

O'QUVCHILARNING PSIXOLOGIK HOLATLARINI O'RGANISH, O'ZINI ANGLASH KO'NIKMALARINI SHAKLLANTIRISH

Nazarova Ruxsora Akramovna

*Toshkent viloyati Piskent tumani 19- umumiy
o'rta ta'lim maktabi amaliyotchi psixologi*

Annotatsiya: Ushbu maqolada maktab o'quvchilari psixologiyasi, o'quvchilarning o'zini tushunish va boshqarishda yordam beradigan bir nechta metodlar va ularning vazifalari haqida ma'lumotlar berilgan.

Kalit so'zlar: psixologik o'zgarishlar, psixologiya, internet, metodlar, interaktiv o'quv usullari.

KIRISH

Maktab o'quvchilari psixologiyasida muhim mavzulardan biri o'quvchi motivatsiyasi va maqsadga yo'naltirishdir. O'quvchilar motivatsiyalari bilan bog'liq bo'lib, ularga maqsadlarini qo'ymoq, o'z o'zlarini rag'batlantirish va o'zlarini qat'iy vaqt ichida amalga oshirish yordam berish zarur. Raqamli dunyoda, internet, mobil ilovalar va onlayn ta'lim platformalari, o'quvchilar uchun yangi imkoniyatlar va muammolar yaratadi. Maktab o'quvchilari psixologlari, o'quvchilar va ularning ota-onalari bilan birgalikda, raqamli boyliklardan foydalanishda hisobga olinadigan o'zgarishlarni tahlil qilish, ularga maqsadlarini qo'ymoq va motivatsiyalarini oshirishga yordam berishadi. Boshqa bir muhim mavzu, o'quvchilar orasidagi aloqalar va tashvishlar bo'yicha psixologik yordam berishdir.

O'quvchilar o'rtasidagi munosabatlarning salomatligi, bullying, stress, hamjihatlik va qaramoqchilik kabi muammolar haqida qiziqishlarini tahlil qilish, ularni hal qilish va yechish yo'llarini topish psixologlar uchun muhimdir. Raqamli dunyoda, o'quvchilar orasidagi aloqalar va tashvishlar, internet va ijtimoiy tarmoqlar orqali keng tarqalganligi uchun, psixologlar o'quvchilar va ota-onalariga qo'mita qilib, ularning ma'lumotli internet ishlari, tarmoq munosabatlari va xavfsizlik masalalarida o'quvchilarga yordam berishadi. Maktab o'quvchilari psixologiyasi, o'quvchilarning o'zini tushunish va boshqarishda yordam beradigan bir nechta metoddan foydalanadi. Bu metodlar o'quvchilar bilimlarini oshirish, hissiyotlarini ifodalash, stressni kamaytirish va o'zlarini rivojlantirishni o'z ichiga oladi. Raqamli dunyoda, interaktiv o'quv usullari, o'quvchi o'z-o'zini boshqarishni oshirish, o'quv jarayonini yanada qiziqarli va samarali qilish imkonini beradi. Psixologlar va o'qituvchilar, ma'naviy-kelajak psixologiyasi, kognitiv-raqamli psixologiya va virtual mexanika kabi sohalar bo'yicha yangiliklarga bo'lgan e'tiborlarini saqlab qolishadi. Barcha qo'llanmalar va davomiy ta'lim o'quvchilarga yordam berishda muhim ahamiyatga ega bo'ladi.

Psixologlar va o'qituvchilar, o'quvchilarning potensialini egallash uchun birinchi bo'lib, ularga o'zlarini o'rganish, o'zaro hamkorlik qilish va ma'naviy rivojlanishni ta'minlash imkonini beradigan usullarni qo'llab-quvvatlaydigan qo'llanmalarni amalga oshirishadi. Umuman olganda, maktab o'quvchilari psixologiyasi, o'quvchilarning o'zgaruvchan va raqamli dunyoda psixologik boyliklarga qanday munosabat qilish kerakligini o'rganishga yordam beradi.

