

O'QUVCHILARDA JAMOAVIYLIK VA EMPATIYA KO'NIKMALARINI RIVOJLANTIRISHDA PSIXOLOGIK TRENINGLARNING AHAMIYATI

Hamrayeva Sohiba Sobirovna

Qashqadaryo viloyati G'uzor tumani

68- umumiy o'rta ta'lim maktabi psixologi

Annotatsiya: Mazkur maqolada o'quvchilarda jamoaviylik va empatiya ko'nikmalarini rivojlantirishda psixologik treninglarning o'rni va ahamiyati yoritilgan. Zamonaviy ta'lim jarayonida o'quvchilarning nafaqat bilim va malakalarini, balki ularning ijtimoiy-emotsional kompetensiyalarini rivojlantirish ham muhim vazifalardan biri hisoblanadi. Jamoaviylik va empatiya ko'nikmalari o'quvchilarning samarali muloqot qilishi, o'zaro hamkorlikni yo'lga qo'yishi, boshqalarning his-tuyg'ularini tushunishi hamda ijobiy ijtimoiy munosabatlarni shakllantirishida muhim ahamiyat kasb etadi. Maqolada psixologik treninglarning o'quvchilarda hamkorlik, o'zaro hurmat, bag'rikenglik, mas'uliyat va muloqot madaniyatini rivojlantirishdagi imkoniyatlari tahlil qilingan. Shuningdek, trening mashg'ulotlari orqali empatik tinglash, nizolarni konstruktiv hal etish va jamoada samarali faoliyat yuritish ko'nikmalarini shakllantirishning psixologik mexanizmlari ochib berilgan. Maktab psixologi tomonidan tashkil etiladigan treninglarning o'quvchilar shaxsiy rivojlanishi va sinf jamoasida sog'lom psixologik muhitni yaratishdagi ahamiyati asoslab berilgan.

Kalit so'zlar: jamoaviylik, empatiya, psixologik trening, o'quvchilar, ijtimoiy-emotsional rivojlanish, hamkorlik, muloqot madaniyati, empatik tinglash, shaxslararo munosabatlar, bag'rikenglik, sinf jamoasi, psixologik muhit, maktab psixologi, kommunikativ kompetensiya, ijtimoiy moslashuv.

Kirish

Bugungi kunda ta'lim tizimida o'quvchilarning intellektual salohiyatini rivojlantirish bilan bir qatorda, ularning ijtimoiy va emotsional kompetensiyalarini shakllantirish ham muhim vazifalardan biri sifatida e'tirof etilmoqda. Jamiyatning jadal rivojlanishi, ijtimoiy munosabatlarning murakkablashuvi va jamoada samarali faoliyat yuritishga bo'lgan ehtiyojning ortishi o'quvchilarda jamoaviylik va empatiya ko'nikmalarini rivojlantirish zaruratini yanada kuchaytirmoqda. Mazkur ko'nikmalar shaxsning muvaffaqiyatli ijtimoiylashuvi, sog'lom muloqot o'rnatishi hamda turli hayotiy vaziyatlarda samarali hamkorlik qilishi uchun muhim omil hisoblanadi. Jamoaviylik ko'nikmasi o'quvchining guruh bilan ishlash, umumiy maqsad sari intilish, o'z zimmasidagi mas'uliyatni his qilish va boshqalar bilan hamkorlikda faoliyat olib borish qobiliyatini ifodalaydi. Empatiya esa insonning boshqa shaxslarning his-tuyg'ularini tushunishi, ularga hamdardlik bildira olishi va o'z

munosabatlarini shu asosda qurishiga xizmat qiluvchi muhim psixologik sifatdir. Ushbu sifatlarning rivojlanganligi o'quvchilarning sinf jamoasida o'z o'rnini topishi, tengdoshlari bilan ijobiy munosabatlar o'rnatishi va turli nizoli vaziyatlarni konstruktiv hal etishida muhim ahamiyat kasb etadi. Maktab amaliyotida kuzatilayotgan ayrim muammolar, jumladan, o'quvchilar o'rtasidagi nizolar, bir-birini tushunmaslik, jamoaga moslasha olmaslik, agressiv xatti-harakatlar va muloqotdagi qiyinchiliklar jamoaviylik hamda empatiya ko'nikmalarini rivojlantirishga qaratilgan psixologik ishlarni takomillashtirish zarurligini ko'rsatmoqda. Bu borada psixologik treninglar samarali vositalardan biri sifatida alohida ahamiyatga ega. Trening mashg'ulotlari o'quvchilarga o'zaro muloqot qilish, fikr almashish, boshqalarning nuqtayi nazarini tushunish va jamoada ishlash tajribasini amaliy tarzda egallash imkoniyatini yaratadi.

