

O'SMIR YOSHLI O'QUVCHILARDA XULQ OG'ISHINI PSIXOKORREKTSIYA QILISH TEXNOLOGIYALARI

Kamolova Shirinoy Usarovna

Jizzax davlat pedagogika universiteti,
umumiy psixologiya kafedrasida katta o'qituvchi.

Sunnatova Nigina

Jizzax davlat pedagogika universiteti,
Pedagogika va psixologiya fakulteti 4-bosqich talabasi
<https://doi.org/10.5281/zenodo.15378301>

Annotatsiya: Maqolada O'smir yoshli o'quvchilarda xulq og'ishini psixokorreksiya qilish texnologiyalariga bag'ishlangan bo'lib, O'smirlarda xulq-atvor ko'rsatkichlarini tahlil qilish o'smir shaxsi ijtimoiy psixologik taraqqiyotini ta'minlashning psixologik asoslari yoritilgan.

Kalit so'zlar: O'smirlik yoshi, psixoprofilaktik imkoniyatlar, xulq og'ishi, ijobiy xulq-atvor, psixokorreksiya, texnologiya, psixologik omillar, vaziyat, psixik, jismoniy salomatlik.

Jamiyatning har tomonlama taraqqiy etishi, ijtimoiy-iqtisodiy, ma'naviy-ma'rifiy sohalaridagi o'zgarishlar shaxs kamolotiga bo'lgan talablarni yanada kuchaytirmoqda. Xususan, yosh avlod, ayniqsa, o'smirlarning sog'lom ruhiy rivojlanishini ta'minlash, ularda ijobiy xulq-atvor me'yorlarini shakllantirish va har qanday salbiy ta'sirlarning oldini olish masalasi bugungi kunda pedagog-psixologlar oldida turgan eng muhim vazifalardan biridir. O'zbekiston Respublikasining 2023-yil 1-maydagi O'RQ-837-son «O'zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi to'g'risida» Qonuni, O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022-yil 28-yanvardagi PF-60-son «2022-2026-yillarga mo'ljallangan Yangi O'zbekistonning taraqqiyot strategiyasi to'g'risida», 2019-yil 8-oktyabrdagi PF-5847-son «O'zbekiston Respublikasi oliy ta'lim tizimini 2030-yilgacha rivojlantirish konsepsiyasini tasdiqlash to'g'risida»,¹

2020-yil 3-dekabrdagi PQ-4910-son «Iqtidorli yoshlarni saralab olish tizimi va akademik litseylar faoliyatini takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida»gi² iqtidorli yoshlarning psixologik xususiyatlariga ularning aktiv faoliyatiga e'tibor qaratilgan.

O'smirlik davri inson hayotida eng murakkab va ziddiyatli bosqichlardan biri hisoblanadi. Bu davrda shaxsiylik hissining kuchayishi, mustaqil fikrlashga intilish, emotsional beqarorlik, o'zini namoyon qilishga bo'lgan ehtiyojning oshishi natijasida turli xulq og'ishlari kuzatiladi. Agar ushbu jarayonlar o'z vaqtida to'g'ri yo'naltirilmasa, bu holatlar og'ir ijtimoiy-psixologik muammolarga olib kelishi mumkin.

Shu sababli, o'smirlarning xulqidagi og'ishlarni erta aniqlash, ularning sabablarini chuqur o'rganish va samarali psixokorreksion chora-tadbirlarni ishlab chiqish psixologiya fanining dolzarb yo'nalishlaridan biri hisoblanadi. Bu yo'nalish ayniqsa maktab psixologlari, sinf rahbarlari, ota-onalar va pedagoglar hamkorligini talab qiladi. Hozirgi kunda ta'lim muassasalarida xulqida buzilishlar bo'lgan o'quvchilar soni ortib bormoqda. Bu esa ijtimoiy moslashuv, o'qish jarayoni, tengdoshlar va kattalar bilan bo'lgan munosabatlarga salbiy ta'sir ko'rsatmoqda. Shu bois, ushbu muammoni hal qilishda psixokorreksion yondashuvlarning amaliyotda qo'llanishi muhim ahamiyat kasb etadi.

