

VOYAGA YETMAGANLARNI IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK QÒLLAB- QUVVATLASH

Boboqulova Gulnoza Hamza qizi

Buxoro viloyati Shofirkon tumani

"Inson" ijtimoiy xizmatlar markazi

Psixologi

Annotatsiya. Mazkur maqolada voyaga yetmaganlarni ijtimoiy-psixologik qo'llab-quvvatlashning mazmuni, ahamiyati va asosiy yo'nalishlari yoritilgan. O'smirlarning ruhiy barqarorligi, jamiyatga moslashuvi, o'qishdagi muvaffaqiyati va salbiy omillarga qarshi immunitetini shakllantirishda ijtimoiy-psixologik yondashuvning o'rne ochib berilgan. Shuningdek, oilaviy, maktab va jamoatchilik institutlarining hamkorlikdagi faoliyati orqali voyaga yetmaganlarni qo'llab-quvvatlash strategiyalari tahlil qilingan. Maqolada psixologik maslahat, emotsional intellektni rivojlantirish, ijtimoiy kompetensiyalarni oshirish usullari amaliy misollar asosida bayon etilgan.

Kalit so'zlar: Voyaga yetmaganlar, ijtimoiy-psixologik yordam, psixologik maslahat, emotsional barqarorlik, oilaviy qo'llab-quvvatlash, maktab psixologi, salbiy omillarning oldini olish, ijtimoiy moslashuv, o'smirlik davri, ruhiy salomatlik.

Bugungi globallashuv, texnologik taraqqiyot va jamiyatda yuz berayotgan o'zgarishlar fonida voyaga yetmagan yoshlarning shaxsiy rivojlanishi, emotsional holati va psixologik barqarorligi muhim masalaga aylanmoqda. O'smirlar o'zlarining biologik va psixologik o'sishi jarayonida ko'plab muammolar, bosimlar, ichki qarama-qarshiliklar bilan to'qnash keladilar. Shu sababli, ularni ijtimoiy-psixologik qo'llab-quvvatlash, bu yo'nalishda kompleks yondashuvni amalga oshirish dolzarb ahamiyat kasb etadi.

Ijtimoiy-psixologik qo'llab-quvvatlash deganda, shaxsning ruhiy holatini barqarorlashtirish, salbiy tashqi omillarga qarshi tura olish qobiliyatini oshirish, ijtimoiy muhitga moslashuvini yengillashtirishga qaratilgan chora-tadbirlar yig'indisi tushuniladi. Bu qo'llab-quvvatlash turi bolalar va o'smirlar uchun nihoyatda muhim, chunki ular ko'proq ta'sirchan va nozik psixologik tuzilishga ega.

Voyaga yetmaganlarga psixologik yordam ko'rsatish o'z ichiga quyidagilarni oladi:

Emotsional holatini tushunish va tahlil qilish.

O'zini anglash va o'z-o'zini baholash darajasini rivojlantirish.

Ijtimoiy ko'nikmalarni shakllantirish.

Stressga bardoshlilikni oshirish.

O'smirlik davri shaxsiy o'zgarishlar bosqichi bo'lib, bu davrda quyidagi xususiyatlar kuzatiladi:

Jismoniy va jinsiy yetilishga oid o'zgarishlar.

Mustaqillikka intilish, ota-onalarga bo'lgan tanqidiy munosabatning kuchayishi.

O'z-o'zini anglash, ichki inqirozlar va shaxsiy qarama-qarshiliklar.

Guruhlar ta'siriga tez tushish.

Ushbu xususiyatlar o'smirlarning ruhiy holatini beqarorlashtiradi, bu esa ularni ijtimoiy-psixologik qo'llab-quvvatlash zarurligini taqozo etadi.

Voyaga yetmaganlarni qo'llab-quvvatlashda bir nechta asosiy yordam shakllari mavjud:

Psixolog bilan yakkama-yakka ishlash orqali bola o'z muammolarini ochiq gapira oladi, o'zini anglaydi, muammoli vaziyatlardan chiqish yo'llarini topadi.

Bir nechta o'smirlar birgalikda muhokama qiladigan psixologik mashg'ulotlar orqali ular o'zaro ijtimoiy aloqalarni rivojlantiradi, empatiya va o'zini tutish madaniyatini o'rganadi.

Psixologlar nafaqat bolalar, balki ularning ota-onalari bilan ham ishlashadi. Bu orqali oilaviy muhit sog'lomlashtiriladi, tarbiya usullari takomillashtiriladi.

Voyaga yetmaganlar uchun birinchi va eng muhim ijtimoiy institut bu – oila hisoblanadi. Sog'lom ijtimoiy-psixologik muhit bola shaxsining barkamol rivojlanishi uchun zamin yaratadi. Oila quyidagi jihatlar orqali farzandni qo'llab-quvvatlashi mumkin:

Doimiy muloqot va tinglash.

