib turgan xususiyatlaridan biri ham uning ijtimoiy mavjudod ekanligidir. U o'zining ehtiyojlarini qondirish maqsadida o'zi kabi insonlar bilan birlashishga intiladi. Ijtimoiylashuv jarayonida yoshlar jamiyatga "kirishadi" va u bilan o'zaro munosabatda bo'ladi. Ular ma'lum ijtimoiy tajriba, bilim qadriyat, xulq-atvor, ahloqiy qoidalarni oladilar. Insonning ijtimoiy mavjudod sifatida shaxs nomini olishi uchun unga ijtimoiy iqtisodiy hayot va tarbiya kerak. Jamiyatdagi har bir inson yoshlarni milliy tarbiyamizga yot va zararli ta'sirlardan himoya qilishi, yoshlar ijtimoiy tarkibida deviant holatlar namoyon bo'lishining oldini olishga yordam berishi, yon-atrofdagi yuz berayotgan voqea hodisalarga dahldorlik hissi bilan yashaydigan mustaqil fikrlaydigan barkamol insonlar etib tarbiyalashda birdek harakat qilishimiz zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Sh. Mirziyoyev "Yangi O'zbekistonda erkin va farovon yashaylik"
2. B. A. Aliyev, G'. Rafiqov va boshqalar "Sotsiologiya" O'quv qo'llanma. T-2005
3. Ivanenko. S. P "Problema sotsializatsiya sovremennoy molodeji" Orenburg 1994
4. Pardayev .A "Ijtimoiy ishda yoshlar muommosi" o'quv uslubiy qo'llanma. Samarqand 2010
5. To'rayev A. "Deviant xulq-atvor va yoshlar sotsiologiyasi" uslubiy qo'llanma.

TALABALIK GURUHLARI” TUSHUNCHASI. UNING KO’RINISHLARI VA XUSUSIYATLARI

*Valiyeva Dilafruzxon
O’zMU magistranti*

“Talabalik” tushunchasi – bu talabalarni ijtimoiy-demografik guruh sifatida belgilaydi, ularning rolini, maqomini va jamiyatdagi muayyan o’rnini aniqlaydi.

Oliy ta’lim muassasalaridagi ta’lim jarayoni nafaqat talabani uning bo’lg’usi kasbi bilan bog’lovchi bilim va malakalarni olishda, balki uni o’z-o’zini anglashiga, to’g’ri ta’lim olishiga, shaxslararo munosabatlar o’rnatishga, va o’z-o’zini tarbiyalashiga imkon beradi. Inson hayotidagi mazkur bosqich uning ijtimoiylashuvdagi eng muhim davr hisoblanadi. Ijtimoiylashuv deganda “individ tomonidan muloqot va faoliyat jarayonida to’plangan malakalarni faol tarzda o’zlashtirilishi va aks ettirilishi” jarayoni tushuniladi. Talabalik davrida ijtimoiylashuvning barcha mexanizmlari ishga tushadi: bularga talabalik ijtimoiy rolining o’lashtirilishi, bo’lg’usi kasb bilan bog’liq bo’lgan yangi ijtimoiy rol o’zlashtirilishi jarayoniga tayyorgarlik, va o’qituvchilar tomonidan talaba guruhlariga ijtimoiy ta’sir o’tkazish mexanizmlarini kiritish mumkin. Talabalik davri mustaqillikka intilish, hayot yo’li va ideallarni mustaqil tanlash, o’ziga ishonch kabi xususiyatlar bilan bog’liqligi uchun, oliy ta’lim muassasalarida o’qish talaba ijtimoiylashuvi jarayonida katta ahamiyatga egadir.

Bu davrning talaba uchun ahamiyati shuningdek, uning yoshlik davrining oxirgi va shaxsiy xususiyatlarning murakkabligi bilan xarakterlanuvchi balog’at davrining dastlabki bosqichi bo’lganligi uchun ham kattadir. Mazkur davrning inson ma’naviy taraqqiyotidagi o’rnining yana bir o’ziga xos xususiyati bu xulq-atvorning ongli motivlarining kuchayishidir. Maktabning yuqori sinflari vakillarida mavjud bo’lmagan ko’plab xususiyatlar – maqsad tomon intilish, qat’iyatlilik, chidamlilik, mustaqillik, tashabbuskorlik, va o’z-o’zini boshqarish xislatlari sezilarli darajada o’sadi. Mazkur yoshdagi o’g’il va qiz bolalar ko’proq o’zlarining ehtiyojlari, manfaatlari, qobiliyatlari, qadriyatlari va imkoniyatlari ustida bosh qotira boshlashadi.

Talabaning atrof-muhitdagi, talabalar jamoasidagi qulay va ijobiy maqomi shaxsning normal rivojlanishiga sabab bo’ladi. Dastlabki kurslar davomida talabalar jamoasi shakllanadi, aqliy faoliyatni tashkillashtirish malaka va ko’nikmalari vujudga keladi, tanlangan kasbga nisbatan mehr-muhabbat shakllanadi, optimal mehnat, ko’ngilochar radbirlar va xo’jalik yumushlari uchun vaqtlar rejimlari shakllanadi, va shaxsning o’zini tarbiyalash va o’zligini anglashiga sabab bo’luvchi, kasbiy jihatdan ahamiyatga ega bo’lgan ishlash tizimi hosil bo’ladi.

Talaba shaxsiga kuchli ijtimoiylashtiruvchi ta’sir talabalar muhiti va talabalar guruhining o’ziga xos xususiyatlari tomonidan ko’rsatiladi, va uning ichiga inson va boshqa referent guruhlari kiradi. Insonlarning guruh ichidagi xulq-atvori ularning individual xulq-atvoridan farqlanadi. Guruh a’zolarining xulq-atvori guruh normalari va

qadriyatlariga moslashish hisobiga ularning xulq-atvori ham guruhniki bilan moslasha boradi, biroq mazkur ta'sir teskari yo'nalishda rivojlanishi ham mumkin. Guruhning alohida azosi, shaxs sifatida butun guruh azolari xulq-atvoriga kuchli ta'sir ko'rsatishi mumkin. Talabalar guruhlarida shaxslararo munosabatlarning dinamik strukturalashuvi, shakllanishi va o'zgarishi jarayonlari, guruh rollari taqsimlanishi va yetakchilarning ajralib chiqishi jarayonlari kechadi. Mazkur jarayonlar talabaning shaxsiyatiga, uning o'quv faoliyati va kasbiy shakllanishiga, uning xulq-atvoriga kuchli ta'sir o'tkazadi. Shuning uchun, o'quv faoliyatini tashkillashtirishda talabalar guruhlarining o'ziga xos xususiyatlarini hisobga olish katta ahamiyatga ega.

Tadqiqotchilar tomonidan shu narsa ham aniqlanganki, guruhdagi talabalarning fanlarni o'zlashtirishi va maqomi mazkur guruhdagi shaxslararo munosabatlarning shakllanganlik darajasiga bog'liq bo'ladi. Qolaversa, aniqlandiki, talaba uchun nisbatan xilma-xil va nisbatan barqaror shaxslararo munosabatlarga ega bo'lgan guruhda ta'lim olish osonroqdir. Talabalar guruhining faoliyati uning a'zolari orasidagi munosabatlarning shakllanish darajasiga bog'liq bo'ladi. Shuningdek, aniqlandiki, talaba uchun nisbatan xilma-xil va nisbatan baqaror munosabatlarga ega bo'lgan guruhda ta'lim olish osonroqdir.

Shu tarzda, talabani yangi faoliyat sohaslariga va yangi muloqot doirasiga olib kiruvchi individual xususiyatlari to'g'risidagi bilimlar moslashuv jarayonidagi qiyinchiliklarni bartaraf qiladi va talabalar jamoasining muvaffaqiyatli shakllanishiga katta hissa qo'shadi. Shuning uchun, talabalar guruhi va jamoasining shakllanishi, va yaqindagina abituriyentlikdan kelgan talabani talabalar jamoasiga kirishib ketishida katta ahamiyatga ega.

Istalgan kichik guruh bilan bo'lgani kabi talabalar guruhi o'sishi va rivojlanishi mumkin. Bu o'rinda "kichik guruh" tushunchasiga ham alohida to'xtalib o'tish joiz. Kichik guruh – bu jamiyat ijtimoiy tuzilmasidagi tarkiban oz sonli, ammo yaxshi tashkillangan va mustaqil birligi bo'lib, uning a'zolari umumiy maqsad, hamjihat faoliyatga ega bo'ladi va uzoq muddat davomida bir biriga hissiy ta'sir o'tkazadi. Bu vaziyatda, talabalar yagona maqsad – ta'lim olish uchun birlashishgan. Aynan shu maqsad ularning o'zaro munosabatlarga kirishishiga va bir-birlari bilan shaxsiy aloqalar o'rnatishlariga sabab bo'ladi.

Kichik guruhlar: shartli va real, rasmiy va norasmiy, sust-rivojlangan va kuchli-rivojlangan, diffuz, referent va noreferent turlarga bo'linadi.

Shartli guruhlar – bu qandaydir belgiga, masalan, yosh yoki jins kategoriyasiga asosan bo'lingan guruhlardir.

Real guruhlar – bu doimiy kundalik hayot va faoliyatda bir-birlari bilan munosabatlarga kirishuvchi guruhlardir. Ular tabiiy va laboratoriyali bo'lishi mumkin.

Tabiiy guruhlar – bu guruhlar jamiyatda rostdan mavjud bo'lgan guruhlar. Laboratoriya guruhlari – bu ilmiy tadqiqotlarni ko'zlab sun'iy yaratilgan guruhlardir.

Rasmiy guruhlar – mazkur guruhlar tashqaridan rasmiy ravishda belgilangan tuzilmaga ega bo'ladi.

Norasmiy guruhlar – mazkur guruhlar shaxsiy manfaatlar asosida shakllanadi.

Talabalar guruhi rasmiy guruhlar turiga kirib, ular bir struktura – o'zlari o'qiydigan universitet nizomi ostida birlashgan.

Talabalarda muayyan huquq va majburoyatlari va ularning muloqoti va o'zaro munosabatlarini amalga oshirish uchun muayyan muddat mavjud bo'ladi.

Shaxslararo munosabatlar tizimi o'zining ichki psixologik shartlanganligi (simpatiya yoki antipatiya; befarqlik yoki nafrat; do'stlik yoki dushmanlik va boshqa kichik guruhdagi insonlar orasidagi o'zaro aloqalar) sababli ham ba'zan stixiyali tarzda kechadi. U ko'pincha, asosan o'z mavjudligining dastlabki bosqichlarida yaxshi shakllanmagan holda bo'lishi ham mumkin. Bu o'rinda guruhning alohida ahamiyatini tilga olib o'tish joiz, shuning uchun uni tadqiq etish va o'rganish dolzarb ahamiyat kasb etadi, zero u shaxslararo munosabatlar asosida kichik guruh psixologiyasi komponentlarini: hamkorlikdagi faoliyatning o'zaro talablari va normalarini; muntazam shaxslararo munosabatlarga nisbatan beriluvchi baholarni, xayrixohlik va tushunish hislarini; psixologiy raqobatchilik va bellashuv, taqlid va o'z-o'ziga ishonch kabi xususiyatlarni shakllantiradi. Bularning barchasi birgalikda faoliyat yuritayotgan insonlarning faoliyatining stimullari va xulq-atvorlarini, shuningdek, kichik guruhlarning shakllanishi va o'z-o'zidan rivojlanishi mexanizmlarini vujudga keltiradi.

Talabalar guruhini bir xil tabiatga ega bo'lgan elementlardan iborat massa sifatida tushunmaslik lozim. Uning o'zi turli kichik guruhlariga bo'linadi, va ularning har birini alohida koordinatalar tizimida olib qarash mumkin. Bu yerda ahamiyatga ega bo'lgan narsa guruh a'zolari orasidagi farqlanish emas, balki shaxslararo munosabatlarning butun bir atmosferasini hosil qiluvchi to'planayotgan va rivojlanayotgan aloqalar strukturasi.

СПОРТ МУСОБАҚАЛАРИДАГИ ЭМОЦИОНАЛ ТАНГЛИК ВА УНИ ТУҒДИРУВЧИ ОМИЛЛАР

*Ҳамидова Гулиода Ҳамидовна
УЗМУ психология йўналиши 1-курс магистранти*

Спортчининг жисмоний, руҳий, техник ва тактик жиҳатдан тайёргарлик даражаси спорт мусобақаларида кўрсатадиган натижаларига қараб белгиланади. Спорт натижаларига, шунингдек, мусобақа жараёнидаги эмоционал танглик (напряжение) ҳам сезиларли таъсир кўрсатади. Шунинг учун спорт мусобақалари жараёнида эмоционал тангликни келтириб чиқарувчи факторларни таҳлил қилиш ва уларни биртизимга келтириш учун эмоционал ҳолатнинг вужудга келиш механизмларини илмий жиҳатдан билиб олиш зарур.

Эмоционал ҳолатларнинг вужудга келишини тушунтириб беришда кўпчилик томонидан академик П.В.Смирновнинг «Информация назарияси» қабул қилинган.

Олимлар эмоционал тангликни келтириб чиқарувчи 21 та муҳим факторни кўрсатиб беришадигани, бу факторлар ҳар бир спортчида маълум руҳий кескинликни вужудга келтиради. Булар:

1. Стартдаги муваффақиятсизлик.
2. Машқларда ва аввалги мусобақаларда кўрсатилган паст натижалар.
3. Тренер билан командалари ёки оиладаги турли даражадаги низолар.
4. Жисмоний жиҳатдан ўзини ёмон ҳис қилиш.
5. Ҳакамларнинг ноҳолислиги.
6. Мусобақани белгиланган вақтдан кеч бошлаши, қолдирилиши (Баъзи спортчиларда жанговор тайёргарлик ўтиб кетади).
7. Мусобақа вақтидаги танбеҳлар (ҳакам, командадошлари ёки тренер томонидан).
8. Мусобақа олдидан ёки давомида ортиқча ҳаяжонланиш.
9. Мусобақа олдидан ёки бир неча кун сурункали яхши ухламаслик.
10. Мусобақани ёмон уюштирилганлиги, стадионни яхши жиҳозланмаганлиги.
11. Аввалги мусобақалардаги кетма-кет муваффақиятсизликлар.
12. Рақибнинг яққол устунлиги.
13. Рақибнинг кутилмаганда юқори натижалар кўрсатиши.
14. Нотаниш рақиб.
15. Спортчидан доимо юқори кўрсаткичларни талаб қилиш.
16. Мусобақага узоқ масофа босиб бориши.
17. Мусобақада сўзсиз ютиш кераклигини доимо ўйлаш.
18. Спортчининг кўриш ва эшитишдаги ноаниқликлиги ва тактикани белгилашда хатога йўл қўйиш.
19. Айна пайтдаги рақибдан аввал енгилганлиги.
20. Томошабинлар реакцияси.
21. Рақибнинг кутилмаган усулининг қўллаши.

Бу ҳолатларнинг ҳаммаси мусобақа жараёнида туғиладиган ҳолат. Экспериментатор руҳий танглиқ ҳолатини лаборатория шароитида ҳам яратишнинг катта имкониятига эга. Бунинг учун тадқиқотда уч гуруҳ восита ва усуллар амалга оширилади.

Биринчи усулда, физиологик стресс ҳосил қилиш учун куч ёки ташқи кўриниш билан эмас, балки кутилмаган янгилик, ғайритабиийлик фактори билан таъсир этиб, руҳий танглиқ ҳосил қилинади.

Иккинчи гуруҳ фактори - фаолият характери, топшириқни бажарилиш хусусиятлари билан белгиланади. Бунда бажарилаётган вазифани ўзи кишига катта талаблар қўяди. Масалан, ўта мураккаб топшириқ берилиши, уни бажариш учун вақт тиғизлиги, вазифани бажариш жараёнида ҳаракатлар тезлигининг ортиб бориши, бир вақтнинг ўзида икки хил фаолиятни бажариш, қўшимча берилаётган информацияни қайта ишлаш, ишнинг монотомлиги, иш шароитининг ёмонлашуви, ҳар хил тўсқинликлар (помеха), вазиятнинг ноаниқлиги кабилар билан руҳий танглиқ ҳосил қилинади.

Учинчи усулга синалаётган шахснинг мотивациясини ўзгартириш, вазифани бажаришга бўлган муносабатини ўзгартириш орқали таъсир этилади. Масалан,

- синалаётган шахсда бир-бирига мос келмайдиган хошиш-истаклардан бирини танлаш билан боғлиқ низоли вазият яратилади (квазипотребности);
- мусобақалашиб вазиятини киритиш (экспериментатор ёки бошқа синалаётган билан);
- синалаётган шахснинг интеллекти, хотираси, диққат ва бошқа рухий хусусиятларини «тест» синовлари билан ўрганилаётганлигини таъкидлаб, кескинликни туғдириш;
- синалувчи натижаларини бузиб кўрсатувчи маълумотлар бериб туриш;
- синалувчининг иззатталаблик даражасига қараб, муваффақият ёки муваффақиятсизлигини рағбатлантириб туриш;
- тажрибада қатнашганлиги учун аввал белгиланган тақдирланишни ўзгартириш ва ҳоказо.

Бу усуллар орқали спортчи установа (attitude), иззатталаблик даражаси, шахс кадри ва мотиви каби томонларни билиб олишга, спортчини бўлғувси спорт мусобақаларига рухий жиҳатдан тайёрлаш учун нималарга эътибор бериш кераклигини аниқлашга ёрдам беради.

А.Д. Ганюшкин ва бошқалар томонидан қилинган тадқиқотларда кучсиз стресс ҳолат (зўриқиш) спортчи фаолиятига ижобий таъсир кўрсатиши аниқланган. Бу айниқса, юқори маҳоратга эга бўлган спортчиларда кўринган. Стресснинг ортиб бориши баробарида, унинг таъсир кучи ўзгариб, салбий ҳолатларга олиб келади. Стресснинг салбий таъсири диққат, тафаккур ва хотира жараёнларида, шунингдек, ишчанлик, ҳаракатлар координациясида аниқликнинг бузилишида кўринади.

Салбий эмоционал ва рухий ҳолатнинг таъсири, шунингдек, спортчининг тажавузкорлиги, қўйилган талабларни бажаришдан бош тортиши, регрессия (орқага кетиш), апатия (лоқайдлик), ваҳима каби ҳолатларда намоён бўлади. Албатта, бу ҳолатлар спортчининг индивидуал психологик хусусиятларига кўп жиҳатдан боғлиқ бўлади. Кучли асаб тизимига эга спортчи ҳар қандай рухий зўриқиш ҳолатида ҳам яхши спорт кўрсаткичига эга бўлади. Аксинча, кучсиз нерв тизимидаги спортчи ҳатто ўқув машқларда кўрсатган натижасини такрорлатолмаслиги мумкин.

Рухий зўриқиш шароитида бўлган спортчини оптимал (мақбул) ҳолатга келтиришнинг бир неча усуллари ишлаб чиқилган. Булар:

1. Аутоген машқлар (И.Шульц).
2. Рухий бошқариш машқлари (И.Гиссен ва А.В. Алексеев). (Турли вазиятларни тасаввур этиб).
3. Жисмоний машқлар (В.А. Ларищук).
4. Нафасни бошқариш машқлари (Г.С. Беляев).
5. Муносабатларни бошқариш (А.С.Морозов, Ю.А. Коломейцев).
6. “Иродавий гимнастика” (А.А. Микулин).
7. Уйқуни бошқараолишлик (Р.С. Деметр).

Катта мусобақалар олдидан айрим спортчилар бир неча кун яхши ухлай олмаслиги мумкин. Бу эса унинг спорт натижаларига салбий таъсир этади.

8. Фармоколотик усуллар (В.Н. Мясичев ва бошқалар).

Спорт фаолияти натижаларига эмоционал тангликнинг таъсирини ўрганаётганда шахсга бевосита мусобақа жараёнидаги рақобатнинг ва команда ўйинчиларида группадаги муносабатларнинг таъсири ҳам унутмаслик керак.

Спорт командаси ижтимоий гуруҳ сифатида спортчи учун фаолият мухити, майдони ҳисобланади. Бу эса группани характерловчи – уюшганлик, ўзаро ишонч, ҳамкорлик каби муносабатларни ўрганишни тақозо қилади. Чунки булар группа фаолияти кўрсаткичларига таъсир этади. Айниқса, бу - фаолият натижаси группа аъзоларининг ҳар бири кўрсатадиган натижаларга боғлиқ бўлган спорт турларида муҳим аҳамият касб этади. Масалан, шахмат, теннис бўйича командалар биринчилиги ўтказилганда командадаги ўзаро муносабатлар етакчи омил бўлади. Энг кучли ўйинчилардан тузилган, лекин ўзаро муносабатлар яхши бўлмаган командаларни, ўртача кучга эга бўлган, лекин уюшган команда енгизиши мумкин.

АТА-АНАЛАР - СУИЦИДАЛ ҲЭРЕКЕТЛЕРДИ САПЛАСТЫРЫЎ ФАКТОРЫ СЫПАТЫНДА

Абдразақова Гулзар

Нөкис қаласы, 38 санлы улыўма билим бериў мектебиниң психологы,

Аметова Мухаддас,

Нөкис қаласы, 38 санлы улыўма билим бериў мектебиниң психологы

Шаңарақ инсан тәрбиясы ҳәм оның қәлиплесиўинде айрықша социаллық - психологиялық әҳмийетке ийе болған жәмийеттиң буўыны. Суицидал қәўипке шаңарақта ананың жумыс ислеўи ямаса ислемеўи, ана ислеиди, әкеси болса ҳәзир «ўақтынша» ислемеиди [1].

Перзентлер өз жанларына қастыянлық етиўлериниң алдын алыўда ата-аналар олардың психологиялық өзгешеликлеринен хабардар болыўлары керек. Бир бирине исенимли, жақсы мүнәсибет орнатыў, балалары менен жақсы байланыс орнатыў. Баланың раўажланыўы процессинде, балалар ата-аналары менен өз-ара исеним байланысын орнатқан болыўы, шаңарақ олар ушын ең қәўипсиз, тыныш ҳәм исенимли орын болып есапланады. Олардың жақсы мүнәсибетлери өспиримлик дәўирине кирип барғанына шекем даўам етеди. Соң, олардың раўажланыўларында кескин физикалық ҳәм ақыллы өзгерислер пайда бола баслайды. Ақыбетинде шаңарақта, теңлеслери арасында дүнья қараслар түрли болғанлығы себепли келиспеўшиликлер келип шыға баслайды. Нәтийжеде бала жеңиўи қыйын болған үлкен басым астында қалады. Бирақ, бул халатта жағдайды дурыс баҳалаўды билсе, ол қыйыншылықларсыз үлкен өмирге қәдем қояды.

Көпшиликтиң пикирине қарсы өспиримлер ата-аналары биз ойлағаннан да жақынырақ болыўларына мütәж болады, тек ғана бул нәрсени ашық-айдын

айтыўга батына алмайды. Шынында, ата-аналар менен мүнәсибетлер өзгерген болыўы мумкин, бирақ ол толық үзилмеген. Жасы үлкенлер өз перзентлери менен теңдей өзгеріўлери керек. Сонда олар менен жақсы мүнәсибет сақланып қалады, балалар оларды хүрмет етеди хәм олардың пикирлери әхмийетли екенлигин аңлап жетеди. Балалар түскинлик хәм стресс ҳалатына түсип қалғанда әйне ата-аналары оларға мәсләхәт берип, кеўлин алыўын қәлейди. Жаслар хәм ата-аналар арасында орнатылған өз-ара жақсы мүнәсибетлер аўыр жағдай хәм түскинликке түскен өспиримлерге жақсы қорғаныў болып хызмет етеди.

*Ата-аналар хәм перзентлериниң өз ара мүнәсибетлерин жақсылаў
жоллары*

Шаңарақта физикалық хәм руўхый ҳалаттың қәуипсизлиги хәм турақлылығын тәмийинлеў. Бул ҳаққында барлық шаңарақта усындай-ғо деп айтыўымыз мумкин, тилекке қарсы тәрбиялаўда гейде шегарадан шығып кетемиз. Перзентлеримиз үлкейип қалғанына қарамастан оның орнына қарарлар қабыл етемиз, хәр бир қәдемин қатаң қадағалаймыз, пикирин есапқа алмаймыз.

Балаларға көбирек ўақыт ажыратыў. Өз-ара мүнәсибетлер арқалы тәсир көрсетиў хәм перзентке көбирек ўақыт ажыратыў керек. Биз болса не қыламыз? Әдетке айланған гәпимиз: «Анаң менен екеўимиз ешектей ислеп, сизлерди келеге келтирип атырмыз», «Жақсы оқып, кейин институтларға кирип кетиң», «Келешекте бизлерди бағасыз, бар үмитимиз сизлерден», «Сизлер жүзимизди жерге қаратпаңлар», «Ел-журт алдында масқара боламыз» ҳ.т.б. Мумкин жумыстың изинен қуўып, оларға ўақыт ажырата алмай атырған шығарсыз? Орташа есаплап көрилгенде ата-ана баласы менен тәрбиялық жумысларды алып барыў, оның жумысларынан хабардар болыў ушын күнине кеминде 20 минут ўақыт ажыратыў керек. Бирақ, бизиң ажыратқан ўақтымыз көбирек дәстурхан әтирапында, аўқатланыў ўақтындағы гәплер менен шегараланып қалмаған ба екен?

Балаларға дыққат-итибарлы болыў. Өспиримлер ата-аналары оларды тыңламастан, көбирек нәсият беретугынлығын айтады. Баланың сораўына үстиртин жуўап берместен, оның қәлбинде нелер бар екенлиги ҳаққында билип алыўға хәрекет етиў керек. Психологлар буны жақсы биледи, себеби, сөзи басқа иси басқа болмаўы керек. Ким биледи, хәзир сиз бенен күлип сөйлесип турып, иштей менен аўқатланып атырған балаңыз түскинлик жағдайында да болыўы мумкин.

Қоллап-қуўатлаў. Балаңызға хәр дайым, «не болды?», «не қылып атырсаң?», «неге ондай?», «неге бундай?» дей берсеңиз бул көбирек сораўға уқсап қалады. Балалар ата-аналары оларды тыңлаўға хәм дурыс қарар қабыл етиўге таяр болғанында ғана өз машқалалары менен ортақласатуғынлығын умытпаў керек. Айтылған жаңалықтан күйгелекленип тутқанағы тутса, бала ишиндегини анық айтады ма? Жасы үлкенлер перзентлериниң өз пикирин билдире алыўы хәм қарар қабыл ете алатугынлығын хүрмет етиўи керек.

Сезимлерди қоллап-қуўатлаў. Көпшилик өспиримлер өз сезимлерин сыр тутыўға урынады яки жылаўлай алмастан «партлап» кетеди. Ата-аналар бул жағдайда «жүреги тар», «ынжық» деп баҳа береди. Негизинде олардан табыслары,

куўанышлари, бахытлы жағдайлары, ҳаўлығыўлары ҳаққында сораўлары керек. Соннан кейин ғана олар сизге өзлерин қыйнап атырған тәшўишлерин де айтып бере алады.

Өз ўақтында стресс ҳалатларының алдын алыў. Күшли ҳаўлығыў сезими әдетте инсанда қандай да бир әҳмийетли ўақыядан алдын ямаса кейин пайда болады. Мысалы, әҳмийетли имтихан тапсырыўда, ата-анасы ажырасып атырғанда, оқыўдан қуўылғанда, сүйиклиси таслап кеткенде ҳәм басқа да соған уқсас ҳалатларда пайда болады. Бундай жағдайларда жақынлары баланы түсиниўге ҳәрекет етиўи керек. Өз ўақтында оған сүйениш болып, жәрдем қолын созыў оның терең түскинлик жағдайынан ҳәм өз жанына қастыянлық етиўден асырап қалыўи мүмкин. Өспиримлер бундай кеўилсизликлерди көбирек жеке қайғы сыпатында қабыл етеди ҳәм кеширмелерин әшқар етпейди. Бундай пайытта ата-аналары оларды түсиниўин жүдә кәлейди. Бир-бирин түсиниў ҳәм исеним менен алып барылған сәўбет балаға бир қанша сүйениш болады.

Мектепте қызыма англис тили оқытыўшысы бирден «3» баҳасын қойыпты. Себеби – сөйлеўи онша жақсы емес екен. «Неге» 4 жылдан берли өзи «5» қоятуғын еди? дейтуғын адам жоқ (тийқарғы себебин мен билемен – ол муғаллим айтқан қолланбаны сатып алыўдан бас тартқан). Жумыстан келсем, үйде «уўайым», «қызыңыз» «3» баҳасын алыпты. (9 жыл оқып, улыўма «3» баҳасын алмаған, сондай-ақ 2 жылдан бери англис тилинен репетиторға барады). Ҳа – ҳа – ҳалап күлип жибердим. Түскинликке түсип қалған қызыма енди үлкен болып қалғанын, турмыста бундай әдалатсызлық болып туратуғынлығын жақсы аңлап алыўи кереклигин, адам буган ҳәр дайым таяр турып, нормал түрде қабыл етиўи кереклигин жатығы менен түсиндирип қойдым. «Қызым, сен англис тилин «5» баҳасына билетуғыныңды мен, анаң, репетиторың ҳәм өзиң билсең болды, дедим. Тамам – ўәссалам!. Бир конфликтли мәселе шешилди. (интернет форумнан алынған ўақыя).

Әдебият

1. Игумнов С.А. Психотерапия детей и подростков. - Ростов н/Д: Феникс, Минск: МЕТ, 2005. - 288 с

ӨСПИРИМДЕГИ ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ КРИЗИС МАШҚАЛАЛАРЫ

*Турданова Дилназ Жолдасбаевна
әмелиятшы психолог, Шоманай районы
Есбергенова Зухра Турдымуратовна
әмелиятшы психолог, Қанлыкөл районы*

Ҳәзирги дәўиримизде мәмлекетимизде жаслар тәрбиясына үлкен итибар берип, олардың ҳәр тәрәплеме жетик ҳәм раўажланған шахс болып жетилисиўине үлкен имканиятлар есигин ашып берди. Әсиресе, жаслар тәрбиясында миллий ҳәм улыўма инсанийлық қәдириятлардың бир-бирине сай болыўи ҳәм улыўмалығы

айрықша орын туттады. Бүгинги күнде педагог-психологлардың мағлыўматлар ағымы үзликсиз коммуникациялық тармақлардан узатылып атырған бир дәўирде қәўипсизликти тәмийинлеў, қорқыўлар, унамсыз ақыбетлердиң алдын алыўды жуўапкерли ўазыйпамыз деп билемиз. Сол себепли, оқыўшы жасларымыздың жедел мийнет етиўи ушын ең дәслепп руўхый саламатлығын сақлаў хәм беккемлеў, яғный руўхый – психикалық кеселликлердиң алдын алыўдың мазмун менен мәнисин түсинип барыўымыз тийис.

Жасларымыз еркин пикирлейтуғын, хәр қандай унамсыз идеялардан, сана, ой-пикирлердиң ғәрезлилигинен азат, шаңарақта, этирапта болып атырған ўақыя хәдийселерди дурыс баҳалайтуғын хәм оларға өз мүнәсибетлерин, өзиниң еркин пикирлерин билдире алатуғын, шаңарақ ағзалары, классластары, досларына тәсир ете алатуғын, интеллектуал күшке ийе, талапшаң, билимли, мәрт хәм әдепли болыўи нәзерде тутылады.

Хәқыйқаттан да, жасларға педагогика хәм психологияның заманагөй усылларын қолланып, жетик билимлерди бериўге, үзликсиз билимлендириў системасының барлық басқышларында шахсты тәрбиялаўды халық аралық талаплар дәрежесинде жолға қойыў әҳмийетли ўазыйпа сыпатында орын ийелейди. Белгиленген ўазыйпаларды әмелге асырыўдың өзине тән машақатлы хәм қурамалы тәрәплери бар. Хәзирги ўақытта социал-экономикалық, мәдений, әсиресе, сиясий тараўларда көзге тасланып атырған кескин өзгерислер хәм экономикалық тараўдағы турақсызлығы инсанлардың көз-қарасы, минез-қулқы, турмыс-тәризиди хәм олардың кәсиплик жумысына да унамсыз тәсир етип атырғанлығын айтып өтиў керек. Жаслар ортасында жәмәетте өзине керексиз инсан сыпатында қарап, өз жанына қастыянлық етиўлер бойынша хәзирги ўақытта жетерли дәрежеде илимий тийкарларға сүйенген жағдайда илимий изертлеў жумысларын орынларда үйрениўди талап етпекте. Әсиресе, жаслар арасында өз жанына қастыянлық етиў машқалалары хәр бир ата-ана хәм педагог-психологлар ушын күтилмеген трагедиялық хәдийселер болып қалмақта. Жаслар ортасындағы бундай психологиялық кризис киши мектеп жасында, өспиримлик жас дәўирлериндеги өтиў дәўири менен байланыстырып түсиндириўге хәрекет қылады. Сондай болса да, өспиримлерде девиант минез көринислериниң пайда болыўына алып келеди хәм оларды төмендеги психикалық жағдайлар менен тәрийшлеў мүмкин [1]:

- «Мен» образындағы карама-қарсы позициясы өспирим шахс тәрәпинен өзине исеним сезиминиң жоғалтылыўында көринеди;
- «Өзин басқарыў» сезими еле қәлиплесип үлгермегенлиги нәтийжесинде өмирдиң мазмун хәм мақсетин жоғалтыў сезими қәлиплеседи;
- Психологиялық кризис жағдайында ишки жеке конфликтлер узақ даўам етиўи депрессияны қәлиплестиреди;
- Өспирим шахстың тәрбиясы қыйын болып қалыўы, шаңарақтағы саламат болмаған орталықтың тәсири узақ даўам еткенлиги менен байланыслы хәм т.б.

Өспиримдеги психологиялық кризис жеке көз-қараслардың өзгерийлерине алып келеди. «Мен» системасының бузылыўында оқыўшы шахс өзин-өзи аңлаўы, өз-өзине баҳа бериўи, нигилизм, шарасызлық, этикалық теңсалмақлықты

жоғалтыў көзге тасланады. Бул өзгерислер өзи ушын өмир шөраяты тэризинде енди жасаў имканияты жоқлығы, өзин жоғалтып қойыў, қэлиплесип баратырған девиант минез көринислери өспиримниң өзине тән компенсаторлық механизмлери сыпатында пайда болады. Бул жағдай өспиримниң ишки кеширмелериниң характерине байланыслы болып, конструктив болмаған кеширмелер тэсиринде қэлиплескен өспиримниң «мени» бир тэрэптен компенсатор – қорғаныў механизми сыпатында кризисли жағдайдан шығып кетиў ўазыйпасын өтесе, екинши тэрэптен өспиримниң социаллық ийкемлесиўине тосқынлық етеди. Бул өз гезегинде оқыўшы шахстың алдында турған ўазыйпаларын шешиўге тосқынлық етеди, өспиримде өзин, пайда болған жағдайды жақсы тэрэпке өзгертиўи мүмкин емеслиги ҳаққында турақлы пикир пайда етеди. Бул өз гезегинде «Өзин жоғалтыў», «Өзин жек көриў сезиминде болыў» жеке ишки конфликтлерди шешиў жолларын излеў басланады, жаңа «Мен»иниң қэлиплесиўи ушын тийкар жаратса, яғный басы берик жолға кирип қалғандай сезип, өз жанына қастыянлық етиўге жол қояды.

Ҳақыйқаттан да, кейинги ўақытларда халықтың көпшилиқ қатламларын өзин кемириўши ис-хэрекетлер күшиниң көбейип кетиўиниң де гўўасы боламыз. Бул бағдар бойынша улыўма статистикалық мағлыўматларға итибарымызды қаратамыз. Дүнья жүзлик денсаўлықты сақлаў шөлкеминиң атап өтиўинше, соңғы 45 жыл ишинде өз жанына қастыянлық етиў 60%ке өскенлиги мәлим. Суицид ҳалатларының тарқалыўы бойынша раўажланған мәмлекетлер, яғный биринши орында Шығыс Европа, Қубла Корея, Япония мәмлекетлери жетекшилиқ етеди [2].

Бул әҳмийетли мәселелер бойынша 2013-жылдың изертлеў жуўмақлары бойынша Қарақалпақстан Республикасында өз жанына қастыянлық етиўдиң жоқары көрсеткиши анықланды (100 мың адамнан 25,5 адамда). Булардан өспиримлер ортасында суицид тийкарғы орынды ийелейди (10,2%). Суицидиал хэрекетке урынған өспиримлерден 84,4%ти қызларды қурайды. Кейинги ўақытта мектеп жасындағы оқыўшыларда бул көрсеткишлер пәсеймей атыр. 2013-жылдағы жүз берген унамсыз ҳэдийселер 12-15 жастағылар арасында 12 оқыўшы шахста суицидиал ҳалат болып, биреўи өлим менен жуўмақланды.

Сол себепли билимлендириў мекемелеринде социаллық-психологиялық орталықты, психологиялық қэўипсизлик системасын жаратыў әҳмийетли. Билимлендириў мекемеси тийкарғы профилактика системасына айланыўы шэрт, яғный бир ўақыттың өзинде оқыўшы шахсының машқалаларын шешиўге жәрдем бериўи керек. Күшли таярлыққа ийе оқытыўшы, әсиресе мектеп психологы, баланың минез-қулқының бузылыўларының алдын алыўда тийкарғы ролға ийе болыўы мүмкин.

Республикамызда балалар суициди бойынша алып барылған педагогикалық изертлеўлердиң көрсетиўинше, педагоглар, ата-аналар хэм басқа қэнигелер суицидиал минез-қулқылардың түрлери ҳаққында жетерли мағлыўматқа ийе емес. Өз ўақтында көрсетилген психологиялық жәрдем, өспиримлерди турмыстың хэр қандай жағдайларына таярлаў бундай унамсыз ҳалатлардың алдын алған болар еди.

Билимлендириш системасидаги суицид машқаласиның алдын алыўдың шешими кадрлар мәселесине байланыслы, биринши гезекте мектеп психологы, оқытыўшы хэм тәрбияшыны таярлаў керек. Педагогика, психология, медицинаға тийисли қосымша таярлықлар суицидиал хәрекетке ийе оқыўшының машқаласиның алдын алыў хэм оны коррекциялаўды шеберлик пенен шешиўге жәрдем береди.

Пайдаланған әдебиятлар.

1. Асадов Ю., Р. Мусурманов «Ўсмирлар девиант хатти – харакатининг ижтимоий – психологик хусусиятлари. Тошкент – 2011. 16-23 б.
2. Аптер А. Самоубийства и суицидальные попытки у молодежи. В кн.: Напрасная смерть: причины и профилактика самоубийств. М.: Смысл, 2005: с. 192-208

SUITSID HOLATIGA TUSHGAN BOLALARGA PSIXOLOGIK YORDAM

*Yodgorova Kamolat Xayrullayevna
Shahrisabz tumani 41-maktab psixologi*

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`riqlarni 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 sohalaridagina 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 namunalarini 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. Haddan tashqari agressiv bolalar o'z tengdoshlari orasidan siqib chiqariladilar. Bunday bolalar o'zlarini ho'rlangandek his qilib, o'zlari kabi agressiv bolalar guruhidan joy topadilar. Bu esa muammoning ustiga yana muammo tug'dirmasdan qolmaydi.

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

“Niqobni uzat” mashqi

Maqsad: o`smirlarni tetiklashtirish va ularni guruh bo`lib ishlash uchun tayyorlash, ishtirokchilarning o`zlariga ma`qul bo`lmagan kayfiyatdan qutulishlari va to`liq ishga jalb bo`lishlari hamda mashqning guruhda ko`tarinki kayfiyatni uyg`otishiga erishish.

Ko`rsatma: nima qilayotganimni ko`rish uchun menga qaranglar. Men yuzimda biror bir emotsiyani aks ettirishga harakat qilyapman. Mana, masalan, (bunda trener biror qandaydir emotsiyani aks ettirib zudlik bilan guruhning barcha a`zolari ko`rishi uchun aylanadi). Keyin esa men o`zimning chap tomondagi qo`shninga o`girilaman va u mening yuz ifodamni yaxshilab ko`rib olishi kerak. So`ngra u mening yuz ifodamdagi holatni hech qanday o`zgarishsiz o`zi aks ettirishi lozim. U buning uddasidan chiqishi bilan bir marta aylanib so`ng yangi yuz ifodasi bilan chap tomoniga qarashi zarur. Shunday qilib barcha navbati bilan shu holatni takrorlab boradi.

“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 yozganingizda 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.
8. R.Y.Toshtemirov, E.G'.G'oziyev Psixodiagnostika va amaliy psixologiya. Toshkent 2004.

YOSHLARNING IJTIMOYIY- PSIXOLOGIK MUAMMOLARI, SABAB VA YECHIMLARI

*Yorboboyeva Iroda Baxriddinovna
Surxondaryo viloyati Sho'rchi tumani 18-maktab psixologi*

Insonni dunyoga kelishi, faqat tug'ilishdan iborat tabiiy-biologik hodisa emas, balki tug'ilgandan keyin o'z zamonasining taraqqiyoti darajasiga ko'tarilishi, mavjud ijtimoiy-tarixiy tajribani egallashi, jamiyatda o'z o'rnini belgilab olishi, tarixiy jarayonning faol ishtirokchisiga aylanishi, o'z e'tiqodiga, o'zligiga, hayotda o'z o'rniga, mavqeyiga ega bo'lishi va buning uchun faol ta'lim tarbiya olish kerak bo'ladi. Bu jarayonda katta avlod o'zining yashash, kurash va mehnat tajribasini bilim va malakalarini kichik avlodga beradi. Bu esa tarbiya deb ataladigan insonning shakllanishida, rivojlanishida muhim o'rin tutadigan ijtimoiy hodisa orqali amalga oshiriladi. Milliy istiqloq sharofati tufayli barkamol avlod ta'lim-tarbiyasiga e'tibor kuchaydi. Zero, yurtboshimiz ta'kidlaganlaridek: "Farovon hayot –mukammal tarbiyadan boshlanadi". "Ma'lumki, yosh avlod tarbiyasi hamma zamonlarda ham muhim va dolzarb ahamiyatga ega bo'lib kelgan. Ammo biz yashayotgan XXI asrda bu masala haqiqatdan ham hayot-mamot masalasiga aylanib bormoqda", deydi prezidentimiz SHavkat Mirziyoyev. Hozirgi kunda mamlakatimiz aholisining 30 foizi 14 dan 30 yoshgacha bo'lgan yoshlardir. Ularning ta'lim olishi, kasb- hunar egallashi uchun zamonaviy sharoit va imkoniyatlar yaratilgan. Shu bilan birga yoshlarning bo'sh vaqtini mazmunli o'tkazishni tashkil etish dolzarb masala hisoblanadi. Yoshlar qanchalik ma'anaviy barkamol bo'lsa, turli yot illatlarga qarshi immuniteti ham shuncha kuchli bo'ladi. Ma'lumki, davlatimiz rahbari ijtimoiy, ma'naviy-ma'rifiy sohalardagi ishlarni yangi tizim asosida yo'lga qo'yish bo'yicha 5 ta muhim tashabbusni ilgari surgan edi. Ushbu tashabbuslarning barchasida uyushmagan yoshlarni birgalikda harakat qilishlariga undash, yoshlarning vaqtini mazmunli tashkil etish, yoshlar orasidan iqtidorli, iste'dodli bilimga chanqoq yoshlarni saralab olish hamda o'z iqtodirini

namoyish qilishga imkoniyati yo'q yoshlarni izlab topish va ularga qo'shimcha imkoniyatlar yaratish, ularni to'g'ri yo'lga yo'naltira olish asosiy maqsadlardan biri sifatida qo'yilgan.

Albatta, har bir inson dunyoga kelar ekan, u avvalo, oila davrasida, jamiyatda shaxs sifatida kamol topib boradi. Ana shu davrda u ijtimoiylashib boradi. Unga tashqi muhit o'z ta'sirini o'tkazmay qo'ymaydi. Natijada, ana shu shaxsda psixologik niqob paydo bo'ladi. Shaxs ijtimoiylashuv jarayoniga qancha kirib borsa, unda shuncha muammolar paydo bo'la boshlaydi. Hozirgi kunda biz yoshlarga berilayotgan imkoniyatlarning chek-chegarasi yo'q. ya'ni vatanimizda yashab kelayotgan har qanday o'g'il qiz u kim bo'lishidan qat'iy nazar hayotining ajralmas qismi shu jamiyat shu vatanda o'tadi. Shunday ekan biz yoshlar doim harakatda o'qish va izlanishda bo'lmog'imiz zarur. Ushbu imkoniyatlardan qanday foydalanish bu har bir insonning o'ziga bog'liq. Shu bilan bir qatorda biz yoshlarning ijtimoiy hamda psixologik muammolarimiz ham yo'q emas. Ana shunday muammolar qatoriga hozirgi kunda ko'pgina davlatlarda bo'lgani kabi bizning yurtida ham uchraydigan ishsizlik muammosini misol qilib keltirishimiz mumkin. Shu o'rinda statistikaga murojaat etsak. 2019-yilda ishsizlik darajasi iqtisodiy faol aholiga nisbatan 9 foizni tashkil etgan, bu esa 2018-yilga nisbatan 0,3 foizga pasayganligini ko'rsatadi. Bu haqda Bandlik va mehnat munosabatlari vazirligi xabar beradi. Ishlash istagida bo'lganlarning umumiy soni 1335,3 mingni tashkil etadi, 15 foizi 16-30 yoshdagilar, 12,8 foizi ayollar ulushiga to'g'ri keladi. 2019-yilda mehnat resurslari soni 19007,8 ming kishiga yetdi, bu 2018-yilga nisbatan 100,9 foizni tashkil etadi. Iqtisodiyot tarmoqlarida band bo'lganlar soni 13541,1 ming kishini tashkil qildi. 2019-yilda ilk bor rasmiy sektorda band aholi soni 2018-yilga nisbatan 3,7 foizga ko'payib, 5712,1 kishini tashkil qildi. O'rganishlar natijasi shuni ko'rsatadiki, mamlakatimizdan tashqariga ishga ketganlar soni 2460,2 ming kishini tashkil etgan, bu esa 2018-yilning mos davriga nisbatan 103,2 foizga teng.

Yoki ana shunday muammolar qatoriga yana misol keltirishimiz mumkinki, hozirgi kunda yurtdoshlarimizning ayrimlari turli xil insonlarning aldovlariga aldanib, xorij mamlakatlariga chiqib ketish holatlari kuzatilmoqda. Bunday holatning ayanchli tomoni esa aldanganlarning ko'pgina qismini o'smir yigit va qizlar ya'ni yoshlar tashkil qilmoqda. Ular odam savdosi qurboniga aylanib qolishmoqda. BMT ma'lumotlariga ko'ra, dunyoda bugungi kunda 20 milliondan ortiq odam savdosi qurbonlari mavjud. Noqonuniy faoliyatning mazkur turi butun dunyo miqyosida eng daromadli biznesga aylangan. Xalqaro ekspertlarning fikriga ko'ra, "tirik odamlar"ning yillik daromadi qariyb 150 milliard dollorni tashkil etadi. Xalqaro ekspertlarning ma'lumot berishicha, har yili dunyo miqyosida 2 million 700 ming kishi odam savdosi qurboniga aylanadi. Dunyo miqyosida har yili 600 mingdan 800 ming nafargacha ayollar va bolalar aldov yo'li bilan chet ellerga olib ketilib sotiladi. Ayniqsa, odam savdosidan jabrlanganlarning 80 foizini ayollar va yosh bolalar tashkil etayotgani ayanchli holatdir.

Zero yurtboshimiz ta'kidlaganlaridek: "Diniy ekstremizm, terrorizm, giyohvandlik, odam savdosi, noqonuniy migratsiya, "ommaviy madaniyat" kabi xavf-xatarlar kuchayib, odamzod asrlar davomida amal qilib kelgan e'tiqodlar, oilaviy qadriyatlarga putur yetkazmoqda". Biz erkin demokratik jamiyatda yashar ekanmiz, har

birimiz mustaqil fikrga ega bo'lishimiz yoki o'zimiz mustaqil hayot yo'limizni tanlashimiz kerak. Lekin nima uchun yoshlar hozirgi kunda mustaqil fikrlay olib ham, mana shunday oqimlar girdobiga tushib qolishmoqda? Buning asl mohiyati nimada? Bu savolga men psixolog sifatida shunday javob bergan bo'lar edim, ya'ni biz, axborot oqimi ichida yashayapmiz. Biz o'zimizga kerakli ma'lumotlardan tashqari bizga keraksiz ma'lumotlar bizni vaqtimizni o'g'irlab, ongimizga yot g'oyalarni singishiga olib kelmoqda. Ya'ni axborot juda ko'p, uning oqimi esa kuchli. Biz esa o'zimizga keraksiz axborotlar uchun vaqtimizni sarflab, o'zimizga kerakli axborotlar uchun esa vaqt topa olmasligimiz ya'ni, vaqtni to'g'ri boshqara olmasligimiz bizning eng katta muammoyimiz hisoblanadi.

Yana ana shunday muammolar qatoriga, biz yoshlarning televizor ekranlarida namoyish etilayotgan film qahramonlari yoki turli qo'shiqlardagi insonlarga taqlid qilish kabilarni kiritishimiz mumkin. Ya'ni taqlidchanlikning kuchayishi. Aytishimiz mumkinki, taqlidchanlik ham qaysidir ma'noda ijobiy ahamiyatga ega. Bu holatni maktabda o'qiyotgan o'quvchilar o'rtasida kuzatish mumkin. Misol uchun, sinfda o'zlashtirishi past darajada bo'lgan o'quvchilarning bilimdon, a'lochi o'quvchilarga taqlid qilish jarayoni kuzatiladi. Bu ham qaysidir ma'noda ijobiy ahamiyatga ega. Bunda ko'proq sinf jamoasida past o'zlashtiruvchi o'quvchilarda, a'lochi o'quvchilarga nisbatan "men ham yaxshi baho olishim kerak" yoki "men ham u bajargan vazifalarni bajara olaman" degan fikrlarning uyg'onishidir. Lekin, ko'p hollarda hozirgi yoshlar o'rtasida taqlidchanlikning ijobiy tomonidan ko'ra salbiy jihati kuchayib bormoqda, Bular ham oddiy ko'rinsada, lekin juda katta muammo sanaladi. Chunki, buning natijasida o'z milliy urf-odatlarimiz, milliy qiyofamiz ham yo'qolib ketmoqda.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Akramova F.A. Ijtimoiy psixologiya. T.: TDPU, 2004, 89 b
2. Abdurahmonova.R Yoshlar ijtimoiy faolligining psixologik xususiyatlari. Andijon 2014
3. B.B. Usmonov Ijtimoiy statistika Toshkent davlat iqtisodiyot universiteti. Toshkent 2014
4. Davletshin M.G. Hozirgi zamon maktabining bitiruvchisi psixologiyasi. –T.: "O'zbekiston" 1999.

BIOLOGIYA FANINI O'QITISHNING YOSH AVLOD TARBIYASIGA TA'SIRI

*Hakimova Sitora Nusratilloeyvna
Buxoro viloyati Jondor tumani 41-maktab o'qituvchisi*

XXI asrda fan va texnika intensiv ravishda rivojlanib ketdi, natijada insoniyat o'zi yashayotgan muhit bilan qarama-qarshilikka duch kela boshladi, ishlab chiqarish va transport chiqindilari, o'rmonlarning kamayishi, azon qavatida teshiklar hosil bo'lishi

natijasida muhit insoniyat sog'lig'iga va hayotiga jiddiy xavf sola boshladi. Jumladan, Covid-19 virusining butun dunyoga tarqalishi, biologik qurollar yadro qurolidan ham xavfli ekanligini ko'rsatmoqda.

Biologiya fanining yutuqlari ishonchli tarzda insoniyat yangi asrga – biologiya asriga kirib borganligidan dalolat bermoqda. Biologiya fanining yutuqlari ko'p jihatidan tabiiy fanlar fizika, ximiya, matematika, astronomiya sohasida erishilgan yutuqlardan foydalanishi natijasida yuz bermoqda. Bu fanlarning yutuqlari va metodlari asosida yangi-yangi sohalar elektron mikroskopiya, spektroskopiya, rentgenostruktura tahlili, hujayraning molekulyar va submolekulyar darajada o'rganish imkonini beradi. Bioximiya va biofizika metodlari asosida tajribalar o'tkazish natijasida moddalar almashinuvi, ayniqsa, oqsil biosintezining mexanizmi ochib berildi, fotosintez sirlari ochildi. Irsiyatning moddiy asosi DNK va RNK strukturasi, funktsiyasi ayon bo'ladi, aminokislotalarning genetik kodi ochib berildi.

Olimlarning diqqat e'tibori hayot hodisalarining mohiyatini aniqlashga, moddalar almashinuvi, irsiyat va o'zgaruvchanlikni boshqarishning turli usullarini ishlab chiqarishga qaratilgan.

Hozirgi vaqtda tirik organizmlarni tuzilishi va unda boradigan jarayonlarga asoslangan texnika fani – kibernetika asosida tabiiyot fanlarida yangi yo'nalish – Biologiya vujudga keldi, bu biologiyani fizika va texnika bilan bog'laydigan fandir. Bionika organizmlarning morfologik va funktsional moslanishlarini muxandislik masalalarini yechish doirasida aniqlaydi va tahlil qildi. Masalan, sezgi organlari juda kichik bo'lgan hashoratlar, tez va ko'p xarakatlanib energiyani kam sarflashi, tez ta'sirlanishi, tanlovchanligi va o'z-o'zini boshqara olishi kabilar olimlar fikrini jalb etadi va texnikaga qo'llash usullari haqidagi fikrlarni tug'diradi. Hozirgi vaqtda juda ko'p qurilmalar hayvonot va o'simlik olamining tuzilishiga asoslangan holda ishlab chiqilgan.

Hayotiy jarayonlarni boshqarishda fiziologik faol moddalarni roli nihoyatda ortib bormoqda. Shuning uchun biologlar biologik faol moddalar gormonlar, vitaminlar, antibiotiklar, oqsillar hosil qiladigan mikroorganizm shtammlarini yaratib gen va hujayra muxandisligi usullarini qo'llab insoniyat uchun zarur bo'lgan moddalarni sintez qilib olmoqda. Bunga misol qilib hozirgi vaqtda ichak tayoqchasi bakteriyasi genotipiga insulin sintezini boshqaruvchi gen kiritish orqali insulinni sintez qilish yo'lga qo'yilgan. Bu jarayonlar biotexnologiyada keng qo'llanilmoqda. Hozirgi vaqtda insoniyat, zamonaviy genetika va biotexnologiya yutuqlariga tayanib, xossalari oldindan ma'lum bo'lgan mikroorganizmlarni shtammlarini yarata oladigan bo'ladi. Mikroorganizmlardan va hayvonlar uchun zarur bo'lgan vitaminlar, antibiotiklar va boshqa gormonlari ishlab chiqaradilar. Bu biopreparatlarni sanoat usulida ishlab chiqish yo'lga qo'yilib, hayvonlar ozuqasiga qo'shib berilmoqda.

Mikroorganizmlar yordamida hayvonlar mahsuldorligini oshirish, o'simliklarni o'sish va rivojlanishini tezlashtirish, hosilni hamda o'simliklarni kasalliklarga chidamligini oshirish usullari yo'lga qo'yilgan. Gen injeneriyasi usullari qo'llanib ko'rsak qurtiga chidamli g'o'za va kolarado qo'ng'iziga chidamli kartoshka navi yetishtirilgan. Biologiya fanining yangi sohasi-kosmik biologiya hozirgi vaqtda vujudga kelgan. Undan koinotdagi hayotning shakllari, tarqalishi va uning xususiyatlari qanday,

o'zga sayyoralarda hayot nishonalari bor yoki yo'qligi haqidagi olamshumul savollarga javob kutilmoqda. Biologiya fani erishgan yutuqlarini ishlab chiqarishga joriy qilingan sari odamlar uchun biologik ta'lim professional tayyorgarlik elementi bo'lib qoladi. Umumiy texnika taraqqiyoti bilan birga ularning ixtisoslariga bo'lgan talablari ham oshmoqda. Ular agronomiya va zootexnika bilimlarini egallash g'oyat zarurligini sezmoqdalar va egallamoqdalar. Shundan ko'rinib turibdiki, o'rta maktabda biologiya ta'limi politexnik xarakterga ega bo'lmog'i va u yosh avlodning ijtimoiy foydali hamda unumli mehnatdagi ishtiroki bilan bog'lanishi lozim. Bu aloqa fermer xo'jaliklarida, ko'kalamzorlashtirishda, yangi foydali qazilmalarni, o'simliklarni qidirib topishda, dorivor o'simliklar to'plashda va boshqa ijtimoiy foydali ishlarda amalga oshiriladi. Bu nazariy bilimlarni chuqurlashtirishga yordam qiladi va tabiat, qishloq xo'jaligi bilan bog'liq maktab o'quvchilariga kasb tanlashlariga imkon beradi. Biologiyani o'rganish mehnatga muhabbat va hurmatni, mehnatni insoniyatning barcha moddiy va ma'naviy boyliklarining manbai sifatida e'tirof etishni tarbiyalash uchun keng imkoniyatlar beradi.

Maktabda biologiya kursini o'rganishni to'g'ri yo'lga qo'yilganda u o'quvchi maktabni tugatgandan keyin ham mustaqil ravishda ma'lumot olish yo'li bilan bilimlarni tinmay yangilab borish ehtiyojini tug'diradi va rivojlantiradi.