¹ O'zbekiston Respublikasi Konstitutsiyaviy Qonuni, 01.05.2023 yildagi O'RQ-837-son. 01.05.2023

² O'zbekiston Respublikasi Prezidentining qarori, 03.12.2020 yildagi PQ-4910-son. 04.12.2020

Bugungi kunda amalga oshirilayotgan choralar tarkibida, xususan o'smirlarning ta'lim jarayonidagi faolligini oshirish, shaxslararo munosabatlarga kirishishda empatiya hissini rivojlantirish, shaxs sifatida o'zini to'g'ri baholash, jamiyatda o'z o'rnini topishda yordam berish hamda axloqiy ko'nikmalar shakllantirilishining psixologik mexanizmlarini takomillashtirish dolzarb masalalar hisoblanadi. O'zbekistonlik psixologlardan E.G'. G'oziyev, N.G'. Kamilova, G.Q. To'laganova, B.M. Umarov kabi olimlarning izlanishlarida bolalik va o'smirlik davridagi psixik xususiyatlarni o'rganishga qaratilgan tadqiqotlar o'tkazilgan bo'lib, ularda asosiy e'tibor deviant xulq-atvor, xarakter aksentuatsiyasi, bolalar va o'smirlar suitsidi, o'z-o'ziga baho berish va nazorat qilish muammolariga qaratiladi.

O'smir yoshidagi o'quvchilarda «Biz» hissining shakllanishiga yordam beradi va uning ichki holatini mustaxkamlaydi. O'smir yoshdagi bola uchun do'st tanlash juda katta ahamiyatga ega. O'smirlik davrida do'st juda qadimli hisoblanadi. Do'stlar doimiy ravishda ruhan, qalban yaqin bo'lishga ehtiyoj sezadilar. Bu ehtiyoj o'smir do'stlarning so'rashishi va ko'rishishlarida (qo'l berib, quchalab ko'rishish) birga o'tirish va birga yurishga xarakter qilishlarida ko'rinadi. Ko'pgina ana shunday juda yaqin munosabatlar, umumta'lim maktabi o'smir yoshi o'quvchilarining shaxs bo'lib shakllanishdagi, birgalikdagi xarakterlarini o'zi inson qalbida va xotirasida birumrga saqlanib qoladi.

Ko'pgina bunday oilalarda tarbiyalanayotgan o'smirlar hayotda mustaqil holda harakat qilishlari, o'z rejalarini amalga oshirishlari, qiyin ma'suliyatning o'z bo'ynilariga olishlari birmuncha qiyinroq. Ular ko'pincha intellektual xarakterdagi muammolarni ham qiyinchilik bilan yengadilar. Kattalarning bu davrdagi eng asosiy vazifalari o'smirning muammosini to'g'ri anglashi va erkin to'g'ri yashashiga yordam berishidir. Shuning uchun tashqi ta'sirlarga beriluvchan o'smir yosh qiz va o'g'il bolalarga alohida e'tibor qaratish zarur. Buning uchun ular bilan ishlashda g'oyaviy –siyosiy vatanparvarlik xissining shakllanishiga, mustaqil bilim olish, ijodiy fikr yuritishga o'z-o'zini boshqarish, anglash, baholash va nazorat qilishlariga imkon yaratish zarur.

Ko'pincha o'qituvchilar o'smirlardagi salbiy xulq-atvor illatlarini tanqid qiladilar, o'smirlarga psixologik yondoshishda metodologik kamchilikka yo'l qo'yadi. Bu salbiy sifatlarning oldini olish chora va tadbirlarini ishlab chiqar olmaydi, o'smirlarda uchraydigan salbiy sifatlarni yo'qotish va yangi ijobiy xulq-atvor sifatlarini asta-sekin tarkib toptirish mumkin. O'smirlarning mustaqil faoliyatiga keng imkon berilishi, faoliyati takomillashib, psixikasi xar tomonlama rivojlanib boradi.

