

MAKTAB O'QUVCHILARNING PSIXOLOGIK SAVODXONLIKNI OSHIRISHDA MAKTAB PSIXOLOGIK METODLAR

Bo'ronova Gulchexra O'ktamovna

*Namangan viloyati Mingbuloq tumani MMTB ga qarashli
9- umumiy o'rta ta'lim maktabi psixologi*

Annotatsiya: Umumiy o'rta ta'lim muassasasida o'quvchilarining ruhiy holati va ulardagi psixologik savodxonlik ko'nikmalari rivojlantirish hamda ularning ota-onalari bilan hamkorlikda ish olib borish, o'z hayotiy tajribalari va bilimlari doirasida tarbiyalab borishlari uchun maktab psixologining hamkorlikdagi faoliyati, zamonaviy ta'lim tarbiyaning mazmun mohiyati haqida keltirib o'tilgan. Bugungi kunda o'sib kelayotgan yosh avlodga hayotda muvaffaqiyatga erishish uchun zarur bo'lgan psixologik ko'nikmalarni rivojlantirish haqida fikr va mulohazalar keltirib o'tilgan.

Kalit so'zlar: xarakter, temperament tiplari, psixologik savodxonlik, psixologik sog'lomlik, hayotiy ko'nikmalar, yosh hususiyatlari, ijtimoiy vaziyat, samarali harakat, hamkorlik.

KIRISH. Xalqimizning boy milliy madaniy, tarixiy an'alariga, urf – odatlari, umumbashariy qadriyatlariga asoslangan o'qitish ham o'z natijasini beradi, va shu asnoda ularda bag'rikenglik sifatini shakllantirish ularni kelgusi faoliyatlarida muhim ahamiyat kasb etishini unitmaslik zarur. 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.

ASOSIY QISM

Psixologik savodxonlik - o'zi haqida, boshqalar haqida, atrofdagi dunyo va ular o'rtasidagi munosabatlar haqida bilim va ma'lumotlarning borligi, psixologik sog'lomlik esa insonning o'zi va atrofidagi olam bilan munosabat qurishi uchun yetarli psixologik sifatlari va vositalarining borligi. Lekin ba'zida ma'lumotga ega bo'lgan taqdirimizda ham, biz ayrim sabablarga ko'ra kerak bo'lganidek, yoki rejalaganimizdek qila olmaymiz. Bunday muammolar insonning psixologik sog'lomligi bilan bog'liq muammolar deb ataladi. Psixikaning sog'lomligi va savodxonligi belgilari – bu o'zini, boshqalarni va atrofdagi real dunyoni adekvat, savodli ko'rish, idrok qilish va shunga asoslanib munosabatlar qurish. Shuning uchun

bolaning shaxsini shakllantirish jarayonida savodli tarbiyalash (Psixologik sog'lomlikni shakllantirish) va ta'lim berish (Psixologik savodxonlikni shakllantirish) masalasi katta ahamiyatga ega. Bunday tarbiyalangan shaxs quyidagilarni biladi va hisobga oladi: - jamiyatda turli rollar bor; - uning atrof olam bilan munosabatlari shu rollar orqali quriladi, shakllanadi; - bu rollarning barchasining o'ziga xos jihatlari, me'yorlari, qoidalari bor; - jamiyatning o'zida (oila, bolalar bog'chasi, maktab, korxonalar va hokazo) o'zining me'yorlari, qonun qoidalari bor va ular shu jamiyatdagi millat, muhit, munosabatlardan kelib chiqadi; - jamiyatda qandaydir umumlashtirilgan insoniy qonun va qoidalar bor. Shaxsiy sifatlar - shaxsning murakkab ijtimoiy va biologik tarkibiy qismlari bo'lib, ular o'z ichiga psixik jarayonlar, xususiyatlar, shakllanishlar, barqaror holatlarni oladi va shaxsning ijtimoiy va tabiiy muhitdagi barqaror xattiharakatlarini oldindan belgilaydi: irodaviy, axloqiy, professional va boshqalar. Insoning sifatleri doimo shaxsiy, personal bo'ladi. Boshqacha qilib aytganda, shahsning sifatleri – bu tug'ma xususiyatlar va shakllangan xarakter sifatleri boladi. Ba'zi shaxsiy parametrlar, sifatlar jamiyat, turli vaziyatlar ta'siri tufayli o'zgarishi mumkin, ba'zilar o'zgarimasdan qoladi. Masalan, shaxsiy xususiyatlar professional sohani tanlashga ta'sir qiladi - tanlangan faoliyati, kasbiga odamning xarakteri yoki sifatleri mos bo'lmasa, uning shu kasbda muvaffaqiyatga erishishi qiyin bo'ladi, bunga uning ko'p zahiralari va kuchi ketadi. Yuqorida ta'kidlanganidek, Psixologik sog'lomlik insonning o'zi va atrofidagi olam bilan munosabat qurishi uchun yetarli psixologik sifatlar va vositalarning borligidir. Ya'ni psixologik sog'lomlikning shakllanganligi deganda Psixikamizda (Psixologik apparatimizda) va Shaxsimizda (Shaxs strukturasi) ma'lum tarkibiy qismlar va sifatlar borligini tushunamiz va ular: - bizga kelayotgan ma'lumotni savodli va adekvat darajada idrok etishga yordam berishi; - yangi sharoitga moslashishimizga ta'sir ko'rsatishi va yordam berishi; - qandaydir rolli, vaziyatli, pozitsiyaviy o'zgarishlarni ko'rishimizga yordam berishi; - rollarda, pozitsiyalarda, vaziyatlarda ro'y bergan o'zgarishlar asosida o'zimizni o'zgartirishimiz, korreksiya qilishimiz, kerakli sifatleri shakllantirishimizga yordam berishi kerak. Masalan, qo'limiz sog'lomligini qayerdan bilamiz? Qo'l ishlayapti. Oyog'imiz sog'lomligini qanday bilamiz – u ishlayapti. Organlar sog'lomligini qanday bilamiz – ular ishlayaptilar. Bizning psixikamiz, shahsimiz sog'lomligini qanday bilamiz – ular ham o'z funksiyalarini bajarishyapdi! Psixikaning sog'lom va savodli belgilari o'zingiz va real dunyo bilan munosabatlarni savodli, adekvat va yetarli darajada ko'rish, sezish va qurish qobiliyatidir. Bu shuni anglatadiki:

