“Tarbiyasi og‘ir” o‘quvchilar bilan ishlashda maktab psixologining zamonaviy metod va texnologiyalari

Djanzakova Xolida Razakovna
O‘rta Chirchiq tumani MMTB tasarrufidagi
27-umumiy o‘rta ta’lim maktabi psixologi

Annotatsiya. Mazkur maqolada “tarbiyasi og‘ir” o‘quvchilar bilan ishlashda maktab psixologining faoliyati, zamonaviy metod va texnologiyalardan foydalanishning psixologik-pedagogik jihatlari yoritilgan. Shuningdek, o‘quvchilardagi salbiy xulq-atvor, agressivlik, ijtimoiy moslashuvdagi qiyinchiliklar hamda emotsional zo‘riqishlarni aniqlash va bartaraf etishda psixodiagnostika, psixokorreksiya, trening, suhbat va motivatsion yondashuvlarning samaradorligi tahlil qilingan. Maqolada maktab psixologi, ota-ona va pedagog hamkorligining ahamiyati ham ochib berilgan.

Kalit so‘zlar: Maktab psixologi, tarbiyasi og‘ir o‘quvchi, psixologik yordam, psixokorreksiya, psixodiagnostika, agressiv xulq, motivatsiya, ijtimoiy moslashuv, emotsional zo‘riqish, pedagogik yondashuv, trening, kommunikativ ko‘nikma, profilaktika, konflikt, deviant xulq, psixologik texnologiyalar, hamkorlik

Bugungi kunda umumta’lim maktablarida uchrayotgan muhim muammolardan biri bu “tarbiyasi og‘ir” o‘quvchilar bilan ishlash masalasidir. Jamiyatdagi ijtimoiy-iqtisodiy o‘zgarishlar, oilaviy muhitdagi nizolar, internet va ijtimoiy tarmoqlarning salbiy ta’siri, tengdoshlar bosimi hamda ma’naviy nazoratning sustligi ayrim o‘quvchilarning xulq-atvorida salbiy o‘zgarishlarni yuzaga keltirmoqda. Bunday holatlar o‘quvchilarda agressivlik, intizomsizlik, darslarga qiziqmaslik, yolg‘on gapirish, jamoaga moslasha olmaslik, o‘qituvchi va ota-onaga nisbatan hurmatsizlik kabi ko‘rinishlarda namoyon bo‘ladi. Shu sababli mazkur toifadagi o‘quvchilar bilan ishlashda maktab psixologining roli va kasbiy faoliyati alohida ahamiyat kasb etadi. “Tarbiyasi og‘ir” tushunchasi pedagogik va psixologik adabiyotlarda o‘ziga xos murakkab xulq-atvorga ega, tarbiyaviy ta’sirga qiyin bo‘ysunuvchi, ijtimoiy me’yorlarga moslashishda muammoga duch keluvchi o‘quvchilarga nisbatan qo‘llaniladi. Bunday o‘quvchilar ko‘pincha emotsional jihatdan beqaror, o‘z hissiyotlarini boshqara olmaydigan, tez jahli chiqadigan yoki aksincha, ichki tushkunlikni yashirib yuradigan bolalar bo‘lishi mumkin. Ayrim hollarda esa ularning salbiy xulqi ortida mehr yetishmovchiligi, oiladagi nizolar, e’tiborsizlik yoki psixologik travmalar yashiringan bo‘ladi. Shu bois maktab psixologi muammoning tashqi belgilarini emas, balki uning ichki psixologik sabablarini aniqlashi zarur.

Maktab amaliyotida tarbiyasi og‘ir o‘quvchilar bilan ishlash faqatgina jazolash yoki tanbeh berish orqali amalga oshirilsa, kutilgan natijaga erishish qiyin bo‘ladi. Chunki bunday o‘quvchilar ko‘pincha salbiy munosabatga nisbatan yanada agressiv javob qaytaradi. Zamonaviy psixologiyada esa bolaga insonparvarlik asosida yondashish, uning qiziqishlari, ehtiyojlari va ichki kechinmalarini hisobga olish muhim tamoyil sifatida qaraladi. Psixolog o‘quvchi bilan ishonchli munosabat o‘rnatishi, uni tinglay olishi va muammolarini tushunishga harakat qilishi kerak. Chunki samimiy psixologik aloqa tarbiyasi og‘ir o‘quvchini ijobiy tomonga o‘zgartirishning eng muhim omillaridan biridir. Bugungi ta’lim tizimida maktab psixologidan nafaqat diagnostik faoliyat, balki innovatsion metod va texnologiyalarni qo‘llash ham talab qilinmoqda. Xususan, art-terapiya, trening mashg‘ulotlari, relaksatsiya metodlari, psixokorreksion o‘yinlar, motivatsion suhbatlar va interaktiv mashqlar o‘quvchilarning ichki dunyosini o‘rganishda hamda ulardagi salbiy holatlarni bartaraf etishda samarali vosita bo‘lib xizmat qiladi. Ayniqsa, o‘smirlik davridagi o‘quvchilarda mustaqillikka intilish kuchli