O'smirlardagi salbiy xulq-atvorni korreksiya qilish maqsadida umumta'lim maktablarida turli ijtimoiy, motivatsion psixologik trening mashg'ulotlar va olib borilsa amaliy-psixologik maslahatlar korreksion texnikalar va salbiy xulq-atvorni bosqichma bosqich o'zgartirish mumkin ya'ni, shaxsning o'zini-o'zi va o'z histuyg'ularini anglash, o'z shaxsini qayta baholash, hissiyotlar ustida ishlash, salbiy xulq-atvorni anglash, shaxslararo munosabatdagi qiyinchiliklar, kognitiv jarayonlarni rivojlantirish, barkamollikka intilish, ota-ona va pedagoglar bilan ishlash kabi mashg'ulotlar majmui qo'llanildi.

Ijtimoiy, motivatsion psixologik treninglar majmuini xalq ta'lim muassasalari amaliyotiga tatbiq etilishi orqali bola shaxsining pedagogik va psixologik jihatdan mukammal rivojlanishiga yordam beradi. Jumladan, maktab amaliyotchi psixologining ish rejasiga kiritilgan "Ijtimoiy psixologik muammolari mavjud bo'lgan o'quvchilarning salbiy burilish va og'ishlarining oldini olish"ga qaratilgan psixologik profilaktika, "Xulqida og'uvchanligi mavjud

va moyilligi aniqlangan o'quvchilari bilan korrektsiyalash ishlarini tashkil qilish"³ hamda "bolalar va o'smirlarning salbiy burilishi va og'ishlarining oldini olishda maktab pedagogik jamoasi va ota-onalarning hamkorligini takomillashtirish" kabi vazifalarini amalga oshirishda muhim ahamiyat kasb etadi.

O'smirlik yoshida ularning xulq-atvoriga xos bo'lgan alohida xususiyatlarni asosan jinsiy yetilishning boshlanishi bilan izohlab bo'lmaydi. Jinsiy yetilish o'smir xulq-atvoriga asosiy biologik omil sifatida ta'sir ko'rsatib, bu ta'sir bevosita emas, balki ko'proq bilvositadir. O'smirlik davriga ko'pincha so'zga kirmaslik, o'jarlik, tajanglik, o'z kamchiliklarini tan olmaslik, urushqoqlik, yig'loqilik, kabi xususiyatlar xos. O'smirlar va bolalar psixikasining yosh davrlarida o'ziga xos xususiyati mavjud bo'lib adabiyotlarda emotsional yetuk emaslik, kattalar avtoritetiga bo'ysunish, ishonuvchanlik, jinsga oid munosabatlar haqida xabardorligi va hayotiy tajribasining yetarli darajada emasligi, boshqa insonlarni mavjud harakatlarini oldindan ayta olish va murakkab vaziyatlarda tanqidiy hamda to'liq baholay olmaslik kabi sifatlar namoyon bo'ladi.

Bolalar kattalar singari bir maromda rivojlanmaydi, shuningdek, ijobiy va salbiy psixologik xususiyatlar, nisbatan barqaror va tinch osoyishta kechadigan davrlar mavjud. Kattalarga nisbatan xulq-atvoridagi ijobiy va salbiy munosabatning paydo bo'lishi, negativizm singari nohush xulq-atvor alomatlari o'z-o'zidan kelib chiqadigan bevosita jinsiy yetilish tufayli paydo bo'ladigan belgilar bo'lmay, balki ular bilvosita ta'sir ko'rsatadigan o'smir yashaydigan ijtimoiy shart-sharoitlar vositasi orqali, uning tengdoshlari, turli jamoalardagi mavqei tufayli, kattalar bilan munosabati, maktab va oilasidagi o'rni munosabatlari sababli yuzaga keladigan xarakter belgilaridir.⁴

Mana shu ijtimoiy sharoitlarni o'zgartirish yo'li bilan o'smirlarning xulq-atvoriga to'g'ridan-to'g'ri ta'sir ko'rsatish mumkin. Ular tashqi ta'sirlarga va xissiyotlarga juda beriluvchan bo'ladilar. Shuningdek ularga mardlik, jasurlik, tantiqlik kabi psixologik sifatlar ham xosdir.

