

Diagnostika uchun te-stov batareyasi, shuningdek, klinik intervyu usullari ishlatilgan. Psixosotsiyal omillarning ajralmas xarakteristikasi sifatida biz "I" ta'rifi mos keladigan yoki mos kelmaydigan 128 ta'riflari ro'yxatidan Liri metodologiyasining modifikatsiyasini tanladik. So'raluvchilardan men mukammal emasman, men-kompyuter va men-ko'zlarim yaqinlarim menini tasvirlab so'radik,.

CA - movostriatsiya va kompyuterga qaramlik darajasining korrelyatsion tekshiruvi natijasida 1-jadvalda keltirilgan ma'lumotlar olingan.

Bolalar va o'smirlar, bizning fikrimizcha, shifokorlar psixoterapevtlar, narkologlar va klinik psixologlar sa'y — harakatlari maktab psixologlar uchun majburiy ta'lim tashkil qilish uchun zarur bo'lgan-aholining eng zaif qatlamlari orasida kompyuter qaramligini tarqalishining oldini olish maqsadida narkotik Ekspress diagnostika texnologiyalari va maktablar va boshqa ta'lim muassasalari darajasida xavf guruhlarini aniqlash. Shuningdek, ularning ota-onalari bilan treninglar o'tkazish, ularni bolalar bilan ishonchli, iliq sinergetik munosabatlarni qurishga o'rgatish. Umid qilamizki, bunday kompleks yondashuv yoshlar o'rtasida kompyuter qaramligining tarqalishiga qarshi samarali kurashish imkonini beradi va tezkor natijalar beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Катков А.Л. О психологических и медицинских аспектах негативного влияния компьютерной зависимости на несовершеннолетних: методические рекомендации. Павлодар. 2012. 48 с.

2. Пережогин Л.О., Вострокнутов Н.В. Нехимическая зависимость в детской психиатрической практике. Rossiya psixiatriya jurnali. 2009; 4: 86–91.

3. Orzack M.H. How to recognize and treat computer. com addiction. Clin. Counseling Psychol. 1999; 9 (2): 124–30

ВЗАИМООТНОШЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ С РАСТУЩИМ ЧЕЛОВЕКОМ

Эрназарова Мархабо Нарбаевна

преподаватель, Джизакский филиал НУУ, Джизак

Аннотация: В данной статье излагаются мнения, как надо воспитывать детей, чтобы у них сформировались новые, достаточно устойчивые психические качества для того, чтобы открыть путь создания возможностей развертывания разных способностей. Обсуждается несдержанность взрослых, который наносит сильный вред взаимопониманию между родителями и детьми, вопреки всему целью которых является направление подростка по пути интеллектуального взросления. А также даются мнения о правильном построении взаимоотношения родителей с растущим человеком.

Ключевые слова: воспитание, подросток, конфликт, семья, способность.

Мы знаем, что в случае неблагоприятных семейных влияний совместными усилиями школы и общественности удаётся вносить необходимые коррективы в психологию ребёнка, выправляя искривления в его социально – нравственном становлении, обеспечивая его развитие в соответствии общественно значимыми целями.

Попытаемс теперь представить, в чем конкретно могут выразиться те проблемы и недостатки нравственного воспитания в семье.

«Бесконфликтных» семей, пожалуй, просто не существует. Как бы ни были близки, внимательны друг к другу взрослые и дети, вряд ли в их отношениях вообще не возникает трений. Но в одних семьях конфликты не только разрешаются благополучно, но принося вреда «противникам», но даже содействуют укреплению взаимопонимания. А в других

семьях они превращаются в цепь затяжных препирательств, в изнурительную войну, от которой плохо всем.

По этому поводу сразу хочется заметить следующее: нередко можно встретить мнение, что причина затяжных конфликтов между взрослыми и детьми, между молодоженами, между коллегами по работе – неосведомленность конфликтующих сторон о правилах и нормах совместной жизни, о закономерностях воспитания.

Причины, по которым в семью приходит неблагополучие, бывают разные. Самой «особой» из них является духовная «дремучесть» родителей, исповедование ими нравственности, не совместимой с правилами взаимопонимания и поддержки. Другой сходной по итогам причиной неблагополучия в семье бывает чрезмерная забота о ребенке, чрезмерная опека его взрослыми, по итогам которого ребенок растет неприученным к усилиям, к преодолению затруднений. Третья крайность – чрезмерная строгость к ребенку, в результате которого он оказывается безынициативным, лишенным навыков самодисциплины, самоорганизации. Четвертая порождающая нравственные неблагополучия ситуация связана с разногласиями родителей по вопросам воспитания.

Кроме этих основных неблагополучий, которые лежат в основе конфликтов, можно назвать еще ряд ситуационных, частных «конфликтогенных» обстоятельств.

