

PSIXOLOGIK SALOMATLIK MASALALARI VA UNING MAKTABGACHA YOSH DAVRIDA AHAMIYATI

Djalolova Mohinur

FarDU psixologiya kafedrası o'qituvchisi

Matkarimova Mushtariy Baxtiyor qizi

FarDU psixologiya yo'nalishi 1 kurs talabasi

<https://doi.org/10.5281/zenodo.8080627>

Psixologiya soxasida ayrim tadqiqotchilar psixologik salomatlikni inson hayotining kommunikativ, kognitiv, emotsional, refleksiv, xulq-atvor tomonlari mutanosib bo'lgan jarayoni deb hisoblaydilar (N.G.Garanyan, A.B.Xolmogorova). Ba'zan u shaxs shaxsiyatining turli tomonlari o'rtasidagi muvozanat (R.Assagioli), shaxs va jamiyat ehtiyojlari o'rtasidagi muvozanat bilan tavsiflangan holat nuqtai nazaridan tavsiflanadi. Sog'lom shaxsning moslashuvchan modeli tarafdorlari, psixologik salomatlikni tavsiflashda, "uyg'unlik" ga e'tibor berishadi - inson ichidagi ham, inson va atrof-muhit o'rtasidagi uyg'unlik. Psixologik salomatlikning asosiy vazifasi, bu tushunchaga ko'ra, barcha vaziyatlarda, birinchi navbatda, shaxsiy resurslarni safarbar qilishni talab qiladigan murakkab, murakkab holatlarda tana va atrof-muhit o'rtasidagi faol dinamik muvozanatni saqlashdir. Shu bilan birga, psixologik salomatlik me'yor (unga erishish uchun ishni tashkil etishda qo'llanma bo'lib xizmat qiladigan tasvir) nafaqat jamiyatga moslashishga, balki o'zini rivojlantirishga yordam beradigan ma'lum shaxsiy xususiyatlarning mavjudligi sifatida qabul qilinadi. uning rivojlanishi (taqqoslash uchun: ruhiy salomatlik normasi - bu patologiyaning yo'qligi, insonning jamiyatga moslashishiga to'sqinlik qiladigan alomatlar). Shaxs salomatligiga bunday adaptiv yondoshuv vakillaridan bolalarda psixologik salomatlikni shakllantirish muammosining birinchi tadqiqotchilaridan biri bo'lgan pedagogika fanlari doktori O.V.Xuxlayevani kiritish mumkin. U psixologik salomatlikni aksiologik (qiymat), instrumental va ehtiyoj-motivatsion komponentlarni o'z ichiga olgan tizim sifatida ko'rib chiqadi. Shu bilan birga, aksiologik komponent insonning o'ziga xos "men" qadriyatlari va boshqa odamlarning "men" qadriyatlari bilan mazmunli ifodalanadi. Bu insonning o'ziga va boshqa odamlarga nisbatan ijobiy munosabatiga mos keladi. Instrumental komponent insonning o'zini o'zi bilish vositasi sifatida aks ettirishga ega bo'lishini, o'z ongini o'ziga, ichki dunyosiga va boshqa odamlar bilan munosabatlar tizimidagi mavqeiga jamlash qobiliyatini o'z ichiga oladi. Ehtiyoj-motivatsion komponent insonning o'zini o'zi rivojlantirishga ehtiyoji bor-yo'qligini aniqlaydi. O'ziga bo'lgan munosabat, fikrlash va o'z-o'zini rivojlantirish bir vaqtning o'zida bir-birini belgilaydi, doimiy o'zaro ta'sirda. Atrof-muhit bilan o'zaro munosabat, bolaning jamiyatga moslashishi kabi mezonga asoslanib, O.V.Xuxlaeva bolalarning psixologik salomatligining 3 asosiy darajasini ajratib ko'rsatdi va tavsifladi: ijodiy, adaptiv, assimilyatsiya-akkomodativ. Ijodiy, yuqori sinflarga atrof-muhitga barqaror moslashish, stressli vaziyatlarni engish uchun kuch zaxirasi va haqiqatga faol ijodiy munosabatda bo'lgan bolalar kiradi. O'rtacha darajaga, adaptiv - bolalar odatda jamiyatga moslashgan bo'lib, faqat individual moslashuv belgilarini ko'rsatadilar, tashvishlanish biroz kuchayadi. Ularni xavf guruhiga kiritish mumkin, chunki ular psixologik salomatlik chegarasiga ega emaslar.