Shaxsning barcha psixik ko'rinishlari uning hayoti davomida shakllanib boradi. Insonning individual-psixologik xususiyatlari deyilganda qobiliyatlar, temperament, xarakter, emotsiyalar, motivatsion doiralar tushuniladi. Bu psixologik xususiyatlar ajralmas tarzda mavjud bo'lib o'zaro bog'liq, shartlangan, inson faoliyatida bir-biriga birikib ketadi. Kishilarning individual xususiyatlarini hisobga olgan xolda va ular haqidagi bilimlar amaliy hayotda qo'llanilishi katta ahamiyatga ega bo'lib, ijtimoiy faoliyat va qobiliyatlarni to'liq rivoj topishida muhim rol o'ynaydi. Tarixiy jarayonning ayni bir vaqtda ham mahsuli, ham sub'ekti bo'lgan inson shaxsi ijtimoiy tuzilishi bilan yonma-yan joylashayotgan va teng huquqga ega bo'lgan biologik to'zilishni saqlab qola olmaydi. Individ rivojlanishining tabiiy sharoitlari, uning jismoniy tuzilishi nerv va ichki sekretiya bezlari sistemasi, jismoniy tuzilishidagi afzalliklari va nuqsonlari uning individual-psixologik xususiyatlari shakllanishiga ta'sir ko'rsatadi. Lekin biologik omillar kishi shaxsining tarkibiga singib ijtimoiy omilga aylanib qoladi va keyinchalik ijtimoiy shaklda mavjud bo'ladi. Shaxs shakllanishida uning ijtimoiy va tabiiy xislatlari birlikni tashkil etadi va shaxsning mustaqil kichik tuzilishi sifatida bir-biriga o'zidan o'zi qarshi qo'yilmaydi.

Psixologiyada shaxsda ikki omil biologik va ijtimoiy omillar ta'sirida shakllangan ikkita asosiy kichik struktura mavjudligini ta'kidlaydigan nazariya sezilarli o'rin egallaydi.

Inson shaxsning o'zi «endopsixik» va «ekzopsixik» tuzilishga ega, degan fikr ilgari surildi. Shaxs tuzilishining kichik strukturasi sifatidagi «endopsixik» to'zilish bamisoli kishining nerv-psixik to'zilishga o'xshash bo'lgan inson shaxsining ichki mexanizmi kabi psixik qismlar va funktsiyalarning o'zaro ichki bog'liqligini ifoda etadi. «Ekzopsixika»ning tashqi muhitga munosabati bilan, ya'ni shaxs qanday bo'lmasin, baribir munosabatga kirishishi mumkin bo'lgan va shaxsga qarama-qarshi turadigan to'zilishlarning barchasiga munosabati bilan belgilanadi. «Endopsixika» moyillik, xotira tafakkur va hayol xususiyatlari, irodaviy zo'r berish, tashqi ta'sirlarga beriluvchanlik kabi boshqa xislatlarni, «ekzopsixika» esa kishi munosabatlari sistemasini va uning tajribasini, ya'ni uning qiziqishlarini, ideallarini, moyilliklarini, ustun darajadagi his-tuyg'ularini, shakllangan bilimlari va boshqa belgilarini o'z ichiga oladi. Tabiiy asosdagi «endopsixika» ijtimoiy omil bilan belgilanadi, «ekzopsixika» esa biologik jihat bilan bog'liqdir. Shaxsning shakllanishida biologik va ijtimoiy omillarning ahamiyatini bir qancha psixologlar ilmiy ishlarida izchil

o'rgangan bo'lib, ulardan bir qanchalarining fikr va qarashlarini keltiramiz. Amerikalik ruhshunos S.Xoll

Gekkelning evolyutsiya qonuniyatini psixologiyaga ko'chirdi. Uning fikriga ko'ra, «irsiyat» filogenezni onogenezda takrorlaydi. Olimning talqinicha, go'daklik hayvonlarga xos rivojlanish pallasidan boshqa narsa emas, bolalik esa asosiy mashg'uloti ovchilik va baliqchilik bo'lgan qadimgi kishilarning davriga aynan mos keladi. 8-12 yoshlardagi o'sish davri yovvoyilikning oxiri va tsivilizatsiyaning boshlanishiga teng. O'spirinlik esa jinsiy yetilishdan boshlanib yetuklik davrigacha romantizmga barobardir. Shveytsariyalik psixolog E.Klapared S.Xolldan farqli ravishda, ontogenez va filogenezda shaxs psixik funksiyasini o'rganish uchun quyidagi holatlarga ahamiyat beradi: a) organizm ehtiyojini qondirish; b) reflektor harakat to'siqqa duch kelsa, ongli harakat vujudga keladi; v) unga nisbatan ehtiyoj sezsa, unda ma'lum faoliyat turiga yo'naltiriladi. Frantsuz psixologi E.Dyurkgeym o'sish–

kishilarning his–tuyg'usini o'zlashtirish ekanini, shu tufayli, idrok qilingan tashqi fikrlar va emotsiyalar bolaning ruhiy faoliyatini ifodalanishini, bola tajriba, an'ana, urf–odatlarni taqlid orqali egallashini, biologiyada irsiyat qanchalik ahamiyatli bo'lsa, taqlid ham jamiyatda shunday o'rin tutishini uqtiradi. Shveytsariyalik psixolog J.Piaje insonning kamol topishini bir necha davrlarga ajratib o'rganishi tavsiya etadi:

1. Bola–tashqi muhit–ma'lumotlarni qayta ishlash.
2. Tafakkur:
 - a) ijtimoiy davrgacha;
 - b) ijtimoiy davr.
 - a) operatsional davrgacha 2–7 yosh;
 - v) yaqqol operatsiyalar davri 8–12;
 - g) rasman, formal operatsiya davri – 12–15 yoshgacha.

