¤ЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ

ОЛИЙ ВА ¤РТА МАХСУС ТАЪЛИМ ВАЗИРЛИГИ

НИЗОМИЙ НОМИДАГИ

ТОШКЕНТ ДАВЛАТ ПЕДАГОГИКА УНИВЕРСИТЕТИ

З. Т. Нишонова

П С И Х О Л О Г И К Х И З М А Т

Тошкент - 2005

Низомий номидаги Тошкент Давлат Педагогика Университетининг 2005 йил \_\_\_\_\_\_\_\_\_ да илмий кенгашида нашрга тавсия этилган.

£ўлланма мактаб, лицей, коллежларда амалиётчи психолог бўлиб ишлаётган мутахассисларга ҳамда психологик факулътет талабаларига мўлжалланган. Шу билан бирга психолог нималарни қила олиши ва нима қилиши кераклигини, қандай қийинчиликларга дуч келишини тушунишни истаган ўқитувчилар ва мактаб маъмуриятига ҳам тавсия этиш мумкин. £ўлланма мактаб психологига мурожаат қилган ёки мурожаат қилишни режалаштираётган ота-оналарга ҳамда амалий психология каби мураккаб ва қизиқарли касбга меҳр қўйган барчани қизиқтиради деган умиддамиз.

Тақризчилар:

Психология фанлари доктори, профессор Э.¢.¢озиев

Психология фанлари номзоди, доцент С.Жалилова

*¤збекистон психология фанининг отаси устозим Муҳаммад Галимович Давлетшиннинг таваллуд айёмларига ҳамда психология алифбосини ўргатган устозим Роберт Валиевич Галямовнинг порлоқ хотирасига бағишлайман.*

**I. ПСИХОЛОГИК ХИЗМАТ ПРЕДМЕТИ**

**1.1 Психологик хизматнинг ривожланиш тарихи**

Психологик хизмат АЈШ да 1800йиллардан бошлаб ривожлана бошлади. А£Ш нинг биринчи амалиётчи психологлари ўз-ўзини тарбиялаш муаммосини ўрганган экспериментал психологлар эдилар. Америка мактабларида аілий тараііиёт коэффицентини аниілаш кенг таріалиб, кейинчалик «Гайденс» хизматининг ривожланишига олиб келди.

Француз мактаб психологиясининг отаси Альфред Бине бўлиб, у бу соҳада 1894 йилдан бошлаб иш бошлаган. 1905 йилда Франция таълим вазирлиги Бинега умумий дастур бўйича ўіий олмайдиган болаларни текшириш муаммоси билан мурожаат іилади ва шу тариқа аілий тараііиётда оріада іолган болаларни ажратадиган Бине-Симон тести яратилди.

1990йилда Францияда мактаб психологик хизмати ташкил этилади. 1970йилда Францияда психологик-педагогик ёрдам гуруҳлари психологик хизматнинг асосий турини ташкил этади. Бундай гуруҳлар мактаб психологияси бўйича бир мутахассис, таълим психологияси бўйича бир мутахассис, психомотор ривожланиш бўйича бир мутахассисни ўз ичига олади. Бундай бригада 800-1000 ўіувчига хизмат іилади, бир мактабда жойлашиб, бир неча мактабда хизмат іилиши мумкин.

1985 йилда Франция педагогик психологларининг функциялари аниілаб берилди. Педагогик психолог шахснинг ҳар тамонлама ривожланиши учун іўлидан келган барча ишларни іилиши керак, бунда у бу ишларга ўіитувчиларни ва ота-оналарни ҳам жалб этиши мумкин. Педагогик психолог ўз ишида лозим топса, мактаб ва оила тарбиясига іарши чиіиши мумкин, деб махсус таъкидланган.

Кўпчилик Шаріий Европа мамлакатларида мактаб психологик хизмати туман ёки вилоят психологик-педагогик марказлари шаклида ташкил этилган. Масалан, 1980 йилда Чехославакияда тарбия масалалари бўйича модда мактаб тўғрисидаги іонунга киритилди. Психологик хизматнинг асосий мазмуни - соғлом шахснинг ўсишини таъминлаш, шахс ривожланишидаги турли іийинчиликларни коррекция іилиш, касб танлаш муаммоларидир.

Чехославакиядаги психолог маслаҳатчининг асосий функцияси психодиагностик фаолиятдан иборатдир.

Собиі совет психологиясида болалар тарбияси ва таълимида психологиядан фойдаланиш борасида уринишлар педология доирасида вужудга келди. Педология ривожланаётган ва ўсаётган шахснинг барча биологик ва ижтимоий хусусиятларини іамраб олувчи фандир. 1936йилда педологик іарашларини тўхтатиш ҳаіида іарор іабул іилинди, шу билан бирга совет психологлари амалга ошираётган бола психологиясидаги ижобий изланишлар ҳам тўхтаб іолди. Фаіат 60 йилларнинг охирига келиб, психологларнинг мактаб ишида амалий иштирок этиши іайта тикланди.

Эстон психологалари «тарбияси іийин» ўсмирлар учун махсус мактабларда иш олиб бордилар. 1984йилда Москвада СССР ФА психология институтида «СССР да психологик хизмат муаммолари бўйича I умумиттифоі анжумани бўлиб ўтади. Анжуманда мактабда психологик хизмат секцияси ҳам иш олиб боради.

Собиі совет Иттифоіида биринчи бўлиб Эстонияда 1975йилда мактабда психологик хизмат ташкил этилди / раҳбари Х.И. Х.Лийметс, Ю.Л. Сэрд бўлиб, тарбияси іийин ўсмирлар учун махсус мактабларда иш олиб борадилар/. Россияда 1982 йилда мактабларда психолог штати очилди.

1989 йилда ¤збекистонда амалиётчи психологларнинг етишмаслиги сабабли Низомий номли ТДПУда амалиётчи психологлар тайёрлаш факультети очилди.

Психологик хизматни 3 нуітаи назардан іараб чиіиш мумкин:

1. Илмий нуқтаи назар,
2. ташвиіот нуітаи назар,
3. амалий нуітаи назар.

Фаіат мана шу нуітаи назарларнинг бирлигигина психологик хизмат предметини ташкил этади.

Илмий нуітаи назар психологик хизматнинг методологик муаммоларини ишлаб чиіишни назарда тутади. Бу йўналиш ижрочиларининг асосий функцияси мактаб спихологик хизматида ишнинг психодиагностик, психокоррекцион ва ривожлантирувчи методларини ишлаб чиіиш ва назарий асослашга бағишланган илмий тадіиіотларни ўтказишдан иборат.

Ташвиіот нуітаи назари ҳалі таълими ходимларини психологик билимлардан фойдаланишни назарда тутади. Бу йўналишда асосий ҳаракатлантирувчи шахслар бўлиб, педагоглар, методистлар, дидактлар, майдонга чиіади.

Хизсатнинг амалий нуітаи назарини мактаб психологлари амалга оширадилар, уларнинг вазифаси - у ёки бу аниі вазифани ҳал іилиш учун ота-оналар, ўіитувчилар, синф жамоаси, болалар билан иш олиб боришдан иборат.

Ҳозирги босіичда психологик хизмат фаолиятининг 2йўналиши: долзарб ва келажак йўналишлари мавжуд. Долзарб йўналиш ўіўвчилар таълим тарбиясидаги іийинчиликлар, улар ҳулі-атворидаги, мулоіатдаги ва шахси шаклланишидаги бузилишлар билан боғлиі муаммоларни ҳал іилишга іаратилган.

Келажак йўналиши ҳар бир бола индивидуаллгини ривожлантиришга, жамиятда яратувчанлик ҳаётига психологик тайёрликни шакллантиришга іаратилган. Психолог педагогик жамоа фаолиятига ҳар бир ўіувчи шахси гармоник ривожланиш имкониятлари ҳаіида асосий психологик ғояни олиб киради. Икки йўналиш ҳам бир-бири билан боғлиі.

**1.2. ПСИХОЛОГИК ХИЗМАТ ҲАЈИДА НИЗОМ.**

Коллежлардаги ва акадеаик лицейлардаги психологик хизмат ўрта махсус таълимининг зарурий таркибий іисмидир. Бу хизматнинг зарурийлиги коллеж ва академик лицей эҳтиёжларидан келиб чиіади. Ҳар бир ўкувчида ҳаётга ижодий муносабат ва индивидуал хусусиятларнинг тараіқиётини таъминлаганлигини психологик хизмат тўғри ташкил этилган дейиш мумкин.

Психолог ўзининг инсон хулі атвори ва психик фаолияти, психик тараііиётнинг ёш іонуниятлари хаіидаги касбий билимларига, уларнинг ўіувчилар ва катталар, тенгдошлари билан ўзаро муносабат хусусиятларига, ўіув – тарбия жараёнини ташкил этишга боғлиілигига таяниб, болага индивидуал ёндашув имкониятларини таъминлайди, унинг іобилиятларини аниілайди, нормадан четлашишларнинг бўлиши мумкин бўлган сабабларини психологик-педагогик коррекция іилиш йўлларини аниілайди. Бу билан психологик хизмат мактабда ўіув тарбия ишининг маҳсулдорлигини оширишга, ижодий фаол шахсни шакллантиришга имкон беради.

*Психологик хизмат уч асосий бўғиндан тузилган:*

1) Аниі ўкув муаммосида ишлайдиган болалар амалий психологи,

2) Туман халқ таълими қошидаги ташҳис маркази.

3) Республика касб-ҳунарга йўналтириш ва психологик-педагогик ташҳис маркази.

Психологик хизмат ходимлари барча муаммоларни ҳал іилишда болани ҳар томонлама ва гармоник ривожланиш вазифаларига ва унинг іишларига таянадидлар. Амалиётчи психолог ўз фаолиятини педагогик жамоа ва ота-оналар билан яіин алоіада амалга оширадилар. Психологик хизмат ўз фаолиятида тиббий, дефектологик ва бошіа хизмат турлари билан, бола тарбиясида ёрдам кўрсатувчи жамоачилик ходимлари билан яіин алоіада иш олиб боради. Барча мутахассислар билан муносабат тенглик асосида ва фикрларнинг бир-бирини ўзаро тўлдириши асосида іурилади.

¤рта махсус, касб-ҳунар тизимидаги психологик хизматнинг маади-шахснинг ҳар томонлама гармоник камолоти, тўлаіонли психологик тараііиётни таъминловчи іулай шарт-шароитлар яратишдан иборатдир.

Психологик хизматда тадіиіот ва таъсир ўтказиш объекти мактабгача ёшдаги болалар, ўіувчилар, махсус ўіув юрти ва олий мактаб, коллеж талабалари, ўіувчилар, ота-оналар бўлиб ҳисобланади, уларни алоҳида ёки гуруҳий шаклда тадіиі іилиш мумкин.

Психологик хизматнинг мазмуни: а)психопрофилактика,

б) психологик маориф ва маърифат, в) психодиагностика, г) психик ривожланитириш ва психокоррекция, д) психологик консультация.

Психологик хизмат ҳаіида Низом 1996йил Халі таълими Вазири Ж.Г. Йўлдошев томонидан тасдиіланган. 2001 йилда бу Низомга ўзгартириш киритилди.

Психологик хизмат методлари турли туман бўлиши мумкин:

а) халі таълими ва ўрта махсус касб-ҳунар таълими ходимлари, ўіувчилар, талабалар билан маърузалар туркуми ва треннинг машғулотлари ўтказиш ва аҳолининг психологик маданиятини ўстириш маісадида, б) илмий оммабоп адабиётларни яратиш ва уларни таріатиш, в) оммавий ахборот воситаларида чиіишлар уюштириш,

г) психодиагностик тадіиіотлар ўтказиш, методикалар ишлаб чиіиш /тест савол вараіаси, тажриба, кузатиш, суҳбат ва бошіалар/, д) психологик маслаҳат бериш, е) пcихологик консилиумлар ўтказиш, ж) таълим ва тарбия берувчи дастурлардан фойдаланиб психодрама, психокоррекцион тренингларни амалга ошириш, з) психологик тадіиіот объектининг психологик хусусиятларини ҳисобга олган ҳолда ўіув дастури, ўіув тарбия режаларини таҳлил іилиш ва ҳакозолар.

*Психологик хизмат хаіида Низом 6 бўлимдан иборат. Улар:*

1. Умумий іоидалар.
2. Психопрофилактик ишлар.
3. Психоджиагностик ишлар
4. Ривожлантирувчи ва коррекцион ишлар.
5. Психологнинг маслаҳат бериш ишлари.
6. Психологик хизмат ходимларнинг масъулияти акс этган.

Умумий іоидалар іуйидаги бандларни ўз ичига олган.

1. Психологик хизмт халі таълими ва олий ўрта махсус таълим тизимининг муҳим таркибий іисми ҳисобланади.
2. Психологик хизмат мутахассислари барча муаммоларни ҳал іилишда ҳар іайси шахснинг /педагог, ўіувчи, талаба, ота-она/ манфаати ва унинг ҳар томонлама гармоник ривожланишидан келиб чиііан ҳолда ёндошади.
3. Психологик хизмат мутахассислари ўз фаолиятиларини тиббиёт ходимлари, дефектологик хизмат, муҳофаза іилиш ташкилотлари, муайян комиссиялар, балоғатга етмаган ўсмирлар инспекцияси, ота-оналар іўмитаси, ишлаб чиіариш, жамоаси, жамоатчилик билан узвий алоіада амалга оширадилар.

Амалиётчи психологлар ўіитувчига берилган барча имтиёзлардан фойдаланиш ҳуіуіига эга. Уларнинг меҳнат таътили муддати барча ўіитувчилар билан баробардир. ¤іувчилар сони *500* гача бўлган мактабларда 1 штат бирлиги психолог ишлаши зарур. Касб ҳунар коллежларида ўіувчилар сони 250та бўлса, 1штат бирлиги психолог ишлаши зарур. Боғчаларда ҳар 2 боғчада 1 психолог ишлаши маісадга мувофиі.

Олий ва ўрта махсус, халі таълими тизимидаги психологларнинг фаолияти, психологик маслаҳат ва муаммоланинг ижтимоий-психологик фаол усуллари, психокоррекцион, психодиагностика, ижтимоий, педагогик, болалар психологияси соҳалари бўйича умум психологик тайёргарлик олган, психологик ихтисосга эга бўлган мутахассислар томонидан амалга оширилади.

**1.3 ПСИХОЛОГНИНГ МАСЛАҲАТ БЕРИШЛАРИ**

Психологик хизмат фаолияти ўіувчилар аілий таракіиёти ва шахсий хусусиятларини диагностика іилишга, таълим тарбиядаги бузилишларнинг психологик сабабларини аниілашгина іаратилмасдан, балки бундай бузилишларни йўіотиш ва олдини олишга іаратилади. Бундай психологнинг аниіланган четлашишларни коррекция іилишда фаол иштирок этиш зарурлиги келиб чиіади.

Психологик хизмат фаолиятини болалар, ёш ва педагогик психология, психокоррекция, психологик маслаҳат соҳасида умумий психологик ва махсус психологик билимлар олган мутахассислар томонидан амалга оширилади. Психологик хизматга жалб іилинган педагоглар бу мутахассисликни олиш учун махсус іайта тайёргарликдан ўтишлари лозим.

*Психолог маслаҳат бериш ишларида іуйидаги ишларни олиб боради:*

1. Болалар, ўіитувчилар, талабалар таълим ва тарбияси билан шуғулланувчи барча шахсларга, жумладан маъмурият /директор, ректор, мудир/ ўіитувчилар, мурабийлар, ота-оналар, ижтимоий ва жамоатчилик ташкилотлари, ходимларига аниі яііол, маслаҳатлар бериш.
2. Таълим, таракіиёт, тарбия, касб танлаш ва турмуш іуриш, ўзаро муносабат, муомала ва мулоіот сирлари, тенгдошлар ва вояга етганлар муносабати, масалан, дунёіараш, іобилият, иітидор муаммолари юзасидан индивидуал, гуруҳий, жамоавий тарзда маслаҳатлар уюштириш.

3. Маъмуриятга, болалар, ўіувчилар, талабаларга (ётоіхонада, клубларда, кутубхоналарда) іизиітирувчи масалалар бўйича болалар, ўіувчилар, талабаларнинг психик ўсиши ҳусусиятларига оид маълумот бериши, ўғил ва іизларни асраб олиш, оналик ва оталикдан маҳрум іилиш, ташкилотларни ғамхўрлик ва васийлик тўғрисидаги іабул іилган іарорга муносабати, шахс таідирини хал іилишда іатнашиши ва маслаҳатли фикр бериши лозим.

4. Ота оналарга боланинг психик ривожланиши хусусиятларини шахс сифатида шаклланиши, ўзаро муносабат маіомлари, бунда фарзандларнинг ёши, жинси, индивидуал-типологик хусусиятлари муаммоси бўйича илмий-амалий маслаҳатлар беради.

5. Янги типдаги мактабларга ўрта-махсус ва касб-ҳунар коллежи ўіувчилари, академик лицей талабаларига уларнинг имконияти, истиіболи тўғрисида илмий – амалий хусусиятга молик консультатив ишлар олиб бориш: ёшларни саралаш, танлаш, ихтисосда яроілик даражасини аниілаш, танлов комиссисиясида маслаҳатчи сифатида иштирок этиш.

Мазкур ишлар ўіувчиларни мактабда, коллежда ва лицейларда ўіитиш давомида психологик – педагогик жиҳатдан чуіурроі ўрганишга йўналтирилган бўлиб, уларнинг индивидуал хусусиятларини, таълим тарбиядаги нуісонларнинг сабабларини аниілашга мўлжаллангандир. Диагностик ишлар гуруҳий ёки индивидуал тарзда ўтказилади. Бу аснода амалий психолог іуйидаги вазифаларни бажаради.

Ёш давр тараііиёти мезонларига мувофиілигини аниілаш маісадида психолог болалар, ўіувчилар, махсус мактаб, ўқувчиларини, акдемик лицей ва касб хунар коллежлари, олий ўқув юрти талабаларини психологик текширувдан ўтказади, уларнинг даражаларини белгилайди. ¤іувчиларнинг касбий яроілилигини диагностика іилади, уларнинг шахс хислатлар, иродавий сифатлари, ҳис – туйғулари, ўз-ўзини бошіариш имконияти, интелектуал даражасини текширади.

Маслаҳат бериш ишлари-амалиётчи психологнинг асосий фаолият турларидан биридир. Маслаҳат бериш ишлари ўіитувчилар, ўіувчилар, ота-оналар учун олиб борилади. Маслаҳат бериш ишлари индивидуал ва гуруҳий бўлиши мумкин. Амалиётчи психологлар иш тажрибасини умумлаштириш шуни кўрсатадики, ўіитувчилар кўпинча психологга іуйидаги муаммолар бўйича мурожаат іиладилар: турли фанлар бўйича ўіувчиларнинг ўзлаштиришдаги іийинчиликлар, болаларнинг ўіий олмаслиги ва истамаслиги, гуруҳда низоли вазиятлар, шахсий педагогик таъсирнинг натижа бермаслиги, ҳар хил ёшдаги болаларнинг тенгдошлари оила мулоіати ва болалар жамоасининг шаклланиши, касбий малакаларини ошириш йўллари, ўіувчиларнинг іобилиятлари, лаёіатлари, іизиіишларини аниілаш ва ривожлантириш йўллари, ўіувчилар билан касбга йўналтириш ишларини олиб бориш.

Амалиётчи психологга ўіитувчилар ҳам мурожаат іиладилар:

Катталар ва тенгдошлари билан ўзаро муносабатни яхшилаш масалалари, ўз-ўзини тарбиялаш, касбий ва шахсий ўз-ўзини билиш, аілий меҳнат ва хулі-атвор маданияти ва бошіа муаммолар бўйича мурожаат іиладилар.

Психолог ўіувчилар билан бевосита алоіада уларда вужудга келган муаммоларни ҳал іиладилар. Бу тўғридан тўғри маслаҳат бериш деб аталади. Баъзан ўіувчиларга ва ота-оналарга ўіитувчиларнинг у ёки бу муаммолари бўйича маслаҳат беради, бу бавосита маслаҳат беришдир, бунда маълум іоидаларга амал іилишга тўғри келади. Маслаҳат бериш марказида ҳар доим психолог ва маслаҳат берилаётган шахснинг ўзаро таъсир жараёни, улар орасида ишончли ўзаро муносабатни ўрнатиш ётади. Бунда психолог – маслаҳат берувчи, ўкитувчи, ота-она – маслаҳат берилувчи, ўіувчи мижоз ролида бўлади.

Маслаҳат бериш – психологик хизматнинг асосий йўналишларидан биридир. Лекин психологик маслаҳат ўзи нималиги ҳаіида ягона тушунча йўі. Коллежлардаги ёки академик лицейлардаги психологи ишидан тубдан фарі іилади. Психолог аниі ўіув муассасасидаги ўіитувчилар ва ўіувчилар орасидаги муносабатнинг ижобий ва салбий томонларини ривожланадиган ижтимоий муҳитнинг ичида бўлади. У ҳар бир ўкувчи ёки ўіитувчининг ўзинигина эмас, шахслараро муносабатнинг мураккаб системасини ҳам кўради, бошіа иш турлари билан биргаликда вазиятни ҳал іилади.

Маслаҳат бериш ишини іуйидагича схематик тасвирлаш мумкин.

Психолог маслаҳат ¤іитувчи

муаммолар

Сабабларни бола билан

Аниілаш ¤іувчи ишлаш

Юіоридаги усулда иш олиб борганда психолог ва ўкитувчи ўз соҳасини яхши билувчи мутаҳассислар сифатида намоён бўлади.

1. ¤іувчи муаммолари бўйича уларнинг ҳамкорлиги билимларининг бирикувига имкон беради ва муаммоларни ҳал іилиш учун кенг ижодий имкониятлар яратади. Маслаҳат беришнинг асосий аҳамияти ана шунда.

2. Психолог ўіувчилар ва талабаларнинг психологик хусусиятлари, уларнинг іизиіиши, майли, илк иітидори кабиларни ўрганади, мутахассис ва етук шахс сифатида шаклланишига ёрдам кўрсатади.

3. Мактабгача ёшдаги болалар, ўіувчилар, ҳунар билим юрти тингловчилари янги типдаги мактаб, олий ўіув юрти талабаларида учрайдиган ўіув малакалари ва кўникмаларини эгаллашдаги нуісонлар хулі-атвордаги камчиликлар, интеллектуал тарііиёт ва шахс фазилатларидаги бузилишларни диагностика іилади.

4. Бошіа соҳанинг мутахассислари билан биргаликда психик ривожланишлаги нуісонлар хилма-хиллигини ҳисобга олган ҳолда дифференциал диагностикани амалга оширади. Уісонларнинг тиббий ва дефектологик табиатини аниілайди. Ассойиал хулі-атвор сабабларини ва шаклларини белгилайди. Гиёҳвандлик ва таксионманлик, алкоголизм, ўғрилик, дайдиликнинг ижтимоий психологик илдизларини текширади, омилларни таҳлил іилади.

5. Иітидорли талабалар, ёш мутахассисларни танлашда иштирок іилиш илмий психологик тавсиялар ишлаб чиіиш ва унга асосланиб, уларга нафаіалар белгилашда иштирок этади.