Ijobiy baholash va rag'batlantirish.

Sevgi, ishonch va tushunishga asoslangan munosabatlar.

Shaxsiy namuna ko'rsatish.

Agar oilada e'tiborsizlik, zo'ravonlik, murosasizlik ustun bo'lsa, bu o'smirda salbiy psixologik o'zgarishlarga olib keladi.

Maktab – o'smirlar ko'p vaqtini o'tkazadigan muhit bo'lib, ularning rivojlanishida muhim rol o'ynaydi. Maktabda ijtimoiy-psixologik qo'llab-quvvatlash quyidagi shakllarda amalga oshiriladi:

Maktab psixologlari faoliyati: Har bir o'quvchining ruhiy holatini kuzatish, muammolarini aniqlash va yordam ko'rsatish.

Sinfdoshlar bilan sog'lom muhitni yaratish: Jamoaviy o'yinlar, tadbirlar, rolli o'yinlar orqali ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirish.

Psixologik treninglar va seminarlar: Stress, agressiya, o'z-o'zini nazorat qilish bo'yicha mashg'ulotlar o'tkazish.

Psixologik salomatlikni mustahkamlash usullari

Voyaga yetmaganlarni ijtimoiy-psixologik jihatdan qo'llab-quvvatlashda quyidagi usullar muhim:

Bola o'z his-tuyg'ularini anglay olish, boshqalarni tushunish va ijtimoiy munosabatlarni boshqarish qobiliyatiga ega bo'lishi lozim.

Nafas olish mashqlari, musiqiy terapiya, san'at bilan shug'ullanish orqali o'quvchilarda stressga bardoshlilik shakllantiriladi.

Nutq madaniyati, ijtimoiy muhitda o'zini tutish madaniyati, konfliktlarni ijobiy hal qilish strategiyalari o'rgatiladi.

Bugungi yoshlar turli xavfli axborot oqimlariga, ijtimoiy tarmoqlardagi salbiy ta'sirlarga duch kelmoqda. Shuningdek, giyohvandlik, zo'ravonlik, oilaviy befarqlik ham ularning psixologik holatiga salbiy ta'sir ko'rsatmoqda. Shuning uchun quyidagilar zarur:

Raqamli xavfsizlik bo'yicha tushuntirish ishlari.

Maktab va ota-onalar o'rtasida samarali hamkorlik.

Huquqni muhofaza qiluvchi organlar bilan hamkorlikda profilaktik tadbirlar.

Maktab psixologi va o'qituvchilar o'rtasidagi doimiy axborot almashinuvi, kuzatish va maslahat almashuvi bola ruhiyatini yanada chuqur tushunishga imkon beradi. O'qituvchi faqat bilim beruvchi emas, balki murabbiy, psixologik tayanch bo'lishi lozim.

Ba'zi voyaga yetmaganlar (nogironligi bo'lganlar, ota-onasiz qolganlar, migratsiya ta'sirida bo'lganlar) alohida yondashuvni talab qiladi. Ular bilan ishlashda:

Individual reabilitatsion dasturlar.

Maxsus psixokorreksion treninglar.

Ijtimoiy xizmatlar bilan hamkorlikda ish yuritish lozim.

Xulosa qilib aytganda, voyaga yetmaganlar bilan ishlashda ijtimoiy-psixologik qo‘llab-quvvatlash – bu shunchaki maslahat berish emas, balki chuqur va tizimli yondashuvni talab qiluvchi jarayondir. Bu jarayonda oila, maktab, psixolog va jamiyat bir butun tizim sifatida faoliyat yuritishi lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Sh.M.Mirziyoev “Yoshlar forumidagi va ma’naviyat haqidagi” nutqidan 25 dekabr 2020 yil, 18:00 Siyosat.
2. I.A.Karimov Yuksak ma’naviyat yengilmas kuch. Toshkent; Ma’naviyat, 2008 y.
3. O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2019 yil 7 iyundagi “Psixologiya sohasida kadrlarni tayyorlash tizimini yanada takomillashtirish va jamiyatda huquqbuzarliklarning oldini olish chora-tadbirlari to‘g‘risidagi”gi 472-sonli Qarori.
4. Rajabova M. Diniy ekstremizm va terrorchilik. «Adolat» gazetasi. 2000 yil 3 noyabr soni.
5. Usmonaliev M., Karaketov Y. Kriminologiya. Toshkent, «Yangi asr avlodi». 2001 y. 281- bet.
6. Xalq so‘zi” gazetasi, 2017 yil 16 iyun, 119 son, 2-bet.