

MAKTAB PSIXOLOGIK FAOLIYATIDA PSIXOKORREKSIYANING O'RNI

Taganova Sanobar Qo'ziboyevna

Xorazm viloyati Qo'shko'pir tumani 6-son maktab amaliyotch psixologi

Kirish

Psixolog psixoprofilaktik ishlari yoki psixokorreksion ishlarimi o'quvchi shaxsiga qulay yorug' xonada olib borishi lozim. Psixologik keng o'quv sinfi yoki auditoriya xonasi yoruq, stol va stul jihozlari qulay joylashgan. olib boriladigan mashg'ulotlarining oldindan ishrejaları tuzilgan va tasdiqlangan. qolaversa, psixolog ishlari, dasturlari uchun mutaxassislardan taqriz ham bo'lishi maqsadga muvofiq. psixolog olib boradigan psixologik mashg'ulotlari guruhlararo va individual bo'lishi ham mumkin. Psixolog o'quvchilarga olib boruvchi mashg'ulot rejaları bilan tanishtiradi. mashg'ulotning maqsad va vazifalarini tushuntiradi. ushbu metodik qo'llanmada psixologik mashqlar o'quvchilarni faollashtiruvchi, o'zini boshqarishga va o'zini tushunishga yo'naltirilgan mashqlar bo'lsa ayrim mashqlar xotirani yaxshilash, diqqatli bo'lish, ijobiy sifatlarining shakllanishiga va o'zlari mustaqil fikrlashiga yordam beradi.

Adabiyotlar sharhi

Shuni unutmaslik kerakki, tashqi muhit yoki ijtimoiy voqea-hodisalar har doim ham xulq og'ishining kelib chiqishi uchun asos bo'lib xizmat qilmaydi. Qachonki, ijtimoiy voqea-hodisalar va individ o'rtasida qarama-qarshilik va ziddiyatlar yuzaga kelsa, jamiyatda hukm surayotgan ijtimoiy normalar individ tomonidan qabul qilinmasa hamda ijtimoiy muhitda xulq og'ishining kelib chiqishi uchun yetarli shart-sharoit mavjud bo'lsa, xulq og'ishi kelib chiqishi mumkin. Tadqiqotchi K.Y.Igoshevning ta'kidlashicha [1], "bolalar va o'smirlar ayniqsa o'smir va o'spirinlarning yosh va o'tish davri xususiyatlari impulsivlik, qo'zg'aluvchanlik holatining yuzaga kelishiga sabab bo'ladi. Impulsiv xatti-harakat birinchi navbatda o'ziga xos affektiv kechinmalar tufayli yuzaga keladigan affektiv holatni ifodalaydi. Bunday holat mazmunida qisqa muddatli va kuchayib boruvchi emotsional hissiyotlar yotadi".

G'.B.Shoumarov fikriga ko'ra, o'smirlik davrining og'ir, murakkab davrekanligi ko'plab psixologik, fiziologik, ijtimoiy omillar bilan bog'liq. Bu davrda rivojlanishning barcha jihatlari: jismoniy, aqliy, axloqiy, ijtimoiy va shu kabilarning mazmun-mohiyati ham o'zgaradi [2].

Tadqiqot metodologiyasi va empirik tahlil

Quyidagi psixokorreksion mashg'ulotlar samarali hisoblanadi:

Ishchanlik muhitini yaratuvchi o'yinlar. Joy almashish

Ishtirokchilar doira atrofida o'tiradilar, trener esa doira o'rtasida turadi.

Yo'riqnoma: doiraning markazida turgan kishi (boshida bu men bo'laman) biror umumiy belgiga ega bo'lgan narsani hammaga taklif etadi va kimda shu belgi bo'lsa u joyini almashadi. Masalan, men shunday deyman: «Singlisi borlar joyingizni almashtiring» va hamma singlisi borlar joylarini almashtirishlari kerak. Bunda doiraning markazida turgan kishi bo'shagan joyini

egallashga ulgurishi kerak. Markazda joysiz qolgan ishtirokchi esa o'yinni davom ettirishi kerak» [3].

Mashq tugaganidan so'ng trener guruhga quyidagi savollar bilan murojaat etishi mumkin: «Siz o'zingizni qanday sezayapsiz?», «Hozir sizning kayfiyatingiz qanday?». Qoidagi muvofiq mashqlar quyidagicha o'tadi. U qizishganlikni pasaytiradi, kayfiyatini ko'taradi, diqqat va fikrlarni faollashtiradi.

O'tirib turish.

Hamma ishtirokchilar doira shaklida o'tiradilar.

Yo'riqnoma: «Men sizlarga u yoki bu panjalar sonini ko'rsataman. Ba'zan bir qo'lda, ba'zan ikki qo'lda, men qo'limni ko'tarishim bilan, shuncha ishtirokchilar o'rinlaridan turishlari kerak, nechta ekanligini men ko'rsataman. (ko'p ham, oz ham emas) Masalan: agar men qo'limni ko'tarib to'rtta panjamni ko'rsatsam (ko'taradi va ko'rsatadi) unda mumkin qadar tezroq sizlardan to'rt kishi turadi. Qachonki, men kaftimni tushirsam, ular o'tirishlari mumkin» [4].

