

MAKTAB O'QUVCHILARINING PSIXOLOGIK FAROVONLIGINI TA'MINLASH: ZAMONAVIY YONDASHUVLAR VA SAMARALI METODLAR

Jumayeva Mashxura O'tkirovna

Denov tumanidagi 85-maktab o'qituvchisi
<https://doi.org/10.5281/zenodo.15716447>

Annotatsiya:

Mazkur maqolada maktab o'quvchilarining psixologik farovonligini ta'minlash bo'yicha psixologning roli, zamonaviy yondashuvlar, shuningdek, o'quvchilarda uchraydigan keng tarqalgan psixologik muammolar va ularni hal etish usullari ko'rib chiqiladi. Psixologik yordam jarayonida individual yondashuv, ijtimoiy-emotsional o'rganish, guruh terapiyasi kabi samarali metodlarning ahamiyati yoritilgan. Maqola maktab psixologlari, pedagoglar va ota-onalar uchun foydali amaliy tavsiyalarni o'z ichiga oladi.

Kalit so'zlar:

maktab psixologi, psixologik farovonlik, o'quvchilar, emotsional rivojlanish, individual yondashuv, stress, ijtimoiy moslashuv

Kirish

Maktab davri — o'quvchi shaxsining shakllanishi, dunyoqarashi kengayishi va emotsional-intellektual rivojining asosiy bosqichidir. Bu davrda yuzaga keladigan psixologik holat va muammolar kelajakdagi ijtimoiy hayotga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Shu bois maktab psixologining roli beqiyosdir.

O'quvchilar orasida uchraydigan asosiy psixologik muammolar

O'quvchilar bilan ishlash jarayonida quyidagi psixologik muammolar tez-tez uchraydi:

- **Stress va tashvishlar:** imtihonlar, baholash tizimi, ota-onalarning bosimi tufayli yuzaga keladi.
- **O'z-o'zini baholash muammolari:** o'ziga ishonchsizlik, ijtimoiy solishtirish natijasida paydo bo'ladi.
- **Moslashuvda qiyinchiliklar:** ayniqsa yangi maktabga kelgan yoki sinf almashgan o'quvchilarda kuzatiladi.
- **Ijtimoiy chekinish yoki tajovuzkorlik:** atrofdagilar bilan sog'lom munosabat qura olmaslik oqibatida yuzaga keladi.

Psixologik yordamda samarali metodlar

1. Individual suhbatlar va diagnostika ishlari

O'quvchining ruhiy holatini aniqlash uchun maxsus testlar, intervyular, kuzatish metodlari qo'llaniladi.

2. Ijtimoiy-emotsional o'rganish (SEL)

Bu yondashuv orqali o'quvchilar o'z emotsiyalarini tushunish, boshqarish va boshqalar bilan empatik munosabat o'rnatishni o'rganadilar.

3. Guruh terapiyasi va treninglar

Kommunikativ ko'nikmalarni rivojlantirish, stressni boshqarish va ijtimoiy muhitga moslashishga yordam beradi.

4. Ota-onalar bilan hamkorlik

Farzandining psixologik rivojida ota-onaning roli muhim bo'lib, ular bilan muntazam suhbatlar, seminarlar tashkil etish natijadorlikni oshiradi.

5. Pedagogik jamoa bilan integratsiyalashgan yondashuv

Psixolog, sinf rahbari va fan o'qituvchilari hamkorlikda ishlaganda o'quvchiga kompleks yondashuv ta'minlanadi.

Xulosa

Maktab psixologi — faqat muammoga javob beruvchi emas, balki ijobiy psixologik muhitni shakllantiruvchi shaxsdir. O'quvchilarning psixologik farovonligi nafaqat ularning bugungi maktab hayotini, balki kelajakdagi ijtimoiy muvaffaqiyatlarini ham belgilaydi. Shu bois, psixologik xizmat doimiy ravishda takomillashib borishi lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Jalolova, S. (2020). *O'quvchilar psixologiyasi*. Toshkent: O'zbekiston pedagogika nashriyoti.
2. G'ulomova, M. va boshq. (2021). *Maktab psixologiyasi asoslari*. Toshkent: TDPU nashriyoti.
3. CASEL. (2023). *What is Social and Emotional Learning (SEL)?* <https://casel.org>
4. Tadjibayeva, N. (2019). "Psixologik muhitni sog'lomlashtirishda maktab psixologining o'rni". *O'zbekiston psixologiya jurnali*, 2(1), 45-52.
5. Vygotsky, L. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Harvard University Press.