Shaxsning ekstrovert va introvert xususiyatlari shvetsariyalik medik va psixolog Karl Gustav Yung tomonidan 1923-yilda asoslab berilgan. Hozirgi kunga kelib psixologiya fanida shaxsning iqtidor xususiyatlari, qobiliyatlarini aniqlash uchun Kettel, Spirmen, Bine, Ayzenk, Raven va boshqa testlardan foydalaniladi. Qiziqish biron-bir sohada to'g'ri yordam beradigan motivdir. Indivud uchun qiziqish, sub'ektiv tarzda olganda, bilish jarayoni tusini kashf etadigan ijobiy xissiy ohangda, ob'ekt bilan chuqurroq tanishishga, u haqda ko'proq bilish, uni anglab yetishga bo'lgan istakda namoyon bo'ladi. Qiziqishlar bilishning doimiy qo'zg'atuvchi mexanizmi sifatida namoyon bo'ladi. Qiziqishlar mazmuniga, maqsadlariga, miqyosiga va barqarorligiga ko'ra tasnif qilinishi mumkin. Kishidan ko'proq nimaga qiziqish paydo bo'lishi va uning bilish ehtiyojlari ob'ektning ijtimoiy qimmatini psixologik jihatdan muhim ahamiyatga ega. Maktabning eng muhim vazifalaridan biri - o'smirlik yoki yoshlarning faol bilish va mehnat faoliyatiga rag'batlantiradigan va maktabdan tashqari ham

saqlanib qolishi mumkin bo'lgan jiddiy va sarmazmun qiziqishlarini uyg'otishdan iboratdir. Qiziqishlar o'zining kengligi bo'yicha ham farq qiladi. bir xil odamlarda qiziqishlar bir sohaga qaratilgan bo'lishi mumkin, boshqalarda esa barqaror ahamiyatga ega bo'lgan ko'plab ob'ektlarga bo'lingan bo'ladi. Shaxsning ko'ngildagidek rivojlanishi, ko'zatishlar ko'rsatilganidek, qiziqishlar miqyosining tor emas, aksincha keng bo'lishini taqozo etadi.

E'tiqod shaxsni o'z qarashlariga, printsiplariga, dunyoqarashiga muvofiq tarzda ish ko'rishga da'vat etadigan motivlar tizimidir. E'tiqod shaklida namoyon bo'ladigan ehtiyojlarning mazmuni-bu tabiat, tevarakatdagi olam to'g'risidagi bilimlar va ularning muayyan tarzda tushunilishi demakdir. Bu bilimlar nuqtai nazarlar (falsafiy, estetik, ahloqiy, tabiiy-ilmiy va hokazolar)ning tartibga solingan va ichki uyushgan tizimini tashkil etgan taqdirda kishining dunyoqarashi sifatida talqin qilinishi mumkin. Dunyoqarash sinfiy xarakterga ega. Kishining fikrlari va g'oyalari, printsiplari uning butun hayoti mazmuni bilan, uning qarashlari tizimiga zarur tarkibiy qismi sifatida kirgan bo'ladi, kishi uchun alohida shaxsiy mohiyat kasb etadi va shuning uchun ham u bu fikrlar va printsiplarni qaror topshirishga, ularni himoya qilishga, ularni boshqa odamlar ham ma'qul ko'rishlariga erishish uchun qat'iyan ehtiyoj sezadi.

Psixologiyada shaxsning yo'l-yo'riqlari uning u yoki bu ehtiyoji qondirilishiga yordam berishi mumkin bo'lgan faoliyatga tayyorligining, moyilligining o'zi tomonidan anglanilmaydigan holatini belgilaydi. Masalan: birinchi sinf o'quvchilarining muallimaga nisbatan uning har qanday hatti-harakatlariga, shu jumladan biron bir boshqa kishida namoyon bo'lganida bolalarning qarshi harakatini qo'zg'atishi mumkin bo'lgan hatti-harakatlariga nisbatan ham hech qanday tanqidiy yondashish bo'lmaydi. O'z "Men"ining mavjudligini his qilish shaxsning hali chaqaloqligi paytidayoq boshlanadigan va o'zoq davom etadigan hamda sobiq ittifoq psixologi I.S.Kon "Men"ning kashf etilishi" deb juda o'rinli atagan shakllanish jarayonining sezgirliги undan tashqaridagi buyumlar tufayli hosil bo'ladigan sezgilardan farqini anglay boshlaydi. So'ngra 2-3 yoshida bola buyumlar bilan o'z xususiy harakatlari jarayoni va natijasida hosil bo'ladigan hursandchilikning katta yoshdagilarning konkret harakatlaridan farqini ajratadi va kattalarga qarata: "Yo'q, men o'zim qilaman!" deydi. U endi o'zini atrofdagi muhitdan faqat ajratib olgan holda emas, balki o'zini boshqalarning hammasiga qarama-qarshi qo'ygan holda o'zini birinchi marta o'zining xususiy harakatlari va hatti-harakatlari sub'ekti sifatida anglay boshlaydi. Bolalarda bog'cha bilan maktabga borishi oraliğ'ida va boshlang'ich sinflarda katta yoshdagilar, ota-onalar va o'qituvchilar yordamida hali o'z yutuqlari va muvaffaqiyatsizliklarining sabablarini anglab yetish darajasida o'zining psixik xislatlariga baho bera olish imkoniyatlari paydo bo'ladi. Nihoyat o'spirinlik davrida va yoshlik davrida ijtimoiy hayotga va mehnat faoliyatiga faol qo'shilib ketish natijasida o'ziga ijtimoiy-ahloqiy jihatdan baho berishning kengaytirilgan tizimi shakllana