**1.4 ПСИХОЛОГНИНГ РИВОЖЛАНТИРУВЧИ ВА КОРРЕКЦИОН ИШЛАРИ.**

Психологик хизматнинг ушбу йўналиши психологдан инсон шахси ва индивидуаллигини таркиб топтириш жарёнида фаол ўиштирок этишни таіозо іилади. Халі таълими тизимидаги психологнинг вазифаси психологик хизматни муайян ҳолда, мезонга асосланиб ташкил іилишдан иборат бўлиб, ёш давр хусусиятларига биноан психиканинг ривожланиши, шахснинг шаклланиши іонуниятларини амалиётга татбиі этиш, ўіитувчилар жамоасига болалар, ўіувчилар ва талабалар таълим ва тарбиясини индивидуаллаштиришда ёрдамлашиш, уларнинг іобилияти, майлини ўсиш даражасига іараб ўіитувчиларга коррекцион ишларни амалга оширишда кўрсатмалар бериш. Психологик хизматнинг ушбу йўналишида алоҳида аҳамият касб этадиган нарса-бу болалар, ўіувчилар, талабалар ўсишида кечикиш, уларда хулінинг бузилиши, таълимда ўзлаштиришнинг ёмонлашуви кабиларни ўрганиш ҳисобланади.

Психолог болалар, ўіувчилар, талабаларнинг ёш хусусиятларини ҳамда жадал ривожланишини ҳисобга олувчи, уларни психикасининг барча жабҳаларини іамраб олувчи динамик тараііиётга кафолат берувчи дастур ишлаб чиіаришга бутун фаолиятини йўналтиради, ижтимоий ўсиш талабига жавоб берувчи, умуминсоний, этнопсихологик хусусиятлар муҳитида камолатга интилувчи шахсни таркиб топтиришни бош маісад деб танлайди.

Амалий психолог болалар, ўіувчилар, талабаларнинг психик тараііиётдаги, хулі - атвор муамаласидаги нуісонлар ва ҳамда камчиликларни аста-секин тузатиш, коррекция іилиш дастурини ишлаб чиіаради ва амалиётга уни татбиі этади. Бунинг учун улар билан махсус машғулотлар бузилишни камайтириш ўтказади, ижодий іобилиятларни ўстириш маісадида тренинглар олиб боради.

Коррекцион фаолиятнинг психологик іисми мутахассислар томонидан амалга оширилади. Мазкур ишнинг педагогик жиҳати эса психологнинг педагоглар, ота-оналар билан ҳамкорлигида ўтказилади ва бутун масъулият унинг зиммасига тушади.

Ривожлантирувчи ва коррекцион ишлар психолог томонидан ҳар хил шаклларда, вазиятларда ва іилинади:

а) Амалий психологнинг махсус иши,

б) машғулоти айрим болалар, ўіувчилар, талабалар гуруҳига тарбиявий таъсир ўтказишга йўналтирилган бўлади,

в) ота-оналар педагогик жамоа иштирокида тарбиявий тадбирлар тарзида машғулотлар олиб бориш назарда тутилади.

Ривожлантирувчи психокоррекцион ишлар дастурини шундай тузиш керакки, унда коррекцион ишга жалб іилинувчилар гуруҳининг іадриятига йўналганлиги, этнопсихологик ва этно маданиятга хусусиятлари ҳисобга олиниши лозим.

Психодиагностик тадіиіотлар іуйидаги вазифаларни ҳал іилади.

1*.* Диагностика учун маълумотларни олиш. Бунда бола психик ҳолати ва шахси хусусиятлари баъзи белгиларининг кўринишларини ўрганиш маісадида тадіиіот олиб борилади. Тадіиіотда олинган маълумотлар ёрдамчи характерга эга бўлиб хулқ - атворининг ҳаіиіий кузатилган хусусиятлари, унинг психик функциялари, тараііиёт даражаси билан таііослашда фойдаланилади. М, дарсда ўіувчи диііатининг баріарор эмаслиги, диііатини бир жойга тўплашга іийналиши, аілий иш іобилиятининг пастлиги, тез чалғиши ва бошіалар билан ажралиб туради. Лекин хулі - атворнинг кўрсатилган белгилари бола хулі-атвори эҳтиёжлари ва мотивлари иерархиясининг /босіичма-босіич/ ўзгариши натижаси бўлиши мумкин. Бунда ўіитувчи шахс нормал ҳолати кўринишларидан бирига ёки мия етишмовчилигининг функционал белгиларига дуч келади. Иккала ҳолатда ҳам у ёки бу ўіувчи ўзлаштириши ва интизомнинг пасайиши ташіаридан сезилса-да, психодиагностик тадіиіотларда ўрганилаётган ўзгаришлар манбаалари, ривожланиши ва келгусида іандай бўлиши, психологик ҳолат белгилари ҳам ўрганилади.

Психодиагностик тадіиіотлар бола психик функциялари ривожланиш даражасининг, аілий тарақіиёт даражаси, ёш ва маълумот билан ўзаро боғлиілигини ўрганиш учун ҳам ўтказилади. Бу тадқиіотлар болада маълум іизиіишлар, амалий малакалар ва касб танлаш пайти келганда жуда муҳимдир.

2.Психик тараііиёт ўзгаришини ўрганиш учун зарур маълумотларни тўплаш. Агар «кўндаланг кесим» методлари оріали психодиагностик тадіиіот маълум босіичда бола психик тараіқиёти даражасини, яъни психик функциялар ривожланиши лолзарб зонаси аниіланадиган бўлса, «узунасига кесим» (лонгитюд) психодиагностик тадіиіотларда бола психик ҳаёти тараііиёти хусусиятлари ривожланишида, яъни таълим ва тарбия жараёнида ўрганилади.

3. Аілий заифлик даражасини ёки бошдан кечирган касаллик туфайли психик камчиликларни аниілашга іаратилган психодиагностик тадіиіотлар махсус ёки ёрдамчи мактабда ўіиши хаіида масала ҳал бўлаётганда тиббий педагогик хайъат (комиссия) томонидан фойдаланиши мумкин.

4*.* Болада пайдо бўлган етарлича ўрганилмаган янги психик ҳолатларни таҳлил іилиш учун илмий маісадда психологик тадіиіот ўтказиш. Вазифа бундай іўйилганда, тадіиіотчиларни іизиітирган масала бўйича катта гуруҳларда тадіиіотлар ўтказилади. У ерда олинган натижаларнинг статистик ишончлилиги муҳим аҳамият касб этади.

**1.5 ПСИХОЛОГНИНГ ПСИХОПРОФИЛАКТИК ИШЛАРИ**

Амалиётчи пситхологлар иш тажрибасини таҳлил іилиб, биз психологик хизмат доирасида алоҳида диагностик иш, алоҳида коррекцион иш ҳаіида гапириш мумкин эмас деган хулосага келдик. Психологик хизматда диагностик - ривожланувчи йўналишлар ишнинг ягона йўналишлардир. Д.Б. Элбконнинг таъкидлашича, болаларни танлаш учун, аниіланган четлашишларни тузатиш маісадида психик таракіиётни назорат іилишга йўналтирилган махсус диагностика зарур. Унинг таъкидлашича, тараііиётда бўлиши мумкин бўлган четлашишларни эртароі тузатиш учун психик тараііиётни назорат іилиш зарур. Амалиётчи психолог фаіатгина диагноз іўйиш билан чекланмасдан, кейинги ривожланиш дастурини ишлаб чиіиш билан чекланмасдан, ўзи берган тавсияларнинг бажарилишини назорат іилади, коррекцион ва ривожлантирувчи ишларни ўзи ҳам олиб беради.

Амалиётчи психологнинг диагностик - коррекцион иши мураккаб фаолият турларидан бири бўлиб, махсус пситхологик тайёргарликни талаб іилади. Амалиётчи психологнинг диагностик - коррекцион фаолияти мураккаб, жавобгарликни талаб іилиши билан бирга, кам ишлагандир. Бу жараён биринчи бўлиб, тарбияси іийин ва нормал болаларни ўрганишга бағишланган педалогик тадіикотларда Л.С. Вўготский томонидан іўлланган. Бу схема бўйича И. Шванцара шахс тараііиётини диагностика іилишнинг босіичли экспериментал-психологик нуітаи назарини таклиф этади.

*Бу босіичлар іуйидагилар:*

1. Психологга расмий илтимос.
2. Психологик муаммони аниілаш.
3. Тадіиіот методини танлаш.
4. Психологик диагноз іўйиш
5. Амалий тавсиялар

Психологнинг расмий илтимосга жавоб тарзидаги ишини биринчи нуітаи назар сифатида психологнинг ёки бу тарбияси іийин ўіувчига нибатан ўіитувчининг маълум ижтимоий талабига жавобини кўрсатиш мумкин. Бу ҳолда ўіувчига «тарбияси іийин» ташҳизи /диагнози/ ўіитувчилар, тиббиёт ходимлари, вояга етмаганлар иши бўйича назорат ходимлари томонидан іўйилган бўлади. Психологнинг вазифаси-іийинчиликларнинг сабабларини аниілаш ва уларга мос тузатиш /коррекция/ методларини топишдан иборат.

Психопрофилактик иш-амалиётчи психологнинг энг кам ишланган фаолияти турларидан бири ҳисобланади. Психопрофилактика муаммолари кўпроі америка адабиётларида акс этган.

*Психопрофилактикада уч босіич ажратиб кўрсатилади:*

Биринчи босіич дастлабки профилактика деб аталади. Бу босіич психолог соғ болалар билан ишлайди ёки мактабдаги барча ўіувчиларни іамраб олади. Кўпчилик муаллифларнинг таъкидлашича, мактаб психик соғлиі профилактикаси учун іулай ҳисобланади. Улар мактаб психологларини дастлабки профилактикани ўтказадиган мутахассислар деб тан оладилар.

Иккинчи босқич профилактика муаммолари мавжуд болаларга іаратилади. Унинг маісади - ўіишдаги ва хулі - атвордаги ійинчиликларни иложи борича эрта аниілаб, уларни йўіотишдан иборатдир. Икки босіичда ота-оналар ва ўіитувчиларга маслаҳатни ҳам ўз ичига олади /боланинг ўіиши ўзгариши учун таълим услубини ўзгартириш/.

Учинчи босіич. Психолог ўіишдаги ва хулі - атвордаги яііол кўриниб турадиган муаммолари бор болаларга ўз диііатини іаратади. Профилактиканинг дастлабки маісади - жиддий психологик іийинчиликларни ва муаммоларни йўкотиш ва тузатишдан иборат. Психолог олдида келган бола билан алоҳида иғлайди. Мактаб психологининг асосий кучи уч босіичга яъни «тарбияси іийин» болаларга іаратилади ва ўіувчиларнинг асосий іисми психолог эътиборидан четда іолиб кетади.

Ҳозирги америка психологлари мактаблардаги психологик хизматни психик соғлиіни хизмати сифатида фаолият кўрсатишнинг тарафдори бўлиб чиімоідалар.

Психопрофилака амалиётчи психолог фаолиятининг махсус тури бўлиб, мактабдаги барча ўіувчиларнинг аілан таъминлашнинг шарт-шароитларини яратишдан иборат.

*Шундай іилиб, психолог профилактик ишининг асосий вазифалари іуйидагилар:*

1. ҳар бир ёш босіичида инсоннинг шахс сифатида шаклланиши, аілан баркамолликни таъминлашнинг оіилона шарт-шароитларини яратиш;

2. шахс камолоти ва интеллектуал тараііиёти бўсағасида вужудга келиши мумкин бўлган психологик нуісонлар ва бузилишларни ўз ваітини олдини олиш ҳисобланади.

**1.6 ПСИХОЛОГИК ХИЗМАТ МАҲСУЛДОРЛИГИНИНГ ШАРОИТЛАРИ**

Таълим тарбия жараёнида ўіувчиларга индивидуал ёндашув зарурлиги ҳамма томонидан тан олинган, лекин ундан амалда фойдаланиш асосан иш эмас. Бунга мактабда ўіитувчиларнинг бола билан ҳаіида кўп гапиришлари дадил бўлади. Чунки мактабда ўіувчининг іобилиятлари, шахснинг асосий хислатлари ҳаіида чуіур ва ҳар томонлама маълумот бериладиган мутахассис йўі.

Таълим тарбиядаги индивидуал ёндашув, болани бошіалардан ажратиб индивидуал ўіитишни билдирмайди, балки шахснинг у ёки бу ҳислатларининг шаклланишида махсус шароитларни ҳисобга олиш, ҳар бир ўіувчининг индивидуал пихологик хусусиятларини илмий асосда тушунишни англатади.

Психологияда шахснинг индивидуал хусусиятлари деганда бир шахсни иккинчи шахсдан фарілайдиган хусусиятлар тушунилади.

Индивидуал ёндашувнинг вазифаси – ривожланишнинг индивидуал усулларини аниілаш, боланинг имкониятларини ҳар бир шахснинг фаоллигини таъминлашдан иборат. Бу нуітаи назардан олганда индивидуал ёндашув фаіатгина «тарбияси» болаларга эмас, барча ўіувчиларга ҳам зарурлиги тушунарли бўлади. Коллеж психологлари бу усулни у ёки бу шаклда іўллайдилар, чунки бу кўзга ташланиб турган іийинчиликлар билан биргаликда, бола шахсий тараііиётининг баъзи яширин нуісонларини ҳам топишга ёрдам беради.

Бундай диагностик ишининг асосий маісади - ўіувчи психик тараііиётининг умумий ҳолатини билишдан иборат. Бундай кўп іиррали ва тўлиі диагностика натижалари психолог учун ҳам, ота-оналар, ўіувчилар учун ҳам «тарбияси іийин» бола билан олиб бориладиган тузатиш ва ривожлантириш ишларининг йўлларини аниілаш имконини беради. Бу усул ютуілар билан бирга, камчиликларга ҳам эга.

Биринчидан, бу усулни іўллаш жуда кўп ваітини олганлиги учун, уни амалга оширишнинг ҳар доим ҳам иложи бўлмайди. Бу усул кўп ваітни талаб іилганлиги учун фаіатгина психолог эмас, «тарбияси іийин» ўіувчи ҳам чарчайди, текширувда иштирок этишдан бош тортади, топшириіларни ўзи сезмаган ҳолда номига бажаради. Тажрибадан маълум бўлишича, айниіса оғзаки методикалар іанчалик тўлиі бўлмасин, іийинчилик туғдиради. Бундан ташіари бундай методиклар шахсни тўлиі характерлаш учун етарли бўлмайди.

Расмий илтимосга іандай муносабатда бўлиш керак? Коллеж психологи жавоб берадиган биринчи савол мана шу. Расмий илтимосга икки хил муносабат, икки хилма-хил иш услуби мавжуд.

Биринчиси, расмий илтимосга ўзига хос бўлмаган жавоб іайтаришдир. Бу икки усул билан амалга оширилади.

Биринчидан, расий талабга жавоб тарзида /унинг мазмунига боғлиі бўлмаган ҳолда психодиагностик методлар тўплами іўлланилади.

Иккинчидан, расмий талабга ўзига хос жавоб іайтаришнинг усули бўлиб, машҳур америкалик психолог К. Роджерс психология фани ва амалиётига киритган психологик иш тўғри ҳисобланади. Унинг фикрича, «тарбияси іийин» бола билан ишлаш учун, расмий талабнинг мазмуни іийинчиликлар сабабларини тушунишга тенг, лекин бу муҳим аҳамиятга эга эмас. Бола шахсини ривожлантирадиган шундай шароит яратиш керакки, бу шароит уни ҳулі - атворнинг салбий шаклларидан воз кечишга ва янги ижоби шаклларини яратишга мажбур іилсин.

Расмий илтимосга ўзига хос бўлмаган жавоб іайтаришга тескари услуб – бу расмий талабга іатъий мос тушадиган диагностик методикаларни танлашдан иборат: М, ёмон ўзлаштириш ҳаіида шикоят тушганда, биринчи навбатда билиш жараёнларининг тараііиёти таҳлил іилинади. Бундай диагностика ўзлаштирмаслик сабабларини аниілай олмасагина, бошіа кўрсаткичлар іаралади. Диагностика натижаларига мос равишда, кўпинча тренинг турида амалга ошириладиган тузатиш ишлари олиб борилади. М, хотира кучсиз ривожланганда, уни махсус маші іилдириш маісадга мувофиі, ихтиёрийлик етарли даражада ривожланмаганда, уни шакллантиришнинг махсус дастурлари киритилади.

**1.7 ПСИХОЛОГИК - ПЕДАГОГИК КОНСИЛИУМ**

Психопрофилактикишларининг усулларидан бири педагогик психологик консилиумни ташкил этишдир. Ю.К. Бабанскийнинг таъкидлашича, ўіувчиларни ўрганишни яхши йўлга іўйиш учун, тўлиі ёзма тавсифномалар ёзишдан кўра синф ўіитувчиларининг ўіувчилар ҳаіидаги фикрларини бўлиб муҳокамаіилиш, синфга ва ўіувчиларга индивидуал ёндашув чораларини жамоа чиіиш яхши натижалар беради. Бундай жамоа бўлиб, муҳокама іилишларни шартли равишда педагогик – психологик консилиум деб аталади. Психологик – педагогик консилиум ўіишда оріада іолиш сабабларини ёки хулі - атвордаги камчилик натижаларини муҳокама іилишга йўналтирилган бюўлади.

Педагогик консилиумда психологнинг вазифаси - ўіувчи интеллектуал таракіиётини баҳолашда ўіитувчиларга ҳар хил томондан ёндошувга ёрдамлашишдан иборат. Педагогик консилиум имкониятларини баҳолашда субъективизмдан ҳоли бўлишга, уларни объектив баҳолаш имконини беради.

Лекин, бахтга іарши ўіитувчиларда у ёки бу ҳаіида ўз фикри бўлади, бу фиколарни ўзгартириш жуда іийин бўлади. Шунинг учун консилиум натижаси фойдали бўлиши учун психолог унга жиддий тайёрланиши керак. Психолог консилиумда иштирок этиб іуйидаги вазифаларни амалга оширади:

1. Педагогик жамоа ўіувчи психик ва шахсий характе-ристикаларини турли томондан кўрсатиш, бунда албатта ижобий кучли томонларни таъкидлаш жоиз. Кузатиш, суҳбат, психодиа-гностика натижаларига асосланиб, ўіувчи муаммларининг келиб чиіиши муаммоларининг келиб чиіиши ҳаіида исботланган фраазларни келтириш зарур.
2. Ҳар бир ўіитувчида ўіувчига нисбатан установкасини ўзгартиришга эришиш зарур. Бу жуда іийин вазифа бўлиб, уни эҳтиёткорлик билан ҳал іилиш зарур, консилиум ўтказгунча секин-аста бошлаш керак. Кўпинча ўіувчи ўіувчига нисбатан фикрини ўзгартиргиси келмайди. ¤іитувчи бунда психолог нима ҳаіид гапираётганини тушунмаганлиги учун эмас, балки онгли равишда ўз ҳаётини мураккаблаштиргиси келмаганлиги учун шундай іилади.
3. Барча ўіитувчиларнинг ўіувчи муаммоларини, унинг шахси моҳиятини жамоа бўлиб, тушунишларига эришиш. Фаіат ана шу ҳолда ўіувчи фойдасига ўзаро ҳаракат іилишларига ишониш мумкин.

Шундай іилиб, психологик – педагогик консилиум психопрофилактик ишнинг муҳимбосіичи ҳисобланади. Юіори даражада тайёрланган консилиум - ўіувчиларнинг, ўіитувчиларнинг ва бутун жамоанинг ривожланшига ёрдам беради.

*Психопрофилактик ишларнинг мазмуни іуйидагилар ташкил іилади:*

Шахснинг муайян шароитга мослашишга оид ишларни олиб бориш: коллеж ва лицей ўіувчиларининг мазкур муҳитга мослашишларига оид.

Коллеж, лицей, гимназияларга ўіувчиларни іабул іилишда иштирок этиш, ўіитувчилар билан ҳамкорликда ўіувчилар билан индивидуал ишлаш дастурини ишлаб чиіиш. Лицей ва коллежларда бир синфда бошіа синфга ўтказишни психологик жиҳатдан текшириш, ўіувчилар, ота-оналар билан ҳамкорликда таълимнинг янги босіичига ўіувчининг тайёргарлигини ҳисобга олган ҳолда яккаҳол ишлаш дастурини яратиш, шунинг билан бирга ота-оналарга фарзандлари билимларидаги узилишларни камайтириш учун махсус услубий йўл – йўриі бериш. Таълим ва тарбия, яшаш шароити билан боғлиі невпротик ҳолатлар, психологик зўриіишнинг олдини олиш учун болалар билан ишлаш.

Коллеж ва лицейларда энг іулай психологик муҳитни юзага келтириш учун махсус иш олиб бориш: педагогик жамоада муомала шаклини такомиллаштириш, ўіувчилар билан ўіитувчилар муомала жараёнини яхшилашга ёрдам бериш, шахсга оид, ихтисосликка доир муаммолар юзасидан ўіитувчилараро кенг кўламда маслаҳатлар бериш. Педагогик жамоа аъзоларидаги психологик зўриіиш ва толиіишни йўіотиш, камайтириш, уларнинг олдини олиш учун чора тадбирларни таркиб топтиришга кўмаклашиш.

¨шлар ўртасидаги айш-ишратга, гиёҳвандликка, енгил турмуш кечиришга, іинғир йўл билан бойишга /іизлар орасида енгил оёіликка/ ружуіилувчи шахслар билан индивидуал ишлашни йўлга іуйиш.

Оғир касалликка учраган ходимлар, талабаларда билан руҳитни тетиклаштириш, адабиёт іонунияти билан уларни таништириш, пессимистик кайфиятдан воз кечиб, шукрона яшашга ўргатиш юзасидан тавиялар бериш.

¤злаштирмовчи талабалар руҳий дунёсидаги нуісонларни аниілаш ва уларга ёрдам бериш йўл-йіларини ишлаб чиіиш, амалиётга татбиі этиш ҳамда коррекцион ишга муҳтож одамларнинг индивидуал-психологик хусусиятларини ҳисобга олиш. Талабалар, ходимлар, муаллимлар ўртасидаги содир бўлувчи низоларнинг, оилавий низоларнинг психологик илдизини ўрганиш, шахслараро муносабатларнинг асл моҳиятини намоён іилиш, уларни келтириб чиіарувчи мотивларни таҳлил іилиш, фавіулоддаги вазиятларни енгиллаштириш ва тамоман бартараф іилиш йўллари юзасидан маслаҳатлар бериш каби ишлар психопрофилактик ишларнинг мазмунини ташкил қилади.

**1.8 ПСИХОЛОГИК ХИЗМАТ ТУЗИЛИШИ ВА УНИ БОШЈАРИШ**

Психологик хизматнинг асосий вазифаси-тадіиіот ишлари, амалий ишлар ва ташвиіот ишлридан иборат 3 та вазифадан ташкил топади.

Илмий тадіиіот вазифалари - ўіувчилар шахснинг шакллантиришнинг муҳим муаммоларини, таълим ва тарбиянинг психологик асосларини ўіувчилар билан ўіитувчилар, мактаб психологлари, мактаб психологлар билан ўіитувчилар ўртасидаги ўзаро таъсирни ҳамда мактаб психологнинг этикасини ўз ичига олади.

Амалий вазифалар - психологик тадіиіотни натижаларини амалда психологик хизмат ишида іўллаб, болаларнинг мактаб таълимига тайёрлигини аниілаш, ўіувчилрнинг ўіиш фаолиятини осонлаштириш, ўіувчи шахсини ҳар томонлама камон топтириш, ўіувчиларниг іобилият ва мойилликларини аниілаш ва ривожлантириш, талабалар билан ҳунарга, касбга оид суҳбат, маслаҳат ишларини олиб бориш, турли хилдаги «іийин» болалар билан иш олиб бориш каби асосий вазифани ҳал іилишдан иборатдир.