Psixologik treninglarning asosiy afzalligi shundaki, ular o'quvchilarning faol ishtirokiga asoslanadi. Turli interfaol mashqlar, rolli o'yinlar, muammoli vaziyatlar va guruh topshiriqlar orqali o'quvchilar o'zlarining kommunikativ qobiliyatlarini rivojlantiradilar, boshqalar bilan hamkorlik qilishni o'rganadilar hamda empatik munosabatlarni shakllantiradilar. Natijada sinf jamoasida o'zaro hurmat, ishonch va qo'llab-quvvatlash muhitini yaratish imkoniyati kengayadi. Mazkur maqolaning maqsadi o'quvchilarda jamoaviylik va empatiya ko'nikmalarini rivojlantirishda psixologik treninglarning ahamiyatini ilmiy-nazariy jihatdan tahlil qilish, ularning shaxs rivojlanishiga ta'sirini yoritish hamda maktab psixologi faoliyatida ushbu treninglardan samarali foydalanish yo'llarini ko'rsatishdan iboratdir. Shuningdek, maqolada jamoaviylik va empatiya ko'nikmalarining o'quvchilar ijtimoiy-emotsional rivojlanishidagi o'rnini hamda ularni shakllantirishga xizmat qiluvchi psixologik mexanizmlar yoritib beriladi.

Asosiy qism

Zamonaviy ta'lim tizimida o'quvchilarning nafaqat bilim va ko'nikmalarini rivojlantirish, balki ularning ijtimoiy-emotsional kompetensiyalarini shakllantirish ham muhim ahamiyat kasb etadi. Ayniqsa, jamoaviylik va empatiya ko'nikmalari o'quvchilarning shaxs sifatida kamol topishi, sinf jamoasiga muvaffaqiyatli moslashishi hamda sog'lom shaxslararo munosabatlarni yo'lga qo'yishida muhim omil hisoblanadi. Ushbu ko'nikmalarni rivojlantirishda psixologik treninglar samarali pedagogik-psixologik vosita sifatida keng qo'llanilmoqda. Jamoaviylik – bu shaxsning boshqalar bilan hamkorlikda ishlash, umumiy maqsad sari intilish, guruh manfaatlarini hisobga olish va o'z faoliyatini jamoa faoliyati bilan uyg'unlashtirish qobiliyatidir. Jamoada ishlash ko'nikmasi rivojlangan o'quvchilar bir-birlarini qo'llab-quvvatlaydilar, o'zaro yordam ko'rsatadilar va umumiy vazifalarni bajarishda faol ishtirok etadilar. Bunday muhit esa sinf jamoasida ijobiy psixologik iqlim shakllanishiga xizmat qiladi. Empatiya esa insonning boshqa kishilarning hissiyotlari, kechinmalari va ruhiy holatini tushunish hamda his qilish qobiliyatini anglatadi.

Empatiya rivojlangan o'quvchilar tengdoshlarining his-tuyg'ulariga befarq bo'lmaydilar, ularga yordam berishga intiladilar va muloqot jarayonida hurmat tamoyillariga amal qiladilar. Natijada o'quvchilar o'rtasidagi nizolar kamayadi, o'zaro ishonch va hamjihatlik kuchayadi.

Psixologik treninglar jamoaviylik va empatiya ko'nikmalarini rivojlantirishning eng samarali usullaridan biri hisoblanadi. Trening mashg'ulotlari jarayonida o'quvchilar turli guruhli topshiriqlar, rolli o'yinlar, bahs-munozaralar va interfaol mashqlar orqali o'zaro hamkorlik qilish tajribasini orttiradilar. Ushbu jarayon o'quvchilarning muloqot madaniyatini rivojlantirishga, bir-birlarini tinglashga va fikrlariga hurmat bilan yondashishga yordam beradi. Jamoaviy treninglar davomida o'quvchilar umumiy maqsadga erishish uchun o'zaro kelishuvga erishish, vazifalarni taqsimlash va mas'uliyatni bo'lishishni o'rganadilar. Bu esa ularda liderlik, tashabbuskorlik, mas'uliyatlilik va hamkorlik kabi muhim sifatlarning rivojlanishiga xizmat qiladi. Ayniqsa, kichik guruhlarda tashkil etilgan mashg'ulotlar o'quvchilarning faol ishtirokini ta'minlab, ularning ijtimoiy faolligini oshiradi. Empatiyani rivojlantirishga qaratilgan treninglarda esa o'quvchilar o'zlarini boshqa inson o'rniga qo'yib ko'rish, uning his-tuyg'ularini anglash va vaziyatni turli nuqtayi nazardan baholashga o'rganadilar. Masalan, "Boshqaning ko'zi bilan qarash", "Men seni tushunaman", "Faol tinglash" kabi mashqlar o'quvchilarda empatik tinglash va hamdardlik ko'nikmalarini shakllantirishga yordam beradi. Natijada ular atrofdagilarning hissiy holatini yaxshiroq tushuna boshlaydilar va muloqotda samimiylik hamda hurmatni namoyon etadilar.