Hozirgi zamon kishisi hayotining tirik tabiat to'g'risidagi ilmiy bilimlarsiz tasavvur etib bo'lmaydi, chunki uning hayoti o'simliklar va hayvonot olami bilan butkul bog'langan. Lekin o'simliklar – Yerdan organik xom ashyo va energiya olish manbaidir. Hayvonot dunyosi o'z navbatida turli xil oziq-ovqat va sanoat xom-ashyosining manbai bo'lib xizmat qiladi. Tabiiy boyliklardan mohirona foydalanish va ularni ko'paytirish xalq va davlat farovonligini yuqoriga ko'tarish uchun xizmat qiladi.

Biologik ta'lim ko'p jihatdan yosh avlodni estetik tarbiyalashga yordam beradi. Ajoyib manzara yosh ruhning rivojlanishiga shu qadar ulkan darajada tarbiyaviy ta'sir ko'rsatadiki, pedagogning ta'siri u bilan tenglasha olmaydi. Biologiyani o'rganishda estetik tarbiyaga barcha o'quv tarbiya jarayonining uzviy qismi sifatida qaraladi. Ilmiy idrok qilish estetik qabul qilish va xissiyotlarni o'z ichiga oladi.

Biologik ta'lim insonning qalbi va aqliga ijobiy ta'sir qilish uchun hamma imkoniyatlarga egadir. Tabiatni idrok qilish u bilan yaqinroq tanishayotgan kishiga juda katta huzur baxsh etadi. Tabiat vositalari bilan estetik tarbiya berish yosh avlodning umumiy estetik tarbiyasiga ko'maklashadi.

Bu tuyg'u ko'p jihatdan vatanparvarlik xislariga mos keladi. Jonajon tabiatga bo'lgan muhabbat bilan birga yosh avlodga jonajon o'lkaga, jonajon mamlakatga qo'yilgan mehr o'sadi. U bevosita bolalikda, maktab yillarida tug'iladi. Ulg'ayish va yetuklik mehru muhabbatni his etib olishga olib keladi va uni mustahkamlaydi. Biologik ta'lim butun yosh avlodni tabiatga to'g'ri munosabatda bo'lishga olib keladi: unga nisbatan ta'sirchan muhabbatni tarbiyalaydi, tabiatning chiroyini idrok etishdan tashqari uni muhofaza qilish, asrash, tabiat boyliklarini o'z qo'llari bilan yaratish va ko'paytirishga o'rgatadi. Bularning barchasiga biologik qonuniyatlarni chuqur va ongli ravishda o'zlashtirgandagina erishish mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. G'ofurov A.T., Tolipova J.O. Biologiyani o'qitishning umumiy metodikasi. T.,2005.
2. Tolipova J., A.T.Gafurov. Biologiya o'qitish metodikasi. Metodik qo'llanma. T., 2017 y.

YOSHLARNING DUNYOQARASHI VA HULQ ATVORIGA TA'SIR ETUVCHI IJTIMOIIY PSIXOLOGIK OMILLAR

Matmuratova Muazzam

Shaxsga jamiyatning ta'siri eng avvalo uning ma'naviy tasavvurlarida dunyoqarashida, xayotga bo'lgan munosabatlarida aks etadi. Shu ma'noda mafkuraviy ongning mazmuni va sog'lom e'tiqodlar xam ijtimoiy muhit va unda o'rinish qolgan mezonlar asosida shakllanadi. Mustaqil O'zbekistonda qisqa fursatlarda amalga oshirilgan jamiyat xayotidagi tub isloxlarni idrok qilishlari va ularga munosabatlar, shubhasiz, fuqarolarning yangicha qarashlarida, aniqrog'i, dunyoqarashlarida namoyon bo'ladi. Ushbu dunyoqarashlarning mazmunini tashkil etuvchi ilg'or g'oyalar yaxlit xalq manfaatlarini ifoda etgani sababli ham ular milliy mafkuraning mohiyatini tashkil etadi. Psixologik nuqtai nazardan tahlil qiladigan bo'lsak, bugun jamiyatimiz a'zolari ongida shakllanayotgan milliy istiqlol g'oyalarining genezisi, ya'ni kelib chiqib, ongga o'rinish jarayoni bir qator ijtimoiy psixologik holatlarni o'z ichiga oladi. Shuni alohida ta'kidlash lozimki, milliy g'oya yoki progressiv-ilg'or g'oya ma'lum tarixiy vaziyatlarda, ijtimoiy zaruriyatdan kelib chiqib paydo bo'ladi. Lekin uning genetik jixatdan o'zidan avval mavjud bo'lgan ilg'or, o'lmas g'oyalarga, milliy qadryatlarga tayanadi. Masalan, o'zbek xalqi tarixiga nazar tashlaydigan bo'lsak, xalq e'tiqodi va tafakkurining sayqallashuviga sabab bo'lgan o'lmas qadryatlar, xalq ma'naviyatiga taaluqli nodir meros bo'lganki, ular bugungi istiqlol davrida davlat va jamiyat qurilishi uchun ma'naviy-mafkuraviy omil rolini o'ynamoqda. Sharqning buyuk mutafakkirlari Axmad al-Farg'oniy, Mahmud az-Zamaxshariy, Abu Nasr al-Farobiy, Al Xorazmiy, Abu Rayhon Beruniy, Ibn Sino kabilarning ilmiy merosi, Amir Temurning mutaqil davlatchilikka oid qonuniyatlari va o'lmas g'oyalar asrlar osha xalq e'tiqodining yengilmasligining yorqin misolidir. Shuni alohida e'tirof etish kerakki shaxsdagi xar qanday maqsad xam yangi g'oyaga asos bo'lavermaydi. Teran maqsadga erishish uchun odamda qat'iy ishonch bo'lishi kerak, va u oxir oqibat maslakka aylanadi. Shu o'rinda yana bir psixologik xolatni yoritish lozim, bu xam bo'lsa, e'tiqodning bo'lishi yoki qat'iy ishonchning bo'lishini odamning o'zi astoydil xoxlashi kerak. Shaxsning nimalarni xoxlashi yoki nimalarga ishonishi masalasi sof psixologik muammolar sirasiga kirgani uchun xam milliy istiqlol g'oyalarini shaxs dunyoqarashi mazmuniga aylanishi jarayonida psixologik omillar katta o'rin tutadi. Bugungi kunda ma'naviyat masalasi ijtimoiy xayotimizning asosiy masalalaridan biriga aylanib qoldi.

Maktab ta'limida bola 6 yoshdan boshlab ikki tomonlama ham oilada, ham maktabda tarbiyaviy ta'sir ostida bo'ladi. Shu sababli tarbiyaviy ta'sirlarning, bir xil

yo‘nalishda bo‘lishi komil shaxsni tarbiyalashga asos bo‘ladi. Maktab va o‘qituvchining vazifasi o‘quvchilarga ta‘lim berishgina emas, balki ularning qobiliyatlarini ham o‘stirishdir. Bolalardagi qobiliyatlarning borligi haqida, avvalo ularning qanday o‘qishlariga o‘quv materialini qanday tushunishlariga, eslab qolishlariga, o‘z bilimlarini qo‘llay bilishlariga, masalalarni echishda qanchalik puxta fikr yuritishlariga, yozma va og‘zaki nutqni qanchalik egallaganliklariga qarab xukm chiqarish mumkin. Quyidagi sifatlar: ziyraklik, tez va puxta eslab qolish, topqirlik, rivojlangan hayol, ishda tashabbuskorlik, mustaqillik va uning mahsuldorligi bolalar qobiliyatlarining ba’zi bir ko‘rsatkichlari bo‘lishi mumkin. O‘smirlik bolalikdan kattalikka o‘tish davri bo‘lib, fiziologik va psixologik jihatdan o‘ziga xos xususiyatlari bilan xarakterlanadi. Bola kamolotining bu davrini ko‘pincha «qiyin», «murakkab», «muhim» davr deyiladi. Ota-onalar hamda hali tarbiyaviy ish sohasida etarli tajribaga, shuningdek o‘smirlik yoshidagi bolalarning yosh va individual xususiyatlari haqida zarur bilimlarga ega bo‘lmagan yosh pedagoglar, odatda o‘smirlarni tarbiyalash juda qiyin deb o‘ylaydilar. Lekin hozirgi kunda o‘smirlarni tarbiyalashni o‘ziga xos xususiyatlari, qonuniyatlari, imkoniyatlari, xatti harakat motivlarining ifodalanishi va vujudga kelishining murakkab mexanizmlari fanga ma‘lumdir. O‘smirlik davridagi o‘zgarishlar biologik, fiziologik hamda psixologik o‘zgarishlardir. Fiziologik o‘zgarish jinsiy etilishning boshlanishi va bu bilan bog‘liq ravishda tanadagi barcha a‘zolarining mukammal rivojlanishi va o‘sishi, xujayra va organizm tuzilmalarining qaytadan shakllana boshlashidir. Organizmdagi o‘zgarishlar bevosita o‘smir endokrin sistemasining o‘zgarishlari bilan bog‘liqdir. O‘smirlik yoshida bolalikdan kattalikka o‘tish jarayoni sodir bo‘ladi. O‘smirda psixik jarayonlar keskin o‘zgarishi bilan aqliy xususiyatida ham burilishlar sodir bo‘ladi. Bu o‘zgarishlar jarayonida qiyinchiliklar tug‘iladi. Bular avvalo ta‘lim jarayonida ro‘y beradi: yangi axborot, ma‘lumotlarni bayon qilish shakli, uslubi va uslublari o‘smirni qoniqtirmay qo‘yadi. Ko‘pgina o‘smirlarda o‘zidan qonikmaslik holati kuzatiladi. Bu esa o‘smirda o‘zi haqida salbiy fikr va qo‘rquvni yuzaga keltirishi mumkin. Ana shunga o‘xshash o‘zgarishlar ko‘pincha o‘smir ruhiyatiga o‘z ta‘sirini o‘tkazadi. U tajangroq, ba’zida huda-behudaga injiqlik qiladigan, serzarda, gap ko‘tarmas bo‘lib qoladi. O‘smirlik davrida etakchi faoliyat- bu o‘qish, muloqot hamda mehnat faoliyatidir. SHaxs ijtimoiylashuvining eng asosiy mahsuli - bu uning hayotda o‘z o‘rnini topishidir. Qiziqishlar va dunyoqarash. Qiziqishlar ham anglangan motivlardan bo‘lib, ular shaxsni atrofida ro‘y berayotgan barcha hodisalar, olamlar, ularning o‘zaro munosabatlari, yangiliklar borasida faktlar to‘plash, ularni o‘rganishga imkon beruvchi omildir. Qizikishlarning eng muhim tomoni shundaki, ular shaxs dunyoqarashi va e‘tiqodini shakllantirishga asos bo‘ladi. CHunki e‘tiqod shaxsning shunday ongli yo‘nalishiki, unga o‘z qarashlari, prinsiplari va dunyoqarashiga mos tarzda yashashga imkon beradi. Halk doimo e‘tiqodli insonlarni hurmat qiladi. E‘tiqodning predmeti turlicha bo‘lishi mumkin - Vatanga e‘tiqod, dinga, fanga, kasbga, axloqiy normalarga, oilaga, go‘zallikka va shunga o‘xshash. E‘tiqod va qiziqishlar har birimizdagi dunyoqarashni shakllantiradi. Dunyoqarash - shaxsning shaxsligini (individ emas), uning ma‘naviyatini, ijtimoiylashuvi darajasini ko‘rsatuvchi kuchli motivlardandir. Faoliyatning amalga oshishi va shaxs xulqatvorini tushuntirish uchun psixologiyada «motiv» va «motivatsiya» tushunchalari ishlatiladi. «Motivatsiya» tushunchasi «motiv»

tushunchasidan kengroq ma'no va mazmunga ega. Motivatsiya - inson xulq-atvori, uning bog'lanishi, yo'nalishi va faolligini tushuntirib beruvchi psixologik sabablar majmuini bildiradi.

O'z zamonasining buyuk eksperimentatori A.F.Lazurskiy psixik jarayonlar va shaxs xususiyatlarini tadqiq etayotganida motivlar masalasiga qiziqish bilan yondashadi. Buning uchun muallif o'z izlanishlarida "mayllar va xohishlar kuchi hamda zaifligi", "motivlar kurashiga moyilligi", "motivlar muhokamasiga ortilganligi", "xohishning qadriyatga ega ekanligi, aniq xususiyatliligi" singari kontekstlar orqali o'rganishga intiladi. V.N.Myasishev fikricha, motiv harakat ob'ektiga nisbatan munosabatning ifodalanishidir. SHaxsning jamiyatda odamlar orasidagi xulqi va o'zini tutishi sabablarini o'rganish tarbiyaviy ahamiyatga ega bo'lgan narsa bo'lib, masalani yoritishning ikki jihati farqlanadi: a) ichki sabablar, ya'ni hatti-harakat egasining sub'ektiv psixologik xususiyatlari nazarda tutiladi (motivlar, ehtiyojlar, maqsadlar, mo'ljallar, istaklar, qiziqishlar va xokazolar); b) tashqi sabablar - faoliyatning tashqi shart-sharoitlari va holatlari. YA'ni, bo'lar ayni konkret holatlarni kelib chiqishiga sabab bo'ladigan tashqi stimullardir. SHaxs xulq-atvorini ichkaridan, ichki psixologik sabablar tufayli boshqarish odatda shaxsiy dispozitsiyalar ham deb ataladi. Ular shaxs tomonidan anglanishi yoki anglanmasligi ham mumkin. SHu nuqtai nazardan motiv - konkretroq tushuncha bo'lib, u shaxsdagi u yoki bu xulq-atvorga nisbatan turgan moyillik, hozirlikni tushuntirib beruvchi sababni nazarda tutadi. Mashhur nemis olimi Kurt Levin motivlar muammosi, ayniksa, shaxsdagi ijtimoiy xulq motivlari borasida katta keng qamrovli tadqiqotlar olib borib, shu narsani aniqlaganki, har bir odam o'ziga xos tarzda u yoki bu vaziyatni idrok qilish va baholashga moyil bo'ladi. SHuning uchun ham odamning ayni paytdagi real harakatlarini o'sha ma'lum sharoitdagi ichki va tashqi stimullarga uning bergan bahosi yoki reaksiyasi sifatida qaramay, balki unda shunga o'xshash holatlarni idrok qilishga ichki bir hozirlik - dispozitsiyaning mavjudligi bilan tushuntirish to'g'riroq bo'ladi. Umuman, har qanday shaxsdagi mavjud ehtiyojlarni ikki guruhga bo'lish mumkin: 1. Biologik ehtiyojlar - bu - fiziologik (tashnalik, ochlik, uyku), jinsiy, moslashuv ehtiyojlari. 2. Ijtimoiy ehtiyojlar - bu - mehnat qilish, bilish, estetik va axloqiy-ma'naviy ehtiyojlar. Psixologik ma'lumotlarga ko'ra har qanday faoliyat muayyan motivlar ta'sirida vujudga keladi va etarli shart-sharoitlar yaratilgandagina amalga oshadi. Turli kasb egalari faoliyati motivlarini o'rganishda motivlar xarakterini bilish va ularni o'zgartirish muammosi ahamiyatga ega. SHunday motivlardan biri turli xil faoliyat sohalarida muvaffaqiyatga erishish motivi bo'lib, bunday nazariyaning asoschilari amerikalik olimlar D. Makklelland, D. Atkinson va nemis olimi X. Xekxauzenlar hisoblanadi. Ularning fikricha, odamda turli ishlarni bajarishini ta'minlovchi asosan ikki turdagi motiv bor: muvaffaqiyatga erishish motivi hamda muvaffaqiyatsizliklardan qochish motivi. Masalan, faqat muvaffaqiyat motivi bilan ishlaydiganlar oldindan ishonch bilan shunday ish boshlaydilarki, nima qilib bo'lsa ham yutuqqa erishish ular uchun oliy maqsad bo'ladi. Bu yo'lda ular nafaqat o'z kuch va imkoniyatlarini, balki barcha tashqi imkoniyatlar - tanish-bilishlar, mablag' kabi omillardan ham foydalanadilar. Ikkinchi muvaffiqiyatsizlikdan qochish motiviga tayangan shaxslarda ishni boshlashdan avval nima bo'lsa ham muvaffiqiyatsizlikka duchor bo'lmaslikni o'ylaydilar. SHu tufayli ularda ko'proq ishonchsizlik, yutuqqa

erishishga ishonmaslik, pessimizmga o‘xshash holat kuzatiladi. SHuning uchun «O‘zi sira omadim yurishmaydigan odamman-da» degan xulosaga keladilar. Agar birinchi toifali shaxslar bir ishni muvaffiqiyatli tugatgach, ko‘tarinki ruh bilan ikkinchi ishga kirishishsa, ikkinchi toifa vakillari, har qanday ishni yakunlagandan so‘ng, uning natijasidan qat’iy nazar, ruhan tushkunlikka tushadilar. Bu o‘rinda talabchanlik degan sifatning roli katta.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati

1. Vohidov M.V. Maktabgacha tarbiya psixologiyasi. T., “O‘qituvchi”, 2010
2. G‘oziev E. Psixologiya. T., “O‘qituvchi”, 2010 9.
3. Goziev E. Ontogenez psixologiyasi. T. 2012
4. Karimova V. Va boshqalar. Mustaqil fikrlash. T., “SHarq”, 2000 11.
5. Ahloq-odobga doir Xadis namunalari.-T., 1990
6. Ibroximov A. Va boshqalar. Vatan tuyg‘usi. – T., “O‘zbekiston”, 1997
7. Kodirov I. Zamonaviy maktab ukituvchisining psixologik xususiyatlari. T.2011
8. Nishonova E.T. Bolalar psixik taraqqiyoti muammolari bo‘yicha psixologik maslahatlar berish. T., 1997.

IJTIMOY- MA’NAVIY O‘ZGARISHLARNING TA’LIM JARAYONIDA SALBIY TA’SIRLARNING OLDINI OLISHDA JAMIYAT VA OILANING ROLI

*Masharipova Nodira Baxodirovna
Xorazm viloyati Yangibozor tumani 17-maktab psixologi*

Annotatsiya: ushbu maqolada ijtimoiy- ma’naviy o‘zgarishlarning ta’lim jarayonida salbiy ta’sirlarning oldini olishda jamiyat va oilaning ro‘li katta ekanligi, ta’lim muassasi xodimlari chuqur bilim egalari va ularning ham tarbiyalangan bo‘lmog‘i lozimligi, oilada esa ota- onalar ham farzand talablariga javob bera oladigan darajada salohiyatga ega bo‘lishlari lozimligi, farzandlariga har tomonlama ijobiy namuna bo‘la oladigan xususiyatga ega bo‘lishlari kerakligi haqida fikrlar bayon qilindi.

Kalit so‘zlar: Oila, jamiyat, ta’lim-tarbiya, buyuk mutafakkirlar, olimlar, ma’naviyat, ota-ona, murabbiy, baxt, sog‘lom turmush, rivoyat, afsona, ertak, she’riyat, badiiy film, ommaviy axborot, videoroliklar, roman, ruxiyat, kayfiyat, teleko‘rsatuv, radio eshittirish, shaxs, urf-odat, qadriyat, institsional, jamoatchilik.

“Inson o‘z ehtiroslariga hukmron, ularni o‘zgartirishga qodir, o‘z jon va tanini tarbiyalar ekan, salbiy jihatlarni maqtagudek narsalarga aylantirishga, uni ma’naviy shifokorlik bilan davolashga hamda asta sekin, ahloq haqidagi kitoblarda ko‘rsatilgan usullar bilan millatlarni bartaraf etishga qodirdir.”

O‘rta asrlarning buyuk olimi, ensiklopedisti Abu Rayhon Beruniy kabi mutaffakirlarimiz bola tarbiyasi, ma’naviy barkamollik ijodiy tafakkurini shakllantiruvchi jarayonlar haqida o‘z fikrlarini bildirib o‘tkanlar, ma’lumki bu hususdagi barcha ibratli g‘oyalar bizning bugungi kunimizda ham o‘z kuchini

yo‘qotgani yo‘q. Allomamiz Ibn Sino “Tarbiyachi ya’ni ota ona nafaqat so‘z bilan balki amalda ham bola ruhiga ta’sir ko‘rsatmog‘i lozim”. (Tadbiri manzil 44- bet). Degan fikrlarni bildirib o‘tgan.

Inson bolasi dunyoga kelar ekan, u mustaqil harakatlanish , yurish, o‘qish, yozishdan boshlab tabiatan va jamiyatning barcha murakkab qonunlari bilan yuzma-yuz kelganda nimadir qilish kerakligiga o‘rgatiladi yoki bunga maxsus o‘qitiladi. Ma’lumki hayotimizning yarmidan ko‘pini qamrab oladigan chinakkam to‘laqonli insoniy baxtni in’om etadigan yoki aksincha , har tomonlama ta’minlanganimizga qaramasdan bizning baxtimizni yarimta qiladigan ham oilaviy hayotdir.

Jamiyatning ijtimoiy – iqtisodiy rivojlanish shaxsning madaniy takomillashuviga, u esa shaxslarning bir – birlariga qo‘yadigan talablari oshishiga va shaxslararo munosabatning noziklashuviga olib keladi.

Har qanday jamiyat taraqqiyotida oilalarning, oilalar mustahkamligining o‘rni beqiyosdir. Chunki tirik organning salomatligi uni tashkil qiluvchihar bir hujayraning sog‘lomligiga bog‘liq bo‘lganidek, butun organizm o‘z faoliyati maqsadga muvofiq amalga oshirishda har bir hujayraning munosib o‘rni bo‘lganidek, oila ham davlat jamiyat deb atalgan butun bir organizmni tashkil etuvchi hujayradir. Har bir oilaning sog‘lom bo‘lish, ularda ijobiy psixologik iqlimning hukm surishish , mana shu muhitda dunyoga kelib, shaxs sifatida shakllanib, so‘ng o‘zi yashayotgan davlatning fuqarosi sifatida o‘z mamlakatining iqtisodiyoti, u ijtimoiy hayoti taraqqiyotini ta’minlovchi, hal qiluvchi omil bo‘lgan inson kamolotida oilaning tutgan o‘rni beqiyosdir.

Faqat oiladagina insonning baxtli bo‘la olish, o‘zini kimlargadir kerakli his eta olish yoki bo‘lmasa o‘zini ezilgan, omadsiz sezishga sabab bo‘la oladi. Shuningdek jamiyat taraqqiyotining kutilgan darajaga chiqa olmasligi, uning inqiroziga olib keluvchi kuchlarning yuzaga kelishga ham oilaning hissasi kattadir. Chunki nosog‘lom psixologik muhitli nizo-janjalni, o‘zaro mehr-oqibatsiz muhitda dunyoga kelib, shakllangan bola, keyinchalik nafaqat o‘z ota-onasi, aka-ukalariga nisbatan, balki atrofdagilarga, qolaversa, o‘zi yashagan jamiyatga nisbatan ham mehr-oqibatsiz, shafqatsiz , zolim, xudbin, yurt manfaatlariga zid, tashqi kuchlar ta’siriga oson beriluvchan, shu asosda esa o‘z oilasi, o‘z xalqi, o‘z yurti uchun xavfli odam bo‘lib yetishishi mumkin. Bugungi kunda jahon tajribasi shuni ko‘rsatmoqdaki, qiyin hayotiy vaziyatda bo‘lgan oila va bolalarni qo‘llab- quvvatlash faoliyati bilan shug‘ullanuvchi ijtimoiy xodimlarning faoliyatini faollashtirish, bolalarni institsional, ya’ni jamoatchilik tarbiya muassasalariga emas, balki bolaning me’yorda rivojlanishi uchun namuna bo ‘la oladigan oila tarkibida tarbiyalash resurslarini qidirish jamiyatning kelgusidagi ravnaqini ta’minlash uchun oldindan qo‘yilgan tamal toshidir. Xususan , ijtimoiy xodimlar – bu qiyin hayotiy vaziyatda qolgan oila va bolalarning tang xolatdan chiqib ketishiga salohiyatini, yordamini ayamaydigan, demakki aholining o‘z farovonligiga erishishida har tomonlama yordam ko‘rsatishida ko‘maklashuvchi professional mutaxassisdir. Oila tabiatning shoh asarlaridan biridir deya ta’kidlagan Joana Saktauana.

Oila – jamiyatning dur-u gavhari ekanligi haqida Viktor Gyugo o‘zining asarlarida qayd qilgan.

Har qanday zamon va makonda ham oila biz uchun muqaddas qadriyat sanalgan. Binobarin, tarbiyaviy, ma’naviy- ma’rifiy, ruhiy-ahloqiy, iqtisodiy-huquqiy

munosabatlarga asoslangan ijtimoiy birlik hisoblanmish oila qanchalik mustahkam bo'lsa, jamiyat ham shunchalik barqaror taraqqiy etishini ajdodlarimiz juda yaxshi anglashgan.

Hind afsonalaridan birida yoshlarning oilaviy hayot haqidagi tasavvurlari va ularning reallikka nisbatini qiyoslashga mos keladigan ajoyib bir rivoyat mavjud.

Rivoyatda aytilishicha., tug'ilganidan ko'zi ojiz bo'lgan to'rt nafar ko'rga "Qarshinglarda fil turibdi, sizlar uni borib uhlab, paypaslab o'rganib chiqinglarda, so'ngra fil qanday maxluq ekanligini aytib beringlar", deyilgan. Ko'rlar borib fiil – badani dag'al, daraxtga o'xshagan hayvon" – debdi, ikkinchisi uni inkor etib: "Yo'q, fil yerdek yumaloq, odamning qulochi yetmaydigan bir hayvon" – debdi. Uchinchisi esa, ularni ikkovlarini ham inkor qilib: "Fil ichi teshik uzun, yo'g'on ichakka o'xshaydigan hayvon" – debdi. To'rtinchisi esa: "Fil yoyiq yapaloq katta bargga o'xshagan hayvon" – deb javob bergan ekanlar va ularning har biri o' fikrini ma'qullayman deb bir-birlari bilan janjallashib qolgan ekanlar. Chunki ularning biri filning oyog'iga, ikkinchisi – qorniga, uchinchisi – xartumiga va to'rtinchisi qulog'iga to'g'ri kelib qolib o'zlarining imkoniyatlari doirasida filni tasavvur qilgan ekanlar. Xuddi shu to'rtta ko'zi ojizdek yoshlarimiz ham oilaviy hayotni butun borligicha, to'la, yaxlit tasavvur qila olmaydilar, buning imkoni ham yoq. Oqibatda oilaviy hayot haqida turli tasavvurlarga ega bo'lgan yoshlarimiz oila qurgudek bo'lsalar, o'z tasavvurlarini reallika aylantirish, ya'ni juftiga ham shunday ekanligini uqtirishga harakat qiladilar. Va ular ham yuqoridagi ko'zi ojizlardek har biri "o'zicha haq" bo'la turib, bir-birlari bilan janjallashib, kelisha olmay qolishlari mumkin.

Esini tanigandan boshlab ertaklar ruhida, badiiy filmlar, romanlar, afsona, rivoyatlar ruhida tarbiyalangan yoshlarimizda hamma vaqt ham oilaviy hayot haqida to'g'ri tasavvurlar shakllanaverishi mumkin emas. Ommaviy axborot vositalari orqali, teleko'rsatuvlar, radioeshittirishlar orqali yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlash borasida berilayotgan materillarda, oilaviy hayotni bir yoqlama, faqat ijobiy tomondan talqin qillish hollari ham ko'p kuzatiladi. Bu kabi holatlar ham yoshlarda oilaviy hayot haqidagi tasavvurlarning noto'g'ri shakllanishiga sabab bo'lishi mumki.

Bu borada mutafakkirlarimizdan biri Abulqosim Mahsud az-Zamaxshariy -To'g'ri va haq yo'lida yurgan kishining yurishi arslon yurishidan ko'ra ham maxobatliroq (haybatliroqdir).

-Halol-pokuza kishi doimo xotirjamu-tinchlikdadir, birovga xiyonatu-yomonlik qiladigan kishi esa jaholatga giriftordir.

-O'z birodarlaring so'zini sukut saqlab tinglab, uning hurmatini o'rniga qo'y, garchi uni eshitishga rag'bating va mayling yo'q bo'lsa ham.

-Agar tilingning otiqcha so'zlashiga ega bo'la olmasang, unda tizgining jilovini shaytonga topshirgan bo'lasan.

-Agar iffat va viqor sohiblaridan bo'lmasang, xoruzorlik, tahkiru-tubanlikka mudom giriftorsan kabi dono va hikmatli iboralarni uqtirib o'tganlar. Bunday iboralarni shariatimizda barcha oila vakillari farzandlariga yetkizib borsalar bu har qanday albi ta'sirlarga to'siq bo'lib boramiz.

Xalqimizda “Qush uyasida ko’ganini qiladi” degan juda xam ibratli va chuqur ma’noga ega bo’lgan so’z bor. Bu so’z zamirida, oilaviy tarbiyaning jamiyat hayotiga nechog’li ta’sir ko’rsatish bayon qilib berilgan.

Demak, oiladagi tarbiyaning jamiyat hayotiga bevosita ta’siri bor ekan. Zero, oila jamiyatning asosiy bo’g’inidir. Agar jamiyatni katta bir binoga o’xshatsak, oilalar uning g’ishtlarini tashkil etadi. Shunday ekan, jamiyatimiz gullab-yashnashi uchun oilaviy tarbiyaga bor e’tiborimizni qaratmog’imiz muhimdir.

Oila-muqaddas dargoh. Birgina shu muqaddas so’zining oilaga nisbatan ishlatilishidachuqur mano va mohiyat mujassam. Zotan, millatning ertangi kuniga dastlab oilada poydevor qo’yiladi, unda hayotning davomiyligini ta’minlovchi avlod shakllanadi, milliy madaniyat, urf-odatlar, axloqiy-manaviy qadriyatlar asrab avaylanadi, jamiyat taraqqiyotining iqtisodiy farovonlik va madaniy yuksalishlariga asos solinadi, mustahkamlanadi.

Oila farzandlar tarbiyasi uchun masuldir. Zero, inson tabiati va dunyo qarashidagi barcha yaxshi xislatlar, avvalo, oilada kurtak yozadi.

Adabiyotlar:

- 1.Oilaviy tarbiyaning jamiyat hayotiga ta’siri. Rahmatulloh Sayfuddinov.
- 2.Oila psixologiyasi. G’.B.Shoumarov, I.O.Xaydarov.

SINF RAHBARLARNING PEDAGOGIK MAHORATINI OSHIRISHDA PSIXOLOGIK TRENINGLARDAN FOYDALANISH YO’LLARI

*Bozorbayeva Sayyora Gulyamovna
Guliston shaxar ixtisoslashtirilgan san’at maktabi psixologi*

Annotatsiya: maktablarida sinf rahbarlari faoliyatini tashkil etishda maktab amaliyotchi psixologi bilan hamkorlik ishlarini tashkil etish orqali o’quvchilar o’rtasida soglom muhitni yaratish

Kalit so’zlar: sinf rahbarlari, sinf, psixologik trening

Ta’lim tizimida samarali faoliyat yuritish uchun har bir o’qituvchi yuqori pedagogik mahorat va keng dunyoqarashga ega bo’lishi kerak. Shundagina u mashaqqatli mehnatining samarasini ko’radi, yuqori natijalarga erishadi va jamoada ijodkor pedagog sifatida o’rin oladi. Maktabda o’quvchilar bilan ishlashda ayniqsa sinf rahbarlarning o’rni beqiyosdir. Sinf rahbar bolalarni sevuvchi, adolat ila yondashadigan, ishga qobiliyatli, iste’dodli kishidagina o’quvchilar va ularning ota-onalari bilan tez til topisha oladilar. Pedagogik faoliyatning samarali bo’lishi uchun sinf rahbar o’z fanini chuqur bilishi bilan birga psixologiya fanini xam, atrofimizda, dunyoda sodir bo’layotgan voqealardan ham yaxshi xabardor bo’lishi kerak. Qobiliyatli, tajribali pedagog o’zini o’quvchining o’rniga qo’ya oladi, u kattalarga aniq va tushunarli bo’lgan narsalarni o’quvchilarga tushunilishi qiyin va mavhum bir narsa bo’lishi ham mumkinligiga asoslanib ish tutadi. Shuning uchun u bayon etishning xarakter va shaklini alohida o’ylab chiqadi hamda rejalashtiradi. Pedagogik mahorat – o’qituvchi

ijodkorligining oliy namunasi bo'lib, u yillar davomida shakllanadi. Uning yuksak mahoratni egallashi g'oyat murakkab jarayon bo'lib, pedagogika fanining eng dolzarb muammolaridan biri hisoblanadi.

O'qituvchi kasbiga xos bo'lgan ko'pgina fazilatlar bilan birga uning pedagogik mahoratni egallashi katta ahamiyatga ega. Yuqori pedagogik mahoratga ega bo'lgan o'qituvchigina o'z kasbiga layoqatli, iste'dodli bo'lishi mumkin.

O'qituvchi o'quvchining, ichki dunyosiga kira olishi, o'quvchi shaxsini va uning vaqtinchalik ruhiy holatlarini juda yaxshi tushuna bilishi bilan bog'liq bo'lgan psixologik kuzatuvlar olib borishi kerak.

Bunday o'qituvchi o'quvchining ruhiyatiga ko'z ilg'amas o'zgarishlarni ham tez fahmlab oladi. O'qituvchida nutq o'z fikr va tuyg'ularini aniq va ravshan ifodalash qobiliyati hisoblanadi. Bu o'qituvchilik kasbi uchun juda muhimdir.

O'qituvchi kasbiga xos bo'lgan xislatlar, ya'ni yuksak pedagogik mahorat unda birdaniga shakllanmaydi. U o'z ustida tinmay ishlash, izlanish va ko'nikmalar asosida rivojlanadi.

O'qituvchining yuqori kasbiy mahoratni egallashi bevosita uzluksiz ta'lim tizimi orqali amalga oshiriladi. Uzluksiz ta'lim tizimida asosiy o'rin egallagan malaka oshirish o'quvchi faoliyatini tahlil qilish va unga istiqbol yo'nalishlar berishga imkon beradi.

Sinf – bu sosial – psixologik guruxlardan biri hisoblanadi. Sinfdagi psixologik iqlimni aniqlaydigan omillar boshqa guruxlardagilardan farqlanadi. Sinfdagi —psixologik ob – havol avvalombor, o'qituvchi va o'quvchi o'rtasidagi munosabatlar orqali aniqlanadi. Bundan tashqari, —o'qituvchilar jamoasi, —maktab ma'muriyati, —ota – onalar deb ataladigan omillar ham psixologik iqlimga ta'sir qiladi. Shunday qilib, psixologik iqlim pedagogik jamoadagi o'zaro munosabatlarning hissiy -emosional tomonini aks ettiradi. Ijobiy psixologik iqlim (PI) sinfdagi amalga oshiriladigan barcha o'quv – tarbiyaviy ishlarning samarali kechishi uchun asos bo'ladi. Salbiy PI esa aksincha ta'sir ko'rsatadi. Shuning uchun PI ning ijobiy yoki salbiyligini o'rganish o'sha sinfdagi o'quv – tarbiyaviy ishlarni amalga oshirishda qo'l keladi.

Sinf rahbar o'quvchilarda ishonch va o'zaro qo'llab - quvvatlash muhitini yarata olish bilan birga, o'ziga ishonchsizlikni yo'qota olishi, guruhni ahillik, birdamlikga yo'naltira olsagina mahoratli pedagog hisoblanadi.

«Avtobusda»

Maqsad: O'quvchilarda muomala madaniyatini shakllantirish, shaxslararo munosabatlarni ijobiy rivojlantirish.

Ishtirokchilardan biri avtobusdagi bezori rolini o'ynaydi, qolganlar esa yo'lovchilar. Bezori avtobusdagi ikkita o'rindiqni egallab olib, biriga o'zi o'tiribdi, biriga esa magnitofonini qo'ygan. U hech kimga joy bermoqchi emas. Yo'lovchilardan har biri bezori bilan til topishib uning yoniga o'tirishga harakat qilib ko'rishi kerak. SHart shuki - maqsadga janjalsiz erishish lozim.

«Avlodlar o'rtasidagi nizo».

Maqsad: O'quvchilarda muomala madaniyatini shakllantirish, shaxslararo munosabatlarni ijobiy rivojlantirish.

Bunda uch kishi ishtirok etadi-yigit, qiz va katta yoshli odam. Avlodlar o'rtasida «Eh, hozirgi yoshlar...» qabilida taqlid uyushtiriladi. Yigit va qizning vazifasi: imkon boricha xushmuomalalik bilan nizodan qochish. Jyuri a'zolari har bir o'quvchining harakatini baholab boradi.

«Orqadagi yozuvlar». Ishtirokchilarning orqalariga varaq mahkamlab qo'yiladi. Hamma ishtirokchilar xonada xohlagan odamining oldiga borib uning orqasidagi qog'ozga bu odamning nimasi o'ziga yoqishini yozishi kerak. Vazifani mukammallashtirish ham mumkin. Masalan, o'sha odamda nimani o'zgartirishni xohlashini yozishi mumkin.

Mamlakatimizda olib borilayotgan ta'lim tizimining odil va demokratiyalashtirilishi o'quv jarayoniga o'zgacha talab va o'zgacha pedagogik munosabatlarni kashf etadi. Bu jarayon mazmun mohiyatdan avvalgidan tubdan farqlanadi.

Maqsad: bolaga uzi uchun muxim bulgan muammolar haqida suxbatlashishga imkon yaratish.

Boshlovchi hamma bolalarga 4 qismga bo'lingan qog'oz tarqatadi.

O'yin qoidasi esa quyidagicha: boshlovchi bolalarga 4 savol beradi (masalan: «Onangga qaysi xislatlarining yoqadi?», «Kechqurun nima qilishni yoqtirasan? va x.k.) Bu savollarga kichik-kichik

rasmlar chizib javob beradilar. So'ngra chizgan rasmlarini bir - birlariga ko'rsatadilar va qaysi rasm qaysi savolga taalluqli ekanligini topishga xarakat qiladilar. Shuningdek chizgan rasmlarining mazmunini muhokama qiladilar, bir-biri bilan taqqoslaydilar va umumiy belgilarini topadilar.

- Fazilatlarim portretl

Maqsad: bolalarga o'zlarining ijobiy sifatlarini anglashga yordam berish.

Xar bir bola uchun aloxida qog'oz tayyorlanadi va uni surat uchun tayyorlangan ramqadek bezatadi. Tarbiyachi yordamida o'zining ijobiy sifatlarini shu kog'ozga chizadi. So'ngra uni ota-onasiga ko'rsatish uchun olib ketadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Davletshin M. G. «Umumiy psixologiya» T-2000y.
2. Nemov R. S. «Psixologiya» T. 1.M. 1998y.
3. Gamezo A. «Atlas po psixologii» Moskva 2001y.
4. Karimova V. M. «Psixologiya» T.Sharq 2002y.

DIQQAT VA UNING FIZIOLOGIK ASOSLARI

Soyimnazarov Navro'zbek

O'zbekiston Milliy universiteti Jizzax filiali Psixologiya yo'nalishi talabasi

Annotatsiya: Psixologiyada diqqat tushunchasi va uning fiziologik asoslari, diqqatning turlari, xususiyatlari, bolalarda diqqatni jamlashda qiyinchiliklar bayon etilgan.

Kalit soʻzlar: diqqat, diqqatning yoʻnalganligi, toʻplanishi, induktsiya, dominatlik, ixtiyoriy, ixtiyorsiz diqqat, parishonxotirlik

Diqqat haqida tushuncha. Diqqat – psixik faoliyatning yoʻnaltirilishi va shaxs uchun maʼlum ahamiyatga ega boʻlgan obʼekt ustida toʻplanishidan (beqaror yoki situatsiyali toʻplanishidan) iboratdir. Yoʻnaltirilishi deganda psixik faoliyatning tanlovchanlik harakateri, obʼektning ixtiyoriy yoki beixtiyoriy tanlash tushuniladi. Masalan maktab oʻquvchisining biror boshqa narsaga chalgʻimasdan oʻquv materialining mazmuniga zehn quyib oʻtirishida uning psixik faoliyatining yoʻnalishi ifodalanadi. Psixik faoliyatning yoʻnalishi deganda, faqat ana shu faoliyatni tanlashgina tushunilib qolmay, balki ana shu tanlaganini saqlab qolish va qoʻllab-quvvatlash ham tushuniladi. Diqqat psixik faoliyatning yoʻnaltirilishi bilan birga, uning toʻplanishini ham taqozo qiladi. Psixik faoliyatning bir joyga toʻplanishi mazkur faoliyatga hech qanday aloqasi boʻlmagan hamma boshqa narsalardan, boshqa hamma faoliyatdan diqqatni chalgʻitish demakdir. Diqqatni bir joyga toʻplash deganda, mazkur faoliyatga butunlay berilish, unga ozmi-koʻpmi chuqur eʼtibor berish tushuniladi. Masalan, murakkab va zarur oʻquv materialini oʻqish va tushunish diqqatni toʻplashsiz amalga oshmaydi. Diqqatning fiziologik asoslari. Diqqatning fiziologik mexanizmlari maʼlum nerv markazlarining koʻzgʻalishi va miyadagi boshqa nerv markazlarining tormozlanishi bilan bogʻliq. Bu mexanizm subʼekt (organizm) uchun ahamiyatli boʻlgan qoʻzgʻatuvchilarni ajratishni psixik faoliyatning yoʻnalganligini taʼminalaydi. Bunday yoʻnaltirishga orientatsiya (tushunib olish) refleksini misol keltirish mumkin. Har qanday yangi qoʻzgʻatuvich (agar u yetarli darajada kuchli boʻlsa) bu refleksni, I.P.Pavlov aytganidek, «nima u» degan refleksni keltirib chiqaradi. Bu sodda turdagi diqqatning fiziologik asosidir. Tadqiqotlarning koʻrsatishicha, orientatsiya paydo boʻlgan paytda xuddi uyqudan uygʻonib bedorlikka oʻtishdagidek oʻzgarish hosil boʻladi. I.P.Pavlov tomonidan kashf qiligan nerv jarayonlarining induktsiyasi qonuni diqqatning fiziologik asoslarining tushunib olish uchun muhim ahamiyatga ega. Nerv jarayonlarining induktsiyasi qonuniga koʻra bosh miya poʻstining bir joyida maydonga kelgan koʻzgʻalish jarayonlari bosh miya poʻstining boshqa joylarida tormozlanish jarayonini yuzaga keltiradi. Va aksincha bosh miya poʻstining bir joyida maydonga kelgan koʻzgʻalish jarayonlari bosh miya poʻstining boshqa joylarida tormozlanish jarayonini yuzaga keltiradi. A.A.Uxtomskiy tomonidan ilgari surilgan dominantlik printsipli ham diqqatning fiziologik asoslarini tushunishda muhim rol oʻynaydi. Bu printsipga asosan, miyada qoʻzgʻalishining har doim ustun turadigan hukmron oʻchogʻi mavjud, bu hukmron qoʻzgʻalish oʻchogʻi ayni paytda miyaga taʼsir qilib, unda yuzaga kelayotgan hamma qoʻzgʻalishlarni qandaydir ravishda oʻziga tortib oladi va buning natijasida boshqa qoʻzgʻalishlarga nisbatan uning hukmronligi yanada oshib boradi. Bunday qoʻzgʻalish oʻchogʻining paydo boʻlish asosi mazkur qoʻzgʻatuvchining kuchigagina bogʻliq boʻlmay, balki nerv sistemasining ichki holatiga ham bogʻliq boʻladi. Bu hol psixologik jihatdan biror qoʻzgʻatuvchilarga diqqatning qaratilishi va ayni chogda taʼsir qilib turgan boshqa qoʻzgʻatuvchilardan chalgʻishda ifodalanadi. Diqqatning turlari; Diqqatning yuzaga chiqish mexanizmlari juda murakkab va ularning koʻrinishi, turlari ham turlichadir. Diqqatning turli koʻrinishlari va mexanizmlarning umumiyliги asosida ularning turli turlari farqlanadi. Shaxsning oʻz

oldiga diqqatni biror ob'ektga qaratishi maqsad qilib qo'yishi va irodaning ishtirokiga ko'ra uch xil diqqat farqalanadi.

Ixtiyoriy va ixtiyorsiz diqqat. Biz diqqatimizni qaratishni maqsad qilib qo'ymagan paytimizda psixik faoliyatning biror ob'ektga yo'naltirilishi va to'planishiga ixtiyorsiz diqqat deyiladi. Ko'pincha faoliyatning maroqliligi va qiziqarliligi va kutilmaganda favqulotdaligi diqqatni o'ziga tortadi, odamni o'ziga jalb qiladi. Ixtiyorsiz diqqatni yuzaga keltiruvchi sabablar. Ixtiyorsiz diqqatni yuzaga keltiruvchi sabablar juda xilma-xil va bir-biriga bog'lanib ketgan. Biz ularni shartli ravishda bir-biridan ajratamiz va tahlil qilamiz; Tashqi kuzatuvchining xarakteri bilan bog'liq ravishda yuzaga keladigan ixtiyorsiz diqqatni keltirib chiqaradigan sabablar: bunga dastavval qo'zg'atuvchining kuchi yoki intensivligi kiradi. Yetarli darajada bo'lgan har qanday qo'zg'atuvchi: qattiq ovoz, yorqin nur, kuchli silkinish diqqatimizni beixtiyor o'ziga jalb qiladi. Bunda qo'zg'atuvchining absolyut kuchidan ko'ra, nisbiy kuchi muhimroq rol o'ynaydi. Qo'zg'alishlar o'rtasidagi kontrast ham diqqatni o'ziga beixtiyor tortuvchi sabablardan biridir. Qo'zg'alishning uzoq vaqt davom etishi va shuning bilan birga narsaning fazoda tutgan o'rnining kattaligi muhimdir. Masalan: hajmi atrofdagi jismlardan katta jism, qisqa muddatli qo'zg'atuvchilar orasida uzoq muddat davomida ta'sir qiluvchi diqqatni o'ziga tortadi. Qo'zg'atuvchining to'xtab-to'xtab ta'sir qilishi ham kishining diqqatini beixtiyor o'ziga tortadi (yonib-o'chib turuvchi yorug'lik). Ta'sir qilib turgan qo'zg'atuvchining birdaniga to'xtab qolishi diqqatimizni jalb qiladi. Ixtiyorsiz diqqatni yuzaga keltiruvchi ikkinchi guruh sabablarga tashqi qo'zg'atuvchining odamning ichki holatiga va avvalo mavjud bo'lgan ehtiyojlarga mos kelishi kiradi. Qorni och kishiga ovqatdan darak beruvchi har qanday qo'zg'atuvchi, masalan, ovqat haqidagi gap, ovqat hidi va shunga o'xshashlar diqqatimizni beixtiyor o'ziga jalb qiladi. Fiziologik jihatdan olganda bu sabablarning ta'sirini Uxtomskiy tavsiya etgan dominanta printsipi bilan asoslash mumkin. Ixtiyorsiz diqqatni keltirib chiqaruvchi uchinchi guruh sabablarga idrok qilinayotgan ob'ekt va bajarilayotgan faoliyat bilan bog'liq bo'lgan hissiyot kiradi. Eng birinchi navbatda maroqli va jozibali ta'sir predmet va faoliyat kishini o'ziga tortadi. Masalan, qiziqarli ish, qiziq hikoya va shunga o'xshashlar. To'rtinchi guruh kishining ilgari tajribasining diqqatga ta'sirini kiritish mumkin. Bunga kishining bilimlari, tasavvurlari, malaka va odatlarining ta'siri kiradi. Diqqatning ixtiyorsiz jalb qilinishida kutish katta rol o'ynaydi. Yana bir guruh sabablar – kishining qiziqishlari ham ixtiyorsiz diqqatni keltirib chiqaruvchi sababalar orasida ko'p uchraydi. Qiziqishning mavjudligi har qanday murakkab faoliyatni, ob'ektni ham beixtiyor diqqat ob'ektiga aylantiradi. Yuqorida keltirilgan ixtiyorsiz diqqatni keltirib chiqaruvchi sabablarni pedagoglar dars davomida hisobga olishlari, shular asosida o'quvchilarning ixtiyorsiz diqqatni boshqarishlari lozim. Ixtiyoriy diqqat. Ko'zlangan maqsad va kabul qilingan qaror tufayli ma'lum bir ishni bajarish lozimligini bilar ekanmiz, bunday holda diqqatning yo'nalishi va to'planishi ixtiyoriy harakaterga ega bo'lishi mumkin. Bunday paytda diqqatimizni bajarayotgan ishimizga qaratishni maqsad qilib qo'yamiz. Diqqatimiz ongli suratda boshqariladi. Ixtiyoriy diqqatni biz diqqatimizni qaratish uchun o'z oldimizga ongli suratda maqsad qo'yamiz, qiyinchiliklarni yengib, diqqatni to'plash uchun kurashib, har qanday boshqa narsalarga berilmaslik uchun iroda kuchini sarflab

diqqatning xarakterli xususiyati xuddi mana shu maqsad ko‘zlashda, irodaviy zo‘r berishda namoyon bo‘ladi. Ixtiyoriy diqqat irodamizning namoyon bo‘lishidir. Ixtiyoriy diqqat ixtiyorsiz diqqatdan sifat jihatdan farq qiladi. Ixtiyoriy diqqat jarayonida yuqorida keltirilgan ixtiyorsiz diqqatni keltirib chiqaruvchi sabablarning ta‘siri juda kuchli. Ammo bu sabablar bevosita emas, balki bivosita ta‘sir qiladilar. Ixtiyoriy diqqat ixtiyorsiz diqqatdan kelib chiqqan. Muvofiqlashtirilgan ixtiyoriy diqqat. Ixtiyoriy diqqatdan tashqari, diqqatning yana bir turini qayd etib o‘tish lozim. Bu diqqatning ixtiyoriy diqqat kabi maqsadga qaratilgan turi bo‘lib, lekin doimiy irodaviy zo‘r berishni talab qilmaydi. Diqqat avval boshda ixtiyoriy bo‘ladi. Kishi biror faoliyatni bajarishga o‘zini majbur qiladi, keyinchalik ishga kirishib, qiziqib ketadi va uning diqqati ixtiyoriy diqqatga aylanadi. Diqqat avval boshda ixtiyoriy edi, keyin esa ixtiyorsizga aylandi. Shu sababli diqqatning bu turi ixtiyoriydan keyingi ixtiyorsiz diqqat ham deb yuritiladi. Diqqatning xususiyatlari. Diqqat ko‘p tomonli jarayondir. Uning asosiy xususiyatlaridan biri diqqatning barqarorligi va tebranishiga to‘xtalib o‘tamiz. Diqqatning davomiyligi va uning tebranishi nimalarga bog‘liq. Ayrim tadqiqotchilar diqqatning davomiyligini sof biologik ritm (tebranish)lar bilan bog‘lashga intilganlar. Diqqatning tebranishi odatda bilinar-bilinmas qo‘zg‘atuvchilar orqali o‘rganiladi. Masalan, soatning chiqillashiga quloq solsak, ovoz kuchayadi, ba‘zan kuchsiz eshitiladi. Bu tebranishlar bir kadar barqaror harakaterga ega. Ularning davomiyligi 1,5 sekunddan 2,5 sekundgacha yetadi. Bu tebranishning mexanizmi diqqatning tebranishi bilan emas, balki sezgi a‘zoalrining vaqti-vaqti bilan toliqishi va ularning o‘zidagi biologik tebranish bilan bog‘liqdir. Boshqa tomondan esa diqqatning tebranishi, yetarli darajada barqaror bo‘lmasligi diqqatning ob‘ekti bilan ham bog‘liq. Masalan, diqqatni biror harakatsiz narsa ustida uzoq vaqt to‘xtatib turib bo‘lmaydi. Diqqatning o‘zgaruvchanligi va tebranish ikkilanma (masalan, kesik piramida tasviri) tasvirlarda yaxshi ko‘rinadi agar diqqatimiz biror o‘zgaruvchan faoliyatga yo‘naltirilgan bo‘lsa, masalan koptok o‘yinini tomosha qilayotgan bo‘lsak, diqqatni barqaror emas deya olamizmi? Yo‘q bu holda diqqatimiz dinamik harakatga ega bo‘lgan bir ob‘ektga nisbatan barqaror yo‘naltirilgan. Garchi diqqat biror ob‘ekt ustida uzoq vaqt davomida to‘xtab tura olmasa ham, lekin diqqat uzoq vaqt bitta faoliyatning o‘zida to‘planib turishi mumkin. Diqqatning barqarorligi uchun bajarilayotgan faoliyatning aktivligi nihoyatda katta ahamiyatga ega. Diqqatning barqarorligi – uning biror obekt ustida uzoq vaqt davomida to‘planib turishini ko‘rsatuvchi xususiyatdir. Diqqatning bo‘linishi (taqsimlanishi). Diqqatning bo‘linishi – psixik faoliyatning shunday tashkil qilinishiki, bunda ayni bir vaqtning o‘zida ikkita va undan ham ko‘p ish-harakat bajariladi. Diqqatning bo‘linishiga misol bir vaqtning o‘zida arifmetik hisoblarni bajarish va biror qo‘l mehnati turini bajarish. O‘tkazilgan ko‘plab tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, diqqatning taqsimlanishining samaradorligi bir qancha omillarga bog‘liq ekan. Shular orasidan eng katta rol o‘ynaydiganlari: kishining diqqatining individual xususiyatlari (diqqatning rivojlanganligi) bajarilayotgan ishlardan birortasining avtomatlashganlik darajasi. Bajarilayotgan ishlardan birortasi juda yaxshi o‘zlashtirilgan bo‘lsa, u diqqatni taqsimlashda ko‘p murakkablik tug‘dirmaydi. Shu sababli ko‘pchilik sohalarda birinchi davrda ishni o‘zlashtirish, bir vaqtning o‘zida bir qancha ishlarni bajarish, ularni boshqarish va muvofiqlashtirish juda qiyin kechadi.

Faoliyat o‘zlashtirilib borilgach ko‘p takrorlanadigan ish harakat avtomatlashadi, ular maxsus ongli nazoratni talab qilmaydi. Shu sababli kishi ishni bajarish davomida boshqa narsalar haqida o‘ylashi, kuylashi, ishga «e‘tibor bermasdan» ishlashi mumkin. Diqqatning ko‘chishi. Diqqatning muhim xususiyatlaridan biri, uning ko‘chishidir, ya‘ni bir faoliyat turidan boshqa bir faoliyatga tez o‘tish qobiliyatidir. Diqqatning ko‘chirilishiga ba‘zan aynan bir vaqtning o‘zida idrok qilinadigan, ikkita o‘zaro farqlanadigan qo‘zg‘atuvchini aks ettirishda murojaat qilishga to‘g‘ri keladi. Misol tariqasida kompliekatsiya deb atalgan tajribani ko‘rsatish mumkin. Tajribada 100 qismga bo‘lingan tsifrblat bo‘ylab strelka tez aylanib turadi, ayni shu tez aylanish davomida tsifrblatning qayeridadir qo‘ng‘iroq chalinadi. Tekshiriluvchi qo‘ng‘iroq chalinganda strelka tsifrblatning qaysi bo‘lagida turganini aniqlashi kerak. Bu ishni aniq bajarish juda qiyin. Turli tekshiriluvchilar turlicha aniqlaydi, biri 35- bo‘lagida desa, boshqasi 25-bo‘lagida deyishi mumkin. Hayotda esa diqqatning ko‘chishi ikkita narsani (ob‘ektni) to‘g‘ri idrok qilishga yordam beradi. Masalan, notiqqa qarash va uni eshitish ancha yengil bo‘ladi; bu yerda eshitish va ko‘rish qo‘zg‘atuvchilarn bir-birini kuchaytiradi. Diqqatning chalgishi-diqqatning ongli ravishda ko‘chishiga butunlay o‘xshamaydi. Shu sababli ularni adashtirib yuborib bo‘lmaydi. Diqqatning osonlik bilan chalg‘ishi, uning yetarli darajada barqaror emasligidan darak beradi. Albatta kuchli, kutilmagan, umuman ixtiyorsiz diqqatni keltirib chiqaradigan sabablar diqqatning chalg‘ishiga olib keladi. Ammo diqqatning o‘ta tez bo‘linishi (chalg‘ishi), uning barqaror emasligi faoliyatga o‘qishga xalaqit beradi. Parishonxotirlik. Parishonxotirlik diqqatning salbiy tomonlaridan biridir. Parishonxotirlik ikki turi farqlanadi. Birinchisi, biror ishga (fikrga, uyga) nihoyatda berilib ketish natijasida kishining atrofdagi narsalarga, voqealarga va kishilarga e‘tibor bermasligi. Parishonxotirlikning tomoman boshqa holati- kishining biror narsa ustida diqqatni doim o‘tib ketaverishidir. Katta kishilarda bunday parishonxotirlik toliqqan paytlarda uchraydi. Bolalarda esa diqqatning to‘g‘ri rivojlanmaganligi oqibatida bu xususiyat shakllanishi mumkin. Bundan tashqari parishonxotirlikning bunday turi ruhiy kasallik holatlarida ham uchrashi mumkin. Xulosa qilib aytganda, diqqatning buzilishi o‘gir kasalliklarga olib keladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Karimov I.A. “Barkamol avlod O‘zbekiston taraqqiyotining poydevori.” T.: Sharq, 1998
2. Karimov I.A. “Yangicha fikrlash va ishlash – davr talabi”. T.5., T.: O‘zbekiston, 1997.
3. Karimova V.M, Akramova F.A. Psixologiya. Ma‘ruzalar matni. –T.: O‘qituvchi, 2001.
4. Davletshin M.T, Tuychieva S.M. Umumiy psixologiya. T.: 2002 y.
5. G‘oziev E. Psixologiya. T.: O‘qituvchi, 1999.