- O'zi haqidagi bilimlarning mavjudligi (men bor, mening xususiyatlarim, istaklarim, me'yorlarim),
- Boshqalar haqidagi bilimlarning mavjudligi (o'ziga xos xususiyatlari, istaklari va standartlariga ega bo'lgan boshqa odamlar ham bor),

- O'z qonunlariga muvofiq yashaydigan Obyektiv dunyo haqidagi bilimlarning mavjudligi,
- O'zining ham, o'zganing ham chegarasini buzmay, inkor qilmay, shu ilmni hisobga olgan holda yashash qobiliyati,
- Obyektiv olam qonuniyatlari va me'yorlarini hisobga olgan holda uyg'un munosabatlarni qurish qobiliyati. Va buning uchun, psixologik savodxonlik va psixologik sog'lomlik tushunchalarini bolalikdan inson strukturasi va psixikasida (ruhiyatida) shakllantirish kerak:
- Sog'lom psixologik apparat (Psixika) poydevorini qo'yish,
- Barcha tarkibiy qismlari, elementlariga ega bo'lgan savodli va sog'lom Shaxs strukturasi (Shaxsni) shakllantirish va tarbiyalash,
- Barcha tabiiy va ijtimoiy omillarini hisobga olgan holda sog'lom Xarakterni shakllantirish va tarbiyalash.

Bolaga psixik hayotidagi qiyin shakllar muloqot jarayonida shakllanadi, demak muloqot nisbatan tizimlashtirilgan shaklda – o'qitishda rivojlanishni shakllantiradi, yangi psixik ma'lumotlarni vujudga keltiradi, oliy psixik funktsiya takomillashtiriladi. Ta'lim psixologiyani shakllanishida muhim rol egallab, uning shakllari esa rivojlanish jarayonida o'zgaradi. O'quvchilarning xarakterini, tabiati va dunyoqarashini belgilaydigan ma'naviy mezon va qarashlar yaxshilik va ezgulik, oliyjanoblik, or-nomus, andisha kabi muqaddas tushunchalarning poydevori oila sharoitida qaror topadi. Oila bolani kichik ijtimoiy guruhdan katta ijtimoiy (guruhga) hayotga olib chiqishga qodir muqaddas dargohdir. Maktab o'quvchilarining aqliy va jismoniy jihatdan o'sishi, uning ma'naviy jihatdan taraqqiyoti tarbiya jarayonida sodir bo'ladi. Bolaning jismoniy va aqliy jihatdan o'sib kamolga yetishi oiladagi tarbiyaning qanchalik to'g'ri yo'lga qo'yilishiga bog'liq. Oilaviy tarbiya bolaning taraqqiyot qonunlariga amal qilgandagina ma'lum bir maqsadga erishiladi.

XULOSA Har bir inson o'zining takrorlanmas individual psixologik xususiyatlariga va xarakter xususiyatiga ega. O'z kechinmalari va xis tuyg'ularini anglab yetish va uni boshqarish insondan ma'lum darajadi ijtimoiy va psixologik ko'nikmalarni talab qiladi. Xar qanday sharoitda xam shaxsning o'z boshidan kechirganlarini o'zgalarga ayta olishi va boshqalar fikrlarini qabul qila olishi katta ahamiyatga ega. O'smirlik yoshi xatti-harakatlarida suyana boshlaydigan dunyoqarashlarning, ma'naviy e'tiqod, prinsip qoida, idealarining, baholash mulohazalari sistemasining tarkib topishi davridir. Agar kichik maktab yoshi davrida u yoki kattalarning, ya'ni o'qituvchilar va ota-onalarning bevosita ko'rsatmalari bilan, yoki o'zining tasodifiy va impulsiv istaklari ta'siri bilan harakat qilgan bo'lsa, endilikda uning uchun o'z xatti-harakatlarining prinsipi, o'zining qarashlari va e'tiqodlari asosiy ahamiyat kasb etadi. Ota-ona va psixologlar shuni e'tiborga olishi lozimki, xuddi ana shu yoshda axloqiy ong taraqqiyotiga zamin qo'yiladi. Psixologlar

o'z oldilariga o'smirlar ma'naviy ongining mazmunini, ularning axloqiy tushunchalari va tasavvurlarini o'rganish vazifasini qo'yganlar. O'quvchilarda psixologik savodxonlik va psixologik sog'lomlik va hayotiy ko'nikmalarini rivojlantirishni hamkorlikda amalga oshirish lozim.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

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.
5. Z. Nishanova, Z.Qurbonova, S.Abdiyev PSIXODIAGNOSTIKA VA EKSPERIMENTAL PSIXOLOGIYA, «TAFAKKUR-BO'STONI» nashriyoti
6. E.G. G'oziyev. Psixologiya muammolari. Toshkent 1999 yil
7. <http://hozir.org/1-mavzu-osmirlik-davri-reja.html?page=2>
8. <https://yandex.ru/turbo/urok.1sept.ru/s/articles/610766?lite=1>