Maktabgacha yoshdagi bolalarning ruhiy salomatligi Bolaning rivojlanishidagi eng qiziqarli va diqqatga sazovor davrlardan biri bu maktabgacha yoshdagi bolalik (taxminan 3 yoshdan 6 yoshgacha), bu vaqtda bolaning shaxsiyati, o'zini o'zi anglashi va dunyoqarashi

haqiqatda shakllanadi. Bu jarayonlar, birinchi navbatda, umumiy aqliy rivojlanish, aqliy funktsiyalarning yangi tizimini shakllantirish bilan bog'liq bo'lib, bu erda bolaning tafakkuri va xotirasi muhim o'rin egallay boshlaydi. Endi u nafaqat o'ziga xos lahzali qo'zg'atuvchilar nuqtai nazaridan harakat qilishi va harakat qilishi, balki uning bevosita tajribasida qabul qilinmagan umumiy tushunchalar va g'oyalar o'rtasidagi aloqalarni o'rnatishi mumkin. Shunday qilib, bolaning tafakkuri sof vizual asosdan ajralib chiqadi, ya'ni vizual-faoldan vizual-majoziyga o'tadi. Maktabgacha yoshdagi bolaning xotirasi va tafakkurining bunday rivojlanishi faoliyatning yangi turlariga o'tishga imkon beradi - o'yin, vizual, konstruktiv. U, D.B.Elkonin fikricha, «vaziyatdan fikrga emas, balki g'oyadan uni amalga oshirishga, fikrdan holatga o'tish imkoniyatiga ega» (1989, 150-bet). Nutqning rivojlanishi fikrlash jarayonlarining rivojlanishi bilan uzviy bog'liqdir. Maktabgacha yoshda nutq bolaning faoliyatini rejalashtirish va tartibga solish vazifasini bajara boshlaydi, nutqning so'z boyligi va grammatik tuzilishi tobora boyib boradi. Endi bola nafaqat ma'lum bir voqeani sharhlash va bir lahzalik xohish bildirish, balki tabiat, boshqa odamlar, o'zi va dunyodagi o'rni haqida o'ylash va mulohaza yuritishga qodir. Shunday qilib, maktabgacha yoshdagi bolaning dunyoqarashi va o'zini o'zi anglashining paydo bo'lishi xotira, fikrlash va nutqni rivojlantirish bilan uzviy bog'liqdir. Bu erda maktabgacha yoshda yuzaga keladigan o'zgarishlar va neoplazmalarning to'liq ro'yxatidan uzoqdir. Agar biz bolaning butun rivojlanishida kattalar o'ynaydigan rolga e'tibor bermasak, bu tavsif kamroq to'liq bo'ladi. Bolaning aqliy rivojlanishi va ruhiy salomatligi uchun kattalar va eng muhimi, kattalar bilan muloqot qilishning ahamiyatini ortiqcha baholash qiyin. Bola