

MAKTABGACHA TA'LIM YOSHIDAGI BOLALARNING PSIXOLOGIK HOLATLAR SABABLARI

Amirova Nodira Shamshiyevna

*Alfraganus universiteti Pedagogika fakulteti Psixologiya
(faoliyat turlari) yo'nalishi 3- bosqich talabasi*

Annotatsiya: ushbu maqolada maktabgacha ta'lim yoshdagi bolalarda uchraydigan psixologik holatlar va ularning sabablari psixologik, ijtimoiy va biologic omillar asosida tahlil qilinadi. Shuningdek, bolalardagi emotsional beqarorlik, qo'rquv, xavotir, agressivlik kabi holatlarning kelob chiqishiga oilaviy muhit, pedagogik yondashuvlar va shaxslar aro munosabatlarning ta'siri ko'rib chiqiladi. Hamda bu holatlarning oldini olish va yengillashtirish bo'yicha psixologik tavsiyalar ham beriladi.

Kalit so'zlar: Emotsional barqarorlik, qo'rquv, xavotir, agressivlik, maktabgacha ta'lim Yoshi. Diqqat va xotira buzilishlari, emotsional sezgirlik, tarbiya uslublari, ijobiy munosabat, muloqot.

Maktabgacha ta'lim yoshi- bola psixikasining shakllanishida eng muhim va sezgir davrlardan biridir. Bu davrda bola tafakkuri, emotsional holati, ijtimoiy munosabatlari, o'zini anglash jarayoni rivjlanadi. Shu sababli, bu bosqichda yuzaga keladigan psixologik muammolar bola k.elajagi uchun jiddiy salbiy oqibqtlarga olib kelishi mumkin.

Maktabgacha yoshda ko'p uchraydigan psixologik holatlarga quyidagilarni kiritish mumkin:

- emotsional beqarorlik bu-n juda tez yig'lash va kayfiyat o'zgaruvchanligi hisoblanadi.

- agressivlik bu- insonlarga nisbatan tajovuzkor xatti harakatlar hisoblanadi.

- Xavotir va qo'rquvlar (ajralishdan qo'rqish, qorong'ulik, yolg'izlik)

- ijtimoiy chekinish – bunda o'ziga bo'lgan ishonchni yetishmasligi, tengdoshlar bilan muloqotda bo'lmaslik, o'zini izolyatsiya ya'ni yolg'iz qoldirishi.

- diqqat va xotira buzilishlari: bu holatalar bola ruhiyatining notekis rivojlanayotganidan darak beradi va chuqur tahlil talab etiladi.

- Bunday holat buzilishlari albatta jiddiy e'tibor talab etadi.

Shaxsiy rivojlanishdagi individual xususiyatlar.

Har bir bolaning temperament turi, emotsional sezgirliigi, moslashuvchanligi har xil bo'ladi. Bu omillar uning stressga va tashqi muhitga nisbatan reaksiyasini belgilaydi. Oilada doimiy davom etadigan mojarolar, ajralishlar, yaqin insonning vafoti yoki jismoniy nizolar, jazolar bolaning psixologik holatini og'irlashtiradi.

Tarbiyaning noto'g'ri uslublari Avtoritar yoki haddan ziyod erkalatish bolaning mustaqil fikrlashi va ijtimoiy moslashuviga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Oilaviy muhit. Bolaga oilada muhabbat, mehr, barqarorlik yetishmasligi – bolada xavotir va agressiyani keltirib chiqaradi. Ota-ona va bola o'rtasidagi munosabat sifati hal qiluvchi omildir.

Maktabgacha ta'lim muassasidagi pedagoglar tomonidan bolaning ehtiyojlarini e'tiborga olmaslik, haddan tashqari talabchanlik yoki e'tiborsizlik stress holatini kuchaytiradi.

