

MAKTAB PSIXOLOGI FAOLIYATIDA PROFILAKTIK JARAYONLARNING AHAMIYATI: MUAMMOLAR, YO‘NALISHLAR VA SAMARADORLIK

*Nazarova Gulnora Mahmudjonovna
To‘raqo‘rg‘on tumani, Maktabgacha va
maktab ta‘limi bo‘limiga qarashli
30-umumta‘lim maktabi psixologi*

Annotatsiya

Ushbu maqola maktab psixologi faoliyatida profilaktik jarayonlarning nazariy va amaliy ahamiyatini atroflicha tahlil qiladi. Unda o‘quvchilarning psixologik muammolarining oldini olish, ularning shaxsiy va ijtimoiy rivojlanishini qo‘llab-quvvatlashdagi profilaktik chora-tadbirlarning o‘rni yoritilgan. Maqolada profilaktik ishlarning diagnostik, ma‘rifiy, rivojlantiruvchi va maslahat yo‘nalishlari chuqur ochib beriladi. Muallif To‘raqo‘rg‘on tumani 30-maktabi tajribasi misolida profilaktik faoliyatni tashkil etishning o‘ziga xos jihatlarini va erishilgan natijalarni muhokama qiladi. O‘quvchilar o‘rtasida xulq-atvor buzilishlari, o‘zlashtirishdagi qiyinchiliklar va stress holatlarini oldini olishda qo‘llaniladigan innovatsion metodlar ko‘rib chiqiladi. Shuningdek, profilaktik ishlarni amalga oshirishda o‘qituvchilar, ota-onalar va jamoatchilik bilan hamkorlikning strategik ahamiyati ta‘kidlanadi. Maqola maktabda sog‘lom psixologik muhitni yaratish va o‘quvchilarni turli salbiy ta‘sirlardan himoya qilishda psixologning proaktiv pozitsiyasini yoritadi. Kalit so‘zlar: Maktab psixologi, profilaktika, psixologik muammolar, o‘quvchilar, rivojlanish, xulq-atvor, stress, hamkorlik, psixologik muhit, oldini olish.

KIRISH

Bugungi kunda ta‘lim muassasalarida, ayniqsa umumta‘lim maktablarida o‘quvchi shaxsining har tomonlama kamol topishini ta‘minlash, ularda uchraydigan psixologik muammolarning oldini olish va sog‘lom psixologik muhitni yaratish dolzarb vazifalardan hisoblanadi. Maktab psixologining faoliyati nafaqat mavjud muammolarni korreksiya qilish va hal etish, balki ularning kelib chiqishini oldini olishga qaratilgan profilaktik jarayonlarni tashkil etishda ham muhim ahamiyat kasb etadi. Stress, xulq-atvor buzilishlari, o‘zlashtirishdagi qiyinchiliklar, ijtimoiy moslashuv muammolari va turli xil salbiy ta‘sirlar (masalan, internetga qaramlik, buzg‘unchi g‘oyalar) zamonaviy o‘quvchilar duch keladigan asosiy muammolardir. Namangan viloyatining To‘raqo‘rg‘on tumanidagi 30-umumta‘lim maktabi tajribasi ham ushbu muammolarni bartaraf etishda profilaktik ishlarning naqadar samarali ekanligini ko‘rsatadi. Ushbu maqola maktab psixologining profilaktik faoliyatdagi

asosiy yo‘nalishlari, qo‘llaniladigan metodlari va samarali hamkorlik yondashuvlarini ilmiy-amaliy jihatdan tahlil qilishga bag‘ishlangan.

ASOSIY QISM

1. Profilaktik jarayonlarning nazariy asoslari va turlari

Psixologik profilaktika – bu bolalarning psixik rivojlanishida anormalliklarning, shaxsiy va ijtimoiy moslashuvdagi qiyinchiliklarning oldini olishga qaratilgan tizimli psixologik ta‘sir choralari majmuidir. Uning asosiy maqsadi – o‘quvchilarning psixologik salomatligini ta‘minlash, ularning imkoniyatlarini maksimal darajada rivojlantirish uchun qulay shart-sharoitlar yaratishdir.

