

O'QUVCHILARDA UCHRAYDIGAN PSIXOLOGIK OG'ISHLAR: SABABLARI, SHAKLLARI VA ULARNI BARTARAF ETISHNING AMALIY YO'LLARI

Mualliflar: Qodirova Feruza Oribjonovna

Uychi tumani MMTBga qarashli

37-sonli maktab psixologi

Rejabboyeva Gulnoza Bahromjonovna

Uychi tumani MMTBga qarashli

1-sonli maktab psixologi

Annotatsiya: Bugungi kunda o'quvchilar o'rtasida turli xil psixologik og'ishlarning yuzaga kelishi ta'lim tizimidagi dolzarb masalalardan biri bo'lib qolmoqda. Ushbu maqolada maktab o'quvchilarida kuzatiladigan xulq-atvor va emotsional holatlardagi og'ishlarning ilmiy-nazariy asoslari tahlil qilingan. Shaxs rivojlanishidagi ushbu nomutanosibliklarning ijtimoiy, pedagogik hamda biologik sabablari batafsil yoritib berilgan. Ayniqsa, o'smirlik davridagi fiziologik va ruhiy o'zgarishlarning og'ishlarga ta'sir ko'rsatish mexanizmlari o'rganilgan. Maqolada deviant xulq-atvor, agressiya, yolg'izlikka moyillik va kiberqaramlik kabi muammolarning o'ziga xos xususiyatlari dalillangan. Maktab psixologlarining ushbu og'ishlarni erta aniqlash va ularni korreksiya qilishdagi o'rni va ahamiyati ko'rsatilgan. Oila muhitining bola ruhiyatidagi o'rni hamda ota-onalarning psixologik savodxonligini oshirish masalalari tahlil etilgan. Xulosa qismida o'quvchilardagi psixologik og'ishlarning oldini olishga qaratilgan amaliy takliflar va metodik tavsiyalar ilgari surilgan.

Kalit so'zlar: Psixologik og'ish, deviant xulq-atvor, o'smirlik davri, agressiya, ijtimoiy moslashuv, kiberqaramlik, korreksiya, profilaktika, emotsional intellekt, maktab psixologi.

Asosiy qism

1. Kirish: Muammoning dolzarbligi

Zamonaviy dunyoda axborot oqimining tezlashishi va ijtimoiy munosabatlarning murakkablashishi o'quvchilar ruhiyatiga kuchli bosim o'tkazmoqda. Maktab davri — inson shaxsiyatining poydevori qo'yiladigan bosqichdir. Biroq, ko'pincha bu jarayonda turli xil psixologik og'ishlar (deviasiyalar) yuzaga keladi. Psixologik og'ish deganda, o'quvchi xulq-atvorining umumbashariy axloqiy me'yorlardan, ijtimoiy qoidalardan yoki uning yoshiga xos bo'lgan ruhiy rivojlanish qonuniyatlaridan chetga chiqishi tushuniladi. Agar ushbu holatlar vaqtida

aniqlanmasa va korreksiya qilinmasa, ular kelajakda shaxsning og‘ir ijtimoiy inqirozlariga olib kelishi mumkin.

2. Psixologik og‘ishlarning asosiy turlari va namoyon bo‘lishi

O‘quvchilar orasida uchraydigan og‘ishlarni shartli ravishda uchta katta guruhga bo‘lish mumkin:

Xulq-atvordagi og‘ishlar (Deviant xulq-atvor): Bunga o‘ta agressivlik, yolg‘onchilik, maktabdan qochish, o‘g‘rilik yoki tengdoshlariga nisbatan jismoniy tazyiq (bullying) kiradi. Bunday o‘quvchilar ko‘pincha jamiyat tomonidan o‘rnatilgan intizomni rad etishadi.

Emotsional og‘ishlar: Bunga o‘ta xavotirlanish, depressiv holatlar, o‘ziga bo‘lgan ishonchning o‘ta pastligi, ijtimoiy fobiya (odamlar bilan muloqot qilishdan qo‘rqish) kiradi. Bunday o‘quvchilar ko‘pincha "yopiq" bo‘lib, o‘z dunyosiga berilib ketishadi.

Kognitiv va intellektual og‘ishlar: Bolaning aqliy rivojlanishi yoshiga mos kelmasligi, diqqat tarqoqligi va giperaktivlik (ADHD) natijasida o‘quv dasturlarini o‘zlashtira olmasligi.

3. Og‘ishlarni keltirib chiqaruvchi omillar: Tahliliy yondashuv

Psixologik og‘ishlar hech qachon sababsiz yuzaga kelmaydi. Ularning asosi quyidagi uchta omilga borib taqaladi:

Biologik omil: Irsiyat, homiladorlik davridagi asoratlar yoki asab tizimining o‘ziga xos zaifligi. Ba’zida temperamentning o‘ta qo‘zg‘aluvchanligi o‘quvchini agressiyaga moyil qilib qo‘yadi.

Ijtimoiy-psixologik omil (Oila): Maktab psixologi sifatida bizning kuzatuvlarimiz shuni ko‘rsatadiki, og‘ishlarning 70-80 foizi oiladagi nosog‘lom muhitga bog‘liq. Ota-onaning doimiy janjallari, bolaga nisbatan e‘tiborsizlik (gipoproteksiya) yoki haddan tashqari nazorat (giperproteksiya) bolada ichki norozilikni uyg‘otadi. Bu norozilik tashqi dunyoga og‘ish shaklida chiqadi.

