MAKTAB O‘QUVCHILARIDA AGRESSIVLIKNI YUZAGA KELTIRUVCHI OMILLAR VA UNI BARTARAF ETISH USULLARI

Axmedov Jovli Omonovich

Surxondaryo viloyati Uzun tumani 46-maktab psixologi

Annotatsiya: Mazkur maqolada maktab o‘quvchilarida agressiv xulq-atvorning yuzaga kelishiga sabab bo‘luvchi psixologik, ijtimoiy va oilaviy omillar hamda uni bartaraf etishning samarali usullari tahlil qilingan. O‘quvchilarda agressivlikning shakllanishiga ta’lim jarayonidagi bosim, oiladagi nizolar, tengdoshlar bilan munosabatlardagi muammolar hamda internet va ijtimoiy tarmoqlarning salbiy ta’siri asosiy omillar sifatida ko‘rib chiqilgan. Shuningdek, maqolada agressiv xulqning o‘quvchilarning emotsional holati, ijtimoiy moslashuvi va shaxslararo munosabatlariga ta’siri yoritilgan. Agressivlikni kamaytirishda psixologik suhbat, trening mashg‘ulotlari, relaksatsiya usullari, art-terapiya va ijobiy motivatsion yondashuvlarning samaradorligi asoslab berilgan. O‘quvchilarda sog‘lom xulq-atvorni shakllantirishda oila, maktab va psixolog hamkorligining ahamiyati alohida ta’kidlangan.

Kalit so‘zlar: agressivlik, agressiv xulq-atvor, o‘quvchi psixologiyasi, emotsional holat, psixologik omillar, ijtimoiy muhit, oilaviy muammo, tengdoshlar munosabati, psixologik korreksiya, relaksatsiya, art-terapiya, motivatsiya, psixologik yordam, maktab psixologi, xulq-atvor.

Kirish

Maktab o‘quvchilarining shaxsiy va ijtimoiy rivojlanishi jarayonida ularning xulq-atvori muhim o‘rin tutadi. So‘nggi yillarda ta’lim muassasalarida o‘quvchilar orasida agressiv xulq-atvor holatlarining kuzatilishi dolzarb psixologik

muammolardan biriga aylanib bormoqda. Agressivlik — bu shaxsning o‘z emotsional holatini salbiy yo‘l bilan ifodalashi bo‘lib, u jahl, g‘azab, tajovuzkorlik va boshqalarga nisbatan salbiy munosabat ko‘rinishida namoyon bo‘ladi. O‘quvchilarda agressiv xulq-atvorning yuzaga kelishi ko‘plab omillar bilan bog‘liq bo‘lib, ular psixologik, ijtimoiy va biologik xususiyatlarga ega. Ta’lim jarayonidagi ortiqcha bosim, oiladagi nizoli muhit, ota-onalar tomonidan yetarli e’tiborning berilmasligi yoki aksincha haddan tashqari qat’iy nazorat, tengdoshlar bilan munosabatlardagi muammolar hamda internet va ijtimoiy tarmoqlardagi salbiy axborotlar o‘quvchilarda agressiv xulqning shakllanishiga sabab bo‘lishi mumkin. Agressiv xulq-atvor o‘quvchilarning nafaqat o‘quv jarayoniga, balki ularning ijtimoiy moslashuvi va emotsional barqarorligiga ham salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Bunday holatlarda o‘quvchilar o‘rtasida nizolar, tushunmovchiliklar va jamoaga moslasha olmaslik kabi muammolar yuzaga keladi. Natijada ularning o‘qishga bo‘lgan motivatsiyasi pasayadi va shaxsiy rivojlanishiga to‘siqlar paydo bo‘ladi. Shu sababli maktab o‘quvchilarida agressivlikni yuzaga keltiruvchi omillarni o‘rganish va uni bartaraf etishning samarali psixologik usullarini ishlab chiqish muhim ilmiy-amaliy ahamiyatga ega. Zamonaviy psixologiyada agressiv xulqni kamaytirishda psixologik suhbat, trening mashg‘ulotlari, relaksatsiya texnikalari, art-terapiya va motivatsion yondashuvlar keng qo‘llanilmoqda.