Psixologik profilaktikaning uchta asosiy darajasi mavjud:

Birlamchi (asosiy) profilaktika: Muammolarning paydo bo‘lishini butunlay oldini olishga qaratilgan. Masalan, maktabga yangi kelgan 1-sinf o‘quvchilarining adaptatsiyasini osonlashtirish, sog‘lom turmush tarzi haqida tushunchalar berish, o‘quvchilar o‘rtasida do‘stona munosabatlarni shakllantirish.

Ikkilamchi profilaktika: Psixik rivojlanishdagi eng kichik chekinishlarni, yuzaga kelayotgan qiyinchiliklarni erta aniqlash va ularni chuqurlashishiga yo‘l qo‘ymaslikka qaratilgan. Masalan, maktabga moslasha olmayotgan yoki o‘zlashtirishda kichik muammolari bor o‘quvchilar bilan individual yoki guruhli mashg‘ulotlar o‘tkazish.

Uchlamchi profilaktika: Mavjud og‘ir muammolar yoki buzilishlarning oqibatlarini yumshatish, ularning qayta yuzaga kelishini oldini olishga qaratilgan. Bu ko‘proq korreksion ishlar bilan kesishadi, ammo profilaktik yondashuv doimo kelajakni nazarda tutadi.

Maktab psixologining profilaktik faoliyatida asosan birlamchi va ikkilamchi profilaktika muhim o‘rin tutadi.

2. Maktab psixologining profilaktik faoliyatdagi asosiy yo‘nalishlari

Maktab psixologi profilaktik jarayonlarni quyidagi asosiy yo‘nalishlarda amalga oshiradi:

Diagnostik-profilaktik yo‘nalish:

O‘quvchilarning psixologik holatini, rivojlanish darajasini va shaxsiy xususiyatlarini muntazam ravishda kuzatib borish.

Turli psixologik diagnostika metodlari (testlar, so‘rovnomalar, proyektiv metodikalar) yordamida o‘quvchilarda yuzaga kelishi mumkin bo‘lgan muammolarni (masalan, xavotirlanish darajasi, agressiya tendensiyalari, o‘ziga past baho berish) erta aniqlash.

Rivojlanishdagi chekinishlar yoki muammoli xulq-atvor uchun xatar guruhiga kiruvchi o‘quvchilarni aniqlash.

30-maktabda diagnostika yordamida, masalan, 5-sinfga o‘tgan o‘quvchilarning yangi muhitga moslashuv darajasi o‘rganiladi va moslashuv qiyin bo‘lgan bolalar bilan dastlabki profilaktik ishlar olib boriladi.

Ma'rifiy-profilaktik yo'nalish:

O'quvchilar, ota-onalar va pedagoglarning psixologik bilimlarini oshirishga qaratilgan seminarlar, treninglar, davra suhbatlari o'tkazish.

Mavzular: stressni boshqarish, samarali muloqot ko'nikmalari, sog'lom turmush tarzi, internet xavfsizligi, kasb tanlashdagi psixologik jihatlar, emotsional intellektni rivojlantirish.

Psixologik xabarnomalar, eslatmalar, bukletlar tayyorlash va tarqatish.

30-maktabda "Ota-onalar universiteti" loyihasi doirasida ota-onalar uchun bolalar psixologiyasi, oilada sog'lom munosabatlarni shakllantirish bo'yicha muntazam ravishda ma'rifiy tadbirlar o'tkaziladi.

Rivojlantiruvchi-profilaktik yo'nalish:

O'quvchilarda ijtimoiy-psixologik kompetensiyalarni, o'z-o'zini tartibga solish, o'ziga ishonch, empatiya va konfliktlarni konstruktiv hal qilish ko'nikmalarini shakllantirishga qaratilgan treninglar va mashg'ulotlar.

