

O'QUVCHILARDA SALBIY O'ZGARISHLARNI KELTIRIB PAYDO QILUVCHI OMILLAR

Rajabova Mexrinisa Ruzimovna

Xorazm viloyati Xiva tumani 3-maktab psixologi

Insoniyat paydo bo'lganidan e'tiboran farzandlarining barkamol bo'lib voyaga yetishi jamiyatda muhim muammo sifatida qarab kelingan. Chunki jamiyat mavjud ekan, insonga xos barcha sifatlar, mafkuraviy qarashlar uning xarakteriga, ongiga, tafakkuriga singdirib boriladi. Shunga qarab tarbiyaning maqsadi, unga qo'yiladigan talablar ham o'zgarib boradi. Darhaqiqat, har bir ota-ona farzandi dunyoga kelgach, uni ilmiy, tarbiyali barkamol inson bo'lib yetishishini niyat qiladi. Bugungi kunda farzandlarimizning har tomonlama (fiziologik, psixologik) yetuk, mukammal bo'lib yetishishi uchun davlatimiz tomonidan yetarli shart-sharoit yaratib berilgan. Ayni damda axborot ko'lamining shiddat bilan o'sib borishi, uning qabul qilish shakli, vosita ko'rinishlarining tobora kengayib borishi va ulardan noo'rin foydalanish o'sib kelayotgan yoshlarimizning ongiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Yoshlarimizning ijtimoiy hayotga o'z o'rnini topishi, muvaffaqiyatlarga erishishida oilaning o'rnini katta. Qobiliyatsiz yoki odobsiz bola tug'ilmaydi. Uni o'rab turgan atrof muhit ya'ni siz-u biz tarbiyalaymiz. Faqat psixologiyadan xabardor pedagog va ota-onalargina ta'lim – tarbiya jarayonida salbiy holatlar yuzaga kelishining oldini olishga qodir. Har bir bolaga uning yoshi, xarakteri, temperamentiga qarab ish olib borilsa ijobiy natijaga erishiladi. Farzand oilada mehr topmasa u tashqaridan mehr izlay boshlaydi. Oiladan tashqari hayotdagi ommaviy tahdidlar, tashqi muhit ta'siridagi nuqsonlar, tengqurlarining ta'siri bola ruhiyatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi va tarbiyasi qiyin o'smirlarning ko'payishiga olib keladi. Bu esa pedagog, psixolog va ota-onalardan juda katta mas'uliyat talab etadi. Ya'ni psixolog, pedagog, ota-ona hamkorlikda ishlashsagina natijaga erishiladi. Demak, bolani muhit tarbiyalaydi, muhit ta'sirini esa ko'p jihatdan ota-ona belgilaydi. Oilada yetarlicha e'tiborga sazovor bo'lmagan bola shaxsida qo'rslik, o'ziga nisbatan ishonchsizlik, jizzakilik, odamovilik kabi ruhiy o'zgarishlar yuzaga keladi. Va bu holat vaqtida korreksiya qilinmasa juda jiddiy vaziyatlarni ya'ni jnoyatchilik, suidsidga qo'l urush holatlarini keltirib chiqoradi. Bunday holatlar yuz bermasligi uchun profilaktika maqsadida ota-onalar bilan targ'ibot ishlarini muntazam ravishda olib borish zarur.

Ruhiyatida o'zgarish kuzatilgan bolalar bilan psixokorreksion ishlar olib borish maqsadga muvofiq. Ya'ni, bolada to'planib qolgan salbiy ruhiy kechinmalarni olib tashlash uchun ijtimoiy-psixologik treninglarga jalb qilish, o'ziga ishonch uyg'otish, hayotga nisbatan to'g'ri yondashuvni shakllantirishdan iborat. O'smirlarda tushkunlikning oldini olish suidsid profilaktikasini ta'minlaydi. Tushkunlik

profilaktikasini ta'minlaydi. Tushkunlik profilaktikasida ota-onalar muhim ahamiyat kasb etadi. Bolada tushkunlik alomatlarini paydo bo'lishi bilan darhol bu holatdan chiqib ketishiga ko'maklashish zarur. Bunda:

Birinchi, bola bilan suhbatlashish, uning ahvoli bilan qiziqish, kelajak haqida gapirib, hamkorlikda rejalar tuzish darkor. Ushbu suhbatlar ijobiy bo'lishi kerak. Bolani qo'llab-quvvatlab, o'ziga, kelajagiga ishonchni shakllantirish zarur, o'z maqsadiga erisha olishiga umid berish kerak.

