

**BOSHLANG'ICH SINIF O'QUVCHILARINI MAKTABGA MOSLASHUVIDA PSIXOLOGIK
YORDAM**

**Qo'qon universiteti Ta'lim fakulteti Ta'lim kafedrası
Amaliy psixologiya yo'nalishi 2-kurs talabasi
Muxtorov Alijon,
Aliyeva Iqlimaxon,
Sanobarxon Asilova
Qo'qon universiteti Ta'lim fakulteti
Ta'lim kafedrası o'qituvchisi**

Annotatsiya: Boshlang'ich sinf o'quvchisi uchun maktab sayohati qoyilmaqom va hayratlanarli bo'lishi mumkin va bu ular uchun yangi tajriba bo'lishi mumkin. Ota-onalar, va tarbiyachilar moslashib ketishini iloji boricha silliq qilishga intilishlari kerak. Psixologik yordam, ayniqsa, yangi muhit, o'qituvchilar va tengdoshlar bilan ishlashda foydali bo'lishi mumkin. Qo'llab-quvvatlash tashvishlarni kamaytirishga, akademik ko'rsatkichlarni yaxshilashga va ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirishga yordam beradi. Ushbu maqola boshlang'ich o'quvchilarga maktabga moslashishda psixologik yordam ko'rsatish usullarini o'rganishga qaratilgan.

Kalit so'zlar: depressiya, stress, guruh terapiyasi, faol tinglash, individuallik.

Boshlang'ich maktabga moslashish o'quvchilar uchun qiyin vaqt bo'lishi mumkin va psixologik yordam ularga o'zgarishlarni yengishga yordam beradi. Psixologik yordam akademik muvaffaqiyat va ruhiy salomatlikni yaxshilash bilan bog'liq. Tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, ruhiy salomatlik bilan og'riq bolalar ma'lumotni o'rganish va saqlash qiyin (Vahedi va boshq., 2019). Depressiya, tashvish yoki stressni boshdan kechirayotgan bolalar ham huquqbuzarlik xatti-harakatlarini rivojlanish xavfi ostida bo'lishi mumkin. Shuning uchun psixologik yordam bolalarni xavfsiz va qo'llab-quvvatlovchi muhitda o'rganishi va o'sishini ta'minlashda juda muhimdir.

O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining Qarori Vazirlar mahkamasining "Bolalarni boshlang'ich ta'limga majburiy bir yillik tayyorlash tizimini yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida" 2020-yil 9-martdagi 132-son qaroriha o'zgartirishlar va qo'shimcha kiritish to'g'risida

Respublikaning chekka hududlaridagi bolalarni maktabgacha ta'lim bilan qamrab olishni jadallashtirish, sog'lom, faol, barkamol, ijtimoiy moslashtirilgan bolalarni tarbiyalash, kelgusida muvaffaqiyatli o'quv faoliyati uchun shart-sharoitlarni shakllantirish va ularni boshlang'ich ta'limga sifatli tayyorlash rejaları berib o'tildi.[lex.uz]

Boshlang'ich sinf o'quvchilariga psixologik yordam ko'rsatish

Boshlang'ich maktab o'quvchilari bilan muomala qilishda psixologik yordam zarur, tarbiyachilar va o'qituvchilar bolalar uchun xavfsiz va qo'llab-quvvatlovchi muhitni yaratishi kerak. Va albatta quyidagi usullardan foydalanish mumkin:

1. Faol Tinglash. Faol tinglash ota-onalar, va o'qituvchilarga o'quvchilarning hissiy va psixologik muammolarini tushunishga yordam beradigan muhim mahoratdir. Faol tinglash ko'z bilan aloqa qilishni, diqqatni jalb qilishni va bolaning so'zlari haqida mulohaza yuritishni o'z ichiga oladi. O'qituvchi yoki tarbiyachi diqqatli va sezgir bo'lib, o'quvchiga o'z qiyinchiliklarini etkazish uchun xavfsiz joy yaratishi mumkin.

2. Rag'batlantirish va ijobiy mustahkamlash. Rag'batlantirish va ijobiy mustahkamlash boshlang'ich o'quvchilarning ishonchini mustahkamlashda uzoq yo'lga bosib o'tadi. O'qituvchilar, tarbiyachilar va ota-onalar bolalar akademik yoki ijtimoiy jihatdan yaxshi ishlashganda ijobiy fikrlarni taklif qilishlari kerak. Ushbu yondashuv o'quvchilarga ijobiy

imidjni rivojlantirishga yordam beradi va o'z navbatida maktab muhitida o'zlarini qulay his qilishadi.

3. Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash. Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash boshlang'ich sinf o'quvchilari uchun maktabga moslashishda juda muhimdir. Ota-onalar, tarbiyachilar va maktab xodimlari o'yin vaqti, sport va guruh faoliyati kabi ijtimoiy tadbirlarni rag'batlantirishlari kerak. Ushbu tadbirlar bolalarga do'stlik o'rnatishga, ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirishga va o'zlariga bo'lgan ishonchni oshirishga yordam beradi.

4. Maslahat Xizmatlari. Maslahat xizmatlari hissiy yoki psixologik qiyinchiliklarni boshdan kechirayotgan bolalar uchun ajoyib imkoniyat bo'lishi mumkin. Maslahat xizmatlari bolalar qo'rquv, umidsizlik va tashvishlarini ifoda etishlari mumkin bo'lgan maxfiy va qo'llab-quvvatlovchi muhitni taklif etadi. Maslahatchilar bolalarga yengish strategiyasini ishlab chiqishda yordam berishlari va ularga his-tuyg'ularini boshqarish vositalarini taqdim etishlari mumkin.

5. Guruh Terapiyasi. Guruh terapiyasi boshlang'ich sinf o'quvchilariga psixologik yordam ko'rsatishning yana bir samarali usuli hisoblanadi. Guruh terapiyasi mashg'ulotlari tashvish, bezorilik yoki stress kabi muayyan mavzularga qaratilishi mumkin. Bolalar o'z tajribalari bilan o'rtoqlashishlari va bir-birlaridan o'rganishlari mumkin. Bundan tashqari, ushbu mashg'ulotlar bolalarga ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirishga va yangi do'stlik o'rnatishga yordam beradi.

Boshlang'ich maktab o'quvchilarini maktabga moslashtirish-bu o'qituvchilar, ota-onalar va psixologlarning alohida e'tibor va g'amxo'rlikini talab qiladigan jarayon. Ushbu davr bola hayotidagi muhim bosqichdir, chunki ularning aksariyati birinchi marta kundalik mashg'ulotlar, yangi xulq-atvor qoidalari va yangi odamlar bilan muloqot qilish zarurati bilan duch kelmoqdalar.

Boshlang'ich maktab o'quvchilarining maktabga moslashishini psixologik qo'llab-quvvatlash bolaga moslashish jarayonida yuzaga keladigan hissiy va psixologik qiyinchiliklarni engishga yordam beradigan bir qator tadbirlarni o'z ichiga oladi. Mana bu tadbirlarning ba'zilari:

Psixolog bilan individual suhbatlar.

O'quv yilining boshida psixolog har bir boshlang'ich maktab o'quvchisi bilan individual suhbatlar o'tkazishi mumkin. Ushbu suhbatlar davomida psixolog bola qanday his-tuyg'ularni boshdan kechirayotganini, yangi vaziyatga qanday munosabatda bo'lishini va qanday qiyinchiliklarga duch kelishini aniqlay oladi. Bunday suhbatlar natijasida psixolog bolaga kerakli maslahatlarni berishi va unga yangi maktabga moslashishiga yordam berishi mumkin.

Ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirish bo'yicha guruh darslari

Boshlang'ich maktab o'quvchilari uchun sotsializatsiya va boshqa odamlar bilan muloqot qilish qobiliyati juda muhimdir. Bolaga ushbu ko'nikmalarni rivojlantirishga yordam berish uchun psixolog bolalar muloqot qilishni, bir-birlarini tinglashni va nizolarni hal qilishni o'rganadigan guruh mashg'ulotlarini o'tkazishi mumkin.

O'yin terapiyasi.

O'yin terapiyasi-bu ijobiy psixologik ta'sirga erishish uchun o'yinlardan foydalanishga asoslangan psixoterapiya usuli. Bu usul bolalar uchun juda samarali bo'lishi mumkin, chunki o'yinlar ularga dam olishga, ijodkorlikni namoyon etishga va his-tuyg'ularini yaxshiroq tushunishga yordam beradi.

Ota-onalar uchun psixologik treninglar.

Ota-onalar, shuningdek, boshlang'ich maktab o'quvchilarini maktabga moslashtirishda juda muhim rol o'ynaydi. Ularga o'z rolini tushunishga va farzandlarining ehtiyojlarini yaxshiroq tushunishga yordam berish uchun psixolog ota-onalar uchun psixologik treninglar o'tkazishi mumkin.

Qo'llab-quvvatlash va monitoring tizimi.

Yosh o'quvchilarga moslashish jarayonida yordam beradigan qo'llab-quvvatlash va monitoring tizimini yaratish muhimdir. Ushbu tizim turli xil vositalar va usullarni o'z ichiga olishi mumkin, masalan, hissiy barqarorlik testlari va o'qituvchilar va psixologlarning fikr-mulohazalari.