Bolalarning shaxsiy resurslarini (ijodkorlik, qiziqishlar, qobiliyatlar) rivojlantirishga ko'maklashish.

Xatar guruhidagi o'quvchilar bilan individual va guruhli rivojlantiruvchi mashg'ulotlar o'tkazish.

30-maktabda "Liderlik ko'nikmalari" va "Men o'z kelajagim me'moriman" kabi guruhli treninglar o'tkazilib, o'quvchilarning o'ziga ishonchi va mas'uliyat hissi oshiriladi.

Maslahat-profilaktik yo'nalish:

O'qituvchilar va ota-onalarga bolalardagi psixologik muammolarning ilk belgilarini aniqlash, ularga to'g'ri munosabatda bo'lish va profilaktik yordam ko'rsatish bo'yicha individual maslahatlar berish.

Maktab ma'muriyatiga o'quvchilarning psixologik salomatligini yaxshilashga qaratilgan tavsiyalar berish.

3. Profilaktik jarayonlarni tashkil etishning samarali metodlari

Profilaktik ishlarni amalga oshirishda maktab psixologi bir qator samarali metodlardan foydalanadi:

Guruhli treninglar: Muloqot ko'nikmalarini rivojlantirish, konfliktlarni hal qilish, stressga chidamlilikni oshirish, o'ziga ishonchni shakllantirish.

"Miyaga hujum" (brainstorming): Muammoli vaziyatlarni hal qilishda kreativ yechimlar topish, jamoaviy fikrlashni rivojlantirish.

Rollarda o'ynash (rolli o'yinlar): O'quvchilarga turli ijtimoiy vaziyatlarda o'zini sinab ko'rish, empatiyani rivojlantirish.

Psixologik o'yinlar va mashqlar: Yoshga mos ravishda diqqat, xotira, tafakkur kabi kognitiv jarayonlarni rivojlantirish, emotsional sohani tartibga solish.

Videolar va prezentatsiyalar: Ko'rgazmali materiallar orqali profilaktik mavzularni tushunarli tarzda yetkazish.

"Peer-to-peer" (tengdosh-tengdoshga) dasturlari: O'quvchilarning o'zlari boshqa tengdoshlariga profilaktik ma'lumotlar berishi, ijobiy namuna bo'lishi. Masalan, 30-maktabda katta sinf o'quvchilari kichik sinf o'quvchilariga adaptatsiya davrida ko'maklashadi.

4. Profilaktik ishlarda hamkorlik va integratsiya

Maktab psixologining profilaktik faoliyati samaradorligi bir qator sub'ektlar bilan o'rnatilgan mustahkam hamkorlikka bevosita bog'liq:

Pedagoglar bilan hamkorlik: Sinf rahbarlari va fan o'qituvchilari o'quvchilarning darsdagi xulq-atvori, o'zlashtirishi va ijtimoiy munosabatlari haqida qimmatli ma'lumot manbai hisoblanadi. Psixolog ularga psixologik-pedagogik yordam ko'rsatish bo'yicha tavsiyalar beradi.

Ota-onalar bilan hamkorlik: Oila bolaning rivojlanishida asosiy muhit bo'lgani sababli, ota-onalar bilan muntazam aloqada bo'lish, ularga psixologik yordam va maslahatlar berish muhimdir. To'ra'qo'rg'on tumanidagi oilaviy qadriyatlar va an'analar psixologga ota-onalar bilan yanada yaqinroq ishlash imkonini beradi.

Maktab ma'muriyati bilan hamkorlik: Maktab rahbariyati profilaktik dasturlarni qo'llab-quvvatlash, ularni amalga oshirish uchun sharoitlar yaratish va zarur resurslarni ajratishda asosiy rol o'ynaydi.

Tashqi tashkilotlar bilan hamkorlik: Bolalar psixologik salomatligiga oid muammolar chuqurlashganda, tibbiy muassasalar, ijtimoiy himoya tashkilotlari va boshqa tegishli muassasalar bilan aloqa o'rnatish profilaktik ishlarning doirasini kengaytiradi.