Ijtimoiy tengdoshlari bilan munosabat:

-jamoadagi o'z o'rnini topa olmaslik, tengdoshlar tomonidan rad etilish psixologik izolyatsiyaga olib keladi

Tug'ma yoki orttirilgan nevrologik buzilishlar:

-nerv tizimidagi muammolar bolada diqqat, xatti- harakat, muloqot muammolarini yuzaga keltiradi.

Sog'liq bilan bog'liq muammolar:

-surunkali kasalliklar,

-oziqlanishdagi muammolar bola kayfiyatiga va umumiy ruhiy holatiga salbiy ta'sir qiladi.

Oilaviy muhit bolaning psixik rivojlanishida asosiy rol o'ynaydi. Quyidagi vaziyatlar emotsional muvozanatning buzilishiga olib kelishi mumkin:

-noaniq va beqaror tarbiya uslublari: bir holatda mehribon, boshqa holtda jazo bilanyondashish bolada xavfsizlik hissining yo'qolishiga sabab bo'ladi.

- ota ona o'rtasidagi ziddiyatlar: doimiy janjallar, ajrimlar, ruhiy bosim bolada xavotir, qo'rquv va tajovuzni kuchaytiradi.

-e'tibor yetishmovchiligi: emotsional beqarorlikning asosiy omillaridan biri-bolaning hissiy ehtiyojlari qondirilmasligi.

-o'rtacha yoki yuqori darajadagi nazorat(avtoritar uslub) : bolaning mustaqilligini bo'g'adi. Bu esa xavotir va ichki norozilikka sabab bo'ladi.

-zo'ravonlik yoki e'tiborsizlik : bu omillar agressivlik yoki haddan ortiq passivlik shaklida namoyon bo'ladi.

Ta'lim muassalarida bolaga nisbatan to'g'ri pedagogik yondashuv juda muhim. Aks holda quyidagilar sodir bo'ladi:

-tanqid va jazoga asoslangan yondashuvlar : bu bolada o'ziga ishonchsizlik, qo'rquv va xavotirni kuchaytiradi.

-individual yondashuvning yetishmasligi: har bir bolaning o'ziga hos psixologik xususiyatlari inobatga olinmasa, u o'zini keraksiz his qiladi, bu esa beqarorlik va tajovuzni oshiradi.

-qo'llab-quvvatlovchi muhitning yo'qligi: raqobatga asoslangan, faqat baholashga yo'naltirilgan muhit bolada emotsional bosimni kuchaytiradi.

O'qituvchining tajribasizligi yoki muomala madaniyatining pastligi: bolaga nisbatan beg'am yoki tahdidli munosabat uning psixologik muvozanatini buzishi mumkin.

Bola o'z tengdoshlari va kattalar bilan bo'ladigan munosabatlar orqali ijtimoiy tajriba orttiradi. Bu munosabatlarning sifati quyidagicha ta'sir qiladi:

-zo'ravonlikka asoslangan o'zaro aloqalar: bola o'zini himoyasiz his qiladi, bu esa xavotir va tajovuzning kuchayishiga olib keladi;

-e'tiborsiz qoldirish yoki chetlashish: jamoada o'zini keraksiz his qilgan bola ichki tushkunlik yoki g'azabni namoyon qiladi. Salbiy ijtimoiy solishtirishlar: " U sendan yaxshiroq " kabi qiyoslar bolada norozilik va emotsional ziddiyatlarni kuchaytiradi;

-mehr va do'stona munosabat yetishmovchiligi : bu beqarorlik va noaniqlik hissini kuchaytiradi.

Maktabgacha ta'lim yoshidagi bolalarda uchraydigan emotsional beqarorlik , qo'rquv, xavotir va agressevlilik kabi holatlar- ularning ruhiy rivojlanishida tabiiy, lekin e'tibor va yondashuvni talab qiladigan jarayonlardir.quyida ushbu holatlarning oldini olish va ularni yengillashtirish bo'yicha psixologik, pedagogik va ijtimoiy tavsiyalar keltirilgan:

-avvalo muhitni barqarorlashtirish;

-uyda tinch va barqaror psixologik muhit yaratish kerak-doimiy mojoro, baqir chaqir, haddan tashqari tanqid bolada xavotir va qo'rquvni kuchaytiradi.bunday holatlardan bolani asrash kerak.