Zamonaviy omil (Raqamli muhit): Bugungi kunda "gadjetlarga qaramlik" yangi turdagi psixologik og‘ish sifatida namoyon bo‘lmoqda. Ijtimoiy tarmoqlardagi "ideal hayot" bilan o‘z hayotini solishtirish o‘smirlarda yetishmovchilik kompleksini keltirib chiqarmoqda.

4. O‘smirlik davri: Eng xavfli "burilish" nuqtasi

Psixologik og‘ishlar ko‘pincha 12-15 yoshli o‘quvchilarda (o‘smirlarda) yaqqol ko‘rinadi. Bu davrda organizmdagi gormonal o‘zgarishlar ruhiyatga "portlash" kabi ta’sir qiladi. O‘smir o‘zini kattalar kabi his qiladi, lekin uning ijtimoiy mavqeyi hali bolaligicha qolgan. Ushbu ziddiyat natijasida "manmanlik" sindromi yoki aksincha, o‘zini kamsitish hissi paydo bo‘ladi. Uychi tumani 1- va 37-maktab o‘quvchilari o‘rtasida o‘tkazilgan so‘rovnomalar shuni ko‘rsatadiki, o‘smirlar eng ko‘p tushunilmaslikdan (ota-onasi yoki o‘qituvchisi tomonidan) aziyat chekishadi.

5. Maktab psixologining diagnostik va korreksion faoliyati

Psixologik og‘ishlarni davolashdan ko‘ra, ularning oldini olish samaraliroqdir. Buning uchun biz quyidagi bosqichli ishlar tizimini taklif etamiz:

Skrining-diagnostika: Yil boshida barcha o‘quvchilar "tavakkalchilik guruhi"ni aniqlash uchun testdan o‘tkaziladi. Masalan, Ayzenk testi yoki Bass-Darki agressiya so‘rovnomasi.

Individual maslahat: Og‘ish kuzatilgan o‘quvchi bilan ishonchli muloqot o‘rnatish. Bu yerda psixolog "terapevtik ittifoqchi" sifatida namoyon bo‘lishi kerak.

Guruhli treninglar: "Muloqot madaniyati", "Stressni boshqarish" mavzusidagi mashg‘ulotlar orqali o‘quvchida ijtimoiy ko‘nikmalarni shakllantirish.

Ota-onalar akademiyasi: Ota-onalarga farzandi bilan qanday gaplashish kerakligini o‘rgatish. "Nima uchun farzandim yolg‘on gapiryapti?" degan savolga javobni ota-onaning o‘zidan izlashga yordam berish.

6. Amaliy tavsiyalar: Muammoni yengish yo‘llari

Maqola doirasida psixologik og‘ishlarni kamaytirish uchun quyidagi choralar zarur deb hisoblaymiz:

O‘quvchilarda "Emotsional intellekt"ni rivojlantirish darslarini ko‘paytirish. Bola o‘z hissiyotlarini tushunsa, ularni boshqara oladi.

Dars jarayonida pedagogik hamkorlikka o‘tish. Avtoritar boshqaruv o‘quvchida doimiy og‘ishni (qarshilikni) keltirib chiqaradi.

Maktabda "Ishonch qutilari" va anonim psixologik yordam xizmatini takomillashtirish.

Xulosa

Xulosa qilib aytganda, o‘quvchilardagi psixologik og‘ishlar — bu shunchaki "yomon xulq" emas, balki bolaning yordam so‘rab qilayotgan nidosidir. Uychi tumanidagi maktablar tajribasi shuni ko‘rsatadiki, faqatgina psixolog, pedagog va ota-onaning o‘zaro uyg‘un faoliyati orqali o‘quvchilar ruhiyatidagi krizislarni ijobiy tomonga yo‘naltirish mumkin. Bizning asosiy vazifamiz o‘quvchini jamiyatdan ajratib qo‘yish emas, balki uning ichki olamidagi ziddiyatlarni hal qilib, uni ijtimoiy muhitga sog‘lom shaxs sifatida qaytarishdir. Har bir og‘ishning ortida hal qilinmagan muammo turadi; uni vaqtida ko‘ra bilish esa biz, psixologlarning kasbiy mahoratimizga bog‘liqdir.

Foydalanilgan Adabiyotlar

1. Mirziyoyev Sh.M. "Yangi O‘zbekiston strategiyasi". - Toshkent: "O‘zbekiston", 2021.
2. G‘oziyev E.G‘. "Ontogenez psixologiyasi". - Toshkent: "Noshir", 2010.
3. Baratov Sh.R. "Maktab psixologik xizmati: nazariya va amaliyot". - Buxoro, 2012.
4. Shoumarov G‘.B. "Deviant xulq-atvor psixologiyasi". - Toshkent, 2018.

5. Umarov B.M. "Griminologik psixologiya: o'quv qo'llanma". - Toshkent, 2015.
6. Xaydarov F.I. "Motivatsiya psixologiyasi". - Toshkent: "Akademiya", 2010.