hayotining dastlabki bosqichlarida yaqin kattalar (onasi, otasi, buvisi va boshqalar) bilan uchrashadi va ular orqali va ular orqali u atrofidagi dunyo bilan tanishadi, birinchi marta inson nutqini eshitadi, o'z faoliyatining ob'ektlari va vositalarini o'zlashtira boshlaydi va kelajakda insoniy munosabatlarning murakkab tizimini tushunadi. Tarixda ko'plab misollar borki, bolalar hayotining dastlabki yillarida negadir kattalar bilan muloqot qilish imkoniyatidan mahrum bo'lib, keyin fikrlashni, "odam kabi gapirishni" o'rgana olmagan, ijtimoiy hayotga moslasha olmagan. muhit. Xuddi shunday yorqin misol "kasalxonaga yotqizish" hodisasi bo'lib, unda bolaning kattalar bilan o'zaro munosabati rasmiy bola parvarishi bilan chegaralanadi va bola va kattalar o'rtasidagi to'liq hissiy aloqa imkoniyatini istisno qiladi (bu yosh bola bolalar uyiga joylashtiriladi). Bunday bolalar jismoniy, intellektual va hissiy rivojlanishida ko'p jihatdan tengdoshlaridan orqada qolishlari isbotlangan: ular keyinroq o'tirishni, yurishni, gapirishni boshlaydilar, ularning o'yinlari yomon va monoton va ko'pincha ob'ektni oddiy manipulyatsiya qilish bilan chegaralanadi. Bunday bolalar, qoida tariqasida, passiv, qiziquvchan emas, boshqa odamlar bilan muloqot qilish qobiliyatiga ega emaslar. Albatta, tasvirlangan misollar ekstremal, atipik hodisalardir, ammo ular bolaning kattalar bilan muloqoti bolalarning aqliy rivojlanishi va ruhiy salomatligini asosiy belgilovchi omil ekanligining yorqin ifodasidir. Oddiy kundalik hayotda bola eng yaqin kattalarning e'tibori va g'amxo'rliqi bilan o'ralgan va tashvishlanish uchun hech qanday sabab bo'lmasligi kerak. Biroq, hatto oilada tarbiyalangan bolalar orasida ham ruhiy kasalliklar, jumladan nevrozlar juda yuqori bo'lib, ularning paydo bo'lishi irsiy emas, balki ijtimoiy omillar bilan bog'liq, ya'ni kasallikning sabablari insoniy munosabatlar sohasi. Bundan tashqari, V.A.Kollegova (1971), A.I.Zaxarov (1988) va boshqa tadqiqotchilarning fikriga ko'ra, nevrozlarning eng ko'p soni katta maktabgacha va boshlang'ich maktab yoshida kuzatiladi. Shuning uchun, bolaning hayotining birinchi

