

**OTA-ONALAR BILAN ISHLASHDA PSIXOKORREKSION
FAOLIYATNING O'RNI**

Hasanova To'tijon Botirovna

*Xorazm viloyati Xiva tumani 5-umumiy o'rta ta'lim maktabining
amaliyotchi psixologi*

Raxmonova Marxabo Madrimovna

*Xorazm viloyati Xiva tumani 12-umumiy o'rta ta'lim maktabining
amaliyotchi psixologi*

Muallif: Har bir maktabda ota-onalar yig'ilishlari tashkil etiladi va sinf rahbari ota-onalar bilan farzandlarining xulqi bilimi haqida suhbat o'tkazadi. Shu yig'ilishlar davomida har bir maktab psixologlariga farzandlari bilan qanday munosabatda bo'lish, ular bilan do'st bo'lish kabi mavzular haqida suhbatlar qilib, bu suhbat so'ngida suhbat mavzusiga mos keladigan treninglar o'tkazish tavsiya etiladi. Bu treninglar yordamida farzandlarini ota-onalar qanchalik bilishadi, ular farzandlariga qanchalik e'tiborli degan savollaringizga javob olasiz. Ota-onalar ham farzandlari haqida o'zlarini qiynayotgan savollarga javob oladilar. Bundan tashqari o'quvchilar va ularning ota-onalar o'rtasidagi munosabatlarni ham bilib olish mumkin. Quyida ota-onalar yig'ilishlarida foydalanishingiz uchun treningni ilova qilaman.

Trener: Assalomu alaykum hurmatli ustozlar. Qadrli ota-onalar va aziz mehmonlar maktabimizga hush kelibsiz. Sizlar bilan diydorlashib turganimizdan bag'oyat hursandman. Bugungi seminar mavzusi – «Ota-onalar bilan ishlashda psixokorreksion faoliyatning o'rni» deb nomlanadi. Shuning uchun bugun seminarimizga ota-onalarimizni taklif qilganmiz. Aziz ota-onalar sizlarni bugun yig'ishimizdan maqsad oila va maktabning hamkorligini kuchaytirish va farzandingizga bo'lgan munosabatingizni anglashga, farzand tarbiyasidagi bilimlaringizni yanada mustahkamlashga yordam berishdir.

1. Tanishuv mashqi. Aziz ota-onalar qo'limdagi stikerlarni sizlarga tarqataman unga siz farzandingizni ismini va uning eng ijobiy fazilatini yozasiz.

-Qani nima deb yozdingiz aytib beringchi? Birinchi tarqatgan onalarimizdan boshlaymiz unda marhamat...

Aziz ota-onalar sizga tarqatilgan so'rovnoma o'qib javob yozishingiz, qolaversa, qo'llaringizdagi stikerlarni so'rovnomaga yopishtirib qo'yasiz. Sizlar javob yozgunlaringcha lototron o'yinini o'ynaymiz. Ya'ni ushbu qutiga farzandlaringni ismi yozilgan kimning farzandini ismi yozilgan qog'oz tanlansa o'sha ona davraga chiqadi yani trening mashg'ulotimizda ishtirok etadi. Mana trening ishtirokchilarimizni ham tanlab oldik. Demak birinchi sizlardan talabim so'rovnomadagi savollarga javoblaringni o'qib berib o'zlariningni tanishtirasizlar marhamat.

2 «G‘azab» formulasi. Maqsadimiz: G‘azabni hosil qilivchi omillarni aniqlash.

Trener: Siz nima deb o‘ylaysiz matematik formula yordamida inson o‘z his tuyg‘ularini ifoda etishi mumkinmi? Kelng sizlar bilan sinab ko‘ramiz. Misol uchun g‘azab tuyg‘usini olamiz Adolatsizlik+norozilik+shaxsning tan olinmasligi+yolg‘onchilik+jahl=G‘azab formulasi.

Kelinglar hozir sizlar bilan amaliy mashg‘ulot o‘tkazamiz. O‘zingizga qulay holatda joylashib oling, o‘zlarinigizni yumib diqqatingizni jamlang, faqat mening so‘zlarimni tinglang. Tanangizda bo‘shashish his etib bormoqdasiz. Tanangiz qandaydir og‘irlashib bormoqda. Bo‘shashishning iliq to‘lqini tanangiz bo‘ylab tarqalmoqda. Tasavvur qiling: chiroyli atirgulni, qo‘ng‘iroqchalarning jarangini, ko‘m-ko‘k osmonni, yam-yashil maysalarni endi esa o‘zingizni ko‘z oldingizga keltiring. So‘nggi bor sizda g‘azab tuyg‘usini uyg‘otgan vaqtni eslang. O‘shanda shunchalar g‘azabda edingizki, hozir ham siz mana shu holni his qilyapsiz. Sizning qalbingiz jahлга, g‘azabga to‘lib toshgan siz uni ko‘rmoqdasiz, u sizda nafratni kuchaytirib, aqlingizni susaytirishda davom etmoqda. Yaxshilab e‘tibor bering sizning g‘azabingiz qanday ko‘rinishda? Uning shakliga e‘tibor bering uning hidi vazni harorati qanday? Uni sinchiklab har tomonlama kuzating.

Endi 3 gacha sanayman. Ko‘zlarinigizni ochasiz. 1, 2, 3. G‘azabingizni ko‘ra oldingizmi? Endi esa uni qo‘gozga chizamiz. Uni shakliga, rangiga e‘tibor bering. U qanday ko‘rinishda bo‘lsa, shunday chizing.

