MAKTAB PSIXOLOGI FAOLIYATIDA PSIXOLOGIK PROFILAKTIKANING ZAMONAVIY YONDASHUVLARI

Azizova Iroda Xusan qizi
Namangan viloyati Namangan shahar 41-umumiy o'rta ta'lim maktabi psixologi
Abduvahobova Rohila Nuriddin qizi
Namangan viloyati Namangan shahar 32-umumiy o'rta ta'lim maktabi psixologi

Annotatsiya: Mazkur maqolada maktab psixologi faoliyatida psixologik profilaktika ishlarini tashkil etishning zamonaviy yondashuvlari, ularning mazmun-mohiyati va amaliy ahamiyati yoritilgan. O'quvchilarning psixologik salomatligini mustahkamlash, shaxsiy rivojlanishini qo'llab-quvvatlash, turli xil xulq-atvor muammolari, emotsional zo'riqishlar va moslashuv qiyinchiliklarining oldini olishda profilaktik faoliyatning o'rni tahlil qilingan. Shuningdek, maktab psixologi tomonidan innovatsion texnologiyalar, interaktiv metodlar, treninglar, psixologik maslahatlar va hamkorlikka asoslangan faoliyatni qo'llashning samaradorligi ochib berilgan. Maqolada psixologik profilaktikani takomillashtirishning dolzarb yo'nalishlari hamda o'quvchilarning psixologik farovonligini ta'minlashga qaratilgan tavsiyalar keltirilgan.

Kalit so'zlar: maktab psixologi, psixologik profilaktika, zamonaviy yondashuvlar, psixologik salomatlik, o'quvchi shaxsi, profilaktik faoliyat, innovatsion metodlar, trening, psixologik maslahat, emotsional farovonlik, moslashuv jarayoni, xulq-atvor profilaktikasi, psixologik xizmat, ta'lim muhiti, hamkorlik.

Kirish

Bugungi kunda ta'lim tizimida o'quvchilarning nafaqat bilim va ko'nikmalarini rivojlantirish, balki ularning psixologik salomatligini muhofaza

qilish ham muhim vazifalardan biri hisoblanadi. Jamiyat hayotida yuz berayotgan ijtimoiy-iqtisodiy, madaniy va axborot-kommunikatsiya sohalaridagi jadal o‘zgarishlar bolalar va o‘smirlarning psixologik rivojlanishiga bevosita ta’sir ko‘rsatmoqda. Shu sababli ta’lim muassasalarida psixologik xizmat faoliyatini takomillashtirish, o‘quvchilar orasida uchrashi mumkin bo‘lgan turli psixologik muammolarning oldini olish hamda sog‘lom psixologik muhitni yaratish dolzarb masalalardan biri bo‘lib qolmoqda. Maktab psixologi ta’lim muassasasidagi psixologik xizmatning asosiy subyekti sifatida o‘quvchilarning shaxsiy, intellektual va ijtimoiy rivojlanishini qo‘llab-quvvatlashda muhim o‘rin egallaydi. Uning faoliyatida psixologik profilaktika alohida ahamiyatga ega bo‘lib, u o‘quvchilarda yuzaga kelishi mumkin bo‘lgan emotsional, xulq-atvoriy va ijtimoiy muammolarni oldindan aniqlash hamda bartaraf etishga qaratilgan tadbirlar tizimini o‘z ichiga oladi. Psixologik profilaktika muammolar paydo bo‘lgandan keyin ularni hal qilishdan ko‘ra, ularning kelib chiqish sabablarini kamaytirish va salbiy oqibatlarning oldini olishga xizmat qiladi. Zamonaviy ta’lim muhitida o‘quvchilar turli stress omillari, axborot oqimining haddan tashqari ko‘payishi, ijtimoiy tarmoqlar ta’siri, oilaviy muammolar va tengdoshlar bilan munosabatlardagi qiyinchiliklarga duch kelmoqdalar. Bunday holatlar ayrim o‘quvchilarda tashvishlilik, agressivlik, o‘ziga bo‘lgan ishonchning pasayishi, motivatsiyaning susayishi hamda moslashuv muammolarining yuzaga kelishiga sabab bo‘lishi mumkin. Shu bois maktab psixologi faoliyatida an’anaviy usullar bilan bir qatorda zamonaviy va innovatsion yondashuvlardan foydalanish zarurati ortib bormoqda. Psixologik profilaktikaning zamonaviy yondashuvlari o‘quvchi shaxsini har tomonlama rivojlantirish, uning psixologik resurslarini mustahkamlash va ijobiy ijtimoiy tajriba shakllantirishga qaratilganligi bilan ahamiyatlidir. Treninglar, interaktiv mashg‘ulotlar, psixologik diagnostika, media va raqamli texnologiyalardan foydalanish, ota-onalar va pedagoglar bilan hamkorlik asosida olib boriladigan profilaktik ishlar bugungi kunda yuqori samaradorlikka ega bo‘lgan metodlar sifatida e’tirof etilmoqda. Ushbu

