

O‘QUVCHILARNI MAKTABGA MOSLASHISH JARAYONIDA PSIXOLOGIK QO‘LLAB-QUVVATLASH

*Ziyayeva Sayyora Shukurovna
Samarqand viloyati Samarqand
shahar 70-maktab psixologi*

Annotatsiya: Ushbu maqolada o‘quvchilarning maktabga moslashish jarayoni, bu davrda yuzaga keladigan psixologik qiyinchiliklar hamda ularni yengishda psixologik qo‘llab-quvvatlashning ahamiyati yoritilgan. Shuningdek, o‘quvchilarning yangi muhitga moslashuvida oila, o‘qituvchi va maktab psixologining o‘rni tahlil qilingan.

Kalit so‘zlar: moslashuv, o‘quvchi, psixologik qo‘llab-quvvatlash, maktab, stress, adaptatsiya, ruhiy holat, muloqot, motivatsiya, psixologik yordam

KIRISH

Maktabga ilk bor qadam qo‘yish har bir bola hayotidagi muhim bosqichlardan biri hisoblanadi. Bu davrda bola yangi muhitga kiradi, yangi tartib-qoidalarga moslashadi va turli ijtimoiy munosabatlarni o‘rganadi. Shu sababli maktabga moslashish jarayoni har bir o‘quvchi uchun oson kechmasligi mumkin. Ayrim bolalarda bu jarayon tez va muammosiz kechsa, boshqalarida esa turli psixologik qiyinchiliklar yuzaga keladi.

Moslashuv — bu insonning yangi sharoitlarga ko‘nikishi va ularga moslashib borish jarayonidir. O‘quvchilar uchun maktabga moslashish nafaqat dars jarayoniga o‘rganish, balki yangi ijtimoiy muhitni qabul qilishni ham anglatadi. Bola o‘zini sinf jamoasida qanday tutishni, o‘qituvchi bilan qanday muloqot qilishni va yangi majburiyatlarni bajarishni o‘rganadi.

Moslashuv jarayonida o‘quvchilarda turli ruhiy holatlar kuzatiladi. Ba’zi bolalar hayajon, qo‘rquv yoki ishonchsizlikni his qilishi mumkin. Ayrim hollarda esa bola maktabga borishni istamasligi, tez charchashi yoki darsga e’tiborini jamlay olmasligi kuzatiladi. Bu holatlar moslashuv davrining tabiiy belgilaridan biri bo‘lsa-da, ular o‘z vaqtida e’tibor qaratilmasa, keyinchalik muammolarga olib kelishi mumkin.

O‘quvchilarning maktabga moslashish jarayonida psixologik qo‘llab-quvvatlash muhim ahamiyatga ega. Psixologik yordam bolaga o‘zini xavfsiz va erkin his qilishiga yordam beradi, uning ichki qo‘rquv va xavotirlarini kamaytiradi. Ayniqsa, boshlang‘ich sinf o‘quvchilari uchun bu juda zarurdir, chunki ular hali yangi muhitga to‘liq moslashib ulgurmagan bo‘ladi.

Maktab amaliyotchi psixologi bu jarayonda muhim rol o‘ynaydi. U o‘quvchilarning ruhiy holatini kuzatadi, ularning muammolarini aniqlaydi va kerakli

yordamni ko'rsatadi. Psixolog o'quvchilar bilan suhbatlar o'tkazadi, turli psixologik mashg'ulotlar tashkil etadi va ularning moslashuvini yengillashtiradi.

O'qituvchining ham roli juda katta. O'qituvchi dars jarayonida o'quvchilarga mehr bilan yondashsa, ularni rag'batlantirsa va qo'llab-quvvatlasa, bola o'zini erkin his qiladi. Bu esa uning moslashuv jarayonini tezlashtiradi.

Ota-onalar ham bu jarayonda befarq bo'lmasligi kerak. Ular farzandining holatini tushunishi, uni qo'llab-quvvatlashi va ortiqcha bosim o'tkazmasligi zarur. Bola o'z muammolari haqida ota-onasiga bema'lol gapira olishi kerak.