Ташвиіот ишлари – психологик билимларни, психологик умумтаълим ташвиі іилиб, ўіувчиларнинг психологик билимларини ошириш, ота-оналар учун семинарлар, маърузалар ва суҳбатлар уюштириш, анжуманлар ўтказишдан иборат.

Бу шароитларнинг барчасига алоҳида тўхталамиз:

Кичик мактаб ёшида инсоннинг маісадли йўналиши таълим ва тарбияси амалга оширилади. Худди шу ёш психик жараёнларнинг ихтиёрийлиги, ҳаракатнинг ички режаси, фаол аілий фаолиятга эҳтиёж, ўіув кўникма ва малакаларини эгаллаш учун жуда іулай ёки сензитив ёш ҳисобланади. Бошіа сўзлар билан айтганда, кичик мактаб ёшининг охирига келиб бола ўқий олиши ва ўіишни исташи керак. Таълимнинг кейинги босіичларида вужудга келадиган барча муаммолар (ўзлаштира олмаслик, мактабга боришни истамаслик) ёки боланинг ўіий олмаслигига ёки боланинг ўіий олмаслигига ёки ўіишга іизиімас бўлганлигига боғлиі бўлади.

Бошланғич синфларнинг охирида у ёки предметга іизиіиш борлиііа, билиш жараёнларига фаол муносабатини белгилайди. Фаіат бир предметига чуіур іизиіиш ҳам ўіувчиларнинг умумий ривожланишига туртки бўлади. Агар бошланғич синфларда ўіишга іизиіиш шакллантирилмаган бўлса, ундан кейинги ёш даврларида бу жуда іийин бўлади, иккинчидандан етарли даражада шакллантирилмаган ўіув фаолияти ўсмирлик даврида янги тузилмаларнинг пайдо бўлишига тўсиі бўлади.

Махсус ўтказилган тадіиіотлардан маълум бўлишича, бошланғич синф ўіувчиларидан ёріин индивидуал фаріларни кўриш мумкин. Бу улар ўіув фаолиятида кўзга ташланади. ¤іув фаолиятида бошланғич синф ўіувчиларининг умумий ва махсус іобилиятлари биринчи ўринда туради. Тажриба ўтказилган болаларнинг 80 %ида іандайдир соуваффаіиятга эришилган. Шундай іилиб, махсус іобилиятларни ўіувчилар индивидуал фаріларнинг асоси сифатида караб, ўіув – тарбия ишларида уларни ҳисобга олиш зарур. ¤іувчиларнинг шахсий ва психик ривожланишида умумий махсус іобилиятлар муҳим омил ҳисобланади. ¤іувчи іизиіишлари ва іобилиятларини англаши, уларнинг іанчалик ривожланганлигидан іатъий назар умуман шахснинг шаклланишига катта таъсир кўрсатади.

Боланинг ривожланиши учун іулай психологик иілим яратиш ҳам психологик хизмат маҳсулдорлигининг омилларидан биридир. Бундай яратишда болаларнинг катталар ва тенгдошлари билан мулоіати муҳим ҳисобланади. ¤смирларнинг тенгдошлари ва катталар билан мулоіоти улар шахсининг шаклланишида мухим омил ҳисобланади. Мулоіотдаги муваффаіиятсизлик, шундаай ички ноіулайликка, ўзини ёмон ҳис іилишга олиб келади-ки, унинг ўрнини ҳаётнинг бошіа соҳаларидаги ҳеч іандай кўрсаткичлар боса олмайди. Мулоіот ўсмирлар томонидан муҳим жараён сифатида іабул іилинади; бу ҳаіида улар мулоіот шаклларига эътибор беришни, катталар ва тенгдошлари билан ўзаро муносабатларини таҳлил іилишларини, уларни тушунишга уринишларини мисол іилиб келтириш мумкин. ¤смирда худди шу тенгдошлари билан мулоіотда шахс ижтимои етуклигининг муҳим кўрсаткичи бўлмиш іадриятлар шакллана бошлайди.

Уларда асосан мулоіот - қадриятлар мазмунини белгилайди. Бу ёш тенгдошлари орасида ўзини кўрсатишга интилиш, ўзини ва суҳбатдошини яхшироі билишга интилиш, атроф муҳитни билиш каби мулоіот мотивлари жамоа томонидан тан олиниши, ўзига ишониш, хатти - ҳаракатларининг мустаҳкамлиги ва юксак уммумий маданият, ўз фикрига эга бўлиш, мустаҳкам ирода, ўз-ўзини назорат іилиш, ҳалоллик, кўнгилчанлик каби іадриятлар системасининг юзага келишига сабаб бўлади. У ёки бу сабабга кўра тенгдошлари билан мулоіот шаклланмаганўсмирда ёшига нисбатан шахснинг тараііиётида оріада іолиш кузатилади.

¤смир шахсининг шаклланишида тенгдошлари билан мулоіотнинг ролини камайтирмаган ҳолда, баъзан бу мулоқотга катта аҳамият берилиши таъкидлаш жоиз. Тендошлари билан мудлоіотилик – онтогенезнинг барча босіичларида боланинг шахсий ва психик ривожланишида муҳим ҳисобланади, лекин бола «нормал» /ахлоіан тарбияланаган/ катта кишилар билан мулоіотда бўлгандагина у ўз функциясини бажаради. Худди шу катталар билан мулоқотда тенгдошлари орасида шаклланган іадриятларни тушуниш ва назорат іилиш рўй беради. Худди шу катталар билан мулокотда жамият учун хос бўлган ахлоіий фазилатларни ва іадриятларни ўзлаштиради.

Психологик тадіиіотлардан маълум бўлишича, ўсмирлик ва ўспиринлик даврида катталар билан норасмий ишончга асосланган мулокотга эҳтиёж бу даврда пайдо бўлган янги психологик тузилмалардан биридир.

Ҳохирги мактабларда ўіувчиларнинг катталар, тенгдошлари билан тўлиі муомала мулоіотни таъсминлайдиган психологик шароитлар яратилмаган. Шу сабабли ўіувчиларда мактабга, ўіишга салбий муносабат, ўзига, атрофдаги кишиларга нисбатан нотўғри муносабат шаклланади. Бундай шароитда шахснинг ривожланиши ва уенга маҳсулдор таълим бериш мумкин бўлмай іолади. Шунинг учун ҳам іулай психологик иілим яратиш, ўіувчилар ва катталар ўртасида іизиіарли мулоіот учун имконият яратишга амалиётчи психологлар, синф раҳбарлари, ўіитувчилар, ота-оналар интилишлари лозим.

Психологик ташвиқот ишлари телекўрсатув ва радиода чиіиш, яккама-якка маслаҳатлар ташкил этиш, мулоіот тренинглари уюштиришдан иборатдир.

Психологик хизматнинг уччала вазифаси ўзаро чамбарчас боғлиі, уларнинг биргаликда олиб борилиши маісадга мувофиі.

Мактабдаги психологик хизмат ¤збекистон Республикаси Халі таълими Вазирлиги томонидан ташкил этилиб - іуйидаги тартиб ва даражага эгадир:

1. Юіори даражада – психологик хизмат вазифаларини аниілаш, унинг хужжатларини тартибга келтириш Республика халі таълими Вазирлиги іошидаги психологик хизмат марказининг буюртмасига биноан юіори малакали психологлар (педагогика институтларида университетларининг психология кафедралари) томонидан амалга оширилади.
2. ¤рта даражада – мазкур хужжатлар томонидан ҳали ҳисобга олинмаган янги масалаларини амалий равишда ҳал этиш-психолог мутахассислар /халі таълим Вазирлиги іошидаги мактаб психологик хизмати маркази/ томонидан амалга оширилади.
3. Асосий оммавий даражада – психологик хизматнинг кундалик вазифаларини амалга психологик хизмат ҳаіидаги іонун ва іоидаларга биноан психологик жиҳатини тўғри ҳал іилиш. Бу иш амалиётчи психологлар /мактаб психологи/, вилоят халқ бошіармаси іошидаги психологик хизмат бўлимлари, ноҳия, шаҳар халі таълим бўлимлари іошидаги психологик хизмат /бўлимлар/ хоналари, мактаб, мактабгача тарбия муассалари, касб ҳунар коллежларидаги амалиётчи психологлар томонидан амалга оширилади.

Мактаб психологи махсус тайёргарликка эга бўлиши /педагогика институтларининг амалиётчи психологлар тайёрлайдиган махсус курсларини, университет ва институтларнинг психология факультетларини битирган/ бўлишлари керак.

Психологик хизматнинг тузилишини іуйидаги схема тарзида тавсия этиш мумкин.

Коллеж, лицейдаги психологлар директорга ва бошҳіармага бўйсунади. Коллеж, лицей директорларига психологик хизмат ҳаіидаги іонунда кўрсатилган вазифалар билан боғлиі бўлмаган вазифаларни коллеж психологига топшириі тариіасида беришларига руҳсат этилмайди. Олий ва ўрта махсус таълим вазирлиги іошидаги психологик хизматни ташкил этиш ва бошіаришнинг мувофиілаштирилган марказ тариіасида хизмат

іилади. Бу марказнинг психологлар, педагоглар ва тиббий ходимлардан иборат 3 - 5 кишилик доимий ишлайдиган ходимлари бўлишлари зарур.

Вилоят ўрта махсус таълим бошқармалари Јораіалпоғистон ўрта махсус таълим Вазирлиги ва Тошкент шаҳар ўрта махсус таълим бошіармаси іошидаги психологик хизмат бўлимлари ўз ҳудудларидаги психологик хизматларини ташкил этиш ва уларни назорат іилиш вазифаларини бажаради.

|  |
| --- |
| ¤збекистон Республикаси ¤рта махсус Олий Таълим  Вазирлиги |

Ташкилий услубий б´лим

# Психологик хизмат

маркази

Илмий-услубий хайъат

Вилоятлар, Тошкент шаµри академик лицей ва коллежлар бош³армалари ва £ора³алпо²истон ¤рта махсус таълим Вазирлиги

Академик лицей психологлари

Психологик хизмат б´лими

Коллежлар психологлари

Бу бўлимлар 2 - 3 кишилик хизмат ходимларига эга бўлиши керак. ¤іувчилар сони 500гача бўлган мактабларда 1 та психолог лавозими белгиланади. ¤іувчилари 500 кишидан ортиі контингентдаги мактабларда ҳар 500 ўіувчи учун иккинчи психолог лавозими белгиланади. Мактабгача тарбия муассасаларидаги ҳар иккита болалар муассасида болалар психологиик лавозими тайинлади. Йирик мактабгача тарбия муассасида 1штат бирлигида болалар психологи лавозими белгилади.

Коллеж ва лицейларда ҳар 250 ўіувчи учун штатли психолог лавозими тайинланади. ¤іувчилар сони 250 кишидан юіори контингентли ҳолларда ҳар 250та ўіувчи учун іўшимча психолог штати белгилади.

* 1. **ПСИХОЛОГ ИШИНИНГ БОЛАЛАР МУАССАСАЛАРИГА К¤РА ХУСУСИЯТЛАРИ**

Турли таълим – тарбия муассасаларида бугун психолог янгилик эмас. Психологларнинг таълим тизимида фаолият кўрсатиб келаётганларига анча бўлди. Бироқ халигача кўпчилик бу соҳа мутахассислари ишига бироз шубҳа аралаш назар билан қарашмоқда. Бунга маълум маънода психологларнинг ўзи ҳам айбдор. Улар ўз фаолиятларининг, ўз ёрдамининг қанчалик муҳимлигини, ёш авлодни баркамол инсонлар қилиб вояга етказишда уларнинг иштироки зарур эканлигини кўрсатиб, ифодалаб бермаяптилар. Бунинг асосий сабабларидан бири, бизнинг фикримизча, психологларнинг ўз фаолиятида таълим тарбия муассасалари ҳарактерли хусусиятларига етарлича эътибор бера олмаётганликлари, муассасанинг ўзига хос хусусиятларига мослаша олмаётганликларидадир. Турли ёшдаги, жинсдаги маълумот ва эътиқод даражасидаги одамлар билан психолог бир хил метод ва усул орқали ишламас экан нима учун турли таълим - тарбия муассасаларида олиб борадиган фаолияти ўзаро фарқланмайдими? Турли муассаса бу турлича шароит, турли муассаса-бу ривожланиши жиҳатдан турлича бўлган болалар. Шундай экан, турли хил муассасаларда психолог ягона қолипга солинган йўлдан бориши мумкинми? Бизнингча мумкин эмас. Шундан келиб чиқиб турли туман болалар муассасаларида психолог олиб борадиган ишнинг бир – биридан фарқи, ўзига хос ва такрорланмас хусусиятларига эътиборингизни қаратмоқчимиз. Биз қисқача тарзда психологнинг мактабгача тарбия муассасаларида олиб борадаган ишлари, умумий ўрта таълим мактабларида ва меҳрибонлик уйларининг тарбияланувчилари билан амалга оширадиган ишларнинг айрим жиҳатлари ҳақида тўхталиб ўтамиз.

***Психологнинг мактабгача тарбия муассасаларидаги ўрни ва вазифаси***

Мактабгача тарбия муасcасаларининг тарбиячилари психолог ёрдамига муҳтожми?

Сўнгги йилларда мактабгача тарбия муассасаларимизда психологик хизмат оммалашиб бормоқда. Айни вақтда махсус мактабгача тарбия муассасаларида мини- лицей ёки лицей боғчаларда, балки оддий туман болалар боғчаларида ҳамма амалий психологлар фаолият кўрсатмоқдалар. Юртбошимизнинг ташаббуси билан ишлаб чиқилган «Соғлом авлод давлат дастури» да 1 ёшдан 6 ёшгача бўлган болаларнинг саломатлигини мустаҳкамлаш тарбиясини тўғри ташкил қилиш масаласига кўпроқ аҳамият бериш зарурлигининг таъкидланиши мактабгача тарбия муассасаларида психологнинг аҳамиятини оширади. Зеро, саломатлик тушунчаси нафақат жисмоний, балки айни бир вақтда руҳий саломатлик бирлигини англатади. Президентимиз И.А. Каримов таъкидлаганларидек, «Соғлом авлод деганда шахсан мен, энг аввало, соғлом наслни, нафақат жисмонан бақувват шу билан бирга руҳи фикри соғ, имон эътиқоди бутун, билими, маънавияти юксак, мард ва жасур, ватанпарвар авлодни тушунаман».

Яқин-яқинларгача боғча психологи ўзига хос ноёб ҳодисалардан бири эди. Психологниг бир турдаги муассасалардаги вазифа ва фаолият йўналиши аниқ кўрсатилмаган эди. Энг муҳими, психологларнинг ўзи учун ҳам бу фронт – бу тармоқда қандай ҳодиса ва муаммоларга дуч келиш мумкинлигини аниқ равшан тасаввур этишга қийналар эдилар. Шунинг учун, ҳатто уларнинг ўзларида ҳам «¤зи психологга зарурат бормикан?» деган гумон пайдо бўларди. Ҳозир ҳам айрим боғча психологлари муассасада ўз ўринларини тополмай қийналаяптилар. Шунинг учун улар боғчадаги ўз фаолиятларининг дастлабки босқичини одатда методикалар орқали болаларни диагностика қилишдан бошлайдилар. Шубҳасиз, бу жуда самарали фаолият йўналиши. Бунда болаларнинг умумий ривожланиш даражаси аниқланади ва мавжуд муаммолар кўзга ташлана бошлайди. Бироқ диагностика ва унинг натижаларини қайта ишлаш анча кўп вақт талаб қилингани учун болаларнинг муаммолари билан шуғулланишга вақт деярли қолмайди.

Шунинг учун мутахассислар мактабгача тарбия муассасаларида фаолият кўрсатаётган психологларга ишни дастлаб унга ёрдам сўраб мурожаат қилган ота - она ва тарбиячиларнинг мурожаатини ўрганишдан бошлашни тавсия этадилар . Мактабгача ёшдаги болалар ота - оналари ва тарбиячиларининг психологга қиладиган мурожатлари унинг мазмуни ва характери хусусида рисоламизнинг навбатдаги бўлимида батафсил тўхталамиз . Ишонамиз, ушбу мурожаатларни ўрганиб, уларга ўз вақтида жавоб бериши билан психологлар ўзини қанчалик кераклигини исботлай оладилар.

***Мактабгача тарбия муассасалари болалари ота - оналари ва тарбиячиларининг психологга қиладиган мурожаати***

Сўнгги йилларда мутахассислар шундай фикрдаки, ота-оналарнинг психологга қиладиган мурожати бироз ўзгариб, аниқроқ характер касб этди. Охирги пайтларда ота - оналарнинг амалий психолог ёрдамига бўлган қизиқиши анча ортди. Психологнинг олдига консультация учун келадиган ота - оналар сонининг ортиши буни исботлаб турибди. Эҳтимол, ота - оналар секин-секин бола хулқ - атворидаги кўп нарсаларга ўзлари сабабчи эканликларини тушуна бошлаганликлари, ҳис қила бошлаганликлари туфайли уларда психологик хизматга бўлган қизиқиш ортиб бормоқда. Балки психологик хизматнинг халқ таълим тизимида оммалашиши ва илмий оммабоп адабиётларнинг кўпайиб бораётгани уларни ўз фарзандига бошқачароқ қарашга мажбур қилаётгандир? Хуллас, нима бўлганда ҳам психологнинг ёрдамига бўлган онгли эҳтиёж аста секин бўлса ҳам ўсиб бормоқда.

Мактабгача тарбия муассасаларининг психологлари амалиётида асосан ота - оналарнинг қуйидаги бир неча гуруҳдаги мурожаати учрайди:

1. Биринчи гуруҳ мурожаатлари «муаммоли мурожаат» эмас. Улар билиш характерига эга. Ота - она боланинг психик ривожланишини назорат қилиш кераклигини тушуниб, психологга фарзандларининг психик ва ақлий ривожланиш даражасини аниқлаб бериш илтимоси билан мурожаат қиладилар.

Бундай мурожаатларнинг кўпайишига шубҳасиз, биринчидан, сўнгги йилларда республикамизда мактабгача ёшдаги болалик муаммоларига, умуман болаларнинг саломатлигига алоҳида эьтибор билан қаралаётгани:

Иккинчидан, мактабгача ёшдаги болаликнинг инсон шахси шаклланиши ва ақлий ривожланишидаги аҳамияти ҳақидаги илмий оммабоп китоблар, газета - журналлар мақолалари, махсус телевизион кўрсатувларнинг кўпайиб бораётганлиги сабабчидир. Бундай турдаги мурожат билан келган ота-она аслида кўпинча психологдан бола нормал ривожланаётганлигини тасдиқлатиш учун келадилар. Шунинг учун улар психологнинг таъкидларини, маслаҳатларини одатда эьтибордан четда қолдирадилар. Ота - оналарнинг ўз болалари психик ривожланиш даражасини аниқлашга бўлган иштиёқи ортишининг яна бир сабаби таьлим тизимининг мураккаблашиши, турли ўқув муассасалари - лицейлар, гимназияларнинг пайдо бўлишидир. Таълим тизимидаги ўзгаришлар таъсирида кўплаб ота - оналар фарзандларини таьлимга анча эрта тайёрлаб бориш кераклигини англай бошладилар. Шу туфайли бўлса керак, болани 6 ёшдан мактабга бериш муаммоси билан мурожат қилувчи ота - оналар анча ортди. Психологнинг бола 6 ёшдан мактабга бориши учун унинг қайси билиш жараёнларини ривожлантириш кераклиги ҳақида берган маслаҳат ва кўрсатмалари ота - оналар томонидан анча катта эътибор билан қабул қилинмоқда.

2. Иккинчи гуруҳ мурожатлари болаларнинг қобилиятларини аниқлаб бериш юзасидан бўладиган мурожаатларидан иборат. Хилма - хил болалар тўгараклари (мусиқа, расм чизиш, инглиз тили ва б) нинг мавжудлиги, бунинг устига баъзи адабиётларда болаларнинг қобилиятлари 3-4 ёшдаёқ маьлум бўлади, деган маьлумотлар ота - оналарни психолог ҳузурига етакламоқда.

Психологнинг вазифаси болани бу ёшда бирор соҳага масалан, мусиқа ёки математикага мажбуран интенсив ўқитишнинг салбий оқибатларини тушунтириб, бола учун айни дамда ҳар томонлама ривожланиш муҳимлигини ота - она онгига етказа билишга қаратилиши керак. Бироқ айни вақтда психолог мактабгача тарбия муассасасида бирор фаолиятга лаёқати - қобилият нишоналари униб чиқаётган болаларни аниқлашга, уларнинг ривожланишини кузатишга, махсус дастур асосида индивидуал иш олиб боришга ўз эьтиборини қаратиш лозим.

3. Учинчи гуруҳ мурожаатларига бола хулқидаги оғишишлар туфайли ота – оналар қиладиган мурожаатлари киради. Бунда ота - оналар асосан болаларнинг агрессивлиги, тортинчоқлиги, хаёлпарастлиги, эмоционал беқарорлиги, асабийлашувчанлиги юзасидан мурожаат қиладилар. Бир нарса кишини ташвишга соладики, бундай мурожаатлар сони тобора ортиб бормоқда. Болалар хулқидаги оғишишлар асосида ётган сабабларни психологлар 3 туркумга ажратадилар: а) ота - оналарнинг бола психик ривожланиш қонуниятларини билмаслиги.

Ривожланиш қонуниятларини билмаслик оқибатида ота - оналар болаларга уларнинг ёшига мос бўлмаган талабларни қўядилар, инқироз даврларидаги хусусиятларни эса хулқ атвордаги оғишиш деб баҳолайдилар. Бундай ҳолда психолог бола психик ривожланиш хусусиятларини ётиғи билан ота - оналарга тушунтириб қўйиши, уларга бола билан бўлган мулоқот услубини ўзгартириш, унга қўяётган талабларга эьтиборлироқ бўлишини тавсия этиши лозим бўлади: б) бола хулқ атворидаги оғишишларга шунингдек, нерв психик бузилишлар ҳам сабаб бўлиши мумкин. Улар неврозлар, психосоматик касалликлар, психик ривожланишда орқада қолиш асоратлари бўлиши мумкин. Бу ҳолда психолог қўлидан келган ёрдамини кўрсатиб, мутахассис - психоневролог, невропатолог, психиатрга мурожат қилишни маслаҳат бериши керак: в) боланинг хулқ - атворидаги оғишишларига нотўғри оилавий тарбия сабаб бўлиши ҳам мумкин.

Ҳаддан ташқари кўп эркалатиш, қўрқитиш, оғир жисмоний жазолар, бефарқлик каби ота - оналарнинг тарбия бобидаги хатолари бола хулқидаги нормадан четга чиқишнинг сабабига айланиши мумкин. Бундай ҳолда бир маротаба бериладиган консультация билан чегараланиб бўлмайди. Ота - оналар билан мунтазам тушунтириш ишлари олиб боришга тўғри келади. Шуниси қизиқ-ки, нотўғри тарбия оқибатлари ҳақида сўнгги пайтларда қанча кўп гапирилса, тарбиясида жиддий камчиликларга йўл қўйилган болалар сони шунчалик кўпайиб бормоқда. Шу туфайли профилактика мақсадида мактабгача муассаса психологи ота - оналар билан олиб бориладиган тарғибот ташвиқот ишларини яхши йўлга қўйиш керак. Бу борада ўзига хос «Ота - оналар клуби»ни ташкил этиш ҳам мақсадга мувофиқдир.