yondashuvlar o‘quvchilarning psixologik muammolarini erta aniqlash, ularning stressga bardoshliligini oshirish va sog‘lom shaxs sifatida kamol topishiga ko‘maklashadi. Mazkur maqolaning maqsadi maktab psixologi faoliyatida psixologik profilaktikaning zamonaviy yondashuvlarini tahlil qilish, ularning nazariy asoslari va amaliy ahamiyatini yoritish hamda ta’lim muassasalarida profilaktik faoliyat samaradorligini oshirishga xizmat qiluvchi tavsiyalarni ishlab chiqishdan iboratdir. Bu esa o‘quvchilarning psixologik farovonligini ta’minlash, sog‘lom ta’lim muhitini yaratish va yosh avlodning barkamol rivojlanishiga xizmat qiladi.

Asosiy qism

Psixologik profilaktika maktab psixologi faoliyatining eng muhim yo‘nalishlaridan biri bo‘lib, o‘quvchilarda yuzaga kelishi mumkin bo‘lgan psixologik, emotsional va ijtimoiy muammolarning oldini olishga qaratilgan tizimli faoliyatni o‘z ichiga oladi. Zamonaviy ta’lim muhitida profilaktik ishlarning ahamiyati yanada ortib bormoqda. Chunki bugungi kunda o‘quvchilar turli axborot oqimlari, ijtimoiy tarmoqlar, oilaviy muammolar, tengdoshlar bilan munosabatlar hamda o‘quv yuklamalari ta’sirida ruhiy zo‘riqishlarga duch kelmoqdalar. Shu sababli maktab psixologi tomonidan amalga oshiriladigan profilaktik tadbirlar o‘quvchilarning psixologik salomatligini saqlash va mustahkamlashda muhim omil hisoblanadi. Zamonaviy psixologik profilaktikaning asosiy maqsadi faqat mavjud muammolarni bartaraf etish emas, balki ularning kelib chiqish sabablarini oldindan aniqlash va salbiy oqibatlarning yuzaga kelishiga yo‘l qo‘ymaslikdan iboratdir. Bunda o‘quvchilarning yosh va individual xususiyatlarini hisobga olish, ularning ehtiyojlari va qiziqishlarini o‘rganish alohida ahamiyat kasb etadi. Profilaktik faoliyatning samaradorligi ko‘p jihatdan psixologning tizimli yondashuvi, pedagoglar va ota-onalar bilan hamkorligiga bog‘liq. Maktab psixologi faoliyatida zamonaviy yondashuvlardan biri psixologik diagnostika natijalariga asoslangan

profilaktik ishlarni tashkil etishdir. Diagnostika orqali o‘quvchilarning emotsional holati, motivatsiyasi, kommunikativ qobiliyatlari, stressga bardoshliligi va ijtimoiy moslashuv darajasi aniqlanadi. Olingan natijalar asosida xavf guruhiga kiruvchi o‘quvchilar bilan individual va guruhiy profilaktik tadbirlar rejalashtiriladi. Bu esa muammolarni dastlabki bosqichda aniqlash va o‘z vaqtida psixologik yordam ko‘rsatish imkonini beradi.

