

Date: 5th June-2025

MAKTABDA PSIXOPROFILAKTIK TADBIRLARNI TASHKIL ETISHNING METODIK ASOSLARI

Shoymardonova Hilola Baxriddinovna

Navoiy viloyati Xatirchi tumani, 35- umumiy o'rta ta'lim maktabi
Amaliyotchi psixologi

Annotatsiya: Ushbu maqolada maktab sharoitida amaliyotchi psixolog tomonidan amalga oshiriladigan psixoprofilaktik tadbirlarning mazmuni, maqsadi va ularni samarali tashkil etishning metodik asoslari tahlil qilingan. Psixoprofilaktika tushunchasining mohiyati ochib berilib, uning bolalar ruhiy salomatligini saqlashdagi ahamiyati yoritiladi. Maktab yoshidagi bolalarning psixologik xususiyatlari, o'ziga xos ehtiyojlari inobatga olingan holda tadbirlarni rejalashtirish, tashkil etish va baholashning muhim jihatlari bayon etilgan. Shuningdek, o'quvchilar, ota-onalar va pedagoglar o'rtasidagi hamkorlik psixoprofilaktik ishlarning ajralmas qismi sifatida ko'rsatilgan. Maqola maktab psixologik xizmatining samaradorligini oshirishga qaratilgan amaliy va metodik tavsiyalarni o'z ichiga oladi.

Kalit so'zlar: psixoprofilaktika, maktab psixologi, ruhiy salomatlik, metodik yondashuv, profilaktik tadbirlar, ijtimoiy-emosional rivojlanish, psixologik xizmat.

Bugungi kunda ta'lim jarayonining samaradorligini ta'minlashda o'quvchilarning psixologik holatini mustahkamlash, ularning ijtimoiy-emosional rivojlanishiga e'tibor qaratish dolzarb masalaga aylangan. Shu nuqtai nazardan qaralganda, maktab amaliyotchi psixologining faoliyatidagi muhim yo'nalishlardan biri — psixoprofilaktik tadbirlarni samarali tashkil etish hisoblanadi. Ushbu faoliyat bolalarda yuzaga kelishi mumkin bo'lgan psixologik muammolarni barvaqt aniqlash, ularning oldini olish va sog'lom ijtimoiy muhitni shakllantirishga xizmat qiladi.

Psixoprofilaktika – bu shaxsda turli noxush ruhiy holatlar, stress, xavotir, tajovuzkorlik kabi holatlarning rivojlanishiga to'sqinlik qiluvchi chora-tadbirlar tizimidir. Maktab sharoitida bu ishlar ko'p hollarda psixologik monitoring, suhbatlar, treninglar, rolli o'yinlar, ijtimoiy loyihalar, ota-onalar va pedagoglar bilan hamkorlikda olib boriladi. Psixoprofilaktika bolalarning ichki dunyosini chuqur anglash, ularning ehtiyoj va muammolariga befarq bo'lmaslik tamoyiliga asoslanadi.

Amaliyotchi psixolog psixoprofilaktik tadbirlarni rejalashtirishda bir necha muhim metodik yondashuvlarni hisobga olishi lozim. Birinchidan, har bir yosh davrining psixologik xususiyatlarini inobatga olish zarur. Masalan, boshlang'ich sinf o'quvchilari bilan ishlashda emotsional qo'llab-quvvatlash va o'yinli shakldagi tadbirlar ko'proq natija beradi, o'smirlar esa ijtimoiy mavqe, shaxsiy qiziqishlar asosida tahliliy yondashuvni afzal ko'rishadi. Ikkinchidan, tadbirlarning mazmuni real ehtiyojlar asosida tuzilishi kerak. Buning uchun ilgari psixodagnostik ishlari orqali muammoli zonalar aniqlab olinadi.

Shuningdek, psixoprofilaktik faoliyatda doimiylik va tizimlilik muhim o'rin tutadi. Bir martalik chora-tadbirlar qisqa muddatli samara berishi mumkin, biroq muntazam olib borilgan kompleks profilaktika ijobiy natijalarga erishishda muhim ahamiyat kasb etadi.



Date: 5th June-2025

Maktabda bunday ishlarni amalga oshirishda pedagogik jamoa, psixolog, ota-onalar va kerak bo'lsa, boshqa mutaxassislar o'rtasida hamkorlikni yo'lga qo'yish zarur. Psixoprofilaktik tadbirlarning yana bir metodik asoslaridan biri bu ularning interaktiv va ishtirokchilarning faol qatnashuviga asoslangan bo'lishidir. Treninglar, rolli o'yinlar, munozaralar, kreativ mashg'ulotlar orqali o'quvchilar o'zlarini erkin ifoda etishga, ichki kechinmalarini tushunishga va boshqalar bilan sog'lom muloqot o'rnatishga o'rganadilar. Ayniqsa, zo'ravonlikka qarshi kurash, maktab muhitida tengdoshlar bilan nizolarning oldini olish, o'z-o'zini baholashni oshirish kabi mavzular dolzarb hisoblanadi.

Xulosa qilib aytganda, maktab amaliyotchi psixologi tomonidan olib boriladigan psixoprofilaktik ishlar nafaqat o'quvchilarning psixologik muvozanatini saqlash, balki ijobiy muhitni shakllantirish va sog'lom ijtimoiy munosabatlarni qaror toptirishda muhim o'rin tutadi. Bu borada metodik yondashuvlarning puxta rejalashtirilganligi, yosh xususiyatlariga mosligi va tizimli yondashuvi asosiy muvaffaqiyat omili sanaladi.

ADABIYOTLAR:

1. Raxmonov Sh.S. *Maktab psixologiyasi asoslari*. – Toshkent: O'zbekiston Milliy Ensiklopediyasi, 2020. Maktab psixologining faoliyat yo'nalishlari, profilaktik ishlarning mazmuni va metodlari haqida batafsil ma'lumot beradi.
2. Mammadjonova D.X. *Psixologik xizmat tizimida diagnostika va profilaktika*. – Toshkent: Fan, 2019. Maktab muhitida psixodiagnostika va psixoprofilaktika jarayonining o'zaro bog'liqligi va metodik jihatlari yoritilgan.
3. Zimnyaya I.A. *Pedagogik psixologiya*. – Moskva: Logos, 2003. O'quvchilarning psixologik rivojlanishi, o'qituvchi-psixolog hamkorligi va psixoprofilaktik faoliyat uchun nazariy asoslar bayon qilingan.
4. Abramova G.S. *Prakticheskaya psixologiya obrazovaniya*. – Moskva: Akademiya, 2001. Maktab psixologiyasining amaliy jihatlari, jumladan, stress, xavotir va nizolarning oldini olish bo'yicha psixologik yondashuvlar berilgan.
5. Kurbanova R.M. *O'quvchilarda shaxsiy rivojlanishni psixologik qo'llab-quvvatlash*. – Toshkent: Ilm Ziyo, 2021. O'quvchilarning emotsional holatini barqarorlashtirish va ijtimoiy moslashuvga qaratilgan profilaktik tadbirlar haqida ma'lumotlar keltirilgan.