Тарбиячилар ҳам психологга нисбатан камроқ бўлса-да мурожаат қиладилар. Уларнинг мурожаати аниқ характер касб этади. Кўпчилик тарбиячиларни асосан агрессив ёки ёмон ўзлаштирувчи болалар ташвишга солади, чунки ҳар икки тоифадаги болалар боғчадаги тарбиявий жараённи қийинлаштирадилар. Ҳаддан ташқари тортинчоқ, ўзига ишонмайдиган болалар тарбиячиларнинг алоҳида эьтиборини талаб қилади, вақт танқислиги боис эса бунинг иложи бўлмайди шунинг учун тарбиячиларни асосан боладаги у ёки бу хусусиятнинг психологик механизми ривожлантирувчи машқ ва ўйинлар, ўйинчоқларни танлашда нимани кўпроқ эьтибор бериш ҳақидаги психолог маслаҳати қизиқтиради. Албатта, ота - оналар каби тарбиячиларни ҳам у ёки бу боланинг психик ривожланиш даражаси қизиқтиради. Зеро, бундай маьлумотлар тарбиячиларга болалар билан ишлашда ёрдам беради.

***Мактабгача ёшдаги болалар билан олиб бориладиган ривожлантирувчи ишлар муаммоси***

Кўплаб тадқиқотлар мактабгача ёшдаги болалар жуда эгилувчан ва таьсирга берилувчан эканлигини тасдиқлайди. Бу даврда болалар жуда кўп нарсани ўзлаштириши мумкин эканлиги кўплаб тадқиқотларда исботланган. Аммо боланинг имкониятлари чексиз эмас, бола имкониятлари ёш ва психофизиологик хусусиятлар билан чегараланган. Аввало шуни унутмаслик керакки, бола бу даврда интенсив ўсаётган бўлади. Болалар билан ишлаш дастури ишлаб чиқилар экан,албатта,бирор нарсани қилиш учун улар қанча нерв - психик куч сарф қилишини ҳам инобатга олиш керак.

Масалан, 3-7 ёшли болаларга эркин ҳаракатланиш имконияти берилса, у кўп ҳаракатлар қилиши мумкин. Бироқ у аниқ ҳаракат бажаришга мажбур этилса, у тез толиқиб қолади. Демак мактабгача ёшдаги болалар имкониятларидан самарали фойдаланишнинг муҳим шарти улар билан ишлаш чоғида қўлланаётган метод ва тарбия шаклларининг болалар психофизиологик хусусиятларига мос бўлишидир. Таьлим - тарбия жараёни асосан дидактик ўйинлар, турли хил амалий ва тасвирий фаолият шаклларида ўтказилиши мақсадга мувофиқдир. Болалар билан аньанавий мактаб дарси шаклида зинҳор - базинҳор ишлаб бўлмайди. Болалар боғчада таьлим олишлари учун таьлим жараёни уларнинг табиий ривожланиши билан уйғун бўлиши керак. Психолог унинг машғулотидан мақсад билим ва кўникма билан қуроллантириш эмас, ривожлантириш эканини унутмаслиги керак.

Психолог ривожлантирувчи ишларининг моҳияти шундаки, улар ёрдамида боланинг турли туман билиш жараёнлари ва шахсий хусусиятлари ривожланишига ижобий туртки берилади, улар такомиллаштирилади.

Психолог ишининг натижалари дарҳол намоён бўлмайди. Шу туфайли кўпинча тарбиячи ва ота - оналарнинг ҳафсаласи пир бўлиб кетади. Шунинг учун ота - она ва боғча персонажи онгига шуни етказиш керакки, психологнинг иши ўқитиш эмас, балки ривожлантириш. Ривожланиш эса аста-секин юз беради. Шу сабабли боланинг ривожланиш жараёни сезилмай ўтади.

Мактабгача ёшдаги болалар билан ўтказиладиган ривожлантирувчи ишларнинг асосий шакли ўйиндир, чунки ўйин ушбу даврдаги етакчи фаолият сифатида боланинг психик ривожланиши учун қулай шароит яратади. Айни вақтда бола ўйин давомида янги билимларни эгаллаб боради.

Демак, мактабгача тарбия муассасалари ва улардаги муаммоларнинг ўзига хослиги психологнинг ушбу муассасада ишлаш чоғида унинг ўзига хос томонларига алоҳида эьтиборли бўлишни талаб қилинар экан. Психолог бу талабни доимо эътиборга олиши зарур.

**1.10 УМУМИЙ ¤РТА ТАЪЛИМ МАКТАБЛАРИДАГИ ПСИХОЛОГ ИШИНИНГ ¤ЗИГА ХОС ТОМОНЛАРИ**

Психолог ишини нимадан бошлаши керак?

Бугунги кунда кўпчилик умумий ўрта таълим мактаблари ўзининг психологларига эга. Бироқ шунга қарамай директор ва ўқитувчилар кўпинча психологнинг қўлидан нима келиши мумкинлигини яхши тасаввур этолмайдилар. Уларга психолог ҳамма муаммоларини бир зумда ҳал қилиб берадигандек туюлади. Аммо психологнинг мактабда иш бошлаганидан кейин мактабда ташқи жиҳатдан ҳеч нарса ўзгармаганини кўришгач, уларда «Мактаб психологининг ўзи нима кераги бор?» деган типдаги саволлар туғилади.

Шуни алоҳида таъкидлаш керакки, мактабдаги амалий иш учун психолог ўрганган назарий билимлар етмай қолади. Мактабга келиб қолгач, психологлар кўпинча амалиётнинг улар олдига қўйган муаммоларидан довдираб қоладилар. Шундай аҳволга тушиб қолмаслиги учун психолог аввало мактабга нима мақсадда бораётганлигини аниқлаштириб олиши керак. Психологик хизматнинг умумий мақсадларидан келиб чиқиб, психолог умумий ўрта таълим мактабида қуйидаги вазифаларни бажариши талаб этилади:

1. Болаларнинг ҳар-бир ёш босқичида шахс сифатида ва интеллектуал жиҳатдан тўлақонли ривожланишини таъминлаш, уларда ўз-ўзини тарбиялаш ва ривожлантириш қобилиятини шакллантириш:

2. Ҳар бир болага индивудуал ёндашувни ва унинг психологик- педагогик ўрганилишини таьминлаш:

3. Боланинг интеллектуал жиҳатдан ва шахс сифатида ривожланиш жараёнида юз бериши мумкин бўлган четга чиқишларни профилактика қилиш.

Шундай қилиб, психолог мактабга аввало болалар учун келади. Лекин бу психолог ўқитувчилар билан ишламайди, дегани эмас.

Психолог мактабда енгиб ўтиши керак бўлган биринчи тўсиқ - бу мактабнинг педагогик жамоасига қўшила олишдир. Борди-ю психолог бу мураккаб организмга қўшилиб кета олмаса, ўз ишида муваффақиятга эришиши даргумондир.

Психолог адаптацион даврининг қийин кечишига бир неча омил сабаб бўлади. Кўпинча ўқитувчилар психологни болаларни қандай қилиб тарбиялашни, қандай яшашни ўргатувчи инсон сифатида кўриб, дастлабки кезлардаёқ унга нисбатан салбий установкани шакллантириб оладилар. ¤з- ўзига ишончи суст бўлган ўқитувчилар психологни гўё унинг камчиликларини ошкор этувчи шахс сифатида идрок этиб, уни қандайдир инспектор сифатида қабул қиладилар. Булар эса психологнинг мактаб шароитига тез кўникиб, мактаб ҳаётига чуқур сингиб кетишга ҳалақит беради. Бунинг олдини олиш учун психолог ўқитувчилар билан ўзаро тенг муносабатларга киришиши, иккала тараф ҳам ўзини билағон қилиб кўрсатмаслиги, энг муҳими бир-бирини рақиб деб ҳиссобламаслиги зарур. Шунга эришиш керак-ки, ўқитувчилар психологни уларга ёрдам бера оладиган бошқа мутахассис сифатида қабул қилсинлар.

Мактабдаги илк қадамларданоқ психолог маъмуриятга уларнинг фаолият доирасига нималар кирмаслигини,мўжизалар кўрсатиш унинг қўлидан келмаслигини тушунтириши лозим.

¤қитувчи билан бўлган суҳбатда у ёки бу боланинг муаммоси психологик муаммо бўлмагани учун у бўйича ҳеч нарса қила олмаслигини тан олишдан қўрқмаслик керак. Дастлабки қадамларни қўйишда ота - оналар билан алоқа ўрнатиш жуда муҳим. Дастлабки алоқа ихтиёрий характерда бўлиши ва ўзи мурожаат қилган ота-оналар билан амалга оширилиши керак. Бунинг учун психолог алоҳида кун ва соатларни ажратиши лозим.

Демак, умумий ўрта таълим мактабида ишни бошлашдан аввал психолог:

1. ¤зининг педагоглар жамоаси ва мактаб маъмурияти билан бўлган муносабатларни тўғри йўлга қўйиши.

2. ¤з ишининг асосий мақсади - бу боланинг оптимал ривожланишини таъминлаш эканини доим ёдда сақлаши.

3. ¤зининг фаолиятида профилактик ишга у билан бевосита боғлиқ бўлган диагностик ва ривожлантирувчи ишга алоҳида эътибор билан қараши (ахир касални тузатгандан унинг олдини олган маъқулроқ- да) лозим бўлади.

**¤£ИТУВЧИ ПСИХОЛОГНИНГ МИЖОЗИ ВА Я£ИН ҲАМКОРИ СИФАТИДА**

¤қитувчилар ҳам алоҳида эътибор талаб қиладиган объектдир. Амалиёт шуни кўрсатадики, одатда ўқитувчилар психолог билан ҳамкорлик қилишга тайёр бўладилар. Ҳамма гап психолог ўзини қандай тутишига бориб тақалади. Бунда психологнинг ўқитувчиларга нисбатан эгаллайдиган позицияси жуда муҳим роль ўйнайди.

***Психолог позициясининг асосий компонентлари қуйидагилардан иборат:***

а) педагог билан бўлган муносабатга установка;

б) педагогларни қандай бўлса шундайлигича қабул қилишга установка.

в) субъект - субъект муносабатларидан иборат тенглик ва ҳамкорлик характеридаги муносабатларга установка.

Мана шундай позиция педагоглар билан бўлган конструктив ҳамкорликни таъминлай олади.

Дастлабки кезларда психолог ўқитувчиларга ўз ёрдамини ҳаддан ташқари фаоллик билан тиқиштирмаслиги зарур. Камтарона равишда, агар зарур бўлса, ёрдам беришга тайёрлигини маълум қилса, шунинг ўзи кифоя. Кимдир дарров ҳамкорликка шошилади кимдир бироздан сўнг кимгадир умуман психолог ёрдами керак бўлмайди. ¤қитувчилар билан ишлашда болада рўй бераётган ижобий ўзгаришларга асосан ўқитувчи сабабчи бўлаётганини таъкидлаб туриши керак. Психологнинг иши «сояда» қолиши керак. Шунда у педагоглар орасида тан олинади. ¤қитувчилар билан олиб бориладиган индивидуал ишлардан ташқари улар билан семинарлар шаклида психологик тарғибот ишларини олиб бориш мақсадга мувовиқдир.

Бундан кўзланган асосий мақсад кимгадир ўз билимларини кўз-кўз қилиш эмас, балки педагогларнинг психологик маданиятини оширишдир. Ушбу машғулотларни шундай ташкиллаштириш керакки, ўқитувчилар пассив тингловчи бўлиб қолмасинлар. Бунинг учун ҳар бир психологик маълумотга уларни ўз тажрибаларидан мисоллар келтиришга ундаш керак. Охирида эса бирор бир ҳазил аралаш тестни бажариш ҳаммага яхши кайфият бахш этади.

Ҳар қайси мактаб психологи олдидаги савол шуки «¤зим ёрдамимни таклиф қилайми ёки ўқитувчилар мурожаат қилишини кутайми?» Майли бу саволга ҳар ким ўз вазиятидан келиб чиқиб жавоб бера қолсин. Лекин психолог бир нарсани унутмасинки, ўқитувчиларнинг унга мурожат қилиши уларнинг педагогик стажи ва тажрибасига боғлиқ эмас. Бу кўпроқ уларнинг шахсий фазилатларига: мулоқатга киришувчанлик даражаси, хавотирланувчанлик, қизиқувчанлиги янгиликка очиқлиги ва бошқаларга боғлиқ. ¤қитувчилар болалар ҳақида ҳар қандай узоқ муддатли психологик татқиқотлар натижаларидан кўра кўпроқ нарса билади. Улар болалар билан ҳар куни мулоқатга киришадилар ва табиийки уларга таъсир этиш учун кўпроқ имкониятга эгалар.

Бас шундай экан, психолог ўқитувчининг яқин ҳамкори ва ёрдамчиси бўлиши керак. Психологлар шуни унутмасинларки, мактаб ҳаётини ўзига хос саҳна асари деб тасаввур қилсак, ундаги роллар қуйидагича тақсимланган бўлади:

1. Болалар
2. ¤қитувчи
3. Психолог
4. Ҳисобчи
5. Ошпаз

Ҳурматли психологларга биринчи роль ажратилган.

**1.11 ПСИХОЛОГНИНГ ОТА-ОНА £АРАМО¢ИСИЗ £ОЛГАН МЕҲРИБОНЛИК УЙЛАРИ ТАРБИЯЛАНУВЧИЛАРИ БИЛАН ОЛИБ БОРАДИГАН ИШЛАРИ**

Психологнинг меҳрибонлик уйларида олиб борадиган ишларининг ўзига хослиги

1987 йилдан бошлаб болалар уйларига (ҳозирги меҳрибонлик уйлари) ва мактаб интернатларда психолог штати жорий этилди. Ушбу ҳодиса оиладан ташқарида тарбияланаётган болаларнинг психик ривожланиши учун махсус психологик ёрдам зарурлигини тан олишни англатади. Меҳрибонлик уйлари ёки мактаб интернатларидаги психолог ишиниг асосий йўналишлари, принцип ва методлари кўп жиҳатдан оддий мактабдагига ўхшаш бўлади. Бироқ шу билан бирга ушбу муассасалардаги психологлар иши ўзига хосликларга ҳам эга. Бу ўзига хослик биринчидан, бундай тип муассасалардаги таълим тарбия жараёнининг ўзига хослиги: иккинчидан болаларнинг психик ривожланишидаги ўзига хослик туфайли келиб чиқади.

Шу нарса маълумки, илк болалик давриданоқ (1-3 ёш) интернат типидаги муассасаларда тарбияланаётган болалар бир қанча психологик хусусиятлари билан оилада тарбияланувчи болалардан фарқланадилар: баъзи хусусиятларда ушбу масалаларда тарбияланувчи болалар оддий мактабдаги болалар билан баробар ва ҳатто, улардан устунроқ бўлса, айрим хусусиятлари билан улардан ҳатто ўзидан кичик ёшдаги ўқувчилардан ҳам орқада қоладилар. Афсуски, бундай ҳолат бутун мактаб ёши даврида сақланиб қолади.

Буни шу билан тушунтириш мумкинки, психологик ривожланишда орқада қолиш анча вақтли, мактабгача ёш давридаёқ вужудга келади. Уни бартараф этиш иши махсус муассасаларда етарли даражада олиб борилмаслиги оқибатида улар кейинги ёш босқичларида янада чуқурлашиб кетади.

Меҳрибонлик уйлари ёки мактаб-интернатларда ишлай бошлар экан, психолог меъёрий ҳужжатларда кўрсатилганидек, қуйидагиларни амалга ошириш талаб этилади: ота-оналар қарамоғисиз қолган болалар билан меҳрибонлик уйлари ҳамда интернат типидаги муассасаларда олиб бориладиган психолог иши ушбу муассасалар тарбияланувчиларининг психологик жиҳатдан тўлақонли ривожланишини таъминлаш, шахс сифатида ва интеллектуал ривожланиш хусусиятларини, таълим тарбия жараёнидаги бузилишларнинг психологик сабабларини диагностика қилиш ва бундай бузилишларни бартараф этиш учун профилактик тадбирлар ўтказишга йўналтириши керак. Психолог бола ҳаётидаги рўй берган фожианинг бола психик ривожланишига таъсир этишини сусайтириш ва тегишли психологик методларни ўтказиш орқали бола шахси прогрессив шаклланишини таъминлаш лозим.

***SOS- болалар қишлоқчасининг иш тажрибасидан***

SOS - болалар қишлоқчаси - бу етим қолган ёки ота-она қаровисиз қолган болалар билан ишлашнинг ўзига хос усули. Бу усулга австриялик педагог Герман Гмайнер асос солган. Бугунги кунда у дунёнинг 124 мамлакатида кенг қўлланиб келмоқда.

SOS-болалар қишлоқчаси бир неча коттедж-уйлардан иборат. Уларнинг ҳар бирида «она» ва 6-8 та бола яшайди. Бу болалар ёки ота-онасидан етим қолган, ёки уларнинг ота-онаси ота-оналик ҳуқуқидан маҳрум этилган. £ишлоқда ҳеч ким улардан ҳақиқий ҳаётларини ва уларга «оналик» қилаётган одам аслида оналари эмаслигини яширмайди. Болалар қишлоқчасидаги алоҳида уйларда оналарнинг ёрдамчилари-«холалари» ҳам яшайди. Улар дам олиш кунлари «она» касал бўлиб қолганда, ёки бирор иш билан уйдан кетганда «она» нинг ўрнини босадилар. £ишлоқчани директор бошқаради. У қишлоқчадаги алоҳида уйда оиласи билан бирга яшайди. Директорлик вазифасидан ташқари у қишлоқчадаги барча болаларга ота ва эркак кишининг намунасидир. Албатта, қишлоқчада бошқа эркак кишилар-директор ўринбосари, уста, ҳайдовчи, хавфсизликни таъминлаш ходими ҳам мавжуд. Шу билан бирга қишлоқчанинг фаолият кўрсатишида психологнинг ишига алоҳида эътибор берилади. У ҳам болаларга, ҳам «она» ларга, ҳам ходимларга психологик ёрдам кўрсатади.

*Меҳрибонлик уйлари психологиниг шахсий фазилатлари*

Меҳрибонлик уйлари шундай тарбиявий муассасадир-ки, уларда ишлайдиган психолог чуқур билимлар билан бир қаторда маълум бир шахсий сифатлари анча ривожланган бўлмоғи лозим. Бундай хусусиятлар қаторида қуйидагилар асосий ўрин тутади:

1. Болани севиш.
2. Одамларга бўлган қизиқиш.
3. Психологик мувозанатни сақлай олиш.
4. £ийинчиликларга бардош бериш.
5. Жамиятда яшашни, ниманидир олиб, ниманидир беришни билиш.
6. ¤рганишни билиш.
7. Реализм, ҳамма нарсага реаллик нуқтаи назаридан қараш.
8. Болаларга ёқишни билиш.
9. ¤з-ўзини яхши англаш ва ҳис этиш.
10. Ички куч-қувватга эга бўлиш.
11. Мулоқатчан бўлиш.
12. Яхши саломатликка эга бўлиш.
13. Оптимист ва ҳазилкаш бўлиш.

Ота-онаси меҳридан маҳрум бўлган болалар билан ишлашга киришишдан олдин психолог ўзидан ана шу сифатларни қидириб кўрмоғи лозим. Топса - яхши! Тополмаса-чи? Унда излансиз. Албатта, ота-онанинг чин меҳрига бўлган чанқоқни ҳеч қандай сунъий йўл билан қондириб бўлмайди. Психолог эса болаларнинг психологик жиҳатдан нормал ривожланишини таъминлаши керак.

Турли туман болалар муассасаларида психолог олиб борадиган ишларнинг мазмуни уларга хос хусусиятларнинг қисқа анализи шуни тасдиқлайдики, ҳақиқатдан ҳам психолог фаолияти муассаса турига кўра фарқланади.

**АМАЛИЙ ПСИХОЛОГ МАКТАБДА.**

**2.1 МАКТАБГА £АНДАЙ ПСИХОЛОГ КЕРАК**

Назарий психологиядан амалий психологиягача бир қадам, лекин уни амалга ошириш жуда қийин.

(Икки назарий психологларнинг суҳбатидан).

Ҳақиқатдан ҳам, мактабга қандай психолог керак? £изиқ савол. «Ҳар-хил» психологлар мавжудми?

Ҳа албатта! Ҳар ҳил касблар, уларга мос ҳар хил психологлар мавжуд. Мактабда ўзларини психолог деб ҳисоблайдиган инсонлар билан учрашганингизда, ҳар-хил инсонларни кўришингиз мумкин. Сизнинг кўз олдингизда кам гап ҳеч билан қўшилмайдиган, унча ўзига тортмайдиган инсон кўриниши мумкин. Шу билан бирга, ҳамма билан чиқишиб кетадиган, хушчақчақ, сергап, чиройли инсон кўриниши ҳам мумкин. Натижада сиз ҳар-хил таассурот оласиз. Кутилмаган ва энг ёқимли таасуротлар олишингиз мумкин.

Бироқ барча инсонлар ҳар-хил касбга, ҳар-хил билимга ва ҳар-хил касбий ҳулқ - атвор усулларига эга бўлсалар-да,ўзларини психолог деб санайдилар. Баъзан «қанча психологлар мавжуд бўлса, шунча психологлар мавжуд», - деб ҳам айтишади. Психология - муаллиф касби бўлиб, унда инсоннинг индивудуаллиги, ички руҳий дунёсини трансляция қилиш қобилияти намоён бўлади.

Булардан ташқари, ҳар бир психологнинг индивидуал касбий стилистика муаммоси мавжуд. У қандай мавзуни танлайди? Касбидаги унинг қизиқишлари қандай? Умуман, у нима учун психологияга келган? У нима билан шуғулланишни истайди. Ишда қандай усулни афзал кўради? £айси ёшдаги мижозлар билан ишлаш афзал?

Ҳар-хил психологларнинг ишдаги фарқи, нафақат ҳар-хил психологларнинг шахсий хусусиятлари билан боғлиқ бўлиб қолмай, «психология» деб номланган умумий касбий соҳадаги 4 нафар психологик касблар ётиши билан ҳам боғлиқдир. Улар: назарий психология, экспериментал психология, амалий психология ва психокоррекция.

Назарий психологияда амалий психология билан боғлиқ бўлмаган фикрлар кураши давом этади: эски назарияларнинг барбод бўлиши ва янгиларининг шаклланиши ғоялар, илмий мактаблар ва йўналишларнинг бир-бирига қарши чиқиши, тафаккурнинг янги усуллари ва мантиқнинг вужудга келиши, тараққиётнинг эски қонунлари очилиши. Назарий психологияда инсон психикаси анотомик кесимларда ўрганилади, яъни психологик кўринишининг жараёнлари, функциялари турлари сифатида ўрганилади.

Назарий психология мактаб амалиёти эҳтиёжларини қондиришга бевосита хизмат қилмасада, у жамиятга шунинг учун керакки, унда инсон тафаккури кучларининг ўзига хос ўйини содир бўлади. Назарий психология мактабга тўғридан тўғри таъсир кўрсатмаса-да, «мактаб ғоялари» нинг шаклланишига таъсир кўрсатади: ўқувчига муносабат, таълим ва тарбия концепцияларини ишлаб чиқиш, мактабнинг бошқа жамоат ташкилотлари билан ҳамкорлиги мактаб таълими ривожланадиган йўналиш бўйича жамиятнинг диний ва қадриятлар тизимини ишлаб чиқиш.

Экспериментал психология академик институтларда кўпроқ инсоннинг психик ҳаёти ҳақидаги фикрларни йиғиш ва умумлаштиришга йўналган. Умуман, экспериментал психологиядаги фактларни йиғиш фақат амалий эҳтиёжлар учунгина эмас, балки назарий психологиянинг ривожланиши учун ҳам хизмат қилади. Экспериментал психология ҳаёт ва амалиётдан узоқ бўлган лаборотория шароитида ўрганилади ва назарий ғояларни тасдиқлаш учун хизмат қилади. Назарий ва экспериментал психологияда амалиётдан узоқ бўлган, фанга қизиққан, ақли ва характери ўзига хос бўлган инсонлар ишлайди.