Profilaktik faoliyatda interaktiv metodlardan foydalanish ham muhim o‘rin tutadi. Treninglar, munozaralar, rolli o‘yinlar, psixologik mashqlar va guruhiy ishlanmalar o‘quvchilarning faolligini oshiradi hamda ularda mustaqil fikrlash, muammolarni hal qilish va muloqot ko‘nikmalarini rivojlantiradi. Ayniqsa, kommunikativ kompetensiyalarni shakllantirishga qaratilgan treninglar o‘quvchilar o‘rtasidagi nizolarni kamaytirish va sog‘lom ijtimoiy munosabatlarni rivojlantirishda samarali vosita hisoblanadi. Bugungi kunda axborot-kommunikatsiya texnologiyalaridan foydalanish psixologik profilaktikaning zamonaviy yo‘nalishlaridan biriga aylangan. Maktab psixologlari turli elektron resurslar, onlayn so‘rovnomalar, taqdimotlar, videoroliklar va raqamli platformalar orqali profilaktik tadbirlarni tashkil etish imkoniyatiga ega. Bu usullar o‘quvchilarning qiziqishini oshirish bilan birga, psixologik ma’lumotlarni ularga qulay va tushunarli shaklda yetkazishga yordam beradi. Shuningdek, masofaviy psixologik maslahatlar va onlayn muloqot vositalari ayrim hollarda profilaktik ishlarning qamrovini kengaytiradi. Maktab psixologi faoliyatida emotsional intellektni rivojlantirishga qaratilgan yondashuvlar ham alohida ahamiyatga ega. Emotsional intellekt insonning o‘z his-tuyg‘ularini anglash, boshqarish va boshqalarning hissiy holatini tushunish qobiliyatini ifodalaydi. O‘quvchilarda ushbu ko‘nikmalarni rivojlantirish stress, agressivlik va nizoli vaziyatlarning oldini olishga yordam beradi. Shu maqsadda psixolog tomonidan emotsiyalarni boshqarish, empatiya, o‘zini nazorat qilish va ijobiy muloqot madaniyatini shakllantirishga qaratilgan mashg‘ulotlar tashkil etiladi. Psixologik profilaktikada

ota-onalar bilan hamkorlik qilish eng muhim yo‘nalishlardan biridir. Oila bolaning shaxs sifatida shakllanishida hal qiluvchi o‘rin tutadi. Shu sababli psixolog ota-onalar uchun seminarlar, suhbatlar, treninglar va maslahatlar tashkil etib, farzand tarbiyasida uchraydigan muammolar va ularning yechimlari yuzasidan tavsiyalar beradi. Ota-onalarning psixologik bilimlarini oshirish orqali bolalarda uchrashi mumkin bo‘lgan salbiy holatlarning oldini olish imkoniyati kengayadi.

Xulosa

Xulosa o’rnida pedagoglar bilan hamkorlik ham profilaktik faoliyat samaradorligini oshiradi. O‘qituvchilar o‘quvchilar bilan doimiy muloqotda bo‘lgani sababli ularning xulq-atvoridagi o‘zgarishlarni birinchi bo‘lib sezishlari mumkin. Psixolog va pedagoglarning o‘zaro hamkorligi natijasida o‘quvchilarning psixologik holatini muntazam kuzatish, muammolarni erta aniqlash va tegishli choralarni ko‘rish imkoniyati yaratiladi. Zamonaviy psixologik profilaktikaning yana bir muhim yo‘nalishi sog‘lom turmush tarzini targ‘ib qilish bilan bog‘liq. Sport, ijodiy faoliyat, kitobxonlik va turli to‘garaklarga jalb etish orqali o‘quvchilarning bo‘sh vaqtini mazmunli tashkil etish mumkin. Bu esa internet qaramligi, deviant xulq-atvor, tajovuzkorlik va boshqa salbiy holatlarning oldini olishda muhim vosita bo‘lib xizmat qiladi. Maktab psixologi faoliyatida psixologik profilaktikaning zamonaviy yondashuvlari o‘quvchilarning psixologik salomatligini mustahkamlash, ijtimoiy moslashuvini yaxshilash va barkamol shaxs sifatida rivojlanishini ta’minlashga xizmat qiladi. Diagnostika, treninglar, axborot texnologiyalaridan foydalanish, emotsional intellektni rivojlantirish hamda ota-onalar va pedagoglar bilan samarali hamkorlik profilaktik faoliyatning asosiy tarkibiy qismlari hisoblanadi. Shu bois ta’lim muassasalarida ushbu yondashuvlarni keng joriy etish bugungi kunning muhim vazifalaridan biri sanaladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati

1. Yo‘ldoshev J.G‘. **Ta’lim menejmenti va boshqaruv asoslari**. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2017..
2. G‘oziev E.G. “Umumiy psixologiya”. – Toshkent: O‘qituvchi, 2008.
3. Davletshin M.G. “Yosh davrlari va pedagogik psixologiya”. – Toshkent: O‘qituvchi, 2005.
4. Rasulov A. “Maktab psixologiyasi asoslari”. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2016.
5. Ziyonet axborot-ta’lim portali materiallari: www.ziyonet.uz
6. UNESCO. “School Violence and Bullying: Global Status Report”. – Paris, 2019.
7. UNICEF. “Ending Violence in Schools: A Guide for Teachers and Psychologists”. – New York, 2018.
8. To‘xtaboyeva M. Psixologik maslahat va profilaktika ishlari. – Toshkent: Innovatsiya, 2021.
9. Internet ma’lumotlari