OTA –ONALARGA O'SMIRLIK DAVRI PSIXOLOGIYASI HAMDA O'SMIR YOSHIDAGI BOLALARNING PSIXOLOGIK VA FIZIOLOGIK RIVOJLANISHI HAQIDA TUSHUNCHA BERISH

Samadova Safiya Tuychiyevna

Qashqadaryo viloyati Shaxrisabz tumani 15-sonli sanatoriya tipidagi maktab-Internati psixologi

Annotatsiya. O'smir yoshdagi bolalarda ko'pincha o'zini boshqalar bilan solishtirish, taqlid qilish, o'z-o'ziga baho berish holatlari kuzatiladi. Masalan o'z teng qurlari orasida kimningdir undan chiroyliroq ekanligi, yoki kimdir aqlliroq bilimli yoki kuchli ekanligi o'smirga yoqmaydi, o'smir doimo barcha yaxshi narsalar men uchun degan fikrni olg'a suradi, bu tasavvur ko'pincha o'smir ruhiyatiga o'z ta'sirini o'tkazmay qolmaydi. Natijada o'smir tajang huda behudaga injiqlik qiladigan, serzarda gap ko'tara olmaydigan psixologik til bilan aytadigan bo'lsak "Agressev" bo'lib qoladi

Kalit so'zlar: Psixologiya, Agressev, Krizis, O'smirlik davri, Murakkablik, Stress, Muloqotchanlik

Bola kamolotidagi bu davr ko'pincha "Qiyin", "Murakkab", "Muhim" davr bo'lib hisoblanadi. Chunki o'smirlik davrida bolada muqim nuqtai-nazarning shakllanmaganligi, hissiyotga beriluvchanligi, mardligi, tantiligi, taqlidchanligi, tanqidga toqati yo'qligi, jizzakiligi bilan ajralib turadi. Shuning uchun ham tashqi ta'sirlarga beriluvchan o'smir o'g'il – qizlarga alohida e'tibor berish talab etiladi. Bu davrga kelib ko'pgina o'smirlarda, o'zidan qoniqmaslik, o'z kuchiga ishonmaslik, o'ziga past baho berish holatlari kuzatiladi. Chunki o'smir endi bola emas, ammo katta ham emas. Shuning uchun ham ularda ham zaif ham kuchli tomonlarni ko'rishimiz mumkin. Bu davrda bolalar o'zining kichik emas balki endi katta ekanligini his qila boshlaydi.

O'smirlik bolalikdan kattalikka o'tish davri bolib, fiziologik va psixologik jihatdan o'ziga xos xususiyatlari bilan xarakterlanadi. Bu bosqichda bolalarning jismoniy va pisixik taraqqiyoti tezlashadi. O'smirlik davrida yetakchi faoliyat bu "O'qish", "Mehnat qilish" va "Muloqotchanlik" ustun bo'lib hisoblanadi. Demak o'smirlik davrida bolaga ko'proq kitob o'qish, mehnat qilish o'zi uchun qiziqarli bo'lgan mashg'ulot bilan shug'ullanish biror bir kasb yoki hunarga yo'naltirish muomula madaniyatini shakllantirishga katta ahamiyat berishimiz kerak bo'ladi. Shu bilan birgalikda bolaning aqliy faoliyatini o'stirish boshqalar bilan muomla munosabatlarini shakllantirish maqsadida u bilan do'stona munosabatda bo'lish talab etiladi.

O'smirlik davri bolalardan o'tish ya'ni "Krizis" davri deb ham ataladi. Shuning uchun ham bu davrda farzand va ota-ona o'rtasida yoki o'qituvchi va o'quvchi o'rtasida turli xil kelishmovchiliklar, qiyinchiliklar, nizolar va bir-birini o'zaro tushunmaslik holatlari ko'plab uchrab turadi. Bunday muammoli vaziyatlarni bartaraf

etish uchun kattalardan ma'lum bir pedagogik va psixologik bilimga ega bo'lish talab etiladi. Ota-onalar bunday paytda shoshilmasdan aql bilan ish tutishlari lozim.

Bu davrda bola ijtimoiy faol yuqori darajada ta'sirchan va yangiliklarga intiluvchan bo'ladi: ularda tevarak atrofini, borliqni, ijodiy qayta qurishga bo'lgan intilish, qiziqqonlik, sabrsizlik, bemulohazalik, barcha narsani inkor etish, o'zining fikrini ma'qullash, o'ziga yuqori baho berish holatlarini ko'rishimiz mumkin.

Yoshlarni ichki dunyosi ularning turmush tarziga ta'sir ko'rsatadi. Shu bois yoshlar psixologiyasini bilmay turib ularga ijobiy yoki salbiy baho bera olmaymiz. Shuning uchun ham biz kattalar o'smir yoshidagi o'g'il-qizlarning psixologik va fiziologik o'zgarishlarga doimo ahamiyat berib ularni qo'llab quvvatlab turishimiz lozim. O'smirlik balog'atga yetish davri bo'lib, bu davrda yangi hislar, sezgilar va jinsiy hayotga ta'luqli chigal masalalar ham paydo bo'la boshlaydi. Buning ta'sirida o'smirning xarakteri, atrofdagi kishilar bilan muomilasi, jamiyatdagi sodir bo'layotgan voqea hodisalarga munosabati tez o'zgarib boradi. Bunday vaziyatlarda ota va ona bolani to'g'ri tushunmasligi uning holatiga noto'g'ri baho berishi yanglish fikr bildirishi natijasida salbiy holatlar ham kelib chiqadi. Ushbu kelishmovchiliklarning asosiy sababi o'zaro bir-birni to'g'ri tushuna olmaslikdir.

Bola psixik taraqqiyotidagi keskin o'zgarishlar yangidan-yangi ehtiyojlarni paydo bo'lishi va ularning vaqtda qondira olish imkoniyatining yetishmasligi hamda yon atrofdagilarning o'smir bilan ehtiyotkorona munosabatda bo'la olmasliklari salbiy holatlarni kelib chiqishiga asosiy sabab bo'lishi mumkin. Bu davrga kelib jinsiy bezlar faoliyati ham kuchayadi goho o'smirlarda axloqan tubanlashuv holatlari ham kuzatilishi mumkin. Shuning uchun ham biz kattalar doimo bolalar bilan yaqindan do'stona munosabatda bo'lib, ularning ichki kechinmalari hissiyotlarini to'g'ri baholay olishimiz, o'zimizning yoshligimizni ko'z oldimizga keltirib bu holatlar tabiiy bir hol ekanligini to'g'ri tushuntira olishimiz lozim. O'smirlarni ko'proq badiiy kitob o'qishga, vaqt ajratishlarini ta'minlash, ularga sog'lom turmush tarzini yo'lga qo'yish eng samarali yo'l bo'lib hisoblanadi. Bu yoshda bolaga ko'proq maqtash, uning kichkina yutug'ini ham rag'batlantirib qo'llab-quvvatlash, bolani ijod qilishga, mustaqil bo'lishga undash ularni yanada ruhlantiradi hamda katta yutuqlar sari qadam tashlashga undaydi. Bu bolada tashkilotchilik, ish bilarmonlik, tadbirkorlik va shunga o'xshash ijobiy fazilatlarini shakllantirishda muhim ahamiyatga egadir. Bu yoshda o'smir shaxs bo'lishni, jamiyatda ideal inson bo'lib, qahramonliklar ko'rsatishni xohlaydi, ammo bunga erishish uchun u kattalar ko'magiga muhtoj bo'ladi. Shuning uchun ham biz kattalar ota-onalar ularga o'zimiz o'rnak va namuna bo'lib ularni qo'llab –quvvatlashimiz, bor mehrimizni ayamasdan farzandimiz uchun vaqt ajrata olishimiz, ular bilan yurakdan gaplashib, o'smir qalbiga yo'l topa olishimiz lozim.

Ota-ona doimo o'z farzandiga shaxsiy namuna bo'la olishi kerak. Chunki qush uyasiga ko'rganini qiladi. Agar biz farzandimizga o'rgatmas dan turib biror bir narsani talab qilsak "Yerga urug' qadamasdan turib hosil kutgan" bo'lamiz. Ya'ni bu birovga qarz bermasdan uni so'rash bilan barobardir. Shunday ekan biz ota-onalar har qanday muammoni sabr-toqat bilan, tinch yo'l bilan hal etib o'zaro kelishmovchiliklarimizni farzandlarimizga bildirmasdan hal eta olishimiz lozim. Bola ruhiyati juda nozik. Uni ruhiyatiga salbiy ta'sir ko'rsatadigan ish qilsak bu

bolamizning kelajagiga bolta urish bilan barobar bo'lib hisoblanadi. Har bir ota-ona farzandiga tarbiya berayotga ekan so'zi va qilayotgan hatti- harakati uning hayotiga qay darajada ta'sir ko'rsatishini bilishi lozim. Ota-ona farzandini ulg'aytirish uchun fidokorlik ko'rsatishi kerak. Fidokorlik bu doimo muhofazakorlik degani emas, balki bola xato qilsa uning xatosini natijasi nima bilan tugashi mumkinligini o'rgatish hamda bolani xato qilmaslikka undashdan iborat bo'lishi kerak. Masalan, bola bir ishxonaning oldida koptok tepayotgan edi. Bir payt noto'g'ri zarba berdi. Natijada koptok kelib ishxonaning oynasini sindirdi. Otasi o'g'lini chaqirib, endi oynani pulini qanday to'lamoqchisan? deb so'radi. Bola boshini ko'tarmasdan dada kunlik pulimdan ola qoling dedi. Bola qilgan ishidan pushaymon bo'lganicha boshini quyi solib tashqariga qaradi. Uni ishxona yaqinida turgan bobosi chaqirdi. Sekingina; "Ota-onangdan xafa bo'lma o'g'lim, oynaning pulini o'zim beraman" dedi. Hozirgina qilgan ishidan pushaymon bo'lgan bola yana o'sha yerda koptok o'ynay boshladi. Dadasi bermoqchi bo'lgan mas'uliyat hissi bekor ketdi. Bobosining noto'g'ri harakati sabab bola to'g'ri harakat qilishni o'rgana olmadi.

Bunday vaziyatda faqat ota-ona emas, bobo-buvilar ham bolani muhofaza qilmasligi kerak. Faqat to'g'ri yo'l ko'rsata olishi lozim. Ba'zi otalar bola tarbiyasini onaning zinmasigatashlab qo'yishadi. "Men pul topaman, oila xarajatlarini qoplayman, onasi bola tarbiyasi bilan shug'ullansin" deb o'ylaydi. Bu holatni quyidagiga o'xshatish mumkin. Agar qayiqning bir tomonida eshkak bo'lsa-yu, ikkinchi tomonda bo'lmasa u turgan joyida gir aylanib turaveradi. Yoki bir gulni qorong'u joyga qo'yib, faqatgina unga suv bersangiz bu gul chirydi, oxir oqibat bu gul quriydi. Agar quyosh nuri ostiga, qo'ysak gullab yashnaydi. Demak ota-ona mehri quyosh nuri o'rnini bosadi. Bola oilada mehr ko'rmasa, unga yetarlicha e'tibor qaratilmasa, u kundan kun g'amgin va tushkun holatda yuradi. Bu holat bora-bora bolada deprissiya yoki stress holatini keltirib chiqaradi.

Natijada bola jahldor, tajovuskor bo'lib qoladi. Hamma narsa unga ahamiyatsizdek tuyuladi. O'z qobig'iga o'ralib qoladi. Bunday umidsizlik harakatlari davom etgani sari bolada "Qobibiyatim yetarli emas" degan hissiyot paydo bo'ladi. Demak, bu holat boladagi umid uchqunlari so'nishiga sabab bo'ladi. Bola ota-onasini tasavvurida paydo bo'lgan fikr endi aslo o'zgarmaydi deb biladi", men ularning bu tuyg'usi va fikrini o'zgartira olmayman degan fikr bola ruhiyatiga salbiy ta'sir ko'rsata boshlaydi. Bu esa bolaning o'zidan qoniqmaslik, o'z-o'zini to'g'ri baholay olmasligi, natijada ko'pgina salbiy holatlarga yo'l qo'yishiga olib keladi. Bu holatning tagiga chizib alohida urg'u berish kerakki. Agar farzandingiz bilan o'rtangizda kelishmovchilik bo'lsa, siz kurashishni to'xtating. Bu holatda bir oz sabrli va bosiq bo'lishda harakat qiling. Farzandingiz bilan o'rtangizdagi munosabatni yumshating. Chunki, bola ota-onasi tomonidan e'tibor ko'rmayotgan, o'zaro kurashlarda mag'lub bo'layotgan va doimiy qasos tuyg'usi bilan yashayotgan bo'lsa, oxir oqibat nima qilishni bilasizmi? U yo o'zini joniga qast qiladi yoki odamoviy bo'lib qoladi. Bola bu harakati bilan "mayli sizlar g'olib chiqdinglar" deydi. U qilayotgan harakati bilan ota-onasining e'tiborini tortmoqchi bo'ladi. Ayniqsa 10-18 yosh oraliqidagi bolalarning ota-onasidan qasos olish uchun songgi chora sifatida o'z joniga qast qilganliklarini ko'rishimiz mumkin. Bunga yo'l qo'ymasligimiz kerak, axir ular bizning farzandlarimiz. Ular uchun hamma

narsadan hatto jonimizdan kechamiz. O'z muammolarimiz va qiyinchiliklarimizni unutilib farzandimizdagi bu muammolarni ko'rmaslikka olib, nega unga imkoniyat bermasligimiz kerak. Hayotda hammamiz xato qilamiz. Xatolarimiz bizga saboq beradi, to'g'ri yo'l ko'rsatadi, keyingi safar shu xatoni takrorlamaslikka o'rgatadi. Ammo xatolardan to'g'ri xulosa chiqarmaslik insonni boshi berk ko'chaga kiritib qo'yadi. Bu esa xatolar ustiga yana xato qilishga imkon yaratadi. Shundoq ham noto'g'ri yo'lda turgan odam hech qanday muammoni yecha olmaydi. U stress holatida bo'lib asablari taranglashadi. Asablar tarang bo'lib turganda aql qanday ishlashi mumkin. Chunki stress holatida ong faqat stressda chiqib ketish yo'lini qidiradi. Odam boshi gangib nima qilayotganini o'zi ham bilmaydi. Oxiri bunday kishilar har xil ayanchli voqealarni boshidan kechirishiga to'g'ri keladi. Hamda o'z hayotini o'zi barbod qiladi. Bunday holatlarni oldini olish uchun, biz ota-onalar nihoyatda xushyor va sergak bo'lishimiz kerak. Farzandlarimizni yoshligidan sabrli, irodali, mehnatkash bo'lishiga o'rgatib borishimiz lozim. Oilada samimiy munosabat yo'lga qo'yilgan bo'lsa, ota-ona fikri bir joydan chiqsagina bunday oilada tarbiya topayotgan bolalarning kelajagi porloq bo'ladi. Aziz ota-onalar bizlarga ollox eng buyuk ne'mat bo'lmish farzand ato etgan ekan, biz bu ne'matni bizga nasib etganiga shukrona keltirib, doimo farzand tarbiyasidek masuliyatli ishga befarq, loqayd bo'lmasdan, ularni kelajagini o'ylab, bor imkoniyatdan unumli foydalanib, o'z mehr-muhabbatimizni ayamadan, to'g'ri yo'lga boshlab boraylik. Bu yo'lda hech qachon adashmasligi uchun ularga o'rnak va namuna bo'la oladigan darajada madaniyatli va ma'rifatli bo'laylik.

Hozirgi kunda shiddat bilan rivojlanib borayotgan davlatimizning rahbari SH. M. Mirziyoyev yoshlarga yaratib berayotgan sharoitlardan unumli foydalanib, mana shu o'zgarishlarga o'zimizni oz bo'lsada hissamizni qo'shishga harakat qilaylik. Yetuk farzand tinch va totuv o'zaro hamjihatlik bo'lgan oiladagina kamol topib boradi. Ota-ona o'rtasida iliqlik mehr-oqibat o'zaro hurmat bo'lgandagina farzandlarimiz sog'lom turmish tarzini his qilib, ertangi kunga ishonch, kelajakda ezgu maqsadlar sari dadil qadam tashlay oladi. Oilada har qanday kelishmovchilik bo'lmasin, bu farzandlar tarbiyasiga salbiy tasir ko'rsatmay qolmaydi. Ana shunday muomalarni ota-ona o'zaro tinch holda yechim topishga harakat qilib, jahlgacha erk bermasliklari kerak. Sabrli va irodali bo'lib, o'z vaqtida to'g'ri tarbiya bermasak, kelajakda farzandlarimiz yuzimizni yerga qaratib jinoyat ko'chasiga kirib ketishi mumkin. Bunday harakatlarga sababchi bo'lib qolmaslik uchun, ota-ona farzandlari oldidagi ma'suliyatni chuqur his qilishi kerak. Biz bolalarga yoshligidanoq to'g'ri tarbiya berib bormasak, oxir oqibat farzandlarimiz keltirgan zararni, xatoni bir umr yechimini topa olmasligimiz mumkin. Mana shularni o'ylab ota-onalar ba'zi qiyinchiliklarga sabr bardoshli bo'lib, masalaga aql ko'zi bilan qarashlari lozim. Muhimi oila o'chog'ini arzimagan sabab bilan buzish emas, uni mustahkam qilib qurishdir. Ona otani hurmat qilmas ekan bola ham otani hurmatini joyiga qo'ymaydi. Vaqti kelib onasiga ham hurmatsizlik ko'rsatishi mumkin. Shunday ekan biz onalar ko'proq farzandlarimizga go'zal xulqimiz bilan namuna bo'laylik, oilamizdagi psixologik muhitni, barqarorligini taminlaylik. Ochiq chehra go'zal axloq, muloyimlik sifatlari bilan bezanib, yaxshi inson bo'laylik, o'zimizdan yaxshi nom, go'zal xulqli farzandlarni qoldiraylik. Bu farzandlar zero xalqimiz koriga

yaraydigan komil insonlar bo`lib yetishishiga zamin yaratib berish burchimiz ekanligini unutmaylik!

Adabiyotlar ro'yxati

1. “O’smirlik davri psixologiyasi” haqida tushuncha. 2011y
2. A.Zunnova “Oilada bola shaxsini shakillantirish.T: “O’zbekiston”2006 y
3. M.Qurbonov “Milliy tarbiya”T: “Ma’naviyat”2007y
4. K.Ergashiyev “Yoshlarning ma’naviy tarbiyasi”T: “Ma’naviyat” 1998 y

TOLIQ EMES SHAŃARAQ PERZENTLARINE MOBIL TELEFONLAR HÁM INERNETTIŃ SOCIAL PSIXOLOGIYALIQ TÁSIRI

*Kemalbaev Qonisbay Kemalbay uli
Kegeyli rayoni XBB qararli 5-sanli mekteptiŃ psixologi*

Kùn sayin jedel rawajlanip baratirġan axbarat ásirini zamanagoy texnikalardan paydalanbawdiŃ yáki olarġa mùrajat etpewdiŃ hesh bir ilaji joq. Sebebi, insan dunya qarasininŃ formalaniwi , ruwxiy álemininŃ jánede keñiyiwinde , ásirese kompyuter texnologiyasi tiykarġi qural bolip qalmaqta. Bul bir tárepten quwanarli jaġday . Bugingi künde biz jaslar mine sonday ùlken imkaniyatlardan qalegenshe paydalanip , oqiw yamasa jumis dawaminda waqtimizdan bir qansha ónimli paydalanip atirmiz. Házirgi kùn kóz-qarasinan qarayuġin bolsaq, awelden aq global tarmaqqa aylanip ulgergen internet óziniŃ tezligi , shegara bilmesligi menen ġalaba –xaliq qurallari arasinda eŃ tiykarġi tarwġa aylanip ùlgerdi. Onda iskerligin alip barip atirġan social tarmaqlar: Kun.uz, Daryo.uz, siyaqli saytler arqali hár saatta jurtimiz hám jáhánge tiyisli bolġan eŃ soŃġi jaŃaliqlardan xabardar bolip turamiz. Biraq, pát penen ósip baratirġan pán-texnika ásirinde , internet hám social tarmaqlardinŃ jaqsi tárepleri menen bir qatarda oninŃ jaslar ruwxiyatına , olardinŃ jaŃaliqlarġa shaŃqaq sanasina unamsiz tásiriniŃda guwasi bolip atirmiz. Itibar menen qarasaq , internet kafelerine kóp qatnaytuġin jaslar (ásirese, óspirimler) ol jerge barip , hár túrli buzġinshi ideyalar ruwxindaġi bir-birin uratuġin, bir-birin óltertuġin hár túrli video, klip, kino hám kompyuter oyinlarin kórip atirġanligin kereksiz nárselerge ózlerlininŃ qimbat baxali waqitlarin joqqilip atirġanlarininŃ kóp mártebe guwasi bolip atirmiz. Bunday jaslardi biz internet imkaniyatlarinan toliqġi menen tek bilim aliw ushin paydalanip atir dep ayta alamizba? EŃ ókinerlisi sonda, ayrim itibarsiz ata-analar perzentim internette otirip, bilim alip atir, dep oylaydi. Sol orinda ayrim oqiwshilardinŃ sabaq waqtinda qol telefonlari arqali internet saytlarina kirip , arqayin paydalanip otirwilarina mùnasebet bildirmekshimen. Al endi ápiwayi mobil telefon qanday ziyani jetkeriwi mùmkin? Bu tayansh stanciyasi menen baylanis ushin elektromagnit energiyasin shiġaradi hám bizinŃ miyimiz bul energiyani zarur bir bólimdi ózine aladi. Biz balalar ushin tez-tez qarim-qatnas qiliw ushin emes, bálki internet, qosiq hám oyinlar siyaqli hár túrli funkciyalar menen mobil telefondi satip alamiz. Biraq balaninŃ miyi radiatsiya tarqaliwina miyge kóplew tásir qiladi. Qánigeler mobil telefonlerdi tez-tez isletip atirġan adamlar ushin rawajlanivi

mumkin bolgan kesellikler dizimin dūzdi. Bular qāwipli keselikler, māselen turli awirliqtađi depiressiya, altsgeymer keselikleri, demansiya, turli miy isiwi, shizofreniya hām basqa ólinge alip bariwshi keselikler. Eger balalardi telefonan 5-jildan, 10-jilğa shekem paydalansa kesellik payda boliw shaması kóbiyiwi mumkin eken. Olar telefon óndiriwshilerin rawajlandırıwda medicina hām biologiya mađlıwmatların esapqa alıwdı usinilip atir, mobil telefonlardıń rawajlanıwı menen shuđıllanıwadı, bunda balanıń texnikalıq qorǵawı támiyinlengenligi, sonıń menen birge, onı qorǵaw rejiminde qóllaw múmkinligin usınıs etedi. Bul zárúrli apparattan waz keship bolmaydı, sol sebepli keminde baylanıs sessiyasınıń waqtın kemeytiwdi úyreniw gerek. Mobil telefondı satıp alıp atırǵanda, telefondıń radiatsiya dárejesine itibar berin hām minimaldı saylań. Bir qatar ekspertlerdin atap ótiwinshe, ishki antennalarga iye katlama telefonları kemrek radio tolqınların shıǵaradı, sol sebepli sırtqı antennali telefon apparatlarınan kóre densawlıq ushın qāwipli esaplanadı. Radiatsiya kólemin kemeytiw ushın minigarnituradan paydalanıń. Usınıń menen birge, telefondı sumkani yamasa sırtqı kiyimdegi qaltasına qoyıń. Avtomobilde siz sırtqı antennani ornatiwıńız múmkin - hām baylanıs jaqsılanadı hām nurlanıw azayadı. Bunnan tisqari, jalǵanıw ornatiłǵanda, radiatsiya maksimal shıńǵa etip baradı, qulaǵingizga jaqın waqıtta telefondı tutpań. Balalardıń bas súyeki úlkenlerdikinen kóre náziklew, miy ósip baradı hām turaqlı rawajlanıp, átirapdađı barlıq tásirinlerdi aktiv túrde ózine sińiredi. Kútiw rejiminde mobil apparat uyqı fazasını buzadı. Ádette shańaraqta social iskerlikti asiriw bala shidamlılıǵın shiniqtiriw arqalı ámelge asiriladi. Sebebi kóbinshe ake yamasa ana balalardıń aqıllı, bolıp jetilisiwine itibar berip, onıń ruwxiyatın hāmde fizikalıq quwatın asiriwǵa, shidamlılıǵın bekkemlewge itibarsizliq qiladi. Bunıń aqibetinde bala turmis soqpaqlarında tez surnigetugin, turli joqarida korsetilgen jaǵdaylarda qiyinshiliqlardi jeńe almaytuǵın, ruwxiyati mort bolıp úlkeyedi. Mektep jasındađı toliq emes shańaraq perzentleri internet saytlarınan hāmde hár túrli oyınlar, social tarmaqlardan shıǵa almay qalǵan. Olardıń akeleriniń yamasa anasınıń joqlıǵın yamasa olardıń ornın socil tarmaqlar toliqtiradi hām waqtınıń qalay ótip atırǵanlıǵında bilimiy qaladi. Mekteplerin pitkergennen soń social oratalıqqa aralasiw processi qiyin keshedi sebebi, olardi bilim aliwǵa, kitap qumarlıqqa tartiwimiz gerek, sırtqı dunya virtual dunyadan paqili rawishte adamlar menen qaraim-qatnas ornatiw hāmde keyingi joqari oqıw orınlarında oqıwların dawam etiw ushın mobil telafonlar hām internet óz tásirin tiygizebey qoymaydı. Menin pikirimshe oqıwshılar qimbat bahali waqıtların internet hāmde social taramaqlarda ótkergen kóre, ózleri qiziqqan sport, pán dógereklerine qatnasıp yamasa keleshete ózlerin qiziqtırǵan kásibi boyınsha gerekli ádebiyatlardi alıp oqısa anaǵurım keleshete paydasi tiyedi. Albette, házirgi zaman axbarat texnologiyaları ásiri degen menen hámme nárseniń shegarası, norması menen paydalanılsa maqsetke muwapiq bolar edi. Social tárbiyanıń tiykarǵı mánisi hām wazıypasida baladađı social iskerlikti asiriw arqalı ondađı jaqsı páziyetlerdi sáwlelendiriw bolıp esaplanadi.

Paydalanılǵan ádebiyatlar

1. V. Karimova "Oila psixologiyası" Tashkent 2007 54-b
2. N. Egamberdieva "Social pedagogika" Tashkent 2009 106, 118-b

MEDIATA'LIM MEDIAMADANIYAT ORQALI MADANIYATLARARO KOMMUNIKATSIYANI YUZAGA CHIQARMOQDA

Mamanabiyeva Shahrizoda

O'zbekiston davlat jahon tillari universiteti 2-bosqich magistranti

Annotatsiya: Ushbu maqolada mediata'lim haqida ma'lumot keltirilgan va madaniyatlararo kommunikatsiya jarayonida mediamadaniyatning tutgan o'rni yoritib berilgan. Mediata'limni yuzaga keltirish, uning yutuqlari va kamchiliklari haqida ma'lumotlar berilgan. Mamlakatimizda mediata'limni rivojlantirish uchun taklif va xulosalar berilgan.

Kalit so'zlar: mediata'lim, mediamadaniyat, madaniyatlararo kommunikatsiya, madaniyat, muloqot.

**Медиаобразование способствует межкультурному общению через
медиакультуру**

Маманабиева Шахризода

Аннотация: Эта статья содержит информацию о медиаобразовании и подчеркивает роль медиа-культуры в межкультурной коммуникации. В нем представлена информация об истоках медиаобразования, его успехах и недостатках. Даны предложения и выводы по развитию медиаобразования в нашей стране.

Ключевые слова: медиаобразование, медиакультура, межкультурная коммуникация, культура, коммуникация.

**Media education promotes intercultural communication through media
culture**

Mamanabiyeva Shahrizoda

Annotation: This article provides information about media education and highlights the role of media culture in intercultural communication. It provides information on the origins of media education, its successes and shortcomings. Suggestions and conclusions for the development of media education in our country are given.

Keywords: media education, media culture, intercultural communication, culture, communication.

Zamonaviy dunyoni ommaviy axborot vositalari — mediasiz tasavvur etish qiyin. Media — bosma nashr, matbuot, televideniye, kinematograf, radio, ovoz yozish va Internet tizimini o'z ichiga oladi. Oxirgi yarim asrda inson hayotida media asosiy o'rinni tuta boshladi.

Dunyo axboriy jarayonida muhim o'rin tutayotgan media nima? Uning qanday nazariy asoslari mavjud? Zero, istalgan pedagogik faoliyatning nazariy asoslari bor. Bugungi kunda mediata'lim bo'yicha o'ndan ortiq konsepsiyalar yaratilgan bo'lsa-da, uning turli yo'nalishdagi pedagogik tajriba to'planmasini yaxlit holga keltiruvchi yagona nazariyasi mavjud emas (A.V.Sharikovning fikri). Lekin shu bilan birga, mediata'lim nimaligiga aniqlik kiritish, uning ko'ptarmoqli pedagogik faoliyatdagi

o‘rnini ko‘rsatish, maqsadi, vazifalari, kopseptual asoslarini aniqlash maqsadida ko‘plab izlanishlar amalga oshirilmoqda.

Shu bois, mediata’limning nazariy asoslarini pedagogikada ham, jurnalistikada ham chuqur tatqiq etish darkor. Rossiyaning “Mediaobrazovaniye” jurnalining har bir sonida mediata’lim nazariyasi va amaliyotiga taalluqli ilmiy maqolalar chop etiladi. Xususan, K.E. Razlogovning “Что такое медиаобразование?” sarlavhali materiali chop etilgan va unga N.B.Kirillova, A.P.Korochenskiy S.N.Penzin, A.V.Sharikov kabi olimlar munosabat bildirgan. Ularning muhokamasida mediata’lim kinota’limi sifatida paydo bo‘lganmi, yo‘qmi degan savolga javob izlanadi.

Aslida ayni kunda mediata’limning nimaligi, maqsadi va vazifalari keng miqyosda o‘rganilmoqda, salmoqli natijalarga erishilgan. “Vikipedia” elektron qomusida berilishicha, mediata’lim — ommaviy axborot vositalari — matbuot, televideniye, radio, kinematografiya, Internetni o‘rganishdir. Bu boradagi bilimlar nafaqat soha uchun kadrlarni yetkazib berish uchun, balki axborot texnologiyalariga murojaat etadigan har bir insonda mediasavodxonlik — mediamatnlarni tahlil etish, baholash va yaratish ko‘nikmasini shakllantirish uchun xizmat qiladi.

Mediata’lim termini tor mazmunda ta’limning umummadaniy tarkibiy qismi sifatida qo‘llaniladi. U umumiy ta’limning maqsadlariga muvofiq keladi. Mediata’lim so‘zining sinonimi sifatida pedagogikada mediamadaniyat va axboriy madaniyat so‘zlari ham qo‘llaniladi. Ta’limning yangi yo‘nalishi, bir so‘z bilan aytganda, ommaviy axborot va kommunikatsiya sohasidagi ta’limdir.

Mediamadaniyat — shaxs madaniyatining tarkibiy qismlaridan biri bo‘lib, uning ommaviy axborot vositalari bilan o‘zaro aloqasini boshqaradi(L.M.Bajenova). Ommaviy axborot vositasi esa sub’ekt sifatida pedagogikaning insonga ko‘p tomonlama ta’sir etuvchi ijtimoiy pedagogik tizimidir(I.A.Dones)

Mediata’lim dunyoning istalgan davlati fuqarosining erkin fikrlay olishi va axborot qabul qilishi huquqining ajralmas qismi bo‘lib, u demokratiyani mustahkamlovchi vositadir. Mediata’lim barcha mamlakatlarning milliy ta’lim tizimi rejalariga, shu bilan birga, nodavlat, qo‘shimcha va hayotiy ta’limga kiritilishi lozim”. Ushbu hujjat asosida hozirgi kungacha dunyoning AQSH, Avstraliya, Rossiya va boshqa o‘n ikki davlatida mediata’lim majburiy fan sifatida o‘qitilmoqda.

Mamlkatimizda mediata’lim pandemiya davrida ancha rivojlandi. Ayniqsa, muhtaram Prezidentimiz Shavkat Mirziyoyev tomonidan ilgari surilgan maktab o‘quvchilari uchun yartilgan “Online maktab” loyihasi mediata’lim rivojini yana bbir bosqichga ko‘tardi.

O‘zbekiston uzluksiz ta’lim tizimida esa mediata’limdan foydalanish samaradorligini oshirishga maktabgacha ta’lim muassasasi — maktab — litsey, kasb-hunar kolleji, shuningdek, oliy o‘quv yurtlarida e’tibor qaratish maqsadga muvofiqdir. Bunda biz quyidagi taklif-xulosalarni berib o‘tamiz:

1. Maktabgacha ta’lim muassasasida:

— Bolaning yoshi va rivojlanishidan kelib chiqib, mediani turlarga ajratishga o‘rgatish:

A) Verbal — ko‘rish va kuzatish: turli multfilmlar, bolalar uchun dasturlar va ko‘rsatuvlarning asl mohiyatini tushuntirish;

B) Noverbal — eshitayotgan axborotlari: ertak, afsona, hikoya va she'rlarining mazmunini sharhlash;

V) Audiovizual — radiodasturlar, ovozli yozib olingan disklardagi ma'lumotlarni bolalarga tushunarli tarzda, real hayot bilan bog'lab sharhlab berish.

— ushbu media turlariga mansub axborotlarni tarbiyaviy ahamiyatini to'raligicha, soddalashtirilgan holda bola ongiga yetkazish, eng muhimi bolani real hayot va vizual olamning farqini anglashga o'rgatish zarur.

2. Boshlang'ich va o'rta (5-6) sinflarda:

— media shakllari va vositalarini tanlay olish(masalan, fotografiya, rasmlar, jurnal illyustratsiyalarini tanlash va farqlash);

— Vizual matn yoki qisqa syujet rejasini tuzish va aniqlash (fotografiya, video, komiks, ertak, kompyuter grafikasi va h.k)

— O'z medialoyihasi taqdimotini tayyorlash va taqdim etish.

3. Maktabning yuqori sinflarida:

— surat asosida turli syujetlar yaratish(surat shakli va elementlarini o'zgartirgan holda);

— Mavjud mediashakllardan foydalanish yuzasidan qarorlar qabul qilish (fotografiya, video, matbuot va h.k), o'z qarorlarini muhokama qilish va asoslab berish;

— O'z medialoyihasini bajarish va taqdim etish.

4. Akademik litsey va kasb-hunar kollejlarda:

— Maxsus matnlar va "xabarlar" jo'natish shakllari va texnologiyalaridan foydalanish asosida tajribalar o'tkazish;

— Mediamatnlar tuzish va rejalashtirishda turli texnikadan foydalanish, natijani aniq va tanqidiy tahlil qilish;

— Maxsus auditoriyaga mo'ljallangan mediamahsulotlarni o'sha auditoriya qanday qabul qilishini oldindan ko'ra olgan holda yarata olish;

— O'z medialoyihasini bajarish va taqdim etish.

Bunday natijalarga erishgandan so'ng oliy o'quv yurtlariga qadam qo'ygan sobiq o'quvchilar murakkab mediamahsulotlarni ajratish, ularning qay maqsadda va nima sababli tarqatilayotganini to'g'ri anglash hamda axborotlarga oqilona yondashish ko'nikmalariga ega bo'ladilar. Mediamatn yarata olgan bola, o'quvchi unga tanqidiy qarash bilan muomala qila oladi. Eng asosiysi, ular mediamadaniy immunitetga ega bo'ladi. Ta'lim oluvchilarda tarkib topgan mediamadaniyat esa ma'naviyat kushandasi bo'lmish ma'naviy tahdidlar, axborot hurujlariga qarshi kurashishda milliy g'oyaning asosiy tayanchi bo'lishi shubhasiz. Menimcha bu jurnalistik ta'limni ham yangi sifat bosqichiga olib chiqadi Qolaversa, jurnalistika taraqqiyotining tezlashuviga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Шариков А.В. Так что же такое медиаобразование? // Медиаобразование. 2005. № 2. С. 77.

2. Разлогов К.Э. Что такое медиаобразование?//Медиаобразование. 2005. № 2. С.68-75

3. UNESCO (1999) Recommendations Addressed to the United Nations Educational Scientific and Cultural Organization UNESCO. In Education for the Media and the Digital Age Vienna pp 273-274

MILLATLARARO MUNOSABATLAR DAVLAT SIYOSATINING MEDIADA YORITILISHI

Nurmonova Zebo
O'zDJTU 2-bosqich magistranti

Annotatsiya. Ilmiy maqolada “Millatlararo munosabatlar sohasida O‘zbekiston Respublikasi davlat siyosati konsepsiyasini tasdiqlash to‘g‘risida”gi Prezident farmonida keltirilgan vazifalar ijrosining mediada yoritilishi haqida so‘z yuritiladi.

Kalit so‘zlar: millat, madaniyat, millatlararo totuvlik, madaniyatlararo munosabatlar, davlat siyosati, media, OAV.

INTERNATIONAL RELATIONS STATE POLICY COVERAGE IN THE MEDIA

Nurmonova Zebo
2nd year master degree at UzSWLU

Annotation. The scientific article deals with the media coverage of the implementation of the tasks set out in the Presidential Decree "On approval of the Concept of State Policy of the Republic of Uzbekistan in the field of interethnic relations."

Keywords: nation, culture, interethnic harmony, intercultural relations, public policy, media, mass media.

ОСВЕЩЕНИЕ ГОСУДАРСТВЕННОЙ ПОЛИТИКИ МЕЖДУНАРОДНЫХ ОТНОШЕНИЙ В СМИ

Нурмонова Зебо
Магистрант 2 курса УзГУМЯ

Аннотация. Научная статья посвящена освещению в СМИ реализации задач, поставленных в Указе Президента «Об утверждении Концепции государственной политики Республики Узбекистан в области межнациональных отношений».

Ключевые слова: нация, культура, межнациональное согласие, межкультурные отношения, государственная политика, медиа, СМИ.

So‘nggi yillarda davlat siyosatining ustuvor yo‘nalishlaridan biri — jamiyatda millatlararo totuvlik va bag‘rikenglikni ta‘minlash, do‘stlik muhitini va ko‘p millatli katta yagona oila tuyg‘usini mustahkamlash, yoshlarni Vatanga muhabbat va sadoqat ruhida, milliy va umuminsoniy qadriyatlarga hurmat bilan qarash ruhida tarbiyalash, xorijiy mamlakatlar bilan madaniy-ma‘rifiy aloqalarni kengaytirishga yo‘naltirilgan keng miqyosdagi ishlar amalga oshirildi.

O‘zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasining qoidalari turmushga faol tatbiq etilmoqda. Jumladan, O‘zbekiston Respublikasining Davlat tili haqidagi qonunida boshqa millatlar tilining hurmati o‘z aksini topgan:

“O‘zbekiston Respublikasida davlat tilini o‘rganish uchun barcha fuqarolarga shart-sharoit hamda uning hududida yashovchi millatlar va elatlarning tillariga izzat-hurmat bilan munosabatda bo‘lish ta‘minlanadi, bu tillarni rivojlantirish uchun shart-sharoit yaratiladi. Fuqarolarga davlat tilini o‘qitish bepul amalga oshiriladi.”

Ushbu modda orqali shunga amin bo‘lishimiz mumkinki, davlat siyosatida millatlararo hurmatsizliklar qonun oldida javobgarlikka sababchi bo‘ladi.

Bu qoidalar O‘zbekiston Respublikasining fuqarolari millatidan qat’iy nazar O‘zbekiston xalqini tashkil etishini, shuningdek, O‘zbekiston Respublikasi o‘zining hududida yashovchi millat va elatlarning tili, urf-odati va an‘analariga hurmat bilan munosabatda bo‘lishni, ularni rivojlantirish uchun shart-sharoitlar yaratilishini e‘lon qiladi va kafolatlaydi.

Ushbu maqsadlarda O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasi huzurida Millatlararo munosabatlar va xorijiy mamlakatlar bilan do‘stlik aloqalari qo‘mitasi tashkil etilgan bo‘lib, u o‘z faoliyatini yuritmoqda hamda jamiyatda millatlararo totuvlik va bag‘rikenglikni ta‘minlash bo‘yicha davlat siyosatini izchil amalga oshirib kelmoqda.

Xalqaro va mintaqaviy munosabatlarda davom etayotgan globallashtirish va transformatsiya, dunyoda iqtisodiy, siyosiy, milliy, diniy va boshqa ziddiyatlar kuchayib, axborot va kibermakonlarida qarama-qarshi kurash ortib borayotgan bir sharoitda millatlararo munosabatlar va xorijiy mamlakatlar bilan do‘stlik aloqalarini yanada rivojlantirish sohasida o‘z yechimini taqozo etayotgan bir qator dolzarb masalalar saqlanib qolmoqda.

Millatlararo munosabatlar va xorijiy mamlakatlar bilan do‘stlik aloqalarini yanada rivojlantirish sohasida davlat siyosatini izchil amalga oshirish va yanada takomillashtirish maqsadida, shuningdek, 2017 — 2021-yillarda O‘zbekiston Respublikasini rivojlantirishning beshta ustuvor yo‘nalishi bo‘yicha Harakatlar strategiyasiga muvofiq millatlararo munosabatlar sohasida O‘zbekiston Respublikasi davlat siyosatining asosiy yo‘nalishlari belgilab chiqildi. Ular orasida eng muhim deb hisoblangan yo‘nalishlardan biri “millatlararo munosabatlar va xorijiy mamlakatlar bilan do‘stlik aloqalarini yanada rivojlantirish sohasida O‘zbekiston Respublikasining davlat siyosatini amalga oshirish jarayonida davlat organlari va tashkilotlarining, mahalliy ijro etuvchi hokimiyat organlarining fuqarolik jamiyati institutlari bilan, shu jumladan ommaviy axborot vositalari bilan o‘zaro hamkorligi mexanizmlarini takomillashtirish” hisoblanadi. President Farmonining ushbu bandidan ko‘rinib turibdiki, ommaviy axborot vositalari davlat siyosatini xalqqa yetkazishda ko‘maklashuvchi eng muhim manba hisoblanadi. Farmonning ijrosi yuzasidan OAVda nimalar yuz berganiga to‘xtalsak:

- O‘zbekiston Prezidenti Shavkat Mirziyoyevning 2020-yil 20-oktabrdagi “Mamlakatimizda o‘zbek tilini yanada rivojlantirish va til siyosatini takomillashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi farmoniga binoan O‘zMTRK tizimida “Do‘stlik” axborot-ma’rifiy dasturlar tahririyatini tashkil etish belgilangan;

- O‘zbekiston Milliy teleradiokompaniyasi o‘z ko‘rsatuvlarini o‘n ikki tilda namoyish etmoqda;
- o‘ndan ortiq tilda gazeta va jurnallar nashr etilmoqda.

O‘ylaymizki, mamlakatimizda qabul qilingan “2019-2021-yillarda Millatlararo munosabatlar sohasida O‘zbekiston Respublikasi davlat siyosati konsepsiyasini amalga oshirish bo‘yicha “Yo‘l xaritasi” doirasida amalga oshirilayotgan ishlar millatlararo munosabatlarni yangi bosqichga ko‘taradi, Asosiy qonunimizning g‘oyalari, har bir moddasi barhayot va hayotbaxsh ekanligidan dalolat beradi. O‘zbekistonning millatlararo totuvlikni ta‘minlashdagi boy tajribasi esa, bir qator davlatlar uchun ibrat bo‘lishi mamlakatimizning xalqaro maydonidagi nufuzini ko‘taradi.

Umuman olganda, xalqaro hamjamiyat mamlakatimizning millatlararo totuvlik va diniy bag‘rikenglikni ta‘minlash borasidagi faoliyatini yuqori baholamoqda va O‘zbekiston tajribasiga katta qiziqish bilan qaramoqda. Xususan, O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyev tomonidan 2017-yil 19-sentabr kuni Birlashgan Millatlar Tashkiloti Bosh Assambleyasining 72-sessiyasida bag‘rikenglik va o‘zaro hurmatni qaror toptirish, diniy erkinlikni ta‘minlash, e‘tiqod qiluvchilarning huquqini himoya qilish, ularning kamsitilishiga yo‘l qo‘ymaslikka ko‘maklashishga qaratilgan “Ma‘rifat va diniy bag‘rikenglik” deb nomlangan maxsus rezolyutsiyasini qabul qilish taklif etilishi va ushbu hujjatning 2018-yil 12-dekabrda qabul qilinishi bunga yaqqol misol bo‘la oladi.

Mazkur sohada olib borilgan islohotlar doirasida erishilgan muhim natijalardan biri sifatida 2018-yilda AQSH Davlat departamenti O‘zbekistonni diniy erkinlik borasida “alohida tashvish uyg‘otuvchi mamlakatlar” ro‘yxatidan chiqarganini ko‘rsatish mumkin.

E‘tiborli jihati, 2020-yil 13-oktabr kuni Birlashgan Millatlar Tashkiloti Bosh Assambleyasi sessiyasida bo‘lib o‘tgan saylovlarda O‘zbekiston milliy davlatchiligimiz tarixida ilk bor Birlashgan Millatlar Tashkilotining Inson huquqlari bo‘yicha kengashi a‘zoligiga uch yil muddatga — 2021-2023-yillarga saylandi. Mamlakatimiz uchun Birlashgan Millatlar Tashkilotiga a‘zo 193 davlatdan 169 tasi ovoz berdi. Bu saylovda eng ko‘p ovoz berilgan davlat O‘zbekiston bo‘ldi. Bu ham yurtimizda millati va dinidan qat‘i nazar, inson huquqlarini ta‘minlashga qaratilgan, shu jumladan, millatlararo totuvlik va diniy bag‘rikenglik sohasida olib borilayotgan siyosatning e‘tirofi desak, mubolag‘a bo‘lmaydi.

Bularning barchasi O‘zbekistonning xalqaro munosabatlarda ishonchli va mas‘uliyatli subyekt sifatidagi roli mustahkamlanayotganidan dalolat beradi.

Xulosa o‘rnida ta‘kidlash joizki, mamlakatimizda millatlararo totuvlik va diniy bag‘rikenglik sohasida ijobiy va o‘zaro hurmatga asoslangan muhitni mustahkamlash borasida olib borilayotgan islohotlar natijasida millatlararo va dinlararo munosabatlarning yangi modeli yaratildi. Ushbu model turli millat va din vakillari o‘rtasidagi millatlararo va dinlararo muloqot, konstruktiv yondashuv va barcha fuqarolarning qonun oldida tengligiga asoslanadi.

Shu ma‘noda, so‘nggi yillarda O‘zbekistonda millatlararo munosabatlar va din sohasida amalga oshirilgan keng ko‘lamli islohotlar mamlakatda ushbu sohalarda yangicha yondashuv va strategik maqsadni birlashtirgan tizim shakllanishiga xizmat

qildi. Mazkur tizimning muvaffaqiyati esa yurtimizda tinchlikni saqlash, fuqarolar xavfsizligini ta'minlash, barqaror rivojlanish uchun zamin yaratmoqda. Zero, zamonaviy davlatning bosh maqsadi jamiyatda hamjihatlik va barqarorlik, inson huquq va erkinliklarining samarali himoya qilinishini ta'minlashdan iborat.

Bu borada Asosiy qonunimiz — Konstitutsiya nafaqat jamiyat va davlat taraqqiyotini belgilovchi oliy darajadagi siyosiy-huquqiy hujjat, balki mamlakatimizda yashovchi har bir fuqaroning munosib turmush tarzini kafolatlovchi muhim asosdir.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. “O‘zbekiston Respublikasining davlat tili haqida”gi qonuni (yangi tahriri)
2. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining “Millatlararo munosabatlar sohasida O‘zbekiston respublikasi davlat siyosati konsepsiyasini tasdiqlash to‘g‘risida”gi farmoni

Foydalanilgan internet resurslar:

1. <https://lex.uz>
2. <https://iaau.uz>

YOSHLAR BANDLIGINI TA'MINLASHDA “ISHGA MARHAMAT” MONOMARKAZLRINING AHAMIYATI

Norqulov Fazliddin Allamurod o'g'li
O'zbekiston Milliy universiteti 2-kurs magistranti

Annotatsiya: Mazkur maqolada yoshlarni ish bilan bandligini ta'minlashda muhtaram Prezidentimiz tomonidan ilgari surilgan “Ishga marhamat” monomarkazlarining o‘rni va ahamiyati hamda uning vazifalari yoritib berilgan. “Ishga marhamat” monomarkazlarini takomillashtirish uchun qo‘chimcha taklif va xulosalar keltirilgan.

Kalit so‘zlar: “Ishga marhamat” monomarkazlar, yoshlar, bandlik, yoshlar bandligi, ishsiz yoshlar, iqtidorli yoshlar, oliy ma'lumotli kadrlar.

O‘zbekistonni ijtimoiy-iqtisodiy rivojlanishining hozirgi bosqichida yoshlarning ish bilan bandlik muammosi alohida ahamiyat kasb etmoqda. Bu ko‘p jihatdan O‘zbekiston aholisining tarkibiga ko‘ra yoshlar mamlakati qatoriga kirishi, jumladan, Respublikaning deyarli 60% yaqin aholisini yoshlar tashkil etishi buni izohlaydi.

“Yoshlarni ish bilan ta'minlash masalasi biz uchun hamon eng dolzarb vazifa bo‘lib qolmoqda. Bugungi kunda yoshlar uchun yangi ish o‘rinlari ochish, ularning halol mehnat qilib, daromad topishi maqsadida ko‘p ishlar qilinmoqda. Shunga qaramasdan, bu borada muammolar ham oz emas.” O‘zbekiston Prezidenti Shavkat Mirziyoyev.

Mamlakatimizda ishsiz yoshlar bandligini ta'minlash masalalariga alohida ahamiyat qaratilmoqda. Shu sababli ishsiz yoshlarni talab yuqori bo‘lgan kasblar va tadbirkorlikka o‘qitish, shu asosda biznesini yo‘lga qo‘yishda moliyaviy qo‘llab-quvvatlash tartibini joriy etish uchun “Ishga marhamat” monomarkazlari

shakllantirilmoqda. Bu esa “Ishga marhamat” monomarkazlarining hozirgi kunda naqadar ahamiyatli ekani mavzuning dolzarbligini izohlaydi.

Iqtisodiy faol aholi tarkibidagi yoshlar eng istiqbolli toifa hisoblanib, uzoq muddatli intellektual investitsiya obyekti hisoblanadi. Ular bilim darajasining yuqoriligi, kuchli mehnat motivasiyasi, jo‘shqin jismoniy salohiyat, mehnat bozori talab etayotgan kasb va ixtisoslikka tez o‘qitish va o‘rgatish imkoniyatlari bilan ajralib turadi.

O‘zbekistonda har yili yuz minglab yangi ish o‘rinlari tashkil etilayotganligiga qaramasdan mehnat resurslari miqdori muttasil o‘sib borayotganligi, iqtisodiyotdagi tarkibiy o‘zgarishlar va boshqa omillar mehnat bozorida ishchi kuchi taklifi unga talabdan yuqori bo‘lishiga olib kelmoqda. Ayniqsa, oliy va o‘rta maxsus ta‘lim muassasalarini tugallayotgan yigit-qizlarni ixtisosliklari bo‘yicha ish bilan ta‘minlashda jiddiy muammolar mavjuddir. Bu esa yoshlarni ish bilan bandligini ta‘minlashda jiddiy muammolarni vujudga keltirmoqda.

Shu sababli O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining PQ 4804-sonli “Kambag‘al va ishsiz fuqarolarni tadbirkorlikka jalb qilish, ularning mehnat faolligini oshirish va kasb-hunarga o‘qitishga qaratilgan hamda aholi bandligini ta‘minlashga oid qo‘shimcha chora-tadbirlar to‘g‘risida” qaroriga hamda O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar mahkamasining 183-sonli “Kambag‘al va ishsiz fuqarolarni kasb-hunarga o‘qitish tizimini takomillashtirish hamda mehnat organlari faoliyati samaradorligini oshirish bo‘yicha qo‘shimcha chora-tadbirlar to‘g‘risida” qaroriga muvofiq tashkil etildi. Monomarkazlar o‘z faoliyatida O‘zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi va qonunlariga, O‘zbekiston Respublikasi Oliy Majlisi palatalarining qarorlariga, O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining farmonlari, qarorlari va farmoyishlariga, Vazirlar Mahkamasining qarorlari va farmoyishlariga, Vazirlikning qarorlariga, mazkur Nizom hamda boshqa qonunchilik hujjatlariga, shuningdek, o‘z ustaviga amal qiladi. Quyidagilar monomarkazlarning asosiy vazifalari hisoblanadi:

- band bo‘lmagan aholini servis va xizmat ko‘rsatish, texnika, umumqurilish, qishloq xo‘jaligi sohalari, raqamli texnologiyalar bo‘yicha hamda ichki va tashqi mehnat bozorida talab yuqori bo‘lgan boshqa kasblarga o‘qitish, qayta o‘qitish va malakasini oshirish;

- xorijiy tillarga o‘qitish;

- tadbirkorlik asoslari va moliyaviy savodxonlikka o‘qitish;

- ishchi kasblarini rivojlantirish va ommalashtirish;

- xorijiy ish beruvchilarning talablariga asosan ishchi kuchini tayyorlash;

- kasb faoliyatini amalga oshirish uchun talab qilinadigan bilimlar, mahorat, malaka va ko‘nikmalar, shaxsiy va kasbiy bilim va ko‘nikmalarni baholash;

- xorijda vaqtincha mehnat faoliyatini amalga oshirmoqchi bo‘lgan fuqarolarni kasb-hunarga va xorijiy tillarga o‘qitish, ular bilan oldindan moslashtirish tadbirlarini amalga oshirish, xorijda ishlash uchun talab etiladigan hujjatlarni rasmiylashtirishda ko‘maklashish.

Ushbu vazifalarni bajarish uchun monomarkazlar tomonidan xorijiy tajribaga, kasb-hunarga, tadbirkorlik ko‘nikmalariga va xorijiy tillarga o‘qitishning innovatsion texnologiyalari joriy etish, jumladan:

✓ ishsiz va ish qidirayotgan shaxslarni mehnat bozorining joriy hamda istiqboldagi ehtiyojlari asosida qisqa muddatlarda zamonaviy kasbiy ko'nikmalarga o'qitishning samarali innovatsion dasturlarini ishlab chiqish;

✓ monomarkazlar bitiruvchilarining kasbiy malakasini milliy va WorldSkills standartlari asosida baholash, shuningdek, baholashdan muvaffaqiyatli o'tgan bitiruvchilarga mamlakat hududida va xalqaro darajada tan olinadigan Skills pasporti berilishini yo'lga qo'yish va ularni Tasdiqlangan malakaga ega shaxslar milliy reyestriga o'rnatilgan tartibda kiritish;

✓ kasb-hunarga o'qitish va bilim va ko'nikmalarni baholashga doir turli tanlovlar o'tkazish, WorldSkills standartlari asosida ishchi kasblar bo'yicha milliy va mintaqaviy chempionatlarni o'tkazish;

✓ ta'lim faoliyatini amalga oshirish huquqiga ega bo'lgan, hududlarning asosan qishloq va chekka joylari, chegara hududlarini qamrab olgan holda ishsiz va ish qidirayotgan shaxslar, ayniqsa, kambag'al fuqarolar, yoshlar va xotin-qizlarni kasb-hunarga, xorijiy tillar yoki tadbirkorlik ko'nikmalariga o'qitishni zimmasiga olgan, o'quv dasturi va qo'llanmalariga ega, o'qish jarayonida axborot-kommunikatsiya vositalaridan va innovatsion o'qitish uslublaridan keng foydalanadigan nodavlat kasb-hunarga o'qitish muassasalari bilan hamkorlik qilish;

✓ band bo'lmagan aholini ish bilan ta'minlashga doir hududiy va tarmoq dasturlarini amalga oshirishda o'z vakolatlari doirasida ishtirok etish;

✓ o'z vakolatlari doirasida xalqaro hamkorlikni yo'lga qo'yish va mustahkamlash;

✓ aholini monomarkazlarda kasb-hunarga tayyorlash, qayta tayyorlash va ularning malakasini oshirish, tadbirkorlik asoslariga va xorijiy tillarga o'qitish, bilim va ko'nikmalarni baholash, ishga joylashtirishga ko'maklashish va xorijga vaqtincha ishga joylashish uchun ketayotgan fuqarolarni tayyorlash masalalari bo'yicha ommaviy axborot vositalari, ijtimoiy tarmoqlarda muntazam targ'ibot-tashviqot va axborot-tushuntirish tadbirlari amalga oshiriladi.