Сильный вред взаимопониманию между родителями и детьми наносит несдержанность взрослых. В конфликте самом по себе еще ничего плохого нет: обнаружилось разногласия, и каждая сторона, естественно, отстаивает свою точку зрения. У людей разумных конфликт «развязывается» разумным способом – находится решение, приемлемое для обеих сторон. Для этого в вопросах воспитания вроде бы есть и критерий – интересы ребенка, его будущее. Иное происходит в семьях, где и конфликта в истинном смысле нет; никто и ничего не обдумывает серьезно, не оценивает меру своей правоты; взрослые просто – напроосто следуют своему настроению и «нраву». [3] Так создается основы для более широкого конфликта подрастающего человека с окружающими.

Устраивая многочисленные обсуждения детских конфликтов, взрослые, кроме того, создают вокруг ребенка атмосферу напряженного недоверия, которые не могут не почувствовать и другие дети.

Однако хотим мы того или нет, нравится ли нам или не нравится, но конфликты в нашей жизни неизбежны. А раз так, то остается лишь позаботиться о том, чтобы уменьшить вред, который они способны принести, и, если это возможно, извлечь из них хоть какую-то пользу. В конце концов, как гласит еще одна известная пословица, - нет худа без добра. Жить в мире и согласии - это замечательно, но все-таки совсем без всяких конфликтов было бы, наверное, несколько скучновато. Конфликты, по крайней мере, вносят в нашу жизнь некую «перчинку», которая позволяет лучше ощутить прелесть мира и согласия. Но, конечно, желательно, чтобы горечь такой «перчинки» не стала отравой. А для этого необходимо знать, что делать с конфликтом, чтобы он не портил нашу жизнь:

- *как предотвратить конфликт*, грозящий погубить мир и добрые отношения между людьми, затянуть нас в бесконечную череду интриг и беспощадных битв, опасных для здоровья и жизни;

- *как вести себя в ходе конфликта*, чтобы снизить его накал и сделать связанные с ним переживания менее болезненными;

- *как завершить конфликт* с наименьшими потерями, а может быть, и с каким-то выигрышем от его удачного разрешения.

Это - вопросы чисто практические. Но чтобы искать ответы на них, необходимо *изучать* конфликты и *искать* способы их *урегулирования*. [2]

Конфликты, подобно несчастливым семьям, не похожи друг на друга. Но человечество за свою историю накопило огромный опыт, как в завязывания, так и в разрешении самых разнообразных конфликтов — от детских ссор до мировых войн.

Конфликты встречаются на каждом шагу и в разном возрасте. Расти ребёнку, воспитывать его, окружать вниманием и желание постоянно защищать от конфликта требует много усилий. Потому что ребёнок взрослеет, идёт в школу, растёт его кругозор, умножается круг друзей, появляются «разные» интересы. Вот на этом этапе семья и школа должна работать совместно имея ввиду психологические качества растущего поколения.

О результатах обучения, об эффективности тех или иных его методов нередко судят главным образом по объёму знаний и умений детей, а проще говоря – по их успеваемости. При этом в тени остается более существенное – сами способы, приемы учебной деятельности школьников. Разумеется, они для родителей не выступают столь наглядными, как отметки в дневниках их детей. Но этого они не становятся менее реальными и менее важными. Взросление - это реальные условия жизни по нормам и требованиям, предъявляемым к взрослым. Необходимо расширять сферу самостоятельности подростка, круг его прав и обязанностей. Важно, чтобы в семье была действительная нужда в труде и заботах ребенка. Надо перестроить способы общения с ребенком: именно в семье он должен научиться уважать личность другого человека, научиться такту, бережному, внимательному отношению к людям.[3]

Подросток много думает о себе, и возникающие у него чувство взрослости начинает определять его оценки и самооценки, отношение к своим поступкам, поступкам сверстников, старших. Конечно, степень проявленности чувства взрослости, его яркость у разных ребят не одинакова. Если мы признаем право подростка на известную самостоятельность, относимся к нему с уважением, своевременно меняем характер требований, то чувство взрослости не будет ущемлено, и в таких случаях подросток развивается и взрослеет, как правило, без конфликтов.

Совсем другое мы видим в семьях, где это чувство ребенка подавлено мелочной опекой, излишней жесткостью контроля, недоверием к самостоятельности. В таких случаях подросток не имеет возможности почувствовать себя в какой - то степени взрослым и утвердить себя таким во мнении окружающих. Он начинает грубить, упрямиться, возникают обиды, конфликты, растет и углубляется взаимное непонимание.[1] Иногда кончается тем, что подросток, по существу, уходит из семьи, т.е. уходит из-под контроля и влияния, становится чужим в семье.

Чтобы этого не случилось, необходимо так строить внутрисемейные отношения, чтобы ребенок принимал не формальное, а настоящее участие в общих семейных заботах. Надо позаботиться о том, чтобы личность подростка развивалась гармонично: надо формировать его познавательные интересы, развивать способности, воспитывать общественно ценные качества.