Asosiy qism

Maktab o‘quvchilarida agressiv xulq-atvorning shakllanishi murakkab psixologik jarayon bo‘lib, u bir nechta ichki va tashqi omillar ta’sirida yuzaga keladi. Agressivlik ko‘pincha shaxsning o‘z emotsiyalarini to‘g‘ri boshqara olmasligi, ichki stress va psixologik zo‘riqishlarni salbiy yo‘l bilan ifodalashi natijasida namoyon bo‘ladi. Shu sababli agressiv xulq-atvorni o‘rganishda uning kelib chiqish sabablari va rivojlanish mexanizmlarini chuqur tahlil qilish muhimdir. Agressivlikning eng asosiy sabablaridan biri oilaviy muhit hisoblanadi.

Oilada doimiy nizolar, ota-onalar o‘rtasidagi kelishmovchiliklar yoki bolaga nisbatan haddan tashqari qattiq munosabat o‘quvchida ruhiy bosimni kuchaytiradi. Bunday muhitda o‘sayotgan bola ko‘pincha o‘z his-tuyg‘ularini nazorat qila olmaydi va ularni agressiya orqali ifodalashga moyil bo‘ladi. Shuningdek, e’tiborsizlik, mehr yetishmasligi yoki ota-onaning befarqligi ham agressiv xulqning shakllanishiga olib kelishi mumkin. Tengdoshlar bilan munosabatlar ham agressivlikning muhim omillaridan biridir. Sinf jamoasida kamsitilish, masxara qilish, zo‘ravonlik yoki ijtimoiy rad etilish holatlari o‘quvchida himoya reaksiyasi sifatida agressiv xatti-harakatlarni keltirib chiqaradi. Ayniqsa, o‘smirlik davrida o‘zini isbotlash va jamoadagi mavqeini saqlab qolish istagi kuchli bo‘lganligi sababli bunday holatlar agressivlikni yanada kuchaytirishi mumkin. Ta’lim jarayonidagi ortiqcha bosim ham agressiv xulqning paydo bo‘lishiga ta’sir qiladi. Doimiy nazorat ishlari, imtihonlar, yuqori talablar va baholar uchun raqobat o‘quvchilarda stressni kuchaytiradi. Natijada ayrim o‘quvchilar bu bosimni yengib o‘ta olmasdan, asabiylashish va tajovuzkorlik orqali reaksiyalar ko‘rsatadi.

Bugungi kunda internet va ijtimoiy tarmoqlarning ta’siri ham agressivlikning kuchayishiga sabab bo‘lmoqda. Kiberbulling, salbiy kontentlar va zo‘ravonlikni targ‘ib qiluvchi materiallar o‘quvchilarning psixologik holatiga salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Bundan tashqari, virtual muhitda anonimlik mavjudligi sababli ayrim o‘quvchilar agressiv xatti-harakatlarni erkinroq namoyon etadi, bu esa real hayotdagi xulqiga ham ta’sir qiladi. Agressiv xulq-atvor o‘quvchilarning emotsional va ijtimoiy rivojlanishiga salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Bunday o‘quvchilarda tez jahllanish, sabrsizlik, nizoli vaziyatlarni kuch ishlatish orqali hal qilishga moyillik kuzatiladi. Bu esa ularning do‘stlar bilan munosabatlariga, o‘qish samaradorligiga va jamoaga moslashuviga salbiy ta’sir qiladi. Agressivlikni bartaraf etishda psixologik yondashuvlar muhim ahamiyatga ega. Eng samarali usullardan biri psixologik suhbat va maslahat berishdir. Bu jarayonda psixolog o‘quvchining ichki kechinmalarini aniqlaydi, uning emotsional holatini tushunadi

va qo‘llab-quvvatlaydi. Natijada o‘quvchi o‘z muammolarini ochiq ifoda etish imkoniga ega bo‘ladi va ichki zo‘riqish kamayadi.