Bolani hech qachon qovog'i solig'ligida, farosatsizlikda, savodsizlikda ayblamaslik kerak. Undan ko'ra, shaxsiy ijobiy fazilatlarini yanada orttirib ko'rsatishga urinish zarur. Bolani chaqqon, alochi, omadli tengdoshlari bilan hech qachon taqqoslamaslik kerak. Bu taqqoslashlar shusiz ham past bo'lgan o'z-o'zini qadrlash hissini yanada pasaytiradi. Undan ko'ra kechagi holati bilan bugungi holatini solishtirib, ancha ijobiy o'zgarishlarga erishayotganiga unda ishonch uyg'otish zarur. Ikkinchi, bola bilan astoyidil shug'ullanib, yangilikka intilib, u bilan yangi mashg'ulotlar avval qilmagan ishlarni birgalikda bajarishga urinib ko'ring, bola o'zining kerakligini, sizning mehringizni tuyishi zarur. Bir xillikda kechayotgan hayot tarzingizni o'zgina bo'lsa ham o'zgartirishga harakat qiling.

Uchinchi, o'smir qat'iy kun tartibiga rioya qilishi lozim. Vaqtida dam olishi, yaxshi ovqatlanishi, harakatli mashqlarni bajarishga alohida e'tibor bering. Tushkunlik-psixofiziologik jarayonekanligini unutmang. Bunday vaziyatda o'smirning jismoniy holatiga e'tibor qarating. Maktabda sinf jamoasini uyushtirish, pedagog va o'quvchilar munosabatini yaxshilash, o'quvchilarni turli to'garak, tanlov va musobaqalarda ishtirokini ta'minlash va shaxslararo munosabatlardagi keskinlikni bartaraf etadi. O'quvchilar bilan munosabatlar samimiy va ochiq bo'lishi zarur.

Yoshlar bilan olib boriladigan ta'lim-tarbiya ishlarining muvaffaqiyati-ularning yosh va psixologik xususiyatlarini bilish hamda hisobga olishga bog'liqdir. Bu holat burilish hisoblangan o'smirlik davrining alohida xususiyati bo'lib, u ko'proq shu davrga taaluqlidir. O'smirlik davrini o'tish davri deb yuritadilar, chunki ana shu davrda bolalikdan kattalik holatiga o'ziga xos o'tish davri yuzaga keladi. U psixik jarayonlarning, o'quvchi faoliyatlarining jiddiy ravishda qayta qurilishi bilan bog'liqdir. O'smir yoshida kuzatilgan salbiy o'g'ishlarni oldini olishda avvalo ularning bilish jarayonlari, individual psixologik xususiyatlarini inobatga olinishi maqsadga muvofiq. Pedagogik jamoada guruh rahbarining o'rni beqiyosdir, u pedagoglar va guruh jamoasi o'rtasidagi vositachidir. Guruh rahbari har tomonlama hamkorlik ishlarini olib boradi. O'smir ruhiyatida kuzatiladigan xarakterli xususiyatlaridan biri ularning o'ta ta'sirlanuvchan, jizzaki, qo'rsal narsaga xafa bo'lishi uning hissiy noturg'unligini ifodasidir. Bunday holatlarning yuzaga kelish sabablaridan biri bevosita jinsiy balog'atga yetish, ichki sekretsiya bezlari, ayniqsa jinsiy bezlar vazifalarining

faollashuvi va shular bilan birgalikda o'smir organizmida ro'y beradigan psixofiziologik o'zgarishlar bilan bog'liq. Bunday vaziyatda ota-onalarga farzandlarining sog'lig'iga katta e'tibor berishni ,tibbiy ko'rikdan o'tkazib ,vrach tomonidan tavsiya etiladigan asabni tinchlantiruvchi ,umumiymustahkamlovchi zaruriy dorilar,turli xildagi vitaminlar va muolajalarni qabul qilish haqida ma'lumot beradi,chunki organizmdagi jiddiy o'zgarishlar shu narsalarga ehtiyoj sezadi.O'smirlik davrida gavda tuzilishi katta ahamiyatga ega.O'g'il bolalar sportning: kurash,boks,futbol,suzish turi bilan shug'ullanib ,o'zlarining jismoniy baquvvatligini oshirishga ,gavda tuzilishini "erkakchasiga " o'zgartirishga intiladilar.

Xulosa qilib aytadigan bo'lsak,o'smirlik davri-jonsarak,o'z yo'lida mustahkam turolmasli,jiddiy ,qarama-qarshilik davridir.Venalik psixolog Anna Freydning yozishicha ,o'smir uchun me'yor izchil bo'lmagan ,aytib bo'lmaydigan o'zini tutish holati –o'z xohish-istaklari bilan kurashish va uni qabul qilish ,ota-onasini sevish va ularni ko'rolmaslik ,onasining uning uchun hammadan muhimroq ekanini tan olishdan uyalish ,qachonlardir kelajakda ideal inson bo'lish ,saxiy,o'z manfaatini hammadan yuqori qo'yuvchi bo'ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. M.N.Salihova."O'smirlik davri va o'smirlarga psixologik yordam".
2. Shirin Mustafayeva."O'smir psixologiyasi: Biz bilmagan jihatlar"
3. To'rayeva Zulfiya."O'smirlarda inqirozdagi depressiv holatlarni oldini olish va korreksiyalash"