boshlaydi, o'zini anglab yetish tugallanadi va "Men"ning siymosi asosan tarkib topadi. Insonning eng yorqin xususiyatlaridan biri bu gapira olish qobiliyatidir. So'z inson psixikasi mavjudligining muhim shartidir. Muloqotsiz jamiyat xam mavjud bo'lmaydi. Muloqot bilish va mehnat faoliyati bilan bir qatorda inson shaxsini shakllantiruvchi muhim faoliyat turi sifatida qaraladi. Muloqot insonga xos bo'lgan faoliyat turlaridan biridir. Kishilar o'rtasidagi o'zaro ta'sirning muhim shakli bo'lib xisoblanadi. Muloqot-bu kishilar o'rtasidagi aloqa. Muloqot mehnat, o'qish yoki o'yin jarayonida kishilarning amaliy jixatdan o'zaro ta'sir etishi bilan tavsiflanadi. Birgalikda faoliyat muloqot bo'lishini talab qiladi. Aynan birgalikdagi faoliyatda inson boshqa kishilar bilan o'zaro ta'sirga kirishadi, ular bilan turli tuman aloqalar o'rnatadi, zarur natijaga erishish uchun birgalikda harakat qiladi.

Bu yerda muloqot faoliyatning tarkibiy qismi sifatida namoyon bo'ladi. Muloqot shaxsning rivojlanishida katta ahamiyatga ega, muloqotsiz shaxsning tarkib topishi shakllanishi mumkin emas. Aynan muloqot jarayonida tajriba o'zlashtiriladi, bilimlar to'planadi, amaliy ko'nikma va malakalar shakllanadi, e'tiqod va qarashlarga erishiladi.

Faqat muloqot jarayonidagina ma'naviy ehtiyojlar, axloqiy siyosiy va estetik xislar tarkib topadi va xarakter shakllanadi.

XULOSA:

Xulosa qilib shuni aytish mumkinki, Har bir kishining shaxsi uning individualligini vujudga keltiradigan xislatlar va fazilatlarning faqat unga xos birikuvidan tarkib topgandir. Individuallik–kishining o'ziga xosligini, uning boshqa odamlardan farqini aks ettiruvchi psixologik fazilatlarning yig'indisidir. Individuallik temperament va xarakter xususiyatlarida, odamlarda ustun darajadagi qiziqishlarda, bilish jarayonlariga oid fazilatlarda, qobiliyatlarda, faoliyatning shaxsga xos uslubi va h.k.larda namoyon bo'ladi. Inson shaxsi o'z individualligiga ko'ra takrorlanmas. Shaxsning individual–psixologik xususiyatlarini inobatga olish orqali u bilan muloqot qilish shaxslararo muhim ahamiyat kasb etadi. Bundan tashqari, har bir shaxsda o'ziga xos tarzda dunyoni, odamlarni idrok qilish va tushunish qobiliyati borki, ular muloqot jarayonida kamroq xatolarga yo'l qo'yishni ta'minlaydi. Masalan, bosiqlik, mulohazalilik, o'zgalarning ichki dunyosini gaplari, xatti–harakatlariga qarab bilish qobiliyati va boshqalar shular jumlasidandir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Карандашев В.Н. Психология введение в профессию. 2- е изд - М.: Смысл, 2003[1]
2. Nabijonova D. O'quvchilarni kasbga yo'naltirish psixologiyasi. Toshkent: 2002[2]
3. Xaydarov F.I., Xaliliova N.I. "Umumiy psixologiya". - Toshkent: Mumtoz so'z, 2010[3]
4. G'oziev E.G`. Ontogenez psixologiyasi - Toshkent: Noshir , 2010.[4]

-
5. G'oziev E.G Psixologiya Toshkent-2019[5]
 6. www.ziyonet.uz[6]