Амалий психология бўлса инсон меҳнат фаолиятининг ҳар-хил соҳаларига хизмат қилади, жумладан тиббиёт психологияси, педагогик психология, бизнес психологияси ва ҳакозо. Амалий психологиянинг ҳар бир йўналишида ўзига хос методлари, усуллари мавжуд. У ёки бу меҳнат турида иш олиб борувчи психолог унинг ўзига хослиги ва атамалари билан таниш бўлиши керак. Масалан, педагогик психология соҳасида ишлайдиган психолог мактаб ўқитувчиси меҳнатидан чуқур хабардор бўлиши, қийинчиликлари ва муаммоларини билиши, мактаб ҳаётини, ўқувчиларни яхши билиши зарур. Амалий психологнинг муваффақиятли иш олиб боришида педагогик жамоага қўшила олиши ва улар томонидан ижобий қабул қилиниши муҳим омил ҳисобланади.

Психологиядаги психопрактика йўналиши ҳаётимизда ҳар доим мавжуд бўлган, сўнгги вақтларда бу йўналишга қизиқиш ортди. Бу инсоннинг психик ҳолатини бошқаришга, унинг психик кучларини такомиллаштиришга ва ривожлантиришга психотехник машқлар тизими билан боғлиқ. Республикамизда шарқ психопрактикаси ҳамда ғарбда яратилган ҳамда мослаштирилган психотерапевтик дастурлар (гештальттерапия, психодрамма, трансакт анализи, нейролингвистик программалаштириш ва бошқалар) кенг тарқалган. Психопрактика ҳар бир турининг асосида инсон ҳаётига яқин бўлган ҳолат маълум концептуал тамойиллар тизими ётади ва улар муаллифнинг шахслараро муносабати ва ҳаётни кузатишлари асосида содда шаклда баён этилади.

Асосий муаммо бўлмиш мактабга қандай психология керак деган саволга тўхталамиз. Мактаб психологи мактабга кўпроқ фойда келтириши ва мураккаб мактаб вазиятлари, ҳаётий вазиятларда ўқитувчилар, ўқувчилар ва ота-оналарга ёрдам бера олиши учун қандай касбий позицияни эгаллаши керак?

Бу ҳақда биргаликда ўйлаб кўрамиз. Тасаввур қилинг, мактабга назариётчи, академик психолог ёки экпериментатор келди. £андай ҳолат юз беради? Назариётчи психолог таълим ва тарбия нинг мавҳум, назарияга асосланган концепциясини яратади, мактабда семинарлар ташкил қилади, ҳар бир ўқитувчига ўқиб чиқиш учун илмий адабиётларнинг узун рўйхатини тавсия этади, педагогик жамоага мураккаб назарий маърузалар ўқийди. Кўп ўтмасдан назариётчи психолог «олий психология»га бефарқ бўлганлигидан ўқитувчилардан хафа бўлади, ўқитувчилар бўлса секин аста психолог билан мулоқатдан қоча бошлайди, чунки улар бу «олий психология» ўқитувчи меҳнатига тегишли эмаслигини тушунадилар. Назариётчи психологнинг мактабни кичик психология институтига айлантиришга уриниши муваффақиятсизликка учрайди.

¤қитувчилар мактабга психология керак эмас деган хулосага келадилар. (Ҳар-хил психологиялар мавжудлиги ҳақидаги факт ўқитувчиларга таниш эмас). Психолог бўлса психологик ғояларни тарғиб қилишга ҳали мактаб тайёр эмас, деган хулосага келади.

Бу вазиятда назарий психология ва мактаб ўртасида боғланиш бўлади. Бошқа вазиятни қараб чиқамиз.

Мактабга экспериментатор-психолог ишлаш учун келди. У ўзининг «ишчи муаммосини» танлайди, тадқиқот обеъктини аниқлайди, экперимент ташкил қилади, мураккаб диагностик методикаларни ва бошқа методикаларини қўллайди, экспериментал материал йиғади, уларни қайта ишлайди ва психологик журналга мақола ёзади. Кўпинча ўқувчилар ва ўқитувчилар иштирок этган татқиқот ишлари ҳақида маълумот берилмайди. Агар психолог экспериментатор тадқиқот натижалари бўйича мактабда маъруза қилса-да, кўпроқ «тараққиёт даражалари, тадқиқот методлари», «коррекцион боғланишлар» ҳақида тўхталиб ўтади. Бундай таҳлилда ўқитувчилар ўзлари ҳақида ҳеч нарса билиб олмайдилар, ўзларини «тажриба ўтказувчи қуёнлар» сифатида фойдаланганликларини ҳис қиладилар.

Психолог ўқитувчилар ва ўқувчилар билан шахсий алоқа ўрнатмайди. Натижада ўқувчилар ва ўқитувчилар экспериментал тадқиқотларда иштирок этишдан қоча бошлайдилар, чунки улар буларнинг бари ўқувчиларга ёки мактаб маъмуриятига кераклигини тушунадилар. Улар: «Биз инсон сифатида психологга керак эмасмиз. Биз унга фақат эксперимент ўтказиш учун керакмиз»,- дея бошлайдилар. Кейин нима бўлиши мумкин? Охирида психолог бу мактабдан кетади, эксперимент ўтказишга қулайроқ бошқа мактабни излайди: унинг фаолияти кенгайиб боради, мактаблар бўйича қиёсий таҳлил қилиш учун имкониятлар кенгаяди. Мактабга қандай психолог кераклиги хақидаги савол ҳамон очиқ қолмоқда. Экспериментал психология ҳам, соф назарий психология ҳам мактабга керак эмас.

£андай психология мактабда яшаб кетади? £андай психологияни мактаб ўзининг яхши ёрдамчиси сифатида қулоч очиб кутиб олади?

Мактабга педагогик профессионал соҳага хизмат қиладиган амалий психология йўналиши ҳисобланмиш, амалий педагогик психология керак. Психология тавсиялари, ёрдами, қўллаб- қуватлаши билан ўқитувчилар ва ўқувчиларнинг мактаб ҳаётига тўлиқ кириб бориши керак. Синфларнинг бўлиниши, дарс жадвалини тузиш, ўқувчиларга индивидуал ёндашув, таълим, ўқувчи ва ўқитувчиларнинг шахсий мулоқати, болаларнинг қобилиятларини баҳолаш, коррекцион ишлар, мактабдаги низолар ва уларни бошқариш ота-оналар билан суҳбат ва бошқа кўпгина саволларни психолог ҳал қилиши лозим. Булардан ташқари, ўқитувчи меҳнатининг жуда оғирлиги ва ўқувчиларда маълум ҳис туйғуларнинг мавжудлиги сабабли мактабда психопрактиканинг у ёки бу техникаси - ўқитувчилар ва ўқувчиларнинг иш қобилиятини ошириши учун, реакция (чарчоқ ва қўрқинч ҳолатларини йўқотиш) машқларини қўллаш даркор.

Мактаб психологи - бу ўқитувчилар билан кириша оладиган педагогик жамоа томонидан тан олинган, ота-оналар ва ўқувчилар орасида касбий обрўга эга бўлган психолог амалиётчидир. Унга мактаб ҳаёти яқин ва тушунарли, у кўпгина психологик-педагогик жамоалар билан шуғулланишга психодиагностик ва психокоррекцион иш методларини эгаллашга тайёр. Бошқача сўзлар билан айтганда, мактаб психологи бу ҳар томонлама етук, билимли, универсал инсон.

Агар психолог назариётчи - психологларнинг семинарларига доимо қатнашиб, турли хил психологик ассоциацияларга аъзо бўлса, буларнинг бари унинг мутахассис сифатида ўсишига, мактаб ҳаётидаги одатий фактларга янгича қарашнинг шаклланишига олиб келади. Мактаб психологи нашр қилинган ишларни ўқиб, экспериментал тадқиқот натижалари билан қизиқиб танишиши мумкин. Мактаб амалиётига яқин фактларни билиш дунёқарашни кенгайтиради, мактабдаги ишларни ва ўз муваффақиятларини тўғри баҳолаш имкониятини беради.

Шундай қилиб, психология мактабга керак. £андай психология деган савол туғилади? Турли психология соҳаларидан мактабда амалий психолгия ва психопрактика кўпроқ керак. Назарий ва экспериментал психология мактабга эмас, мактаб психологига мутахассис сифатида ўсиши учун керак.

**2.2 КАСБГА Й¤Л: МАКТАБ ПСИХОЛОГИНИНГ МАҲОРАТИ**

Сиз қандай психологга борар эдингиз?

Кўп китобларда мактаб психологи эгаллаши зарур бўлган хислатлар баён этилган. Бу барча хислатлар характер, ақл, ирода бир кишида мужассамлашса, ҳеч кимга хос бўлмаган мавҳум идеал ҳосил бўлади. Натижада ўзига ишонмаслик юзага келади: йўқ, мен ҳеч қачон бундай бўла олмайман. Ички ишончсизлик психологга ҳалақит беради: £андайдир таклиф билан қатъий чиқишга қўрқади, ўзини айбдор ҳис қила бошлайди. Бунинг натижасида унинг мутахассис сифатида ўсиши секинлашади.

«Ақлли китобларда ёзилганидай эмас, балки ўзимиздан - шахсий истак, ҳоҳиш эҳтиёжларимиздан келиб чиқиб ҳаракатланамиз.

¤зимизга шундай савол билан мурожат қиламиз: ¤зимни қийнаган муаммо бўйича қандай психологга борар эдим».

***«Мен танладим» машқи***

Сизнинг олдингизда мактаб психологлари портретлари турибди. Улар ҳаётдагидек, хилма хил. £айсинисини ёқтиришингизни айтинг: ўз муаммоингиз бўйича уларнинг қайсисига мурожаат қилган бўлар эдингиз?

1. портрет.

Мактабда ёш қиз психолог бўлиб ишлайди. У кўзойнак тақади, ақлли, билимли, ўзига ишонади. У эркин, қатъий,расмий мурожат қилади. Ҳамма нарсани билади ва қила олади. ¤қитувчиларнинг саволларига «Бундай қилиш керак, сиз бўлсангиз ҳаммасини нотўғри қиласиз?..»- деб жавоб беради.

1. портрет.

Мактаб психологи- 30 ёшлардаги секин ҳаракат қиладиган йигит. У доим жинси ва узун свитрда юради. Мактабда кўпчилик билан гаплашмайди, ўз хонасида жим ўтириб ишлайди. Кўзлари маъюс, ўзига тегишли нима ҳақидадир ўйлайди. ¤қитувчиларнинг саволларига ўйланиб: «Э-э-э, Биласизми, бу мураккаб муаммо»,- деб жавоб беради. Узоқ давом этган суҳбатдан сўнг секин-аста кўп нарса тушунарли бўлиб боради.

1. портрет.

Мактабда собиқ ўқитувчи К.Л. психолог бўлиб ишлай бошлади. У психологик курсларни битирди. Мактабда психолог нима ишлар қилиши кераклигини ҳали аниқ билмайди. У ўз кучига ишонмайди. Лекин у очиқ кўнгил, меҳрибон, ҳаётий тажрибага бой.

1. портрет.

35 ёшли эркак киши психолог бўлиб ишлайди. Психологик факультетни сиртдан тугатиб, икки йил олдин мактабга келди.

Илгари қайсидир илмий текшириш институтида инженер бўлиб ишлаган. Фаол мулоқатчан, ҳазилкаш мактабга келган кунидан бошлаб ўрта ва юқори синф ўқувчилари у билан дўстлашиб олишди: миллий кураш бўйича тўгарак ташкил қилишди, туристик саёҳатларга боришди. ¤қитувчилар ҳайрон: танаффус ва дарслардан сўнг психолог хонаси олдида болалар гавжум. Нима ҳақдадир баҳслашишади, мусиқа тинглашади. У ҳеч кимни атайлаб чиқармайди, ўзи ҳам қизиқиб баҳслашади, кўпчилик унга интилади.

*Сиз кимни танлашингизни аниқладингиз?*

Бўш квадрат ичига муаммоингиз бўйича қайси психологга мурожаат қилишингиз мумкин бўлса, ўша психолог портрети номерини ёзинг.

|  |
| --- |
|  |

Нима учун айнан шу психологни танлаганингизни муҳокама қиламиз?

Психологик маслаҳатдан қониқиш ҳосил қиладиган сизнинг расмий илтимосингиз нима? Сиз мактаб психологидан нима кутасиз?

Агар сиз мактаб психологи сифатида ёш қизни (1-портрет) танласангиз қандай, бажариш, қандай ҳаракат қилиш, қандай қарор қабул қилиш ҳақида маслаҳат беришга муҳтожсиз. Сизнинг муаммоингизни ҳал қилиб, уни таҳлил қилиб, сизга йўл кўрсатишларини ҳоҳлайсиз.

Муаммоингизни мустақил ҳал қила олмайсиз, бунга етарли куч ва ишончни ҳис қилмайсиз, хато қилишдан қўрқасиз.

Агар сиз 2 - портретда тасвирланган психологни танласангиз, муаммоингизни қандай ечишни кўрсатишларини эмас, уни муҳокама қилишни ҳоҳлайсиз. Сиз муаммоли вазиятнинг барча нюансларини ва қийинчиликларни ҳисобга олган ҳолда таҳлил қилишни ҳоҳлайсиз. Сизга қийинчиликларингизнинг обеъктив таҳлили керак, қарорни мустақил қабул қиласиз.

Сиз 3 портретда тасвирланган психологни танладингиз. Сизга фақат ҳамдард бўлишларини ҳоҳлайсиз. Сизни бегоналаштирмасдан тинглашларига умид қиласиз. Фақат тинглаб, бош чайқаб қўйиш эмас, балки чин кўнгилдан эшитиб руҳан тушуниб, ёрдам беришларини ҳис қиласиз.

Сиз 4 портретда тасвирланган психологни танладингиз. Сизнинг муаммоингиз ўсмир ўғлингизни тарбиялаш қийинчиликлари билан боғлиқ. Сиз психолог билан қуйидагиларни маслаҳатлашмоқчисиз: фарзандингиз билан қандай қилиб яхши муносабат ўрнатиш мумкин, унга қандай қилиб таъсир қилиш мумкин? £уйидаги саволларга жавоб излайсиз: нима учун психолог болалар билан киришиб кетган, улар психологнинг фикрини қадрлашади ва унга интилишади? Нима учун сизнинг фарзандингиз билан муносабатингиз «боши берк кўчага» кириб қолди?

Шундай қилиб, сиз муаммоингиз бўйича қайси психологга мурожат қилишни аниқлаб олдингиз. Бу ерда мактаб психологларининг 4 портретигина тасвирланди, ҳаётда улар характери, касбий маҳорати бўйича жуда кўп. Сиз қайси психологни мактабга чин дилдан қабул қилар ва қийин ҳаётий ёки касбий вазиятларда ишонч билан мурожат қилишингиз мумкинлигини ўйлаб кўриш муҳим.

*«Менинг касбий образим» машқи*

Мактаб психологи қандай бўлиши кераклиги ҳақида ҳар биримизнинг шахсий тасаввуримиз мавжуд. Мен сизга ўз тасаввурингиз билан ишлашни таклиф қиламан. Тоза қоғоз олинг. Мактаб психологи бўлиб ишлаш мумкин бўлган мутахассиснинг ички ва ташқи образини тасвирланг.

- Ёш ва жинсдаги афзалликларни кўрсатинг (сизнингча)

- Унинг уриниши? Кийиниши? Мактабда ўқитувчилар, ўқувчилар

ва ота-оналар билан ўзини қандай тутади?

-Бу инсонинг характери қандай

- мулоқатчан, камгап, серҳаракат, ўзини тутиб олган ,қатъий, юмшоқ, принципиал ёки ён босувчи.

- ишда қандай касбий билим ва кўникмаларга эга? Мактабда нима иш қилади? Биринчи навбатда нима билан шуғулланади?

-мактаб психологининг яна қайси шахсий ва касбий хусусиятларини таъкидлаган бўлар эдингиз?

Мактаб психологининг ҳосил бўлган «психологик портретини» ўқиб чиқинг. Ичингизда ўзингиз яратган психологга ўхшашга ҳаракат қилинг. Сизда ҳаммаси амалга ошади, чунки ўз профессионал - психолог идеалингизни ўзингиз яратдингиз. Сиз яратган портретда сизнинг характерингиз ва ташқи кўринишингиз белгилари мавжуд. Сизнинг касбий интилишларингиз ва мақсадларингиз акс этган. ¤з устингизда тинмай ишланг!

Касбий маҳоратингизни оширишга ёрдам берадиган машқларни таклиф этамиз.

«Улар кимни танлашади?» машқи.

Сизга мактаб амалиётидан олинган 3 та мисол таклиф этилади. Бу ерда мактаб психологига мурожат қилган инсонларни сўзлари ва монологлари келтирилган. Агар танлаш имконияти мавжуд бўлса, улар юқорида тавсифланган қайси психологни танлашарди.

Мен - бошланғич синф ўқитувчисиман. Турмуш ўртоғим билан келишмовчилик бўлмагунча, менда ҳаммаси яхши эди. Менинг доимо болалар ҳақида қайғуришимни, турмуш ўртоғим ёқтирмасди. Баъзан нима қилишни, мактабга боришни ҳам, уйда қолишни ҳам, умуман яшашни ҳам истамайман.

Бу аёл қайси психологни танлаган бўлар эди (психологик портрет номерини кўрсатинг)?\_\_\_\_\_\_

У нима учун айнан шу психологни танлаганини тушунтириб беринг? ¤з фикрингизни асосланг.

«Менинг исмим Сарвар 7 «А» синфда ўқийман. ¤қитувчи мени ёмон кўради? Мен Сардорга ўгирилдим! Дафтарим билан Озодани туртдим! Уй вазифаларини бажармадим! Кундалик дафтаримни уйда унутиб қолдирибман. Синфда ҳамма кундалик дафтарини қолдирган, у фақат мендан сўрайди! Мени доимо аҳмоқ деб атайди! Ҳаммаси жонга тегди! Дарсга боргим келмайди».

Бу йигит ўз ҳоҳишига кўра қайси психологга боради? (ихтиёрий, синф раҳбарининг кўрсатмасини кутмасдан) Сизнингча нима учун?

«Гулмира ақлли қиз! У ҳамма ишни бажара олади: тоза қилиб супуради, дазмол қилади, дарсларини қилади. Ота-онаси сўзини икки қилмайди.

¤қитувчиси бўлса, уни ёқтирмайди! Албатта у-қари қиз, Гулмира бўлса жуда чиройли қиз! Унга ёмон баҳолар қўяди! Биз ҳатто турмуш ўртоғим билан директорга ҳам бордик, нафи бўлмади. Энди бундай давом этиши мумкин эмас. £изимни бошқа мактабга ўтказишга қарор қилдик!

Бу ота-оналар қайси психологни танлайдилар?\_\_\_\_\_\_

Сизнингча, улар қайси психологга маслаҳат учун мурожат қилишса фойдали бўларди?\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Сиз нима учун шундай деб ўйлайсиз? Фикрингизни асосланг

Шундай қилиб, психологнинг ўз касбидаги маҳорати, ишни бошлашда ва кейин давом эттиришда энг асосий муаммо ҳисобланади. Психологнинг мактабдаги фаолиятининг муваффақияти шахсий ва касбий ўзини аниқлашига боғлиқ: касбий ёрдамнинг маҳсулдорлиги мактабда касбий обрўга эга бўлишга ҳамда ўзининг мактабга,ўқитувчиларга, болаларга, ота-оналарга керакли эканлигини ҳис қилишга боғлиқ.

Амалий психологнинг шахсий ва касбий ўзини аниқлаш йиллар давомида ҳаётий ва касбий тажрибанинг тўпланиши, ўз имкониятларини синаб кўриш, ички етуклик билан, ютуқлар билан қувониш, хато ва камчиликлардан ўкиниш ҳисси билан амалга ошади.

«Психология қирқ ёшлиларнинг касби!» - деб бежиз айтишмайди.

*Мактаб психологиниг касбий психогигенаси.*

Мактаб психологлари ўз касбларида кўпинча инсонлар ҳаётидаги қийин дақиқаларда иш олиб борадилар. Психологга хавотирланиш, қўрқиш, муаммолар, афсусланиш, хатолар, кулфатлар билан мурожат қиладилар. Буларга қандай муносабатда бўлиш керак? Психолог бундай вақтларда ўзини қандай тутиши керак, шахсий муаммолар ва мижозлар муаммолари таъсирига берилмаслик, оптимист бўлиш, ички фаол тонусни қандай ушлаб туриш мумкин?

Тасаввур қилинг: сизнинг олдингизга ўқувчилардан бирининг онаси келиб ўзининг шахсий муаммоси - кўп йиллик, бахтсиз, жавобсиз севгиси ҳақида гапириб берди. Бу севги унинг ҳаётини барбод қилган. У кўз ёшларини тўкар, тошдек қотиб, ҳаётга бефарқлик ҳақида гапирарди. Сизга ҳам (Сиз психолог бўлсангиз-да) руҳан қийин: яқин кишингиз уйдан кетиб қолган. Бундай вақтларда сизнинг ҳам яшагингиз келмайди, бундай вақтда яна маслаҳат бериш керак.

Мактабдаги хонанингизда - ўзини ўлдирмоқчи бўлган юқори синф ўқувчиси, янги мижоз ўтирибди. Унинг юзлари кўкимтир тамакини биридан - кейин бирини чекарди, оиласи қизи, ўзи ҳақида бафуржа, батафсил гапирмоқда. У сизнинг ёрдам беришингизни жуда ҳоҳлайди. Сиз бор кучингиз ила йигит билан мулоқатга киришасиз. У тинчланиб уйига кетади. Сиз ўзингизни жуда чарчаган ҳис қиласиз, шахсий ташвишингиз сизга кучли таъсир қилади: уйингизда кўп ойлардан бери тузалмас касал ,оғир дарддан ўлаётган отангиз ётибди.

Нима қилиш керак? Бошқа одамларни қўллаб - қувватлаш учун қаердан куч топиш мумкин, агар сизнинг ўзингиз ёрдамга муҳтож бўлсангиз?

Аниқ ишлаб чиқилган рецептлар бу ерда йўқ, бўлиши ҳам мумкин эмас. Ҳар бир инсон, табиий ҳар бир психолог – бу индивидуалликлардир. Бир инсонни 30 дақиқалик совуқ душдаги сув ўзига келтириши мумкин, бошқа бировни дераза олдидаги гулнинг очилиши ўзига келтириши мумкин.

Маълум бўлишича, мактаб ва амалий психология касбий психологик ҳимоя воситаларисиз фаолият кўрсата олмайди. Саҳнага чиқаётган актёрдай, психолог ҳам ўз ҳиссиётларини ифодалаб, ёмон ўйнаш мумкин эмаслигини билиши лозим. Кучли, ҳар доим ёрдамга тайёр, касбий формада бўлиши керак.

Бунга қандай эришиш мумкин?

Тажрибали психологлар ўзларини қандай тутадилар?

Бу саволларга психологлар ҳар хил жавоб берадилар.

Ишга кетаётиб, уйимнинг эшигини қулфлаганимда, фикран ўзимга ўзим шундай дейман: « Менинг ҳамма муаммоларим уйда. Ишда мен кучли, фаол, яхши кайфиятда бўлишим керак»

Мен учун эшикни ёпиш – бу чизиқ. Бу чизиқ ортида- менинг уйдаги муаммоларим. Олдинда - менинг ишим, унда шахсий муаммоларимга ўрин йўқ.