Psixokorreksiya — bu shaxsda mavjud psixologik muammolar, xulq-atvor og'ishlari va hissiy nomutanosibliklarni kamaytirish yoki bartaraf etishga qaratilgan ilmiy asoslangan ta'sir metodlaridir.

Psixokorreksiya, ayniqsa, o'smirlik davridagi muammoli xatti-harakatlarni to'g'rilashda dolzarbdir, chunki bu davrda shaxsiyat shakllanishi davom etadi va o'zgarishlarga ochiq bo'ladi.

2. Psixokorreksiya qilishning asosiy maqsadlari

O'smirlarning xulq-atvoridagi salbiy ko'rinishlarni kamaytirish;

Ijobiy ijtimoiy va axloqiy normalarga rioya qilishga o'rgatish;

Ichki ziddiyatlarni aniqlash va bartaraf etish;

Moslashuvchan, ijobiy o'z-o'zini baholashni shakllantirish;

Muloqot va muomala madaniyatini rivojlantirish.

3. Xulq og'ishini korrektsiya qilish texnologiyalari turlari

1. Individual psixokorreksion suhbatlar

O'quvchi bilan birma-bir ishlash asosida amalga oshiriladi.

Shaxsiy muammolar, qo'rquvlar, ichki ziddiyatlar ochiladi.

³ N.Jumanova .o'smirlarda salbiy xulq-atvor namoyon bo'lishining psixologik xususiyatlari. VOLUME 2 | ISSUE 2
ISSN 2181-1784 SJIF 2022: 5.947 ASI FACTOR = 1.7

⁴ Nishonova Z.T. va b.Rivojlanish psixologiyasi.pedagogik psixologiya .2008y

Empatiya, tinglash va ishonch muhitida olib boriladi.

Maqsad: o'quvchining o'zini anglashiga yordam berish.

2. Guruhli psixokorreksiya mashg'ulotlari (treninglar)

Ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantiradi: muloqot, hamkorlik, muammoni hal qilish.

"Men guruhda kimman?" savoliga javob topishga ko'maklashadi.

Mavzular: agressiyani boshqarish, ijobiy muloqot, o'z-o'zini baholash.

3. Art-terapiya (san'at orqali davolash)

Rasm chizish, haykal yasash, ranglar bilan ishlash orqali ichki holatni ifoda etish.

O'zini erkin ifoda qilish imkonini beradi.

Travmatik holatlarga qarshi ishlashda samarali.

4. Muammoli vaziyatlar asosida rolli o'yinlar (psixodrama)

O'quvchi turli ijtimoiy rollarni bajaradi (ota-ona, o'qituvchi, do'st).

Empatiya va boshqa nuqtai nazar bilan fikrlash ko'nikmalarini shakllantiradi.

Konfliktli vaziyatlarni model qilish orqali muammoni hal qilishni o'rganadi.

5. Kognitiv-harakat terapiyasi (CBT) elementlari

O'smirning salbiy fikrlash uslublari aniqlanadi.

Ularni real, mos va konstruktiv fikrlash bilan almashtirish o'rgatiladi.

Xulqiy natijalarning sabablari tahlil qilinadi.

6. Rivojlantiruvchi o'yin texnologiyalari

Didaktik o'yinlar, treninglar, interaktiv usullar orqali olib boriladi.

Asosan boshlang'ich bosqichda profilaktika sifatida foydalidir.

O'zaro hurmat, qoidalarga rioya qilish, ijtimoiy mas'uliyat hislarini rivojlantiradi.

