

MAKTABDA O`QUVCHILARNING PSIXOLOGIK MOSLASHUVINI TAMINLASHDA PSIXOLOGINING O`RNI

ANDIJON VILOYATI JALAQUDUQ TUMANI
MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI BO'LIMIGA
QARASHLI 62- SONLI DIUM PSIXOLOGI
AKBARALIYEVA NAVRO`ZAXON FARXODJON QIZI

Annotatsiya: Mazkur maqolada o'quvchilarning ta'lim muhitiga psixologik moslashuvi jarayonida maktab psixologining o'rne, bu borada qo'llaniladigan asosiy usullar tahlil qilinadi. Maktabda o'quvchilarning Psixologik moslashuvi — bu o'quvchining yangi ijtimoiy va ta'limiy muhitga, pedagogik talablar va sinfdoshlar bilan o'zaro munosabatlarga moslashuvi jarayonidir. Maqolada zamonaviy yondashuvlar, psixologik-pedagogik metodlar, individual yondashuv asosidagi tadbirlar va maktab psixologi hamda sinf rahbari hamkorligining ahamiyati yoritiladi.

Kalit so'zlar: psixologik moslashuv, o'quvchi shaxsiyati, emotsional barqarorlik, individual yondashuv, maktab psixologi, ijtimoiy moslashuv, adaptatsiya.

KIRISH QISM

Yangi O'zbekiston sharoitida ta'lim tizimi tub islohotlar jarayonini boshdan kechirmoqda. Bu jarayonning markazida o'quvchi shaxsini har tomonlama rivojlantirish, uning salohiyatini to'liq ro'yobga chiqarish, sog'lom ijtimoiy-psixologik muhitda ta'lim olishini ta'minlash masalalari turibdi. Ayniqsa, o'quvchilarning yangi muhitga, ayniqsa boshlang'ich sinfga kirish, maktabga o'tish yoki o'quv bosqichlarini almashish davrida psixologik moslashuv muammolari yuzaga chiqadi. Shuning uchun psixologik moslashuvni shakllantirishda ta'lim muassasasining, pedagoglarning, otionalarning hamkorligi muhim ahamiyat kasb etadi. Ushbu masala bo'yicha maktab psixologlarining o'rne va ahamiyati juda muhimdir. Ular xar bir o'quvchining maktabga, do'stlariga, atrofga munosabatini o'rganadi. Ularni tahlil qiladi. Psixologik mexanizmlarni qo'llaydi.

ASOSIY QISM

Moslashuv jarayonida o'quvchining individual psixologik xususiyatlarini hisobga olish ta'lim jarayonining samaradorligini oshiradi. Har bir bolaning temperamenti, qiziqishlari, xotirasi va diqqatini jamlash qobiliyati turlicha bo'ladi. Shu bois pedagoglar va maktab psixologlari ta'lim jarayonida individual yondashuvni qo'llashlari zarur. Masalan, maktab psixologi kognitiv usullar yordamida o'quvchining fikrlash darajasini aniqlash, o'quv materiallarini moslashtirish, o'quvchilarga qo'shimcha psixologik yordam ko'rsatish mumkin. O'quvchilarning psixologik moslashuvini shakllantirish jarayonida pedagoglarning roli beqiyosdir, ular

nafaqat bilim beruvchi, balki psixologik yordam ko'rsatuvchi, motivatsiya beruvchi, shuningdek, o'quvchilarning o'zini anglash va ijtimoiy munosabatlarni rivojlantirishda yetakchi bo'lib xizmat qilishi lozim. Shuningdek, psixologik moslashuv jarayonida maktab psixologi tomonidan o'quvchilarning individual xususiyatlarini chuqur tahlil qilish muhimdir. Har bir o'quvchining shaxsiyati, qobiliyati, oilaviy muhit va oldingi tajribasi ta'lim jarayoniga ta'sir qiluvchi omillar sifatida e'tiborga olinishi kerak. Pedagoglar o'z faoliyatida diferensial yondashuv metodlarini qo'llash orqali har bir o'quvchiga moslashtirilgan ta'lim va psixologik yordamni taqdim etishi mumkin. Masalan, ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirishga qaratilgan guruhli mashg'ulotlar, individual psixologik maslahatlar, o'z-o'zini boshqarish va stressni yengish bo'yicha treninglar samarali usullar hisoblanadi. Zamonaviy ta'limda raqamli texnologiyalarning keng joriy etilishi o'quvchilarning psixologik moslashuviga yangi imkoniyatlar yaratmoqda. Onlayn platformalar, interaktiv dasturlar, pedagogik psixologik testlar va masofaviy maslahatlar o'quvchilarga o'zlarini baholash, his-tuyg'ularini ifoda etish, va pedagoglar bilan samarali muloqot qilish imkonini beradi. Bular ta'lim jarayonida o'quvchilarni qo'llab-quvvatlashda muhim vosita sifatida xizmat qiladi. Ota-onalar va maktab jamoasi o'rtasidagi hamkorlik ham psixologik moslashuvni shakllantirishda muhim omildir. Oilaning qo'llab-quvvatlashi, ota-onalar bilan pedagoglar o'rtasidagi samarali aloqa o'quvchilarning ijtimoiy-emosional barqarorligini mustahkamlaydi. Ota-onalarning psixologik savodxonligini oshirish, ularni bolalarning rivojlanish xususiyatlari bilan tanishtirish ta'lim jarayonida muvofiqlikni ta'minlaydi va psixologik muammolarni erta aniqlashga yordam beradi. Yana bir muhim jihat – maktab muhitining ijobiy psixologik atmosferasini yaratishdir. Bu o'quvchilarni stressdan himoya qilish, ularda o'zaro hurmat va ishonch muhitini shakllantirish orqali amalga oshiriladi. Sinf rahbarlari, pedagoglar va maktab psixologlari tomonidan tashkil etilgan o'zaro yordam guruhlar, ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirish mashg'ulotlari o'quvchilarning ijtimoiy moslashuvini yaxshilashga yordam beradi. Shuningdek, psixologik moslashuv jarayonida yoshlarning o'ziga xos qiyinchiliklari va rivojlanish bosqichlari hisobga olinishi zarur. O'quvchilarning hayotiy muammolari, qarama-qarshi hissiyotlari, o'z-o'zini anglash jarayonlari pedagogik yordam orqali yengillashtirilishi mumkin.