Ko'rib turganimizdek, "Ishga marhamat" monomarkazlari ish bilan band bo'lmagan aholiga, shu jumladan, ishsiz yoshlarga juda keng imkoniyat yaratmoqda. Shu bilan birga ba'zi kamchiliklardan holi emas:

– maktab bitiruvchilarini ishga joylashtirish ko'lamini kengaytirish mexanizmlari shakllantirilmagan;

– kollej va kasb-hunar maktabida o'rgatilayotgan kasblar bo'yicha yangi ish o'rinlari yaratish asoslari keltirilmagan;

– oliy ta'lim muassasalarini tugallayotgan yigit-qizlarni ixtisosliklari bo'yicha ish bilan ta'minlash dasturi ishlab chiqilmagan;

– **yoshlarning ichki migratsiya orqali boshqa mintaqalarda ishlash uchun ko'chib borishlarini rag'batlantirish mexanizmlari yaratilmagan.**

Ushbu muammolarni yechish uchun quyidagi takliflarni keltiramiz:

• oliy ta'lim muassasalariga yillik qabul kvotasi belgilangan vaqtdan boshlab ushbu talabalar o'qishni tamomlagan vaqtigacha mutaxassisliklari bo'yicha yangi ish o'rinlari tashkil etilishining mexanizmlari yaratilishi kerak;

- maktab bitiruvchilarini ish bilan taminlash vazifasi mahalla raisi va hokimiyat organiga yuklatilishi kerak;
- kasb-hunar maktablarida o'rgatilayotgan sohalar bo'yicha yangi ish o'rinlarini yaratayotgan xususiy tadbirkorlarni rag'batlantirish asoslari shakllantirish lozim;
- ichki migratsiyani tartibga solishning huquqiy asoslarini yaratish va yoshlarni ichki migratsiya jarayonida ishtirokini rag'batlantirish zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. O'zbekiston respublikasi Prezidentining "Kambag'al va ishsiz fuqarolarni tadbirkorlikka jalb qilish, ularning mehnat faolligini oshirish va kasb-hunarga o'qitishga qaratilgan hamda aholi bandligini ta'minlashga oid qo'shimcha chora-tadbirlar to'g'risida" qarori Toshkent 2020
2. O'zbekiston Respublikasi Vazirlar mahkamasining 183-sonli "Kambag'al va ishsiz fuqarolarni kasb-hunarga o'qitish tizimini takomillashtirish hamda mehnat organlari faoliyati samaradorligini oshirish bo'yicha qo'shimcha chora-tadbirlar to'g'risida" qarori Toshkent 2020
3. O'zbekiston Respublikasi Vazirlar mahkamasining 183-sonli "Kambag'al va ishsiz fuqarolarni kasb-hunarga o'qitish tizimini takomillashtirish hamda mehnat organlari faoliyati samaradorligini oshirish bo'yicha qo'shimcha chora-tadbirlar to'g'risida" qarori Toshkent 2020
4. O'zbekiston Respublikasi Vazirlar mahkamasining 183-sonli "Kambag'al va ishsiz fuqarolarni kasb-hunarga o'qitish tizimini takomillashtirish hamda mehnat organlari faoliyati samaradorligini oshirish bo'yicha qo'shimcha chora-tadbirlar to'g'risida" qarori Toshkent 2020

Internet manbalar:

- <https://daryo.uz/2017/07/01/shavkat-mirziyoyevning-kamolot-yoshlar-ijtimoiy-harakatining-iv-qurultoyidagi-nutqi/>
- <https://lex.uz/ru/docs/-4945748>

“BOLAJON” TELEKANALINING INGLIZ TILIDAGI KO‘RSATUVLARINING BOLALAR TIL O‘RGANISHIDAGI O‘RNI

Tillayeva Mokhiniso
O'zbekiston davlat jahon tillari universiteti 2-bosqich magistranti

Annotatsiya. Telekanallardagi bolalar uchun ajratilgan kontentning lingvistik tahlili ushbu maqolaning asosini tashkil etadi. Maqolada “Bolajon” telekanalidagi “ABC kids” ko'rsatuvining lingvistik tahlili keltirilgan.

Kalit so'zlar: lingvistika, tahlil, “ABC kids” ko'rsatuvi, ingliz tili, bolalar ko'rsatuvi, “Bolajon” telekanali.

The role of English language programs of Bolajon TV in children's language learning.

Tillayeva Mokhiniso

2nd year master's student of Uzbek State World Languages University

Annotation. The linguistic analysis of the content allocated for children on TV channels is the basis of this article. The article provides a linguistic analysis of the ABC kids show on Bolajon TV.

Keywords: linguistics, analysis, ABC kids show, English, children's show, Bolajon TV channel.

Роль англоязычных программ Bolajon TV в обучении детей языку

Тиллаева Мохинисо

Студентка 2 курса магистратуры Узбекского государственного университета мировых языков.

Аннотация. В основу статьи положен лингвистический анализ контента, выделяемого детям на телеканалах. В статье проводится лингвистический анализ детской передачи ABC на телеканале «Болажон».

Ключевые слова: лингвистика, анализ, детское шоу ABC, английский язык, детское шоу, телеканал Bolajon.

Yurtimizda bolalarga keng imkoniyatlar yaratish, ularni kelajagini yorqin qilish uchun harakat qilish hozirda telekanallar kontentida ham ancha faollashgan. Shu munosabat bilan, MTRK teleradiokanali tarkibida “Bolajon” hamda “Aqlvoy” telekanallari tashkil etilgan. Bu kanallarining tashkil etilishidan asosiy maqsad bolalar atrof dunyoni idrok qilishni, milliy qahramonlar hamda o‘zbek xalqining va jahondagi boshqa xalqlarning dostonlari, eposlari va ertaklari personajlarining tarixi misolida bola ongida ezgulik va adolatni shakllantirib, qaror toptirishga yo‘naltirilgan bilim doirasini kengaytiruvchi va intellektual rivojlantiruvchi teledasturlarni tayyorlash va namoyish etish; bolalarning qiziquvchanligini, intellektual va ijodiy faolligini rivojlantirish, bilim beradigan va ko‘ngilochar-o‘rgatuvchi ko‘rsatuvlarni, intellektual o‘yinlar va viktorinalarni namoyish etish vositasida boshlang‘ich mahoratlarni, aqliy va jismoniy mehnat ko‘nikmalari va madaniyatini shakllantirish; bolalarning atrof dunyoni bilishga, yosh teletomoshabinlarning yoshga oid xususiyatlarini hisobga olgan holda zamonaviy interaktiv shakllar va usullardan, raqamli va multimedia texnologiyalari imkoniyatlaridan foydalangan holda ularning atrofidagi barcha qiziqarli narsalar va yangiliklarni kashf etishga bo‘lgan intilishlarini qo‘llab-quvvatlash; bilim beradigan maxsus teleko‘rsatuvlarni tayyorlash va shu jumladan, o‘zbek tilidagi subtitrlari bilan xorijiy bolalar badiiy, multiplikatsion va ko‘ngilochar-o‘rgatuvchi filmlarni translyatsiya qilish yo‘li bilan bolalarning xorijiy tillarni o‘rganishga bo‘lgan qiziqishlarini rivojlantirish; bolalarda tabiatga va atrof muhitga bo‘lgan qiziqish va mehnatni shakllantirish, uy hayvonlari va parrandalarga, akvarium jonivorlari va xona o‘simliklariga g‘amxo‘rlik bilan munosabatda bo‘lish hamda ularni parvarishlashga o‘rgatish; bolalarga jismoniy madaniyat asoslarini va sport bilan shug‘ullanishga qiziqishni singdirish, ularda sport bahslariga muhabbat tuyg‘usini tarbiyalash, bolalarda sog‘lig‘iga ehtiyotkorlik bilan munosabatda bo‘lishni, zarur sanitariya-gigiena ko‘nikmalarini shakllantirish.

Maqolamizda “Bolajon” telekanildagi “ABC kids” ko‘rsatuvi tahlili asosida bolalarga televideniya orqali til o‘rgatishning ijobiy hamda salbiy tomonlarni yoritib berishni maqsad qildik.

Ko‘rsatuvning yutuqlari haqida aytib o‘tadigan bo‘lsak, ko‘rsatuv huddi maktab darslaridagidek o‘quvchilar bilan birgalikda olib boriladi. Darsni esa ikkita o‘qituvchilar ikki xil tilda olib boradilar, ya’ni, o‘zbek va ingliz tillarida har bir so‘zning tarjimasini bilan birga o‘tkazadilar. Shuningdek, dars boshida uy vazifasi tekshiriladi, dars davomida esa yangi so‘zlar o‘rgatilib, tarjimalari bolalarga yozib beriladi. Yangi o‘rgatilgan so‘zlar yordamida bolalardan gap tuzish talab etiladi. Bu orqali bolalar grammatikani ham o‘rganib oladilar. Bolalarda ingliz tilida gapirish qobiliyatini oshirish maqsadida mavzu tushuntirib bo‘lingach, bolalarga so‘z beriladi. Ular yangi so‘zlar bilan og‘zaki gap tuzib, ularni to‘g‘ri talaffuz qilishni o‘rganadilar. Dars yakunida esa, albatta, uyga vazifa beriladi.

Ko‘rsatuvning lingvistik jihati tahliliga keladigan bo‘lsak, dars mazmunan til o‘rgatishga qaratilgan. Chet tilini o‘rgatishda e‘tibor qaratiladigan deyarli barcha elementlar hisobga olingan. Har bir ko‘rsatuvga jiddiy tayyorgarlik ko‘riladi va albatta, yangi mavzu o‘tilishiga e‘tibor qaratiladi. Grammatika, lug‘at, yozish, gapirish o‘qishning darsning asosiy mazmuni tashkil etadi.

Ko‘rsatuvning “Family” mavzusidagi darsini maqolamizning obyekt sifatida tahlil qilmoqchiz. “Family” mavzusidagi darsi ikkita ko‘rsatuvda namoyish etilgan. Birinchi darsda oilaning asosiy a‘zolari ota(father), ona(mother), qiz farzand(daughter), o‘g‘il farzand(son), aka yoki uka (brother), opa yoki singil(sister) kabi so‘zlar o‘rgatilib, uyga vazifa sifatida esa oila a‘zolari haqidagi kichkina matnni tarjima qilish berilgan. Ikinchi ko‘rsatuv darsning mantiqiy davomi sifatida berilgan bo‘lib, dars boshidayoq uyga vazifa javoblari keltirib o‘tiladi. O‘qituvchilar mavzuni yangi so‘zlarni o‘rgatishdan boshlaydi. Oilaning qolgan a‘zolari ingliz tilida qanday bo‘lishi tarjimasini va qanday yozilishi hamda talaffuzlari bilan o‘rgatiladi. Oila daraxti (family tree) ko‘rsatilib oilaning eng katta a‘zolaridan tanishtirishni boshlaydi: bobo(grandfather), buvi(grandmother), tog‘a yoki amaki(uncle), amma yoki xola (aunt,) qiz bola jiyan(niece), o‘g‘il bola jiyan(nephew) va boshqalar. Bolalar bilan birgalikda so‘zlar tarorlanadi. Yangi so‘zlar bolalar xotirasida mustahkam qolgunicha bir necha bor takrorlanadi. So‘ngra yangi so‘zlar yordamida o‘quvchilar bilan birgalikda gap tuzib, o‘quvchilarning gapirish qobiliyatini o‘stirishga harakat qilinadi. Dars yakunida esa yangi mavzu takrorlanib, uyga vazifa beriladi. Quyidagi savollarga javob berish hamda ularni tarjima qilish topshirig‘i berilgan:

Who is my sister’s son for me?

Who is my brother’s daughter for me?

I have an uncle and an aunt. I love them.

Dar esa o‘qituvchilarning motivatsion inglizcha gaplari bilan tugallangan: *Children are beautiful like flowers, their health is the main happiness in the family. I love you all. See you the next lesson!*

Tarjimasi: bolalar gul kabidirlar, ularning sog‘ligi esa oilaning eng katta baxtidir. Sizlarni barchangizni yaxshi ko‘raman. Keyingi darsda uchrashgucha!

Motivatsion gaplarni bolalar farqlay olmasalarda, bu kabi yoqimli soʻzlar ularni keyingi darsda yana qatnashishga hamda faol boʻlishga chorlaydi.

“Bolajon” telekanalida bolalar uchun atalgan koʻngilochar-oʻrgatuvchi koʻrsatuvlar bir qanchani tashkil etadi. Koʻrsatuvlar nafaqat dars koʻrinishida, balki oʻyinlar bilan birgalikda ham chet tilini oʻrgatishga asoslangan koʻrsatuvlar talaygina.

Foydalanilgan adabiyotlar roʻyhati

1. <https://youtu.be/UpNVycfafXU>
2. <https://learnenglishkids.britishcouncil.org/>
3. <https://learnenglishkids.britishcouncil.org/category/topics/family>

SUITSID HOLATIGA TUSHGAN BOLALARGA PSIXOLOGIK YORDAM

Chuponkulov Husniddin Rajabali o'g'li
Termiz davlat universiteti psixologiya 1 kurs magistranti

Bugungi kunda sogʻlom va barkamol avlodni tarbiyalash eng ustivor vaifalardan biridir. Ruhiy sogʻlom, maʼnaviyati yuksak, jismoniy va aqliy yetuk farzandlar yurt kelajagidir. Hozirgi kunda fan-texnikaning jadal surʼatlar bilan rivojlanishi nafaqat jamiyat hayotiga balki oʻsib kelayotgan yosh avlodning taʼlim-tarbiyasiga ham oʻz taʼsirini oʻtkazmasdan qolmayapti. Buning natijasida oʻquvchi yoshlarimizda psixologik tanglik, qiyin vaziyatlar yuzaga kelmoqda. Albatta bunday tanglik holatlari oʻquvchining jismoniy, psixik va aqliy rivojlanishiga oʻz taʼsirini koʻrsatmoqda.

Tanglik vaziyati-shaxsning psixikasida roʻy beradigan hissiy zoʻriqlarni kuchli darajada namoyon boʻlishidir. Bunday holat shaxsning bilish jarayonlariga, aqliy faoliyatiga, shaxslararo munosabatlar tizimida tutgan oʻrniga bogʻliqdir. Shuningdek, bu holat shaxsdagi xulq-atvor meʼyorlarida ham oʻziga xos oʻzgarishlarni yuzaga keltiradi.

Oʻsmirlarni tengdoshlari oʻrtasida uni qoniqtiradigan oʻziga xos oʻrinni egallashga intilish xulq-atvor meʼyorlariga va referent guruhlar qadriyatlariga yuqori darajada qiziqish bilan qoʻshilishi kuzatiladi. Oʻsmir psixikasidagi oʻtish davri unda bolalik va kattalik xususiyatlarini birgalikda bir vaqtda mavjud boʻlishi bilan izohlanadi. Oʻsmirlik yoshida odatda kichikroq yoshdagilar uchun xarakterli boʻlgan xulq-atvor reaksiyalariga moyillik koʻpincha saqlanib qoladi. Ularga quyidagilar taalluqli:

1.Voz kechish reaksiyasi. U xulq-atvorning oddiy shakllaridan munosabatlar, uydagi majburiyatlar, oʻqish va boshqalardan voz kechishida ifodalanadi. Aksariyat hollarda odatiy hayot sharoitlaridan keskin uzilishlar (oiladan uzilish, maktabni oʻzgartirish) sabab boʻladi.

2.Qarshilik, qatʼiy norozilik, eʼtiroz reaksiyasi. U oʻz xulq-atvorini talab qilinayotganlarga qarama-qarshi qoʻyishida namoyon boʻladi: namoyishkorona mardlik, sababsiz darsga kelmaslik, qochish, oʻgʻrilik qilish va hatto norozilik sifatida amalga oshiriladigan bir qarashda beʼmani boʻlgan 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 sohalaridagina 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.

Bolalar agressiv xatti-harakat namunalarini 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. Haddan tashqari agressiv bolalar o`z tengdoshlari orasidan siqib chiqariladilar. Bunday bolalar o`zlarini ho`rlangandek his qilib, o`zlari kabi agressiv bolalar guruhidan joy topadilar. Bu esa muammoning ustiga yana muammo tug`dirmasdan qolmaydi.

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.

О`smir shaxsida tanglik holatini bartaraf etishga qaratilgan trening mashg`ulotlari

“Niqobni uzat” mashqi

Maqsad: o`smirlarni tetiklashtirish va ularni guruh bo`lib ishlash uchun tayyorlash, ishtirokchilarning o`zlariga ma`qul bo`lmagan kayfiyatdan qutulishlari va to`liq ishga jalb bo`lishlari hamda mashqning guruhda ko`tarinki kayfiyatni uyg`otishiga erishish.

Ko`rsatma: nima qilayotganimni ko`rish uchun menga qaranglar. Men yuzimda biror bir emotsiyani aks ettirishga harakat qilyapman. Mana, masalan, (bunda trener biror qandaydir emotsiyani aks ettirib zudlik bilan guruhning barcha a`zolari ko`rishi uchun aylanadi). Keyin esa men o`zimning chap tomondagi qo`shnimga o`girilaman va u mening yuz ifodamni yaxshilab ko`rib olishi kerak. So`ngra u mening yuz ifodamdagi holatni hech qanday o`zgarishsiz o`zi aks ettirishi lozim. U buning uddasidan chiqishi bilan bir marta aylanib so`ng yangi yuz ifodasi bilan chap tomoniga qarashi zarur. Shunday qilib barcha navbati bilan shu holatni takrorlab boradi.

“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?

Foydalanilgan adabiyotlar

- 1.Abramova G.S. Vozrastnaya psixologiya. Toshkent 2005.
- 2.L.Beknazarova, M.Maxmudova. Ijtimoiy-psixologik trening. Toshkent 2016.
- 3.E.G'.G'oziyev. Psixologiya muammolari. Toshkent 1999.

НОСОҒЛОМ ОИЛАЛАРДА ВОЯГА ЕТМАГАНЛАР ЎРТАСИДА ИЖТИМОЙ МАЪНАВИЙ МУХИТНИ СОҒЛОМЛАШТИРИШНИНГ ПСИХОЛОГИК ХУСУСИЯТЛАРИ

*Джумаева Хурсанд Хабибовна
Тошкент шаҳар Чилонзор тумани 178-ИДУ мактаб психологи*

Ҳозирги кунда носоғлом оилаларда вояга етмаган ўқувчилар ўртасида соғлом психологик муҳитни яратиш ҳозирги куннинг энг долзарб масаласига айланмоқда.

Бундай оилаларнинг келиб чиқиш сабаблари: ота-оналарнинг маълум бир ишга эга эмаслиги, ичкиликка берилган, маълум бир иш ҳақи ҳисобига ишламайдиган, гиёҳванд моддаларни истеъмол қиладиган ота-оналар фарзандлари ижтимоий ва маънавий томондан носоғлом болаларнинг пайдо

бўлишига сабабчи бўлмоқда.

Шу боисдан ҳам “Ҳар қайси миллатнинг ўзига хос маънавиятини шакллантириш ва юксалтиришда, ҳеч шубҳасиз, оиланинг ўрни ва таъсири беқиёсдир. Чунки инсоннинг энг соф ва покиза туйғулари, илк ҳаётий тушунча ва тасаввурлари биринчи галда оила бағрида шаклланади. Боланинг характери, табиати ва дунёқарашини белгилайдиган маънавий мезон ва қарашлар-яхшилик ва эзгулик, олижаноблик ва меҳр-оқибат, ор-номус ва андиша каби муқаддас тушунчаларнинг пойдевори оила шароитида қарор топиши табиийдир.

Мактаб оиладан кейинги энг муҳим ижтимоий муҳит ҳисобланиб, педагогик жамоанинг асосий вазифаларидан бири—ўқувчилар ўртасидаги салбий ҳолатлар ва ноижтимоий хулқнинг олдини олишдан иборат.

Мактабда ота-оналарга хизмат кўрсатиш бўйича уларни қизиқтирган масалалар юзасидан маслаҳатлар бериш мақсадга мувофиқдир. Жумладан, оиладаги тарбияси қийин ўсмирларни тузатишда низоли вазиятларга оид ва бошқа кўпгина масалалар бўлиши мумкин. Бугунги кунда ота-она ва болалар ўртасидаги зиддият ва муаммоларни олдини олиш, бир-бирин тушиниш, оилада илиқлик яратиш энг долзарб вазифалардан бири ҳисобланади. Ёш даврининг ҳар бир босқичида ҳам ўтиш даври кечади. Айниқса, кўпчилик ўсмирларда бу даврдаги ўтиш жараёни жуда сезиларли даражада кўзга ташланади. Оддий одамларнинг қарашида ўтиш даври фақат ўсмирлик ёшидагина кузатилади, деган фикр илгари суриб келинган. Аслида эса, ҳар бир даврнинг ўтиш жараёни бўлади. Лекин бу жараён ҳар кимда ва ҳар ўтиш даври турлича кўринишда бўлади. Шунингдек, ўсмирлик даврида бу кўриниш юқори даражада бўлади. Бу ёшдаги болаларга турлича босим ўтказмасдан, уларнинг фикрлари, қарашлари инобатга олинган ҳолда ёндошишни талаб этади.

Шунинг учун ўсмирларда кузатиладиган оғир ўтиш даври муаммоларининг олдини олиш ва уни бартараф этиш мақсадида ота-оналар йиғилишларида маърузалар, тренинг машғулотлари ва коррекцион машғулотлар билан иштирок этиш зарур. Тренинглар орқали ота-оналарнинг бола тарбиясида йўл қўяётган хато ва камчиликларини кўрсатишлари лозим. Шунингдек, ижтимоий психологик ҳимояга муҳтож ўқувчиларнинг ота-оналарига психологик маслаҳат ишларини ташкиллаштиришлари керак.

Ушбу нуқтаи-назардан мактаб педагогик жамоасининг ҳамкорликдаги ишларни ташкиллаштиришлари юзасидан қуйидагиларни тавсия этамиз:

1. Ўқувчиларнинг ижтимоий малакаси, ижобий қизиқишларини ривожлантириш ва бўш вақтларини ташкиллаштиришга ёрдамлашувчи тадбирларни ўтказиш.
2. Ҳуқуқбузарлик, дарс қолдириш, ўзлаштирмаслик муаммолари бўйича сўровномалар ўтказиш (ташхис қўйиш ва б.).
3. Мутахассисларни жалб қилган ҳолда ижтимоий, тиббий, психолого-педагогик ёрдамга муҳтож болалар ва оилаларни аниқлаш
4. Ота-оналар ва ўқувчилар ўртасида ҳуқуқий тартиб масалалари бўйича тушунтириш ишларини кучайтириш.
5. Мактабда оила ва маҳалла ҳамкорлигида ўсмирлар билан олиб бориладиган тарбиявий профилактика ишларини такомиллаштириш.

6. Фарзандининг ўқиши ва тарбиясида муаммолар бўлган оилаларга ёрдам бериш.
 7. Боланинг давомати ва ўзлаштиришига салбий таъсир кўрсатаётган сабабларни бартараф этишга кўмаклашиш.

Болаларнинг ижтимоий-маънавий психологик муҳофаза қилиш учун қуйидаги психологик маслаҳатлар орқали ота-оналар йиғилишларида, мактаб-педагог жамоаларида мактаб амалиётчи психологлари томонидан ота-оналарга ва мактаб педагогик жамоасида ёритилиб бориши мақсадга мувофиқ бўлар эди улар:

- ✓ Болаларнинг бўш вақтларини тўғри ташкил қилиш;
- ✓ Болаларнинг дарс тайёрлаши учун шароитлар яратиш;
- ✓ Бола билан дўстона муносабатда бўлиш;
- ✓ Биргаликда сайр қилиш;
- ✓ Муаммоларни биргаликда ечиш;
- ✓ Соғлом кун тартибини тузиш;
- ✓ Ўз ҳатти-ҳаракатлари орқали болаларга ўрнак бўлиш;
- ✓ Болани қўллаш-қувватлаш;
- ✓ Спорт билан биргаликда шуғулланиш;
- ✓ Оилада бир-бирига меҳрли муносабатда бўлиш.

Кўплаб педагог олимлар томонидан ўтказилган тадқиқот натижаларига ва илмий хулосалари шуни кўрсатадики, болалар ўзлари яшаётган ҳаёти давомида ундаги муҳит ва шароит унинг шахсий характер хусусиятларини намоён бўлишига сабаб бўлар экан. Педагог Дороти Доу Нолтнинг қарашлари ёхуд болалар ўзлари яшаётган ҳаётдан нимани ўрганишлари ҳақида қуйидагиларни хулоса қилади

- * Агар бола танқид билан яшаса, у айблашни ўрганади.
- * Агар бола адоват билан яшаса, у уришишни ўрганади.
- * Агар бола қўрқувда яшаса, у қўрқоқликни ўрганади.
- * Агар бола афсусда яшаса, у афсусланишни ўрганади.
- * Агар болани устидан кўп кулишса, уятчан бўлишни ўрганади.
- * Агар бола қизиқиш билан яшаса, у ҳавас қилишни ўрганади.
- * Агар бола уят билан яшаса, у ҳадик ва айбдорлик ҳиссини ўрганади.
- * Агар бола қўллаб қувватлаш билан яшаса, у ўзига ишонишни ўрганади.
- * Агар бола бағрикенгликда яшаса, у сабрли бўлишни ўрганади.
- * Агар бола мақтов билан яшаса, у қадрлашни ўрганади.
- * Агар бола тан олиш билан яшаса, севишни ўрганади.
- * Агар бола дўстлик билан яшаса, у ер юзи яшаш учун ажойиб жой эканлигини тан олади
- * Агар сиз осойишталик билан яшасангиз, сизнинг фарзандингиз ҳам осойишталикда яшайди.

Мактаб психологи, маънавий-маърифий ишлар бўйича директор ўринбосарлари, синф раҳбарлари ҳамкорликда ижтимоий психологик муаммолари мавжуд бўлган болаларнинг оилавий аҳволини ўрганиши, мактаб билан ота-она ўртасида узвий алоқани ўрнатиши, ўқув фанлари ўқитувчилари билан алоқани мустаҳкамлаши, ўқувчининг дарсга қатнашини кузатиши, дарсдан ташқари фаолиятини назорат қилиши, турли сўровномалар, савол-жавоблар

ўтказишлари орқали тарбияси оғир болалар билан ишлаш дастури ва режаларини белгилаб олишлари лозим.

O'SPIRINLARDAGI STRESS VA UNI BARTARAF ETISHNING PSIXOLOGIK JIHATLARI

*Xatamova Iroda Suxbatilla kizi
Toshkent shaxar Chilonzor tumani 178-IDU maktab psixologi*

Kundalik hayotning tobora shiddatli tus olayotgani insonga bo'layotgan axborot xurujining ko'pligi, ijtimoiy muammolarning haddan ziyod zidlashuvi natijasida asablarning taranglashishi juda ko'p insonlarni stress holatiga duchor etmoqda. O'z navatiga ko'ra o'spirinlik davri xam udan mustasno emas. Bu kabi muammolar insonlarning yosh davrlar psixologiyasiga ko'ra har xil namoyon bo'ladi. Olimning talqiniga binoan, go'daklik hayvonlarga xos taraqqiyot pallasini qaytarsa, bolalik davri esa qadimgi odamlarning asosiy mashg'uloti bo'lgan ovchilik va baliqchilik davriga aynan mos keladi. 8-12 yosh oralig'ida o'sish davri o'smir oldi yoshidan iborat bolib, toki 12-13 yoshga qadar davom etadi. Bu davr olimlar tili bilan aytganda yovvoyilikning oxiri va sivilizatsiyaning boshlanishidagi kamolot cho'qqisiga hamohangdir. O'spirinlik esa jinsiy yetilishidan (12-13) boshlanib, to yetuklik davri kirib kelgunga qadar (22-25 yoshgacha) davom etib boradi.

Psixologik zo'riqishlar organizmning turli funksional tizimlaridagi o'zgarishlarda namoyon bo'lsa, uning jadalligi yoki kuchi kayfiyatning buzilishidan tortib, oshqozon yarasi yoki yurak infarktigacha olib kelishi mumkin. Hissiy zo'riqishlarning namoyon bo'lishi har bir shaxs uchun turlicha bo'ladi. Kimdadir kayfiyat yoki hayajon bo'lsa, kimdadir stres va tushkunlik ko'rinishida o'tadi. Kun tartibining buzilishi, uyquning qisqarishi, ish vaqtining tungi davrga o'tib qolishi, foydali odatlardan voz kechish, hissiy zo'riqishlarni bartaraf etishning mos keluvchi usullarini topa olmaslikda ko'rinadi. Ijtimoiy rollarga xos vazifalardagi buzilishlar, yaqinlar va do'stlar bilan munosabatga yetarlicha vaqt yetishmasligi, nizolarning kuchayishi, muloqot davomida sezgirlilikning pasayishi, ijtimoiy qoidalarga zid xulq-atvor belgilarining ko'rinishida namoyon bo'ladi. Shuningdek, uzoq muddat hissiy zoriqishda bo'lgan o'spirin ijtimoiy me'yor va standartlarga e'tiborsiz bo'lib qoladi. Hatto o'zining tashqi ko'rinishiga ham e'tibor bermasligi mumkin. Bunda muhim ob'ektlar ustida diqqatning to'planishi qiyinlashadi, tez chalg'ish kuzatiladi.

Ongning doimo hissiy zo'riqishni vujudga keltirgan sabablarini tahlil qilish bilan bandligi, undan chiqish yo'llarini axtarish xotira ko'lamini toraytiradi, zarur materialni qayta esga tushirishni qiyinlashtiradi. Aqliy faoliyatning susayishi stressni vujudga kelishiga ta'sir ko'rsatgan vaziyatdan chiqish yo'llarini topishni cheklaydi.

Bu salbiy ko'rsatkichlarni bartaraf etish eng katta vazifalardan biridir. Psixologiya fanining markaziy kategoriyasi hisoblanmish shaxs ijtimoiy hayotning barcha sohalarida muayyan funksiyalarni bajarish orqali jamiyatning taraqqiyotiga o'z

hissasini qo‘shib kelmoqda. O‘spirinlik davrida psixologik muammolarni bartaraf etish hamda tarbiyalash masalalari hozirgi davrning eng dolzarb muammosiga aylangan. Bugungi kunda kelajak avlodga ta‘sir qilayotgan hamda uning kechinmalarini o‘zgartiradigan ichki va tashqi omillarni ko‘z oldimizga keltirish juda qiyin. Shunday qilib stress o‘zi nima?

Stress – inglizcha (stress) so‘zidan olingan bo‘lib, asabiylik, keskinlik degan ma‘nolarni anglatadi. Asabiylik turli jismoniy va aqliy ishlar xaddan oshib ketishi, xavfli vaziyat tug‘ilgan paytlarda, zarur choralarni zudlik bilan topishga majbur bo‘lganda vujudga keladigan ruhiy holatdir. Stressning psixologik ta‘rifiga kora affektiv holatga yaqin turadi. 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 oqizligiga 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, kabilar shular jumlasiga kiradi. Kishi o‘zining qahr-g‘azabini tevarak atrofdagilarga qo‘llarini musht qilishi, ko‘zlarini chimirib qarash, do‘q – po‘pisali ohang bilan namoyish qiladi.

Stressning sodir bo‘lishiga asosan ikki yo‘nalishdagi omillar sabab bo‘ladi:

Ish faoliyatidan qoniqmaslik stressga sabab bo‘luvchi eng muhim omillardan hisoblanadi. O‘spirin undan nima kutilayotganligini, bu ishni qanday qilish kerakligi va bu ish qanday baholanishini bilsagina xotirjam ishlaydi. Ish qobiliyati va omadsizlik inson salomatligiga qattiq ta‘sir ko‘rsatadi. Haddan tashqari ko‘p ish yoki, aksincha, ishsizlik xam stressga olib keladi. Bunday sabablar tufayli sodir bo‘lgan asabiylashish eng ko‘p tarqalgandir. Tekshirishlar shuni ko‘rsatadiki, ish qancha qiziqarli bo‘lsa, inson shuncha kam bezovtalanadi, kam betob bo‘ladi. Yana bu sabablarga qo‘shimcha yomon ish sharoitlari, ish jarayonida odamlarning bir-biriga asossiz talablarni qo‘yishi, o‘quvsiz ota-onaningning o‘quvsiz muomalasi, demotivlashtirishning ustuvor ekanligi va boshqalar ham stressni vujudga keltiradi. Xullas o‘spirinlik davrida stressni bartaraf etish, uning tasir doirasini kamaytirish eng muhim choradir. Eng avvalo nazorat ko‘proq natija beradi. Stressni bartarafetishda asosan inson sabr-qanoatli bo‘lish, har qanday mushkul vaziyatga tayyor bo‘lish, o‘zini chalg‘itish lozim. Mashakqatli mehnatni yaxshi dam bilan birga olib borish, hech bo‘lmasa bir oz orom olish, tinchlanish kerak. Ishda xush fe‘l, tavozelik bo‘lish, o‘zaro hurmat va xushmuomalali inson bo‘lish lozim.

Stressni bartaraf etish uchun birinchi navbatda shaxs psixologik jihatdan tashqi ta‘sirlarga nisbatan ongli munosabat (psixologik immunitet)ni shakllantira olishi zarur.

1. Har qanday stress holatini yengish uchun uni keltirib chiqaruvchi sabablarni aniqlash va xolisona baholash darkor.

2. Yuz bergan stress holatini bartaraf etish uchun aniq yo‘l-yo‘riq izlab topish kerak.

3. Biror muammo va tashvishga duchor bo‘lsangiz, bu haqda kamroq o‘ylashga va doimo nima bilandir band bolishga harakat qiling. Mehnat sizning qalbingizdan behalovatlik tuyg‘usini siqib chiqaradi.

4. Arzimagan narsalarni deb asabingizni yeb tugatmang. Hayotda nima muhim va nomuhimligini anglab oling. Arzimas narsalarning aksariyati umringizni qisqartiradi.

Stress holatiga tushgan shaxs xuddi shu stressga qarshi quyidagi usul va vositalarni qo'llash yaxshi natija beradi:

a) stress holatiga nisbatan antistress kayfiyatini shakllantirish (ro'y bergan vaziyat, holat, emotsiyalarga nisbatan o'z ruhiyatidagi munosabatni o'zgartirish);

b) ko'proq jismoniy mashqlar bilan shug'ullanish (badantarbiya, sport turi, jismoniy mehnat);

v) o'z-o'zini bo'shashtirish (rasslabneniya) tananing oyoq uchi qismidan to qo'l barmoqlarigacha bo'shashishga erishish ;

g) autotrening (O'z-o'zini ishontirish)

d) relaksatsiya (o'z-o'zini yengillashtirish) orqali stress holatiga barham berish mumkin.

Yuqoridagi fikrlarga xulosa qilib shuni aytish mumkinki: Stress, nafaqat o'spirinlik, balki barcha yosh davrlarida xam shaxs taraqqiyotiga muxim to'siq bo'luvchi omildir.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. E.G'oziyev "Umumiy psixologiya" Toshkent 2008 y.
2. Y.Jumanazarov "Yosh davrlar psixologiyasi" Namangan 2013 y.
3. T.Sodiqova "Sevib qolgan qizning onasiga maslaxat" qo'llanma. Toshkent 2018.

SUITSID VAZIYATIDA QOLGAN O'QUVCHILARGA PSIXOLOGIK YORDAM

*Sodikova Samira Muxammadrixanovna
Toshkent shaxar Chilonzor tumani 178-IDU maktab psixologi*

Bugungi kunda sog'lom va barkamol avlodni tarbiyalash eng ustivor vaifalardan biridir. Ruhiiy 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'riqlarni 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. Haddan tashqari agressiv bolalar o`z tengdoshlari orasidan siqib chiqariladilar. Bunday bolalar o`zlarini ho`rlangandek his qilib, o`zlari kabi

agressiv bolalar guruhidan joy topadilar. Bu esa muammoning ustiga yana muammo tug`dirmasdan qolmaydi.

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

“Niqobni uzat” mashqi

Maqsad: o`smirlarni tetiklashtirish va ularni guruh bo`lib ishlash uchun tayyorlash, ishtirokchilarning o`zlariga ma'qul bo`lmagan kayfiyatdan qutulishlari va to`liq ishga jalb bo`lishlari hamda mashqning guruhda ko`tarinki kayfiyatni uyg`otishiga erishish.

Ko`rsatma: nima qilayotganimni ko`rish uchun menga qaranglar. Men yuzimda biror bir emotsiyani aks ettirishga harakat qilyapman. Mana, masalan, (bunda trener biror qandaydir emotsiyani aks ettirib zudlik bilan guruhning barcha a`zolari ko`rishi uchun aylanadi). Keyin esa men o`zimning chap tomondagi qo`shnimga o`girilaman va u mening yuz ifodamni yaxshilab ko`rib olishi kerak. So`ngra u mening yuz ifodamdagi holatni hech qanday o`zgarishsiz o`zi aks ettirishi lozim. U buning uddasidan chiqishi bilan bir marta aylanib so`ng yangi yuz ifodasi bilan chap tomoniga qarashi zarur. Shunday qilib barcha navbati bilan shu holatni takrorlab boradi.

“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?

Foydalanilgan adabiyotlar

- 1.Abramova G.S. Vozrastnaya psixologiya. Toshkent 2005.
- 2.L.Beknazarova, M.Maxmudova. Ijtimoiy-psixologik trening. Toshkent 2016.
- 3.E.G'.G'oziyev. Psixologiya muammolari. Toshkent 1999.

YOSHLARNING DUNYOQARASHI VA XULQ-ATVORIGA IJOBIY TA'SIR KO'RSATISHDA TEATR SAN'ATINING ROLI

Vapoyeva Yulduz Batirboyevna
Xorazm viloyati Yangibozor tumani
10-son IMI Ijodiy-madaniy masalalar bo'yicha targ'ibotchi

Annotatsiya: ushbu maqolada teatr san'atining yoshlar tarbiyasida tutgan o'rni, yoshlarning dunyoqarashini kengaytirishda va xulq-atvoriga ta'sir etishda teatrning ahamiyati haqida so'z ketadi.

Kalit so'zlar: teatr, yoshlar, ma'naviyat, madaniyat, odob-axloq, ta'lim, tarbiya, islohot, Behbudiy, drama, spektakl, "Padarkush".

Barchamizga ma'lumki, inson qalbiga yo'l, avvalo, ta'lim-tarbiyadan boshlanadi. Inson butun umri davomida nimagaki erishsa, buning asosini albatta ta'lim-tarbiya tashkil etadi. Mamlakatimizda bu borada olib borilayotgan ishlar davlat siyosati darajasiga ko'tarilgani, yurtimizda yosh avlod tarbiyasiga bo'lgan e'tiborning nechog'lik ahamiyatli ekanligini ko'rsatib turibdi. Istiqlol sharofati bilan yurtimizda barcha sohalarda ulkan ishlar amalga oshirilib kelmoqda. Yurtboshimiz tashabbuslari bilan ma'naviy-ma'rifiy islohotlarga, san'at va adabiyotga, ayniqsa, yoshlarning ta'lim-tarbiya olishlariga, kitobxonlikni yanada keng targ'ib qilishga, shuningdek, ibrat maktabi bo'lgan teatr san'atiga e'tibor yanada kuchaydi.

Teatr san'ati qadimiy san'at turlaridan biri bo'lib, sahna yuzi necha yuz yillik tarixga ega. Teatr tarix va bugunni, adovat va adolatni, ezgulik va yovuzlik o'rtasidagi kurashlarni, hayot haqiqatlarini ko'rsatish orqali insonlarni tarbiyalab, fikr yuritishga undaydi. O'zbek teatr san'atining asoschilaridan Mahmudxo'ja Behbudiy ta'biri bilan aytganda, "Teatr ibratxonadur, teatr va'xonadur, teatr ta'zir adabdir. Teatr oyinadurki, umumiy hollarda anda mujassam va namoyon suratda ko'zluqlar ko'rub, kar-quloqsizlar eshitib, ta'sirlanur. Xulosa: teatr va'z va tanbih etguvchi hamda zararlik odat, urf va taomilni, qabih va zararini aynan ko'rsatguvchidir. Hech kimga rioya qilmasdan to'g'ri so'ylaguvchi va ochiq haqiqatni bildirguvchidir."

Teatr—ma'naviyat ko'zgusi. Madaniyatning uzviy qismi bo'lgan teatr san'ati chinakam tarbiya o'chog'idir. Unda, avvalo, millat taqdiri, inson hayoti, yurt qayg'usi va shodligi o'z aksini topadi. Insonning ruhiy kamoloti haqida gapirar ekanmiz, bu maqsadga erishishda teatr san'atining o'rni alohida. Teatr san'ati kelajagimiz ertasi bo'lgan yosh avlodni ham ma'nan, ham jismonan barkamol, har tomonlama yetuk, komil inson qilib tarbiyalashda muhim ahamiyat kasb etadi. Yoshlarning dunyoqarashini kengaytirish, ma'naviy-axloqiy sifatlarini shakllantirish, xulq-atvoridagi og'ishlarni oldina olishda biz teatr orqali ularning ruhiy olamiga kirib boramiz. O'zlari haqida o'zlariga ko'rsatib berish orqali xulosa chiqarishni o'rgatamiz. Ijodiy sifatlarini rivojlantirish, ijtimoiy-ma'naviy o'zgarishlarning ta'lim-tarbiya jarayoniga salbiy ta'sirlarini oldina olishda teatr san'ati yetakchidir. Chunki teatr tarbiya o'chog'idir. Darhaqiqat, teatr tarbiya o'chog'i bo'lib, u insonlardagi salbiy

xususiyatlarni, kamchilik va xatolarni ko'rsatib, yaxshi va yomonni, oq- qorani ajratishda o'rgatadi.

Teatr haqida so'z ketganda, Mahmudxo'ja Behbudiy firklarini yod etmaslikning iloji yo'q. Chunki Mahmudxo'ja Behbudiy Turkiston ma'rifatparvarlaridan biri bo'lib, Turkistonda teatrning vujudga kelishi va shakllanishiga adib qalamiga mansub "Padarkush" dramasi turtki bo'lgan. "Teatr ibratxonadur, teatr va'zxonadur, teatr ta'zir adabdir. Teatr oyinadurki, umumiy hollarda anda mujassam va namoyon suratda ko'zluklar ko'rub, kar-quloqsizlar eshitib, ta'sirlanur...". Zamon va dunyo voqealari bilan tanishib bormoq, millat va Vatanning ahvolidan, kundalik hayotidan ogoh bo'lmoq kerak edi. Binobarin, millat uchun shunday oyna kerak ediki, unda u o'z qabohatini ham, malohatini ham ko'ra olsin. Mana shu ehtiyoj va zarurat Behbudiyni teatr va matbuot sari boshlaydi. Shu ehtiyoj zamirida "Padarkush" dramasi vujudga keldi.

"Padarkush"—o'zbek dramachiligining hamma yakdil e'tirof etgan birinchi namunasidir. Behbudiy o'zbek yozuvchilari ichida birinchilardan bo'lib 1911-yili ushbu dramasini yozib xalqqa taqdim etdi. U «Milliy fojia» deb atagan, 3 parda 4 manzarali bu drama hajman juda ixcham, mazmunan nihoyatda sodda va jo'n. U Behbudiy ilmsizlik oqibatini yorqin va xalqchil tasvirlagan. U jaholat va nodonlik, o'qimagan bolaning buzuq yo'llarga kirib, o'z otasini o'ldirgani haqida hikoya qiladi. Bu drama yozilgach (1911), uni nashr etish qiyinchiliklar tug'dirgan. O'sha davrda hukmron mustabid tuzum bunga to'sqinlik qilgan. Asar matbuotda ilk bor "Turon" ro'znomasida 1912-yilda bosilib chiqqan. Drama 1913-yilda kitob holida o'zbek tilifa nashr etilgan.

Dramaning asosini ma'rifatparvarlik g'oyasi tashkil qiladi. Xalq o'qishi, ma'rifat, ilm egallashi bilangina qoloqlikdan chiqishi mumkin, turmushni yaxshilash natijasida jahonning taraqqiy etgan xalqlari darajasiga ko'tarilishi mumkinligiga, jamiyatdagi barcha badbaxtlik, barcha baxtsizlik zamon talab qilayotgan ilmlarni egallamaslik tufayli ekanligiga alohida urg'u berilgan. Dramaturg ushbu asari orqali jaholat, madaniyatsizlik va boshqa jamiki illatlarning sababi—ilmga, ziyoga, ma'rifatga bepisandlik bilan qarashda deb uqtiradi. Dramani o'qir ekanmiz, unda boyning yolg'iz o'gliga bee'tiborligini, o'g'ilning odobsiz va andishasizligini ko'ramiz. Asarni chuqurroa tahlil qilsak, hamma ko'ngil xiraliklarga sabab aslida oiladagi nosog'lom muhit ekaniga guvoh bo'lamiz. Bolaning otaga, otaning bolaga o'zaro munosabati "oiladagi nosog'lom muhit" darak beradi. Ota dunyoning barcha lazzatini boylik, mol-mulkda deb biladi. O'qimagan kishi o'qigan kishidan ko'ra ko'p pul topadi, puli ko'pni esa hamma joyda hurmat qilishadi deb biladi. U shu boisdan o'g'lini o'qitmaydi. Asarda o'sha davrning ziyoli insoni boyga o'g'lini dunyoviy ilmlaridan boxabar qilishga, umuman millatning bolalarini savodli qilishga ko'maklashishga chorlaydi. Behbudiy shu ziyoli tilidan Turkiston xalqi uchun ikki yo'nalishdagi olimlar zarur, degan fikrni ilgari suradi. Biri diniy yo'nalishdagi ulamolar bo'lib, ular xatib, imom, mudarris, mufti va boshqalardir. Bular haloyiqning diniy va axloqiy ishlarini boshqarishini ta'kidlaydi. Ikkinchi esa zamonaviy yo'nalishdagi olimlardir. Ularni Behbudiy "olimi zamoniylar" deb ataydi. Bu yo'nalish egalari, muallif fikricha, avvalambor, albatta, musulmoncha xat va savodni chiqarib, diniy jihatdan ham

muayyan tahsil olib, “o‘z millatimiz tilini biladurg‘ondan so‘ngra” dunyoviy yo‘nalishdagi maktablarga borishi kerak deb biladi.

Asarning sahnaviy talqini aktyorlar ijrosida yanada ta‘sirchan va ishonchli chiqqan. Necha yillar o‘tsahamki, mazkur asar respublikamiz teatrlari repertuaridan tushmasdan kelmoqda. Dastlab 1914-yilning 15-yanvarida Samarqandda, keyinroq Toshkentda 1914-yilning 27-fevralida sahnaga qo‘yilgan. “Turon” trupпасi 1914-1916-yillarda bu spektakl bilan butun Farg‘ona vodiysini aylanib chiqadi. “Padarkush” Turkistonni junbushga keltirgan qirg‘inbarot inqilob yillarida ham sahnadan tushmadi. Bir tomondan, millatni ma‘rifat va taraqqiyot sari undashda buyuk rol o‘ynagan bo‘lsa, boshqa tomondan, professional o‘zbek teatri va dramachiligining maydonga kelishi hamda taraqqiyotida muhim xizmat qildi.

Mustaqillik davriga kelib, Behbudiyga, uning ijodiga bo‘lgan qiziqish yanada ortgani sir emas. Uning o‘zbek xalqi tarixidagi o‘rni, nomi qayta tiklandi. Badiiy asarlari, publisistik maqollari chop etila boshladi. Ilmiy tadqiqotlarga keng yo‘l ochib berilishi natijasida uning hayoti, ijodi holis tadqiq etiladigan bo‘ldi. Behbudiy hayoti va ijodi chinakam ibrat maktabidir. Hajman jihatdan kichik “Padarkush” dramasida ilgari surilgan g‘oya va uning badiiy yechimi har bir kitobxonda o‘zgacha taassurot va hayrat hissinini uyg‘otib, ilm-ma‘rifat, xulq-odob, ta‘lim-tarbiya masalasi oilada, aniqroq qilib aytadigan bo‘lsak, bolaning shaxs bo‘lib shakllanishida, ma‘naviy-axloqiy tarbiyasida nihoyatda muhim masala ekanligiga ishonch hosil qilamiz. Mazkur asar va unda ilgari surilgan g‘oya bugungi kunda ham o‘z dolzarbligini yo‘qatmasdan kelmoqda.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati:

1. I.Karimov. Yuksak ma‘naviyat—yengilmas kuch. —T.: “Ma‘naviyat”, 2016.
2. M.To‘laxo‘jayeva. Teatr tanqidchiligi.—T.: “San‘at” jurnali, 2015.
3. S.Tursunboyev. Sharq mumtoz teatri.—T.: Yangi asr avlodi, 2017.
4. Z.Ahmedova. Tarbiyasiz tarbiya. —T.: “Noshirlik yog‘dusi”, 2019.
5. T.Bayandiyev, H.Ikromov, M.Ahmadjonova. O‘zbek teatrida milliy g‘oya talqini.—T.: Fan va texnologiya, 2009.

ПСИХОЛОГИЯДА ИСТЕЪДОДНИНГ ПАЙДО БЎЛИШИ ВА РИВОЖЛАНИШИНИ ТАДҚИҚ ЭТИШ

Алимардонова Саломат

Термиз давлат университети Психология кафедраси ўқитувчиси,

Жўраназаров Анвар Курбонбой ўғли

Термиз давлат университети Психология таълим йўналиши талабаси

Инсонлар истеъдод ҳақида ўз фикр мулоҳазаларини билдирганларида уларнинг кўпчилиги истеъдодни туғма бўлади деб ҳисоблашади. **Истеъдод** — ниҳоятда зўр қобилият, бирор соҳада юксак даражадаги лаёқат. У идрок, тасаввур, тафаккур, хотира, кузатувчанлик бениҳоя ўсганлигида, воқеа ходисаларнинг янги

қирраларини, уларнинг замиридаги мураккаб алоқадорликни кашф этишда кўринади. Кишининг билимларни ўзлаштириши, назарий ва амалий масалаларни ҳал этиши, ижоди, ўз билими ва малакаларини турмушга татбиқ қила билишидан унинг истеъдодини билиш мумкин. Истеъдод ҳақида турли назариялар мавжуд. Уларга кўра, истеъдод худо томонидан берилади; ирсият орқали ўтади; тарбия орқали пайдо қилинади; инсондаги табиий, туғма анатомик-физиологик лаёқат муайян фаолиятда шаклланади ва ривожланади [1].

Истеъдоднинг шаклланиши ҳақида тенгдошларим ўртасида ўз фикр мулоҳазаларимни билдира бошласам, тенгдошларим менга машҳур бастакор Моцартнинг 3 ёшида фортопиано чалиб, 5 ёшида бастакорлик қилгани ва шунга ўхшаш ҳикояларни айтиб, истеъдоднинг буткул кўриниши унинг туғмадалигида эканлигини исбот қилишни бошлашади. Шу ўринда истеъдоднинг туғма яъни ирсиятга боғлиқ томонини ёритиб ўтсак.

Ирсият — организмнинг ўз белгилари ва хусусиятларини келгуси авлодларга ўтказиш, яъни организмларнинг ўзига ўхшаш насларни бунёд этиш хоссаси. Ирсият туфайли авлодлараро моддий ва функционал изчиллик таъмин этилади. Ирсият ҳар хил турларга мансуб организмлар белги ва хусусиятларидаги тафовутларнинг авлодлар оша сақланиб қолишини ҳам таъминлайди [2]. Бундан кўришиб турибдики, истеъдод ирсият томонидан авлоддан авлодга узатиладиган белги ва хусусиятдир. Лекин ҳеч бир меҳнатсиз, ўқимасдан чет тилида гапириб кетган, ёки қийнчиликсиз ва машғулотларсиз ҳам яхши спортчи бўлиб қолган инсон бўлмаса керак, бўлса ҳам фақат бадиий асарлар ва кинофильмларда учратиш мумкин. Яна Моцартга қайтсак, унинг отаси муваффақиятга эришган мусиқачи, бастакор ўқитувчи эди. Отаси уни қаттиқ машқ қилиш ва мукамалликка эришиш учун унга тинимсиз ёрдам берган. Туғилганидаёқ унинг ўйинчоғи мусиқа асбоби бўлган. Шунга қарамай ўзининг дастлабки куйларини 15 йиллик машаққатли машғулот ва юқори даражадаги кўрсатмалардан сўнг яратди. Уни қаттиқ меҳнат қилишга ундаган яна бир куч оиласининг камбағалиги эди. Шунинг бундай муваффақиятнинг қўлга киритилишида унга берилган тарбиянинг аҳамияти катта бўлган. **Тарбия** — шахсда муайян жисмоний, руҳий, ахлоқий, маънавий сифатларни шакллантиришга қаратилган амалий педагогик жараён; инсоннинг жамиятда яшаши учун зарур бўлган хусусиятларга эга бўлишини таъминлаш йўлида кўриладиган чора-тадбирлар йиғиндиси [3].

Истеъдод инсоннинг маълум фаолияти турида ўзини намоён этади. Билим, кўникама, малака, тажрибалар истеъдод ривожидида катта роль ўйнайди. Қобилият ёки лаёқат ўсишига ижтимоий шароит яратилганда, уни тарбиялаб камолга етказилгандагина истеъдод юзага чиқади, истеъдодга шахснинг меҳнатсеварлиги ҳам қўшилган тақдирда янгилик ва кашфиёт пайдо бўлади. Даҳолик истеъдоднинг юксак намунаси ҳисобланади. Даҳо эгаси батамом янгилик ижод этиб, ўз соҳасида оригинал йўналиш яратади.

Истеъдод ўз-ўзидан пайдо бўлмайди, туғилмайди, у ҳосил бўлади. Катта қийинчилик ва меҳнат эвазига яралади. Инсонда истеъдод ва қобилиятнинг шаклланиши ўз менини таниши билан бошланади. Унинг ривож топиши кўпроқ муҳитга боғлиқ деб ўйлайман. Масалан, Моцартни олайлик агар Моцартни уйда

музыка асбоби ёки уни ажойиб ижро эта олган қобилиятли отаси бўлмаганда балким Моцарт музикачи бўлмасди.

Машҳур психолог Дейл Карнегининг шундай гапи бор “Ҳар бир инсон ўзига хос истеъдод билан туғилади. Агар инсон ўз истеъдоди қайси соҳага мойиллигини билмаса бутун умр шуғулланганда ҳам керакли натижага эриша олмаслиги ҳеч гап эмас” [4].

Одамларнинг катта қисми истеъдод ҳамма инсонга ҳам берилмаган ва камдам-кам инсонларда учрайди деб ҳисоблашади. Психолог Бенжамин Блюм олтига истеъдод соҳасидаги энг яхши ижрочиларни текшигандан сўнг шундай фикр билдирган. "Дунёда ҳар қандай одам нимани ўрганиши мумкин бўлса, деярли барча одамлар ўрганиш шарти билан таъминланган бўлса, ўрганишлари мумкин" [5].

Бу кичик мақоламни ёзишимиздан олдин ўзини истеъдодтли деб ҳисоблаган инсонларни кузатдим. Кузатишлар натижасида шунга амин бўлдикки, уларни бошқалардан деярли фарқи йўқ эди. Уларни ягона фарқи улар ўзлари қизиққан соҳани танлаганликларида. Ўз қобилияти бўйича касб танлаганинсонлар ўз ишларини эҳтиёж сифатида қабул қилишади. Шунинг учун ҳам кўпчилик инсонларнинг ёшлари 65 дан ошган бўлсада ишдан воз кеча олмайдилар, чунки бу инсонлар ўз касбларини ҳаётларининг бир қисмига айлантириб олганлар.

Психологик нуқтаи назардан таҳлили қилганимизда бола қобилиятини юзага чиқаришда ва ривожлантиришда оиланинг ва ота-онанинг ўрни беқиёс. Кузатиш орқали тўпланган маълумотлардан бир мисол келтирамиз. Ота ўз ўғлига унинг ёшлигиданоқ бирор вазифани уддалаши юзасидан доимий ишончсизлик билдирар ва уни ҳеч нарса қила олмаслигини кўп ҳоллада таъкидларди. Йиллар ўтган сайин бола ҳам мустақил ўзи бирор ишни қила олмаслигига ўзини ишонтириб борарди. У билан бўлиб ўтган суҳбатларнинг бирида унга “-нега машинанг бору уни ҳайдамайсиз” деган саволга автомобиль бошқариш жуда қийин иш ва бу вазифани бажариш учун ҳали ёшлик қилишини айтган синалувчининг ёши 30 да эди. Кўриб турганингиздек, бола истеъдоди, қобилиятини юзага чиқаришда муҳитнинг ўрни беқиёс. Афсуски, аксарият ўзбек оилаларида ота-оналар фарзандлари қизикадиган соҳа бўйича эмас балки, ота-онанинг қизиқиши бўйича ёки ёшликдаги ушалмаган касбига йўналтиришга ҳаракат қилишади. Натижада бола ўзи қизиқмаган соҳа бўйича кетишга мажбур бўлади ва кўп ҳолларда муваффақиятсизликка учрайди. Машҳур футболчи Криштиан Роналдо болалигини эслаб шундай дейди: - “Устозларим менга доим шу футбол сенга нима беради? деб танбеҳ берар эди. Ҳозирда мен шу футбол орқасидан миллионерга айландим”. Агар ўшанда унинг ота-онаси устозларининг фикрига кириб унга имкон бермаганда, уни адвокат, ёки ўқитувчи бўлишини хоҳлаганда нима бўларди деб ўйлайсиз?

Дунёда барчани мукамал ва тенглик тарозиси асосида яратган Аллоҳ барчага истеъдод ва қобилият ином этган, ҳатто жисмоний нуқсони бор инсонларга ҳам. Қобилияти қайси соҳада эканлигини англаб етган инсон, шу соҳа устида кўп меҳнат қилиб, шуғулланиб муваффақиятга эришишса, англамаган инсон ўз истеъдодини сўндиради. Ҳамма буюк кишилар бағоят меҳнатсевар ва

катта ишчанлик хусусиятига эга бўлганлар. Ҳаётда шундай инсонлар ҳам учрайдики, асаб тизими ва жисмоний ҳолати кучсиз бўлса-да, субъектив равишда ютуқларини қобилиятдан эмас, балки меҳнатдан олишга ҳаракат қилишади. Бунга мисол қилиб спортчи ва актёр Брюс Лини келтириш мумкин. У ёшлигида нимжон ва кучсиз бўлишига қарамасдан юксак натижаларга эришди. У ўзидаги ноёб хусусиятни қобилият деб ҳисобламаган, балки қаттиқ меҳнат маҳсули эканлигини айтади. Дарҳақиқат, у бир кунда камида 8 соат машқ қилар эди.