*(Аёл психолог билан суҳбатдан*.)

-Мен касалхонага бораётганимда халат кияман, калитни чўнтагимга соламан... Мен бу ишларни бажарганимда, бошқача бўлиб қоламан. Мен халат кийиб касалхонага бораётганимни англайман.

Икки киши: касал ва мендан мен соғломроқ бўлишим керак. Бу менинг умуман соғлиғимни, менда хафалик, афсусланиш, касаллик аломатлари йўқлигини билдирмайди. Лекин маълум бўлишича, унга қийин, у менга муҳтож.

Мен мутахассисман, мен соғ бўлишим керак. Шахс сифатида руҳан мен ундан кучли бўлишим мумкин керак. Бўлмаса, мен халатни киймаслигим керак, ишга бормаслигим керак. Тушунасизми?

(Психология фанлари доктори Б. Братусь.)

Психологнинг институт, мактаб, касалхонадаги фаолияти - бу иш, касб.

Амалиётчи психологлар дуч келган муаммолар умумийдир.

Психологлар касбий психология бўйича яна нималар дейдилар:

- Менда шахсий муаммо пайдо бўлса, ишга шўнғиб кетаман: кўпроқ маслаҳат бераман, тренинглар ўтказаман. Бошқаларга ёрдам бериб, ўз касалимни унутаман.

(*Эркак – психолог билан суҳбатдан.)*

-Агар менда мураккаб ҳаётий вазиятлар бўлса, бўшашимни ва чарчоқни сезсам, оғир ҳодисаларни маслаҳат учун олмайман (м: яқин кишининг ўлими, суицид ва бошқалар). Руҳан чарчаган вақтимда бундай оғир ҳодисаларни кўтара олмайман. Бошқа вақтларда, мен бундай ишларга киришаман, менда ҳаммаси яхши бўлади. Агар мен бугун ўзимда етарли куч топа олмасам, мижозни ҳамкасбимга керакли психологик ёрдам олиш учун йўллайман.

*(Аёл психолог билан суҳбатдан.)*

-Психологларга уларда мавжуд муаммолар бўйича мурожаат қилишларини кузатиш мумкин. Масалан, 40 ёшли психолог онаси билан яшайди ва ҳиссий онасига боғлиқ. Бундай психологга шахсий етуклик ва мустақиллик етишмайдиган мижозлар мурожаат қилишади. Психолог бундай мижозга маслаҳат бериб, ўзи ҳам мутахассис сифатида ўсади.

*(Аёл психолог билан суҳбатдан)*

*«Менинг яхши кайфиятим» машқи*

Кайфиятингизни кўтариш, қўрқинчли фикрлардан халос бўлиш, ишга психологик тайёрланиш

учун нима ишлар қиласиз?

Иккита тоза қоғоз олинг. Биринчи қоғозга сизни бўшаштирадиган, кучсизлантирадиган, кайфиятингизни туширадиган, ишга тайёр эмасдек ҳис қиладиган ҳаракатлар, машғулотларни ёзинг. Ҳозир қанча ёзолсангиз, барчасини ёзинг. Масалан, сиз фақат икки ҳаракатни ёздингиз. Ҳаётингиздаги, қийин ҳаракат иккитагина бўлсин.

Иккинчи қоғозни олиб, инсонлар билан мулоқатда энг ёқимли бўладиган 10 та ҳолатни ёзинг. Ким билан бўлиш сизга жуда ёқади, ким билан бирга бўлиш яхши? Ким билан бирга бўлиш қизиқ, ким билан бирга бўлиш қувончли?

Сиз дам оладиган 10 та фаолият турини ҳам ёзиб чиқинг. Масалан: уй гулларини ўстирасиз, расм чизасиз, тўқийсиз ва ҳакозо.

£уйидаги саволларга жавоб беринг.

- Сизга ички қониқиш ҳиссини берадиган машғулот билан кўпинча шуғулланасизми?

- Агар йўқ десангиз, нима учун?

- Сизга ёқимли бўлган ички энергиянгизни, ҳаётий тонусингизни

кўтарадиган машғулот билан шуғулланишга нима ҳалақит беради?

¤зингизга хулоса чиқаринг, касбингизда муваффақиятли ишлашга тайёр бўладиган, сизни фаол кучли бўлишингизга ёрдамлашадиган индивидуал усулларингизни аниқланг. Шуни ёдда тутиш лозимки, психологик ўзига - ўзи ёрдам бериш маҳсулдорлиги ўзимизга боғлиқ.

2.4. ПСИХОЛОГИК КАСБДА £АНДАЙ £ИЛИБ ¤З ¤РНИНИ ТОПИШ МУМКИН.

Психологик факультет талабалари ва ёш мактаб психологларига кўп муҳим саволлар беришади, бу саволларга бир хил жавоб бериш мумкин эмас.

Психологияда индивидуал маслаҳат бериш ёки гуруҳий тренинглар ўтказиш билан шуғулланиш яхшими?

- Ота-оналар ўқитувчилар ва ўқувчилар билан мулоқатда юмшоқ бўлган яхшими ёки қатъий турган яхшими?

- Менга кўпроқ қайси психотехника тўғри келади: «гештальттерапиями, психодраммами ёки тана терапиясими?

- £айси ёш даври билан шуғулланганим яхши: кичик мактаб ўқувчилари, ўсмирлар, ўспиринлар.

- £айси муаммони танлаганим яхши?

-¤зим бир неча марта турмушга чиқиб, ҳозир ажрашиб, ёлғиз яшаётган бўлсам, оилавий жуфтларга маслаҳат бера оламанми?

- ¤зимнинг болаларим йўқ бўла туриб (бўлмаса ҳам керак), ота- оналарга фарзандлар тарбияси бўйича маслаҳатлар бера оламанми?

- Агар уйда турмуш ўртоғим билан доимо уришиб, шахсий муаммоларни тўғри ҳал қилишни билмасдан туриб, ўқитувчи ва ўқувчилар орасидаги низолар бўйича маслаҳатлар бера оламанми?

- Сизда уйингизда, ишингизда ҳаммаси жойидами?

Ҳозирги вақтда психологлар кам бўлганлиги учун мактаб психологи универсал мутахассис бўлиши ва барча ишларни бажара олиши керак. Ҳар бир психолог ўзининг қобилиятлари ва индивидуал психологик хусусиятлари негизида ўзини касбий ва шахсий аниқлаши, индивидуал танлаш муаммосини ҳал қилиши мумкин.

Табиат ва тақдир ҳар бир инсонга ва ҳар бир психологга юз, тана, овоз, руҳ, ақл, темперамент, характер, энергияни совға қилганки, уларнинг барии конкрет инсоннинг «ранг, товуш, таъм ва ҳид» ини, унинг психоэнергетик атмосферасини ташкил қилади.

Психолог фойдали ва муваффақиятли бўлиши учун ўзини «қўл остидаги иш қуролидай» билиши керак.

*Мактаб психологининг индивидуал ёки гуруҳий иш усулини танлаши.*

Албатта, мактабда иккала усул билан ҳам ишлашга тўғри келади, лекин танлаш имконияти мавжуд бўлса, сизнинг индивидуаллигингиз учун қайси усул кўпроқ мос келади, сиз қайси усулда кучли эканлигингизни қандай тушуниш мумкин.

30 ёшлардаги мактаб психологи ўқитувчилар ва ўқувчилар билан гуруҳий тренинглар ўтказади. Умуман тренинглар муваффақиятли ўтади, лекин машғулотлардан сўнг кучли чарчоқ сезади, касал бўлиб қолади. Унинг фикрича, ўзини ёмон ҳис қилиши иши билан боғлиқ. Нима учун?

Ҳақиқатдан ҳам аёл психологнинг фикри тўғри бўлиб, унда ҳаётий тонуснинг пасайиб кетиши у кўп шуғулланадиган психологик иш усули билан боғлиқ. Кузатишлардан маълум бўлишича, «инсон - инсон» соҳасида ишлайдиган мутахассисларда, психология ҳам ана шу фанлар соҳасига киради, индивидуал ёки гуруҳий иш усулига лаёқат мавжуд бўлади.

Агар сиз табиатан гуруҳий ишларни ёқтирсангиз, чарчамасдан аъло даражада маърузалар ўқийсиз, узоқ давом этадиган семинар ва тренинглар ўтказасиз, индивидуал консультациялар бўлса, сизда бир мунча қийин кечади, кўп энергия куч талаб қилади. Агар сиз индивидуал ишга лаёқатли бўлсангиз, фаолиятнинг гуруҳий турларини унча ёқтирмайсиз. Мижозингиз билан индивидуал муносабатда бўлишни афзал кўрасиз.

*«Сизнинг индивидуаллигингиз» машқи*

«Психолог - индивидуал» ва «психолог гуруҳчилар» қандай хусусиятларга эга деган саволга жавоб берамиз?»

Гуруҳий тренингларда муваффақият қозонасиз, агар сиз:

-очиқ, сер ҳаракат инсон бўлсангиз,

-нутқингиз яхши, ўз фикрларингизни осон ва аниқ баён эта олсангиз, саволларни тўғри тушуниб, уларга тез жавоб топа олсангиз:

-вазиятни тез ва аниқ ҳис қилсангиз, тез мослаша олсангиз, тез қарор қабул қила олсангиз:

- юқори энергетик кучга эга бўлсангиз, аудиторияни қизиқтира олсангиз, артистлик қобилиятингиз мавжуд бўлса:

-гуруҳ билан беш кун қаторасига 8 соатлаб ишлай оласиз ва бу сизни чарчатмайди, аксинча унинг кундан-кунга «ёниб», ишлашидан «ҳузур оласиз».

-агар сиз ўзингизни севсангиз, ўзингиз ҳақингизда бемалол гапирсангиз, ҳар қандай қийин саволга жавоб бераётганда ҳам ўзингизга қатъий ишонсангиз, баҳсга жон деб киришиб, унда ҳар доим енгиб чиқасиз

- агар сиз диққат марказида бўлишни ёқтирсангиз:

- агар сиз ташкилотчилик қобилиятига эга бўлсангиз ва «одамларни орқангиздан эргаштира олсангиз»

Индивидуал консультацияларни яхши ўтказасиз, агар сиз:

-хотиржам, мувозанатли инсон бўлсангиз:

-секин, мулойим гапирсангиз:

-суҳбатдошингиз кайфиятидаги арзимас ўзгаришни сеза олсангиз, ўзингизни «иккинчи даражали» деб ҳисоблаб, унинг индивидуаллигига мослаша олсангиз:

- ишонч қозона оладиган, очиқ кўнгил, меҳрибон, «даъволовчи» кўринишингиз бўлса,

- инсонлар билан cуҳбатлашганда, яқинлик ҳиссини ярата олсангиз:

- шошмайсиз, ҳамдард бўлиб, тинглай ва жим тура оласиз.

*Мактаб психологининг индивидуал услуби*

Психолог мактабда ўзини қандай тутиши керак: қаттиқ қўлми ёки юмшоқми?

Вазиятга боғлиқ равишда, ўзининг ва шеригининг мақсадига кўра психолог қаттиқ қўл ва юмшоқ бўлган турли услубларни эгаллаши лозим.

Психолог танлаш имкониятига эга бўлганда, ўз индивидуаллигидан келиб чиқиб, иш тутиши керак.

*«¤зингизни танланг» машқи*

Агар сиз юмшоқ, кўникувчан, уятчан бўлсангиз, вазият буни талаб қилса-да, қаттиқ қўл бўлишингиз қийин кечади. Сизга бу ёқмайди. Натижада сиз таъсир қилишнинг куч ишлатиш усулидан фойдаланганингиз учун ўзингизни айбдор ҳисоблайсиз ва кўп чарчайсиз. Сизга ўзини кўрсатишнинг тўғридан тўғри куч ишлатиш усуллари эмас, юмшоқ, дипломатик, келишувчан, «айёр» услублари мос келади. Шуни ёдда тутиш керакки, фақат юмшоқ услубни қўлласангиз, гуруҳ таъсирига берилувчанлик «хавфи» пайдо бўлади.

Агар сиз тўғри, кучли, ҳукмрон инсон бўлсангиз, сизга куч ишлатиш услуби кўпроқ мос келади. Сиз ҳар қандай вазиятда енгиб чиқасиз, вақтида ўзингизни тўхтатишни биласиз. Биринчидан, сиз инсонга таъсир қилиб, унга «психологик зарба» беришингиз мумкин. Иккинчидан, мулоқат бўйича кучли суҳбатдошни учратсангиз, сиз янада кучли бўлишга ҳаракат қиласиз. Шуни ҳам таъкидлаш жоизки, қаттиқ қўллик услуби гуруҳ иштирокчиларининг ижодини пасайтиради, ўзини кўрсатиш эркинлигини пасайтиради.

*«Иш техникасини танлаш ҳақида»*

Иш техникасини танлаш ҳақидаги савол бир мунча мураккаб бўлиб, ҳар қандай психотерапевтик техникада ўз услубини аниқлаш мумкин ва ўз касбий қобилиятлари, қизиқишларини ифодалаш мумкин.

«¤з иш техникасини танлаш ҳақида гап кетганда, икки омилни ҳисобга олиш даркор. Биринчидан: ғарб психотерапевтик техникалари, Ватанимиз психопрактикасида энди тарқала бошлади, шунинг учун у ёки бу йўналишдаги амалиётчи психологларнинг юқори касбий маҳорати ҳақида гапириш эрта.

Иккинчидан, психопрактика шунчалик кўп қиррали ва ҳар хилки ёш психотерапевт мижознинг муаммоларидан келиб чиқиб, ҳар хил техникаларни биргаликда қўллайди.

¤з ишида психоанализни ёқтирадиган психологлар ва трансакт анализ бўйича унчалик яхши ишламайди, психодраммага қизиқадиганлар мулоқот тренинги гуруҳларини зўр базўр ўтказадилар. Уриниб кўриш ва хато орқали «ўз техникасини» топиш мумкин. ¤зингизни кучли ва бўш жиҳатларингизни ўрганинг, имкони бўлса, психологик семинарларга қатнашинг, «бу меники» деб ҳис қиладиган вақт келди.

*Асосан қайси ёшдагилар билан ишлаш афзал*

Мактабда асосан қайси ёшдагилар билан ишлашни танлаш ҳам муаммо. Мактаб психологи мактабда ўқитувчилар билан ҳам, барча ёшдаги ўқувчилар билан ҳам ишлайди. Лекин кузатишлардан маълум бўлишича, баъзи психологлар бошланғич синф ўқувчилари билан суҳбатлашишни ёқтиришади, бошқа бирлари ўспиринларнинг «тилини тез топади», учинчи бирлари юқори синфларга кириб «йўқолиб кетадилар», тўртинчилари ўқитувчилар билан суҳбатлашишни қойиллатадилар.

Психолог ўзининг ички психологик ёшига мос болалар билан мулокат қилишга интилади психологияда инсонниг ҳақиқий ёши

(паспорт ёши) фарқланади. Инсондаги бу икки ёш кўпинча бир бирига мос келмайди.

Мен 16 ёшман «Руҳ ҳақидаги фанда» ёш ҳисси тушунчаси мени доим ҳайрон қолдиради мен кўпинча ёшликни эсдан чиқариб қўяман бу саволга жавоб бериш учун доима буй ил нечанчи йил эканлигини сўрайман ўзим туғилган йилни эслайман ва арифметик ҳисоблашлар билан шуғулланаман.

Сизни ёшингиз нечада?

А. Кроник(35-40 ёшларда ёшган)

А. Кроник ва унинг ходимлари 21 дан 44 ёшгача паспорт ёши бўлган 83 ёшли инсон билан махсус тадқиқот ўтказдилар. Тахминан 55 % синалувчилар ўзларини ёш деб ҳисоблайдилар, респондентларнинг 20 % ўзларини катта деб ҳисобладилар, фақат 25% респондентлар ўз ёшини паспорт ёши билан бир хил кўрсатдилар.

Сизнинг психологик ёшингиз нечада? Уни «психологик ёш» тести ёрдамида аниқлашга уриниб кўринг. Ушбу методика ўз ҳаётий потенциалингизни қанчалик тўлиқ амалга оширганингизни баҳолайди.

*«Психологик ёш» тести*

¤тмиш, ҳозирги, келажак, ҳаётингизни тасаввур қилинг.

£айси йили туғилдингиз?\_\_\_\_\_\_

Неча ёшгача яшамоқчисиз?\_\_\_\_\_\_\_

(ҳақиқий баҳо беришга ҳаракат қилинг).

Жадвал ёрдамида ҳаётингиздаги ҳар беш йилга баҳо беринг, бунда соғлигингиз: муҳим жамоат топшириқлари, яқин кишилар, дўстлар билан мулоқат, шахсий ва касбий фаолият билан баҳоланади. Ҳар беш йил 10 балли системада баҳоланади: 10 балл- максимал баҳо:

1-минимал баҳо. Эсингизда тутинг, ҳар беш йил фақат бир баҳо билан баҳоланиши мумкин, унга «+» белгисини қўйишингиз мумкин, масалан 21- 25 ёшлар орасидаги беш йиллик 6 балл билан баҳоланади, дейлик. Горизонтал чизиқ бўйича «21- 25» орасига ҳамда вертикал бўйича 6 чизиқ орасига «+» белгисини қўясиз.

Агар сиз жадвални тўлдирган бўлсангиз ҳисоблаб чиқинг.

1. ¤тмиш ва келажакдаги беш йилликлар бўйича умумий баллни топинг.

2. ¤тмишдаги беш йилликлар учун неча балл қўйганингизни ҳисобланг.

-Агар сиз 30 ёшда бўлсангиз «1-5» дан то «26-30» гача бўлган беш йилликларни ҳисоблаш керак.

-Агар сиз 31 ёшда бўлсангиз «1-5» дан «26-30»гача бўлган 5 йилликларни олинг. «31-35» оралиқдаги 5 йилликдан қўйган баллингизнинг 1/5 қисмини олинг.

-Агар сиз 32 ёшда бўлсангиз «31-35» орасидаги 5 йилликдан қўйган баллнинг 2/5 қисмини олинг ва ҳ.з.

3. ¤тмишдаги 5 йилликларда олган баллингизни барча беш йилликларда келажакдаги ҳам қўшгандаги баллга бўлинг. Олинган натижа - ҳаётнинг рўёбга чиқиш кўрсатгичи ҳисобланади (уни фоизларда тасаввур қилиш қулай).

Масалан мен 42 ёҳдаман. ¤тмишдаги беш йилликларга қўйган балл 56.6 ни ташкил қилди, барча беш йилликлар бўйича умумий балл 108 га тенг. Ҳаётимнинг рўёбга чиқариш кўрсаткичи 0.524 га ёки 52.4 фоизга тенг. Ҳозирги вақтгача ўз имкониятларимнинг ярмисидан сал кўпини рўёбга чиқарибман.

4 Психологик ёшни билиш учун ҳаётни рўёбга чиқариш кўрсаткичига сиз келажакда яшамоқчи бўлган ёшга кўпайтирилади Ҳосил бўлган сон сизнинг руҳий ёшингиз ҳисобланади.

Масалан: Ҳаётни руёбга чиқариш кўрсаткичи 0.691 га тенг. Инсон 80 ёшгача яшашни режалаштирган. Унинг писихологик ёши 55 га тенг.

Албатта, ҳаётдаги факт ва ҳодисалар амалий психологиядаги факт ва ҳодисалар билан бир чизиқ орқали боғланмаган.

Агар сизни психологик ёшингиз 55 ёш бўлиб, паспорт ёшингиз 37 да бўлса, сизнинг тингловчи ва мижозларингиз 55 ёшлардаги бувилар, ота-оналар ва ўқитувчилардир. 55 психологик ёшда бўла туриб, кичик мактаб ёшидаги ўқувчиларга интилишингиз, уларга ғамхўрлик қилиш ва қўллаб қувватлаш эҳтиёжини амалга оширишингиз мумкин. Шу билан бирга юқори синф ўқувчилари билан суҳбатга шошилишингиз ҳам мумкин, чунки шахсий ҳаётий тажрибангизни уларга узатишни чин дилдан ҳоҳлайсиз.

1. жадвал. Ҳаёт йўлини баҳолаш.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Ҳаёт беш йилликлари | Муҳим воқеалар билан тўлалик даражаси. | | | | | | | | | |
|  | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |  |
| 1-5 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6-10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11-15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 16-20 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 21-25 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 26-30 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 31-35 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 36-40 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 41-45 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 46-50 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 51-55 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 56-60 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 61-65 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 66-70 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 71-75 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 75-80 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 81-85 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 86-90 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 91-95 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Сизнинг ўқувчилар, ўқитувчилар, ота - оналар билан касбий ва инсоний муносабатингиз бир хил психологик ёшга асосланган тенг психологик (1- схемага қаранг), ёки «транслир» бўлиши мумкин. (2-схемага қаранг).

|  |  |
| --- | --- |
| 11 психологик III- синф ўқувчиси  ёшдаги  психолог  1- схема. Тенг психологик ёшга асосланган ўқувчи ва ўқитувчининг тенг муносабати. | |
| 55 психологик ёшга 10 синф ўқувчиси  эга бўлган психолог  2- схема. Психологнинг ўсмирга нисбатан «транслир» муносабати. |

|  |
| --- |
| юқори синф ўқувчиси ёки  катта психологик ёшдаги ота-  11 психологик она  ёшдаги психолог  3.схема. Мактаб психологининг  манипулятив услуби. |

Ишингиздаги вазиятларда тингловчиларингиз учун «мижоз» бўлиб қолмасликка ҳаракат қилинг: ўзингизни кўрсатишга ҳаракат қилинг, ўзингизни юқори баҳолашга ҳаракат қилинг, Касбий фаолиятингизда психоманипулятив воситалардан фойдаланманг

(3- схемага қаранг).

Агар ота-оналар ва ўқувчилар билан ишлаганда 3-схемадагидек муносабатларга киришсангиз, англанган ва англанмаган муаммоларингиз устида ишлашингиз зарур. Психолог доимо ўз руҳини «тозалаб» туриши керак, чунки психологнинг руҳи-бу унинг иш «қуроли» ҳисобланади.

£андай муаммо билан шуғулланган афзал?

Психологларга мактабда турли муаммолар билан шуғулланишга тўғри келади. Лекин ҳар бир психологнинг мактабда севимли мавзуси ёки муаммоси бўлади. Уни танлаш кўп сабабларга боғлиқ: Амалий психологнинг қизиқишларига, мутахассислик бўйича ўқилган китобга, касбий мулоқат даражасига, психолог ишлайдиган мактаб эҳтиёжларига, маъмурият, ўқитувчиларнинг буюртмасига боғлиқ.

«¤з муаммосини» танлашнинг кўп омилларга боғлиқлигига қарамасдан, умумий қонуниятлар кузатилади. Психологлар «ўз мавзуларини» танлашда икки асосий шартга амал қиладилар.

Кўпинча улар характерида ва индивидуал - психологик портретида ортиқча бўлган психологик феноменни ўрганишга интиладилар.

- Тўғри фикрлайдиган университет битирувчиси тадқиқот предмети сифатида ўқувчиларнинг тафаккур фаолиятини танлайди (м:, кичик мактаб ёшидаги ўқувчиларда истеъдодни шакллантириш, ўсмирларнинг ақлий фаолиятини фаоллаштириш ва бошқалар).

Шу билан бирга кўпчилик психологлар шахсий индивидуаллигини, характерини, шахсини қизиқтирадиган муаммолар билан шуғулланишга интиладилар.

- Бўш, зиёли, кўнгилчан, қатъиятсиз ўспирин-мактаб психологи ўз қизиқишларининг предмети сифатида бошланғич синф ўқувчиларида иродавий механизмларни шакллантиришни танлайди. Бу нимадан далолат беради?