yillaridan boshlab, ota-onalar bolalarning neyropsik rivojlanishida og'ish ehtimolini hisobga olishlari va bunday og'ishning sabablarini bilishlari kerak. Psixologik adabiyotlarda bolaning ruhiy salomatligiga ta'sir etuvchi omillar va xususan, nevrotik reaksiyalarning yuzaga kelishi etarli darajada chuqur tahlil qilingan. Bu omillarning aksariyati ijtimoiy-psixologik, ijtimoiy-madaniy va ijtimoiy-iqtisodiy xarakterga ega (A.I. Zaxarov, 1993). Ruhiy salomatlikka salbiy ta'sir ko'rsatadigan omillarning ijtimoiy-madaniy tabiati zamonaviy hayot sur'atining tezlashishi, vaqt etishmasligi, hissiy stressni bartaraf etish va dam olish uchun sharoitlarning etarli emasligi bilan bog'liq. Buning oqibati ota-onalarning haddan tashqari ish yuki, ularning nevrotizmi, ko'plab shaxsiy muammolarning paydo bo'lishi, shaxsiy ichki nizolarni hal qilish yo'llari va psixologik va psixoterapevtik yordam imkoniyatlari to'g'risida etarli darajada xabardor bo'lmaslikdir. Ota-onalarning bunday shaxsiy nomutanosibligi bolalarning rivojlanishida namoyon bo'ladi va ularning ruhiyatiga salbiy ta'sir qiladi. Oiladagi hissiy muhit va uning a'zolarining ruhiy holatiga ijtimoiy-iqtisodiy omillar ham ta'sir qiladi, ular orasida A.I.Zaxarov qoniqarsiz turmush sharoiti, ota-onalarning ish bilan ta'minlanishi, onaning ishga erta ketishi va bolani ishga joylashtirish kabi omillarni ajratib ko'rsatadi. bolalar bog'chasidagi bola. Bolalarni erta yoshda (3 yoshgacha) maktabgacha ta'lim muassasasiga joylashtirish yoki ularni tarbiyalash uchun enagani jalb qilish kuchli psixotravmatik hodisadir, chunki bunday bolalar hali onalaridan ajralishga tayyor emaslar: ikki yil. -keksa bolada onasiga, jamiyatga, u bilan birlik hissi kuchli rivojlangan (o'zini faqat ona bilan birlikda hisoblaydi - "BIZ" toifasi). Bola va uning onasi o'rtasidagi normal hissiy muloqot sharoitida, 3 yoshga kelib, bolalarda "men" tuyg'usi rivojlanadi, ya'ni o'zini alohida shaxs sifatida idrok etish, ota-onaga qaramlik hissi asta-sekin kamayadi. Onadan tez-tez va uzoq vaqt ajralish (bolalar bog'chasi yoki sanatoriyga joylashtirish) bilan yosh bolalarda nevrotik reaksiyalarning paydo bo'lishiga olib keladigan biriktirishga bo'lgan ehtiyoj ortib bormoqda. O'rtacha, faqat 3 yoshga to'lgan bolada onasi bilan "ajralish" va yanada mustaqil bo'lish istagi paydo bo'ladi. Bundan tashqari, bu yoshda allaqachon tengdoshlar bilan muloqot qilish, boshqa bolalar bilan qo'shma o'yinlarda kuchli ehtiyoj bor. Shuning uchun, 3 yoshga to'lgan bola, uning ruhiy salomatligini xavf ostiga qo'ymasdan, bolalar bog'chasiga joylashtirilishi mumkin. Bolalarning ruhiy salomatligiga ta'sir qiluvchi ijtimoiy-psixologik omillarga, birinchi navbatda, oilaviy munosabatlardagi nomutanosiblik va oilaviy tarbiyadagi nomutanosiblik yoki ota-ona va bola munosabatlari sohasidagi buzilishlar kiradi. Nikoh va bola-ota-ona munosabatlari muammosiga mahalliy va xorijiy adabiyotlarda katta e'tibor beriladi. Oila ichidagi nizolarning sabablari va tabiati ajratib ko'rsatiladi, ularni tuzatish yo'llari ko'rib chiqiladi. Keling, nomutanosib oilaviy munosabatlarni bola nuqtai nazaridan, bunday munosabatlarning maktabgacha yoshdagi bolalarning ruhiy salomatligiga ta'siri nuqtai nazaridan qarashga harakat qilaylik. Keling, yana bir bor e'tibor qaratamizki, maktabgacha yosh bolaning ota-onasiga (ayniqsa, onasiga) yaqin hissiy bog'liqligi bilan tavsiflanadi, ularga qaramlik shaklida emas, balki sevgiga bo'lgan ehtiyoj ko'rinishida. , hurmat va e'tirof. Bu yoshda bola hali ham shaxslararo muloqotning nozik jihatlarida yaxshi harakat qila olmaydi, ota-onalar o'rtasidagi nizolarning sabablarini tushuna olmaydi, o'z his-tuyg'ulari va tajribalarini ifodalash uchun vositalarga ega emas. Shuning uchun, birinchidan, ota-onalar o'rtasidagi janjal ko'pincha bola tomonidan tashvishli hodisa, xavfli vaziyat (ona bilan hissiy aloqa tufayli) sifatida qabul qilinadi, ikkinchidan, u yuzaga kelgan nizo uchun o'zini aybdor his qilishga moyil bo'ladi. sodir bo'lgan baxtsizlik, chunki u sodir bo'layotgan voqealarning asl