Қобилиятни тадқиқ этган А.Ковалёв изланишлари сўнгида машҳур инсонлар муваффақияти 1% генийлик бўлса 99% фоиз тер тўқиш бўлган деган хулосага келади. Истеъдод болада ўз менини таниб бошлагандан намоён бўла бошлайди. Лекин кичкина ёшдаги болаларнинг ўзига хос хусусияти шундаки, улар ўз истеъдодларини англай олишмайди. Агар сизнинг фарзандингиз, масалан, бўёқ қутисига алоҳида қизиқиш билдирса, бу унинг расмом бўлиши мумкинлигидан далолат бериши мумкин. Мана шу расм ишлаш жараёнида ота – оналар боланинг тартибсиз ҳаттиаракатларига эмас, иштиёқи ва ғайратига эътибор берсалар, боланинг истеъдоди пишиб етилган сари йўналтирилади. Болаларга истеъдодларни ривожлантириш учун имкониятлар яратиш лозим. Агар кўникмаларни ривожлантириш учун ҳеч қандай имконият туғилмаса, истеъдод куртаклари йиллари давомида йўқолиб боради. Ҳар қандай яширин истеъдодлар пайдо бўлиши ва гуллаши учун болага шарт-шароит ва имкониятлар бериш муҳим. Аниқланган истеъдодларни тарбиялаш, ўстириш ва рағбатлантириш боланинг истеъдодини ривожлантиришга катта ёрдам беради.

Ота-оналар ва ўқитувчи мураббийларга тавсия ўрнида: Фарзандингиз, шогирдингиз чизган сурат жуда хунук бўлса ҳам, сиз уни мақтанг ва рағбатлантиринг. У кундан кун ўсиб боради. Унинг қобилияти билан фахрланишингизни тез-тез айтиб турунг! Бу болага катта мотивация беради. Уларнинг қизиқишига эътиборли бўлинг. Истеъдодини ривожлантиришнинг яна бир йўли- болалар орзусини ва фантазиясини кенгайтиринг. Агар у футболга қизиқса, уни футбол ўйинига олиб боринг, у ёш актёр бўлса, театрга саёҳат уюштиринг. Сузишга қизиқиши бўлса, уни маҳаллий мусобақаларга олиб боринг ва халқаро мусобақаларни телевизорда биргаликда кузатиб боринг. Имконингиз бор жойда унга бу эшикларни очинг. Хулоса қилиб айтганда, истеъдод ирсият, тарбия ва меҳнат туфайли юзага чиқади.

Фойдаланилган адабиётлар:

1. Маҳмудов Т., Талант художника и общество, Т., 1972.
2. Мусаев Ж., Қомус.Инфо-Онлайн энсеклопедия.
3. Йўлдошев Қ., Қомус.Инфо-Онлайн энсеклопедия.
4. Маклаков А.Г. Общая психология М.:”Питер” 2003
5. Ф.И.Хайдаров, Н.Халилова “Умумий психология “ Тошкент-2010

BOSHLANG'ICH SINFLARDA O'QITISHDA INTERFAOL TA'LIM METODLARI

Сержанова Замира Утепбергенова

Қарақалпақстан Нукус шаҳри Қунград тумани 31- мактап психологи

Shunday jannatmakon yurtda yashar ekanmiz bu yurtning tarixini bilishimiz yurt mustaqilligi uchun fidoyilik qilgan ajdodlarimizni bilishimiz ular bilan fahirlanibgina qolmay o'zimiz ham shu ajdodlarga munosib avlod bo'lishimiz bu har bir O'zbekiston fuqorosining vazifasidir. Bu yo'lda ezgu maqsad ila qadam qo'yayotgan yosh avlodga to'g'ri tarbiya berishimiz bu hozirgi zamon bilan hamnafas yashab faoliyat olib borayotgan biz pedagoglarning ustuvor vazifamizdir.

Bunda esa biz pedagoglardan albatta interfaol ta'lim metodlardan foydalanib yosh avlodga ta'lim berishimiz talab qilinadi.

Yurtimizda ta'lim mazmuniga alohida e'tibor qaratilib, DTS o'quv dasturlarining yangi tahrirdagi variantlari tajriba sinovdan o'tkazilmoqda, pedogogik texnologiyalar asosida o'quv jarayonining samaradorligi oshirish maqsadida pedagogik texnologiyalardan, axborot kommunikatsiya vositalaridan, interfaol ta'lim metodlardan foydalanilmoqda. Boshlang'ich sinf o'quvchilarini o'qitishda o'quvchilarning dunyoqarashini kengaytirish, bilimlarni keng va oson o'zlashtirish maqsadida interfaol ta'lim metodlardan, vosita va shakllarini to'g'ri tanlab, ulardan foydalanish muhim sanaladi. Interfaol metodlar deganda – ta'lim oluvchilarni faollashtiruvchi va mustaqil fikrlashga undovchi, ta'lim jarayonining markazida ta'lim oluvchi bo'lgan metodlar tushuniladi.

Shu bilan birga, interfaol ta'lim metodlarining turlari ko'p bo'lib, ta'lim-tarbiya jarayonining deyarlik hamma vazifalarini amalga oshirish maqsadlari uchun moslari hozirda mavjud. Amaliyotda ulardan muayyan maqsadlar uchun moslarini ajratib tegishli qo'llash mumkin. Bu holat hozirda interfaol ta'lim metodlarini ma'lum maqsadlarni amalga oshirish uchun to'g'ri tanlash muammosini keltirib chiqargan. Buning uchun dars jarayoni oqilona tashkil qilinishi, ta'lim beruvchi tomonidan ta'lim oluvchilarning

qiziqishini orttirib, ularning ta'lim jarayonida faolligi muttasil rag'batlantirib turilishi, o'quv materialini kichik-kichik bo'laklarga bo'lib, ularning mazmunini ochishda aqliy hujum, kichik guruhlarda ishlash, bahs-munozara, muammoli vaziyat, yo'naltiruvchi matn, loyiha, rolli o'yinlar kabi metodlarni qo'llash va ta'lim oluvchilarni amaliy mashqlarni mustaqil bajarishga undash talab etiladi.

Interfaol metod biror faoliyat yoki muammoni o'zaro muloqotda, o'zaro bahs-munozarada fikrlash asnosida, hamjixdtlik bilan hal etishdir. Bu usulning afzalligi shundaki, butun faoliyat o'quvchi-talabani mustaqil fikrlashga o'rgatib, mustaqil hayotga tayyorlaydi.

O'qitishning interfaol usullarini tanlashda ta'lim maqsadi, ta'lim oluvchilarning soni va imkoniyatlari, o'quv muassasasining o'quv-moddiy sharoiti, ta'limning davomiyligi, o'qituvchining pedagogik mahorati va boshqalar e'tiborga olinadi.

Boshlang'ich sinf o'quvchilarini o'qitishda o'quvchilarning dunyoqarashini kengaytirish, bilimlarni keng va oson o'zlashtirish maqsadida pedagogik texnologiyalarning usul, vosita va shakllarini to'g'ri tanlab, ulardan foydalanish muhim sanaladi. O'qish darslarini tashkil etishda pedagogik texnologiyalarning ko'pgina metodlaridan foydalaniladi. Bola hayotida bog'chadan so'ng maktabning dastlabki davrlari muhim o'rin tutadi. Shu bois boshlang'ich ta'lim davri ta'lim jarayonidagi eng mas'uliyatli davrdir. Bu paytda bolaning savodi chiqishi bilan birga, uning dunyoqarashi shakllanadi, tafakkur qilish malakasi rivojlanadi. Bu davrda bolaning zehnini o'stirishga qaratilgan har bir mashg'ulot bola aqlining tarkib topishi va rivojlanishiga katta ta'sir ko'rsatadi. Shuning uchun ham bu davrda, avvalo, ta'lim jarayonini qiziqarli, ta'sirli qilib tashkil etishga, motiv hosil qilish va uni rivojlantirishga e'tibor qaratish lozim. Chunki bu muddat bolaning o'yin faoliyatidan aqliy faoliyatga, ya'ni o'quv faoliyatiga o'tganligi bilan xarakterlanadi.

Shunday qilib, boshlang'ich sinflarga o'qitish jarayonida interfaol metodlardan foydalanish o'ziga xos xususiyatga ega.

Bugungi kunda bir qator rivojlangan mamlakatlarda ta'lim-tarbiya jarayonining samaradorligini kafolatlovchi zamonaviy pedagogik texnologiyalarni qo'llash borasida katta tajriba asoslarini tashkil etuvchi metodlar interfaol metodlar nomi bilan yuritilmoqda. Interfaol ta'lim metodlari hozirda eng ko'p tarqalgan va barcha turdagi ta'lim muassasalarida keng qo'llanayotgan metodlardan hisoblanadi.

Bugungi kunda ta'lim tizimining eng asosiy talablaridan biri bu darslarni zamonaviy usullarda o'tish va ta'limni takomillashtirishda zamonaviy pedagogik texnologiyalardan unumli foydalanishdir. O'quvchilarning har bir darsga qiziqishini, faolligini oshirishda, interaktiv o'qitish usullari ijobiy samara bermoqda. Hozirgi kun maktab ta'limiga qo'yilayotgan muhim talab ta'lim mazmuniga zamonaviy axborot texnologiyalarni keng qamrovda joriy etishdir. Mazkur talab dars jarayonida muammoli vaziyatlar yaratib, o'quvchilar faolligini oshirish, mustaqil va ijodiy fikrlash ko'nikmalarini shakllantirish, o'z nuqtai nazarini asoslay olish, ularni nutqiy faoliyatiga tayyorlash, ta'lim samaradorligini oshirish kabi bir qator vazifalarni amalga oshirishga xizmat qiladi. Ilg'or tajribalarni o'rganish ijobiy samara beradi, o'quvchi faolligi va qiziqishini, o'qituvchi mahoratini oshiradi. Dars jarayonida o'quvchilarga faqatgina DTS talabi bo'yicha bilim va ko'nikmalarini berish bilan cheklanib qolmasdan, ushbu bilim va ko'nikma asosida o'quvchilarni hayotga, tabiatdagi har bir ijtimoiy voqealarga to'g'ri munosabatini rivojlantirishni, ya'ni ta'lim bilan birga tarbiyani ham qo'shib olib borishni asosiy maqsad qilib, uni amalga oshirish muhim vazifalardan biridir.

Ma'lumki, mustaqil fikrlashga o'rgatuvchi, ijodiy tafakkurini rivojlantiruvchi usullarni qo'llab, o'quvchilarga chuqur bilim berish boshlang'ich ta'limning asosiy vazifasidir. Mazkur vazifani amalga oshirish uchun yangi pedagogik texnologiyalarni ta'lim jarayoniga olib kirildi. Yangi pedagogik texnologiyalar boshlang'ich sinf o'quvchisining aqlan rivojlanishi va kamol topishida muhim ahamiyat kasb etadi. Pedagogik texnologiyalarni bugungi kunda eng ommaviylashgan turlaridan biri bu interaktiv metodlardir. Interaktiv metodlar o'quvchi va o'qituvchining birgalikdagi

faoliyati bo‘lib, o‘quvchilarni ijodiy fikrlashga, zarur xulosalarga kelishga, tahlil qilish va olingan bilimlarni amaliyotga qo‘llashga o‘rgatadi. O‘qituvchining asosiy vazifasi esa, o‘quvchilarga aniq yo‘nalish berish, to‘g‘ri xulosalarni aytishdan iborat. Interaktiv metodlar yana shunisi bilan ahamiyatliki, o‘qituvchi o‘quvchining fikrini hech qachon keskin rad etmaydi, faqatgina to‘g‘ri xulosani aytadi, natijada o‘quvchi o‘z xatosini tushunib, fikrlashdan to‘xtamaydi va ular o‘rtasidagi doimiy faollik ta‘minlanadi. Ma‘lumki, kichik yoshdagi bolalar diqqati beqaror bo‘lib, 1-sinf o‘quvchisi uchun biroz muammolar yuzaga kelishiga olib keladi. Ana shu vaziyatda o‘quvchilar diqqatini jamlashda qiziqarli interaktiv metodlarning ahamiyati katta. O‘quvchilarga rasmiy topshiriqlarni bajartirish, ularni fikrlashga, topqirlikka, ijodkorlikka undaydi hamda yozma va og‘zaki nutqini o‘stirib, lug‘at boyligini oshiradi.

Xulosa o‘rnida aytishimiz mumkinki, zamonaviy pedagogik texnologiyalarni qo‘llash natijasida darsning saviyasi yuqori bo‘lib, o‘quvchilarning o‘zlashtirish ko‘rsatgichi ham ko‘tariladi. Bundan tashqari tashkil etiladigan interaktiv darslar Xalqaro ta‘lim tizimlari: PISA, PRLIS talablariga javob beradi.

Adabiyotlar:

1. M.Axmedov, M.Mirzaaxmedov matematika 4- sinflar uchun. Toshkent – o‘qituvchi 2008-yil.
2. 1. Bahodir Aminov, Turob Tilavov, Ochil Mavlonov “Odam va uning salomatligi 8- sinf uchun darslik” T.: "O‘qituvchi" NMIU, 2010.
3. E. Qodirov “Odam anatomiyasi” Toshkent “Universitet” 2007.

ЁШЛАРНИНГ ДУНЁҚАРАШИ ВА ХУЛҚ-АТВОРИГА ТАЪСИР ЭТУВЧИ ИЖТИМОЙ-ПСИХОЛОГИК ОМИЛЛАР

Сержанова Замира Утепбергенова

Қарақалпоғстан Нукус шаҳри Қунғрат тумани 31- мактап психологи

Жаҳон психология тарихидан маълумки, ҳеч бир тушунча ёки ғоя шахсда ўз-ўзидан намоён бўлиб қолмайди, аксинча, у ижтимоий муҳит таъсирида шаклланади. Ёшларни дунёқараши ва хулқ-атвориغا таъсир этувчи омиллар ичида энг асосийси бевосита ёшлар камол топаётган ижтимоий муҳитдаги ўзгаришлардир. Ёшлар бирор-бир шахсга тақлид этишларида ўша шахсни ижтимоий муҳитда қанчалик машҳурлигига, танилганлигига ва тан олинганлигига қараб тақлид этишга танлаб олади. Бунга кино актёрлар, эстрада юлдузлари, спорт ғолиблари ва бошқа соҳаларда машҳур шахслар бўлиш ҳам мумкин, аммо сиёсий соҳадаги машҳур шахсларга тақлид этиш онгли равишда амалга оширишлари билан диққатга сазовордир. Бундан кўринадики, ёшлар тақлид қилаётган шахсларини ҳар томонлама етук бўлишга диққат-эътиборини қаратар эканлар, аксинча, бирор-бир соҳа (кино, эстрада, спорт)даги шахсларни эса, фақат машҳур этган хусусиятига қаратар эканлар ва уларга тақлид этар эканлар. Кўр-кўрона тақлид эса, ўз навбатида онгсиз равишда бўлиб ёшлар кўпинча,

баъзан ўзлари истамаган ҳолда маълум бир шахсларга тақлид қилади, уларни қуршаб турган тор доира таъсирида хатти-ҳаракати юзага чиқаради. Ёш даврлар психологияси ва педагогик психология тадқиқотлари шуни кўрсатадики, бундай онгсиз тақлидчанлик тезда ўзгариб туриши табиий ҳолдир. Тақлид этаётган шахсларини бирор-бир салбий томони очиб берилиши билан ёшлар дарҳол бошқа бир шахсга тақлид этадилар, чунки бу тақлид кўр-кўрона онгсиз равишда амалга оширилаётган тақлид эди. Шу сабабдан ёшларни кимга тақлид этаётганларини катта ёшдаги оила аъзолари кўп ҳолда назорат қилишлари лозим бўлади.

Ёшларни дунёқарашига таъсир этадиган омиллардан яна бири бу уларни қуршаб турган ижтимоий муҳит бўлиб, унинг таъсирида ёшлар ўзларини сиёсий билимларини ҳамда сиёсий қарашларни мустаҳкамлаб борадилар. Ижтимоий муҳит деганда, авваломбор, оила, маҳалла, мактаб ҳамда ёшларни қуршаб турган дўстлари гуруҳи тушунилади. Хулқ-атвордаги ўзгаришларни юзага келишида энг катта таъсир кучига эга бўлган ижтимоий муҳит бу оиладир. Оилада бола шахс бўлиб ўзини танир экан, хулқ-атворини шаклланиши ҳам оилада юзага келади. Булар қаторига характер, темперамент, қобилият, ирода, эътиқод, истеъдод ва ҳақозоларни киритиш мумкин. Ёшлар маълум бир босқични босиб ўтиш жараёнида ўзининг турли хусусиятларини намоён қиладилар. Жаҳон психологиясида характерга таъриф берилар экан, характер шахснинг атроф муҳитдаги нарса ва ҳодисаларга нисбатан намоён этадиган муносабатидир. Характер ўз навбатида атроф муҳитдаги ҳодисаларга нисбатан намоён қиладиган хусусияти экан, сиёсий жараёнларга бефарқ бўла олмайди. Ёшлар ўз характерини нафақат билим олиш жараёнида, балки турли тадбирларда ҳам намоён этади. Темперамент шахсни атроф муҳитдаги нарса ва ҳодисаларнинг моҳиятига нисбатан бош мияни кўзғалиши, тормозланиши ҳамда мувозанатлашганлиги асосида намоён бўладиган хусусиятига айтилади. Психофизиологик қонуниятлар асосида намоён бўладиган хусусият ҳар бир воқелик ва ҳодисага нисбатан намоён бўлади. Ёшларнинг хулқидаги ўзгаришлар бевосита темпераментига боғлиқ бўлиб, унинг ҳар бир тўртала типни ҳам ўзининг сиёсий қарашларида кўзга ташланади. Холерик, сангвеник, флегматик ва мелонхолик типлари ўз навбатида талабани билим олиш жараёнидан ташқари амалга оширадиган турли хил кечалар ва тантаналарда намоён бўлибгина қолмай, балки таъсир этмай ҳам қолмайди. Инсон ўзининг ҳаёти давомида кишилар орасида яшар экан, фаол ҳаракатда бўлишга, бутун қобилият, имкониятлардан фойдаланишга интилади.

Дарҳақиқат, ривожланиш, юксалиш шиддат билан рўй бераётган бир пайтда, ёш авлодни маънан баркамол инсонлар этиб тарбиялаш, уларни зарарли ахборотлар ва ахборот хуружи таъсирларидан химоялаш энг муҳим вазифалардан биридир. Таълим-тарбия жараёнида шахсни шакллантиришнинг ижтимоий-психологик хусусиятларига алоҳида эътибор қаратилади. Ҳар бир инсон ўз фаолияти давомида турли воқеа ва ҳодисаларнинг гувоҳи бўлади. Қайси мамлакатда комил инсонни вояга етказиш, у ҳақида ғамхўрлик қилиш давлат сиёсати даражасига кўтарилган бўлса, ўша мамлакатда тинчлик, барқарорлик вужудга келади. Илм-фан, маданият ва маърифат ривожланади. Ота-оналарнинг

хаётий тажрибаси, бир-бирига хурмати, садоқати, инсофлиги, оилапарварлиги камолот мактаби бўлган. Баркамол шахсни тарбиялаш оиладан бошланади. Оилада баркамол шахсни шаклланишининг муҳим сабабларидан бири оилада соғлом турмуш тарзи қоидаларига амал қилиш, ота-онанинг фарзанд тарбиясига маъсулияти, оиладаги психологик иқлим, оилавий ахиллик, одоб-ахлоқ қоидаларига амал қилиниши зарурдир. Бола қалбида инсонийлик хусусиятлари. маънавий ахлоқий меъёрларнинг шаклланишига ота-она ва оила муҳитининг таъсири катта. Демак, бола ота-онасидан ўзини қандай тутишни ва ахлоқий меъёрларни ўзлаштирар экан, кўп нарсаларни улардан ўрганади, яқин кишилар билан бўлган муносабатда ва оиладан ташқари ўзини шунга мувофиқ тарзда тутишга ҳаракат қилади. Глобал ахборот алмашув даври шиддат билан ривожланаётган бир даврда ёшларимизнинг маънавий оламида бўшлиқ вужудга келмаслиги учун уларнинг қалби ва онгида соғлом ҳаёт тарзи, миллий ва умуммиллий қадриятларга эҳтиром туйғусини болалиқдан шакллантириш лозим. Ёшларнинг характери. табиати ва дунёқарашини белгилайдиган маънавий мезон ва қарашлар яхшилик ва эзгулик, олижаноблик, меҳр-оқибат, андиша каби муқаддас тушунчаларнинг пойдевори оила шароитида қарор топади. Ёшларнинг ҳуқ-атвори ва дунёқарашига таъсир этувчи омиллардан яна бири интернет ёшларнинг интеллектуал салоҳиятини ошириш баробарида, онгни захарловчи манба сифатида ҳам таъсир ўтказётгани ҳаммага маълум. Интернетнинг ижобий томони шундаки, ёшларимиз интернет орқали ўз билимлари, дунёқарашларини кенгайтириш мақсадида фойдаланадилар. Бир неча тилларни ўрганиш ва ўзини қизиқтирган саволларига тезлик билан жавоб топиш, ўз тенгдошлари билан мулоқот қилиш ҳамда интеллектуал салоҳияти ривожланишига хизмат қилувчи билимларни ўзлаштириш имкониятининг мавжудлиги туфайли болаларнинг билимини оширишга хизмат қилади. Ёшларнинг янгиликларга интилувчанлиги янги инновацион технологиялар, хорижий тилларни ўрганишга интилувчанлиги ва бу борадаги ёшлар иқтидори. ижтимоий муҳитни соғломлаштириш, фаолликни ошириш борасида ҳар қандай вазият ёки омил доирасида этнопсихологик ёки ҳудудий ўзига хосликларни ҳисобга олиб машғулотларни ташкил этилиши анча яхшидир. Вояга етмаганлар ва ёшларни ахборот хуружлари, маънавий таҳдидлар ва турли хил ёт ғоялардан химоя қилишга қаратилган тренинглар дастурида интерфаол усуллар (мини маърузалар, ақлий ҳужум, бумеранг, чархпалак, ролли ўйинлар, машқлардан) фойдаланилса янада мақсадга мувофиқ бўлади. Бугунги кунда болалиқни муҳофазалашда ахборот хавфсизлигини таъминлаш муҳим аҳамият касб этмоқда. ошиб бораётганлиги, уларнинг яқин катталарига катта. Ёшларни интернетга берилиб кетиши, агрессивлик, безътиборлилик, тушқунлик, ёлғизлик ва яқин инсонлар билан муносабатларнинг ёмонлашуви, рухий зўриқиш ва турли ҳаётий муоммоларни келтириб чиқариши мумкин. Ёшларни бу ҳолатга тушмаслиги учун соғлом муҳит ва оила катта аҳамиятга эгадир. Бола жамиятнинг аъзоси, мукамал шахс сифатида муайян ижтимоий муҳитда камол топар экан, унинг бутун билиш жараёнлари. ўзига хос хусусиятлари ва рухий ҳолатлари. онги ҳам ривожланади. Ана шу ривожланиш натижасида унинг психикаси, онги гўдақнинг дастлабки оддий акс эттириш тарзидаги содда онгидан балоғатга етган

инсонларга хос теварак-атрофни, борликни, одамларни аниқ, яққол тўла ва англаб ақс эттириш даражасигача ривожланади. атроф-мухитдаги ўзгаришлар, ёшига бўлган бир хил хар доим чегараланадиган дўстлар даврасини ўзгариши хам ёшлар дунёқарашига таъсир этиши мумкин. Ёшларни маънан етук, баркамол бўлиб ўсиши учун албатта оила мухим ахамият касб этади. Нафақат бизнинг жамиятимизда балки бутун дунёда инсон саломатлиги, рухияти, шахс камолотига салбий таъсир этувчи зарарли ахборотлар, маънавий тахдидлар бугунги кунда ўта долзарблиги боис кенг жамоатчиликнинг диққат марказида турибди. Оилада соғлом мухитни шакллантиришда, ота-оналар ўз фарзандларини қандай телекурсатувларни томоша қилиш мумкинлиги тўғрисида тушунтириш ишларини олиб бориш лозим. Меъёридан ортиқча хар қандай холатлар ёшлар дунёқарашига салбий таъсирини ўтказмай қўймайди. Ота-оналар фарзандларини бўш вақтини тўғри ташкил этиш, спорт тўғарақлари жалб этиш орқали хар-хил ахборот хуружларидан химоя қила олиши мумкин. Инсон хаёти давомида тўсиқларга дуч келиши ва бу холатлардан чиқиб кета олиш йўлларини қидиради. Хар-хил вазиятларга тушиб қолмаслиги учун инсон ўзида ижобий хислатларни шакллантириш, соғлом мухитда тарбия олиши зарур. Инсон ўз фаоллигини ошириб мақсад сари интилишга харакат қилиши лозим. Ўсиб келаётган ёш авлод рухияти софлиги ва улар қабул қилаётган ахборотларни тўғри тахлил қила олиш кўникмалари етарли эмаслиги болаларнинг яқин катталарига ахборот хавфсизлигини таъминлашдаги маъсулиятини янада орттириш лозимдир. Ёшларни дунёқарашига салбий таъсир этувчи омилларни олдини олишда ёшликдан ижобий хислатларни шакллантириш ота-оналарга, яқинларига мактабгача ва мактаб мухитига катта маъсулият юклайди. Ёшлар эртанги кун келажагимизнинг ишончли таянчидир.

Фойдаланилган адабиётлар

1. В.Каримова «Ижтимоий психология» Тошкент 2016 йил
2. Л.Бекназарова, М.Махмудова, Б.Шодиев «Ижтимоий-психологик тренинг» Тошкент -2016 йил
3. С.Назарова «Болангизни тушунасимизми». Тошкент 2017 йил
4. В.М.Каримова. «Ижтимоий психология асослари» Тошкент. Ўқитувчи. 1994 йил

O'QUVCHILARNI KASBGA YO'NALTIRISHNING PSIXOLOGIK OMILLARI

Murtazoyeva Malika Xudoyorovna

Buxoro viloyati Buxoro tumanidagi 17-maktab texnologiya fani o'qituvchisi

Аннотатсия. Ushbu maqolada kasb va kasb tanlash muammosi, uning psixologik aspektlari, xususiyatlari va dolzarbligi muhokama qilingan. Shuningdek, o'quvchilarni kasbga yo'naltirishda e'tibor qaratilishi lozim bo'lgan asosiy omillar haqida so'z yuritiladi.

Kalit soʻzlar: kasb, psixolog, kasbiy tayyorgarlik, shaxs kamoloti, qiziqish, intellect, kasbiy tanlov.

Bizga ma'lum, 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. YE.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, YE.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, konvensiona 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 (MORS) 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.

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 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. Bu formula real kasbga nisbatan ham orzudagi kasbga nisbatan ham, qo'llanishi mumkin.

1. Mening kasbim
2. Kasblar guruhlari
3. Kasblar bo'limlari
4. Kasblar sinflari
5. Kasblar turlarini sinflash

Bu kasbga yo'naltirish ishlari uchun mo'ljallangan. Bu tasniflashni o'rganib chiqqan V.E.Govrilov ijobiy tomonlari bilan birga kamchiliklarini ham ko'rsatib berdi. Masalan, bir guruhdagi kasblar ishchiga qarama - qarshi talablarni oldiga qo'yuvchi komponentlarni o'z ichiga oladi, bu esa kasbga layoqatlilik belgilarini aniqlashni qiyinlashtiradi. Tasniflashning yana bir kamchiligi shundaki, kasblar olami nihoyatda o'zgaruvchan, shunga ko'ra kasblarning mehnat mazmuni ham o'zgaruvchan xususiyatga ega. Bu esa kasblarni tizimlashga nisbatan noaniqlikni keltirib chiqaradi va kasbiy tanlovni kasbiy maslahat jarayoniga kirishni qiyinlashtiradi. Ma'lumki, kasbiy ta'limning barcha kasblar bo'yicha olib borib bo'lmaydi va kasbiy faoliyat turlarining murakkablik darajasi, sharoitlari, vositalari, mazmuni juda farqlanadi. O'quv kasblarning ma'lum belgilari, sifatlarini tasniflash va malaka darajalarini aniqlash bo'yicha ilmiy asoslangan tanlov lozim. O'quv kasblar ro'yxati buning natijasi bo'lishi kerak va shu asosda mutaxassislar tayyorlash shakllari aniqlanadi. Bu korxonalaridagi

qisqa muddatli tayyorgarlik, kasb maktablarida yoki oliy o'quv yurtlaridagi o'qish bo'lishi 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.

Foydalanilgan adabiyotlar

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

UMUMIY O'RTA TA'LIM MAKTABLARIDA BOSHLANG'ICH SINIF O'QUVCHILARI ICHIDA UYUTCHAN VA YIG'LOQI BOLA BILAN OLIB BORILADIGAN KORREKSION ISHLAR HAQIDA TAVSIYANOMALAR

*Hotamova Shirinoy Izzatillayevna
13-maktab psixologi*

Nima uchun 1-sinfga kelgan o'quvchilardan ayrimlari juda ayatchan va yig'loqi bo'ladi? Ayniqsa 1-sinf o'qituvchilari shu jarayonda qiynalishadi, muammolarga duch kelishadi.

Yig'loqilik o'zi nima?

Birinchisi – bu ayrim bola shaxsiyatidagi juda keng tarqalgan va ko'p qirrali hususiyatdir. Yig'loqi deganda odamovilik, ishonchsizlik, jur'atsizlik, sezgirlik, uyalish holatlari sifatida tushuniladi.

Yig'loqilik – bu turli shakllarda nomoyon bo'luvchi bir so'z bilan tushuntirib bo'lmaydigan qo'rquv hissidir. Yig'loqilikning fiziologik belgilari – yurak urishi tez bo'ladi, qorinda esa bo'shlik hissi paydo bo'ladi, terlash holati, o'ziga hos fizik simptomi – berkitib bo'lmaydigan yuz qismining qizarishidir.

Ikkinchisi – yig'loqilikdan darak beruvchi tashqi xulq-atvor:

1. bolalardan qochis hissi;
2. ovozi o'ta yumshoq bo'lishi;
3. suhbatlarga qo'shilmasligi;
4. odamoviligi;

Bu o'quvchilar tabiat to'g'risidagi nato'g'ri munosabatga ega. Bu holatlarning barchasi, ayniqsa, o'quvchi to'g'ridan-to'g'ri uyidan maktabga kelganligi, yoki maktabgacha ta'lim muassasasiga bormaganligi, oilasida yolg'iz farzand bo'lsa, moddiy kelishmovchilik sababli dalalarda, shiyponlarda yashaydigan oilalarning farzandlariga

hos xususiyatdir, bugungi kunda mana shunday ayanchli holatlarga ko'z yumib bo'lmaydi. Hozirda maktablarda kam ta'minlangan oilalarining farzandlarining 70 %i so'ngi kuzatuv va tahlillarga ko'ra huddi mana shu holat o'quv jarayonida aks etmoqda.

Uyatchan va yig'loqi bolalar bilan quyidagi korreksion ishlar amalgam oshirish mumkin:

1. sababi aniqlandi, sabablarlar quyidagilar bo'lishi mumkin:
 - muomila uquvining yo'qligi;
 - bolaning oila a'zolari bilan munosabatlarining uyg'unlashmaganligi;
 - o'quvchining ba'zi – bir hususiyatlari muomilaga to'siq bo'layotganligi (jismoniy nuqsoni, talaffuzi va nutqidagi kamchiliklar va hakoza);
 - bolaning o'ziga o'zi to'g'ri baho bera olmayotganligi;

Yig'loqi va uyatchan bola bilan olib boriladigan korreksion ishlarning asosiy maqsadi o'quvchining tengdoshlari va kattalar bilan to'laqonli muloqatga kirishishni ta'minlashdan iborat. Yig'loqi bola yopiq xonaga o'xshaydi faqat birinchi kichik oynasi ochiq halos. Korreksiyada bu imkoniyatda foydalanib qolish kerak. Bunda maktab psixologlari, sinf rahbarlar, ota-onalar va shifokorlar bilan birgalikda bolani yaxshi tomonga o'zgarishiga yo'l qo'yishi kerak. Korreksioning bu prinsiplari (Uyatchan va yig'loqi bolalarning korreksiyash prinsiplari bir birlariga chambarchas bo'g'liqdir).

Korreksioning prinsiplari quyidagilar:

1. Bu holatga olib keluvchi sabablarni aniqlash;
2. bolada ota-onasi, o'rtoqlari bilan muloqatga ehtiyoj uyg'otish;
3. bolani oila, maktab va o'rtoqlari bilan muloqatda bo'lishini ta'minlash;
4. bolani muloqatchanlikga o'rgatish;

Yig'loqi bolani korreksiya qilish juda ham nozik ish bo'lib psixologlar o'ta ehtiyotkor bolishi kerak. Uyatchan va yig'loqi bolani diagnostika qilish quyidagicha bo'ladi:

1. psixolog bola bilan uchrashuvda unga to'g'ridan to'g'ri savol bermaslik (Sening isming nima, ko'ziga tik qaramaslik, qo'pollik qilmaslik, keragidan ortiq savollar berib qo'rqitib yubormaslik).
2. muloqatda bolaning tempramentida qiziqishlarida va harakteridan kelib chiqqan holda ish olib borish;
3. bolani kuzatib turib o'zlashtiriladigan darslar sirtdan tekshirib va kuzatib boriladi, psixolog faqatgina bolaning yaxshi ko'rgan o'yini o'rqali va treninglar yordamida yoqimli ta'surot qoldirishi mumkin;
4. keyinchalik ijobiy natijalarga erishilsa bolaning o'quvchilar bilan munosabatlarini kengaytirib borish mumkin;
5. bu ishlarning samarasi sifatida o'quvchida muloqatga kirish ehtiyoji tug'uladi va o'zining ishlaridan qoniqish hislari hosil bo'ladi;
6. yig'loqi va uyatchan boshlang'ich sinf o'quvchilarini muloqatga kirishish jarayoni asta sekin murakkablashadi;
7. tadbirlar jarayonida psixolog trening va mashg'ulotlarga yangi elementlarni kiritishga juda ham ehtiyotkorona bo'lishi kerak;

8. o'quvchining affektiv muloqatgan kiritishni qattiy nazoratga olishi kerak, bu holning davomiyligi u ijobiy bo'lsa ham o'quvchining kattalarga bo'lgan muloqatga kirishish ehtiyojini yo'q qilib yuborishi munkun;
9. o'quvchi bilan hamma o'ta ehtiyotkor bo'lishi kerak, bunday paytda o'quvchilar bilan nizoga kirishni oldini olish kerak;
10. psixologning asosiy vazifasi yig'loqi va uyatchan bola bilan faqat suhbatlashish emas balki sinfdoshlari bilan normal muloqatga kirishni ta'minlashdir.

Yig'loqi va uyatchan bolaning ota onasi bilan olib boriladigan ishlar

Bunday o'quvchilarning ota-onasi bilan ishlaganda psixokorreksiya ishlarini olib borish juda ham qiyin eng avvalo, ularning fikri nato'g'ri bo'lsa ham ota-ona bilan chin dildan suhbatlashish kerak va ularning fikrlarini bilish zarur. Ota-ona va bolaning o'zaro hamkorlikdan asosiy maqsad farzandlarining harakatlarini tushunish va ko'proq muloqatda bo'lishidir. Bu jarayonda maktab psixoligi ko'proq individual yondashadi. Psixolog olgan test va so'rovnoma natijalarini ota-onalari bilan ham fikrlashib, har bir ota-onadan test va so'rovnomalar olish kerak. Ota onalarga bola bilan ishlashda pedagogik-psixologik bilimlardan xabardor qilishi oilada yangi streslarni oldini olish va salbiy ta'sir ko'rsatmaslik. Har qanday ota-ona bolani har qanday streslardan himoya qilishi kerak bola tarbiyasida "salbiy" uslublar orasi 3 ta asosiy tavsiyanomani berish munkun:

1. bolani o'zidan itarish (oiladagi haqiqiy holatni, masalan oiladagi janjallar, nizo, qaynona va kelin o'rtasidagi kelishmovchilik va oiladagi moddiy yetishmovchilik kabilarni oshkora nomoyish etmaslik);
2. o'quvchiga haddan tashqari talabchan munosabatda bo'lmaslik (doimiy tanqid, jismoniy jazolash);
3. kuchli mexribonlik (haddan tashqari g'amxo'rlik) bu esa bola mustaqil harakat qilish imkonidan judo qilishdir;

Pandemiya sharoitida agar ota-onalar ham o'qituvchi, psixolog, hamshira va shifokorlar yagona reja va tavsiyanoma asosida ishlamasa hunuk oqibatlariga olib kelishi mumkin. Ko'p yillik ish tajriam shuni ko'rsatadiki yig'loqi va uyatchan o'quvchilar bilan bilan ishlashda maktab lagapedlari bilan ham birgalikda ishlash maqsadga muvofiqdir. Bugungi sharoitda men ham psixolog va defiktolog sifatida quyidagi kompleks metodlarini tavsiya etaman;

1. mayday qo'l matorikasini tizimli rivojlantirish va muhtaxkamlash ishlari;
 - ovoz va nutq bilan tizimli bog'langan harakatlar;
 - kaptok bilan o'yinlar;
 - bolaning tafakkurini rivojlantiradigan mashqlar;
2. Lagapedik massaj:
 - Bo'yin mushaklarining massaji;
 - Yuz massaji;
 - Til mushaklarini bo'shashtiruvchi massaj;
 - Burun, lab burmalarining massaji;
 - lab va til massaji;
3. nafas mashqlari;
4. Artikulyatsion mashqlar;

5. Izotnik mashqlar;
6. lagapedik mashqlar va o'yinlar;

Yig'loqi va uyatchanlik hissini bartaraf etishga quyidagi ayrim psixologik trening mashqlarini havola etamiz.

Bu mashqlarni katta o'quvchilarda ham o'tkazish munkun "Buzuq telefon mashqi" (5 minut).

Mashq maqsadi diqqatni charxlashga, tez fikrlashga va noqulaylik hissidan chiqib ketishga, muloqatchanlikni oshirishga yordam beradi. Ishtirokchilar davra bo'lib o'tiradilar, boshlovchi yonidagi ishtirokchining qulog'iga bir gap aytadi, u ishtirokchi ham yonidagi o'rtog'iga qanday tushungan bo'lsa shunday yetkazadi, ohirgi gap uyatchan bolaning o'ziga yetib kelishi kerak, boshqaruvchi uyatchan va yig'loqi bollarni maqtab va ularga ishongan holda o'yinni davom etishni taklif qiladi. Quyidagi gap va tez aytishni aytish munkun. Masalan uyatchan bolaning ismi Sardor "Sardor sara sariq sabzini saralab sotdi", navbatdagi yig'loqi bolaning ismi Otabek "Otabek menga o'qish va matematika kitobni olib kel" va hokozi.

"ISHONCH PAROVOZI" (10 minut)

Mashq maqsadi – sinfdagi yig'loqi va uyatchan o'quvchilarni o'rtasidagi havotirlanish, qo'rqish, sinfdoshlaridan o'zini olib qochish his tuyg'ularidan o'zini bartaraf etish, o'ziga bo'lgan yuksak ishonch histuyg'usini rivojlantirish. Barcha ishtirokchilar bir qatorga tizilishadi. Birinchi ishtirokchidan tashqari sinf a'zolarining hammasi ko'zlarini yumushadi va bir birlarining belidan ushlab olishadi. Birinchi ishtirokchiga yig'loqi o'quvchi qo'yiladi. Yig'loqi bolaning vazifasi "paravoz"ni xona bo'ylab to'siqli yo'llar orasidan olib yurish qolganlari esa ishtirokchining harakatiga mos ravishda to'siqlar orasidan urunmay-surunmay o'tishlari darkor.

SHER VA POEZD MASHQI (10 minut)

Mashq maqsadi – o'zini erkin his qilishga guruhda iliq muhitni yaratishga uyalish va yig'loqilik hislarini bartaraf etishga imkon beradi. Ishtirokchilar bir qator tik turishadi, boshlovchi ularga qarab: "Tasavvur qiling biz hammamiz sherlarmiz, katta sherlar oilasimiz, men aytishim bilan hammamiz sherga o'xshab ovoz chiqarasiz". "Kim qattiqroq ovoz chiqaradi", "Juda yaxshi yanayam yaqinroq" bu mashqdan keyin hamma ishtirokchilar ketma-ket turib qo'llarini o'zidan oldingi bolaning yelkasiga qo'yib olishadi.

"Endi poezd-poezd" o'yinini o'ynaymiz. "Biz paravozmiz sekin asta ovoz chiqarib yurishni boshlaymiz, xonani bir aylanib bo'lgandan keyin bosh paravozni uyatchan yoki yig'loqi bola turgan tarafga o'tib ularga bosh paravoz ro'lini beradi, o'yinda har bir bola paravoz o'yinini o'ynamagunicha tugamaydi. Yuqoridagilardan hulosa chiqarib aytish munkunki uyatchanlik va yig'loqilikning yuzaga kelishi turli tumandir: fizalogik ko'rinishlaridan tortib ichki nizolar va fikrlash jarayonlarining buzishigacha. Yig'loqi o'quvchining xulq atvorini bartaraf etish uchun shoshilinch chora ko'rmasak ke'ajakda bu o'quvchi ijtimoiy va shaxslar a'ro munosabatlardan maxrum bo'ladi. Bu esa odam ovilik va yolg'izlikga olib keladi. Biz zudlik bilan lozim chora va tadbirlarni ko'rmasak, ayniqsa boshlang'ich sinf o'quvchilaridagi kamdan-kam uchraydigan holatlarni oldini olmasak kelajakda katta xatoalarga yo'l qo'yishimiz munkun.

YOSHLARNING DUNYOQARASHIGA XULQ- ATVORIGA TA'SIR ETUVCHI IJTIMOY PSIXOLOGIK OMILLAR

Egamova Adiba Zokirovna
Shahrisabz shahar 2-maktab
psixologi

Ijtimoiy muhit-bu insonning aniq maqsadlar va rejalar asosida faoliyat ko'rsatadigan dunyosidir. Mazmunan har bir insonning shu ijtimoiy olam bilan aloqasi uning insoniyat tajribasi, madaniyati va qabul qilingan, tan olingan ijtimoiy xulq normalari doirasidagi harakatlarida namoyon bo'ladi.

Shaxs ijtimoiy xulqiga turli tashqi kuchlar ta'sir qiladi: siyosiy, mafkuraviy, iqtisodiy, ma'naviy, ahloqiy va boshqalar. Bu ta'surotlar mohiyatan aslida jamiyat a'zolari bo'lmish shaxslar o'rtasidagi o'zaro munosabatlarning ayrim alohida yo'nalishlarini belgilab beradi.

Insonning shaxs sifatida tarkib topishi, unga ta'sir etuvchi omillar, uning mexanizmlari haqida psixologiya fani aniq malumotlarga ega. Jamiyat taraqqiyotida bosh omil hisoblanuvchi, shu jamiyatning rivojlantiruvchisi bo'lib hisoblanuvchi inson odam sifatida dunyoga keladi.

Shaxsning tuzilishi, shakllanishi, tarkib topishida u yashayotgan muhitning kishilik jamiyatining roli juda kattadir. Tashqi muhit inson shaxsining tarkib topishida muhim ahamiyatga ega. Birinchidan, ijtimoiy muhitdagi turli hodisalar odamning ongiga bevosita ta'sir qilib, unda chuqur iz qoldiradi. Ikkinchidan, tashqi ijtimoiy muhim ta'sirining chuqurroq va mustahkam bo'lishiga odamning o'zi yordam beradi.

Shunday qilib shaxs turli ijtimoiy munosabatlar tizimi ta'sirida bo'ladi va ko'plab ijtimoiy institutlar (oila, mahalla, o'quv maskanlari, mehnat kollektivlari, norasmiy tashkilotlar, din, san'at, madaniyat va boshqa) bilan bog'liq bo'ladi. Masalan shaxsdagi turli g'oyalar, fikrlar va mafkura mafkuraviy munosabatlar tizimi ta'sirida shakllanib, ular bevosita oila, bog'cha maktab, boshqa o'quv va tarbiya muassasalari orqali ongga singdiriladi.

Ijtimoiylashuv, eng avvalo odamlar o'rtasidagi muloqot va hamkorlikda turli faoliyatni amalga oshirish jarayonini nazarda tutadi. Tashqaridan shaxsga ko'rsatilayotgan ta'sir oddiy, mexanik tarzda o'zlashtirilmay, u har bir shaxsning ichki ruhiyati, dunyoni aks ettirish xususiyatlari nuqtai nazaridan turlicha sub'ektiv tarzda idrok etiladi.

Har bir oilaning sog'lom bo'lishi, ularda ijobiy psixologik iqlimning hukm surishi, mana shu muhitda dunyoga kelib, shaxs sifatida shakllanib, so'ng o'zi yashayotgan davlatning fuqarosi sifatida o'z davlatining iqtisodiyoti, ijtimoiy hayoti taraqqiyotini ta'minlovchi, hal qiluvchi omil bo'lgan inson kamolotida oilaning tutgan o'rni beqiyosdir. Chunki nosog'lom, nizoli oilalar, jamiyatda turli iqtisodiy, ijtimoiy ziyon yetkazish bilan birga, bunday nosoglom psixologik muhitda shakllangan bola ham keyinchalik, nafaqat yaqinlariga balki atrofdagilarga ham, qolaversa o'zi yashagan

jamiyatga ham, mehr-oqibatsiz, shavqatsiz, xudbin, jamiyat, yurt manfaatlariga zid har-xil salbiy tashqi kuchlar ta'siriga oson beriluvchan shaxs bo'lib shakllanishiga asos bo'lishi mumkin.

Yana bir muhim ijtimoiylashuv o'choqlariga maktab va boshqa ta'lim maskanlari kiradi. Bizning ijtimoiy tasavvurlarimiz shundayki, maktabni biz ta'lim oladigan, bola bilimlar tizimini o'zlashtiradigan maskan sifatida qabul qilamiz. Lekin aslida bu yer yoshlarning ijtimoiylashuv tarbiyaviy vositalarda yuz beradigan maskanidir. Dars paytida o'qituvchi o'zini qanday tutishi, kiyimi, mavzuga munosabati, qolaversa butun sinfdagi o'quvchilarga munosabati hamma narsani belgilovchi, ijtimoiy tajriba uchun muhim ahamiyatga ega omildir. Shuningdek, har bir sinfda shakllangan muhit, o'zaro munosabatlar ham ijtimoiy hulqning qanday shakllanishiga o'z ta'sirini o'tkazmay qolmaydi.

Yana bir muhim omil- bu mehnat jamoalaridir. Bu muhitning o'ziga xosligi shundaki, bu yerga shaxs odatda ancha aqlli, pishib qolgan, ma'lum tajribaga ega bo'lgan, hayot haqidagi tasavvurlari shakllangan paytda keladi. Egallangan mutaxassislik, ish jarayoni, orttirilgan malaka va bilimlar ham juda muhim bo'lib, shu muhitdagi ijtimoiy normalar shaxsning xarakteriga ta'sir qiladi. Shuning uchun mehnat jamoalarida yaxshi, sog'lom ma'naviy, psixologik muhit mavjudligi har bir shaxs kamolotida, dunyoqarashida katta rol o'ynaydi.

Dunyoqarash-tartibga solingan, yaxlit ongli tizimga aylantirilgan bilim, tasavvurlar va g'oyalar majmui bo'lib, u shaxsni ma'lum bir qolipda, o'z shaxsiy qiyofasiga ega tarzda jamiyatda munosib o'rin egallashga chorlaydi. Mustaqillik davrida shakllanayotgan yangicha dunyoqarash yoshlarda Vatanga sadoqat, milliy qadriyatlar, an'analarni e'zozlashni, o'z yaqinlariga mehribon va tanlagan yo'lga –kasbi, maslagi va e'tiqodiga sodiqlikni nazarda tutadi.

O'z-o'zini anglash, o'zidagi mavjud sifatlarni baholash jarayoni ko'pincha konkret shaxs tomonidan og'ir kechadi, ya'ni inson tabiati shundayki, u o'zidagi o'sha jamiyat normalariga to'g'ri kelmaydigan, nomaqul sifatlarni anglamaslikka, ularni yashirishga harakat qiladi, xattoki, bunday tasavvur va bilimlar ongsizlik sohasiga siqib chiqariladi.

Shuningdek, bugungi globallashuv asri, texnika taraqqiyoti, internet tarmoqlarining shiddat bilan hayotimizning ajralmas qismiga aylanib borayotganligi yoshlarimiz xulq-atvori shakllanishida o'z o'rnida ta'sir o'tkazmay qolmayapti. Bu jarayonlarning hayotimizda ijobiy ko'magi bo'lgani kabi, salbiy jihatlari ham borki, bu jihatlarda yoshlarimiz dunyoqarashi, xulq-atvori, yashash tarziga o'zining salbiy ta'sirini ko'rsatib kelmoqda. Bu borada yoshlarga to'g'ri yo'l ko'rsatish maqsadida oilada, ta'lim maskanlarida, butun jamoatchilik, ommaviy axborot vositalari birdek mas'uliyat bilan kurashib, to'g'ri tushuntirish ishlarini olib borsak bu holatning yomon oqibatlarini oldini olgan bo'lamiz. Bu jarayonda ham oila, avvalo ota-onalar o'zlari namuna bo'lishlari lozim.

Insondagi dastlabki ijtimoiy tajriba, hulq-atvor elementlari aynan oilada shakllanadi. Ya'ni shaxs sifatlarining dastlabki qoliplari oilada olinadi va bu qolip jamiyatdagi boshqa guruhlar ta'sirida sayqal topib, takomillashib boradi.

Ma'lumki, ta'lim–tarbiya inson ongini shakllantiradi, uning dunyoqarashi, e'tiqodi, hayotga bo'lgan munosabatini tarkib toptiradi. Agar bolalarning ruhiy taraqqiyotlari va shaxsiy xususiyatlarining tarkib faqat tashqi ijtimoiy muhit bilan, ta'lim-tarbiyaning o'zigagina bog'liq bo'lganda edi, unday paytda biz bir xilda sun'iy va aynan bir xil ta'lim-tarbiya sistemasini tashkil qilib, har tomondan babbaravar taraqqiy etgan va deyarli bir shaxsiy xususiyatlarga ega kishilarni yetishtirib chiqarar edik. Vaholanki, bunday bo'lishi mumkin emas. Bola shaxsining tarkib topishiga ta'lim muassasalarida, oilada beriladigan ta'lim –tarbiya tushuniladi. Lekin shuni unutmaslik kerakki, odamga hech vaqt tarbiya uning psixik xususiyatlari ya'ni uning aqliy tomonlari bilan bog'liq bo'lgan sifatlar tug'ma ravishda berilmaydi. Ba'zi hollarda ayrim qobiliyatlarga nasliy yo'l bilan berilishi mumkin.

Yoshlarni har tomonlama sog'lom, ma'nan yetuk qilib tarbiyalash har qanday davrda ham muhim hisoblangan. Chunki, jamiyat, davlatning kelajagi yoshlarning olgan bilimi, tarbiyasi, ma'naviyatiga bog'liq. Mamlakatimizda yoshlarning ta'lim –tarbiya olishlari uchun barcha sharoitlar yaratilgan. Prezidentimiz Shavkat Mirziyoyev “Yoshlarning mustaqil fikrlaydigan, yuksak intellektual va ma'naviy salohiyatga ega bo'lib, dunyo miqqiyosida o'z tengdoshlariga hech qaysi sohada bo'sh kelmaydigan insonlar bo'lib kamol topishi, baxtli bo'lishi uchun davlatimiz va jamiyatimizning bor kuchini, imkoniyatlarini safarbar etamiz.” deb ta'kidlaganlarining zamirida ana shu istak yotibdi .

Bizning azaliy o'zbekona qadriyatlarimiz ham yoshlarda odob va ahloq tamoyillarini har tomonlama chuqur isloh etishga qaratilgan. Eng avvalo, xulqdagi salbiy xislatlarni barham toptirish, yoshligidanoq mas'uliyatni his ettirish, sog'lom, teran fikrlovchi, dunyoqarashi ravon etib tarbilash asosiy maqsadimizdir. Mas'uliyatni o'z bo'yniga olishga o'rgatilgan yoshlarda xavotirlik, neyrotezm, asabiylashuv, jaholat kabi xulq-atvor ko'rinishlari kam uchraydi. Ular har kimning ham fikriga berilib ketavermaydi, o'zlarining mustaqil fikrlariga ega bo'lishadi. Mas'uliyatni his qilgan yoshlar hayotga tayyor, faol, erkin fikr yurituvchi, fidoiy, mustaqil qaror qabul qilishga qodir bo'lishadi.

Yoshlar tarbiyasidagi nuqsonlar ota-onaga, oiladagi muhitga bevosita bog'liq bo'lib, binobarin ota –onaning eng katta vazifasi farzandlariga yaxshi tarbiya berishdir. Bu borada ma'rifatparvar A.Avloniyning “Turkiy guliston yohud axloq” asarida oila muhitidagi bola tarbiyasi, umuman oilaning ijtimoiy roli muhim ahamiyat kasb etishi haqida ta'kidlab o'tadi. Uning fikricha, bolalarda ahloqiy hislatlarning tarkib topishida ijtimoiy muhit, oilaviy sharoit va bolaning atrofidagi kishilar g'oyat katta ta'sir kuchiga ega. Asarda keltirilganidek: “Tarbiyani tug'ilgan kundan boshlamoq, vujudimizni quvvatlantirmoq, ahloqimizni kuchlantirmoq kerak, zehnimizni esa ravshanlantirmoq lozim.”

Xulosa o'rnida aytish joizki, yoshlarni tarbiyalashda xatoliklarga yo'l qo'ymaslikni bilish ota-onalar, kattalarning zimmasiga turgan mas'uliyat hisoblanadi. Shunday ekan, har bir ota-ona o'z burchiga jiddiy yondashib, oilada har tomonlama sog'lom turmush tarzini olib borishi kerak.

Foydalanilgan adabiyotlar ruyhati.

1. Xudoyqulov.X.J. “Odob-ahloq va tarbiya durdonalari.” T.2008-Yil.

2. Shoumarov G'.B. "Oila psixologiyasi" .T "O'qituvchi "nashriyoti, 2001 yil.
3. Sherbakov A.I. Yosh psixologiyasi va pedagogik psixologiyasi .Toshkent.1991-yil.

BOSHLANG'ICH SINIF O'QUVCHILARINI KASBGA YO'NALTIRISHDA DASTLABKI PEDAGOGIK XUSUSIYATLARI

*Po'latova Muniraxon Akramovna
Farg'ona viloyati Buvayda tuman 10-maktabi psixoligi*

O'zbekiston Respublikasida so'nggi yillarda barcha sohalar qatori ta'lim tizimida ham keng ko'lamli islohotlar amalga oshirilmoqda. Ushbu o'zgarishlarning samarasi, yurtimizning taraqqiy topgan davlatlar qatoridan munosib o'rin egallashi avvalo, ilm-fan va ta'lim-tarbiya sohasining rivoji bilan uzviy bog'liqdir.

Olib borilayotgan islohatlar samarasini yanada oshirish, davlat va jamiyatning har tomonlama va jadal rivojlanishi uchun shart-sharoitlar yaratish, mamlakatimizni modernizatsiya qilish hamda hayotning barcha sohalarini liberallashtirish boyicha ustuvor yo'nalishlarni amalga oshirish maqsadida O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017-yil 7-fevraldagi "O'zbekiston Respublikasini yanada rivojlantirish bo'yicha harakatlar strategiyasi to'g'risida"gi PF-4947-son farmonining "Ijtimoiy sohani rivojlantirish" ustuvor yo'nalishda ta'lim, madaniyat, ilm-fan, adabiyot, san'at va sport sohalarini rivojlantirish, yoshlarga oid davlat siyosatini takomillashtirish ka'bi vazifalar belgilangan [1].

Bugun zamonaviy bilim va kasb-hunarlarini, xorijiy tillarni puxta egallab, katta umid va ishonch bilan hayotga qadam qo'yayotgan, ertangi kunimizning hal qiluvchi kuchi bo'lgan farzandlarimizning munosib kamol topishida o'qituvchi va murabbiylarimizning hissasi beqiyos ekanini ta'kidlash lozim.

Boshlang'ich ta'lim o'qituvchisi nafaqat o'quvchilarga ilm-fan olamining dastlabki bilimlarini beradi, balki ushbu jarayonda o'quvchilarni kasbga yo'naltiradi. O'quvchi bolaligidan biror bir kasbga mehr qo'yadi, uni orzu qiladi, o'sha kasb egasi sifatida o'zini tasavvur qiladi.

Mazkur tasavvurning realligini ta'minlashda o'qituvchining katta o'rnini bor. Negaki, o'qituvchi hali mukammal shakllanmagan bola tasavvurida go'yoki bir "sehrGAR", tengsiz murabbiydir.