Relaksatsiya mashqlari ham agressivlikni kamaytirishda samarali usullardan biridir. Nafas olish mashqlari, mushaklarni bo‘shashtirish texnikalari va meditatsiya o‘quvchilarning asab tizimini tinchlantiradi, emotsional barqarorlikni oshiradi va agressiv reaksiyalarni kamaytiradi. Bu usullar muntazam qo‘llanilganda o‘quvchi o‘zini boshqarishni o‘rganadi. Art-terapiya va ijodiy faoliyatlar ham agressiv xulqni korreksiya qilishda muhim rol o‘ynaydi. Rasm chizish, musiqa bilan shug‘ullanish yoki ijodiy topshiriqlar bajarish orqali o‘quvchilar o‘z his-tuyg‘ularini xavfsiz va ijobiy yo‘l bilan ifoda etadilar. Bu esa ichki taranglikni kamaytiradi va emotsional yengillik beradi. Trening mashg‘ulotlari, ayniqsa kommunikativ va jamoaviy treninglar, o‘quvchilarda ijtimoiy ko‘nikmalarni rivojlantiradi. Ular nizoli vaziyatlarni tinch yo‘l bilan hal qilish, boshqalarni tinglash va hamkorlik qilishni o‘rganadilar. Bu esa agressiv xulqning kamayishiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Shuningdek, ijobiy motivatsiya va rag‘batlantirish ham muhim ahamiyatga ega. O‘quvchining ijobiy xatti-harakatlarini qo‘llab-quvvatlash, uning yutuqlarini e’tirof etish agressivlik o‘rniga ijobiy xulqning shakllanishiga yordam beradi. Oila va maktab hamkorligi esa bu jarayonni yanada samarali qiladi.

Xulosa

Xulosa qilib aytganda, o‘quvchilarda agressiv xulq-atvor murakkab psixologik va ijtimoiy muammo bo‘lib, uning yuzaga kelishiga oilaviy muhit, tengdoshlar bilan munosabatlar, ta’lim jarayonidagi stress hamda shaxsiy emotsional xususiyatlar kabi bir qator omillar ta’sir ko‘rsatadi. Agressiv xulq faqat tashqi ko‘rinishdagi muammo emas, balki o‘quvchining ichki kechinmalari va psixologik ehtiyojlari bilan ham chambarchas bog‘liqdir. Shu bois, bunday xulq-atvorni bartaraf etishda kompleks yondashuv muhim ahamiyatga ega. Maktab

psixologi tomonidan olib boriladigan individual va guruhiy psixologik ishlar, emotsiyalarni boshqarish mashqlari, treninglar hamda pedagogik qo‘llab-quvvatlash o‘quvchilarda ijobiy xulqni shakllantirishga yordam beradi. Shuningdek, oila va maktab hamkorligi agressiv xulqning oldini olishda eng muhim omillardan biri hisoblanadi. Umuman olganda, agressiv xulq-atvorni to‘g‘ri va o‘z vaqtida korreksiya qilish o‘quvchilarning psixologik barqarorligini oshiradi, ularning ijtimoiy moslashuvini yaxshilaydi hamda sog‘lom shaxs sifatida rivojlanishiga zamin yaratadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati

1. Karimova V.M. Psixologiya. – Toshkent: O‘qituvchi, 2019.
2. G‘oziev E.G‘. Yosh davrlari psixologiyasi. – Toshkent: Universitet, 2018.
3. Nishonova Z.T. Rivojlanish psixologiyasi va pedagogik psixologiya. – Toshkent: O‘zbekiston faylasuflari milliy jamiyati nashriyoti, 2017.
4. Davletshin M.G. Pedagogik psixologiya asoslari. – Toshkent: TDPU nashriyoti, 2020.
5. Vohidov M.V. Bolalar va o‘smirlar psixologiyasi. – Toshkent: O‘qituvchi, 2016.
6. Musurmonova O. Oila ma’naviyati va tarbiya asoslari. – Toshkent: Fan, 2019.
7. To‘xtaboyeva M. Psixologik maslahat va profilaktika ishlari. – Toshkent: Innovatsiya, 2021.