-bolaga misli xavfsiz makon yaratish lozim- u o'zini tushunilgan,himoyalangan va sevilgan his qilishi kerak.

-bolani emotsiyalarga e'tibor ularni tan olish va ifodalashni o'rgatish lozim.

-bolaga o'z his tuyg'ularini tanib olib, ularni ifodalab berishni va boshqarishni o'rgatish ham kata ahamiyatga ega.

-emotsional aqlni rivojlantirish uchun ertaklar, rolli o'yinlar va rasm chizish orqali ichki holatlarini , hissiyotlarini namoyon qilishiga yordam berish lozim;

-tashvish va qo'rquvni kamaytirish;

Bizning O'zbekiston muhitida bolani qo'rqitib tinchlantirish odatga aylangan. Aslida esa bolani bunday noto'g'ri qo'rqitishlardan saqlash lozim 9 masalan, "doctor keladi, igna qiladi", "militsiya olib ketadi").

Qo'rquv haqida gaplashib, uni tishuntirish , uni normal holat sifatida qabul qilish- bolaga uni tushunishingizni ko'rsatish lozim.

Ijobiy munosabat va muloqot.

Mehr va quchoqlashish bolaga xavfsizlik hissini beradi- har kuni jismoniy va hissiy yaqinlikni ta'minlab berish lozim.

Bolani tinglab, uni fikrini e'tiborsiz qoldirmaslik kerak- bu uning o'ziga ishonchini oshiradi.

-agressivlikni kamaytirish. Agressiyani jazo bilan emas, tushuntirish bilan hal qilish juda muhim. Misol: "Seni urganing meni ranjitdi. Nega jaxling chiqdi?" kabi tushuntirishlar bilan bolaga yuzlanish lozim.

-agressiyani ifoda etish uchun: sport, loy bilan ishlash, musiqiy faoliyatlar bilan shug'ullanish mumkin.

Agressiv xatti-harakatlarni oshirishga mo'ljallangan ekran tasvirlari, o'yinlar yoki voqealardan saqlanishi lozim.

Rejim va tartib

-barqaror kun tartibi (uyqu, o'yin va dam olish) bolaning ichki muvozanatini barqarorlashtirish;

-toza havoda sayr va turli sport mashg'ulotlari,

- bolalar bilan qurilgan samimiy suhbat,

- sensor sezgilarni oshirishda xizmat qiluvchi mayda motorika o'yinlar: bola asabini tinchlantirib, diqqatni oshirishga xizmat qiladi.

- bolaga foydali bo'lgan, vitaminlarga boy, yengil xazm bo'luvchi yeguliklar bilan ovqatlantirish, gazli ichimliklar, turli xil tayyor maxsulotlar(kalbasa, sasiska, chips, turli rangdagi marmelad va shu kabi yeguliklar).

Xulosa o'rnida shuni aytishim mumkinki, bolaga qaratilgan e'tibor- kelajakka e'tibor. Jonimizdan aziz bo'lgan bolajonlarimizga to'g'ri parvarish ularni sog'lom o'sishini ta'minlab, katta hayotga mustaqil qadam qo'yishida mustahkam poydevor bo'ladi.

Foдалanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Shoumarov, G', (2020). Bola psixologiyasi asoslar.
2. Vogotskiy. L. S. (1984) Psixik taraqqiyotning madaniy tarixiy nazariyasi.
3. Xolmatova N (2019). Oilaviy muhit va bolalar ruhiy rivojlanishi.
4. Yusuf ova M. (2021) Bolalar psixologiyasi va tarbiya jarayonining psixologik asoslari.