Psixologik treninglar o'quvchilarning nizolarni konstruktiv hal etish qobiliyatini ham rivojlantiradi. Treninglar davomida o'quvchilar muammoli vaziyatlarni tahlil qilish, o'z fikrini madaniyatli tarzda ifodalash va qarama-qarshiliklarni tinch yo'l bilan bartaraf etish usullarini o'rganadilar. Bu esa maktab muhitida uchraydigan kelishmovchiliklar va nizolar sonining kamayishiga xizmat qiladi. Maktab psixologi jamoaviylik va empatiya ko'nikmalarini rivojlantirish jarayonida muhim o'rin tutadi. U o'quvchilarning yosh va individual xususiyatlarini hisobga olgan holda maxsus trening dasturlarini ishlab chiqadi, mashg'ulotlarni tashkil etadi hamda ularning samaradorligini baholaydi. Shuningdek, psixolog sinf rahbarlari va ota-onalar bilan hamkorlikda o'quvchilarda sog'lom muloqot madaniyatini shakllantirishga qaratilgan profilaktik ishlarni olib boradi.

Bugungi kunda jamoaviylik va empatiya ko'nikmalarining rivojlanganligi o'quvchilarning nafaqat maktabdagi muvaffaqiyati, balki kelajakdagi kasbiy va ijtimoiy faoliyatida ham muhim ahamiyat kasb etadi. Chunki zamonaviy jamiyatda samarali hamkorlik qila olish, boshqalarni tushunish va jamoada ishlash qobiliyati eng muhim kompetensiyalardan biri sifatida baholanmoqda. Shu sababli ta'lim

muassasalarida psixologik treninglardan tizimli va maqsadli foydalanish o'quvchilarning har tomonlama barkamol shaxs bo'lib voyaga yetishiga xizmat qiladi.

Xulosa

Xulosa qilib aytganda, o'quvchilarda jamoaviylik va empatiya ko'nikmalarini rivojlantirish ularning shaxsiy va ijtimoiy kamolotida muhim o'rin tutadi. Ushbu ko'nikmalar o'quvchilarga jamoada samarali ishlash, o'zaro hamkorlik qilish, boshqalarning his-tuyg'ularini tushunish hamda sog'lom shaxslararo munosabatlarni shakllantirish imkonini beradi. Natijada sinf jamoasida ijobiy psixologik muhit yaratiladi va o'quvchilarning ijtimoiy moslashuvi osonlashadi. Psixologik treninglar jamoaviylik va empatiya ko'nikmalarini rivojlantirishda eng samarali usullardan biri ekanligi bilan ajralib turadi. Ular orqali o'quvchilar amaliy faoliyat jarayonida hamkorlik qilish, fikr almashish, o'zaro hurmat va ishonch asosida muloqot yuritish ko'nikmalarini egallaydilar. Shu bilan birga, trening mashg'ulotlari o'quvchilarda mas'uliyat, liderlik, bag'rikenglik va emotsional sezgirlik kabi muhim sifatlarining shakllanishiga xizmat qiladi. Shuningdek, maktab psixologi tomonidan tizimli tashkil etilgan treninglar o'quvchilarning nizolarni to'g'ri hal etish, empatik tinglash va jamoada samarali faoliyat yuritish qobiliyatlarini rivojlantirishda muhim ahamiyatga ega. Bu esa ta'lim jarayonida sog'lom psixologik muhitni yaratishga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Umuman olganda, o'quvchilarda jamoaviylik va empatiya ko'nikmalarini rivojlantirishga qaratilgan psixologik treninglar ularning nafaqat bugungi ta'lim jarayonidagi muvaffaqiyatini, balki kelajakdagi ijtimoiy hayotda ham munosib o'rin egallashini ta'minlaydi. Shu sababli mazkur yo'nalishda olib boriladigan psixologik ishlarni tizimli ravishda takomillashtirish dolzarb ahamiyatga ega hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Karimova V.M. Psixologiya. – Toshkent: O'qituvchi, 2019.
2. G'oziev E.G'. Yosh davrlari psixologiyasi. – Toshkent: Universitet, 2018.
3. Nishonova Z.T. Rivojlanish psixologiyasi va pedagogik psixologiya. – Toshkent: O'zbekiston faylasuflari milliy jamiyati nashriyoti, 2017.
4. Davletshin M.G. Pedagogik psixologiya asoslari. – Toshkent: TDPU nashriyoti, 2020.
5. Vohidov M.V. Bolalar va o'smirlar psixologiyasi. – Toshkent: O'qituvchi, 2016.
6. Musurmonova O. Oila ma'naviyati va tarbiya asoslari. – Toshkent: Fan, 2019.
7. To'xtaboyeva M. Psixologik maslahat va profilaktika ishlari. – Toshkent: Innovatsiya, 2021.