bo‘lgani sababli, ularga buyruqbozlik orqali emas, balki hamkorlik va motivatsiya asosida yondashish muhim hisoblanadi.

Shuningdek, tarbiyasi og‘ir o‘quvchilar bilan ishlashda maktab, oila va mahalla hamkorligi ham muhim o‘rin tutadi. Agar ota-ona farzandining psixologik holatiga befarq bo‘lsa yoki oilada doimiy nizolar hukm sursa, maktabdagi tarbiyaviy ishlarning samarasi pasayadi. Shu sababli psixolog ota-onalar bilan ham individual suhbatlar, seminar-treninglar va psixologik maslahatlar olib borishi zarur. Bu esa o‘quvchining xulq-atvorini ijobiy tomonga o‘zgartirishga yordam beradi. “Tarbiyasi og‘ir” o‘quvchilar bilan samarali ishlash avvalo ularning psixologik holatini chuqur o‘rganishdan boshlanadi. Har bir o‘quvchining xulq-atvori, dunyoqarashi, emotsional kechinmalari va ijtimoiy muhitga munosabati turlicha bo‘lgani sababli, ularga bir xil yondashuvni qo‘llash samara bermaydi. Shu bois maktab psixologi faoliyatida psixodiagnostika muhim bosqich hisoblanadi. Psixodiagnostika orqali o‘quvchining ichki muammolari, salbiy xulq-atvorining sabablari, emotsional zo‘riqish darajasi, motivatsiyasi va ijtimoiy moslashuv holati aniqlanadi.

Ko‘plab hollarda “tarbiyasi og‘ir” deb baholanayotgan o‘quvchilar aslida psixologik yordamga muhtoj bo‘ladi. Masalan, oiladagi ajrim, ota-onaning e’tiborsizligi, iqtisodiy qiyinchiliklar, zo‘ravonlik yoki tengdoshlar tomonidan kamsitilish bolaning ruhiy holatiga salbiy ta’sir qiladi. Natijada o‘quvchi o‘zini agressiv tutishi, darslarga qiziqmasligi yoki jamoaga qo‘shila olmasligi mumkin. Agar psixolog muammoning ildizini aniqlamasdan faqat tashqi xatti-harakatlarni baholasa, vaziyat yanada murakkablashadi. Shu sababli psixodiagnostika jarayonida bolaning shaxsiy xususiyatlari va yashash muhiti kompleks tarzda o‘rganilishi lozim. Maktab psixologi diagnostika jarayonida turli metodlardan foydalanadi. Kuzatish metodi eng ko‘p qo‘llaniladigan usullardan biri bo‘lib, bunda o‘quvchining darsdagi faolligi, tengdoshlar bilan munosabati, hissiy reaksiyalari va xulq-atvori tabiiy sharoitda kuzatiladi. Ayrim bolalar psixolog bilan suhbatda o‘z muammolarini yashirishi mumkin, biroq kundalik faoliyatdagi xatti-harakatlari orqali ularning ichki kechinmalarini anglash mumkin bo‘ladi. Shu sababli kuzatish metodining amaliy ahamiyati juda katta.

Suhbat metodi ham tarbiyasi og‘ir o‘quvchilar bilan ishlashda samarali hisoblanadi. Psixolog bolaning ishonchini qozongan holda uning qiziqishlari, qo‘rquvlari, oilaviy muhiti va hayotiy muammolari haqida ma’lumot oladi. Bunday suhbatlar rasmiy savol-javob shaklida emas, balki samimiy va do‘stona ruhda tashkil qilinishi muhim. Chunki o‘quvchi o‘zini erkin his qilgandagina ichki kechinmalarini ochib bera oladi. Psixologning muloyim muomalasi va empatiyasi bu jarayonda katta rol o‘ynaydi. Bundan tashqari, zamonaviy psixologiyada test metodlari ham keng qo‘llaniladi. Xususan, agressivlik darajasini aniqlash testlari, shaxsning emotsional holatini o‘rganish metodikalari, kommunikativ qobiliyat va motivatsiyani baholash testlari o‘quvchi shaxsini chuqur tahlil qilish imkonini beradi. Ayrim hollarda rasm chizish metodlari yoki proyektiv testlar ham samarali natija beradi. Masalan, bolaning chizgan rasmi orqali uning ichki qo‘rquvlari, oilaviy munosabatlarga bo‘lgan qarashi yoki emotsional holatini aniqlash mumkin.