Maktab psixologi va sinf rahbari bu bosqichda o'quvchilarni doimiy kuzatib borishi, ularga moslashtirilgan psixologik mashg'ulotlar o'tkazishi muhimdir. Bunda quyidagi metodlar samarali hisoblanadi:

✓ **Psixologik diagnostika:** o'quvchi holatini aniqlash uchun test va suhbatlar orqali dastlabki tahlil olib boriladi. Bu uning emotsional holati, muloqotga ochiqqligi va stress darajasini aniqlashga yordam beradi.

✓ **Emotsional-intellektual o‘yinlar:** ayniqsa kichik yoshdagi o‘quvchilar uchun emotsiyalarni anglash, ifodalash va boshqarishga o‘rgatish, o‘zaro munosabatlarda ijobiy muloqotga o‘rgatadi.

✓ **Guruhiy mashg‘ulotlar:** o‘quvchilarni jamoaga moslashtirishda ijtimoiy ko‘nikmalarni shakllantirishga xizmat qiladi. Bunda rolda o‘ynash, dramatizatsiya, interaktiv metodlar qo‘llaniladi.

✓ **Individual suhbat va maslahatlar:** psixologik muammolarga ega yoki jismoniy/emotsional jihatdan moslashishda qiynalayotgan o‘quvchilar bilan alohida ishlash zarur.

✓ **Ota-onalar bilan hamkorlik:** ularning farzand psixologik holatiga e‘tiborli bo‘lishi, maktabdagi faoliyatni uy sharoitida davom ettirishi o‘quvchining holatini barqarorlashtirishga yordam beradi.

✓ **Qo‘llab-quvvatlovchi muhit yaratish:** sinfda ijobiy muhitni shakllantirish, o‘quvchilarning o‘zini erkin his qilishini ta‘minlash muhim omildir. Bugungi kunda AKT vositalari yordamida ham o‘quvchilarning psixologik holatini kuzatish, stressni kamaytirish va muloqotni rivojlantirishga xizmat qiluvchi innovatsion platformalar joriy qilinmoqda. Onlayn testlar, emotsional holatni baholovchi ilovalar, virtual maslahat xonalari buning isboti bo‘la oladi.

Xulosa: Maktab psixologi tomonidan o‘quvchilarning psixologik moslashuviga e‘tibor berish zamonaviy ta‘limning ajralmas qismiga aylanishi kerak. Maktab muhitiga moslasha olmagan o‘quvchida o‘zlashtirish darajasi pasayadi, ijtimoiy munosabatlarda muammolar yuzaga keladi. Shu sababli, har bir o‘quvchining individual xususiyatlarini inobatga olgan holda yondashish, ular bilan pedagogik va psixologik metodlar asosida ishlash ta‘lim jarayonining barqaror va samarali kechishini ta‘minlaydi. Bu borada maktab psixologlari, sinf rahbarlari va ota-onalarning hamkorligi muhim omil hisoblanadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Karimova Z. M. “Psixologiya asoslari”, Toshkent, 2020
2. Hasanboeva O. G. “Ta‘lim psixologiyasi”, Toshkent, 2019
3. Vygotskiy L. S. “Pedagogik psixologiya”, Moskva, 2005
4. Jalolov J. J. “Pedagogika va psixologiya asoslari”, Toshkent, 2021
5. G‘afurov U. “Bolalar psixologiyasi”, Toshkent, 2018