Boshlang'ich ta'lim o'quvchilari kasb tanlashdan hali uzoq turadilar. Biroq ular o'rtasida to'g'ri yo'lga qo'yilgan kasb tanlash ishi shunday bir negiz bo'lishi kerakki, yuqori sinflardagi o'quvchilarning kasbga bo'lgan qiziqishlari, o'y va niyatlari keyinchalik shu negiz asosida rivojlanadigan bo'lsin.

Beistisno barcha kasblar uchun zarur va muhim bo'lgan shaxs xislatlari bor, bular:

- Mehnatsevarlik, hamma kasb va mutaxassislikdagi mehnat ahliga nisbatan hurmat-ehtirom;
- mehnat qilish zarurligini tushunish va anglash;

- o‘z ishini rejelashtira va nazorat qila bilish;
- ish joyini to‘g‘ri tashkil qilish, ish batartib va intizomli bo‘lish;
- toqatlik, sabotlilik, topshiriqni bajarishning eng oqilona usulini tanlab ola bilish;
- materiallar hamda vaqtni tejash va shu kabilardir. Ana shu xislatlar va fazilatlarining hammasini o‘quvchilarda birinchi sinfdan boshlab shakllantirish lozim [2, b. 6].

O‘quvchilarni kasb tanlashga tayyorligini ko‘rsatuvchi mezonlar:

- kognitiv (axborotga ega ekanligi);
- kasbga qiziqish mezon;
- amaliy mezon [3, b. 46].

Kasbni to‘g‘ri tanlash har bir o‘sib kelayotgan avlodning obektiv vajlariga, qiziqishlariga, mayliga, qobiliyatiga va imkoniyatlariga mos bo‘lishi uchun uning sog‘ligini, o‘zlashtirishini va hissiyotlarini hisobga olish lozim, bular ijtimoiy foydali va unumli mehnatda hammadan ko‘ra ko‘prok o‘z ifodasini topadi va namoyon bo‘ladi.

Bolaning kasbiy muhim xislatlarini barvaqt aniqlash esa keyinchalik unga o‘z xususiyatlariga qarab kasbni to‘g‘ri tanlash, uni muvaffaqiyatli ravishda o‘zlashtirish, mehnatda yuksak natijalarga erishish imkonini berishi mumkin.

Ko‘pgina olimlar o‘tkazgan tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, maktab o‘quvchilarining taxminan 30 foizida tanlangan kasbga nisbatan barqaror qiziqishlar boshlang‘ich sinflardayoq shakllanar ekan.

O‘qituvchining vazifasi — o‘quvchilarning qiziqishlarini mumkin qadar oldinroq aniqlashdan va jamiyat talab-ehtiyojlariga muvofiq shu qiziqishlarini rivojlantirishdan, inson shaxsini har tomonlama uyg‘un kamol toptirish uchun shart-sharoitlar yaratishdan iborat [2, b. 9].

Sinfdan tashqari mashg‘ulotlarda olib borilayotgan kasbga yo‘naltirish ishida o‘quvchilarning yosh va bilish xususiyatlariga qarab bir necha bosqichni ko‘rsatib o‘tish mumkin [2, b. 12-14].

Birinchi bosqich (I-IV) sinflarning o‘quvchilari bilan ishlash — moddiy ishlab chiqarish sohasida mehnat bo‘lgan ijtimoiy qiziqishlarni shakllantiradi, o‘quvchilarda umuman mehnatga ijobiy munosabatda bo‘lishni, eng muhimi — jismoniy mehnatga shunday munosabatda bo‘lishni, ishchi degan nomni hurmat qilishni, qo‘lidan keladigan o‘z mehnati bilan atrofda kishilarga quvonch bag‘ishlashga va bundan ma‘naviy qoniqish olishga intilishni shakllantiradi.

Bu boradagi ishlar oldindan tuzilgan reja asosida olib boriladi. Bu rejaga muvofiq ekskursiya uyushtirish eng ommalashgan kasblar to‘g‘risida qishloq maktablarining o‘quvchilari uchun jamoa xo‘jaligida, shahar maktablarining o‘quvchilari uchun korxonalarda, ota-onalarning ishlari va ularning mehnatda erishgan muvaffaqiyatlarida suhbatlar tashkil qilish ko‘zda tutiladi.

Ekskursiyalar chog‘ida ishlab chiqarish jarayonida qatnashayotgan odamlarning mehnatiga, xom ashyodan tayyor mahsulot olishga berayotgan mehnat qurollariga asosiy e‘tibor beriladi, jamiyat va ayrim odamlar turmushida mehnatning roli o‘qtirib o‘tiladi.

Ikkinchi bosqich (V-VII) sinflarning o‘quvchilari bilan ishlash — biron ish qilishga undaydigan bosqich. Ma‘lumki, ta‘lim-tarbiya jarayonida o‘quvchilarda

bilishga bo‘lgan qiziqish, odatda, kasbga bo‘lgan qiziqishdan oldin shakllanadi. Shu boisdan ushbu bosqichida kasbga yo‘naltirish sohasida olib borilayotgan ishda o‘quvchilarda ish turlari (texnika bilan ishlash, tabiat obyektlari va shu kabilar bilan ishlash) ni bilishga bo‘lgan qiziqishni uyg‘otish muhimdir.

Kasbga yo‘naltirishning ana shu bosqichida texnikaga va mehnatga (texnika ijodkorligi va qishloq xo‘jalik tajribachiligiga) oid sinfdan tashqari mashg‘ulotlar, viktorinalar, o‘yinlar katta rol o‘ynashi lozim. Bu bosqichda o‘quvchilarda ijtimoiy maqsadlarning shakllanishi davom etadi, shu bilan birga kasbga yo‘naltirish ham boshlanadi.

Uchinchi bosqich (asosan VIII-XI) sinflarning o‘quvchilarini qamrab oladi — bu bosqichida o‘quvchilar o‘z kuchlarini konkret mehnatda tekshirib ko‘radilar, o‘quvchilarning kasbga bo‘lgan qiziqishlari va mayllari yanada shakllanadi. O‘quvchilar bu bosqichda o‘z kasbiy niyatlarining birmuncha umumiy kasblar bo‘yicha amaliy ko‘nikma va malakalar bilan mustahkamlaydilar. Bu bosqich konkret kasbni tanlash, uni o‘zlashtirish yo‘llarini belgilash bilan tugaydi. O‘quvchilarni qiziqishlari (predmetlar, predmet-texnika, ishlab chiqarish-texnika va shu kabilar) bo‘yicha to‘garaklarda ishlashi ushbu bosqich uchun diqqatga sazovordir.

Boshlang‘ich ta‘lim o‘quvchilarini kasbga yo‘naltirish jarayonini yanada takomillashtirish yuzasidan quyidagi takliflar tavsiya etiladi:

- kasbga yo‘naltirishda yakka tartibda ishlashga e‘tibor qaratish;
- mavzu yuzasidan davra suhbatlarini tashkil etish;
- turli kasblarga oid audio-video materiallar bilan tanishtirish;
- sinfdan tashqari ishlarni kasb tanlashga yo‘naltirish;
- turli soha mutaxassislari bilan uchrashuvlar tashkil etish;
- madaniy tadbirlar tashkil etish;
- kasblar burchagini tashkil etish va shu mavzuda ko‘chma ko‘rgazmalar tashkil etish.

Xulosa sifatida qayd etish mumkinki, o‘quvchilarni o‘z vaqtida to‘g‘ri kasbga yo‘naltirish mamlakat taraqqiyotining kafolatidir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati:

1. Jumaboyeva M. Umumiy o‘rta ta‘limda kasbga yo‘naltirish ishlarining tuzilmasi va mazmuni. Kurs ishi. Andijon qishloq xo‘jaligi instituti, 2014. — 21 b.
2. Mardanov D. Maktabda kasbga yo‘naltirish ishlari. — Nukus. 2013. — 182 b.

OLTI YOSHLI BOLANING MAKTABGA PSIXOLOGIK MOSLASHUVI VA RIVOJLANISH DINAMIKASINI O‘RGANISH BO‘YICHA TAVSIYALAR

Salayeva Ruxsora Qudrat qizi
Xorazm viloyati Xonqa tuman 16-maktab psixolog

“Ta‘lim to‘g‘risida”gi qonunga asosan 1998-1999 o‘quv yilidan boshlab umumiy o‘rta ta‘lim maktablariga o‘quvchilar 6-7 yoshdan qabul qilinmoqda. Tibbiy,

psixologik-pedagogik va defektologik tashxis natijalari asosida o'qishga ham jismonan, ham aqlan, ham ma'nan yetuk deb topilgan olti yoshli bolalar maktabga tavsiya etiladilar.

Maktabga psixologik tayyorlik bolaning ilk o'quv motivlarining shakllanganligi, bilish psixik jarayonlarining yetarli darajada rivojlanganligi, yangi ijtimoiy muhitga moslashuv va jamoaviy hamkorlik ko'nikmalarining mavjudligi, ma'naviy ruhiy salohiyat, shuningdek aqliy imkoniyatlarining ta'lim talablariga mutanosibliyi bilan izohlanadi.

Boshlang'ich sinf o'qituvchilari, maktab psixologlari birinchi sinfga qabul qilingan har bir olti yoshli bolani uzluksiz o'rganib, uning maktabga moslashuvi va rivojlanish dinamikasini tahlil etib boradi. Maktab psixologi tomonidan olti yoshi bolalar uchun 1-2 choraklar davomida "Psixologik salomatlik" maktabi korreksion rivojlantirish mashg'ulotlarining olib borilishi, ularni o'yin faoliyatidan o'quv faoliyatiga "silliq" o'tishini ta'minlaydi. Ikkinchi chorak oxirida Olti yoshli o'quvchilarning maktabda ta'lim olishga moslashuvi chuqurlashtirilgan psixologik-pedagogik tashxis yordamida o'rganiladi. Bundan maqsad: birinchi sinf o'quvchilarining maktabga moslashuvi va rivojlanish dinamikasini o'rganish bilan bir qatorda tegishli korreksiya-rivojlantirish tadbirlarini belgilash. Buning uchun quyidagi muhim psixologik xususiyatlar ham o'rganiladi:

- bolaning maktabda o'qishga munosabati;
- bolaning o'z hatti-harakatini baholash darajasi;
- sinfdagi shaxslararo munosabatlar va bolaning sinfdagi mavqeyi;
- aqliy rivojlanish darajasi, shaxsiy xususiyatlarini;
- o'quvchilarning psixologik muammo va qiyinchiliklari va h.k.

O'quvchilarning psixologik-pedagogik moslashuvi va rivojlanish dinamikasini o'rganish metodikalarni tanlashda quyidagilarni hisobga olish kerak:

1. Tashxis otkazish vaqti bir-ikki soatdan oshmasligi kerak;
2. Qo'llanilayotgan har bir metodika ko'p funktsional bo'lishi, ya'ni bola shaxsi, psixik rivojlanishining turli tomonlarini qamrab olishi kerak;
3. Xulosalarning haqqoniyligiga har bir metodikadan olingan natijalarini boshqa metodikalar natijalari bilan, shuningdek o'quvchining o'zlashtirishi, o'qituvchilar tomonidan unga berilgan tavsifnomalar bilan taqqoslash orqaligina erishish mumkin.

Sizga maktabga qabul qilingan olti yoshli bolalarning o'qishga moslashuvi va rivojlanish dinamikasini o'rganish uchun quyidagi metodikalarni tavsiya etamiz.

I. Topshiriq. Kichik qo'l motorikasining shakllanganligini aniqlash.

Boladan katak ichidagi turli belgilar va shakllarni mantiqiy ketma-ketlikda chizib berish so'raladi. Topshiriqni bajarish uchun 5 daqiqa vaqt ajratiladi.

Natijalarni hisoblash tartibi:

- 4 ball** kichik qo'l motorikasining rivojlanganlik darajasi yuqori;
- 3 ball** rivojlanganlik darajasi yaxshi;
- 2 ball** rivojlanganlik darajasi past;
- 1-0 ball** mutloq rivojlanmagan.

II. Topshiriq. Diqqat ko'lamini va kichik qo'l motorikasining rivojlanganlik darajasi.

Maqsad: Diqqat ko'lamini va kichik qo'l motorikasining rivojlanganlik darajasini aniqlash.

Ko'rsatma: jadval yonida berilgan predmetlarni, jadvalga shunday joylashtirish kerakki, predmetlar har bir qator va ustunda takrorlanmasin.

Natijalarni hisoblash tartibi:

Har bir to'g'ri javob 1 ball bilan baholanadi.

9-8 ball Diqqat va kichik qo'l motorikasining rivojlanganlik darajasi yuqori;

7-5 ball rivojlanganlik darajasi o'rta;

5-0 ball rivojlanish darajasi past.

III. Topshiriq.

Maqsad: matematik tasavvurlarni shakllanganlik darajasini aniqlash.

Ko'rsatma: bolaga rasmlardagi predmetlarni hisoblash va ularni raqamlar bilan birlashtirish vazifasi yuklatiladi. Yuqoridagi uchta rasmning har biriga 1 balldan, quyidagi 10 ta rasimga ham 1 balldan beriladi. Namunada belgilangan to'g'ri javob raqami hisobga olinmaydi. Shunda jami ballar 11 ballni tashkil etadi.

Natijalarni hisoblash tartibi:

11-10 ball yuqorida ko'rsatib o'tilgan jarayonlar yuqori rivojlangan.

9-8 ball yuqorida ko'rsatib o'tilgan jarayonlar yaxshi rivojlangan.

7-6 ball yuqorida ko'rsatib o'tilgan jarayonlar o'rta darajada rivojlangan.

5-4 ball rivojlanganlik darajasi past, yuqorida ko'rsatib o'tilgan jarayonlar korrektsiyaga muhtojdir.

3-2 ball chuqur psixologik tashxis talab qilinadi.

IV. Topshiriq.

Maqsad: yaxlit tasavvur etish va idrokni aniqlash.

Ko'rsatma: geometrik shakllarning ba'zi qismlari qirqib olingan. Bolaga pastdagi qatordan har bir shaklga mos bo'lgan qismni topib birlashtirish vazifasi yuklatiladi.

Natijalarni hisoblash tartibi:

3 ball - bola 3 tagacha shaklni to'g'ri topsa, idroki yaxshi rivojlangan.

2ball - bola 2 tagacha shaklni to'g'ri topsa, rivojlanganlik darajasi o'rta.

1 ball - bola 1 ta shaklni to'g'ri topsa, rivojlanganlik darajasi past.

V. Topshiriq.

Maqsad: Yozuv va o'qish malakalarini o'rganish.

Ko'rsatma: berilgan harflarning ma'lum qismlari tushirib qoldirilgan bo'lib, ularni yetishmayotgan qismini chizish vazifasi topshiriladi.

Natijalarni hisoblash tartibi:

Har bir harfni to'g'ri yozilganligiga qarab 1 ball bilan baholanadi.

5 ball - to'liq barcha harflar yozilgan, yuqoridagi jarayonlar yuqori darajada rivojlangan;

4 ball – harflardan biri noto'g'ri yozilgan yoki yozilmagan, yaxshi rivojlangan;

3 ball – ikkita harf noto'g'ri yozilgan yoki yozilmagan bo'lsa, o'rta darajada rivojlangan;

2-1 ball – yuqoridagi ko'rsatkichlar yetarli darajada shakllanmagan.

VI. Topshiriq.

Maqsad: Bolalarning diqqat, idrok, mayda qo'l motorikasi va ko'ruv xotirasining rivojlanish darajasini aniqlash.

Ko'rsatma: bolaga namunadagi harflarni pastki qatordagi bo'sh katakchalar shakllariga qarab ko'chirib berish vazifasi topshiriladi.

Natijalarni hisoblash tartibi:

18-17ball o'qish va yozuv malakalarining shakllanganlik darajasi yuqori;

16 -15ball yaxshi shakllangan;

14-13 ball shakllanganlik darajasi past;

12-11 ball bo'lsa, korreksiya muxtoj.

10 va undan kam ball to'plasa, chuqur psixologik tashxisga muxtoj.

TUB SONLAR MAVZUSINING MAKTAB JARAYONIDA O'QITILISHINING MUHUMLIGI, TUB SONLAR HAQIDA ASOSIY NAZARIY TUSHUNCHALAR

Norova Marhabo

Navoiy viloyati Navbahor tumani 16-maktab matematika fani o'qituvchisi

Annotatsiya. Ushbu maqolada Tub sonlar mavzusining maktab jarayonida o'qitilishining muhumligi, tub sonlar haqida asosiy nazariy tushunchalar haqida ma'lumotlar keltirib o'tilgan. Hozirgi kunda matematika fanini o'qitish va uni o'rgatish dolzarb muammolaridan biri. Mavzuni o'qitish jarayonida zamonaviy metodlarning o'rnini haqida bayon etilgan.

Biz ta'lim deyilganda o'qituvchi bilan o'quvchi orasidagi ongli va maqsadga tomon yo'naltirilgan bilishga doir faoliyatni tushunamiz. Har qanday ta'lim o'z oldiga ikkita maqsadni qo'yadi.

1. O'quvchilarga dastur asosida o'rganilishi lozim bo'lgan zarur bilimlar sistemasini berish.

2. Matematk bilimlarni berish orqali o'quvchilarning mantiqiy fikirlash qobiliyatlarini shakllantirish.

Ta'lim jarayonidagi ana shu ikki maqsad amalga oshishi uchun o'qituvchi har bir o'rgatilayotgan tushunchani psixalogik pedagogik va didaktik qonuniyatlar asosida tushuntirishi kerak. Buning natijasida o'quvchilar ongida bilish deb ataluvchi psixalogik jarayon hosil bo'ladi.

Hozirgi kunda matematika fanini o'qitish va uni o'rgatish dolzarb muammolaridan biri bo'lib, yangi o'qitish texnologiyalarini yaratish bilim berishning samarali usullarini ishlab chiqish, o'quvchilarga o'qitilayotgan hodisalar to'g'risida

to'laqonli va aniq ma'lumotlar berish, o'qitish jarayonini rivojlantiruvchi va samaradorligini oshiruvchi yo'llarini izlab topish hisoblanadi. Bu muammoning hal qilinishi ma'lum darajada, o'qitishning texnik vositalarini qo'llashga bevosita bog'liq.

Ta'lim jarayonida interfaol metodlar, innovatsion, pedagogik va axborot kommunikatsion texnologiyalarini o'quv jarayonida qo'llashga bo'lgan qiziqish, e'tibor kundan-kunga kuchayib bormoqda. Bunday bo'lishining sabablaridan biri, shu vaqtgacha an'anaviy ta'limda o'quvchilarni faqat tayyor bilimlarni egallashga o'rgatilgan bo'lsa, zamonaviy texnologiyalar ularni egallayotgan bilimlarini o'zlari qidirib topishlariga, mustaqil o'rganib, tahlil qilishlariga, hatto xulosalarni ham o'zlari keltirib chiqarishlariga o'rgatadi.

Tub sonlar haqida asosiy nazariy tushunchalar.

Har bir n natural son uchun hech bo'lmaganda ikkita bo'luvchilarga ega: 1 va n . Shunday n natural sonlar mavjudki, ular 1 va n dan boshqa bo'luvchilarga ega emas.

1.1-ta'rif. p natural son tub deyiladi, agar $p > 1$ va u 1 va o'zidan boshqa natural bo'luvchilarga ega bo'lmasa.

Odatda tub sonlar p va q lar bilan belgilanadi, tub sonlarning dastlabki 20 tasi quyidagilardan iborat:

2, 3, 5, 7, 11, 13, 17, 19, 23, 29, 31, 37, 41, 43, 47, 53, 59, 61, 67, 71.

1.2-ta'rif. $n > 1$ natural son tarkibli deyiladi agar u 1 va n dan farqli hech bo'lmaganda bitta natural bo'luvchiga ega bo'lsa.

Bu ta'rifga ko'ra 2 dan boshqa barcha $n=2k$ ($k > 1$) juft sonlar tarkibli, chunki ular 2 ga bo'linadi va $1 < 2 < n$ bu ta'riflardan ko'ramizki 1 son tub ham emas tarkibli ham emas.

1.1-teorema. Har bir $n > 1$ natural sonning 1 dan farqli eng kichik bo'luvchisi p tub sonidir.

Isbot. Haqiqatan, aks holda p biror q ($1 < q < p$) bo'luvchiga ega bo'lib, $q|p$ va $p|n$. Bundan $q|n$ va $q < p$ kelib chiqadi. Bu esa p ning eng kichik ekanligiga ziddir.

1.2-teorema. Har qanday n natural son berilgan p tub songa yoki bo'linadi yoki u bilan o'zaro tubdir.

Isbot. Agar p tub son bo'lib, n ixtiyoriy natural son bo'lsa, u holda n va p sonlarning eng katta umumiy bo'luvchisi yoki p ga yoki 1 ga teng, chunki p boshqa bo'luvchilarga ega emas.

1.3-teorema. Agar ab ko'paytma biror p tub songa bo'linsa, u holda ko'paytuvchilardan kamida bittasi p ga bo'linadi.

Isboti. Agar $(a,p)=1$ ya'ni o'zaro tub sonlar bo'lsa ifodani ikkala tomoniga b ni ko'paytirib quyidagiga ega bo'lamiz: $(ab,bp)=b$. Teorema shartiga ko'ra ab/p va bp ko'paytma p ga bo'linadi bunan kelib chiqadiki b ham p ga bo'linadi. Yoki quyidagicha olsak $(b,p)=1$ deb tenglikning ikkala tomoniga a ni ko'paytiramiz, $(ab,ap)=a$ desak ab/p va ap/p bundan kelib chiqadiki a/p bo'ladi. Xulosa ab ko'paytma p tub songa bo'lin sa albatta ularning biriga bo'linadi.

Matematik induksiya usulidan foydalanib, bu teoremani ko'paytuvchilarning soni ikkitadan ortiq bo'lganda ham qo'llash mumkin.

Natija. Agar bir necha sonlarning ko'paytmasi p tub songa bo'linib, uning barcha ko'paytuvchilari tub sonlardan iborat bo'lsa, ko'paytuvchilarning biri p ga tengdir.

Adabiyotlar

1. Ikromov D.J.I va boshqalar “Matematika, 5-6 sinf uchun darslik” T “o’qituvchi” 1997
2. Alixonov S “Matematika o’qitish metodikasi” T:, 2011

TALABALAR EMOTSIONAL BARQARORLIGINI TA’MINLASHNING PSIXOLOGIK KOMPONENTLARI

Mirzayeva Saida
TerDU 1-kurs magistr talabasi

Milliy istiqlol sharofati tufayli barkamol avlod ta’lim-tarbiyasiga e’tibor kuchaydi. Barkamol avlod ta’lim - tarbiyasining muhim tarkibiy qismlaridan biri-har qanday jamiyatning zamonaviy taraqqiyot darajasi hamda uning kelajagini belgilovchi o’z ichki imkoniyatlari, ijodiy tashabbuskorlik salohiyati ila o’zligini namoyon qila bilgan, jamiyat tomonidan qabo’l qilinishi va tan olinishida o’z-o’zini isbotlay olgan, o’z taqdirining haqiqiy sub’ekti bo’la olgan, izlanuvchanlik hamda yaratuvchanlik qobiliyatiga ega insonlarni kamol toptirishdir. Prezidentimiz I.A.Karimov tomonidan 2010 yilning “Barkamol avlod yili” deb e’lon qilinishi ham hukumatimiz tomonidan yoshlar tarbiyasiga, ularni komil inson bo’lib yetishishlariga bo’lgan e’tiborning bir ko’rinishidir. Ma’lumki, har qanday jamiyat o’z a’zolariga nisbatan insonparvarlik munosabatlarida bo’lishga intiladi va uning maqsadi insonning o’zini-o’zi namoyon qilishga, o’zini-o’zi tasdiqlashga, o’zining shaxs sifatida jamiyat tomonidan tan olinishi ehtiyojini amalga oshirish imkoniyatlariga yo’l ochib berishdir. Bugungi kunda butun dunyoda yuz berayotgan siyosiy, iqtisodiy va ijtimoiy o’zgarishlar o’qitish va tarbiyalash nazariyasi hamda amaliyotida juda ko’p o’zgarishlarni yuzaga keltirdi. Yangi ijtimoiy sharoitlarda mavjud pedagogik amaliyot metodologik va amaliy muammolarni nazariy jihatdan chuqur anglamasdan turib amalga oshirila olinmaydi, chunki mazko’r muammolarni hal qilmasdan turib, ta’lim va tarbiyada samaraga erishib bo’lmaydi.

Demak, jamiyatdagi siyosiy, iqtisodiy, demografik, ekologik, ijtimoiy va inson intellekti borasidagi buhronlar, tub o’zgarishlar zamonaviy psixologiya fanlariga talab hamda ehtiyojning ortishiga sababchi bo’lmoqda. Ilmiy muammo shundaki keyingi yillarda kasb xunar kolleji yoshlarining kasbiy qiziqishlari asosida kasbga yo’llash ishlari to’g’ri yo’lga qo’yilmayotganligi, talabalarning kasbiy bilimlarining sayozligi natijasida malakali mutaxassis tayyorlashda bir muncha kamchiliklar sezilmoqda. Bu xolat ayni kasb hunar kollejidagi kasbga yo’naltirish ishlarining talab darajasida emasligini anglatadi. Natijada talabalarning o’zi xohlamagan yo’nalishlar asosida mutaxassisliklarga birlashtirish, ularning kasbiy qiziqishlarini e’tiborga olmaslik, kabi bir qator xolatlar kuzatilmoqda. Zero, bu jarayonda eng avvalo ta’lim-tarbiya tizimi, uning mazmun-mohiyati, ayni-paytda ta’lim tizimini takomillashtirishga xizmat qiluvchi psixologik tamoyillar muhim ahamiyat kasb etadi. Binobarin, barkamol avlod tarbiyasi va uning mukammal ta’lim olishi masalalari davlat siyosati maqomi darajasida hal

qilinayotganligi bugungi talabalarning hech kimdan kam bo‘lmagan porloq kelajagiga jiddiy e’tibor qaratilayotganligidan dalolatdir.

Talabalar ijtimoiy faolligini oshirishda psixologlarning vazifalari masalalari, va talabalar bilan ishlarini olib borishda ularning qiziqishlarini hisobga olish muammolari bo‘yicha nazari va amaliy taxlillar xorij va mahalliy psixologik- pedagogik adabiyotlarda keng yoritilgan. Jumladan: L.I.Bojovich, L.A.Petrovskaya, A.I.Donsov, A.A.Bodalev, M.Ratter, M.M.Ribalkova, G.A.Kovalev, M.G. Davletshin, E.G‘.G‘oziev, A.I.Ostrovskiy, G.Q.To‘laganova, Z.Kamaletdinova, N.G‘.Kamilova kabi olimlarning tadqiqotlarida, Shuningdek, Dj.Bugental, K.Levin, A.Maslou, K.Rodgers, V.Frankl, A.Freydlarning psixologik nazariyalari tahlilida kasbiy qiziqishlarni shakllantirishda shaxs imkoniyatlarining kuchi masalasiga keng qamrovli yondashuvni ko‘rish mumkin. Ammo, zamonaviy psixologiyada aynan ushbu muammo ustida tadqiqotlar olib borgan mutaxassislar juda ozchilikni tashkil etadi.

Tadqiqot maqsadi va gipotezasidan kelib chiqan holda quyidagi vazifalar belgilandi:

1.Talabalar ijtimoiy faolligini oshirish jarayonida ularning psixologik xususiyatlarini taxlil qilish.

2. Talabalar ijtimoiy faolligini oshirish usullarini o‘rganish va amaliyotga tadbqiqini taxlil qilish.

3.Talabalar ijtimoiy faolligini oshirish ularni kasbga yo‘naltirish, ishlarini tashkil etishda psixokorreksion faoliyati shakllari va usullarini ishlab chiqish.

4.Talabalar ijtimoiy faolligini oshirish ishlarini tashkil etishda ijtimoiy munosabatlar sharoitida maktab psixologining psixokorreksion faoliyati mazmuniy asoslarini aniqlash.

Talabalarning ijtimoiy faolligini shakllantirish va kasbiy moyillikning psixologik mohiyatini tahlili quyidagicha ilmiy farazni ilgari surish imkonini berdi:

-Talabalar faolligini oshirish ularning ijtimoilashuv jarayonini shakllantirishda ularga xos sub’ektlilikning turli shakllarini faollashtirib, shaxslilik xususiyatlarining rivojlanishiga sharoit yaratishi kasbiy bilimlarini oshirish imkoniyatini ta’minlaydi.;

-Talabalar faolligini oshirish ularning ijtimoilashuv jarayonini shakllantirishda hamkorlikdagi munosabatlar ko‘rinishidagi alternativa (mumkin bo‘lgan qarama-qarshi ikki holdan birini tanlab olish zaruriyati) larni anglash sharoitini yaratish maktab psixologi faoliyatining predmeti bo‘lishi mumkin.;

-Talabalar faolligini oshirish o‘zaro hamkorlikdagi faoliyati ularning kasbiy qiziqishlarini shakllanishidagi to‘siqlarni bartaraf eta olishlarida o‘zini o‘zi rivojlantirish sharoiti sifatida xizmat qilishi ehtimol.

Tizimli yondashuv tamoyili, ong va faoliyat birligi tamoyili, faoliyatda rivojlanish tamoyili, sub’ektlilikning aks etishi tamoyili, noadaptiv faollik tamoyillari, yetuk horij va o‘zbekistonlik psixologlarning o‘smirlik davri psixologiyasiga oid konsepsiyalari hamda “Kadrlar tayyorlash Milliy dasturi”, “Ta’lim to‘g‘risida”gi Qonun va ta’lim-tarbiya tizimini takomillashtirish chora-tadbirlari bo‘yicha hukumatimiz qarorlari tadqiqotning nazariy-metodologik asosini tashkil etadi. Shuningdek, O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti I.A.Karimovning barkamol avlodni voyaga yetkazish to‘g‘risidagi g‘oyalariga asoslandik. Talabalar emotsional barqarorligini ta’minlashning psixologik komponintlari mavzusida olib borilgan tadqiqotlar davomida talabalar

imotsional barqarorligini ta'minlashning psixologik komponintlari dasturi ishlab chiqiladi. Amaliy psixologik maqsadlarda foydalanish uchun mutaxassis psixologlarga mo'ljallangan uslubiy ko'rsatmalar tayorlanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar.

1. Karimov I.A. Bizning bosh maqsadimiz - jamiyatni demoqratlashtirish va yangilash, mamlakatni modernizatsiya va isloh etishdir. T.: "O'zbekiston", 2005.-96 b.
2. Davletshin M.G. tozirgi zamon maktabining riituvchisi psixologiyasi. -T.: «ozbekiston» 1999.
3. Davletshin M.G., Jalilova S.X. Oliy maktabda ta'lim jarayoni samaradorligining psixologik tomonlari. -T.: 2001.
4. Davo'dov V.V. Vido' obobheniya v obuchenii. -M.: 1972. - 424 s.
5. Zimnyaya I.A. Pedagogicheskaya psixologiya: Ucheb.posobie dlya studentov vo'ssh.ped.ucheb.zavedeniy -Rostov-nG'D.: 1997. - 476 s.
6. Nishonova Z.T. Oliy maktab psixologiyasi. -T.: 2003.

YOSH AVLODNING RUHIY SOG'LOM O'SISHIDA, OTA- ONANING ROLI

Sheripova Nodira Rajapbaevna

Annotatsiya: Ushbu maqola bola tarbiyasida ota onalarimiz e'tibor berishi lozim bo'lgan bir qancha muommolar va psixologlarga qo'yiladigan asosiy talablar to'g'risida.

Kalit so'zlar: agressivlik, oila vazifalari, regulyativ, reprodaktiv, garmonalniy funktsiya, endokrin sistema, o'smirlik davri, tarbiya metodlari, fiziologiya, gigiena, biologiya.

“Oila” bu keng ma'noli tushuncha xususan oila tarbiya maskani, ruhiy quvvat oladigan, yaqinlarning bilan uchrashadigan, o'zligingni namoyon qila oladigan hamda eng asosiysi shaxs bo'lib shakllanishimizda muhim turtki bo'ladigan maskandir. Bugungi kunning zamonaviy oilasi o'z farzandini tarbiyalashda nimalarga e'tibor berishi lozim? Psixologlarimiz va pedogoglarimiz aynan qay toifa o'quvchilar bilan ishlashishda muommoga duch kelmoqda? Aynan nega ta'lim- tarbiyasi yaxshi bola birdaniga o'zgarib, tarbiyasi og'ir bolalar ro'yxatiga tushib qolmoqda? shu kabi bir qator savollarga psixologik va fiologik nuqtai nazaridan yondoshishga harakat qilamiz. Bugungi kunda jamiyatimizda xavas qilsa arzigulik na'munali, farzandlariga e'tiborli, g'amxor, qolaversa farzandining kelajagiga ta'lim olishiga, hayotda o'rnini topishiga ko'mak berdigan oilalarimiz juda ko'pchilikni tashkil qiladi. Lekin afsuski guruch ham kurmaksiz bo'lmaydi. Shu bois hamma oilalarda ham yuqoridagidek psixologik so'g'lom muhit hukum suravermaydi. Kasbim nuqtaiy nazaridan har-xil o'quvchilar bilan ishlashishga to'g'ri keladi. Aynan muommoli o'quvchilar bilan ishlashishda sir emaski biroz qiyinchilikka duch kelamiz. Har kuni o'nlab ba'zida undan ham ko'proq muommoli o'quvchilar bilan muloqot chog'ida, yuzaga kelgan vaziyatni sababini o'rganar ekanmiz, aksariyat o'quvchilarimizni tarbiyasi og'ir o'quvchilar ro'yxatiga

tushishiga aynan o'z ota- onasi sababchi bo'layotgani achinarli holat. Bola maktabga kelayotganda tushkun kayfiyatda tashrif buyuradi. Sabab u oiladagi o'zaro kanfliktlardan norozi qolaversa unga na e'tibor bor, na dostonalik qilishadi, hatto uning qiziqishlari bilan o'rtoqlashmaydilar. Oilaviy muommolari girdobiga bolani ham g'arq qilishgan. Bola o'z oilasida ruhiy qo'llab quvvatlashni, baxt xissini tuymaganidan ohir oqibat agressivlik harakatlari boshlanadi. Ruhiy zoravonlik, bosim, tahdidlarni u oilasidan o'rgana boshlaydi. Aksariyat oilalar noto'liq oilalar bo'lishadi. Ular ajrashgan oilalardir. Bunday oila farzandlari armon sog'inch, bilan ulg'ayishadi. Faqat ota yoki faqat ona bilan yashash bu og'ir jarayon, hatto kattalar ajrashgandan keyin ruhiy tushkunlikda yurishadi bolaga bu og'ir sinov hisoblanadi.

Natijada bunday oila farzandlaridan ham tarbiyasi og'ir bolalar voyaga yetadi. Yana bir toifa farzandlar qayta tuzilgan oilalardir yani ikkinchi turmush, vaholanki bunday oilada farzand o'gay maqomini oladi va bu uning ruhiyatiga salbiy ta'sirini o'tkazmay qolmaydi. Keyingisi ota -onasi chet elda ishlashga ketgan oilalar ular farzandini yaqinlariga tashlab ketishgan bo'ladi natijada baribir farzand uchun ota -onadan yaqin inson bo'lmasa kerak va bola tarbiyasi anchagina og'ishishga olib keladi. Demak bolani o'rganar ekanmiz unga har qanday suhbat nasihat qilishdan oldin oilada psixologik sog'lom muhit bormi, yo'qmi shuni o'rganishdan boshlashimiz zarur. Endilikda eng ajablanarlisi oilaviy sharoiti yaxshi ota -onasi g'amxor oila farzandlaridan ham bir muncha tarbiyasiz bolalar chiqib qolishadi. Ota onasi psixologga murojat qilishganda, farzandining qaysar, dangasa, gapiga aslo kirmay qo'ygani, uyga kech kelishi, ko'p yolg'on gapirayotgani, ota onasiga gap qaytarayotganidan shikoyat qilishadi. Xo'sh bunday vaziyatlarda kimni ayblash lozimligiga o'ylanib qolasan kishi. Hechkimga sir emaski jamiyatimiz har bir maktabida bunday holatlarga duch kelamiz. Mana qayerdan kelib chiqadi tarbiyasi og'ir bola yoki ijtimoiy hafli guruhlar. O'quvchilar bilan suhbatlashar ekanmiz ayniqsa o'smir yoshidagi bolalardan quyidagicha javoblarni olganda ajablanib qolamiz.

Ota onamni janjalidan to'yib ketdim, ota onamga men kerak emasman, gaplashgim kelmaydi, uydan bosh olib ketgim keladi, ota onamni juda sog'inyabman, ular chet elda ishlashyabdi, dadamni sog'inyabman, u ikkinch oila qurgan, men onam bilan yashayman, onam menga e'tibor ham bermaydi, meni yaxshi ko'rishmaydi, hamma narsamiz bor lekin ota onamni menga mehri yo'q...va hakazo. Demak muommoli o'quvchini psixologiyasiga aynan kimlar salbiy ta'sir ko'rsatishini bolalarning javobidan ham bilish mumkun. Xo'sh endilikda bunday vaziyatlarni oldini olish uchun nima qilish lozimligiga to'xtalib o'tsak. Eng avvalo bolaga salbiy ta'sir qilmasligi uchun iloji boricha yoshi ulug'lar takidlaganidek, turmush qurishdan oldin" yetti o'lchab bir kesishni" tavsiya qilgan bo'lardik zero ajrim faqat o'zining aziyat chekishi bilan birga murg'ak qalblarni ham o'ksitib qo'yishini o'ylashimiz darkor.

Turmush qurilgandan keyin oilaning vazifalari to'g'risida oilaviy tarbiya metodlari haqida, oilada farzand tarbiyalashda e'tibor berish lozim bo'lgan psixologik bilim va ko'nikmalarga ega bo'lish va undan keyin turmush qurishi shart deb o'ylaymiz. Avvallari kollej, litsey talabalariga "Oila psixologiyasi" darsligi o'tilar edi va natijada talabalar qisqacha bo'lsada oila haqida uning bir qator (moddiy, manaviy, jismoniy, reguliyativ, felitsitologik, repproduktiv, estetik, tarbiyaviy)vazifalari

borligidan hamda tarixiy shaxslarning oilaviy tarbiya to'g'risida qimmatli tavsiyalarini o'rganishardi. Hozirda maktablarning yuqori sinflarida ushbu darslarga extiyoj bor menimcha. Chunki katta hayot ostonasida turgan yoshlarga psixologik ko'mak berish bizni vazifamiz lekin ajratilgan vaqt soat re'jasiz trening yoki mashg'ulot o'tkazish uchun vaqtning yetmasligi mutaxassis psixologning qog'ozbozlik ish jarayonidan ortib bola bilan shug'ullanishga vaqtning naqadar kamligi tufayli buni amalga oshirish mushkul. Yan bir qo'shimcha maslahat sifatida psixologlarimiz Oilaviy seminarlar tashkil qilishi uchun shart sharoitlar yaratilib berilsa maqsadga muvofiq bo'lar edi joy, makon moddiy texnik baza, va albatta psixologni qo'llab quvvatlaydigan pedogogik jamoa bo'lsa.

Ota onalar uchun Alohida seminar trening mashg'ulotlari oyda bir marta tashkil qilinsa ijobiy natija beradi desak adashmagan bo'lardik. Ota onalarimiz ham farzandlarini tarbiyalashda nimalarga e'tibor berishi lozimligini, yo'l qo'yayotgan xato yoki kamchiliklari to'g'risida psixologik bilimga ega bo'lishlari mumkun bo'lardi. O'zini "Men farzand tarbiyasiga befarq emasman" Men na'munali ota onaman deb hisoblaydigan ota- onalarimiz yoki vasiylarimiz seminarlarda faol qatnashgan bo'lar edi. Bundan tashqari bolaning psixologiyasiga o'smir yoshi davrida fiziologik o'zgarishlar tufayli ya'ni garmonalniy funktsiya ham o'z ta'sirini o'tkazishiga to'xtalib o'tsak. Xo'sh bu qanday sodir bo'ladi? Inson organizmidagi endokrin sistema xuddi nerv sistemasi kabi organizmni boshqarilish jarayonlarini amalga oshiradi. Yani bezlar ishlab chiqaradigan garmonlar bevosita ruhiyatiga ham ta'sir qiladi. Gipofiz bezining Ganadatrop garmoni o'smirlarda balog'atga yetish belgilarini yuzaga chiqaradi.

Bezning garmon ishlab chiqarishi buzilsa, bolada erta balog'atga yetish belgilari paydo bo'la boshlaydi natijada ruhiyatida o'zgarish paydo bo'ladi. Natijada tez jahl chiqishi holsizlik, qaysarlik kabi qo'shimcha psixologik holatlar uchraydi. Qalqonsimon bezning tiroksin garmoni ishlab chiqarishi buzilshi natijasida ham ayniqsa balog'at yoshidagi qizlarda ishtaxaning pasayishi, asabiylik, holsizlik, uyqisirash, onasi bilan janjallashaverish kabi salbiy oqibatlarni kuzatishimiz mumkun. Demak odam biologik mavjudot ekanligini unutmagan holda odam anatomiyasi, fiziologiyasi, gigienasi kabi bir qator fanlardan habardor bo'lmasdan turib bolaga psixologik tashxis qo'yib bo'lmaydi. Shu bois psixolog mutaxassisligiga oliy ma'lumotli puxta bilimga ega bo'lgan kadrlarni tayyorlash lozimligiga alohida e'tibor berish zarur. Shunday ekan bo'lajak ota onalar va hozirgi zamon oilalari ham psixologlar bilan hamkorlikda ishlashi, farzandiga tarbiya berish jarayonida xato qilib qo'ymasligi uchun, uning fiziologik sog'lomligini inobatga olgan holda tibbiy bilimlarga ega bo'lgan holda ish tutishlarini tavsiya qilgan bo'lardik. Zero biz farzandalarimiz kelajagiga befarq bo'lmasligimiz, yosh avlod yurtning kelajagi ekanini inobatga olgan holda oilalarimiz tinch-totuvligiga, alohida mehrga muhtoj bolalarimizni ko'z qorachig'imizday asrashimiz kerak. Avloniy bobomiz takidlaganidek- "tarbiya biz uchun yo hayot, yo mamot"bo'lishi mumkunligini aslo unutmasligimiz lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar:

- 1.Odam fiziologiyasi va gigienasi,
- 2.Oila psixologiyasi G'.B.Shoumarov.

BOLA TARBIYASIDA OILAVIY QADRIYATLARNI SHAKLLANTIRNING IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

*Shaymardonova Shahnoza
Qashqadaryo viloyati Nishon tumani 13-maktabi psixologi*

Shiddat bilan rivojlanib borayotgan dunyo hamjamiyatida o'z o'rniga, o'z dunyoqarashiga ega bilimdon va vatanparvar kadrlarni tayyorlash, ularni har tomonlama yetuk va barcha sohada raqobatbardosh va yetakchi qilib tarbiyalash barcha pedagoglarning shuningdek, jamiyatimiz har bir a'zosining asosiy vazifasiga aylanmoqda va bu borada mamlakatimizda uzviylik va izchillik asosida ishlar olib borilmoqda.

Yosh avlodning barkamol va har tomonlama yetuk bo'lib ulg'ayishida mahalla, oila, jamoat tashkilotlari va ta'lim muassasalari alohida o'rin egallaydi. Kelajak avlod haqida qayg'urish, sog'lom, barkamol insonni voyaga etkazishga intilish halqimizga xos milliy hususiyatlardan ekanligi bilan ayniqsa ahamiyatlidir. Darhaqiqat, barkamol avlod eng avvalo oilada dunyoga keladi, oila muhitida yaxshi yoki yomon inson bo'lib ulg'ayadi.

Birinchi Prezidentimiz I. Karimov yoshlarni ma'naviy-ahloqiy tarbiyalashda oila, ota-ona hal qiluvchi o'rin turishga e'tibor berib shunday degan edi: "Bola tug'ilgan kundan boshlab oila muhitida yashaydi. Oilaga xos an'analar, qadriyatlar, urf-odatlar bola zuvalasini shakllantiradi. Eng muhimi, farzandlar oilaviy hayot maktabi orqali jamiyat talablarini anglaydi, his etadi. Ota-onaning farzand oldidagi burchlari, o'zlarining oxiratini obod etuvchi qarzlari bor. Ular: yaxshi nom qo'yish, yaxshi muallim qo'lida topshirib, savodini chiqarish, ilmi, kasb-hunarli qilish, boshini ikki va uyli-joyli qilishdir".

Oilada, ayniqsa bola tarbiyasida ma'naviyatni yuksaltirishga, shaxs sifatida xar bir oila a'zolarining o'z dunyoqarashi va ma'naviy dunyosiga ega bo'lishi, oilaviy munosabatlar tizimida rivojlanib boradi. Oilada ota va onaning ma'naviy fazilatlarini, er-xotinlik munosabatlarning sharqona an'analari insoniylik va axloqiylik darajasini belgilab beradi. Oila ma'naviy olami o'zaro hurmat, qadrlash, hamkorlik, murosasozlik, vatanparvarlik, mehribonlik, rahmdillik, mehr-oqibat, sabr-bardoshlilik, insonsevarlik, olijanoblik, kattalarga hurmat, kichiklarga izzat kabi ma'naviy qadriyatlarni o'zida mujassamlashtirishi bilan ham muhim. Bunday qadriyatlarning oilada e'zozlanishi, bunga amal qilinishi oilada yuksak ma'naviy muhit shakllanishiga asosiy omil bo'ladi. Bu esa o'sib kelayotgan avlod qalbi va ongi shakllanishidagi asosiy bosqichligi bilan ayniqsa ahamiyatlidir. Xuddi shu asnodda har bir oila a'zosining madaniyati va ma'naviyati, qobiliyat va istedodi to'la ro'yobga chiqishi uchun zamin paydo bo'ladi. Natijada oila ma'naviyat maskani sifatida shakllanib boradi.

Har bir ota-ona o'z burchlarini anglagan holda oilani mustahkamligini ta'minlaydigan hamma xususiyatga to'liq rioya qilishga harakat qilishi, uning vazifa va maqsadlarini tushunishi lozim.

Oila tarbiyasi bo'yicha buyuk mutafakkirlarimiz asarlarida, muqaddas kitoblarimizda o'ziga xos fikr-mulohazalar bildirgani diqqatga sazovordir. Zardushtiylikning muqaddas kitobi "Avesto"da oila muqaddas dargoh ekanligi, oila barqarorligi er va xotinning teng ma'sulligi, farzand tarbiyasi to'g'risida kikrlar bayon etilgan.

Jumladan, islom ta'limotida farzand tarbiyasi haqida quyidagicha ta'kidlanadi: "Islomda tarbiya ta'limdan ko'ra ustunroq va keng qamrovlidir. Sababi tarbiya bolani uyida, ko'chada, maktabda o'zini tuta bilish odoblarini, aql bilan ish yuritib, jismini, nafsini o'ziga bo'ysundirishdek og'ir ishni yo'lga qo'yadi.

Islom dinining muqaddas manbalaridan bo'lmish Qur'on va Hadislarda ham odob-axloq, ayollarning turmushdagi o'rni va vazifalari, er va xotin o'rtasidagi munosabatlar, bolalar tarbiyasi, oila yuritish, nikoh va muhabbat masalalariga keng o'rin berilgan.

Oilaviy munosabatlar va bu sohaga oid qarashlar tizimida Sharq mutaffakkirlaridan biri, butun Yevropa xalqlari ham uning qomusiy bilimdonligini tan olgan alloma **Abu Ali ibn Sinodir** (980-1037). Buyuk olim sifatida u barcha hodisalarning ilmiy mohiyatini ochib berishga harakat qilgan. Ibn Sinoning pedagogic va psixologik qarashlari ijtimoiy asosda qurilgan bo'lib, u bola tarbiyasida umuminsoniy tamoyilining qo'llanilishini yo'qlab chiqqan va tarbiyachi ota-onalarga bolan qattiq tana jazosidan ko'ra, shaxsiy ibrat orqali tarbiyalash ma'qulligini uqtirgan. Axloqiy tarbiya masalalarida alloma oilaning o'rnini alohida ta'kidlangan. Oila va oilaviy munosabatlar masalasi uning "Tadbiri manzil" asarida o'ziga xos tarzda bayon etilgan. Ibn Sinoning bola tarbiyasi, tarbiya psixologiyasi va rahbarlarga qo'ygan ushbu talablari o'sha davrda qanchalik taraqqiyparvar va zarur bo'lsa, bizning bugungi kunimizda ham u o'z kuchini yo'qotgani yo'q.

XI asrning buyuk mutaffakkiri va shoiri Yusuf Xos Hojib o'zining "Qutadg'u bilig" – "Saodatga boshlovchi bilim" – kitobida va undan keyingi qator asarlarida o'zining axloq hamda hayotga oid qarashlarini bayon etadi. Inson faqat jamiyatdagina kamolotga yetishi mumkin, muloqot va ijtimoiy foydali mehnat uning rivojlanishi va yashashining mezonidir, deb hisoblaydi. "Boshqa odamlarga foydasi tegmaydigan inson – o'likdir", - deb yozadi u.

Kaykovus – 63 yoshida o'gliga atab "QOBUSNOMA" yozib, unda o'zining bola tarbiyasi, oilaviy hayot, shaxs kamoloti masalalarini bayon etdi. Kitobdagi asosiy g'oya – yoshlarni ota-onani hurmat qilishga, e'zozlashga chaqirshdir. Uning bu boradagi fikrlari pandnomaning "Ota-ona haqqini bilmoq zikrida" bobida bayon etilgan: "Har bir farzandki, oqil va dono bo'lsa, ota-ona, mehr-muhabbatini ado etmakdin bosh tormagay". U bu borada "Nima eksang, shuni o'rasan" degan maqolni ishlatib, u oilada bola tarbiyasining qo'yilishi ana shu muhim maqol asosida qurilsa, maqsadga muvofiq bo'ladi, deb hisoblaydi.

Turmush madaniyatini, odob-axloq, sevgi-muhabbat borasida o'ziga xos qaytarilmas fikrlar sohibi buyuk bobokalonimiz Alisher Navoiyning "Mahbub ul-qulub" yoki "Qalblarning sevgisi" deb nom qo'yilishi bejiz emas. Chunki bu asarda Navoiy insonlarga qalbidagi eng kerakli o'g'itlarni bayon etib, ularni turmushdagi, oilaviy hayotdagi turli hodisalar va vaziyatlardan chiqishga imkon beruvchi yaxshi fazilatlar, ularni tarbiyalash masalalariga diqqatni qaratadi.

Darhaqiqat ham har bir ota-ona o'z farzandining tarbiyasi uchun farzandi oldida ham millat oldida ham javobgar hisoblanadi. Farzandlarimizning tarbiyalashning muhim shartlari oilalarning mustahkam, ma'naviy sog'lom asosda qurilganligi, ayniqsa, ota-onaning o'zi tarbiyalangan bo'lishidir. Ota-onalar farzandining bugungi muallimi hisoblanadi. Chunki farzandga til o'rganish, kitob o'qishga qiziqtirishi aynan oiladan boshlanadi. Hozirgi kunda farzandlarimizning har qanday insoniylikdan yiroqlashtiradigan illatlardan asrash uchun ularni ilm olishga, kitob o'qishga qiziqtira bilish lozim. Farzand tarbiyasida har bir ota-ona o'z mas'uliyatini har bir daqiqaga his qilib yashashi.

Oilada nafaqat ma'naviy muhit balki psixologik muhit ham sog'lom bo'lmog'i lozim. Axloqsiz ota-ona, yoki zararli odatlarga ruju qo'ygan oila a'zolari yoki notinch oilalar unda o'sib kelayotgan yosh avlod tarbiyasiga salbiy ta'sir o'tkazmasdan qolmaydi. Bunday oilada voyaga yetgan bolalar agressiv yoki o'ta qo'rqqoq va tortinchoq, rahmsiz, ojiz, ma'naviyat va madaniyatdan yiroqlashadilar.

Ba'zi oilalarda o'z ishini va vaqtini ro'kach qilib bola tarbiyasiga kam e'tibor qiladigan ota-onalar nafaqat farzandlarining balki butun bir xalqning, millatning kelajagini xavf ostida qoldirmoqdalar. Qayerdagi ma'naviy bo'shliq paydo bo'lsa o'sha yerga yot g'oyalar kirib kelishi uchun zamin bo'ladi. Shunisi achinarliki hozirgi kunda bunday bolalarni turli xil usullar va yo'llar orqali o'zgar tarbiyalamoqda, internet tarmoqlari, milliyligimizga zid bo'lgan kinofilmlar va turli "ko'ngilochar" dasturlar orqali.

Oilada sog'lom muhit mavjud bo'lgandagina, ularda har tomonlama sog'lom, barkamol inson shakllanadi. Yoshlar tarbiyasi xususan jismonan baquvvat, aqlan sog'lom, umuminsoniy madaniyat, darajasi yuqori, zamonaviy bilim va kasbga ega bo'lgan kelajak avlodni voyaga etkazishda oila ma'naviyatining tutgan o'rni alohidadir. Aynan shu narsani oilaning kattayu-kichik a'zosi anglab yetishi kerak.

Oilada ota –ona farzandiga doimo -biz senga ishonamiz, -sendan umidimiz katta, -qo'lingdan keladi, -biz sen bilan faxrlanamiz, -sen kuchlisa va har qanday vaziyatda ham -biz baxtli oilamiz, kabi motivatsion so'zlar bilan ularni ruhlantirib turishi lozim.

Insonning kamol topishida, hayotda o'z o'rniniga ega bo'lishi, el-yurt ichida izzat-hurmatga sazovor bo'lishida oila asosiy o'rinni egallaydi. Oila hayotning abadiyligini va davomiyligini ta'minlaydigan, muqaddas urf-odatlarimizni saqlaydigan va ularni bekamu-kust asrab-avaylab kelajak avlodlarga yetkazib beradigan, shu bilan birga kelajak nasllarni qanday inson bo'lib yetishishini belgilab beradigan tarbiya va ma'naviyat o'chog'idir.

Oilada bola tarbiyasi – bu umuminsoniy jarayonning shunday bosqichidirki, keyinchalik butun umri davomida oladigan ma'rifat va hayot saboqlari uchun asos, zamin poydevor vazifasini o'taydi.

Adabiyotlar

1. G'.Shoumarov "Oila psixologiyasi" Toshkent, 2010 yil
2. V.Karimova "Oila psixalogiyasi" Toshkent 2007 yil
3. Sh. Xalilova "Oila nomli davlat sirlari" Toshkent 2006 yil

AXBOROTLASHUV JARAYONIDA JAMIYAT VA SHAXS TARAQQIYOTINI O'ZIGA XOS JIHATLARI

Majidova Asila Oxunjonovna
Andijon viloyati Baliqchi tumani 3-maktab psixologi

Annotatsiya: Mazkur maqola – bugungi kunda axborotlashuv jarayoni, jamiyat va shaxs rivojlanish tahlili, zamonaviy dunyoda jamiyat va shaxsning axborotlashuv jarayonida muammolarini o'rganishga mo'ljallangan.

Kalit so'zlar: axborotlashuv jarayoni, zamonaviy jamiyat, zamonaviy shaxs, axborotlashgan jamiyat, masofaviy ta'lim, axborotlashuv muammolari, intellektual mulk .

Axborot (lotincha "information" -tushuntirmoq, bayon qilmaslik) zamonaviy fan va siyosatning asosiy tushunchalaridan biri; bajarilgan kishilar tomonidan boshqariladigan og'zaki, keyinroq yozma yoki boshqa shakllar uzatilgan ma'lumot; XX asrda amalga oshirilayotgan insonlararo, inson-avtomat, avtomat-avtomat o'tganidagi ma'lumot hamda hayvonlar va o'quvchilarning signal almashinuvi, o'zaro munosabatlarga anglatadigan xarakterli jarayon hisoblanadi. Shaxs — alohida individ, mohiyatan yaxlit ijtimoiy-axloqiy olam. U o'zida inson mohiyatini, uning mavjudot sifatidagi qadriyatini mujassam etadi. Shaxs ijtimoiy-gumanitar fanlarda o'z yo'nalishi, tadqiqot ob'yekti va maqsadi nuqtai nazaridan turlicha talqin etiladi. U o'ta murakkab, ziddiyatli, qarama qarshi, o'zini o'zi inkor etadigan mavjudot sifatida, biologik, fiziologik, ijtimoiy, ma'naviy, ruhiy, axloqiy va estetik aqlidrok, tafakkur ob'yekti sifatida, hatto, falsafiy va mantiqiy, yashash huquqi va hayot mantig'i jihatidan tadqiqot manbaiga aylanishi mumkin. Shaxsning shakllanish omillari ko'p va xilma xildir. Masalan, genetik (nasliy), biologiktabiiy, madaniy, ijtimoiy hayot tajribasi, o'z turdoshlari bilan munosabatlar va boshqalar shahrining genetik jihati uning nasliy asosi, ajdodlaridan yetib kelgan fizionomiya, fe'l-atvor bilan, biofiziologik jihati esa yashash uchun quvvat olish, qatlanish, jinsiy aloqaga kirishish va nasl qoldirish singari individual ehtiyoj bilan belgilanadi.