Psixologik qo'llab-quvvatlashning samarali usullaridan biri — bu ijobiy muhit yaratishdir. Agar bola o'zini xavfsiz va tushunilgan his qilsa, u yangi sharoitlarga tezroq moslashadi. Shuningdek, turli o'yinlar, treninglar va muloqot mashg'ulotlari orqali bolalarda ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirish mumkin. Moslashuv jarayonida bolaga haddan tashqari talab qo'yish ham to'g'ri emas. Har bir bola o'ziga xos bo'lgani uchun uning moslashuv tezligi ham turlicha bo'ladi. Shu sababli sabr-toqat bilan yondashish muhimdir. O'quvchilarning maktabga moslashuvini osonlashtirish uchun ularning qiziqishlarini qo'llab-quvvatlash ham zarur. Bola o'zini muvaffaqiyatli his qilsa, uning o'qishga bo'lgan qiziqishi ortadi va bu moslashuv jarayoniga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Shuningdek, bolalarga o'z his-tuyg'ularini ifoda etishni o'rgatish ham muhimdir. Ular o'zlarini nima bezovta qilayotganini tushuna olsa, bu muammolarni hal qilish osonlashadi.

O'tkazilgan psixologik tadqiqotlar natijasida o'quvchilar faoliyati taraqqiyot darajasini o'rganish, ta'lining psixologik asoslarini bayon qilish, ularda aqliy faoliyat usullarini shakllantirish, qobiliyat va layoqatni tahlil qilish, o'zlashtirish, o'quvchilarning psixik rivojlanishini bayon qilish, ijodiy faoliyat muammolarini yoritish kabi psixologik hodisalar tadqiq qilingan.

Pedagog olimlar tomonidan olib borilgan qator didaktik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ta'lim jarayoni samaradorligini oshiradigan o'qitish omillari ichida o'quv-biluv faoliyatiga motivlashtirish omili birinchi o'rinda turar ekan, ya'ni ta'lim samaradorligi 92% o'quv-biluv faoliyatini motivlashtirishga bog'liq ekan. Inson tabiatini ozgina bo'lsada tushunadigan kishi buning bejiz emasligini e'tirof etadi. Motivlar didaktik jarayonning asosiy harakatlantiruvchi kuchidir.

Harakatlantiruvchi motivlarni o'rganish, to'g'ri qo'llash va uni to'g'ri yo'naltira olish pedagogik faoliyat mazmunining asosiy mohiyatini belgilaydi. Motivlashtirish – (lotincha moveo – harakatlantiraman, siljitaman degan ma'nolarni anglatadi) bu o'quvchilarni samarali o'quv-biluv faoliyatiga, o'quv materialini faol o'zlashtirishga yo'naltiradigan jarayonlar, metodlar, vositalarning umumiy nomidir. Obrazli qilib aytganda, motivlashtirish tizginlarini o'qituvchi ham, o'quvchilar ham o'z qo'llarida tutib turadilar. O'qitish faoliyati nuqtai nazaridan

qarasak, ta'limni motivlashtirish, o'qish faoliyati nuqtai nazaridan qarasak, o'quv-biluv faoliyatini motivlashtirish haqida gapirish mumkin. Motivlashtirish shaxsning ruhiy holati va munosabatlarining o'zgarish jarayoni sifatida motivlarga asoslanadi. Motiv deganda shaxsni u yoki bu xattiharakatni amalga oshirishga majbur qiladigan muayyan sabab, turtki tushuniladi.

Shuningdek, motiv deganda o'quvchining o'z faoliyati predmetiga munosabatini ham tushunish mumkin. Motivlar ehtiyoj va qiziqishlar, intilish va hissiyotlar, tayanch tushuncha va ideallar shaklida amal qilishi mumkin. Shuning uchun ham motivlar juda murakkab tuzilma bo'lib, alternativlar, tanlov va qarorlar tahlil qilinadigan, baholanadigan dinamik tizimdir. Motivlashtirishni o'rganish didaktika va pedagogik psixologiyaning markaziy muammolaridan biri bo'lib hisoblanadi. Bu borada muayyan yutuqlar qo'lga kiritilgan, ammo muammoning to'la yechimiga hali erishilgani yo'q. Motivlarning o'zgaruvchanligi, harakatchanligi, xilma-xilligi tufayli ularni muayyan tarkibiy tuzilmasini belgilash, boshqarishning aniq usul va vositalarini belgilash qiyin bo'lib hisoblanadi.