Psixodiagnostika jarayonida faqat o‘quvchining o‘zi bilan ishlash yetarli emas. Maktab psixologi sinf rahbari, fan o‘qituvchilari va ota-onalar bilan ham hamkorlikda ma’lumot to‘plashi zarur. Chunki ayrim bolalar uyda boshqa, maktabda esa mutlaqo boshqacha xulq namoyon qilishi mumkin. Ota-onalar bilan olib borilgan suhbatlar orqali oiladagi muhit, tarbiya usullari va bolaning kundalik hayoti haqida muhim ma’lumotlar olinadi. Bu esa psixologik yordamni to‘g‘ri rejalashtirish imkonini beradi. Shuningdek, diagnostika natijalari asosida har bir o‘quvchi uchun individual yondashuv ishlab chiqilishi muhim hisoblanadi. Chunki barcha “tarbiyasi og‘ir” o‘quvchilarning muammolari bir xil emas. Kimdadir agressivlik ustun bo‘lsa, boshqasida ichki tushkunlik yoki o‘ziga ishonchsizlik kuchli bo‘lishi mumkin. Shu bois psixolog har bir holatni alohida tahlil qilishi va individual psixokorreksion

dastur tuzishi kerak. Bugungi kunda ta’lim tizimida “tarbiyasi og‘ir” o‘quvchilar bilan ishlash jarayonida an’anaviy usullar bilan bir qatorda zamonaviy psixologik metod va texnologiyalardan foydalanish muhim ahamiyat kasb etmoqda. Chunki zamonaviy o‘quvchilar psixologiyasi, ularning qiziqishlari va dunyoqarashi oldingi davrlarga nisbatan keskin o‘zgargan. Oddiy tanbeh yoki nazorat usullari ko‘pincha kutilgan natijani bermaydi. Shu sababli maktab psixologi innovatsion va interaktiv yondashuvlarni qo‘llashi zarur. Bunday metodlar o‘quvchining ichki dunyosiga ijobiy ta’sir ko‘rsatib, undagi salbiy xulq-atvorni asta-sekin bartaraf etishga xizmat qiladi.

Zamonaviy psixologik texnologiyalar orasida trening mashg‘ulotlari alohida o‘rin egallaydi. Treninglar orqali o‘quvchilarda muloqot madaniyati, emotsional nazorat, o‘zini boshqarish va jamoa bilan ishlash ko‘nikmalari shakllantiriladi. Ayniqsa, agressiv yoki jamoaga moslasha olmaydigan o‘quvchilar uchun guruhiy treninglar juda samarali hisoblanadi. Trening jarayonida o‘quvchilar turli vaziyatli mashqlar, rolli o‘yinlar va muammoli topshiriqlar orqali o‘z xatti-harakatlarini tahlil qilishni o‘rganadilar. Bu esa ularda o‘zini anglash va o‘z ustida ishlash motivatsiyasini kuchaytiradi.

Art-terapiya ham “tarbiyasi og‘ir” o‘quvchilar bilan ishlashda keng qo‘llanilayotgan samarali metodlardan biridir. Ushbu metod orqali bola rasm chizish, ranglar bilan ishlash, musiqa tinglash yoki ijodiy faoliyat yordamida o‘z ichki hissiyotlarini ifoda etadi. Ko‘plab bolalar o‘z muammolarini ochiq ayta olmasligi mumkin, biroq ular ijodiy faoliyat orqali ichki kechinmalarini namoyon qiladilar. Masalan, qorong‘i ranglarning ko‘pligi, agressiv tasvirlar yoki yolg‘izlikni ifodalovchi rasmlar bolaning emotsional muammolaridan darak berishi mumkin. Psixolog bunday belgilar orqali bolaning ruhiy holatini aniqlab, kerakli psixologik yordamni tashkil etadi. Relaksatsiya va stressni kamaytirishga qaratilgan mashqlar ham zamonaviy psixologik texnologiyalar tarkibiga kiradi. Hozirgi davrda ko‘plab o‘quvchilar ruhiy zo‘riqish, xavotir va ichki bosimni boshdan kechirmoqda. Ayniqsa, oilaviy muammolar yoki tengdoshlar bilan nizolar bolaning psixikasiga salbiy ta’sir qiladi. Nafas mashqlari, musiqali relaksatsiya, meditatsion texnikalar va psixogimnastika mashqlari orqali o‘quvchilarning emotsional holatini barqarorlashtirish mumkin. Bu metodlar bolaning asabiylashuv darajasini pasaytirib, unda ijobiy fikrlashni shakllantirishga yordam beradi.