Shaxs, mohiyatiga ko'ra, madaniylashgan, ong, aql orqali faoliyatini boshqarish imkoniyatiga ega bo'lgan, ijtimoiy-tarixiy an'ana, turmush tarzi va tajribaga asoslangan muayyan avlodlar vakili. Shaxs fenomeni inson olamining butun murakkabliklarini o'zida mujassam etadi. Uni har tomonlama o'rganish maqsadida turli davrlarda tadqiqot olib borilgan. Ayniqsa, sharqda u yuksak axloqiy ma'naviy me'yorlar orqali tushunilgan va oliy xilqat, bebaho qadriyat deb hisoblangan. Inson shaxs sifatida komillikka intiladi, hayot mazmunini boyitadi, shu asosda kishilik jamiyatining go'zal va farovon bo'lishiga ehtiyoj sezadi.

Shaxs tushunchasi inson tushunchasining yuksak ko'rinishi, oliy maqomidir. Ijtimoiy-ma'naviy axborot-ijtimoiy va iqtisodiy hayot borasida jamiyat a'zolari, ijtimoiy guruhlar, tashkilotlar tashkilotlari o'zaro almashinuv predmeti hisoblangan va ular o'z faoliyatida foydalandilar.

1. Ijtimoiy-madaniy ma'noda axborot madaniyati insonning aniq ma'naviy-axloqiy, iqtisodiy, iqtisodiy va estetik qadriyatlarini takomillashtirmagan axborot maydonida hayotiy faoliyatni namoyish etishda yordam beradi.

2. Axborotlashuv jarayoni jamiyatdagi iqtisodiy hamda ijtimoiy-madaniy o'zgarishlarga jiddiy ta'sir ko'rsatmoqda. G'arb sotsiologlari fikriga ko'ra, axborotlashgan jamiyat texnik a sharoit -ishlab chiqarish, iqtisodiyot, ta'lim va maishiy hayotga axborot texnologiyalarining keng joriy etilishi ijtimoiy hayotda - axborot turmush, hayotni rivojlantirishning asosiy omiliga aylanishi; iqtisodiy sohada -keng miqyosda fikr almashishga zamin yaratuvchi xilma-xil axborotlarni erkin tarzda amalga oshirish; madaniyat davom etmoqda-axborot almashinuvi davrlarini boshqarishlariga javob beradigan normalar va qadriyatlarning shakllanishi bilan xarakterlanadi. Ayniy axborot axborotlashgan jamiyat: - uyda ishlashning kengayishiga, transport harakatining kamayishiga va natijada tabiatga tushadigan "yuk" ning keskin qisqarishiga olib keladi; - ish kunining qisqarishi odamlarning uyida ko'proq bo'lishiga va oilaviy muhitning sharoitida bo'lishiga zamin yaratadi;

- keyingi yuz yilliklarda odamlar shaharda yashash va ishlash uchun eng qulay makon, degan xulosaga keldilar. Axborotlashuv jarayoni esa , qishloqdan turib ham butun olam bilan muloqot qilish, eng obro'li tashkilotlarda ishlash, shahar aholisi bahramand bo'lib qolayotgan madaniyat yutuqlarini ishlatish imkoniyatlarini yaratish. Bu esa, o'z navbatida muomala osuda va tinch bo'lgan, tabiatga yaqin qishloqlarga qaytish yoki u erda doimiy turish uchun zamin yaratadi;

- masofaviy ta'lim bilim olish eng qulay shaklga aylanishi barobarida, aholining keng kataloglari uchun hatto eng oliy o'quv yurtining eshiklarini ochish zamin yaratadi. Sodda qilib aytganda, ma'lumotlilik ko'p darajada insonning xohish-irodasiga bog'liq bo'lib qoladi. Ayni paytda , axborot lashuv jarayoni bir qator muammolarni ham amalga oshirishga qaratilgan .

Nolinchi, axborot tarmoqlarining uzilishsiz bajarilishi uchun muhim sifat belgilarini qo'llash va bu jarayon doimiy takomillashuvni boshdan kechirmoqda. Demak, davomidagi kabidek "kutish" yo'lga ishlash to'siq qo'yilmasin doimo ularni "aylanib" o'tish imkoniyati mavjud bo'ladi. Yana bir muammo mualliflik hamda intellektual mulk huquqining buzilishi bilan bog'liq. Shunday ekan, axborot tarmog'ida ko'pchilik ko'ra bo'lmaydigan hududlar mavjud bo'lib qolmoqda. Hozirgi kunda kompaniyalar o'zlarining axborotlarini himoya qilish va ruxsat etilmagan kirishlarning amalga oshirilishini ta'minlash uchun katta mablag'lar sarflanadigan xam shundan. Shu bilan birga ma'lum axborotlarni yashirishdan tortib, uni noqonuniy ravishda e'lon qilishgacha bo'lgan ko'rinishlarda ko'rinadigan bo'lishi mumkin bo'lgan suiste'molliklar ham kelib chiqishi mumkin.

Axborot turli xil ijtimoiy masalalar, professional va milliy guruhlar vakillariga har xil ta'sir qilinishi mumkin bo'lgan barobarida uni iste'mol qilish amaliyoti turli guruhlarda bir-biridan keskin farq qilishi mumkin. Bu eng avvalo, axborot manbalari ishlab chiqarilishidagi farqda ko'rinadigan bo'lib qoldi. Masalan, alohida odamlarda axborot manbai minimal (televidenie, radio), ayrimlarda esa keng (internet, yangi telekommunikatsiyalar tizimi) bo'lishi mumkin.

Mutaxassislar fikriga ko'ra, bugungi kunda jamiyatda aynan axborotni olish , unga qarashda aniq keskin bo'lish, tabaqalashuv sodir bo'lishi mumkin.

Yoshlar o'zlarining harakatchanligi va yangilikka intiluvchiligi hamda barcha vaqt resurslariga egaligi bo'yicha darajadagi kommunikativ faollik ko'rsatkichlarini namoyish etdilar. Boshqa guruhlarda esa, davolash passivlik kuzatiladi. Ularga xos bunday vaziyatlar tahlikali oqibatlarni ham keltirib chiqarishi mumkin. Bu birinchi guruh uchun tobora faollashayotgan agressiv iqtisodiy ta'sirga berilib ketish xavfining mavjudligi, ikkinchi guruhning esa, pozitiv mazmunga ega axborotlar ta'siridan ishlashda qolishi bilan belgilanadi.

3. Iqtisodiy, iqtisodiy, madaniy-ma'rifiy va boshqa sohalardagi axborotlar ta'mirlash ijtimoiy hayot mazmunan boyishi, takomillashuvining muhim omili kabidir. Hozirgi fan-texnika taraqqiyoti, integratsiya va globallashuv sharoitida esa axborot makonida tub sifat holati kechmoqda. endilikda, axborot uzatish bilan shug'ullanadigan xilma-xil (radio, televidenie, matbuot, telefon, faks, pochta, Internet va b.) shakllari, balki, lekin tezkorligi bilan jamiyat taraqqiyotining oldingi davrlaridir. Bunday sharoitda, axborot iste'moli jarayonida ham yangi tendentsiyalar kuzatilmoqda. "Kimki axborotga ega bo'lishi mumkin, u dunyoga egalik qiladi" degan fikrning paydo bo'lishiga sabab bo'ldi. Ijtimoiy makon - bu , ayni paytda axborot makoni hamdir. Globallashuv sharoitida axborot hajmini kattalashtirish, zamonaviy zamonaviy vositalar orqali tarqatish bo'yicha axborot sohasining ijtimoiy makonning boshqa shakllaridan tubdan farq qilishini ta'minlamoqda. Xususan, zamonaviy axborot boshqaruvi (xususan, Internet tizimi) orqali tarqatilayotgan xabar va ma'lumotlarga turli xil zamonaviy taqiqlar, davlat chegaralari to'siq bo'la olmaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. G'oziyev E. G'. Ontagenez psixologiyasi.-T.:Noshir.2010.
2. Maxsudova Z. Psixik taraqqiyot diognostikasi. T.:TDPU,2004.
3. Radugina A. A. Pedagogika I psixologiya.M., 2007.
4. Shermuhammedov S, Ochildiyev A Madaniyat va sivilizatsiya. Farg'ona:2000 B.37

ШАҶАРАҚТАҒЫ ТӘРБИЯ СТИЛИ ХӘМ ОНЫҢ АҚЫБЕТИ

*Каипова Захида Жаксылыковна
Кегейли районы ХББ не қараслы 2-санлы улыўма орта били беріў мектеби
эмелиятшы психологы*

Көплеген әсирлер даўамында ата-аналар бир әпиўайы ҳақыйқатлықты түсинип жетпейди, ата-ана әўел бастан балаға нени сиңдирсе, ақыр-ақыбетинде соны алады. Мысал ушын, ата-ана балаға бар меҳрин, муҳаббатын берген сыяқлы болып көринеди, ал соңында ҳеш қандай муҳаббат қайтпайды, ямаса керисинше, ата-аналар баласына оншелли ғамхор болмайды, бирақ нәтийжеде мийримли, ата-анасын хұрмет ететуғын бала өсип жетилиседи, не ушын бундай?

Егер сизиң балаңыз бар болса, сиз элбетте оны тәрбиялап атырсыз, ямаса, жүдә болмағанда, тәрбиялаўға ҳәрекет етип атырсыз, ал буннан қандай нәтийже шығатуғынлығы бул екинши мәселе. Демек, шаңарақлық тәрбия стиллери сыпатламаларын оқып болып ҳәм оларда өз тәрбиялаў стилиңиз бенен бир нәрселер уқсас (уқсаслықтың ҳәр қыйлы дәрежелери) екенлигин көрип, сиз өз балаңыздан қандай адамды тәрбиялап шығаратуғыныңызды болжаўыңыз мүмкин. Егер де, ақыр-ақыбети сиз күткен нәтийжеге уқсамаса, онда жалғыз бир жуўап бар – бала менен қарым қатнас тактикасын өзгертиң.

Тәрбияның биринши варианты, бунда ата-аналарда бала менен мүнәсибетте сезимлерин билдириўдеги избе-излик улыўма болмайды, олар пайда көриўге тийкарланған қарым-қатнасты кура отырып, еркелетиў ҳәм хошаметлеў менен спекуляция қылады, яғный өз мәпи ушын пайдаланады.

Тәрбияның екинши типиниң негизинде ата-ананың өз перзентине шексиз мухаббаты болады, бунда бул мухаббат супершахс дәрежесине (рангына) дейин көтериледи. Кишкене ўақтынан баслап баланы жәмийетте өзин-ушлап тутыў ҳәм этикет қағайдаларына үйретеди. Яғный, ата-аналар сыртқы көриниске үлкен дыққат аўдарады ҳәм баланың инсанийлық қәсийетлерине, ишки сезимлерине итибар бермейди.

Тәрбияның келеси стили (оны ақыллы, ойлап ислеитиўын деп атайық) тең болған шахслар – ата-ана ҳәм бала ортасындағы арқайын ҳәм сабырлы қарым-қатнаслардың бар болыўын өз ишине алады. Баланың қәдир-қымбаты ҳеш қашан кемситилмейди (төмен баҳа берилмейди), ал шаңарақтағы қарым-қатнаслар мийримлилик ҳәм ақ кеўиллиликке тийкарланған. Бала кишкене ўақтынан баслап өзин шаңарақтың тең хуқықлы ағзасы сыпатында сезинеди ҳәм шаңарақлық машқалаларды шешиўде қатнасады.

Шаңарақлық тәрбияның және бир типин бар, бунда ата-аналар өз баласының өжетленип, қыңырлық ете баслаўынан қорқып, оның барлық айтқанларын орынлайды ҳәм толық көниўшилик, бағыныўшылықты билдиреди. Олар бала ушын ҳәмме нәрсеге таяр ҳәм оларды шын жүректен сүйеди, соның менен бирге баласы, оның тәғдири ҳаққында қайғырады, сонлықтан да, бала өспирим жасына жетемен дегенге шекем оны көзинен қашырмай жүреду.

Шаңарақлық тәрбияның биз дыққат аўдарыўды қәлейтиўын соңғы стили, көп ушырасады. Бул вариантта баланы жақсы көреду, бирақ ҳеш қашан артықша еркелетпейди. Барлық қыйыншылықларды ата-аналар өзлери басынан кеширеди, баланы шаңарақлық машқалаларға араластырмайды, оны шеннен тысқары машқалалардан қорғайды, ал бала болса шаңарақлық өзин ушлап тутыў үлгисин өзине синдирип өзлестирип алады.

Бала өзи менен өзи қалыўы характерли болып есапланады, себеби ата-аналар бәрхулла бәнт, сонлықтан да баланың ойынларының көпшилиги жасы үлкен адамлардың ис-ҳәрекетиниң имитациясы болып есапланады. Баланың ойыншықлары да аз. Балалар бәрхулла өз ата-аналарына жәрдем берийге умтылады ҳәм дәретиўшилик жақтан раўажланбайды. Кишкене ўақтынан баслап қоршаған этираптағыларды бақлап барғанлығы ақыбетинде балада ҳәм

физикалық, ҳам руўхый ис-ҳарекетинде жоқары дэрежедеги шөлкемлескенлик көринеди. Барлық нэрсени өз бетинше, еркин пикирлеў, ойланыўға бейим.

Жоқарыда атап өтилген шаңарақлық тэрбия стиллери таза түринде (сол көринисинде) жүдэ көпшилик жағдайда ушыраспайды, бирақ улыўма кем ушырасады деп те айтыўға болмайды, тек ғана буны барлық ўақытта да қарап билип алыў қыйын.

Бирақ тэрбияның нэтийжеси жақсы көринеди, олар өмирге, инсанларға, өзине болған көз-қараста көринеди, не нэрсени жоқары қойыўы хэм мақсетлер – булардың барлығы инсанда бар хэм буны ата-аналары, өз принцип хэм мотивлерин басшылыққа алған ҳалда барлық тэрбиялаў процесси даўамында белгилеп (толықтырып) барған. Сонлықтан да, «Сен өзи бундай болып кимге уқсағансаң?» деген сораўды берий орынсыз, себеби жуўабы анық, бирақ ата-аналар барлық ўақытта да бунда өзлерине есап бермейди.

BOLALARDA MAYDA QO‘L MOTORIKASINI RIVOJLANTIRUVCHI MASHQLAR

*Nafasova Dilfuza Nasirovna
Shaxrisabz turizm va servis kolleji*

Italiyalik pedagog Mariya Montessori o‘zining pedagogik qarashlaridan kelib chiqib bolalarni aqliy jihatdan rivojlantirish, ularni his qilishga o‘rgatish kerakligini ta’kidlaydi. Bolalarda sensorika va motorikani rivojlantirish kichkintoylarda yozish, hisoblash ko‘nikmasini shakllantiradi. Montessori metodikasining asosiy mohiyati bolada mustaqil faoliyat orqali shaxsiy imkoniyatlarini namoyon qilishga sharoit yaratish va yordam berishdan iborat. Shuningdek, Montessori materiallari kichkintoylarda mantiqiy tafakkurni rivojlantiradi. Bolada ichki kuchni rivojlantirish va uning shaxsiy sifatlarini shakllanishiga turtki beradi. Bundan tashqari bolada atrof-muhit to‘g‘risidagi tasavvurlar ham tizimga solinadi.

Ta’lim jarayonida tarbiyachining diqqat markazida kichkintoyning individual va ijtimoiy-hissiy ehtiyojlarini qondirish nazarda tutilishi lozim. Mashg‘ulot va o‘yinlar uchun tanlangan didaktik materiallar bolada motorika (harakat) va sensorika (sezgi)ni rivojlantirishga yo‘naltirilgan bo‘lishi zarur. Bolaning mustaqil harakat qilishi natijasida uning ichki kuchlari erkin bo‘ladi va asta-sekin kattalar yordamisiz ham o‘zi bajara olish ko‘nikmasiga ega bo‘ladi.

Montessori materiallari bola uchun dunyoni, atrof-olamni anglash kaliti hisoblanib, dunyo haqidagi tasavvurlarini tizimga solishga, uning xaotik va atrof-olam to‘g‘risidagi bilimlarini kengayishiga sabab bo‘ladi. Bular yordamida bolada dunyoqarash rivojlanadi. U o‘zining shaxsiy tajribasi asosida atrof-olam va tabiatda yuz beradigan hodisalarni tushunadi va anglay oladi. Demak, bolalarda sezgi va mayda qo‘l harakatini rivojlantirish orqali maktab ta’limiga tayyorlash imkoniyatlari yanada kengayadi degan xulosaga kelish mumkin. Quyida maktabgacha ta’lim yoshdagi

bolalarda mayda qo‘l harakatini rivojlantirishga yo‘naltirilgan mashqlardan namunalar keltiramiz.

1-mashq. “Savatcha”ni yasatamiz (2-5 yoshli bolalar uchun).

Mashq maqsadi: kichkintoyning asosiy barmoqlarida (bosh barmoq, ko‘rsatkich va o‘rta barmoq) motorikani rivojlantirish. Bolani yozishga o‘rgatish.

Kerakli jihozlar: savatcha yoki qalin karton qog‘oz (to‘g‘ri to‘rtburchak shaklida bo‘lishi kerak), kir qistirgich. Savatchaning cheti juda qalin bo‘lmasligi lozim. Bolaga kir qistirg‘ich solingan savatcha beriladi. Tarbiyachi unga har uch barmoq oralig‘idan keyin kir qistirg‘ichni savatcha chetiga terib chiqishni taklif qiladi. Bola topshiriqni mustaqil bajaradi.

Izoh: kichkintoy yozish malakasiga ega bo‘lishi uchun avval unda mayda qo‘l motorikasi rivojlangan bo‘lishi lozim. Ya‘ni, u qalam yoki ruchka ushlaganda yengil va oson bo‘lishi kerak. Mashqni ko‘p marotaba takrorlash bolada barmoqlarni yaxshi harakatlantirish hamda o‘ng va chap qo‘lni farqlashga o‘rgatadi. Kuzatish jarayonida uning o‘ng yoki chapaqay ekanligi ham aniqlab olinadi. Tarbiyachi bolaning ikkala qo‘lda ishlashini nazorat qilishi kerak.

2-mashq. “Rangli tomchilar” (2-5 yoshli bolalar uchun).

Maqsad: bolalarda mayda qo‘l motorikasini rivojlantirish. Barmoqlar harakatini mustahkamlash. Diqqatni jamlashga o‘rgatish hamda qo‘llarni yozishga tayyorlash.

Kerakli jihozlar: patnosda 12 katakchali suv muzlatgich idishi qo‘yiladi. Har to‘rt katakchanning ustiga qizil, ko‘k va sariq rang belgisi qo‘yiladi. Patnosda uch xil rangli stakanda suv qo‘yiladi. (Suvga qizil, sariq, ko‘k rangda iste‘mol bo‘yog‘i solib rang beriladi). Har bir stakanda suv tomizgich (pipetka) turadi.

Mashqning borishi: bolalar stakandagi rangli suvdan pipetka yordamida suv olib, rangiga mos muzlatkich idishiga tomizadi. Asta-sekin suv muzlatkich katakchalari rangiga mos suv bilan to‘ldiriladi.

Izoh: bu mashq orqali nafaqat bolada barmoqlar harakati rivojlantiriladi, balki ranglarni farqlaydi hamda ko‘p va kam miqdor tushunchalarini ham anglaydi. Ularda taqqoslash va solishtirish ko‘nikmalari shakllanadi. Shu bilan birga, har xil rangli tomchilarni tomizish ularda psixomotorikani rivojlantiradi.

3-mashq. “Munchoqlarni teramiz” (2-5 yosh bolalar uchun).

Mashq maqsadi: bolalarda mayda qo‘l motorikasini rivojlantirish va mustahkamlash. Koordinatsiya va qo‘llarni yozishga tayyorlash.

Kerakli jihozlar: patnosda munchoq solish uchun bir necha katakchali quticha (sovun qutisidan ham foydalanish mumkin), pinset va turli rangdagi munchoq solingan stakan. Munchoqlar qutichada to‘la bo‘lishi uchun bir xil miqdorda bo‘lishi kerak.

Mashqning borishi: bola o‘ng yoki chap qo‘li bilan (agar chapaqay bo‘lsa) pinset yordamida stakandagi munchoqlarni qutichaga soladi. Agar qutichalar to‘lsa, munchoqlarni olib yana stakanga qaytarib solishni taklif etish mumkin.

Izoh: mashq barmoqlar harakatini shunday rivojlantiradiki, bola keyinchalik qiynalmasdan mayda harflarni yoza oladi. Mashqni bajarish jarayonida bolada diqqat barqaror bo‘ladi hamda o‘z ichki hissiyotlarini nazorat qila olish ko‘nikmasi rivojlanadi. Agar munchoq qo‘lidan tushib ketsa, u mustaqil ravishda o‘z xatosini o‘zi tuzatishi kerak. Mashq boladan aniq va to‘g‘ri harakat bajarishni talab etadi.

4-mashq. “Qaychi bilan qanday qirqamiz” (2-5 yosh bolalar uchun).

Mashq maqsadi: kichkintoylarda qo‘l harakatlarini boshqarish malakalarini rivojlantirish. Qo‘l muskullarini mashq qildirish. Diqqatni jamlashga o‘rgatish va yozishga tayyorlash.

Kerakli jihozlar: stol ustida bolalar qaychisi, bir nechta qalin rangli karton. Ayrim kartonlarda qirqish chizig‘i chizib qo‘yiladi.

Mashqning borishi: stol ustiga qaychi va rangli kartonlar qo‘yiladi.

Bola o‘ng qo‘li bilan qaychini ushlaydi va kartondan mayda bo‘lakchalar qirqadi. Keyinroq chiziq bo‘ylab qirqadi va asta-sekin turli shakllarni ham qirqa boshlaydi.

Izoh: bu mashq orqali unda yozish malakasi emas, balki qaychini ushlash hamda chiziqlar bo‘ylab to‘g‘ri qirqish ko‘nikmasi shakllanadi. Shuningdek, bola qaychini ushlash va qog‘ozda aniq chiziqlarni qirqishga tayyorlanadi. Mo‘ljalni to‘g‘ri olish malakasi shakllanadi.

5-mashq. “Shakllarni joyiga to‘g‘ri qo‘y” (2-4 yosh bolalar uchun).

Mashq maqsadi: bolalarning so‘z boyligini oshirish, so‘zlarni to‘g‘ri talaffuz qilishga o‘rgatish.

Kerakli jihozlar: kartondan tayyorlangan hayvonlar, o‘simliklar, uy-ro‘zg‘or buyumlari tasvirlangan shakllar.

Mashqning borishi: stollarga hayvonlar, o‘simliklar, uy-ro‘zg‘or buyumlari shakli solingan quticha qo‘yiladi. Ular hayvonlarni birinchi qatorga, o‘simliklarni ikkinchi qatorga, uchinchi qatorga esa uy-ro‘zg‘or buyumlarini qo‘yib chiqadilar. Bu mashq orqali bolada mantiqiy fikrlash rivojlanadi hamda atrof-olam haqidagi tasavvurlari mustahkamlanadi.

Kichkintoylar kartondan hayvon, o‘simlik yoki uy-ro‘zg‘or buyumlari shakllarini qirqishlari ham mumkin.

6-mashq. “Kartada o‘ynash” (2-4 yosh bolalar uchun).

Mashqning maqsadi: bolalarning so‘z boyligini oshirish. Rasmlarni taqqoslash. Buyum va narsa nomlarini aytishga o‘rgatish.

Kerakli jihozlar: turli xil qizil, yashil va sariq rangda kartonga chizilgan hayvonlar, o‘simliklar, buyum yoki narsalar to‘plami. Jonli yoki jonsiz tabiat aks ettirilgan bo‘lishi mumkin.

Mashqning borishi: bolalar stol ustiga qizil karton to‘plamini terib chiqadilar. Masalan “uy hayvonlari”, “yovvoyi hayvonlar”. Har bir bola kartonda tasvirlangan rasmning nomini aytib izohlaydi. Agar kichkintoylar rasmdagi hayvonlar nomini bilmasalar tarbiyachi yordam beradi.

Mashqning ikkinchi variantida barcha kartonlar aralashtiriladi yoki teskarisi qo‘yib chiqiladi. Kichkintoylar tartib bilan bir-biriga mos rasmlarni ajratib joylashtiradilar va taqqoslaydilar.

Izoh: tarbiyachi didaktik materiallarni tayyorlayotganda kartonga chizilgan rasm aniq bo‘lishiga, rasm foni oq bo‘lsa ham karton cheti qizil, yashil yoki sariq bo‘lishiga e’tibor qaratishi lozim. Kartondagi rasmlar turli xil bo‘lishi kichkintoyda dunyoqarashni rivojlantiradi shuningdek, so‘z boyligini oshiradi. Kartonlarni terish orqali bolada o‘z-o‘zini boshqarish, fikrlarni umumlashtirish hamda mavhum tafakkur rivojlanadi.

Biz yuqorida bolalarning mayda qo‘l harakatini rivojlantirishga qaratilgan ayrim mashqlarni keltirdik. Pedagoglar keltirilgan namunalarga ijodiy yondashgan holda mustaqil boshqa mashqlarni ham yaratishlari mumkin.

KOMPYUTER O‘YINLARI KATTALAR VA BOLALAR PSIXIKASIGA QANDAY TA’SIR QILISHI VA UNING OQIBATLARI

Jo‘rayeva Shahnoza Shokir qizi
Mirzo Ulug‘bek nomidagi O‘zbekiston Milliy Universiteti 2 kurs talabasi

Kalit so‘zlar: stress, virtual, real, modernizatsiya, kompyuter, ko‘nikma, shafqatsizlik, strategiya, giperaktiv, reaksiya, jangari, tafakkur, ehtiyoj, tajavuzkorlik.

Bugungi globallash davr ya‘ni modernizatsiya jarayonida kundalik hayotimizni kompyuter, uyali aloqa, internet va ijtimoiy tarmoqlarsiz tasavvur qilib bo‘lmaydi. Bundan bir necha yillari ilgari, biror bir axborotni o‘rganish uchun kompyuter bilan ishlashi yoki ishlash uchun kompyuterdan foydalanishni oson deb o‘ylashmagan. Hozirgi kunda o‘zimiz xohlaymizmi yo‘qmi telefon, ijtimoiy tarmoqlar, internet, kompyuter va kompyuter o‘yinlaridan ayro tasavvur qilib bo‘lmaydi.

Kompyuter o‘yinlari- bu odam vaqt o‘tkazishi uchun yaratilgan turli dasturlar hisoblanadi. Ko‘pchilik insonlar kompyuter o‘yinlarini o‘ynash orqali dam olishadi, va shu orqali ko‘p vaqtlarini o‘zlari xohlamagan holda virtual olamga sarflaydilar.

Katta insonlar uchun kompyuter o‘yinlarini ijobiy tomonlari bilan birgalikda salbiy tomonlari ham mavjud. Ayrim kompyuter o‘yinlari insonni virtual jang qilishga majbur qiladi, va natijada insonni hayajonlanishiga olib keladi. Shu bilan birgalikda, usha kompyuter o‘yinlari orqali inson: tafakkur qilish, kutilmagan vaziyatlarda qaror qabul qilish va usha vaziyatda xulosa chiqarish, yoki biror bir marraga intilish kabilarda o‘zlashtiradi va tajriba sifatida saqlab qoladi. Biroq kompyuter o‘yinlari orqali inson haqiqiy hayotini unutishi mumkin.

Virtual dunyosida ko‘p vaqt sarflashi natijasida inson o‘zining real hayotdagi muammolarini o‘ylamay ham qo‘yadilar. Real hayotdan ko‘ra virtual hayotga qiziqishi orta boshlaydi. Shu sababli ham virtual hayot insonni o‘ziga tez jalb qiladi. Inson real hayotda qondirilmagan ehtiyojlarini virtual hayotda qondira boshlaydi. Qandaydir ma‘noda virtual hayotda o‘z statusini topa boshlaydi.

Bundan tashqari hozirgi texnika zamonida internetda online kompyuter o‘yinlari ham ommalashib ketgan. Online kompyuter o‘yinlari orqali inson daromad topishdan tashqari, o‘zi uchun do‘stlar-o‘rtoqlar va ayrim vaqtlarda o‘z juftini ham uchratmoqdalar. Bu kompyuter o‘yinlariga shuningdek, virtual olamga qiziqishining ortishiga yanada sababchi bo‘lmoqda.

Kompyuter o‘yinlari shunchaki xavfsiz narsa emas. Barcha shafqatsizlik, qotillik va soxta his-tuyg‘ulari bilan kishiga ta‘sir qiladi.

Kompyuter o'yinlari nafaqat insonning ruhiy holatiga balki fiziologiyasiga ham salbiy ta'sir ko'rsatadi. Shuningdek, bosh og'rig'i, ko'zlar xiralashishi kabilar kuzatilishi mumkin.

Bugungi kunda kompyuter o'yinlarida o'spirinlarning 60-90 foizidan iborat. Haqiqiy hayotda o'spirinning tajavuzkor xatti-harakati bu- uning ichki noqulayligining alomati ham hisoblanadi.

Komyuter o'yinlarining ijobiy tomonlaridan yana ta'sirlaridan bir : ko'plab o'yinlar– agar ular cheklangan vaqtni-turli ko'nikmalarni shakllantirish uchun foydalidir. Shunday qilib, rol o'ynash o'yinlari “qahramonlarni”, strategiya o'yinlari ko'nikmalarni, zilzila yoki qarshi zarba o'yinlari ish mahoratini taktik yechimlarni rivojlantirishga yordam beradi.

Bugungi kunda katta insonlardan tashqari kompyuter o'yinlariga qiziqish ko'plab bolalarda ham uchramoqda. Ayniqsa o'gil bolalar turli xil “otishmalarni” o'ynashni yaxshi ko'rishadi, ularda qotillik, qon, jangler, qichqiriqlar va boshqa narsalar shaklida. Shu kabi axloqsiz, shafqatsizlik xudbinlik kabilar ijobiy shaxs rivojlanish jarayonini “blokirovka” qiladi.

Kompyuter monitori oldida uzoq vaqt qolib ketish bolada asab tiziminining pasayishini ham kuzatish mumkin. Bunday bolalar keyinchalikda beparvo, giperaktiv yoki, aksincha, sekin, sust bo'lib qoladi. Shuningdek, ongsiz ravishda ma'lumot olish va yanada kompyuterga qaramlik darajasi ortadi.

Kognitiv va o'quv yunalishi bo'yicha ko'plab tijorat kompyuter o'yinlari ham mavjud. Ular bolalar mantiqiy tafakkurini kengaytiradi, ko'z metrini, reaksiyalar tezligini rivojlantiradi, bolaning ruhiy harakatlarini rejalashtiradi. Shuningdek, o'yinlar o'yinchining individual qobiliyatlarini rivojlantirishga o'z hissalarini, ammo shu bilan birga bolaning ruhiyatiga salbiy ta'sir ko'rsatishadi. Shunga qaramay, deyarli ko'pchilik bolalar kognitiv va o'quv o'yinlaridan ko'ra jangari, shafqatsizlik sahnalari aks etgan, otishma kabi o'yinlarni o'ynashni yoqtiradilar.

Olimlar kompyuter o'yinlari bolalar miyasining bir qismini rag'batlantirishini aniqladilar, shuning uchun bolalar ko'proq o'qishi, matematika shu bilan birga boshqa fanlar bilan shug'ullanishlari kerak. Bundan tashqari, bolalar ko'chada o'ynashi va boshqa bolalar bilan iloji boricha ko'proq aloqa qilish foydalidir. Shunday qilib muammo bor. Jamiyat tegishli e'tibor bermaydi. Va kompyuter virtual dunyoda ko'proq odamlarni qamrab olish, ularni qaram qilishda davom etmoqda.

Bolalarda kompyuter o'yinlariga qaramlikni oldini olish uchun kompyuter va o'yinlarda ishlash vaqtini cheklash kerak, chunki monitor ekranining oldida uzoq vaqt qolish bolaning jismoniy tomonlarni ham ta'sir ko'rsatishi mumkin. Bu ko'rish bilan bog'liq muammolar, umurtqa pog'onasi, qo'llar, ruhiyat va uyqu. Hatto eng qo'riqlanadigan zamonaviy monitorlarning elektromagnit tebranishi va nurlanishi bola tanasi uchun katta yuk paydo qiladi.

Aksariyat kompyuter o'yinlari har kungi og'ir mehnatdan keyin kishiga dam olishga yordam beradi. Afsuski ko'plab odamlarning hayoti bir xil rejimga tushib qolgan. Shuning uchun ular shunchaki vaqt sarflash uchun o'yinlarni o'ynashni afzal ko'radilar. O'yinlarning ba'zi turlari, ko'pchilikka asabiylashishdan xalos bo'lishlariga yordam beradilar. Bu ayniqsa, o'yinlarning janrlari, otishmalar va jangchilar fazilatidir.

Shuningdek o'yinlar sababli bolalarda shu bilan birgalikda katta insonlarda ham boy hayol shakllanadi. Bunda bola dunyoning rivojlanishida bevosita ishtirok etishni boshlaydi, yaxshi va qahramonlik harakatlarini amalga oshiradi. Boshqacha aytganda, ko'pgina o'yinlarda bolalar sehri mamlakatlarni himoya qiladigan jasur bo'lishlari mumkin, bu esa o'z navbatida ularning fikrlash va hayolatiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Ko'p sonli o'yinlar foydali bilim va ko'nikmalarni shakllantiradi, xususan: o'quvchilarda reaksiya, hiyla va jamoada ishlash qobiliyatini shakllantiradilar. Strategiyalar xushmuomulalik, mantiq va aqliy muvofiqlashtirishni rivojlantirmoqda.

Xulosa qilib aytadigan bo'lsam, ota-onalar bola tomonidan "iste'mol qilinadigan" kompyuter mahsulotlarining sifati va miqdorini, bolaga ta'lim va ta'lim o'yinlari bilan qiziqtirishi, va bola kompyuterga sarflaydigan vaqtini kuzatib borishi zarur. Bu kabilarga yoshi kattalar ham amal qilishi foydadan holi bo'lmaydi.

Adabiyotlar ro'yxati:

- 1.dissnatlib.uz
- 2.Rivojlanish psixologiyasi. Pedagogik psixologiya. Z.T.Nishonova (2018)
- 3.Axborot asrida ta'lim- tarbiya/ (2012)
- 4.Bolalar psixologiyasi va uni o'qitish psixologiyasi. Z.Nishonova, G.Alimova.

KITOBXONLIKNING O'QUVCHI- YOSHLAR RUHIYATIGA TA'SIRI

Karimova Dilnoza Mansurovna
Qashqadaryo viloyati Shahrisabz shahar 20-maktab psixologi

Shaxs ijtimoiy o'zligi 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 etishi komillik belgisi xisoblangan o'zligini anglashning mukammallik darajasiga erishgan shaxsgina elim, yurtim, deb yashashi bilan bir katorda, shu el-yurti baxti-saodati, tinchligi yulida jonini ham qurbon qila oladigan fidoyi shaxs bo'ladi. Yoshlarning ijtimoiy hayotga mos, mutanosib, ijtimoiy faol shaxs sifatida o'zligini namoyon yetishining eng to'g'ri va mukammal yo'li - kitobxonlikdir. Kitobxonlik - bu shaxs o'zini ilm-u ma'rifat, yuksak ma'naviyat va madaniyat bilan o'rab, bu hayotda o'z o'rnini topib, uni yomonlikka boshlovchi nafs va hoy-u havaslarini jilovlab olib, o'z shaxsini tarbiyalab, komillik sari intilib yashashdan iborat.

2017-yil, 12-yanvarda davlatimiz rahbari tomonidan "Kitob mahsulotlarini chop etish va tarqatish tizimini rivojlantirish, kitob mutolaasi va kitobxonlik madaniyatini oshirish hamda targ'ibot qilish bo'yicha komissiya tuzish to'g'risida" farmoyishi bergan.

Ma'lumki, kitobxonlik - ma'naviy yuksalish mezon. Kitob aql qayrog'i, insonning dunyodagi eng katta boyligi. Kitob ana shu aqlni, fikr-tafakkumi ifodalash vositasi. Kitob o'quvchi- yoshlarni aqlni charxlaydi, mulohazaga undaydi, ezgulikka chorlaydi,

mustaqil fikrlashga undaydi. Ota-bobolarimiz ham azal-azaldan kitobxonlikni suvganlar. Tariximizda buyuk o'chmas meros qoldirgan buyuk ajdodlarimizni ham eng avvalo kitobga bo'lgan oshnoligi, cheksiz hurmati ko'zga yaqqol namoyon etadi. Kitobxonlik o'quvchi- yoshlarni tarbiyalaydi, ulg'aytiradi, va dunyoga tanitadi. Xalqimizning yuksak ma'naviyati va ma'rifatliligi ham kitobxonlikdir. Bugungi kunga kelib, axborotning globallashuvi to'g'ri tushunmaganligi tufayli ayrim talaba yoshlarning ongiga turli mafkuraviy ta'sirlar, g'arazli kuchlar singdirilishi ko'zga tashlanmoqda. Chunki aynan shu maqsadlar bilan o'zlarining buzg'unchi yot g'oyalarni, buzuq niyatlarini talaba yosh yigit-qizlarga ma'lum ijtimoiy tarmoqlar orqali ularning ruhiyatiga ta'sir o'tkazishmoqchi bo'lishadi. Ayrim o'quvchi- yoshlar kompyuter, telefon va internetga qattiq bog'lanib qolishlari oqibatida esa ularda kitobga bo'lgan munosabati susayib ketishiga olib keladi. Natijada ular orasida ijtimoiy o'z o'rni va milliy mintalitetimizning unutilishi, o'qishga va kelajakda aniq bir kasb tanlashga bo'lgan qiziqishning yo'qolishi, mehr-muhabbatning yo'qolishi; kashandalik, ichkilikbozlik, giyohvandlik, daydilik, jinoyatchilik kabi illatlarga ruju qo'yishiga sabab bo'lmoqda.

Bu borada fransuz faylasufi Deni Didroning "Odamlar o'qishdan to'xtashlari bilan fikrlashdan ham to'xtaydilar",-degan. O'quvchi- yoshlarning yuksak darajada fikrining tiniqligi, tafakkurning shakllanishi uchun kitob o'qish va kitobxonlikni tobora targ'ib qilish muvofiqdir. Ijtimoiy so'rov natijalariga qaraganda, 30 yoshgacha bo'lgan respublikamiz yoshlarining 90 foizini birlamchi axborotni INTERNETdan olishi aniqlangan. Bu esa bugun o'quvchi- yoshlarning yangi axborot texnologiyalardan foydalanish ko'nikmasi yuqori darajada o'sganini ko'rsatadi. Bu raqam yoshlarni kitobga, gazeta va jurnallarga, umuman, bosma nashrlarga muhabbat uyg'otish har birimizni dolzarb masalasi bo'lishi kerakligini uqtiradi.

Har bir o'quvchi- yoshlar kitob mutolaa qilar ekan, yuqorida ta'kidlanganidek, eng avvalo, o'zining dunyoqarashiga va asar orqali oladigan taassurotlari vatanparvarlik, ulug'vorlik, insoniylik, asar qahramonlarining iztiroblari, quvonch, qayg'u, dardkashlik, mehr-muhabbat. go'zallik kabi fazilat va his-tuyg'ular orqali o'z ruhiy olamini to'ldirib boradi. Aqlan esa idrok qilib, tafakkur olami kengayadi. Ko'pchilik yoshlar bo'sh vaqtlarida yoki asabiylashganlarida musiqa tinglashga odatlanishgan. Bu bir tarafdin olganda to'g'ri-yu, ammo ko'pchilik olimlar esa kitob o'qish bo'sh vaqtni besamar ketmasligiga, asabni tinchlantirishdagi eng samarali usul ham aynan mutolaa ekanligini aytishgan. Bundan tashqari, har safar kitob o'qilganida miya yana-da faol ishlaydi. U olinayotgan ma'lumotlarni saqlash uchun yangi tolalarni yaratadi. Aniqlanishicha, har bir yosh muntazam kitob o'qiydigan bo'lsa, xotira va fikrlash qobiliyati keksayganda nisbatan sekinroq pasayar ekan. Yana o'sha telefon, kompyuter va internetga qaramlik muammosiga qaytamiz. Chunki hozirgi kunlarda ko'pchilik o'quvchi- yoshlar orasida ishtahaning buzilishi, uyqusizlik, darslarni yaxshi o'zlashtira olmaslik kabi tashvishli qiyin holatlarga duchor bo'lishmoqda. Yoshlarning ta'lim-tarbiyasi, ahloqiy sifatleri, ruhiyatiga ijobiy ta'sir ko'rsatishini e'tiborga olib, ular orasida kitobxonlikni keng targ'ib etmoq zarur.

Hozirgi kunda yoshlarning ilm olishlari uchun qator sharoitlar yaratilgan va kitobxonlikni aholi o'rtasida targ'ib qilish bo'yicha qator yangiliklar bo'layotganligi evaziga yoshlarning fan va texnologiya tizimida innovatsiyalar yaratilayotganligi bunga

yaqqol misol bo'la oladi. Yuqoridagi tahlillardan kelib chiqqan holda, shunday xulosaga kelish joizki, ma'naviyatimizning qadimiyligi, mazmun va mohiyati, o'ziga xos xususiyatlari, asosiy tamoyillari, uning jamiyatimiz taraqqiyotidagi roli va ahamiyati, Prezidentimiz asarlari va nutqlarida insonni jonli mavjudodlardan ajratib turadigan ong va til, aql-idrok va tafakkur, odamgarchilik, muruvvat va saxovat, rahm-shavqat, mehr-oqibat, iymon-e'tiqod, mehnatsevarlik, vatanparvarlik, halollik, poklik, tabiatni e'zozlash, ilm va fanni, adabiyot va san'atni, madaniyatni sevib ardoqlash, milliy va umuminsoniy qadriyatlarga sadoqat, o'zi va o'zga millat kishilarini, ularning tili, tarixi, madaniyati, urf-odatlarini va an'analarini hurmat qilish va qadrlash xislatlarini tarbiyalash jamiyatimiz taraqqiyoti uchun zarur bo'lgan yoshlarni har tomonlama yetuk barkamol shaxs sifatida shakllantirishning asosi bu kitobxonlikdir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "Ma'naviy – ma'rifiy ishlar samardorligini oshirish va sohani rivojlantirishni yangi bosqichga ko'tarish to'g'risida" gi PQ-3160-sonli qarori.
2. Karimov.I.A. "Yuksak ma'naviyat-yengilmas kuch" Toshkent: "Ma'naviyat, 2008, 123-b
3. Ziyonet.uz
4. Fayllar.org

ЁШЛАРНИ «ОММАВИЙ МАДАНИЯТ» ТАЪСИРИДАН АСРАЙЛИК

Тулиев Валижсон Каромиддинович,

Тўхтаева Шахинабону Сайфулло қизи

Ўзбекистон халқаро ислом академияси Динишунослик йўналиши талабалари

Бугунги кунда биз халқимизнинг дунёда ҳеч кимдан кам бўлмаслиги, фарзандларимизнинг биздан кўра кучли, билимли, доно ва албатта бахтли бўлиб яшаши учун бор куч ва имкониятларимизни сафарбар этаётган эканмиз, бу борада маънавий тарбия масаласи, ҳеч шубҳасиз, бекиёс аҳамият касб этади. Агар биз бу масалада ҳушёрлик ва сезgirлигимизни, қатъият ва масъулиятимизни йўқотсак, бу ўта муҳим ишни ўз ҳолига, ўзибўларчиликка ташлаб қўядиган бўлсак, муқаддас қадриятларимизга йўғрилган ва улардан озикланган маънавиятимиздан, тарихий хотирамиздан айрилиб, охир-оқибатда ўзимиз интилган умумбашарий тараққиёт йўлидан четга чиқиб қолишимиз мумкин. Ўз тарихини билмайдиган, кечаги кунини унутган миллатнинг келажаги йўқ. Ўсиб келаётган авлод бугунги эзгулик йўлидаги бунёдкорлик ишларининг давомчисидир. Миллий маънавиятимиз қирраларини келажак авлодимиз шуурида мукамал шакллантириш ва юксалтириш учун барчамиз масъулмиз.

Мустақиллик туфайли жамиятимизда, айниқса, унинг маданий-маънавий, маърифий соҳаларида содир бўлаётган сифат ўзгаришлари ёшлар онги, дунёқарашига сезиларли даражада таъсир кўрсатмоқда. Шундай экан мамлакат тараққиётида ўсиб келаётган ёш авлоднинг маънавий ва ахлоқий тарбияси ўта муҳим ўрин эгаллайди. Ёшларимиз маънавиятини юксалтириш, уларда юриштириш одоби, мулоқот ва кийиниш маданиятида меъёрни сақлай билиш кўникмасини ҳосил қилиш учун миллийлик билан замонавийлик уйғунлигини таъминлаш бугунги куннинг долзарб муаммосидир.

Бугун турли йўллар билан, ҳар хил “эзгу” ниқоблар остида “оммавий маданият” мамлакатимизга ҳам таҳдид солаётгани сир эмас. Айниқса, ёшларни соатлаб ўтиришга “мажбур” қилаётган компьютер ўйинлари бетўхтов ёвузликни тарғиб этса, боласининг отаси кимлигини билмасдан боши қотиб ДНК текширувини ўтказмоқчи бўлган ҳонимлар ҳақидаги сериаллар, интернет оламида аёл ва эркекларга лаззатланиш ҳақида берилаётган “энг яхши маслаҳатлар” фаҳш ҳамда бузуклик кўчаси сари чорлайди.

“Оммавий маданият”ни тарғиб қилаётган ғаразли кучларга аслида ҳеч қандай маданият ва инсон маънавияти, ахлоқий қоидаю қадриятларнинг асло кераги йўқ. Уларнинг стратегик режа ва сиёсий мақсадларига эришиш, айрим мамлакатларнинг ер ости, ер усти бойликларига эга бўлиш, ўз измига солиш учун бу бир восита, холос. Бир сўз билан айтганда ҳамма нарсага эркинлик нуқтаи назаридан қарайдиган “оммавий маданият”нинг асосий мақсади – ёшларнинг иродасини сусайтириш, ўзининг ҳаётига, атрофидаги одамларга қарши қўйиш ва охир-оқибатда эркинлигидан жудо қилишдир.

Бугунги кунимизга қайтадиган бўлсак, ҳозирги глобаллашув жараёнида алоқа ва ахборот алмашинуви ўзининг юксак чўққисига кўтарилгани, интернет ва ОАВнинг инсон онгига таъсир қилувчи, нафақат таъсир қилувчи, ҳатто уни маълум йўналишга буриб юборувчи кучга айлангани “оммавий маданият” деб аталувчи иллатнинг дунё ёшлари орасида яшин тезлигида тарқалишига сабаб бўлмоқда. Бундан 10-15 йил аввал баданига расм чизилган, йиртиқ-ямоқ, очиқ-сочиқ кийим кийиб олган ҳолатда жинсига ярашмайдиган қилиқларни қилиб юрган йигит-қизларни кўчаларимизда учратмас эдик. Минг афсуски, ҳозирда бундайларни учратиш унчалик мушкул бўлмай қолди. Афсуски, кўчани бошига кўтариб қаҳқаҳа ураётган қизлар тўдаси, сочини турли кўйларга солиб бўйнига занжир таққан қизил пояфзалли “йигитлар” бугунги кун манзараларининг бир қисмини ташкил этмоқда. Бизга нима бўлдики, йигитларининг орияти тоғлардан баланд, қизлари ҳаёда барчага ибрат бўлган, уятдан ўлимни афзал кўрган халқимиз орасидан мана шундайлар чиқмоқда.

“Оммавий маданият” турли хил кўринишларининг ёшлар орасида тобора кенг тарқалиши булар асосан кийинишда, қизиқишларда, бўш вақтни ўтказишда,

дидларнинг саёзлашувида, миллий қадриятларга муносабатда намоён бўлмоқда. Булар эса беҳаёлик ва зўравонлик, миллий қадриятларга ва ижтимоий манфаатларга беписандлик билан муносабатда бўлиш каби иллатларни келтириб чиқармоқда. Бугунги кунда ёшлар орасида тақлидчилик ҳолатларининг кучаяётганлиги ва янада тоборо авж олётганлиги кузатилмоқда. Бунда, хорижда кенг тарқалган ахлоқий ва маънавий юриш-туриш андозаларининг кинофильмлар, мода ва турли хил рекламалар орқали ёшларимизнинг онгини маълум маънода заҳарлаётганини сезиш қийин эмас. Натижада, ёшлар ўртасида китоб ўқишдан кўра компьютер ўйинларининг олдида вақтини ўтказиш, мазмунан саёз бўлган турли хил жанрдаги фильмларни томоша қилиш одат тусига кириб бормоқда.

Бадиий адабиётимизда ҳам маънавиятимизга ёт бўлган “оммавий маданият”га хос бўлган характердаги асарлар ҳам минг афсуски, сотувга чиқарилган бўлиб, ёшларимиз томонидан “севиб” ўқилмоқда. Улардан бу асарларни нима сабабдан ўқишини сўраганимизда айнан жангарилиги, беҳаё сюжетлари борлиги учунлигини ҳеч истиҳола қилмасдан айтадилар. Жумладан, “Дайди қизнинг дафтари”, “Миллиардерга қўйилган тузоқ”, “Тириклайин кўмилган йигит” каби асарлардаги туб мазмун балки, тубанлик гирдобига кириб қолган ёшларни эзгулик сари етаклар, лекин ундаги берилган сюжетлар бизнинг миллатимизга хос бўлмаган беҳаёлик, уятсизлик, жангарилик каби ёшларимиз маънавиятига салбий таъсир қиладиган унсурлар орқали ифодаланганлигини ҳеч оқлаб бўлмайди.

Баркамол авлодни вояга етказиш, бунда уларни мафкуравий таҳдидлардан ҳимоя қилиш, уларда ёт ғояларга қарши иммунитетни шакллантириш бўйича олиб борилаётган ислохотлар, мактабгача таълим муассасаларида, умумтаълим, ўрта махсус, касб-ҳунар таълими, олий таълим муассасаларида изчил олиб борилмоқда. Шунингдек, вояга етиб келаётган ўсмирлар, ёшлар ўртасида тушунтириш ишлари олиб борилиб, оддий қилиб айтганда, уларнинг қадам босиши ва юриш-туриши оила, маҳалла ҳамда кенг жамоатчилик томонидан доимий назоратга олинган. Шунинг учун ҳам мамлакатимизда тинчликни таъминловчи мезонлар сифатида аҳолини, айниқса, ёшларни дунёда юз бераётган воқеалардан хабардор этиш, бунинг натижасида уларда бирдамлик, ҳамжихатлик, бағрикенглик, ватанпарварлик туйғуларини такомиллаштиришга алоҳида эътибор қаратиб келинмоқда.

Келинг, баданга расм чизиш (татуировка), улама сочу-киприклар ва бошқа сохта гўзаллик воситалари ёки қизларнинг ўзларини эркакча тутиши, айрим йигитларнинг эса аксинча, эркакликдан чекиниб, аёлсифатликка интилиши каби иллатларни олиб кўрайлик. Соф инсоний фитрат қабул қилмайдиган бу ишлар миллий қадриятларимизга зид эмасми?! Динимиз бундай маънавий тубанликлардан қайтармаганмиди?! Ахир муборак ҳадисларда баданга расм

чизганлару чиздирганлар, эркакка тақлид қилган аёллару ўзларини аёлларга ўхшатган эркаклар, ўзида йўқ нарсани бор қилиб кўрсатишга уриниб, сохта соч улагану улатган аёллар Расулulloҳ (с.а.в) тиллари билан лаънатланганку!!! Нима, бизнинг ўз миллий қадриятларимиз, маънавиятимиз ва муқаддас динимиз йўқмидики эркак билан эркакни, аёлга аёлни “никоҳ”лаётган, мазкур ножинсларнинг “фарзанд тарбиялаш”га “тўла ҳаққи бор”лиги ҳақида бонг уриб ахлоқсизликни “эркинлик”, анъанавий оилаларни “тутқунлик”, қадриятларни эса “қолоқлик” деб таъриф этаётган жамиятларни ўзимизга ўртак қилиб олсак. Ахир бу буюк иснод, уят, қолаверса улуғ аждодларимизнинг эзгу орзуларига хиёнат эмасми?!

Биз юқоридаги фикрлар билан “бизнинг жамиятимиз тубанликларга юз тутиб, ёшларимиз иллатларга ботиб қолдилар” дейишдан йироқмиз. Аллоҳга беадад шукрлар бўлсинки, юртимизда ор-номусли, маънавиятли, билимли ҳамда ўз миллий ва диний қадриятларига садоқатли ёшлар кўпчиликни ташкил этади. Бироқ, “туруч кўрмаксиз бўлмайди” деганларидек, жамиятимиздаги айримлар биз ҳозирда умумий қилиб “оммавий маданият” деб атаётган зарарли иллатлар таъсирига тушиб қолмоқдалар. Бу эса, шу азиз юртнинг тақдирига бефарқ бўлмаган ҳар бир инсонни ўйга солади ва бу иллатларга қарши курашга чоғлайди. Шундай экан, ҳар биримиз ўз имкониятимиз даражасида, фаолият олиб бораётган соҳамиздан келиб чиққан ҳолда шу азиз Ватан равнақи, унинг тинчлиги ва фаровонлиги учун ҳаракат қилмоғимиз керак. Зеро, Ватан, халқ манфаати йўлида хизмат қилиш олий саодатдир.

ЎҚУВЧИ ШАХСДА ЭМОЦИОНАЛ ЗЎРИҚИШНИ ЮЗАГА КЕЛИШИ ВА УНИ БАРТАРАФ ЭТИШ УСУЛЛАРИ

*Михонова Дилфуза Файзиевна
Бухоро вилояти Ромитон тумани 13 мактаб психологи*

Кейинги пайтларда стресс, тушкунликка тушиш, эмоционал зўриқиш каби сўзлар тез-тез қўлланиладиган бўлиб қолди. Бу ҳолат баъзида оилавий ажримлар, баъзан ўз жонига қасд қилишга уринишдек хунук оқибатларни келтириб чиқараётгани одамни ташвишга солади. Бу ҳолат ўқувчи шахсида ҳам салбий ҳолатлар билан намоён бўлиши мумкин. Биз кўпинча бу ҳолатни умумий тарзда “Стресс” деб номлаймиз.

“Стресс” инглизча сўз бўлиб танглик, зўриқиш, босим деган маъноларни англатади. Оддий тилда тушкунликка тушиш, руҳий зўриқиш дейилади. Бу баъзида оз фурсат, баъзида узоқ вақт кечиши мумкин. Иккала ҳолатда ҳам инсонга зарар етказди. Яъни, ақлий фаолиятнинг сусайиши, юрак уриши

тезлашиши, қон томирлари кенгайиши, ички касалликлар – ошқозонда яллиғланишлар келиб чиқишига сабаб бўлади. Стресснинг салбий томонларидан яна бири мияни тормозлаб, маъносиз фикрлайдиган даражага тушириб қўйиши мумкин. Агар одам тез-тез тушкунликни бошидан кечирса, атрофдагилар билан гаплаша олмайдиган ҳолатга тушади. Стресс натижасида инсон ўзига паст баҳо бера бошлайди. Оқибатда ўзини ёлғиздек, яқинларига кераксиздек ҳис қилади. Секин-аста руҳий тетиклик йўқола бошлайди.

Руҳий зўриқишнинг илк белгилари ўқувчиларда қандай намоён бўлади?

- Доимий безовталиқ, тушкун ҳолатда юриш, баъзида бу ҳолатлар ҳеч қандай сабабларсиз юзага келади;
- Ёмон, нотинч уйқу;
- Диққатни камайиши, бу ўқиш ёки ишлашни қийинлаштиради. Хотирадаги муаммолар ва фикрлаш жараёнининг секинлашиши;
- Бошқаларга, ҳатто энг яхши дўстларга, оила ва яқин кишиларга қизиқишнинг йўқлиги;
- Иштаҳанинг пасайиши — баъзида эса аксинча: озиқ-овқатни ортиқча еб юбориш;
- Кўпинча асабий одатлар ривожланади: киши лабини тишлайди; тирноқларини тишлайди ва ҳоказо. Кишида бефарқлик, одамларга ишончсизлик пайдо бўлади

Ўқувчи шахсида руҳий зўриқиш – уннинг эмоционал ҳолати билан боғлиқ. Баъзи ёшларда физиологик ёки психологик стресс ҳолати кузатилмаса-да, ҳаётдан зерикиш, ўзидан қоникмаслик, яшашга бўлган истак камайиб кетади. Бу ҳолат инсон ёшлиқда ёки ҳаёти давомида яқин одамидан қўнгли тўлмайд яшаши натижасида йиғилиб қолган танглик оқибатида пайдо бўлади. Ижтимоий ҳаётда ўз ўрнини тополмаслик, атрофдагилар томонидан тан олинмаслик натижасида йиғилиб қолган асоратлар ҳам сабаб бўлиши мумкин. Бу омиллар бир кун келиб таъсирини кўрсатади. Ўзини камситилгандек ҳис қилиш, ҳаётнинг қизиғи йўқдек туюлиши натижасида ёлғизланиб қолади ва жонига қасд қилиш ҳақида ўйлай бошлайди. Жонига қасд қилиш иродасизликдан келиб чиқади. Ҳаммасига нуқта қўйсам, қутуламан, деб ўйлайди. Бундай аянчли ҳолга келишдан аввал атрофдагилар бу вазиятда ўзларини ижобий таъсирларини ўтказиши лозим.

Олимларнинг фикрича ўқувчиларда эмоционла зўриқиш ўсмирлик даврида кўп учрар экан. Бунинг асосий сабабини улардаги жисмоний ва руҳий ўзгаришлар жадаллигини айни мана шу ёш даврларига хослиги билан изоҳлаб ўтишган.