Umuman olganda, boshlang'ich maktab o'quvchilarining maktabga moslashishini psixologik qo'llab-quvvatlash

Psixologik yordamning asosiy vazifasi bolaga yangi muhit va yangi talablar bilan bog'liq stressni engishga yordam berishdir. Psixolog bolaga tashvishlarni engishga, o'quv jarayoniga qiziqishga, o'qish uchun motivatsiyani rivojlantirishga yordam berishi kerak.

Psixologik qo'llab-quvvatlash individual va guruh mashg'ulotlari doirasida amalga oshirilishi mumkin. Shaxsiy mashg'ulotlar paytida psixolog bola bilan muloqot qiladi, uning muammolarini aniqlaydi va echimlarni topishga yordam beradi. Guruh mashg'ulotlari ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirish va bolalar jamoasini mustahkamlashga qaratilgan.

Psixologik yordamning muhim vazifalaridan biri bu ota-onalar bilan ishlashdir. Psixolog ota-onalarga bolani maktabga tayyorlashda yordam berishi, o'quv jarayonini tashkil etish bo'yicha tavsiyalar va moslashish davrida bola bilan o'zini tutish bo'yicha maslahatlar berishi kerak.

Bolani maktabga psixologik qo'llab-quvvatlashning bir qismi sifatida psixolog bolaga tashvishlarni engishga va yangi muhitga moslashishga yordam beradigan turli xil usul va usullardan foydalanishi mumkin. Masalan, ijtimoiy ko'nikmalarni va o'z-o'zini hurmat qilishni rivojlantirishga yordam beradigan o'quv o'yinlarini o'tkazish mumkin.

Boshlang'ich maktabga moslashish qiyin jarayon bo'lishi mumkin va o'quvchilarga yangi muhitga moslashishda psixologik yordam zarur. Ota-onalar, tarbiyachilar va o'qituvchilar bolalar uchun xavfsiz va qulay muhitni ta'minlash uchun birgalikda ishlashlari kerak. Faol tinglash, ijobiy mustahkamlash, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, maslahat xizmatlari va guruh terapiyasi psixologik yordam ko'rsatishning samarali usullaridir. Hissiy va psixologik yordam ko'rsatish orqali bolalar xavfsiz, qo'llab-quvvatlovchi muhitda o'sishi va rivojlanishi hamda akademik va shaxsiy hayotlarida muvaffaqiyat qozonishi mumkin.

Foydalanilgan adabiytlar ro'yxati:

1. D.Tashpulatova "Boshlang'ich a'limda klister yondashuv asosida o'quv fanlarini integratsion o'qitish mexanizmlarini takomillashtirish"
2. R.A.mavlonova, N.h.Rahmonqulova "Boshlang'ich ta'limning integratsiyalashgan pedagogikasi"
3. O'rinova, "Boshlang'ich ta'lim samaradorligini oshirishda ilg'or texnologiyalardan foydalanish"
4. R.Mavlonova "Boshlang'ich ta'limda pedagogika, innovatsiya, integratsiya"
5. Axrorjon Y. et al. Faol texnologiyalarni o'smirlar psixologiyasiga ta'siri //Ta'lim fidoyilari. – 2022. – T. 13. – №. 6. – C. 263-266.
6. Faxriddin H., Alijon M. XALQ TA'LIMI TIZIMIDA O 'QUVCHILARNI KASB-HUNARGA YO 'NALTIRISH ISHLARI: MUAMMO VA ULARNING YEChIMLARI //Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies (CARJIS). – 2022. – №. Special Issue 2. – C. 54-57.
7. Alijon M. et al. Ta'lim metodlari va vositalari //Ta'lim fidoyilari. – 2022. – T. 13. – №. 6. – C. 267-270.
8. Alijon M., Iqlimaxon A., Muslimaxon I. Glaballashuv jarayonlari va uning zamonaviy sharoitlarida tarbiyaga ta'siri //Ta'lim fidoyilari. – 2022. – T. 13. – №. 6. – C. 271-273.
9. Jasurbek, M., & Alijon, M. (2022). Jamiyatni rivojlantirish uchun empirik tadqiqot va uning metodlari. Ta'lim fidoyilari, 13(6), 257-262

10. <https://cyberleninka.ru/article/n/faol-texnologiyalarni-o-smirlar-psoxologiyasiga-ta-siri>
11. <https://cyberleninka.ru/article/n/xalq-ta-limi-tizimida-o-quvchilarni-kasb-hunarga-yo-naltirish-ishlari-muammo-va-ularning-yechimlari>
12. <https://cyberleninka.ru/article/n/ta-lim-metodlari-va-vositalari>
13. <https://cyberleninka.ru/article/n/glaballashuv-jarayonlari-va-uning-zamonaviy-sharoitlarida-tarbiyaga-ta-siri>