Ta'lim tizimida mavjud bo'lgan motivlarni turli mezonlarga ko'ra tasnif etish mumkin. Turiga ko'ra ijtimoiy va biluv motivlari farqlanadi. Darajasiga ko'ra esa motivlar quyidagilarga bo'linadi:

- Keng ijtimoiy motivlar (burch, mas'uliyat, o'qishning ijtimoiy ahamiyatini tushunish). Eng avvalo, bu shaxsning o'qish orqali o'zining jamiyatdagi ijtimoiy mavqeini tasdiqlashi bilan belgilanadi.
- Tor ijtimoiy (yoki pozitsiyali) motivlar (kelajakda muayyan kasb-korni egallashga, atrofdagilarning e'tiboriga tushishga, o'z mehnatiga yarasha munosib taqdirlanishga bo'lgan intilish).
- Ijtimoiy hamkorlik motivlari (atrofdagilar bilan turli ko'rinishdagi o'zaro hamkorlik qilishga, sinf jamoasi orasida o'z pozitsiyasi va o'rinini belgilashga intilish).
- Keng biluv motivlari. Erudisiyaga ko'ra yo'nalish olish, ta'lim jarayoni va uning natijalaridan qoniqish hissi bilan belgilanadi. Kishining o'quv-biluv faoliyati uning hayot faoliyatida yetakchi o'rin egallaydi.
- O'quv-biluv motivlari (bilimlarni egallash usullari, muayyan o'quv predmetlarini o'zlashtirishga yo'nalganlik).
- Mustaqil ta'lim motivlari (qo'shimcha bilimlarni egallashga yo'nalganlik). Amaliy pedagogikada bu motivlar yo'nalishi va mazmuniga ko'ra alohida guruhlarga birlashtiriladi:

- 1) ijtimoiy (ijtimoiy qimmatga ega) motivlar;
- 2) biluv motivlari;
- 3) kasbiy ahamiyatga molik motivlar;
- 4) estetik motivlar;
- 5) kommunikativ;

- 6) mavqe-pozitsiyali motivlar;
- 7) tarixiy-an'anaviy motivlar;
- 8) utilitar-amaliy motivlar.

Aniqlanishicha: a) jamiyat taraqqiyotining turli bosqichlarida o'quvchilar o'quv motivlarining u yoki bu gurhlari yetakchilik qiladi; b) motivlarning guruhlari o'zaro dinamik bog'liq holda muayyan shart-sharoitlarga ko'ra amal qiladi. Ana shu bog'lanishga ko'ra o'qishning (o'quv-biluv faoliyatining) harakatlantiruvchi kuchi degan tushuncha paydo bo'ladiki, uning xarakteri, yo'nalganligi va ko'lami motivlarning mujassam ta'siriga ko'ra belgilanadi. Turli xildagi motivlar didaktik jarayonlarning kechishi va natijalariga turlicha ta'sir ko'satadi. Masalan, keng biluv motivlari ko'proq ta'lim mazmunini qamrab olishga intilishda namoyon bo'ladi, amm shunga qaramay bu motivlar o'quv-biluv motivlariga nisbatan kuchsiz bo'ladi. Chunki o'quv-biluv motivlari tor sohada mustaqil faoliyat yuritishga stimullashtiruvchi eng yaxshi vosita bo'lib hisoblanadi. Raqobatchilik muhitida esa ko'proq utilitar-amaliy motivlar hukmronlik qiladi. Shu nuqtai nazardan qaraganda maktab o'quvchilari motivlarini maqsadga yo'naltirilgan xatti-harakatlar asosida yotuvchi - qo'zg'otuvchi hamda umumahamiyatga molik bo'lgan qadriyatlarni shaxsiy qadriyatlar darajasiga olib chiqadigan mohiyat kasb etuvchi motivlar singari turlarga ajratish mumkin.

XULOSA

Xulosa qilib aytganda, o'quvchilarning maktabga moslashish jarayoni murakkab, ammo muhim bosqich hisoblanadi. Bu jarayonda psixologik qo'llab-quvvatlash, ijobiy muhit, o'qituvchi va ota-onaning hamkorligi hal qiluvchi ahamiyatga ega. To'g'ri yondashuv orqali o'quvchilarning moslashuv jarayonini yengillashtirish va ularning sog'lom rivojlanishini ta'minlash mumkin.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. G'oziyev, E. (2010). *Umumiy psixologiya*. Yangi asr avlodi.
2. Davletshin, M. (2002). *Umumiy psixologiya*. TDPU.
3. Rubinshteyn, S. L. *Umumiy psixologiya asoslari*. Moskva, 1989.
4. Nemov, R. S. *Psixologiya (1–3 jild)*. Moskva: Vlados, 2001.
5. Goleman, D. *Emotional Intelligence*. New York, 1995.
6. Izard, C. E. *Human Emotions*. New York, 1991.
7. Lazarus, R. S. *Emotion and Adaptation*. Oxford University Press, 19918. Usarov Djabbar Eshkulovich, & Suyarov Kusharbay Tashbaevich. (2020). *Developing Pupils' Learning and Research Skills on the Basis of Physical*
8. Experiments. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation*, 24(02), 1337-1346.