Поведение подростка связана и с родительским поведением. Иногда взрослый утверждает свою власть и подросток повинует; а иногда подростку предоставляют самостоятельность - и он выказывает инициативу; в ответ на разумное родительское убеждение следует послушание, угроза вызывает страх. Родительское отношение может войти в плоть и кровь детей, стать их собственной позицией. Отвержение со стороны родителей в этом случаи превратится для подрастающего человека в неприятие собственной личности, вызовет низкую самооценку.

Воспитание дело сложное и кропотливое. Оно требует от самих родителей терпения, выдержки, педагогического такта, умения постоянно согласовывать свои требования к детям с теми требованиями, которые к ним предъявляет общество. Если хотите, чтобы подросток пришел к вам за помощью, открыл вам свою душу – берегите именно те уголки его души, прикосновение к которым воспринимается безболезненно.[1]

Завершая разговор, хотели бы еще раз подчеркнуть: готовность родителей обсуждать с детьми так называемые «трудные темы», их стремление строить свою воспитательную тактику и стратегию на основе современных научных – физиологических и психологических – представлений о развитии подростка, их умение

найти приемлемую, отвечающую общему духу семьи форму беседы с сыном или дочерью – все это необходимое условия того, чтобы сложные деликатные вопросы воспитания будущего семьянина нашли в семье правильное решение, соответствующее общим задачам воспитания нравственности.

Литература:

1. Хрипкова А. Г. Мир детства: Подросток. М. Педагогика. 1989.
2. Кармин. А. С. Конфликтология СПб.: Издательство «Лань», 1999.
3. Эрназарова М. Н. Место семьи в развитии женского спорта. Бухара. Международная конференция. 2020.
4. Эрназарова М. Н. Гендерные аспекты в информационном обществе. Международная конференция. 2021.
5. Ernazarova M. N., Jabbarova E. R. FORMATION OF THE WORLDVIEW PRINCIPLES OF THE GROWING GENERATION //EPRA International Journal of Research & Development (IJRD). – 2021. – Т. 6. – №. 11. – С. 1-1.
6. Жабборова Э. Р. и др. Использование наглядности при совершенствовании обучения орфографической грамотности //Science and Education. – 2022. – Т. 3. – №. 3. – С. 708-712.
7. Эрназарова М. Н. РЕФОРМИРОВАНИЕ И СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СИСТЕМЫ ОБРАЗОВАНИЯ В РЕСПУБЛИКЕ УЗБЕКИСТАН //Актуальные научные исследования в современном мире. – 2020. – №. 1-6. – С. 157-160.

ЎСПИРИН ШАХСИДА ЎЗ-ЎЗИГА БЎЛГАН МУНОСАБАТНИ ТАРКИБ ТОПИШИ ҲАЁТИЙ СТРАТЕГИЯЛАРИНИ РИВОЖЛАНТИРУВЧИ ОМИЛИ СИФАТИДА

Абдимуродова Фарангиз Анваровна

Ўзбекистон Миллий университети “Психология” йуналиши магистранти

Аннотация: *Мазкур мақолада ўспирин шахсида ўз-ўзига бўлган муносабатни таркиб топиши ҳаётий стратегияларини ривожлантирувчи омили масаласи ҳақида фирлар билдирилган. Мақоладан бўлажак мутахассислар ўз касбий фаолиятига оид интеллектуал салоҳиятини таркиб топтириши билан ишгулланувчилар фойдаланиши мумкин.*

Калит сўзлар: *ўспирин шахси, ўз-ўзига бўлган муносабат, шакллантириши, онгсизлик, таркиб топтириши, ички ва таиқи таъсирлар, омиллар, психологик механизмлар, ўз-ўзига баҳо бериши, психосоматик касалликлар, ахлоқий меъёрлар.*

Ўспирин шахсини тўлақонли жамият аъзоси бўлиб шаклланишида унинг ўзлигини билиши ва англаши ўта муҳим масаладир. Зеро, бунинг замирида инсон онги ва онгсизлик ҳолатлари ўзининг саъй-ҳаракатлари ва пировард мақсадини тўла англаб етиши, ўзини-ўзи англаш каби муҳим психологик механизмлар ётади.

Замонавий психологияда инсоннинг ўз-ўзига бўлган муносабатини аниқлаш бўйича умумий бир ёндашув мавжуд эмас. Инсоннинг ўз-ўзига бўлган муносабатига бағишланган ишларнинг таҳлили шуни кўрсатадики, унинг мазмунини таърифлаш учун қўлланиладиган психологик категориялар турлидир. Шу ўринда ўзига баҳо бериш, ўзини ўзи ҳурмат қилиш, ўзини ўзи қабул қилиш, ўзига эмоционал-қадриятли муносабат, шунга ишониш, ўзидан қониқиш ҳисси ва бошқа тушунчаларни келтириш мумкин. Уларнинг мазмуни установка (Д.Н.Узнадзе), шахсий мазмун (А.Н.Леонтев), муносабатлар (В.Н.Мясишев), аттиюд (М.Розенберг, Р.Уайли, С.Коперсмит), ижтимоий установка (И.С.Кон, Н.И.Сарджвеладзе), ҳиссиёт каби категориялар орқали ёритиб берилди[2].