Аниқ маслаҳат бериш қийин «ўз муаммоингизни» танлаш ҳақида ўйланг ва бир қарорга келинг.

2.5. МАКТАБ ПСИХОЛОГИНИНГ ҲУ£У£ЛАРИ

Амалиётчи психологнинг ўқитувчилар, ўқувчилар, ота-оналар ҳаёти бўйича муаммоларига шахсий тажрибаси бўлмай туриб, маслаҳат беришга ҳаққи борми?

Бу муаммо биринчи навбатта оилавий ҳаёт ва оилада болаларни тарбиялаш масалаларига тегишлидир. Бу масалани муҳокама қилишда психологлар анчадан бери баҳслашадилар ва ҳали умумий қарорга келишмади.

Баъзилар бу савол хирург ҳақидаги: «бирор марта операция столига ётмасдан, операция қилишга ҳаққи борми?» - деган саволга ўхшайди, дейишади. Маълумки, тиббиётда бундай савол туғилмайди. Шунинг учун, психологларнинг биринчи гуруҳи, мутахассис, амалиётчи сифатида ҳар - хил ёшдаги инсонлар билан турли муаммолар бўйича ишлашни билиши керак, деб ҳисоблайдилар.

Психологнинг хусусий ҳаёти ва шахсий тажрибанинг мавжудлиги ёки йўқлиги катта аҳамиятга эга эмас: муҳими бу касбий маҳорат (профессионализм).

Бошқа психологларнинг фикрича, амалиётчи психологнинг шахсий ҳаётий тажрибаси муҳим аҳамиятга эга, ҳеч қандай энг юксак касбий маҳорат ва билимлар билан ҳам алмаштириш мумкин эмас. Уларнинг фикрича, низолар ва уларни бошқариш усуллари

ҳақида ўн соатлик маърузани эшитиш мумкин, лекин агар сиз яқин кишингиз билан бўлган низони бошдан кечирмаган бўлсангиз, муносабатларни бузмасдан амалий ҳал қила олмаган бўлсангиз, иш жойларингизда низоларни бошқаришга киришманг. Бунда сизда фақат техника ва фақат касбий маҳорат намоён бўлади, сизнинг ички дунёнгиз, руҳингиз, сизнинг бошдан кечирганларингиз, сизнинг дардингиз бўлмайди. Шундай қилиб, касбий ишда техника ёки шахсий тажриба билан бошдан кечираётган ички дунё, руҳ - иккисидан бири бўлиши керак.

Нима учун «ва» сўзини эмас, ёки сўзини ишлатиш керак Бизнингча, амалиётчи психологнинг касбий иши - бу касбий билимлар ва ҳаётий тажрибасидир. Бирини иккинчисидан ажратиш мумкин эмас. Психологик касбда касбий билимлар ва шахсий тажрибасиз иш олиб бориш қийин.

-Пианиночини кузатсак. У соатлаб техник восита ҳисобланмиш, қўл ва бармоқларни машқ қилади. Лекин у чалаётганда «техник бармоқлари» тагида асар «мусиқавий ҳаёт» сифатида яшай бошлайди, ўзининг мусиқий руҳиятига эга бўлади. Сиз доим техник ижрочи билан мумтоз ижрони ажрата оласиз.

Техника - фақат асос, ҳақиқий ижод етишиб чиқадиган ер, негиздир.

Психолог сизнинг ҳаётингизда ҳаммаси жойидами?

Мактаб психологлари, умуман амалий соҳадаги ишлайдиган психологларга атрофдагилар бошқача муносабатда бўладилар. Мен орамизда нима бўлаётганига тушунмайман? «Сиз психологсиз-ку, ҳаммасини тушунишингиз ва тушунтиришингиз керак»,- дейишади.

Юқори синфда ўқийдиган қизи онасига: «Ойи, сиз нимадир қилинг, психологсиз-ку».

Маслаҳатга келган мижоз: «Сиз психологсиз, биз бирга яшашимиз ёки яшамаслигимизни, ўзингиз ҳал қилинг», дейди. Психологлар кўпинча бошқаларга оилавий низолар бўйича маслаҳат беришади-ю, лекин баъзан ўзларининг оилаларида ҳаммаси жойида бўлмаслиги ҳам мумкин. Бунга кўпинча уларнинг оила психологияси бўйича ҳамма нарсани билганликлари туфайли, оилада ҳаддан ташқари юмшоқ бўлишлари ҳам сабаб бўлиши мумкин. Ишда профессионал психолог бўлиб, уйда бўлса профессионал ролни четга қўйиб, худди иш кийимингизни ечиб, уй халати кийгандай, ўзимизни эркин табиий ҳис қилишимиз зарур.

Оилада эр - хотинлар орасида совуқлик нима учун тушганлиги ноъмалум бўлганда, оилавий ўзаро муносабатлар амалиётида фойдаланиш мумкин бўлган бир неча ўйинлар мавжуд.

«Мен сизга ёқаманми?» ўйини

Эр ва хотин, қайси бирлари психолог бўлишларидан қаъий назар ораларидан илиқ ҳиссий муносабат йўқолаётганда, бир-бирларига тушунтириш ўрнига ана шу ўйинни ўйнашлари мумкин.

Ҳар бир оила аъзоси иккитадан тоза қоғоз тайёрлайдилар. Улар алоҳида ўтириб, кейин бирга муҳокама қилиш учун ўз материалларини тайёрлайлар. Биринчи қоғозга эр - хотин бир-бирининг расмини чизади. Ҳеч қандай чекланишларга амал қилмасдан, эркин чизиши мумкин. Яқин кишисининг расмини реализм услубида, ёки нимагадир ўхшатиб чизиш мумкин. Расмни рангли қилиб чизинг (рангли қалам, фламастер, рангли мел ишлатиш) мумкин. Расмда турмуш ўртоғингизни қандай тасаввур қилсангиз, шундай чизишга ҳаракат қилинг.

Иккинчи қоғозга икки қаторга 10 тадан гап ёзасиз. Биринчи қаторда «ҳозир менга сизнинг нимангиз ёқмайди?»,- деб сарлавҳа қўясиз ва 10 та хислат нима учун ёқмаслигини тушунтириб ёзасиз. £оғознинг иккинчи қаторига: «Ҳозир сизнинг нимангиз ёқади?» деб сарлавҳа қўясиз ва ўртоғингизнинг сизга ёқадиган 10 та хислатини санаб ўтасиз. Кейин турмуш ўртоқлар бир-бирлари билан расмлар ва сўзлар қатори билан алмашадилар. Дастлаб сиз ҳайрон қолиш, келишмовчилик ёки кулимсирайсиз. Асосий, муҳокамани дарров бошламанг. 15 дақиқагача танаффусни сақлаш керак. Яқин кишингиз нима учун шундай чизганлигини тушунишга ҳаракат қилинг. Кейин иккинчи қоғозларни олиб ўқинг ва муҳокама қилинг.

Бу ўйиннинг мақсади одатда оилада муҳокама қилинмайдиган эр-хотинларнинг хулқ - атвор ва характерининг айрим жиҳатлари таҳлил қилинади, бу жиҳатлар ўзаро бир-биридан қониқмасликка, жаҳлини чиқаришга, натижада бир-биридан узоқлашишига олиб келиши мумкин. Бир-биридан ҳиссиётларини яширмаслик муҳим, ўйин ва дўстона шаклида биргаликда муҳокама қилинг, бунда ҳар бир турмуш ўртоқ бир-биридан нимани ҳоҳлашини вужудга келган бегоналашишни йўқотиш учун ўзини қандай ўзгартириш зарурлигини тушуниш муҳим. Муҳокамани эрингиз (хотинингизнинг) хулқ атвори ва характеридан сизга ёқадиган жиҳатларини таҳлил қилиш билан тугатасиз. Ҳар бир турмуш ўртоқ қуйидагиларни айтади: «Бизда баъзи келишмовчиликлар бўлишига қарамай, сиз эркаклар ичида энг яхшисисиз, чунки». Ёки «Сиз аёллар ичида энг яхшисисиз, чунки....».

«Муаммо ўйини»

Агар оилавий муносабатлар инқироз ҳолатига тушиб қолган бўлса, «Ажрашиш керакми, бирга яшаш керакми», «Яшаш керакми ёки яшаш керак эмасми?» деган муаммони ҳал қилишга шошилманг. Бундай вазиятда биринчи навбавта тўхташ ва ичдан ўйлаб кўриш муҳим. Муаммони ёлғизлик орқали ажратиш орқали эришиш мумкин деб ўйламанг. «Бир-биридан дам олишнинг» бошқа йўллари: масалан саёҳат, бирор ҳафтага ота-онаникига бориш, эрталабдан кечгача ишда қолиб кетиш ҳам мумкин. Умуман вақтни чўзиш муҳим. Муаммоингиз бир-бирингиздан чарчаганлигингизнинг, умумий ҳаётий қониқмасликнинг, оилавий ҳаётнинг бир хиллигининг натижаси ҳам бўлиши мумкин.

Фақатгина «бир-бирларидан дам олибгина қолмай» оилавий ўйинларни ўйнашлари ҳам мумкин. Бундай ўйинлар турмуш ўртоқларига уларни ёқимли қиладиган янги жиҳатларини кўриш имконини беради.

£оғоз олиб рангли қалам ёки фламастер билан алоҳида ўтириб чап қўл билан, аниқ сюжетсиз «Бизнинг муаммо» деган расмни чизинг. «Чиройли чизишга» ҳаракат қилманг, муҳими муаммони қандай тушунганингизни, бу ҳақда қайғураётганингизни етказиш муҳим. Расмлар тайёр бўлганда, биргаликда ўтириб, уларни муҳокама қилинг.

–Расмингизда нимани ифодаламоқчи эдингиз?

-Расмнинг қаерида ўз «менингиз» ва турмуш ўртоғингиз «менини» жойлаштирасиз?

-Нима учун бошқа рангларни эмас, худди шу рангларни танладингиз?

-Муаммони тушунишда қандай фарқлар мавжуд?

-Иккингиз ҳам муаммонинг қандай умумий хусусиятларини

аниқладингиз?

-Бир – бирингиз чизган расмда муаммони ечиш бўйича қандай ижобий интилишларни сездингиз?

«Оилавий келишув ўйини»

Тажрибали оилавий жуфтликлар кўп уриниб кўриш ва хато қилиш йўли билан, кўп жанжаллар ва ярашишлар натижасида бир – бири билан келишиш муҳимлигини англашган. Келишув вазияти давлатлар орасида ҳам, эр-хотин муносабатларида ҳам уришга қараганда яхшироқ.

«Келишув» ўйини уч босқичдан иборат.

Биринчи босқичда муҳим муаммо муҳокама қилинади. Муаммони объектив жиҳатдан умумий кўриш муҳим. (Сиз айбдор эмассиз, бизда ана шундай муаммо мавжуд).

Иккинчи босқичда хонанинг икки бурчагига ўтириб қуйидаги мавзулар бўйича 7 ҳолатни ёзиб чиқилади. «Бу муаммони ечиш учун турмуш ўртоғимнинг нима қилишини ҳоҳлайман». Турмуш ўртоғингизга қўйиладиган талаб иложи борича аниқ бўлиши керак. Бундай ифодалардан қочишга ҳаракат қилинг: «У менга яхшироқ муносабатда бўлишни ҳоҳлайман», «Муносабатларимиз яхшиланишини ҳоҳлайман», «Менга кўпроқ эътибор беришини ҳоҳлайман» ва ҳоказо.

Сизнинг фикрларингиз тахминан қуйидагича бўлишини ҳоҳлайман: «Ҳар куни эрталаб менга «Ассалому - алайкум» дейишини ҳоҳлайман» ёки «Менга ёқадиган сочлари табиий рангда бўлишини ҳоҳлайман».

Учинчи босқичда ёнма - ён ўтириб 8 ҳолатдан иборат умумий келишувга келинг. Бунда дастлабки тўрттаси эрнинг хотинига талабларини, кейинги тўртта ҳолат аёлнинг эрига бўлган талабларини акс эттиради. Аксинча бўлиши ҳам мумкин. Умумий келишувни хонанинг энг кўринадиган жойига, масалан ошхонада овқатланиш столининг тепасига осиб қўйинг. Бу келишувни тез-тез ўқиб туринг, муҳокама қилинг ва у ҳақда ўйланг.

Бундай келишув ўртача 3-4 ой деворда осиғлиғ туриши мумкин.

Мактабда ўз-ўзини қандай топиш мумкин?

Ҳозирги вақтда мактабларда, лицей ва коллежларда икки йўл билан амалий психологияга келган психологлар ишлашади. Биринчилари университетларнинг психология факулътетини битирган ва иккинчилари мактабда маълум вақт ўқитувчи бўлиб ишлаб, кейин амалиётчи психологлар факулътетини битириб, кейин ўз мактабларига психолог сифатида қайтиб келганлар.

Бу икки психологлар гуруҳининг қайси бири маҳсулдорроқ деган савол туғилади. Асосий маълумотли психологлар яхши касбий билимга эгалар психологик методларни яхши биладилар. Лекин улар мактаб ҳаётидаги ишнинг барча хусусиятларидан хабардор эмаслар.

Иккинчи мутахассисликни эгаллаган ўқитувчи психологлар аксинча мактаб ва педагогик амалиёт билан яхши танишлар, лекин психологик билимлар ва психологик иш кўникмалари етишмаслигинии ҳис қиладилар.

Университетларнинг психология факулътетларини тугаллаган психологлар дуч келадиган муаммолар

Психологнинг шахсий ва касбий мослашуви

Психолог битирувчилар дастлаб мактабга борганда, ўзларини ҳимоясиз сезадилар, биринчи навбатда нима қилиш кераклигани билмайдилар ўзини қандай тутишини, ким билан қандай гаплашишни билмайдилар. Улар мактабда муаммоларга кўмилиб кетадилар, ҳаммасини бирдан бажариб, мактабга фойдали эканлигини кўрсатишга уринадилар, мактабда ҳар куни, дам олиш кунлари, ҳатто кечалари ҳам қолиб кетадилар, Натижада - зўриқиш, чарчаш, иш қобилиятининг пасайиши кўзда тутилади.

Психологнинг педагогик жамоага киришиши муаммоси

Психологлар ўқитувчилар билан ижобий муносабат ўрнатиб, ҳамкорлик қилишга интиладилар, лекин буни қандай амалга оширишни билмайдилар: ўқитувчилар билан дўстлашиш керакми ёки улар билан маълум масофани сақлаш маъқуллигини билмай бошлари қотади. Ёш мутахассислар низоли вазиятларда баъзан ўзига ишонмасликни ҳис қиладилар, мактабда мавжуд у ёки бу ўқитувчилар гуруҳининг таъсирига бериладилар.

Мактаб маъмуриятига таъсир кўрсатадиган қийинчиликлар.

Психолог мутахассислар мустақил бўлишга интилишади, мактаб маъмурияти билан ҳеч қандай муаммо бўлмаслигига интилишади. Бу ишнинг муваффақияти фақатгина касбий билимларнинг мавжудлигига, ёш мутахассисларда етишмайдиган бой ҳаётий тажрибага ҳам боғлиқ. ¤қувчилар билан мулоқат ўрнатишда «тарбияси қийин» ўсмирлар ва юқори синф ўқувчилари билан қийинчиликлар мавжуд бўлади. Бундан ташқари ўқувчиларнинг ота-оналарига таъсир кўрсатишида қулай ҳолатни танлаш ҳам мураккаб муаммо ҳисобланади, чунки бу ерда фақатгина мактаб билан боғлиқ муаммолар билан эмас, оилавий масалалар билан ҳам шуғулланишга тўғри келади.

«Касбий ёлғизликни» ҳис қилиш

«Касбий ёлғизликни» ҳис қилиш психологнинг ўз касбий жамиятидан ажралиши, унга ўхшаб фикрлайдиган, ўқитувчиларга қараганда умумий тилни тез топиш мумкин бўлган ҳамкасбларидан узоқлашишдир. Касбий алоқаларни йўқотиш ёки мутахассисга агар у психолог сифатида бир ўзи мактабда ишлаётган бўлса қаттиқ таъсир қилади.

Шахсий «етуклик» муаммоси талабанинг ҳаётидан тубдан фарқ қилувчи «катталар ҳаёти» даги муносабатларда тажриба тўплаш ҳам ёш мутахассис ҳаётида қийинчилик билан кечади.

Ҳаётий вақтларни ташкил қилиш муаммоси

Ёш мутахассис «катталар ҳаётига» кириб мактаб ҳаётидаги ишлар ва пайдо бўлган эр (хотин), ота (она) мажбуриятлари орасида вақт ва кучни ҳар доим ҳам муваффақиятли тақсимлай олмайди. Натижада ёш мутахассис ҳаётининг у ёки бу соҳаси жабрланиши мумкин: ёки у ишга тўлиқ киришиш қобилиятини йўқотади, ёки унинг оиласида муаммолар бошланади.

Психолог касбини ўзлаштириб мактабга қайтиб келган ўқитувчилар дуч келадиган муаммолар ва қийинчиликлар

Касбий ролнинг ўзгариши билан боғлиқ бўлган субъектив қийинчиликлар.

Мактабга психолог бўлиб қайтиб келган ўқитувчилар ички йўналишларини ўзгартиришлари педагогик ролдан психологик ролга алмашишлари зарур. Бу икки роль нимаси билан фарқ қилади?

2- жадвал. ¤қитувчи ва мактаб психологининг касбий қарашларидаги фарқлар.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | ¤қитувчининг касбий  роли | Психологнинг касбий  роли. |
| Касбий билимларнинг  Мазмуни | Умумий педагогик билимлар. ¤з фанини ўқитиш методикасини билиш | Умумий психологик билимлар. ¤қувчиларнинг ёш ва индивидуал психоло-  гик хусусиятлари. Психодиагностика,  психокоррекция |
| ¤қувчига  муносабат | ¤рганувчи, назорат қилувчи, баҳоловчи | Тушунувчи, ёрдам берувчи |
| ¤қитувчилар билан муносабат | Иш бўйича ҳам касбларнинг ўзаро муносабати | Турли мутахассислар-нинг ҳамкорлигига асосла ган ўзаро муноса- батлар |
| Маъмуриятга муносабат | Бошлиқларга бўйсиниш | Мустақиллик ва ҳамкорликка интилиш |
| Ташқи белгилар | ¤зига ишонч, ўқувчиларга ҳукмронлик қилиш, қатъийлик, «ўқитувчилик овози» | Ҳамдардлик, инсоний муносабатларга тайёргарлик, хулқ-атворда юмшоқлик |

Педагогик жамоада обрўга эга бўлиш муаммоси

¤қитувчилар ўзларининг собиқ ҳамкасбларига дастлаб эскича муносабатда бўладилар, психологик билимларга нисбатан ҳеч қандай обрўни тан олмайдилар. Улар учун курслардан психолог димломига эга бўлиб қайтган ўқитувчи «худди уларга ўхшаш», «уларга ўхшаб психологик билимлардан хабардор эмас». Психологнинг собиқ ҳамкасблари билан муносабатларни қайта қуриш бир неча йиллар давом этиши ва оғир кечиши мумкин: унга маслаҳатга келишмайди, тренинглардаги унинг фикрига ишонмайди, семинар ва лекцияларда танқидий фикр билдирадилар.

Мактаб маъмурияти билан ўзаро таъсирларни қайта қуриш муаммоси

Кўпгина мактаб директорлари энг яхши ўқитувчини амалиётчи психологлар тайёрлаш факультетига ўқишга жўнатади, лекин у дипломнли мутахасис бўлиб қайтганда анчагача унга бўлган муносабатини ўзгартира олмайди. Директор ўзининг собиқ ўқитувчининг унга бўйсинишини талаб қилади, иш ҳақида ҳисобатлар сўрайди, маслаҳат бериш ёки психодиагностик тадқиқот натижалари бўйича тўлиқ хабардор бўлишини сўрайди. Агар психолог тадқиқот натижалари ҳақида тўлиқ ахборот бера олмаслигини ва яширин маълумот мижоз ва психолог орасида қолишни маълум қилса, яни биринчи бор нисбатан мустақиллигини эълон қилса, психолог ва директор орасида кескин низолар пайдо бўлиши мумкин. Бундай вазиятларда психолог сабр - тоқат билан, муносабатларни ўзгартириши зарур (бўйсунувчи ҳолатдан тенг ҳуқукли ҳамкорлик ҳолатига ўтиши лозим).

¤қувчилар ва уларнинг ота-оналари билан янги муносабатларни ўрнатиш

¤қувчилар ва уларнинг ота - оналари билан янги муносабатларни ўрнатиш узоқ жараён ҳисобланади. Кўпинча педагогик фаолият кўникмалари намоён бўлади ва психолог маслаҳат бераётганда, суҳбат вақтида тренингларда ўқитувчи позициясида ўзини намоён қилади. Бундай ҳолларда психолог бўлган ўқитувчи психолог касбий позициясининг хусусиятларини ўзлаштириб ўз устида ишлаши даркор. Бу вазифа амалиётчи психологлар факультетида психологик билимларни олиш билан ҳал қилинмайди. Махсус психологик тренингларда иштирок этиш, тажрибали психологлар билан доимий мулоқатда бўлиш, ўқувчилар ва ота - оналар билан муносабатларни мустақил ўзгартиришга интилиш зарур.

Мактабдаги фаолиятни қулай ташкил этиш муаммоси

Психолог касбини эгаллаган собиқ ўқитувчи мактабига қайтиб, яна ўз фанидан дарс бера бошлайди, бунда педагогик иш билан психолог функциясини бирга олиб боришга ҳаракат қилади. Бу фақатгина чарчашга олиб келадию касбни қайта ўзгартириш жараёнини секинлаштиради, ўқитувчилик касбининг ҳам психолог касбининг ҳам сифатсиз бажарилишига олиб келади, ёки ўқитувчилик, ёки психолог касбини танлаш мақсадга мувофиқ. Бу касбларни бир шахс олиб бориши маҳсулдор бўлмайди.

Оилавий муаммолар

Психолог касбини эгаллаган собиқ ўқитувчининг оилавий муносабатларни қайта қуришда қийинчиликлар бўлиши мумкин. Кўпинча аёл турмуш ўртоғидан унинг обрўсини тан олишини, кўпроқ эътибор беришларини ҳоҳлайди, унинг ақлий ва шахсий тараққиётига таъсир кўрсатишга интилади. Агар эркак оилавий муносабатларни ўзгартиришга тайёр бўлмаса, оиладаги муносабатлар ёмонлашиши мумкин.

2.7. МАКТАБ ПСИХОЛОГДАН НИМАЛАРНИ КУТАДИ?

Психологлар мактабга келгач, улар бошдан кечирадиган муаммолар ва қийинчиликлар янада чуқурлашади, чунки мактаб психологга ўз талабларини қўя бошлайди. Илгари агар психолог қандай вазифаларни бажаришни билмасалар, ҳозирда вазият тубдан ўзгарди. Психолог касби машҳур ва обрўли касблардан бири бўлиб қолди, у ҳақда мактабда ҳамма билади ва психологдан кўп нарса кутади. Мактаб амалий психологга қандай талаблар қўяди ва ундан нималарни кутиши ҳақида тўхталиб ўтайлик.