MUHOKAMA VA TAHLILLAR

To'ra'qo'rg'on tumani 30-umumta'lim maktabi tajribasi shuni ko'rsatadiki, maktab psixologining profilaktik yondashuvi o'quvchilarning salbiy xulq-atvorini oldini olishda, ularning o'zlashtirishini yaxshilashda va maktabda sog'lom, qulay muhitni yaratishda juda samaralidir. Ko'pincha muammolar chuqurlashgandan so'ng ularni korreksiya qilishdan ko'ra, ularning oldini olish ancha oson va arzonroqdir. Profilaktik ishlar o'quvchilarda ichki resurslarni mustahkamlaydi, ularni hayotiy qiyinchiliklarga nisbatan chidamli qiladi. Ayniqsa, internet va ijtimoiy tarmoqlar ta'siri kuchaygan hozirgi davrda o'quvchilarda axborotga tanqidiy munosabatni shakllantirish, kiberbulling va boshqa internet xavflaridan himoya qilishga qaratilgan profilaktik ishlar tobora muhim ahamiyat kasb etmoqda. Shuningdek, mahalliy mentalitet va oilaviy qadriyatlarni hisobga olgan holda profilaktik dasturlarni moslashtirish ularning samaradorligini oshiradi. Psixologning faoliyati bolaning nafaqat ta'lim jarayoniga, balki umumiy ijtimoiy hayotiga ijobiy ta'sir ko'rsatuvchi muhim omildir.

XULOSA

Xulosa qilib aytganda, maktab psixologi faoliyatida profilaktik jarayonlar markaziy o‘rin tutadi va zamonaviy ta‘lim tizimining ajralmas qismidir. Profilaktika o‘quvchilarning psixologik salomatligini himoya qilish, ularning shaxsiy va ijtimoiy rivojlanishini ta‘minlash, shuningdek, maktabda qulay va xavfsiz muhitni yaratishda kalit rol o‘ynaydi. Muammolarni oldindan aniqlash va ularning oldini olishga qaratilgan tizimli ishlar bolalarning kelajakdagi muvaffaqiyatlari uchun mustahkam poydevor yaratadi.

Ushbu tadqiqot natijalari asosida quyidagi amaliy tavsiyalar beriladi:

Maktab psixologlari uchun profilaktik ishlar bo‘yicha muntazam ravishda malaka oshirish kurslari va innovatsion treninglarni tashkil etish.

Profilaktik dasturlarni amalga oshirish uchun zarur bo‘lgan metodik ta‘minot, diagnostik vositalar va ko‘rgazmali materiallar bilan maktablarni jihozlash.

Maktabning yillik ish rejasiga profilaktik tadbirlarni majburiy ravishda kiritish va ularning bajarilishini muntazam nazorat qilib borish.

O‘quvchilar, ota-onalar va pedagoglar o‘rtasida psixologik ma‘rifatni kengaytirish maqsadida axborot-kommunikatsiya texnologiyalaridan samarali foydalanish.

Maktab psixologining profilaktik faoliyatini mahalliy jamoatchilik va nodavlat tashkilotlar bilan hamkorlikda yanada kuchaytirish.

Bu tavsiyalar maktablarda psixologik profilaktika tizimini yanada takomillashtirishga va har bir o‘quvchining barkamol, ruhan sog‘lom shaxs bo‘lib voyaga yetishiga zamin yaratadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Mirziyoyev Sh.M. "Yangi O‘zbekiston strategiyasi". – Toshkent: "O‘zbekiston", 2021.
2. G‘oziyev E.G‘. "Psixologiya: Umumiy psixologiya". – Toshkent: "O‘qituvchi", 2003.
3. Karimova V.M. "Ijtimoiy psixologiya va ijtimoiy amaliyot". – Toshkent: "Sharq", 2002.
4. Nishonova Z.T. "Psixologik maslahat va korreksiya". – Toshkent: "Sharq", 2010.