

MAKTABGA MOSLASHMAGAN (DEZADAPTATSIYALASHGAN) O‘QUVCHILARNI PSIXOLOGIK QO‘LLAB-QUVVATLASHNING TIZIMLI METODOLOGIYASI

Tursunboyeva Muqaddam Samaritdinovna
Toshkent viloyati Parkent tumani MMTBga
qarashli 2-maktab amaliyotchi psixologi
Xojiyeva Shoira Rahmatullayevna
Toshkent viloyati Parkent tumani MMTBga
qarashli 47-maktab amaliyotchi psixologi

Annotatsiya: Ushbu maqolada umumta’lim maktablarida o‘quvchilarning maktab muhitiga moslashmaslik (maktab dezadaptatsiyasi) muammosi psixologik nuqtai nazardan tahlil qilinadi. Dezadaptatsiyaning kelib chiqish sabablari, uning yosh davrlari (boshlang‘ich sinf, o‘smirlik davri) bo‘yicha o‘ziga xos namoyon bo‘lish xususiyatlari hamda amaliyotchi psixolog tomonidan qo‘llaniladigan tashxisiy, korreksion va preventiv strategiyalar tizimli ravishda yoritilgan.

Kalit so‘zlar: maktab dezadaptatsiyasi, adaptatsiya (moslashish), maktab nefrozi, kognitiv rivojlanish, motivatsiya, korreksiya, sotsializatsiya, hamkorlik triadasi.

Bola hayotida maktabga qadam qo‘yish yoki bir ta’lim bosqichidan ikkinchisiga o‘tish (masalan, 1-sinfga qabul qilinish, 5-sinfda fanlar ko‘payishi yoki yangi jamoaga qo‘shilish) jiddiy ijtimoiy va psixologik inqiroz (stress) davri hisoblanadi. Bu davrda bola yangi kun tartibiga, ijtimoiy rollarga, pedagogik talablarga va tengdoshlar guruhiga moslashishi — **adaptatsiya (moslashish)** jarayonini boshdan kechiradi. Biroq, hamma o‘quvchilar ham ushbu tizimga muvaffaqiyatli integratsiyalasha olmaydilar. Psixofiziologik, pedagogik yoki ijtimoiy omillar sababli bolaning maktab muhiti talablari bilan uning ichki resurslari o‘rtasida nomuvofiqlik yuzaga keladi. Ushbu holat ilmiy adabiyotlarda **maktab dezadaptatsiyasi** deb ataladi. Maktabga moslashmagan o‘quvchilar faqatgina o‘zlashtirishi past bolalar emas; bular sirasiga agressiv, o‘ziga yopiq, surunkali xavotirdagi va maktabga borishdan mutlaqo bosh tortadigan (maktab fobiyasi bor) bolalar kiradi. Amaliyotchi psixologning fundamental vazifasi ushbu bolalarni dastlabki bosqichdayoq aniqlash va ularni tizimli qo‘llab-quvvatlashdan iboratdir.

Maktab dezadaptatsiyasi murakkab va ko‘p omilli patologiya bo‘lib, uning yuzaga kelish ildizlarini quyidagi tizimli guruhlariga ajratish mumkin:

Bunga bolaning umumiy sog‘lig‘i zaifligi, minimal miya disfunksiyalari (MMD), diqqat etishmasligi va giperaktivlik sindromi (DEGS) hamda asab tizimining tez charchashga moyilligi (astenizatsiya) kiradi. Bunday bolalar maktabdagi 45 daqiqalik

dars yuklamasiga jismoniy jihatdan chiday olmaydilar va tezda charchab, darsni buzishni yoki butunlay loqayd bo‘lib qolishni boshlaydilar. Bolaning yosh davriga nisbatan nutq boyligi, mantiqiy tafakkuri, fazoviy tasavvurlari va xotira hajmining yetarli darajada rivojlanmaganligi. Akademik dasturlarni o‘zlashtira olmaslik o‘quvchida o‘ziga nisbatan ishonchsizlik va maktabga nisbatan salbiy munosabatni shakllantiradi. Oiladagi nosog‘lom muhit, giperopeka (bolani o‘ta erka va mustaqil fikrlashdan mahrum qilib o‘stirish) yoki aksincha, gipoproteksiya (nazoratsizlik). Oila muhitida mustaqillik va mas‘uliyat ko‘nikmasini ko‘rmagan bola maktabdagi qonun-qoidalarga duch kelganda kuchli emotsional inqirozga uchraydi. Maktab amaliyotchi psixologi adaptatsiya jarayonini nazorat qilish uchun o‘quv yili boshida tizimli monitoring o‘tkazadi. Dezadaptatsiya turli yosh guruhlarida turlicha namoyon bo‘ladi:

Birinchi sinf o‘quvchilarida bu holat ko‘proq jismoniy va psixomotor darajada ko‘rinadi: darsda yig‘lash, asossiz bosh yoki qorin og‘rig‘i (psixosomatika), dars o‘rtasida turib ketish, o‘yinchoqlarini qo‘ymay o‘ynash, enurez (peshob tutolmaslik) holatlarining qaytalanishi. *Tashxis vositasi:* A. Lusherning "Rangli tanlov testi", Luskanovanning "Maktab motivatsiyasini aniqlash so‘rovnomasi" hamda "Maktab rasmi" proyektiv proyeksiyalari.