Motivatsion suhbat texnologiyasi ham maktab psixologi faoliyatida muhim vositalardan biri hisoblanadi. “Tarbiyasi og‘ir” o‘quvchilarning aksariyatida o‘ziga ishonchsizlik, hayotdan norozilik yoki kelajakka befarqlik kuzatiladi. Psixolog ular bilan individual suhbatlar olib borib, o‘quvchining kuchli tomonlarini ochib berishga, uni rag‘batlantirishga va maqsad sari yo‘naltirishga harakat qiladi. Motivatsion yondashuv orqali o‘quvchi o‘z imkoniyatlarini anglay boshlaydi va asta-sekin ijobiy faoliyatga qiziqishi ortadi. Zamonaviy texnologiyalar ichida axborot-kommunikatsion vositalardan foydalanish ham samarali natija bermoqda. Psixologik videoroliklar, motivatsion filmlar, interaktiv prezentatsiyalar va onlayn psixologik testlar o‘quvchilarning qiziqishini oshiradi. Ayniqsa, bugungi raqamli avlod uchun vizual va multimedia materiallari katta ta’sir kuchiga ega. Biroq internet va raqamli texnologiyalardan foydalanishda psixolog nazorati va maqsadli yondashuv muhim hisoblanadi. Shuningdek, konfliktologik treninglar ham “tarbiyasi og‘ir” o‘quvchilar bilan ishlashda muhim o‘rin tutadi. Chunki bunday o‘quvchilar ko‘pincha nizoli vaziyatlarga tez kirishadi va hissiyotlarini boshqara olmaydi. Maxsus mashg‘ulotlar orqali ularga muammoni tinch yo‘l bilan hal qilish, boshqalarning fikrini tinglash, sabrli bo‘lish va murosaga kelish ko‘nikmalari o‘rgatiladi. Bu esa o‘quvchilarning ijtimoiy moslashuvini yaxshilaydi.

“Tarbiyasi og‘ir” o‘quvchilar bilan ishlashda faqat mavjud muammoni bartaraf etish emas, balki salbiy holatlarning oldini olishga qaratilgan profilaktik ishlarni tashkil etish ham muhim ahamiyatga ega. Chunki o‘quvchidagi agressivlik, intizomsizlik yoki ijtimoiy moslashuvdagi qiyinchiliklar bir kunda shakllanmaydi. Ularning kelib chiqishida oilaviy muhit, noto‘g‘ri tarbiya, tengdoshlar ta’siri,

psixologik bosim va emotsional ehtiyojlarning qondirilmasligi kabi omillar muhim rol o‘ynaydi. Shu sababli maktab psixologi profilaktik faoliyatni muntazam ravishda olib borishi zarur.