Америкалик психолог А.Гезелл ўсмир ёшининг даврланишига алоҳида эътибор қаратиб, ўзига хос хусусиятларни шарҳлаб ўтган эди, улар қуйидагича:

10-ёш ўсмирлар мувозанатли ҳаётни тез идрок этувчи, ишонувчан, ота-оналарига итоатли, ташқи қиёфа ҳақида эътиборсиз бўлганлиги боис бу “олтин ёш” ҳисобланади.

11-ёш организмда қайта қуриш юз беради, болалар ғайри шуурли, негативликни намоён қилади, кайфияти тез ўзгаради, ота-оналарига нисбатан норозилик билдирувчи.

12-ёш тез жазавага тушувчан, дунёга нисбатан ижобий муносабат шаклланади, ўсмирда оиласига нисбатан автономлик ва тенгдошларига таъсири ортади. Уларда ақллилик, ҳазил-мутойибага мойиллик, чидамлилик, ташаббускорлик, ташқи қиёфа ва қарама-қарши жинсдагиларга эътибори орта бошлайди.

13-ёш ўзининг ички дунёсига эътиборлилик, интровертликка хос бўладики, улар ўзини ўзи танқид қилишга ва танқидларга нисбатан таъсирланувчан, оналарга танқидий муносабат билдирувчи, дўст танловчи, тўлқинланиш ва ҳаяжонланиш ортади.

14-ёш ўсмирлардаги интроверсия-экстрроверсияга алмашинади, шижоатли, хушмуомала, ўзига ишонч уйғонади, бошқаларга эътибори ортади ва улар ўртасидаги фарқни ажрата бошлайди.

15-ёш бу ёшдагилар учун мустақиллик ортади, бу эса уларнинг оила ва мактаб билан боғлиқ зўриқишларга дучор этади. Уларни гуруҳли ҳаракат қилишга ва гуруҳдагиларга мослашишга интилиш ортади.

16-ёш ўспиринлар ҳисобланиб, уларда мувозанатлашув, ҳаётдан қувониш, ички мустақиллик, эмоционал барқарорлик, муомалага мойиллик, келажакка интилувчанлик ортади.

Психология, педагогикага оид адабиётларда ўсмирларнинг 11-12 дан 15-16 ёшдаги бўлган даври жинсий етилиши, фаол жисмоний ўсиш, шахс сифатида шаклланиш даври деб сифатланади. Айни шу даврда инсонларнинг феъли, ижтимоий ўзаро муносабатлари шаклланиб, одамларга атроф воқеаликка бўлган муносабатлари ҳам яққол кўзга ташлана бошлайди. Айтиш жоизки, айнан шу ёшдан бошлаб, ўз-ўзини англаш, болалик ҳис – туйғуларини катталар дунёқарашига ўзгариши, шахсни ички «мени» ва уни англаш даври бошланади. Бу даврда айниқса, ундаги ўзгаришларга жиддий эътибор қаратиш талаб этилади.

Айни шу даврда ўқувчи ёшлардаги руҳий зўриқишларни бартараф этишда психолог мутахассислар томонидан қуйидагилар тавсия этилади:

- Очик ҳавода кўпроқ сайр қилиш;
- Ўзи севган машғулоти учун вақт ажратиб маълум вақт шуғулланиш;
- Уйқу нормал ва соғлом бўлиши учун организмга мелатонин деб аталадиган гормон керак. У гормон Б гуруҳи витаминлари қабулидан кейин ортади, бу витамин эса гуруч, буғдой, арпа, писта уруғи, қуритилган ўрикда кўп бўлади. Айнан шу маҳсулотларни истемол қилиш;
- Спорт билан мунтазам шуғулланиш.

Юқорида тавсия этиб ўтилганлар ўқувчи шахсида юзага келган эмоционла зўриқишларни олдини олиш ва бартараф этишда муҳим аҳамият касб этади.

YOSHLARNING DUNYOQARASHI VA XULQ- ATVORIGA TA'SIR ETUVCHI IJTIMOIIY PSIXOLOGIK OMILLAR

To'rayeva Feruza Pulatovna
Qashqadaryo viloyati Kitob tumani 39-maktab psixologi

Annotatsiya. Ushbu maqolada yoshlarning dunyoqarashi fikrlashi xulq -atvoriga ta'sir etayotgan har xil begona g'oyalardan asrash va ular ongiga yangi g'oyalarni singdirib borish to'g'risida so'z yuritilgan.

Farzandlarimizni mustaqil fikrli, zamonaviy bilim va kasb hunarlarni egallagan mustahkam hayotiy pozitsiyaga ega chinakam vatanparvar insonlar sifatida tarbiyalash biz uchun dolzarb ahamiyatga ega bo'lgan masala hisoblanadi. Yoshlarimiz uchun yangi imkoniyatni ochib berishga xizmat qiladigan dolzarb chora tadbirlarini amalga oshirishni ayniqsa uyishmagan yoshlari bilan ishlashga jiddiy e'tibor qaratish bunda jamoat tashkilotlari ishtirokini yanada kengaytirish masalasi bizning doimiy e'tiborimizda bo'ladi. Biz boshdan kechirayotgan davr buyuk o'zgarishlar va yangiliklar davridir. O'sib kelayotgan yosh avlodni har tomonlama mustaqil fikrlaydigan komil inson qilib tarbiyalash hozirgi kunning eng dolzarb muomalalaridan biriga aylanib kelmoqda.

O'zbekistonda ijtimoiy hayotning barcha sohalarida amalga oshirilayotgan islohatlarning maqsadi inson va uning manfaatlarini uning xavfsizligi va farovonligini ta'minlash hamda bakomol avlodni voyaga yetkazishga qaratilgandir. Hayotda uchraydigan qiyinchiliklarni va ziddiyatlarni yengib o'tish kishidan ko'p riyozat va mashaqqat chekishni talab etadi, bu omillar odamning oqil inson bo'lib shakillanishiga xizmat qiladi.

Hozirgi kunda yoshlarning dunyoqarashi va fikrlash oldingidan ancha farq qiladi. Chunki bizda rivojlanish va o'zgarish kundan kunga ilgarilab ketmoqda, shunday ekan eng avvalo ularning xulq atvorida bo'ladigan o'zgarishlar bundan mustasno emas. Avvalo shuni ta'kidlash keraki yoshlarni nafaqat ichki olami balki jamiyat va davlat hayoti bilan bo'liq ijtimoiy siyosiy faoliyatidan tortib uning shaxsiy turmush tarsi, harakat intilishlarini qamrab oladigan narsa hodisalar ularning ijtimoiy psixologik omilarni ham yuzaga kelishishga olib kelish mumkin. Ularning ongida hali to'liq bo'lmagan bo'shliq mavjudligi bilib bilmay qilgan ishlari xulqida kuzatilayotgan o'zgarishlar ham ularni ongiga ta'sir etishi mumkin. Jamiyat va inson ehtiyojlari shunchalik xilma -xil va murakkabki ular orasidan eng muhimlarini ajratib ko'rsatishning o'zi mushkul.

Hammamizga ayonki, bugungi kunda dunyoda keskin kurash va raqobat hukm surmoqda. Jahonda manfaatlar to'qnashuvi anchagina kuchaymoqda kuchaymoqda. Globallashuv jarayonlari bashariyat uchun beqiyos yangi imkoniyatlar bilan birga kutilmagan muammolarni ham keltirib chiqarmoqda. Milliy o'zlik va ma'naviy qadriyatlarga qarshi tahdid va xatolar tobora kuchaymoqda. Faqat o'zini o'ylash, hayotga, mehnatga oilaga yengil qarash, iste'molchilik kayfiyati singari illatlar turli yo'llar bilan aholi ayniqsa, hali „oq-qora“ni farqlay olmaydigan yoshlar ongiga

singdirilmoqda. Terrorizm, ekstremizm, trans-milliy vakibir jinoyatchilik, odam savdosi kabi tahdidlar xafli tobora ortib bormoqda.

Dunyoda ayrim siyosiy markazlar tomonidan ba'zi hududlarda sun'iy ravishda beqaror vaziyat yuzaga keltirilmoqda, norozilik kayfiyatlari avj oldirilmoqda. Necha yuz yillar davomida shakllangan asl insoniy qadriyatlarimiz o'rnini buzg'unchi g'oyalar egallab olishiga yo'l qo'ymasligimiz zarur. Bu esa endigina o'sib kelayotgan nihollarimiz bo'lmish yoshlarimizning dunyoqarashi va xulq-atvoriga ta'sir etib kelmoqda. Milliy ma'naviyatimizga mutlaqo begona bo'lgan zararli g'oyalar tushuncha va qarashlar chegarani buzmasdan, bildirmasdan, ta'bir joiz bo'lsa „chaqirilmagan mehmon bo'lib xonadonimizga, jamiyatimizga. eng yomoni, murg'ak bolalarimizning pokiza qalbi dunyoqarashi va yuragiga kirib kelmoqda. Ularni ongiga biz uchun begona bo'lgan g'oyalar aks etmoqda. Bularning barchasi biz uchun ogohlik qo'ng'irog'I bo'lib yangrashi zarur. Afsuski keying paytlarda ma'naviy hayotimizda bo'shshish, bo'shliq sezilmoqda. Ma'naviy immuniteti zaif bo'lgan ba'zi yoshlar yurish –turishida ham muomila-munosabatida ham boshqalarga ko'-ko'rona ergashmoqda. Milliy o'zligimizni, buyuk ajdodlarimizni tanimaslik, ilm va irodaning yetarli emasligi bunga sabab bo'lmoqda.

Biz yoshlarimizni tarixdan saboq olish, xulosa chiqarishimizga o'rgatishimiz, ularni tarix ilmi, tarixiy tafakkur bilan qurollantirishimiz zarur. Bugun dunyoda insonning ongi va qalbini egallash uchun kurash tobora kuchayib bormoqda. Shu yo'lda harakat qilayotgan kuchlar o'z maqsadiga erishish uchun targ'ibotlarning barcha usullaridan keng foydalanilmoqda. Biz yoshlarimizni haqiqiy vatanparvarlik, azm-u shijoat mardlik va jasorat ruhida tarbiyalashda buyuk ajdodlarimizning o'gitlariga tayanamiz.

Barchamiz yaxshi bilamizki, kelajak avlod haqida qayg'urish sog'lom barkamol naslni tarbiyalab yetishtirishga intilish bizning milliy xususiyatimizdir. Bola tug'ilgan kundan boshlab oila muhitida yashaydi. Oilaga xos an'analar, qadriyatlar urf-odatlar bola zuvalasini shakllantiradi. Eng muhimi, farzandlar oilaviy hayot maktabi orqali jamiyat talablarini anglaydi, his etadi. Bolaning ,ayniqsa, o'smirning bo'sh qolgan vaqtlarini nazorat qilish ularni qizziqan sohasiga jalb qilib boorish masuliyatini ot-onalar zimmasiga yuklash ularni taqdiriga befaqr bo'lmaslikni taqozo etadi. Bolada yiqori nafosat bo'lishi uchun, avvalo ularni o'rab turgan muhit go'zal bo'lishi, bola esa tayyor go'zallikning shunchaki tomoshabini emas, balki go'zallik bunyodkori bo'lmog'I lozim. O'z tashabbusi bilan ish qilmoqchi bo'lganda bolaga qo'lingdan kelmaydi" deb, uning tashabbusini bug'averish uni noshudlikka yo'lashdir. Biz yoshlarni tarbiyalarida o'zimiz yashab o'sgan muhit bilan hozirgi sharoyitning farqini ko'zga tutib ish ko'rmog'imiz lozim. Chunki uning kamolotiga tasir ko'rsatuvchi xabarlar beqiyos ko'p va sirqirradir.

Ayni paytda axboratlashtirish jarayoni ham bir qator muammolarni keltirib chiqarmoqda.

Buning natijasida yoshlar o'rtasida ham ijtimoiy psixologik omillar yuzaga kelmoqda. Chunki axborotlarning jamiyat, oila shaxs ongiga kirib kelishi ijobiy va salbiy holatlarni keltirib chiqarmoqda. Shunday ekan mana shunday axborotlardan o'z vaqtida foydalanish va zararli holatlarni o'z vaqtida bartaraf etish uchun hozirdanoq

kurashmog'imiz lozim. Har bir oilaning sog'lom bo'lishi, ularda ijobiy psixologik iqlimning hukm surishi, mana shu muhitda dunyoga kelib, shaxs sifatida shakllanib, so'ng o'zi yashayotgan davlatning fuqarosi sifatida o'z mamlakatining iqsodiyoti, ijtimoiy hayoti taraqqiyotini ta'minlovchi, hal qiluvchi omil bo'lgan inson kamolotida oilaning tutgan o'rni beqiyosdir. Oilalarning mustahkamligi jamiyatning iqtisodiy, ijtimoiy, siyosiy, milliy xafsizligini, uning ravnaqi, taraqqiyotini belgilovchi, hal qiluvchi omil hisoblanadi. Hozirgi vaqtda jamiyatimiz uchun, insoniyat uchun, mustaqilligimiz istiqbollari uchun izanishlar va harakatimizni yuzaga chiqarib vatanimiz ravnaqiga o'z hissamizni qo'shmog'imiz yurt uchun vatanimini ertangi kelajagi yuksalishiga astoydil harakat qilib borishimiz zarur. O'sib kelayotgan yosh avlod ertangi kunning kelajagidir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Buyuk kelajagimizni mard va oliyjanob xalqimiz bilan birga quramiz'. Toshkent. O'zbekiston 2017-yil. Shavkat Mirziyoyev.
2. SHavkat Mirziyoyev. „Insonparvarlik, ezgulik va bunyodkorlik-milliy g'oyamizning poydivoridir’’ Toshkent 2021-yil.
3. .Oila psixologiyasi G'B. Shoumarov Toshkent 2013-yil.

TALABA YOSHLARNING IJTIMOIIY FAOLLIGINI OSHIRISHDA PSIXOLOGIK TREININGLAR O'TKAZILISHINING O'RNI VA AHAMIYATI

*Yuldasheva Mastura Taxirovna
Toshkent viloyati Yangiyo'l tumani 18-maktab psixologi*

Ma'lumki, O'zbekiston Respublikasi Prezidenti SH.M. Mirziyoyevning 20 fevral, PF-4947 "O'zbekiston Respublikasini yanada rivojlantirish bo'yicha harul strategiyasi to'g'risida" farmoniga asosan 2017-2020 yillarda O'zbekiston Respublikasini rivojlantirishning beshta ustuvor yo'nalishi bo'yicha harakatlar strategiyasi" qabul qilindi

Jismonan sog'lom, ma'naviy va aqliy kamol topgan, mustaqil fikrlovchi. Vatan sadoqatli, qat'iy hayotiy nuqtai nazarga ega bo'lgan yoshlarni tarbiyalash, ularning demokratik islohotlarni chuqurlashtirish va fuqarolik jamiyatini rivojlantirish jarayonidagi ijtimoiy faolligini oshirish 2017 - 2021 yillarda O'zbekiston Respublikasini rivojlantirishning beshta ustivor yo'nalishi bo'yicha Harakatlar strategiyasining muhim vazifalaridan biri hisoblanad. Harakatlar strategiyasida ta'lim tizimiga alohida band ajratilgan bo'lib, unda ta'lim tizimining sifati, bu tizimni yanada takomillashtirish masalasi bosh masala sifatida alohida o'rin tutadi. Ta'lim tizimining sifati oshirish o'z navbatida quyidagilarni nazarda tutadi. Sifatli ta'limni tashkil etish bilan birga uning imkoniyatlarini oshirish, mehnat bozorining talablari va ehtiyojlaridan kelib chiqib raqobatbardosh va zarur, yuqori malakali kadrlarni tarbiyalab yetishtirish. Bular asosida bilimli, malakasi yuqori, intellektual potentsiali kuchli kadrlarni tayyorlash siyosatini izchil davom ettirish zarurligi belgilab qo'yilgan.

Harakatlar strategiyasida oliy ta'lim tizimiga alohida e'tibor qaratilgan bo'lib, bu sohani yanada rivojlantirish uchun "ta'lim va o'qitish sifatini baholashning xalqaro standartlarini joriy etish asosida oliy ta'lim muassasalari faoliyatining sifati hamda samaradorligini oshirish, oliy ta'lim muassasalariga qabul kvotalarini bosqichma-bosqich ko'paytirish masalasiga aton urg'u beriladi.

O'zbekiston Respublikasi ijtimoiy hayotida yangicha qarashlar qaror topayotgan bir sharoitda yosh avlod ta'lim-tarbiyasini tashkil etish, boshqarish, barkamol shaxs va malakali assisni tarbiyalash masalasi yanada dolzarblik kasb etmoqda. Bozor iqtisodiyotigaca slangan jamiyatda keskin raqobatga bardosh bera oladigan mutaxassislargina faoliyat yurita oladilar. Ma'lumki, ta'lim jarayonida innovatsion texnologiyalar va interfaol metodlarni tadbiiq etishga qiziqish tobora keng tus olmoqda. Sababi bunday metodlarni qo'llash, ta'linto samaradorligini, o'qituvchi va ta'lim oluvchi o'rtasidagi hamkorlikni va ta'sirchanligini hamda ta'lim oluvchilarning darsga bo'lgan qiziqishlarini yanada oshiradi.

Psixik rivojlanish va ta'limning o'zaro munosabati talabalarning psixologik xususiyatlarini shakllantirishda bevosita aks etadi va ularga ijtimoiy psixologik ta'sir jarayonlarida singdirilib boriladi. Ushbu jarayonlarning asosiylaridan biri, bu ularning ijtimoiy munosabatlarida va shaxslararo munosabatlarida o'z aksini topadi.

Talabalarda o'quv malakalarining yaxshi rivojlanmaganligi, fanlarni past o'zlashtirish, ularda egallayotgan kasbiga nisbatan qiziqishining pasayishiga olib keladi. Shuning uchun ularning rivojlanish darajasini, ularda mavjud o'quv malakalarini o'rganish, kamchiliklarini tuzatish, maxsus o'quv va mehnat malakalarini rivojlantirishga yo'naltirilgan ishlar o'quv tarbiya jarayonining samaradorligini oshiradi. O'qituvchi talaba shaxsining imkoniyatlarini hisobga olgan holda, dastur asosida bilimlarni, o'qitishning usul va vositalarini takomillashtirishi kerak. Bunda asosiy e'tibor dars samaradorligini oshirish imkonini beradigan yangi pedagogik texnologiyalar va innovatsion g'oyalarni mazmunli tashkillashtirishga qaratiladi. Innovatsion texnologiyalarni qo'llanilishi talabalarda ijodiylik, kreativlik, xulosa chiarish, o'z fikrini erkin bayon etish va guruh natijasi uchun mas'uliyat xususiyatlarini shakllantiradi. Huddi shunday usullardan biri bu psixologik treninglar hisoblanadi.

Hozirgi vaqtda pedagog va psixolog mutaxassislar oldidagi asosiy vazifalardan biri ta'lim jarayonining rivojlanishi barobarida talaba-yoshlarni psixologik treninglar asosida shakllantirib borish va ularning bilimlarini oshirish uchun ulardan samarali foydalanishdir.

Psixologik treningning asosiy vazifasi shaxs xulqidagi salbiy xislatlarni bartaraf etib, ijobiy xislatlarni shakllantirish va rivojlantirishdan iborat. Bundan tashqari psixologik treninglar talabu bilimni rivojlantirish uchun ham asos bo'lib hizmat qiladi. Trening insonlarda mavjud bo'lgan xulq-atvori va faoliyatini boshqaruv modelini qayta dasturlash vositasidir. Trening - shaxsda mavjud bo'lgan yoki vujudga keladigan muammolarni hal qilish uchun zarur bo'lgan bilim, ko'nikma va malakalarni hosil qilish maqsadida bahs-munozara, o'yin va mashqlar orqali o'tkaziladigan mashg'ulotlar yig'indisidir.

An'anaviy dars mashg'ulotlaridan farqli ijtimoiy psixologik treninglar keng miqyosda didaktik vositalardan foydalanishni talab qiladi. Jumladan keyslar, o'quv

bilish jarayonini modellashtirish kabi usullardan foydalanish trening samaradorligini yuksaltirish imkonini beradi.

Yuqoridagilardan xulosa qilib shuni aytish mumkinki, ijtimoiy psixologik trening belgilangan talablar asosida tashkil etilsa, talaba-yoshlarni o'zlariga nisbatan ishonch tuyg'usini shakllantirishga xizmat qiladi

Ta'lim jarayonida yangi pedagogik va zamonaviy axborot texnologiyalarining bevosita tadbiq etilayotgan ayni kunlarda turli mavzular va shakllardagi ijtimoiy psixologik cringlaming tashkil etilishi talabalarning ijtimoiy faolligini oshirishga, mustaqil fikrlash va dunyoqarashini rivojlantirish, ta'lim jarayonlarini idrok etish ko'nikmalarini yuksaltirish imkonini beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. G'oziev E.G. Muomala psixologiyasi. T-2001.
2. Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya va ijtimoiy amaliyot.T.: Universitet, 2002.- 96 b.

ЁШЛАР ЎРТАСИДА ДЕСТРУКТИВ ДИНИЙ ХУЛҚ-АТВОРНИНГ ОЛДИНИ ОЛИШГА ҚАРАТИЛГАН ПСИХОПРОФИЛАКТИК ЧОРА ТАДБИРЛАР

Сайдалиева Меҳринисо

ТерДУ Психология йўналиши 1-курс магистр талабаси

Маълумки, деярли ҳар куни инсоният ҳаётининг барча жабхаларида кескин ўзгаришлар билан бирга, бир йилдан узоқ вақт мобайнида давом этиб келаётган эпидемия ҳолати ҳар бир шахснинг рухияга турлича кўринишда ўз таъсирини кўрсатиб келмоқда. Шу ўринда, бугунги кунга келиб деструктив диний хулқ-атвор феномени жамият ва давлат ҳаётида алоҳида ўрин тутмоқда. Диний деструктив хатти-ҳаракатлар - бу ўзини ўзи тартибга солиш ёки мослашиш мақсадида, бирор нарсадан ёки бировдан суиистеъмол қилиш билан боғлиқ бўлган девиант шахс хулқ-атвори ҳисобланади. Қоида тарикасида, бундай хатти-ҳаракатлар ҳаётнинг маъносини излаш билан белгиланади, бу табиий ҳолат, ижтимоий эҳтиёжларнинг ҳиссий муаммолар, масалан, кўрқув, хавотир ҳолатлари келтириб чиқарадиган стресс ва ишончсизлик ҳиссидир. Ҳозирги кунда жамиятимизда динга қизиқиш кескин ошди. Боиси, пандемия шароитида инсонларда юқорида таъкидлаб ўтилган, кўрқув, хавотир натижасида стресс ҳолати ошиб борди. Бундай шароитда ҳаёт ва ўлим, касаликка чалинмаслик муаммосига қизиқиш кескинлашади. Маънавий, ахлоқий ва иқтисодий инқироз кўплаб одамларни ўзларига нисбатан ишончсизликни ҳис қилишларига олиб келади. Бу вазиятда дин – инсониятга узлуксиз кўрқув ва босимдан қутилишнинг

чораси сифатда намаён бўлди. Яъни, кескин вазиятдан чиқишнинг психологик мотиви бўлиб хизмат қилди.

К.Юнг дин ҳаётни умумий семантик тузилишга эга деб ҳисоблайди, уларсиз ҳаёт одамлар учун маъносиз бўлиб туюлади ва бу сизнинг жамоавий онгсизлигининг энг чуқур тасвирлари (архетиплари) билан алоқани ўрнатишга имкон беради.

Шуни таъкидлаш керакки, диний деструктив хатти-ҳаракатлар гиёҳвандлик (чекиш, гиёҳвандлик ва ҳоказо), овқатланиш бузилиши (ортикча овқатланиш, очлик, овқатдан бош тортиш), қимор ўйинлари (қимор ўйинларига қарамлик) ва ўзига қарам бўлган хатти-ҳаракатларнинг шакллари билан биридир, шунга кўра, деструктив диний хулқ-атвор икки шаклда намоён бўлади:

1. Диний ақидапарастлик;
2. Мазҳаб(Секта)га кўшилиш.

Диний ақидапарастлик - диний фаолиятнинг ўзига хос турига бўлган ғайрат, ҳамфикрларни ҳисобга олинмайдиган таъқиб қилиш, ўз хатти-ҳаракатларини таҳлил қилиш қобилиятининг етишмаслиги билан ажралиб туради. Қуйидаги тоифадаги одамлар диний фанатизмга энг кўп дуч келишади:

- ўз ҳаракатларида ҳиссиётларни бошқарадиган танқидий фикрлашга қодир эмас;
- осон таклиф этилиши билан тавсифланади;
- бировнинг таъсирига осонликча жавоб беради;
- шаклланган ўз дунёқараши ва қиймат йўналишлари тизимига эга бўлмаганлар.

Диний ақидапарастлик нафақат шахс учун, балки бутун жамият учун жуда жиддий оқибатларга олиб келади.

Сектага жалб қилиш - бу одамнинг онгини психологик қайта ишлашдир, унинг барча техникаси реклама мутахассислари, тегишли идоралар ходимлари ва, албатта, фирқавий ташкилотлар раҳбарларига яхши маълум. Аммо оддий одам унинг онгини кул қилиш учун яратилган усуллар ҳақида ҳеч нарса билмайди ва шунинг учун у ҳимоясиздир. Янги аъзоларни алдашади: кўчада одамларни безовта қиладиган ёлловчилар деярли ҳеч қачон ўз ташкилотларининг ҳақиқий исмини ошкор қилмайдилар. Мутахассислар оддий ишонч билан инсоннинг табиий психологик ҳимоясини бузиш мумкин эмаслигини билишади. Шунинг учун, одамни бошқариш учун унинг ички дунёсига кириб бориш керак. Бунинг учун одатда психологик таъсир усуллари қўлланилади. Ушбу усуллардан бири бу таклиф, қадимги Мисрдаги руҳонийлар бу ҳақда аллақачон билишган. Инсон онги ва танқидий фикрлаш даражасининг пасайишига эришишнинг махсус усуллари мавжуд. Шу тарзда сингдирилган материал обсессив фикрлар табиатида бўлиб, ундан одам кутулиши қийин. Тавсия этишга мойиллиги паст кадр-қимматга эга, таъсирчан, ўзларининг пастлигини ҳис қиладиган, заиф мантиқий

фикрлайдиган одамларга хосдир. Хавф гуруҳида - ўзини ёмон ҳис қиладиган, ҳаётда инқирозга учраган ҳар бир киши. Кўпинча бу биринчи курс талабалари ва янги ишлаган нафақахўрлар (лекин умуман олганда, ҳар биримиз хавф остида: тушунарсиз одамлар йўқ). Сектага тушиб қолган одам ташқи маълумот манбаларидан маҳрум бўлиб, хизмат кўрсатадиган киши бир хилдаги ва мақсадга мувофикдир. Натижада, одам бепарқлик ҳолатига келади, унинг истаклари хиралашади, онги қораяди, баъзида эшитиш ва кўриш галлюцинациялари пайдо бўла бошлайди.

Шундай қилиб, диний деструктив хатти-ҳаракатлар диний ақидапарастлик, диний экстремизм ва диний жиноятчиликда намоён бўладиган диний конфессиялар ичидаги оғриқли жараён дир. Ёшларни бузғунчи оқимларга жалб қилишнинг олдини олишнинг энг самарали шакллари ва усуллари қуйидагилар: ишларнинг интерактив шакллари; индивидуал; собиқ тарафдорлар ҳаётидан яққол мисол; маърузалар; семинарлар; ҳаракатлар амалиёти билан ўрганиш ва бошқалар.

Психология фанидан маълумки, одам ижтимоий муҳит билан муносабатга киришар экан, яъни социализация жараёнини бошидан ўтказар экан у “Шахс” сифатида қарор топади. Албатта, бугунги кун шароити ҳам инсониятдан буни талаб этади. Фан техника ютуқлари ва ижтимоий тармоқлардан фойдаланиш нафақат ёшлар балки катталар ўртасида ҳам авж олиб бормоқда. Бу ҳолат айрим ёшларда мустақил-индивидуал илм ўрганиш, катта ютуқларга эришиш воситаси бўлиб хизмат қилса, минг афсуски айрим ёшларда эса бу ҳолат деструктив диний хулқ-атворнинг шаклланишига сабаб бўлмоқда. Норасмий ижтимоий тармоқларни кузатиб бориш, инсон психикасига ўта салбий таъсир этиб, унда неврозни келтириб чиқарувчи қарамлик, вахшийликка бўлган майлларни уйғотувчи ўйинларни узлуксиз ўйнаш бунинг сабабларидандир. Куни кеча Россиянинг Қозон шаҳридаги мактабда бўлиб ўтган, 19 ёшли йигит томонидан содир этилган вахший қотиллик бутун дунёни ларзага келтирди. Ёш йигит томонидан 9 киши ўлдирилиб, 32 кишининг яраланиши, унда деструктив диний хулқ-атвори намаён этмоқда. Унинг ўзини Худо деб эълон қилиши, бу жиноятни амалга ошириш учун икки йил мобайнида тайёргарлик кўрганлиги, ўз ота-онасини тан олишни истамаслиги, инсонларга нисбатан ўта кучли нафрат, агрессия ҳамда неврозлик бу ҳолатнинг аянчли натижасидир. Шу ўринда Леонардо да Винчининг “Охирига қараганда бошида қаршилиқ кўрсатиш осонроқдир” деган сўзлари ахамиятга моликдир. Яъни, ёшлар ўртасида деструктив диний хулқ-атворнинг шаклланишининг олдини олиш, аввало оилада соғлом психологик муҳитни яратишдан бошланади.

Ёшлар ўртасида деструктив диний хулқ-атвор қарор топишининг олдини олишга қаратилган психопрофилактик чора-тадбирлар қуйидагилардан иборат:

1. Энг аввало оилада соғлом психологик муҳитни яратиш;
2. Болага кичик ёшдан бошлаб алоҳида шахс сифатида қараш;
3. Дунёвий, замонавий таълим билан биргаликда, диний таълим-хар бир диннинг туб асосини ўргатиш, тўғри ва асосли диний дунёқарашни шакллантириш;
4. Турли ёт секталарнинг асосий “Қармоғи” бўлган, ёшлардаги ўзига ишончсизлик ва стресс ҳолатининг эрта олдини олиш ва баргараф этиш;
5. Ёшларда А.Маслау иерархияси бўйича, “ижтимоий тегишлилик ва тан олиниш” эҳтиёжини қондириш.

Америкалик ижтимоий психолог Д.Маерснинг фикрига кўра, ўрта синф ёшлари энг заиф ҳисобланади, чунки улар юқори синф ёшларидан фарқли ўлароқ, улар осонроқ, ижтимоий таъсирга кўпроқ мойил бўладилар. Хулоса қилиб айтганда, бугунги кун талаби, замонга ҳамоҳанг яшаш билан бирга, шахснинг ўзида унинг ёт унсурларига қарши кучли “психологик иммунитет”ни ҳосил қилиш муҳим аҳамиятга эгадир.

Фойдаланилган адабиётлар

1. Э.Ғозиев. Умумий психология. Т. 2010 й.
2. Религиозное деструктивное поведение. <http://www.old/ncfu.ru>.
3. Профилактика вовлечения молодежи в деструктивные секты. 2021. Минский ГМК
4. Диний бағрикенглик ва мутаассиблик юз саволга – юз жавоб. – Тошкент: Тошкент ислом университети бирлашмаси нашр., 2017.
5. Расулов А.И, Турсунов Л.С. Диний бағрикенглик психодиагностикаси: назария ва амалиёт. Тошкент, Мовароуннаҳр, 2017.

МУНДАРИЖА

<i>Сайлаубаева Жулдиз</i>	Психологик-педагогик консилиумлар ва уларни ўтказиш тартиби	4
<i>Асембаева Гулжахан</i>	Танглик вазиятида қолган болага психологик ёрдам кўрсатиш	6
<i>Мирджалилова Баргида</i>	Хулқида оғувчанлиги бўлган ўқувчилар, уларнинг синф раҳбарлари, ота-оналари билан ишлаш бўйича тавсиялар	9
<i>Yaxshimbekova Sayyora</i>	O'quvchilar ruhiy ahvolining rivojlanishiga oid xorijiy tajriba	12
<i>Butunboyeva Nigora</i>	Salbiy xulq-atvor shakllanishiga ta'sir etuvchi omillar va uni bartaraf etish yo'llari	14
<i>Gapbarova Ogulbagt</i>	O'smirlik davrida me'yordan og'ishni, deviatsiya holatlarini paydo bo'lish sabablari	17
<i>Ro'zimov Hamdam, Rajapbayev Anvar</i>	O'spirinlik davrining o'ziga xos xususiyatlari	21
<i>Karimberdiyeva Mukarrama</i>	Shaxs shakllanishiga ta'sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillar	25
<i>Mahmudova Muhabbat</i>	Bolalar psixologiyasini o'rganish qonuniyatlari	27
<i>Egambetova Gulhumor</i>	Psixologiya sohasining hozirgi davrdagi ahamiyati va vazifalari	30
<i>Utebayeva Mayramgul, Tubetbaeva Uldanay</i>	Jinoyatchilik holatlarini shakllantiruvchi omillar va o'spirinlik davrining psixologik xususiyatlari	32
<i>Kasbayeva Raushan</i>	Kompyuter o'yinlarining bola ruhiyatiga ta'siri	36
<i>Baltayev Jasurbek</i>	Yoshlarni milliy vatanparvarlik ruhida tarbiyalash	39
<i>Chariyeva Sahra</i>	Milliy g'oyani shakllantirishda muloqotning ahamiyati	41
<i>Baltayeva Xilola, Saparbayeva Nargiza</i>	Inson qobiliyati va iste'dodini shakllantirish	44
<i>Avezmatova Gulelek</i>	Psixologiyaning amaliy sohalarining muhim jihatlari	48
<i>Masharipova Intizor</i>	O'yin faoliyatining bolalar psixik rivojlanishidagi o'rni	50
<i>Karimbayeva Nodira, Yo'ldasheva Nilufar</i>	Bolalarning irodaviy harakatlarining rivojlanishi	52
<i>Babakulova Dano</i>	Bolalarni o'quv faoliyatiga qiziqtirish ham bir qobiliyat	56
<i>Xolmuradova Madina</i>	O'smir yoshdagi bolalar xulq-atvorining psixologik xususiyatlari	58
<i>Tosheva Dildor</i>	Yetti yoshli bolalarni maktabdagi ta'lim jarayoniga tayyorlash	60
<i>Atajonova Diloram</i>	Maktab yoshidagi o'quvchilarni o'zini-o'zi baholashda yuzaga keladigan qiyinchiliklar	62
<i>Атажанова Дилорам</i>	Стресс ўзи нима? Стрессни олдини олиш ва уни бартараф этиш усуллари	64
<i>Komilov Bunyod, Abduqunduzova Shaxzoda</i>	Yoshlarning dunyoqarashi va xulq-atvoriga ta'sir etuvchi ijtimoiy psixologik omillar	67
<i>Qo'ziboyeva Dilfuza</i>	Yangilanayotgan zamon va uning yoshlar dunyoqarashi va xulq-atvoriga ta'siri	69
<i>Нигматова Дилором</i>	Роль психологической службы школы в коррекции девиантного поведения учащихся	71
<i>Ражабова Мақсуда</i>	Педагогларда психологик зўриқишни олдини олиш	74
<i>Қўлдашева Мафтун</i>	Ёшлар ва замон	78
<i>Muhamedova Madina</i>	Murakkab va tahlikali davrning yoshlarga qaratilgan tahdidlari	81
<i>Nabieva Maftuna</i>	Ona tili va adabiyot darslarida zamonaviy metodlardan foydalanish	83
<i>Botirova E'tiborxon</i>	Axborotlashuv jarayonida jamiyat hamda shaxs taraqqiyotining o'ziga xos xususiyatlari	85
<i>Otajonova Shohida</i>	O'quvchilarda kasbiy qiziqishlarning shakllanishiga ta'sir etuvchi omillar	87
<i>Абдухаликова Рамлиля</i>	Ахборотлашув жараёнида мактаб ўқувчиларида ғоявий	90

	бўшлиқларнинг юзага келишини олдини олишда мактаб психологининг роли	
<i>Мамажонова Ра'но</i>	Shaxsning dunyoqarashi va xulq-atvoriga ta'sir qiluvchi ijtimoiy-psixologik omillar	93
<i>Хо'жаниёзова Дилафро'з, Жуманиёзова Нafisa</i>	Bolalar va o'smirlar o'rtasida xulqi og'ishishning oldini olishga qaratilgan pedagogik-psixologik jihatlar	95
<i>Ajimuratova Zibagul</i>	Boshlang'ich sinf o'quvchilaridagi inqirozni oldini olishda psixologik treninglarning ahamiyati	98
<i>Topilova Nilufar</i>	Болалар ва ўсмирларда хулқ оғишининг олдини олишга қаратилган тавсиялар	101
<i>Имомова Соjида</i>	Мақтабгача yoshdagi bolalarda intellektual rivojlanishda psixologiyaning ahamiyati	104
<i>Якуббаева Фароғат</i>	Ўқувчи шахс картасининг психологик юритилиши	106
<i>Xasanova Muhayyo</i>	Boshlang'ich sinf darslarini interaktiv usullar yordamida tashkil etish	110
<i>Ergashova Muxlisa</i>	Axborotlashuv jarayonida jamiyat va shaxs taraqqiyotining o'ziga xos xususiyatlari	112
<i>Тошмуродова Малоҳат</i>	Ёшларнинг хулқ – атворига таъсир этувчи ижтимоий психологик омиллар	114
<i>Erданова Sayyora</i>	Мақтабгача yosh davrida bola psixologiyasida o'yin faoliyatining roli	116
<i>Қаюмова Холида</i>	Стресс ҳолати ва уни бартараф этишнинг психопрофилактикаси	119
<i>Эркаева Дилрабо</i>	Креатив тафаккурли ўспиринларнинг ижтимоий-психологик хусусиятлари	122
<i>Махмудова Дилфуза</i>	Shaxs rivojlanishining individuallik xususiyatlari va ularning roli. Temperament.	124
<i>Нурабуллаева Камила</i>	Мотивация персонала к трудовой деятельности в образовательном учреждении	128
<i>Ёдгорова Насиба</i>	3-7 ёшдаги агрессив болалар билан олиб бориладиган психокоррекцион ишлар	130
<i>Sadirdinova Xurshida</i>	Bolada salbiy o'zgarishlarni keltirib chiqaruvchi tashqi ta'sirlarning psixologik asoslari	133
<i>Tursunova Nodira</i>	Kichik maktab yoshi inqirozi va uni oldini olish hamda bartaraf etishda psixologik treninglarning ahamiyati	136
<i>Ходжаева Феруза</i>	Ёшларнинг дунёқарашини ва хулқ-атворига таъсир этувчи ижтимоий психологик омиллар	138
<i>Сабдарова Шахноза</i>	Как побороть детские страхи?	141
<i>Хо'shmurodov Yangiboy</i>	Sport musobaqalarida stressning yuz berishi va uni paydo qiluvchi omillar	144
<i>Qodirova Nilufar</i>	Yoshlarni ma'naviy-axloqiy va jismoniy barkamol etib tarbiyalash	147
<i>Мамажоновна Мадина</i>	Ёшларимиз билимли, донова албатта бахтли бўлишлари шарт	150
<i>Sayilova Kamola</i>	Kasbiy faoliyat bilan bog'liq axloqiy muammolar va yechimlar	152
<i>Сиддиқова Махсудахон</i>	Болани ўсмир ёш даврида психик ривожланишининг асосий хусусиятлари	155
<i>Utebayeva Mayramgul</i>	Shaxslararo muloqatning inson taraqqiyotidagi o'rni	157
<i>Jamoliddinova Adolat</i>	Suitsidial holatga tushgan bolalarga psixologik yordam	160
<i>Ахмаджанова Холида</i>	Вояга етмаганлар ўртасида ижтимоий маънавий мухитни соғломлаштириш (носоғлом оилалар мисолида)	163
<i>G'.S.Arifxodjayev, Shodiyeva Mehriniso,</i>	Шахс ва унинг хусусиятлари, қобилиятларини шакллантиришда генетик, оилавий-ижтимоий омилларни роли	166

<i>Xosiljonova Shaznoza</i>	ва вазифалари	
<i>Biyyemirova Dilfuza</i>	Past o`zlashtiruvchi o`quvchilar bilan psixologik mashg`ulotlar o`tish	172
<i>Ганиева Адиба</i>	Креатив тафаккурли ўспиринларнинг ижтимоий-психологик хусусиятлари	175
<i>Valiyeva Dilafruzxon</i>	Talabalar guruhida ijtimoiy-psixologik muhit psixodiagnostikasi imkoniyatlari	178
<i>Каюмкулова Нишангул</i>	Ўсмирлик даврига хос бўлган жиҳатларини психологик	180
<i>Махмудова Юлдуз</i>	Ахборот хуружларига нисбатан психологик муҳофазани шакллантириш	183
<i>Эргашева Дилноза</i>	Болада шаклланадиган ўғрилиқ маънавий иллатининг психологик хусусиятлари	185
<i>Ахмедова Мавлуда</i>	Ёшларда дунёқарашни шакллантиришнинг психологик хусусиятлари	188
<i>Урокова Шохида</i>	Ғоявий дунёқарашни шакллантиришда таълим ва тарбия бирлиги тамойилининг аҳамияти	190
<i>Абдурахмонова Севдо</i>	Мактабда бузғунчи ғояларга қарши тарғиботни ташкил этиш	193
<i>Илхомова Дилфуза</i>	Ахборот асрида ёшларда иммунитет шакллантиришнинг психологик йўллари	195
<i>Саидова Нодира</i>	Таълим-тарбияда оммавий ахборот воситаларидан фойдаланиш	198
<i>Содиқова Дилноза</i>	Ёшлар маънавий-психологик тарбиясига информацион таъсир	200
<i>Сотиболдиева Гулиносо</i>	Гиёҳвандлик илатми ёки таҳдид?	202
<i>Axadova Ramziya</i>	O`smir yoshdagi o`g`il va qizlar psixologiyasi	205
<i>Esonova Aziza</i>	Bola shaxsida internetga tobelikning psixologik asoslari	210
<i>Нозимова Адолат</i>	Ижтимоий-психологик муаммолари мавжуд бўлган болалар учун семинар ўтказиш юзасидан мактаб амалиётчи психологларига тавсиялар	212
<i>Botirova Maxliyo</i>	Zamonaviy o`smir bolalar psixologiyasi – Muammolar va ularni hal qilish usullari	214
<i>Yegitaliyeva Manzura</i>	Global sharoitda ta'lim tizimini rivojlantirish usullari	217
<i>Набиева Одина</i>	Репродуктив ёшдаги аёлларда оналик хулқ-атворининг шаклланиши	219
<i>Gasanova Dildora</i>	Axborotlashuv jarayonida jamiyat hamda shaxs taraqqiyotining o`ziga xos xususiyatlari	222
<i>Abdimuratova Durdona</i>	Sinf rahbarinig o`quvchilarni o`rganish metodikasi	224
<i>Xoliqova Tursunoy</i>	Umumtalim mktabi yuqori sinf o`quvchilarida shahslararo muloqot madaniyatini shakillantirish	228
<i>Холикова Шахло</i>	Стрессни юзага келтрувчи психофизиологик омиллар ва уларнинг намоён булиш формалари	231
<i>Matyaqubova Noila</i>	Jismoniy mashqlarning o`quvchi-yoshlarni sog`lomlashtirishdagi ahamiyati	235
<i>Raxmonova Aziza</i>	Мактаб ва оилалардаги ижтимоий-психологик муҳитни соғломлаштириш юзасидан таклиф ва тавсиялар	237
<i>Зиётова Гулшода</i>	Ёшларнинг дунёқарашни ва хулқ-атворига таъсир этувчи ижтимоий-психологик омиллар	240
<i>Xoliqova Sitora</i>	Yoshlarning dunyoqarashi va xulq – atvoriga tasir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillar	242
<i>Жиенбаева Бахытгүл</i>	Жалғыз ҳам жетим перзент тәрбиясы	245
<i>Исмоилова Умидахон</i>	Психологик консилиумлар ва уларни ўтказиш тартиби	247
<i>Артикова Азиза</i>	Особенности я-концепции руководителя	249
<i>Алиева Сауле</i>	Бошланғич синф ўқувчиларининг мактабга мослашувининг	252

	психологик хусусиятлари	
<i>Xolmirzayeva Feruza</i>	Xulqdan og‘ishni psixologik xususiyatlar va ularni bartaraf etish yo‘llari	255
<i>Хайдарова Зилола</i>	Тарбияси қийин гуруҳга мансуб агрессив хулқли болалар ва уларнинг ота-онаси билан ишлаш муаммолари	258
<i>Авезова Лайло</i>	Ўсмирлардаги агрессив хулқнинг ижтимоий-психологик омиллари	260
<i>N.A. Kozimova</i>	Yoshlarni tajavuzkor – yot g‘oyalardan asrash va ularda psixologik immunitetni shakllantirish	263
<i>Хайдарова Сарвиноз</i>	Ўсмир ёшидаги болаларда кузатиладиган агрессив холатларни бартараф этишнинг психологик асослари	265
<i>Бердиева Дилноза</i>	Таълим-тарбияда психологик муаммолар ва уларнинг ечими	268
<i>Фарағатова Мерей</i>	Мактаб ва оила	270
<i>Sufiev Xusan</i>	Yoshlarni ruhiy barkamol etib tarbiyalashda milliy qadriyatlarning o‘rni	273
<i>К.Ф.Хамракулова, О.Х.Абдурахманов</i>	Ёшлар ўртасида эрта турмуш куришнинг ижтимоий-психологик оқибатлари	275
<i>Неъматова Рахима</i>	Ўзбекистоннинг ёшлари келажагимиз ва истикболимиз пойдеворидир	279
<i>Murtazoyeva Gulnora J</i>	Yoshlarning dunyo qarashi va xulq atvoriga ta‘sir etuvchi ijtimoiy psixologik omillar	281
<i>Emomnazarov Dilshod</i>	Emotsional intellektning oiladagi va yoshlar dunyoqarashi, xulq atvoridagi o‘ziga xos xususiyatlari	285
<i>Халилова Ойдинисо</i>	Умумтаълим мактабларида ўқувчиларни тизимли равишда касб-хунарга йўналтириш давр талаби	289
<i>Жабборова Фотима</i>	Фарзанд тарбиясида мактаб ва ота-онанинг роли	290
<i>Абдреймова Алия</i>	Бошланғич синф ўқувчиларининг билим фаолиятини фаоллаштириш техникаси ва усуллари	296
<i>Ibaydayeva Munisa</i>	Ta‘lim jarayonini rivojlantirishning eng muhim ustuvor yo‘nalishlari	298
<i>Petrova Sojida a</i>	Yosh avlod kamolotida ma‘naviy tarbiyaning o‘rni	302
<i>Mansurova Nasiba</i>	Katta maktabgacha yoshdagi bolalarda diqqatning rivojlanishi va uni tarbiyalashning samarali usullari	304
<i>Qodirova Gullola</i>	Kaliy va magniyga boy o‘simliklarning yurak – qon tomir kasaliklaridagi ahamiyati	307
<i>Якубова Шоҳсанам</i>	Бола тарбияси ва унга бўлган психологик ёндашув	310
<i>Nurmanova Munira</i>	Kasbiy faoliyat, inson intellekti va dasturchilar tayyorlashda foydalaniladigan mashg‘ulotlar	312
<i>Nurmanova Munira</i>	Axborotlashuv jarayonida bolalar xotirasini kuchaytirish va diqqatni rivojlantirish yo‘llari	316
<i>Боймуратова Нигора</i>	Таълим жараёнига салбий таъсирини олдини олиш масалалари	320
<i>Махмудова Дилноза</i>	Ijtimoiy-ma‘naviy o‘zgarishlarni inson ongiga salbiy ta‘siri va sub‘ektiv bartaraf etish usullari	324
<i>Jumaniyazova Zilola</i>	Ota-onalarning tarbiyaga oid tushunchalarining rivojlantirishi	329
<i>Хўшбоқов Камолiddин</i>	Мактабгача ёш даврининг асосий фаолияти – бу ўйиндир	332
<i>Абаев Абдувоҳид</i>	Маҳаллаларда бола тарбиясининг этнопедагогик ва психологик хусусиятлари	334
<i>Madrahimova Nilufar</i>	Bog‘cha yoshidagi bolalarda uchraydigan nutq kamchiliklari va ularni keltirib chiqadigan sabablar	336
<i>Saidova Parvina</i>	Ma‘naviy tarbiya indikatorlarini boshlang‘ich sinf o‘quvchilarida shakllantirish mazmuni	339

<i>To'raqulov Akbar</i>	Islomiy manbalarda ma'naviyat masalalari	342
<i>Xaydarova Gulnozaxon</i>	Bugungi kun yoshlarida yuksak fidoiyluk his - tuyg'ularini tarkib toptirishning ijtimoiy-psixologik jihatlari	345
<i>Alibekova Shohidaxon</i>	Yoshlarni dunyoqarashi va hulq-atvoriga ta'sir etuvchi ijtimoiy psixologik omillar	347
<i>Zaripova Sadoqat</i>	Maktab yoshidagi bolalarning psixologik holatlari	349
<i>Махмудова Назокам</i>	Оилада соғлом турмуш тарзи маданиятини шакллантириш психологияси	353
<i>Садикова Муамтар</i>	Бугунги кунда ижтимоий-маънавий ўзгаришларнинг салбий таъсири муаммоси, сабаб ва ечимлари	355
<i>Сайдуллаева Муҳаббат</i>	Психологическая сторона опасности гиперопеки и как перестать вредить ребёнку с ментальными нарушениями	357
<i>Obloqulova Lutfiya</i>	Fanlarni o'zlashtirishi past bo'lgan o'quvchi yoshlarda muammolarning sabablari va ularga yordam ko'rsatish	360
<i>Каримова Нулуфар</i>	Болалар психологиясини ўрганувчи методлар	363
<i>Ramazonova Lobar</i>	O'smirlik davrining o'ziga xos xususiyatlari	365
<i>Kenjayeva Sevara</i>	Yoshlarning dunyoqarashi va hulq-atvoriga ta'sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillar	368
<i>Ibragimova Shoxida</i>	Pedagogik muloqot	371
<i>Dehqonova Marg'uba</i>	Orzu o'spirinlarning hulq-atvoriga ta'sir etuvchi omil sifatida	374
<i>Gulnoza Qobulovna</i>	Ommaviy madaniyat- yoshlar dunyoqarashiga va hulq-atvoriga ta'sir etuvchi salbiy omil sifatida	377
<i>Salayeva Shirin</i>	Yoshlarning dunyoqarashi va hulq-atvoriga ta'sir etuvchi ijtimoiy psixologik omillar	379
<i>Valiyeva Dilafruzxon</i>	Talabalik guruhlar tushunchasi. Uning ko'rinishlari va xususiyatlari	382
<i>Ҳамидова Гулшода</i>	Спорт мусобақаларидаги эмоционал танглик ва уни туғдирувчи омиллар	384
<i>Абдражақова Гулзар, Аметова Муҳаддас</i>	Ата-аналар - суицидаль хәрекетлерди сапластырыў факторы сыпатында	387
<i>Турданова Дилназ, Есбергенова Зухра</i>	Өспиримдеги психологиялық кризис машқалалары	389
<i>Yodgorova Kamolat</i>	Suitsid holatiga tushgan bolalarga psixologik yordam	392
<i>Yorboboyeva Iroda</i>	Yoshlarning ijtimoiy- psixologik muammolari, sabab va yechimlari	395
<i>Hakimova Sitora</i>	Biologiya fanini o'qitishning yosh avlod tarbiyasiga ta'siri	397
<i>Matmuratova Muazzam</i>	Yoshlarning dunyoqarashi va hulq atvoriga ta'sir etuvchi ijtimoiy psixologik omillar	400
<i>Masharipova Nodira</i>	Ijtimoiy- ma'naviy o'zgarishlarning ta'lim jarayonida salbiy ta'sirlarning oldini olishda jamiyat va oilaning roli	403
<i>Bozorbayeva Sayyora</i>	Sinf rahbarlarning pedagogik mahoratini oshirishda psixologik treninglardan foydalanish yo'llari	406
<i>Soyimnazarov Navro'z</i>	Diqqat va uning fiziologik asoslari	408
<i>Samadova Safiya</i>	Ota -onalarga o'smirlik davri psixologiyasi hamda o'smir yoshidagi bolalarning psixologik va fiziologik rivojlanishi haqida tushuncha berish	413
<i>Kemalbaev Qonisbay</i>	Toliq emes sha'araq perzentlarine mobil telefonlar ham inernetniñ social psixologiyaliq tāsiri	417
<i>Mamanabiyeva Shahrizoda</i>	Mediata'lim mediamadaniyat orqali madaniyatlararo kommunikatsiyani yuzaga chiqarmoqda	419
<i>Nurmonova Zebo</i>	Millatlararo munosabatlar davlat siyosatining mediada yoritilishi	422
<i>Norqulov Fazliddin</i>	Yoshlar bandligini ta'minlashda "ishga marhamat" monomarkazlarning ahamiyati	425

<i>Tillayeva Mokhiniso</i>	Bolajon telekanalining ingliz tilidagi ko'rsatuvlarining bolalar til o'rganishidagi o'rni	428
<i>Chuponkulov Husniddin</i>	Suitsid holatiga tushgan bolalarga psixologik yordam	431
<i>Джумаева Хурсанд</i>	Носоғлом оилаларда вояга етмаганлар ўртасида ижтимоий маънавий мухитни соғломлаштиришнинг психологик хусусиятлари	433
<i>Xatamova Iroda</i>	O'spirinlardagi stress va uni bartaraf etishning psixologik jihatlari	436
<i>Sodikova Samira</i>	Suitsid vaziyatida qolgan o'quvchilarga psixologik yordam	438
<i>Varoyeva Yulduz</i>	Yoshlarning dunyoqarashi va xulq-atvoriga ijobiy ta'sir ko'rsatishda teatr san'atining roli	441
<i>Алимардонова Саломат, Жўраназаров Анвар</i>	Психологияда истеъдоднинг пайдо бўлиши ва ривожланишини тадқиқ этиш	443
<i>Сержанова Замира</i>	Boshlang'ich sinflarda o'qitishda interfaol ta'lim metodlari	447
<i>Сержанова Замира</i>	Ёшларнинг дунёқараши ва хулқ-атворига таъсир этувчи ижтимоий-психологик омиллар	449
<i>Murtazoyeva Malika</i>	O'quvchilarni kasbga yo'naltirishning psixologik omillari	452
<i>Hotamova Shirinoy</i>	Umumiy o'rta ta'lim maktablarida boshlang'ich sinf o'quvchilari ichida uyutchan va yig'loqi bola bilan olib boriladigan korreksion ishlar haqida tavsiyanomalar	455
<i>Egamova Adiba</i>	Yoshlarning dunyoqarashiga xulq-atvoriga ta'sir etuvchi ijtimoiy psixologik omillar	459
<i>Po'latova Muniraxon</i>	Boshlang'ich sinf o'quvchilarini kasbga yo'naltirishda dastlabki pedagogik xususiyatlari	462
<i>Salayeva Ruxsora</i>	Olti yoshli bolaning maktabga psixologik moslashuvi va rivojlanish dinamikasini o'rganish bo'yicha tavsiyalar	464
<i>Norova Marhabo</i>	Tub sonlar mavzusining maktab jarayonida o'qitilishining muhimligi, tub sonlar haqida asosiy nazariy tushunchalar	467
<i>Mirzayeva Saida</i>	Talabalar emotsional barqarorligini ta'minlashning psixologik komponentlari	469
<i>Sheripova Nodira</i>	Yosh avlodning ruhiy sog'lom o'sishida, ota-onaning roli	471
<i>Shaymardonova Shahnoza</i>	Bola tarbiyasida oilaviy qadriyatlarni shakllantirning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari	474
<i>Majidova Asila</i>	Axborotlashuv jarayonida jamiyat va shaxs taraqqiyotini o'ziga xos jihatlari	477
<i>Каипова Захида Жаксылыковна</i>	Шаңарақтағы тәрбия стили ҳәм оның ақыбети	479
<i>Nafasova Dilfuza</i>	Bolalarda mayda qo'l motorikasini rivojlantiruvchi mashqlar	481
<i>Jo'rayeva Shahnoza</i>	Kompyuter o'yinlari kattalar va bolalar psixikasiga qanday ta'sir qilishi va uning oqibatlari.	484
<i>Karimova Dilnoza</i>	Kitobxonlikning o'quvchi- yoshlar ruhiyatiga ta'siri	486
<i>Тулиев Валижон, Тўхтаева Шахинабону</i>	Ёшларни «Оммавий маданият» таъсиридан асрайлик	488
<i>Михонова Дилфуза</i>	Ўқувчи шахсда эмоционал зўриқишни юзага келиши ва уни бартараф этиш усуллари	491
<i>To'rayeva Feruza</i>	Yoshlarning dunyoqarashi va xulq-atvoriga ta'sir etuvchi ijtimoiy psixologik omillar	494
<i>Yuldasheva Mastura</i>	Talaba yoshlarning ijtimoiy faolligini oshirishda psixologik treninglar o'tkazilishining o'rni va ahamiyati	496
<i>Сайдалиева Мехринисо</i>	Ёшлар ўртасида деструктив диний хулқ-атворнинг олдини олишга қаратилган психопрофилактик чора тадбирлар	498
МУНДАРИЖА		502

Ёшлар ва замон