Trener guruhga bir necha marta u yoki bu panjalarining sonini ko'rsatadi. Mashq boshlanishida 5-7 panjani ko'rsatish yaxshiroq bo'ladi, oxiriga borib esa 1-2 ta panjalarni. Mashqning bajarilishi jarayonida trener guruh ishtirokchilarinnig vazifani bajarishga bo'lgan intilishlari haqida mulohaza yuritadi va taalluqli xulosalar chiqaradi. Muhokama vaqtida trener guruhga bir necha savollar berishi mumkin: «Biz oldimizga qo'yilgan vazifani bajarishimizda nima yordam berdi, yoki uning bajarilishini nima qiyinlashtirdi?», «Siz turishga qaror qilganingizda nimani nazarda tutdingiz? Agar bizda bu vazifani oldindan muhokama qilish, qaror qilish imkoniyati bo'lganda, ishni qanday tashkil etgan bo'lardik?».

Bolalarni birinchi sinf darslariga moslashtirish

Mashg'ulot. Bolalar va uning qushlari

1-bosqichda; Bolalar uchun tabiatdagi deyarli barcha qushlar tanish. Bolalar qushlarni yaxshi ko'radi, ular uchun inlar qurib beradi. O'qituvchi bolalarga qushlar haqida so'zlab beradi. So'ng bolalar o'zlari qaysi qushlarni yaxshi ko'rishlari haqida so'zlab beradi.

2-bosqichda; bolalar o'zlari yaxshi ko'rgan qushlarni "Mening do'stim" yoki "Mening qahramanim" deb bilishi kerak. Bolalar do'stlar haqida ham suhbatlashadi.

3-bosqichda; bolalar o'zlari yaxshi ko'rgan qushlarini har xil materiallardan yasay olishini aytishi kerak. Tanlagan qushi qanday bo'lishiga qaramay u erkin bo'lishi lozim. Unga bo'lgan qiziqishi asta sekinlikda o'z sinfdoshlari bilan o'zoq yo'lga yurib keta olishi kerak. Tanlagan qushini bir kunda tayyorlash shart emas. Bolaning tanlagan qushi bir haftada yoki bir yil davomida yasali borishi mumkin. Yil davomida yoki maktab hayotida bola o'zi yasagan qahramanin unutilib qo'yishi mumkin emas. Sinfdagi hayoti bilan bog'lab borishi kerak. Shunday qilib qahramanning faol yashash umri bolaning birinchi sinf oxirigacha davom etishi lozim [5].

Xulosa va munozara

Bolani psixologik jihatdan qo'llab-quvvatlash uchun kattalar bolani «men» konsepsiyasini rivojlantiruvchi va uning hissiyotlariga aynan mos so'zlarni ishlatishi kerak. Kun mobaynida kattalar bolada uzining kerakligini xis qilish tuyg'usini uyg'otish imkoniga juda ko'p ega bo'ladi. Buning birinchi yo'li bolaning natijalaridan va xarakterlaridan sizda qoniqtirish hissini namoyish etishdir. Ikkinchi bir yo'li esa – bolani har hil muammolarni uzi hal qilishiga o'rgatishdir. Bularning xammasiga bolaga «men senga ishonaman», «buni sen qila olasan» kabi fikrlarni singdirish orqali erishish mumkin. Natijada bolada avvalo o'ziga, sizga va atrofdagilarga

ILM FAN XABARNOMASI

Ilmiy elektron jurnali

nisbatan ishonchi paydo buladi. Shunday qilib, yuqoridagi tavsiyalardan foydalanish orqali boladagi tortinchoqlik hissini qisman bartaraf etish mumkin.

Adabiyotlar ro`yxati

1. K.Y.Igoshev. O'qituvchilarga psixologik yordam beruvchi o'yin vama-shqlar. O'quv-uslubiy qo'llanma.- T.: TDPU, 2016 y
2. G`B.Shoumarova. «Yosh davrlari va pedagogik psixologiya» Toshkent-2014 y.)
3. E. Goziev «Psixologiya» Toshkent – 2004 y
4. F. Zimbardo, S. Radl “Uyatchan bola” trans. Bilan. Ingliz MAST Astrel 2015.
5. Bandura A., Walters R. O'smirlar tajovuzkorligi. Tarbiya va oilaviy munosabatlarning ta'sirini o'rganish. / Ingliz tilidan tarjima – M.: “Aprel matbuoti”, 2019 yil.
6. Baron R., Richardson D. Agressiya. / Per. ingliz tilidan S.Melenevskaya, D.Viktorova, S.Shpak. – Sankt-Peterburg: “Peter”, 2011. –b. 142, 147.
7. Berkovitz L. Agressiya va tajovuzkor xatti-harakatlar. – Voronej: “Ilmiy kitob”, 2014. –b. 80.