Profilaktik ishlarning asosiy maqsadi o‘quvchilarda salbiy xulq-atvor shakllanishining oldini olish, ularning psixologik barqarorligini mustahkamlash va ijtimoiy moslashuvini yaxshilashdan iboratdir. Bu jarayonda maktab psixologi faqat muammoli o‘quvchilar bilan emas, balki barcha o‘quvchilar bilan ishlashi kerak. Chunki o‘z vaqtida ko‘rsatilgan psixologik yordam ko‘plab muammolarning oldini oladi. Ayniqsa, o‘smirlik davrida o‘quvchilarning hissiy holati juda tez o‘zgaradi, ular mustaqillikka intiladi va tashqi ta’sirlarga tez beriladi. Shu sababli bu davrda psixologik profilaktika ishlari alohida ahamiyat kasb etadi. Maktabda tashkil etiladigan psixologik treninglar, davra suhbatlari, seminarlar va interaktiv mashg‘ulotlar profilaktik faoliyatning samarali shakllaridan biri hisoblanadi. Bunday tadbirlarda o‘quvchilarga sog‘lom turmush tarzi, stressni boshqarish, konfliktlarni tinch yo‘l bilan hal qilish, emotsional nazorat va kommunikativ ko‘nikmalar haqida tushunchalar beriladi. Ayniqsa, hayotiy vaziyatlarga asoslangan mashqlar o‘quvchilarning qiziqishini oshiradi va ularda mustaqil fikrlashni rivojlantiradi. Shuningdek, profilaktik ishlar jarayonida ota-onalar bilan hamkorlik muhim o‘rin tutadi. Chunki bolaning asosiy tarbiya muhiti oiladir. Agar oilada mehr-muhabbat, o‘zaro hurmat va sog‘lom psixologik muhit mavjud bo‘lsa, bolaning salbiy yo‘lga kirib qolish ehtimoli kamayadi. Shu sababli maktab psixologi ota-onalar uchun seminar-treninglar, psixologik maslahatlar va suhbatlar tashkil etishi kerak. Ota-onalarga farzand bilan to‘g‘ri muloqot qilish, uni tinglash, qo‘llab-quvvatlash va jazolashning salbiy oqibatlari haqida tushuntirish ishlari olib borilishi muhimdir. “Tarbiyasi og‘ir” o‘quvchilar bilan ishlashda individual profilaktik reja tuzish ham samarali natija beradi. Har bir bolaning psixologik xususiyatlari turlicha bo‘lgani sababli, ularga individual yondashuv talab etiladi. Ayrim o‘quvchilar bilan ko‘proq motivatsion suhbatlar olib borish kerak bo‘lsa, boshqalarida ijodiy faoliyat yoki sport mashg‘ulotlari orqali ijobiy o‘zgarishlarga erishish mumkin. Psixolog bolaning qiziqishlari va qobiliyatlarini aniqlab, uni foydali faoliyatga yo‘naltirishi lozim. Bu esa o‘quvchining bo‘sh vaqtini mazmunli tashkil etishga va salbiy muhitdan uzoqlashishiga yordam beradi. Profilaktik faoliyat samaradorligini oshirishda maktab jamoasi bilan hamkorlik ham katta ahamiyatga ega. Sinf rahbarlari, fan o‘qituvchilari va maktab ma’muriyati o‘quvchilarning xulq-atvoridagi o‘zgarishlarni o‘z vaqtida sezib, psixolog bilan hamkorlikda ish olib borishi kerak. Agar pedagoglar o‘quvchini faqat jazolash orqali emas, balki tushunish va qo‘llab-quvvatlash orqali tarbiyalasa, ijobiy natijalarga erishish osonlashadi. Amaliy tajribalar shuni ko‘rsatadiki, muntazam psixologik yordam va profilaktik ishlar natijasida “tarbiyasi og‘ir” o‘quvchilarning xulq-atvorida sezilarli ijobiy o‘zgarishlar kuzatiladi. Ularning o‘qishga qiziqishi ortadi, jamoaga moslashuvi yaxshilanadi, agressivlik va nizoli vaziyatlar kamayadi. Eng muhimi, o‘quvchida o‘ziga bo‘lgan ishonch va kelajakka nisbatan ijobiy munosabat shakllanadi.

Xulosa qilib aytganda, “tarbiyasi og‘ir” o‘quvchilar bilan ishlashda profilaktik faoliyat muhim yo‘nalishlardan biri hisoblanadi. Zamonaviy metod va texnologiyalar asosida tashkil etilgan psixologik profilaktika ishlari o‘quvchilarning sog‘lom shaxs sifatida shakllanishiga, ularning jamiyatda o‘z o‘rnini topishiga hamda ijtimoiy muammolarning kamayishiga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati:

1. G‘oziyev E. G‘. Umumiy psixologiya. – Toshkent: O‘qituvchi, 2017. 280-b
2. Nishonova Z. T., Kamilova N. G‘., Abdullayeva D. U., Xolnazarova M. X. Rivojlanish va pedagogik psixologiya. – Toshkent, 2019.
3. Lazarus R. S., Folkman S. Stress, Appraisal, and Coping. – New York: Springer, 1984Karimova V. M. Psixologiya. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2018. 152-b
4. Vygotskiy L. S. Pedagogik psixologiya. – Moskva: Pedagogika, 2018.

5. UNESCO. School Health and Youth Well-being: Mental Health in Education. – Paris: UNESCO Publishing, 2021.
6. UNICEF. Adolescent Mental Health and Psychosocial Support in Schools. – New York: UNICEF, 2020. 120-b
7. Referat.uz
8. Ziyocom.uz