7. Relaksatsion texnikalar

Tinchlanish, asabiylikni kamaytirish, stressni yengish usullari.

Nafas mashqlari, meditatsiya, vizualizatsiya texnikalari qo'llaniladi.

Agressiv yoki haddan tashqari zo'riqqan o'quvchilarda samarali.

5. Psixokorreksiya samaradorligi uchun shartlar

Ijobiy va ishonchli psixologik muhit.

Rivojlanishga yo'naltirilgan, hukm qilmaydigan yondashuv.

Pedagog, psixolog va ota-onaning hamkorligi.

Muntazam va tizimli ishlash (bir martalik tadbirlar yetarli emas).

Har bir o'quvchiga individual yondashuv.

O'smir yoshida xulq og'ishini psixokorreksiya qilish — bu faqatgina muammoli xatti-harakatlarni bostirish emas, balki o'quvchining ichki dunyosini, ehtiyoj va motivlarini tushunib, ijobiy yo'nalishga yo'naltirish jarayonidir. ⁵Zamonaviy psixokorreksion texnologiyalar orqali o'quvchilarda ijtimoiy moslashuv, o'zini boshqarish va muomala madaniyati shakllanadi.

Psixokorreksion dastur tuzishning asosiy tamoyillari .Mehnatni ko'p talab etadigan psixologning tuzatish ishi – ota-onalar, o'qituvchilar, tarbiyachilar va bolalar guruhi yoki individual bir bola bilan hamkorlikda olib boriladi. Ishning ana shu turi ancha mehnat, vaqt, ko'p metod va metodikalarni qo'llashni talab etsa ham ancha natijali hisoblanadi.

⁵ Erkaboeva, Z. (2020). Bolalar va o'smirlar psixologiyasi. Buxoro: BDU nashriyoti.

Korreksion dastur muammoning butunlay hal bo'lishini oldiga maqsad qilib qo'ymaydi, balki samarali ish olib borishda muammolarning yo'qolishi va yechilishiga har tomondan baho berilayotganiga ham qaraladi.

Masalan: mijoz uchun dasturda ishtirok etayotgan vaqtda uning emotsional holatining yaxshilanishi, ijobiy his qilishi bilan belgilanadi.

Psixolog uchun korreksion dastur tashkil etilishi, majburiyatni his etishi oldiga qo'yilgan vazifani bajarilishi bilan aniqlanadi.

Mijozning yaqinlari uchun esa, mijozda paydo bo'lgan muammoning qay tarzda ijobiy hal etilganligi bilan aniqlanadi. Korreksion dasturlarning ijobiy ta'sir doirasi uning intensivligidadir.

Korreksion mashg'ulotlar 1-1,5 soatdan oshmasligi, olib borilayotgan o'yinning ma'no jihatdan o'ylanganligi bilan ham bog'liq. Mashg'ulotlar tugagandan keyin ham iloji boricha mijozning taraqqiy etishi bilan qiziqib borish, muloqotni yo'qotmaslik bir, ikki oyda bir marotaba uchrashi lozim. Korreksion dasturlar qancha erta aniqlanib ish boshlansa shuncha tez samara beradi.

References:

Используемая литература:

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. O'zbekiston Respublikasi Konstitutsiyaviy Qonuni, 01.05.2023 yildagi O'RQ-837-son. 01.05.2023
2. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining qarori, 03.12.2020 yildagi PQ-4910-son. 04.12.2020
3. N.Jumanova .o'smirlarda salbiy xulq-atvor namoyon bo'lishining psixologik xususiyatlari. VOLUME 2 | ISSUE 2 ISSN 2181-1784 SJIF 2022: 5.947 ASI FACTOR = 1.7
4. Nishonova Z.T. va b.Rivojlanish psixologiyasi.pedagogik psixologiya .2008y
5. Erkaboeva, Z. (2020). Bolalar va o'smirlar psixologiyasi. Buxoro: BDU nashriyoti.