Ishtirokchilarimiz g‘azabni suratini tugallab bo‘ldingiz-a , juda yaxshi. Endi sizlar bilan artterapiya o‘tkazamiz. Kelinglar shu chizilgan g‘azab su‘ratini turli gullar, atroflarini naqshlar, ramkalar bilan rangli qalamlar, bo‘yoqlar va flomasterlar yordamida ajoyib san‘at asariga aylantiramiz. Bo‘ladimi shunday qilsak qani harakat qilib ko‘ringlarchi ?

Ishtirokchilarimiz san‘at asarlarinigni yaratib bo‘lgan bo‘lsalarinig ism va familiyalarinig yozib topshirasizlar. Trener onalarni ishlarinig qisqacha ta‘riflab beradi.

Hurmatli onalar mana qo‘limda oq qog‘oz bu esa sizlarni yaratgan san‘at asarlarinig. Bizni farzandlarimiz shu oq qog‘oz singaridir. Mana sizlar avval oq qog‘ozga g‘azab jahl bergandingiz qanday ko‘rinish aks etdiyu, unga ranglar bilan mehr berganingizda esa qanday san‘at asari yaraldi. Shunday ekan biz farzandimizga qanday munosabatda bo‘lsak u albatta o‘z mevasinig beradi.

Farzandimizni mehr muhabbat bilan, ezgu amallar bilan oziqlantirsak, u ruhan va jismonan sog‘lom, aqlan barkamol bo‘lib voyaga yetadi. Qisqa qilib aytganda nima eksang shuni o‘rasan. Ota-ona bo‘lish oson, lekin yaxshi ota-ona bo‘lish hammaning ham qo‘lidan kelavermaydi. Quyidagi kichik maslahatlar sizlarni yaxshi ota-ona bo‘lish sari yetaklaydi.

1. Asabiylashmang
2. Aldamang

3. Bolani urmang
4. Har narsani man qilavermang
5. O'rnak bo'ling
6. Aybingizni tan olishni biling, kechirim so'rashni biling.
7. Quchoqlang, bolani erka qilishdan qo'rqmang
8. Sabrli bo'ling.

Shu maslahatlarmiz siz onalarimizga farzand tarbiyasida yordam beradi degan umiddamiz.

Endi esa trening ishtirokchilarimiz va qolgan ota-onalar va barcha mehmonlar bilan birgalikda musiqa terapiya o'tkazamiz. Chunki o'tiraverib oyoq – qo'llaring tolib qolganligi aniq, ularni musiqa yordamida harakatga keltiramiz. Barchamiz o'rnimizdan turib qulay holatda joylashib olamiz.

Barchangiz men bilan hamohang tarzda harakatlarni bajaring. Raqs elementlari birgalikda bajariladi.

Ishtiroklaring uchun rahmat. Ancha qizishib oldinlarmi. Kayfiyatlarini ham ko'tarib oldinglar. Endi shu a'lo kayfiyatda trening ishtirokchilari bilan ertakterapiya o'tkazamiz. Siz farzandingizga qanday ertaklar aytib berasiz. Keling bo'lmasa hozir ertak aytamiz. Men ertakni boshlab beraman, trening ishtirokchilarmiz esa davom ettiradi. Faqat narsa buyumlarni qo'yib turaman shularni ertakni orasiga qo'shib davom ettirishlaring kerak. Davom ettirilmay qolgan ishtirokchi yutqazgan hisoblanadi. Ertak aytilib davom ettiriladi. Oxirida qolgan ishtirokchi g'olib hisoblanadi. G'olib tabriklanadi.

Shu bilan bugungi seminarimiz ham yakuniga yetib bormoqda. Shu o'rinda sizlarga bir rivoyat aytib bermoqchiman.

-Bir rassom go'zal rasm chizdi va uni ko'pchilik yig'iladigan joyga qo'yib, sinab ko'rmoqchi bo'ldi. Rasmni qo'yib, tepasiga yozib qo'ydi : «Kimda kim bu rasmda ozgina bo'lsada kamchilik ko'rsa, ustiga qizil qalam bilan belgi qo'ysin!»

Kechqurun kelib qarasa , rasm qizil bo'yoqqa to'lib ketibdi. Rassom ustozini oldiga borib rasmdan voz kechmoqchiligini aytdi.

-Yo'q – dedi ustozini unga – Sen yaxshisi iborani o'zgartir : kim rasmda kamchilik ko'rsa , uni tuzatsin deb yozib qo'y.

Rassom ustozining aytganini bajardi. Buni qarangi, oradan bir necha kun o'tsa ham, rasmda hech kim yaqinlashmadi.

-Ko'rdingmi , -deb kuldi rassomning ustozini. – Bu hayotda hamma narsadan xato topadiganlar ko'p, biroq shu xatoni tuzatadigan – isloh etadiganlar juda kam.

Xulosa o'rnida shuni aytmoqchimanki farzand bizniki, uning kamchiligi ham, yutuqlari ham bizniki. Shunday ekan ulardan nolimasdan kamchilik qidirmasdan, uni tuzataylik, xato qilsa to'g'rilaylik, hayot yo'llarini nur bo'lib yoritaylik. Kelinglar ota-onalar va ustozlar birgalikda harakat qilaylik.

Shu bilan treningimiz o'z nihoyasiga yetdi . Ishtiroklaring uchun rahmat.

Trening borasida endi fikrlaringni bilmoqchidim. Sizga treningimiz yoqdimi, qanday taassurot oldingiz? Fikrlar bildiradi.

-E'tiborlaring uchun rahmat.