Yuqori sinf o‘quvchilarida bu holat xulq-atvorning buzilishi (deviant xulq), darslarni sababsiz qoldirish, o‘qituvchilar bilan qo‘pollik, tengdoshlar guruhidan ajralib qolish (izolyatsiya) yoki agressiya ko‘rinishida namoyon bo‘ladi. *Tashxis vositasi:* Fillipsning "Maktab xavotirliligini aniqlash testi", Bass-Darki agressiya so‘rovnomasi va sotsiometriya metodikasi (jamoada bolaning o‘rnini aniqlash uchun). Bola nima sababdan moslasha olmayapti: darsni tushunmayaptimi (kognitiv), o‘qituvchidan qo‘rqayaptimi (emotsional) yoki sinfdoshlari bilan urushyaptimi (sotsial)? Muammoning o‘choqlari aniqlanadi. Xavotir va qo‘rquv darajasi yuqori bolalar bilan qum terapiyasi (Sandplay), art-terapiya (rasm chizish, loy bilan ishlash) va ertak terapiyasi orqali maktab qo‘rquvlari (fobiyalari) neytrallanadi.

O‘quvchining sinf jamoasiga qo‘shilishi uchun kommunikativ o‘yinlar va sotsial-psixologik treninglar o‘tkaziladi. Bolaga nizolarni tinch yo‘l bilan hal qilish va jamoada o‘zini tutish qoidalari o‘rgatiladi. Maktab psixologi bolani yolg‘iz o‘zi korreksiya qila olmaydi. To‘liq moslashishga erishish uchun **Psixolog – Ota-ona – Pedagog** hamkorlik zanjiri yaratilishi shart.

[Hamkorlik Triadasi]

Psixolog



Ota-onalar

Pedagolar

Psixolog o'qituvchiga dezadaptatsiyadagi bolaga nisbatan individual yondashuv mezonlarini tushuntiradi. Bunday bolani hamma oldida turg'izib so'kish, past baholar bilan qo'rqitish vaziyatni yanada og'irlashtiradi. O'qituvchiga bolaning darsdagi kichkina muvaffaqiyatini ham rag'batlantirish ("**Muvaffaqiyat vaziyati**"ni yaratish), unga jamoaviy ishlarda mas'uliyatli topshiriqlar berish tavsiya etiladi.

Ko'pincha ota-onalarning uydagi qattiqqo'lligi yoki boladan haddan tashqari yuqori baholar talab qilishi maktab nefrozi (nevroz)ga sabab bo'ladi. Psixolog ota-onalarga kun tartibini to'g'ri taqsimlash, bolaga uyga kelganda birinchi navbatda darsni emas, uning kayfiyatini so'rash, maktab bilan bog'liq salbiy emotsional bosimlarni kamaytirish bo'yicha metodik ko'rsatmalar beradi.

XULOSA. Maktabga moslashmaslik — bu bolaning aybi yoki uning intellektual zaifligi belgisi emas. Bu yosh organizm va ruhiyatning yangi ijtimoiy muhitga bo'lgan o'ziga xos himoya hamda signal reaksiyasidir. Amaliyotchi psixolog tomonidan vaqtida ko'rsatilgan professional qo'llab-quvvatlash, to'g'ri tanlangan korreksion metodikalar va oiladagi qo'llab-quvvatlash tizimi dezadaptatsiya holatidagi o'quvchini qisqa muddat ichida maktabning faol, muvaffaqiyatli va ruhan sog'lom a'zosiga aylantirish imkonini beradi.

ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. **O'zbekiston Respublikasining "Bola huquqlarining kafolatlari to'g'risida"gi Qonuni.** – Toshkent: Adolat, 2021. (*O'quvchilarning ta'lim muassasalarida ruhan va jismoniy xavfsiz muhitda ta'lim olishlarining huquqiy asosi*).
2. **Venger A. L.** Psixologicheskoe obsledovanie mlashix shkolnikov. – Moskva: Vldos-Press, 2020. – 160 s. (*Boshlang'ich sinf o'quvchilarida maktab dezadaptatsiyasini proyektiv metodikalar, xususan "Maktab rasmi" testi orqali tashxislash tizimi*).
3. **Luskanova N. G.** Metodi ekspertiziruyushey otsenki shkolnoy adaptatsii. – Moskva: Sfera, 2018. – 96 s. (*O'quvchilarning maktab motivatsiyasi darajasini va adaptatsiya mezonlarini aniqlash metodologiyasi*).
4. **Karimova V. M.** Pedagogik psixologiya: darslik. – Toshkent: Noshir, 2019. – 224 b. (*Maktab muhitida o'quvchi shaxsining sotsializatsiyalashuvi hamda o'qituvchi va psixolog hamkorligi modeli*).
5. **Nishonova Z. T., Alimova G. K.** Bolalar psixodiagnostikasi: o'quv qo'llanma. – Toshkent: Sharq, 2021. – 280 b. (*Maktabga moslashmagan o'quvchilarning xavotirlanish, agressiya va emotsional rigidlik holatlarini aniqlash metodikalari*).
6. **Fillips F.** Test shkolnoy trevojnosti Fillipsa. – San-Diego: Academic Press, 2005. (*O'smirlilik davridagi maktab nefrozi va xavotirlanish determinantlarini o'rganuvchi metodologik manba*).

7. **Jahon Sog'liqni Saqlash Tashkiloti (JSST).** Bolalar va o'smirlarda psixosomatik buzilishlar hamda maktab dezadaptatsiyasining tibbiy-psixologik asoratlari bo'yicha global hisobot. – Jeneva: WHO Press, 2025. (*Giperaktivlik va diqqat etishmasligi sindromi (DEGS) bo'lgan bolalarni korreksiyalash bo'yicha xalqaro tavsiyalar*).