sabablarini tushunolmaydi va hamma narsani yomonligi, ota-onasining umidlarini oqlamasligi va ularning sevgisiga loyiq emasligi bilan izohlaydi. Shunday qilib, ota-onalar o'rtasidagi tez-tez to'qnashuvlar, baland janjallar maktabgacha yoshdagi bolalarda doimiy tashvish, o'ziga ishonchsizlik, hissiy stressni keltirib chiqaradi va ularning ruhiy kasalliklarining manbai bo'lishi mumkin.

References:

1. Захаров А.И./Неврозы у детей./ А.И.ЗАХАРОВ. – СПб: Дельта, 1996г.
2. Грешнова Г., Сучкова М./ Психологическое благополучие детей раннего возраста в дошкольном учреждении./ Г. Грешнова, М. Сучкова. - М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2002.
3. Богина Т.Л., Терехова Н.Т. / Режим дня в детском саду: Кн. для воспитателя дет. сада – М.: Просвещение, 1987. – 95 с.: ил.
4. Юнусова, Гузаль Султановна. "РАЗВИТИЕ ВОООБРАЖЕНИЯ МОЛОДЕЖИ И ПОДРОСТКОВ, ВОСПИТЫВАЮЩИХСЯ В БЛАГОПОЛУЧНЫХ И НЕБЛАГОПОЛУЧНЫХ СЕМЬЯХ." Theoretical & Applied Science 6 (2013): 91-94.
5. Mohinur, D. (2022). KREATIVLIK YANI IJODKORLIK VA BU BORASIDA NAZARIY QARASHLAR. TA'LIM VA RIVOJLANISH TAHLILI ONLAYN ILMIY JURNALI, 63-65.
6. Mohinur, D., & Rahimjon, U. (2022). A STUDY OF MEMORY PROCESSES AND THEIR DEVELOPMENT IN PRESCHOOL. Uzbek Scholar Journal, 5, 62-65.
7. Yuldashev, F., Yuldasheva, M., & Djalolova, M. (2022). SOCIO-PSYCHOLOGICAL DETERMINANTS OF FEELING STUDENTS' LONELINESS (case of Uzbekistan). INTERNATIONAL JOURNAL OF EARLY CHILDHOOD SPECIAL EDUCATION, 10116-10122.
8. Mohinur, D. (2022). KREATIVLIK YANI IJODKORLIK VA BU BORASIDA NAZARIY QARASHLAR. TA'LIM VA RIVOJLANISH TAHLILI ONLAYN ILMIY JURNALI, 63-65.
9. Sultanovna, Y. G. (2022). PSYCHOLOGICAL MECHANISMS OF CRIME PREVENTION AMONG TEENAGERS (FAMILY ASPECT). American Journal of Interdisciplinary Research and Development, 9, 266-273.
10. Юнусова, Г. С. (2022). ЎЗБЕКИСТОНЛИК ОЛИМЛАРНИНГ ТАДҚИҚОТЛАРИДА ОИЛАВИЙ МУНОСАБАТЛАР МУАММОСИНИНГ ЎРГАНИЛИШИ: Юнусова Гўзал Султоновна, Фарғона давлат университети. Психология фанлари бўйича фалсафа доктори (PhD), доцент Исроилов Абдоржон Ахатжон ўғли, Фарғона давлат университети, Психология ихтисослиги бўйича 1-босқич магистратура талабаси. Образование и инновационные исследования международный научнометодический журнал, (5), 284-287.
11. Юнусова, Г. С. (2014). ВЛИЯНИЕ ВНУТРИСЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ НА ГОТОВНОСТЬ К СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ ДЕТЕЙ. The Way of Science, 77.
12. Юнусова, Г. С. (2013). Результаты исследования мотивации по отношению к поддержке и одобрению у детей подросткового и юношеского возраста, воспитывающихся в полных и неполных семьях. СОЦИАЛЬНЫЕ НАУКИ И ОБЩЕСТВЕННОЕ ЗДОРОВЬЕ: ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ, ЭМПИРИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ, ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕШЕНИЯ, 83.
13. Юнусова, Г. (2011). Результаты изучения представлений о будущем у подростков, воспитывающихся в неполных узбекских семьях. Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук, (3), 389-394.

