

MAKTAB O'QUVCHILARNI HAYOTGA TAYYORLASHNING PSIXOLOGIK ASOSLARI

Radjabova Sevaraxon Tursunbayevna

*Andijon shahar maktabgacha va maktab ta'limi bo'limiga
qarashli 29-sonli umumiy o'rta ta'lim maktabi psixologi*

Annotatsiya: Ushbu maqolada zamonaviy ta'lim tizimida o'quvchilarni faqat akademik bilimlar bilan cheklanib qolmay, balki ularni mustaqil hayotga psixologik jihatdan tayyorlash masalalari yoritilgan. Maqolada shaxsning ijtimoiy moslashuvi, emotsional intellektning shakllanishi, kasbiy o'z-o'zini belgilash va hayotiy qiyinchiliklarga nisbatan psixologik immunitetni rivojlantirishning asosiy omillari tahlil qilingan. Shuningdek, o'smirlik davridagi psixologik inqirozlarni bartaraf etish va o'quvchilarda "soft skills" (yumshoq ko'nikmalar)ni shakllantirish bo'yicha tavsiyalar berilgan.

Kalit so'zlar: Psixologik tayyorgarlik, ijtimoiy moslashuv, emotsional intellekt, kasbga yo'naltirish, o'smirlik davri, motivatsiya, hayotiy ko'nikmalar, "soft skills", shaxsiy rivojlanish.

Bugungi tez o'zgaruvchan globallashuv davrida ta'lim muassasalari oldida turgan eng muhim vazifalardan biri – o'quvchilarni hayotning kutilmagan sinovlariga, ijtimoiy munosabatlarga va mustaqil qaror qabul qilish jarayonlariga tayyorlashdir. Maktab nafaqat bilim beruvchi maskan, balki shaxsni ijtimoiylashtiruvchi asosiy poydevor hisoblanadi.

O'quvchilarni hayotga tayyorlashning psixologik asoslari deganda, ularning jamiyatda o'z o'rnini topa olishi, stressli vaziyatlarda to'g'ri yo'l tutishi, muloqot madaniyatini egallashi va o'z qobiliyatlarini realizatsiya qila olish darajasi tushuniladi. Ko'pincha a'lo baholarga o'qigan o'quvchilar hayotda o'z yo'lini topishda qiynalayotgan bir paytda, o'rtacha baholarga o'qigan, ammo ijtimoiy ko'nikmalari kuchli bo'lgan yoshlarning muvaffaqiyat qozonishi ushbu mavzuning naqadar dolzarbligini ko'rsatadi.

1. Shaxsning ijtimoiy-psixologik moslashuvi

Maktab davrida o'quvchi turli ijtimoiy rollarni bajarishni o'rganadi. Psixologik tayyorgarlikning asosi – bu moslashuvchanlik (adaptivlik). O'quvchi maktab muhitidan katta ijtimoiy muhitga o'tayotganda "ijtimoiy zarba"ga uchramasligi uchun unda muloqot ko'nikmalari shakllangan bo'lishi lozim.

Muloqot kompetensiyasi: O'z fikrini erkin bayon etish, o'zgalarni tinglash va mojaroli vaziyatlarni konstruktiv hal qilish.

Empatiya: Atrofida gilarining his-tuyg'ularini tushunish jamiyatda sog'lom munosabatlar o'rnatishga yordam beradi.

2. Emotsional intellekt (EQ) hayotiy muvaffaqiyat omili sifatida

So'nggi tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, hayotiy muvaffaqiyatning 80 foizi emotsional intellektga bog'liq. O'quvchilarni hayotga tayyorlashda quyidagi ko'nikmalar muhim:

O'z-o'zini anglash: O'z kuchli va kuchsiz tomonlarini bilish.

Hissiyotlarni boshqarish: G'azab, qo'rquv va hayajonni nazorat qila olish. Bu ko'nikma ayniqsa imtihonlar va ishga joylashish jarayonlarida juda muhim hisoblanadi.

3. Kasbiy o'z-o'zini belgilashning psixologik jihatlari

Maktab bitiruvchisining hayotdagi eng katta qadami – kasb tanlashdir. Psixologik tayyorgarlik bu borada faqatgina "qaysi fanlarni yaxshi bilish" bilan cheklanmaydi.

Motivatsiya: O'quvchi kasbni ota-onasi xohlagani uchun emas, balki o'z qiziqishlari va ichki ehtiyojidan kelib chiqib tanlashi kerak.

Qaror qabul qilish mas'uliyati: O'z tanlovi uchun mas'uliyatni his qilish mustaqil hayotning ilk belgisi hisoblanadi.

4. Kognitiv moslashuvchanlik va tanqidiy fikrlash

Axborot oqimi kuchli bo'lgan zamonda o'quvchilarda axborotni saralash ko'nikmasini shakllantirish zarur.

Tanqidiy fikrlash: Har qanday ma'lumotni tahlil qilish, sabab va oqibat aloqalarini topish.

Muammolarni hal qilish (Problem solving): Muammo oldida o'zini yo'qotib qo'ymaslik, aksincha, uni yechishning bir necha variantlarini ishlab chiqish psixologik barqarorlik belgisi hisoblanadi.

5. Oila va maktab hamkorligining roli

O'quvchini hayotga tayyorlashda faqat maktab psixologi yoki o'qituvchisining mehnati yetarli emas. Oila muhitidagi psixologik iqlim bola shaxsining "men" konsepsiyasini shakllantiradi. Ota-onalar tomonidan bolaga bildirilgan ishonch va qo'llab-quvvatlash uning kelajakdagi o'ziga bo'lgan ishonchini (self-esteem) belgilaydi.

Xulosa qilib aytadigan bo'lsak, maktab o'quvchilarini hayotga tayyorlashning psixologik asoslari ko'p qirrali jarayon bo'lib, u o'quvchining ichki potensialini ro'yobga chiqarishga qaratilgan. Xulosa qilib aytganda, zamonaviy maktab o'quvchisi quyidagi psixologik sifatlarga ega bo'lishi lozim:

O'zgaruvchan sharoitlarga tez moslasha olish.

O'z hissiyotlarini boshqarish va stressga chidamlilik.

Mustaqil qaror qabul qilish va uning oqibati uchun mas'uliyatni bo'yniga olish.

Jamoda ishlash va samarali muloqot qilish ko'nikmasi.

Agar ta'lim jarayonida ushbu psixologik omillarga yetarlicha e'tibor qaratilsa, jamiyatimizda nafaqat bilimli mutaxassislar, balki ruhan sog'lom va baxtli shaxslar shakllanadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Goleman, D. (1995). Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ. Bantam Books.
2. Vigotskiy, L. S. (1984). Bolalar psixologiyasi masalalari. Toshkent: O'qituvchi.
3. G'oziyev, E. G'. (2010). Umumiy psixologiya. Toshkent: Universitet.
4. Nishonova, Z. T. (2014). Psixologik maslahat. Toshkent: Cho'lpon.
5. Shoumarov, G'. B. (2008). Oila psixologiyasi. Toshkent: Sharq.
6. O'zbekiston Respublikasining "Ta'lim to'g'risida"gi Qonuni. (2020).