14. Зайнобидинов, Ж., & Солиев, Ф. (2020). РОЛЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ИНТЕРВЕНЦИЙ В УКРЕПЛЕНИИ ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ УЧАЩИХСЯ. ББК Ю953, 269.
15. Солиев, Ф. С., & Содикова, Ф. Ф. (2020). ПРИЗНАКИ НАРУШЕНИЯ ОЩУЩЕНИЙ И ВОСПРИЯТИЯ. ББК Ю953, 78.
16. Солиев, Ф. (2020). PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF USING THE ACHIEVEMENTS OF 16.SOCIAL PROFILE IN LEARNING A FOREIGN LANGUAGE. In Психологическое здоровье населения как важный фактор обеспечения процветания общества (pp. 265-268).
17. Soliev, F. (2022). Identification of hidden opportunities inherent in the personality psychotype in interpersonal relationships. In Человеческий капитал как фактор социальной безопасности (pp. 258-266).
18. Солиев, Ф. С., & Содикова, Ф. Ф. (2022). ПРОЕКТИВ ВА ВИЗУАЛ МЕТОДИКАЛАР ЁРДАМИДА СПОРТЧИ ПСИХОТИПИ ВА РУҲИЙ ХОЛАТИНИ АНИҚЛАШ.
19. Sadikovich, S. F. (2023). Originality Definition of Visual Diagnostic Methods of Accentuating the Character of a Person. Journal of Intellectual Property and Human Rights, 2(2), 17–19. Retrieved from <http://journals.academiczone.net/index.php/jiphr/article/view/557>
20. TOPVOLDIEV, K. (2018). Orientalism in Pushkin's cycle" Imitations of the Koran". Scientific journal of the Fergana State University, 1(4), 62-65.
21. Sabirovna, Z. M., & Vahobovna, A. O. (2022). CHARACTERISTICS OF PERSONALITY FORMATION IN THE SYSTEM OF VALUES. Galaxy International Interdisciplinary Research Journal, 10(12), 1675-1679.
22. Sabirovna, Z. M. (2022). CHARACTERISTICS OF THE CHILD'S PERCEPTION OF THE ENVIRONMENT DURING THE PRESCHOOL AGE.
23. Zakirova, M., & Sobirov, D. A. (2021). PSYCHOLOGICAL IMAGE OF THE STUDENT GROUP. IJTIMOY FANLARDA INNOVASIYA ONLAYN ILMIY JURNALI, 1(4), 31-41.
24. Закирова, М., & Юлдашева, М. (2022). ФЕНОМЕН ОДИНОЧЕСТВА КАК ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ЧЕЛОВЕЧЕСКИЙ КАПИТАЛ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТОВ. Максимова Людмила Александровна, 87.
25. Закирова, М. С. (2021). РОЛЬ УЗБЕКСКИХ И РУССКИХ НАРОДНЫХ СКАЗОК В ФОРМИРОВАНИИ ЛИЧНОСТНЫХ КАЧЕСТВ РЕБЕНКА. In ПРОБЛЕМЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ (pp. 325-331).
26. Усмонов, Ш. А., Закирова, М. С., & Нуриддинов, Р. С. Ё. (2021). ИЛК ЎСПИРИНЛИК ДАВРИДА АҚЛИЙ ҚОБИЛИЯТЛАРНИНГ ЭМПИРИК ТАҲЛИЛИ. Современное образование (Узбекистан), (9 (106)), 12-16.