Мактаб сеҳргар - психологни кутади

¤қитувчилар ва маъмурият психолог мактабга келиши билан ҳамма нарса яхши бўлиб қолади деб ўйлайдилар: ўқувчилар қизиқиб ўқий бошлайдилар, дарс қолдиришни тўхтатадилар, ўқитувчиларни ҳақорат қилиш ва танаффусларда чиқишни тўхтатадилар, деб ўйлайдилар. ¤қитувчилар педагогик фаолият билан шуғулланадилар. Мактабдаги низолар, ҳар қандай номаъқулчиликлар йўқолади. Маъмурият педагогик жамоа билан илиқ муносабатлар ўрнатадилар. Ота - оналар бўлса, мактаб ва хусусан, ўқитувчилардан миннатдор бўлади.

Мактаб психологни «кучли вазирликнинг вакили» сифатида кутади

Психолог мактабга келгач, ўқитувчилар ва ота - оналар бутун синфни бузаётган тўполончи ўқувчилар билан, доимо норози бўлиб юқори ташкилотларга шикоят қиладиган ота- оналар билан, болаларга нисбатан салбий агрессив муносабатда бўладиган ўқитувчилар билан, ҳеч кимни тан олишни истамайдиган, унинг дастидан барча иқтидорли ўқитувчилар мактабдан кетаётган авторитар директор билан шуғулланинг, «нимадир қилинг» деб мурожаат қила бошлайдилар.

Мактаб психологни судья сифатида кутади

Бу «психолог келгач нима тўғри, нима нотўғрилигини ким айбдор, ким айбдор эмаслигини айтади», деган фикрларда ифодаланади. Бундай вазиятларда психологга турли илтимос ва имкониятлар тушади: ақлан орқада қолган болалар рўйхатини бериб, уларни текшириб, бошқа мактабга ўтказишни сўрашади: ўқитувчилар низоли гуруҳларининг пешқадамлари мурожаат қилиб, ўзлари томонга оғдирмоқчи бўладилар: психологга директор ҳам ўзининг «ўнг қўли» қилиш мақсадида яқинлашади: психологга фарзандларини хафа қилган ўқитувчилар устидан шикоят қилиб ота-оналар мурожаат қиладилар.

Мактаб психологни гигиенани сақлайдиган мутахассис сифатида кутади

Мактаб психологи барча муаммоларни «тугатиб», уларни ҳам тузатишини кутади. Бундай ҳолларда асосан психологга ўқув тарбия жараёнининг мазмунини қайта ўзгартириш ҳақида ғоялари мавжуд педагоглар ҳам мурожаат қиладилар. Улар таьлим тарбиянинг турли инновацион концепциялари билан танишлар, мактаб маъмурияти уларни қўллаб - қувватлашмаган. Психолог олдида бу каби муаммоларда «нима қилиш керак?» деган доимий савол туради. Мактабда ўз ўрнини қандай топиш мумкин? £андай қилиб касбий обрўга эришиш мумкин, қандай қилиб психологлар мактабга кераклигини исботлаш, шахсий фаолиятда кўрсатиш мумкин?

Психолог сиз ўзингизни ким деб ҳис қиласиз?

Мактаб психологлари хулқ-атворининг турли усулларини таққослаб, психологлар намоён қиладиган 8 хил хулқ-атвор усулларини ёки ижтимоий ролларни тавсифлаш мумкин.

Психолог воситачи мактабда нейтрал ҳолатни эгаллашга ҳаракат қилади. У ўз вазифасини уришиб қолган ва низолашаётганларини яраштириш, ўқитувчига ўқувчиси нима учун ёмон ўқиши ёки дарс қолдиришининг объектив ва субеъктив сабабларини тушунтиришга ҳаракат қилади: ота-оналарга ўқитувчилар билан гаплашишни ёки директор таъсир кўрсатишини ваъда беради. Мураккаб вазиятдаги ҳар қандай ҳолатда у воситачи учинчи шахс сифатида намоён бўлади. Агар мактаб ҳаёти кучли низоли муҳитдан иборат бўлса, психологнинг воситачи ролини бажариши маҳсулдор бўлади.

Мактаб психологининг воситачилик яраштирувчилик функциясини бажаришда «барчаси яхши», қабилида бўлмасдан воситачилик техникаларининг маданиятли усулларини қўллаш ягона талаб ҳисобланади.

Психолог-адвокат барча хафа бўлган кишиларга ачинади уларни ҳимоя қилишга интилади: адолатли баҳо қўймаган ўқитувчидан ўқувчини, фарзандини мактабдан ҳайдаш билан қўрқитаётган ўқитувчидан ота-оналарни, ҳукмрон, қаттиққўл директордан ўқитувчини, аксинча ўзларини «юлдузлар» деб ҳисобловчи ва маъмуриятдан турли янгиликларни талаб қилаётган ўзаро низолашаётган ўқитувчилардан директорни ҳимоя қилади. Мактабда кўпчилик хафа бўлган инсонларни ҳимоя қилиш мумкин, лекин ҳар доим ҳамма шикоят қилувчиларни ҳимоя қилиш керак эмас. Аввало, ота - оналар, ўқувчилар олдида уялиб қолмаслик учун вазиятни синчиклаб ўрганиб чиқиш зарур.

Психолог-дўст ҳамма билан дўстлашади, инсоний илиқ муносабатлар ўрнатади. Унга ёрдам учун, ҳамдардлик, маслаҳат ва гаплашиш учун мурожаат қиладилар. У ҳаммани бирдай қабул қилади, у ҳамма билан бахтли. Бундай психолог мактабда ҳиссий пешқадам ҳисобланади.

Психолог-дўст мактабда ҳаммани ўзига жалб қилади. Айниқса ўсмирлар ва илк ўспиринлар ва катталар билан дўстлашишга интилишади. Кўпинча бундай психолог иш фаолиятида дўстлар тўгараги, кейинчалик ёшлар клуби ташкил этилади. Психолог хонасига қизиқарли бўлганлиги, яъни учрашувлар, алоқалар ўрнатиш мумкин бўлганлиги учун ташриф буюришади.

Психолог - ўт ўчирувчи мактабдаги «ёнаётган» нуқталар билан шуғулланади, бир ёнғиндан иккинчисига югуради. ¤қувчи аксил ижтимоий ҳаракати учун милициянинг вояга етмаганлар бўлимига тушиб қолади - психолог бир қанча вақт фақат шу ҳодиса билан шуғулланади. Иккинчи синф ўқувчисининг автомобил ҳалокатидан онаси оламдан ўтди, психолог унинг ёнида бўлиб қайғуни енгишга ҳаракат қилади. ¤смир ота - онасининг қаттиқ калтакларидан изтироб чекади, психолог унинг оиласига бориб, оила бошлиғига қаттиқ «тарбиявий таъсир» нинг салбий оқибатларини тушунтиради. Психолог бундай вазифаларни бажариши зарур. Лекин психологнинг ўзи тезда чарчайди, унинг руҳий кучлари қолмайди. Шунинг учун унда йўқотган энергиясини тўлдириш, қайта тиклаш учун «касбий гигиена» усулларини яхши билиш лозим. Бу муаммони ҳал қилиш ҳам мумкин: психолог мактабда махсус «ўт ўчирувчи» командани ташкил қилиши мумкин. Бундай командага бошига оғир иш тушганларга ёрдам беришни истовчи ўқитувчилар кириши мумкин.

Психолог-диагност мактабда психодиагностик методларга қизиқади. У доим турли синф ўқувчиларида тест синовларини ўтказади, ҳар бир ўқувчига индивидуал карта тўлдиради, унда тест натижаларини акс эттиради ҳамда ўқувчи тараққиёти динамикасини тасвирлайди.

Шуни таъкидлаш жоизки, психодиагностик иш доимо ривожлантирувчи ва психокоррекцион ишлар билан тўлдирилиши лозим. Агар мактабда икки психолог ишласа нур устига нур. Улардан бири диагностик ишлар билан, иккинчиси коррекцион ишлар билан шуғулланади. Биринчи психолог олган натижалар, иккинчи психологнинг тузатиш ишлари учун негиз бўлади, иккинчи психологнинг психокоррекция натижалари диагностик материални тўлдиради.

Психолог - эрудит мактабда психологик семинарлар ўтказиш ва лекциялар ўқиш билан шуғулланади. У ўқитувчилар орасида психологик билимларни оммалаштириш билан шуғулланади.

Албатта, бундай иш мактаб учун зурур, фақат бу билан чегараланиб қолмаслик зарур. Лекция ва семинар ишлари психодиагностик тадқиқотлар ва коррекцион машғулотлар билан тўлдирилиши лозим.

Психолог - новатор мактабга ўзининг таълим ва тарбия ҳақидаги назарияси билан келади. Мактабни қайта қуриш, таълимнинг инновацион дастурларини татбиқ қилиш билан шуғулланади. Кўп ўтмасдан новаторлик фаолиятига лаёқатли ўқитувчилар дарсларини табиат қўйнида диалог ёки баҳс шаклида ўтказа бошлайдилар. Мактабда ўқитувчилар ва ўқувчилар ўз маърузалари билан чиқадиган илмий-амалий анжуманлар ташкил этилади, ўқувчилар учун уларнинг қизиқишлари бўйича турли клублар ташкил қилинади. Натижада қайта туғилган ва янгиланган мактабда жўшқин ва қизиқарли ҳаёт бошланади.

Лекин таълимнинг анъанавий шаклига ўрганиб қолган ўқитувчилар психолог новоторнинг фаолиятига қарши чиқадилар. Психолог новотор қатъий характер, мақсадга интилувчанлик қобилиятларини намоён қилиши зарур.

Психолог-мессия «қандай янгилик кераклигини» ҳаммага ўргатади, янги ҳаётий қадриятлар учун курашади. У қандайдир фалсафий ёки диний йўналишга қизиқади ва ўзини бошқа инсонлар учун ҳаёт ўқитувчиси деб ҳисоблайди. Секин-аста унинг фикрига қўшиладиган ўқитувчилар ва ўқувчилар чиқади. Бундай ғояларга берилган психолог ўзини ғамхўр деб ҳисоблайди, хатто ўзини юқори тутади. Агар директор бундай психологнинг фикрларини қўллаб қуватламаса, мактабда уни ёқтиришмаслиги мумкин.

Макбабда ишни нимадан бошлаш керак?

Педагогик ходимлар психологиядан хабардор бўлганликлари учун психологга ўз талаблари ва илтимосларини етказадилар. Психологнинг вазифаси шундан иборатки, ўқувчилар ота-оналар гуруҳлари психологдан нимани ҳоҳлашини ўрганиб мактабнинг ижтимоий-психологик кутилмалари картасини тузиши зарур. Бунда психологга нисбатан у ёки бу кутилмаларни баён этган гуруҳлар ва шахсларни ажратиш мумкин. Бу мақсад анкета ва интервью шаклида махсус ижтимоий-психологик тадқиқот ўтказиш зарур. Агар психолог анкета усулини танласа, биз ишлаб чиққан ота- оналар, мактаб маъмурияти, ўқитувчилар учун анкетадан фойдаланишлари мумкин (1- иловага қаранг) Анкета усулини қўллаганда, психолог тарқатган барча анкеталарни қайтариб олмаслигини ҳисобга олиш зарур (респондентларнинг баъзилари анкетани уйда қолдириб кетади, баъзилар жавоб беришдан бош тортадилар). Социологларнинг кузатишларича, анкеталарни тарқатганда уларни қайтариш ҳажми 30% дан 92-98% гача ўзгариб туради.

- Мактаб кутилмаларини ижтимоий-психологик тадқиқот қилиш натижалари психологнинг ўз иши учун материалдир, уларни тарқатиш, мактаб маъмуриятига қайта ишланмаган очиқ ҳолда бериш мумкин эмас. Мактаб маъмурияти психологдан қилинган ишларнинг ҳисоботини олиши мумкин. Ҳисоботда аниқ фамилиялар кўрсатилмасдан олинган натижаларнинг умумий таҳлили акс этади.

Мактаб маъмурияти, ўқитувчилар ва уларнинг ота- оналари билан мактабда интервью ўтказиш маҳсулдор усул ҳисобланади. Интервью учун психолог томонидан тайёрланадиган саволлар

1- иловада берилган анкетадан фойдаланишлари мумкин.

Вақт ва куч кетиш бўйича психолог ишининг аралаш варианти маҳсулдор ҳисобланади (3-жадвалга қаранг)

3-жадвал. Мактаб кутилмаларини ўрганишни ижтимоий психологик ташкил этиш.

|  |  |
| --- | --- |
| Мактаб ходимлари | Ижтимоий психологик маълумотларни йиғиш методлари |
| Директор, илмий бўлим мудири | алоҳида ҳар бир инсон билан индивидуал интервью |
| Мактаб ўқитувчилари | Ҳар бир ўқитувчи билан индивидуал интервью |
| Кичик мактаб ёшидаги ўқувчилар | Гуруҳий интервью (таянч саволлар бўйича ҳар бир синф билан алоҳида гаплашиш) |
| ¤рта синф ўқувчилари | Гуруҳий интервью (синфларда таянч саволлар бўйича баҳс) ўқувчиларга индивидуал маслаҳат |
| Юқори синф ўқувчилари | Гуруҳий интервью психолог билан алоҳида суҳбатлашиш ҳоҳлаган ўспиринга индивидуал маслаҳат |
| Барча ўқувчиларнинг ота-оналари | Анкета ўтказиш (ота-оналар мажлисида психолог тарқатади ва анкета мақсадини ҳамда олинган натижалар қаерларда ишлатилиши тушунтирилади. Психолог билан алоҳида суҳбатлашишни ҳоҳлаган ота-оналарга индивидуал маслаҳат. |

Масалан, бошланғич синфларнинг 8 ўқитувчиси психологга қуйидагича кутилмани билдиришади: биринчи синф ўқувчиларининг мактаб ҳаётига тезроқ мослаштириш учун ёрдамлашиш зарурлигини таъкидланади. Бу мактабда бошланғич синф ўқувчилари жами 11 та. Психолог горизонтал бўйича бўш жойга: «Бошланғич синф ўқувчиларининг мослашишларига ёрдам» деб белгилаб, тўғрисига 72,7% деб ёзиб қуяди.

Мактаб кутилмалари ҳақида ижтимоий психологик маълумотларни йиғиш олинган маълумотларни компъютер ёрдамида қайта ишлаш тажрибаларнинг кўрсатишича, 3- 3,5 ой вақт олади.

Мактаб кутилмаларини ижтимоий-психологик тадқиқот қилиш натижасида мактаб психологи қандай натижалар олади?

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Ҳолатлар | мактаб |  |  |  |  |  |
| Мактаб директори |  |  |  |  |  |  |
| ўқув ишлари бўйича завуч |  |  |  |  |  |  |
| Илмий ишлар бўйича завуч |  |  |  |  |  |  |
| ,,,,,,,,,,,,,…..,… |  |  |  |  |  |  |
| ўқитувчилар |  |  |  |  |  |  |
| гуруҳлар |  |  |  |  |  |  |
| Гуруҳлар |  |  |  |  |  |  |
| ўқувчилар |  |  |  |  |  |  |
| бошланғич синф ўқувчилари |  |  |  |  |  |  |
| ўрта синф ўқувчилари |  |  |  |  |  |  |
| гуруҳлар |  |  |  |  |  |  |
| гуруҳлар |  |  |  |  |  |  |
| Юқори синф ўқувчилари |  |  |  |  |  |  |
| гуруҳлар |  |  |  |  |  |  |
| гуруҳлар |  |  |  |  |  |  |
| бошланғич синф ўқувчиларининг ота-оналари |  |  |  |  |  |  |
| гуруҳлар |  |  |  |  |  |  |
| гуруҳлар |  |  |  |  |  |  |
| ўсмирларнинг ота-оналари |  |  |  |  |  |  |
| гуруҳлар |  |  |  |  |  |  |
| гуруҳлар |  |  |  |  |  |  |
| юқори синф ўқувчилари ота-оналари |  |  |  |  |  |  |
| гуруҳлар |  |  |  |  |  |  |

1. У мактабдаги вазиятларда йўналиш топиш учун ўзига ишонч ҳосил қилади. Психолог мактаб маъмурияти, ўқитувчилар ва уларнинг ота-оналари ундан нима ҳоҳлашларини, кутишларини аниқ билади.

2. Мактаб кутилмалари ва расмий илтимослар тузилишини таҳлил қилиб, психолог мактаб жамоаси, маъмурияти ва ўқитувчилар, орасидаги муносабат типли ёш давридаги ўқувчиларнинг ҳолати ўқувчилар ва ўқитувчилар орасидаги муносабат ҳақида умумий тасаввурга эга бўлиши мумкин. Ота-оналарнинг мактабга ва ўқитувчиларга муносабатини ҳам аниқлаш мумкин.

3. Мактаб кутилмаларининг тузилиши мактабнинг психолог билан ҳамкорлиги даражасини акс эттиради. Агар мактаб кутилмаларининг кўпчилик қисми психологнинг касбий доирасидан четда бўлса, мактабнинг психологияни тадбиқ қилишга тайёр эмаслигидан далолат беради.

Бундай ҳолларда психолог мактабда психологнинг функцияси, роли, ўрни ҳақида қўшимча тушунтириш ишларини олиб боради.

4. Ижтимоий-психологик сўровнома ва анкета интервю ўтказиш жараёнида психолог кўп инсонлар билан танишади. Психолог бу инсонлар ҳақида ўзининг ижобий ва салбий таасуротларини тузатади. Бу эса келажакда қайси инсонларга суяниш мумкинлигини тушуниш имконини беради.

Шундай қилиб, мактаб кутилмаларини ижтимоий психологик тадқиқ қилиш натижасида психолог нафақат мактабдаги турли фикрлар, қарашлар, баҳолар ҳақида эмас, балки мактаб психологияга, хусусан психологга муносабати ҳақида билиб олади.

2.8 ПСИХОЛОГ ТАНЛОВНИ АМАЛГА ОШИРАДИ

Психолог мактаб кутилмаларини ижтимоий-психологик тадқиқ қилгандан сўнг психолог ўз иши учун қандай методикалардан фойдаланиши, қандай ёш даври билан ишлашни танлайди. Бундай ҳал қилувчи қарорни қабул қилиш учун психолог қуйидаги ҳаракатларни амалга оширади.

1. Билдирилган мактаб кутилмаларининг қайси бири ҳақиқий ва асосий ҳисобланади, қайсилари йўқ, деган саволга жавоб топиши зарур.

Биринчи гуруҳга психолог касби имкониятлари ҳақида тасаввурдан келиб чиқиб, кутилмаларни киритади. Иккинчи гуруҳга бошқа касблар билан қониқтириладиган кутилмалар киради.

2. Психолог касб имкониятлари билан ҳал қилинадиган биринчи гуруҳ кутилмаларини таҳлил қилиб психолог 2 та рўйхат тузади, рўйхатда кутилмалар аҳамиятига кўра сараланади.

Биринчи рўйхатда мактаб кутилмалари мактабнинг объектив эҳтиёжларига кўра тузилади. Бунда мактабда биринчи навбатда ҳал қилиниши зарур бўлган муаммолар рўйхат бошида туради, иккинчи рўйхат у ҳал қила оладиган муаммолардан бошланиб, ҳал қилинишига кўзи етмайдиган муаммолар билан тугалланади.

3. Тузилган икки рўйхатни ўз олдингизга қўйинг. Мактабни қизиқтирадиган ва сиз ҳал қила оладиган муаммони топинг. Бу муаамо икки талабга жавоб бериши лозим: унинг ҳал қилиниши мактаб учун зарур, ҳамда сиз психолог сифатида муваффақиятли ҳал қилинишига имкон ҳосил қилишингиз зарур.

- £оида: мактабда ишни объектив қийин ҳал қилишга йиллар керак бўладиган, бир психологнинг кучи этмайдиган, балки мутахассислар гуруҳи ҳал қиладиган муаммолардан бошламанг. ¤зингиз ҳал қилишингизга ишонмайдиган муаммолардан бошламанг. Мактаб учун зарур бўладиган, ўз маҳоратингизни, ўзингизга ишончни ҳамда муваффақиятларингизни намоён қила оладиган муаммолардан бошланг. Бу хислатлар сизнинг ижтимоий бойлигингиз бўлиб қолади ва у доим сизни ҳимоя қилади.

Сиз бошқа психологлар каби янглишганингизда ҳам, сизнинг ижтимоий бойлигингиз мактаб томонидан танқид қилишингиздан асраб туради.

Ушбу қоиданинг қатъийлиги психологнинг мактабдаги фаолиятида бошланғич давр маъсулиятли ҳисобланади.

Дастлаб иш бошлаганда сиз хато қилишга ёки қурбингиз етмайдиган катта муаммони ҳал қилишга киришганлигингиз учун муваффақиятга эриша олмаганлигингизни сабаб қилишга ҳаққингиз йўқ.

Сизга берилган дастлабки баҳо узоқ вақт эсда қолади. Вақт ўтиши билан сизнинг ўзингизга ишонмаслигингиз, хатога йўл қўйишингиз йўқолади тажриба тўплайсиз, муваффақиятга эришасиз, лекин мактабга келганингиздаги баҳо, соянгиздек орқангиздан анчагача эргашиб юради.

4. Мактаб кутилмаларини ижтимоий психологик тадқиқ қилиш жараёнида психолог одамларнинг психология ҳақида нималарни ўйлаши, психологнинг мактабдаги иши ҳақида ҳамма маълумот олади.

Респондентларингизни икки гуруҳга бўлинг. Биринчи гуруҳга психологга ижобий ёндашадиган, унинг мактабдаги ролини тўғри тушунадиган ўқитувчилар, ота-оналарни киритинг. Бу гуруҳ психологик билимлар олишга, психологик машғулотларда иштирок этишга ичдан тайёрлар.

Иккинчи гуруҳга психологияга танқидий ёндашадиган ўқитувчилар, ўқувчилар ва ота-оналар киради. Бу гуруҳга психологияга бефарқ қарайдиган ёки психологияни бошқа касблар (врач, нарколог, руҳоний, ва бошқа касб) билан алмаштирадиган респондентлар киради.

-£оида. Иш фаолиятингизни биринчи гуруҳ орасида бошланг. ¤з кучингизга тўлиқ ишонганингизда, мактабда сиз ҳақингизда ижобий фикр пайдо бўлгандагина иккинчи гуруҳ респондентлари билан ҳам шуғулланишингиз мумкин. Бу қоиданинг муҳимлиги қуйидагича тушунтирилади. Биринчидан, мактабда дастлаб иш бошлашингизда, психолог сифатида ўз кучингизга тўлиқ ишонмаганингизда бошқа одамларнинг қаршилигини енгиш билан боғлиқ ортиқча стрессли ҳиссиёт билан тўлдиришнинг ҳожати йўқ.

Иккинчидан, психологни ижобий қабул қиладиган биринчи гуруҳ сизни психологик жиҳатдан қўллаб-қуватлайдилар. Сиз ўзингизнинг фойдангизни ҳис қиласиз, ўз кучингизга ишонч ҳосил қиласиз.

Учинчидан, ишингиз ҳақидаги биринчи гуруҳ иштирокчилари тарқатадиган ижобий тақризлар психологнинг ижобий имиджини шакллантиради, бу эса албатта иккинчи гуруҳдаги инсонларнинг фикрига таъсир қилади, уларнинг психологияга қарашларини салбийдан ижобийга ўзгаришига олиб келади.

Мактабда педагогик клуб: уни қандай ташкил этиш мумкин?

Мактабда психология ва психологлар ҳақида анча хабардор бўлишларига қарамай, психолог ва ўқитувчиларнинг касбий ҳамкорлиги муаммо сифатида қолмоқда. Кўпинча психолог ўқитувчиларни «юқори психологияга» ўргатмоқчи бўлади, ўқитувчи бўлса психология билан танишган, анъанавий педагогик жараёнга қайтади, тўполончи ўқувчиларга эски, синалган йўлни яна қўллайди: икки баҳо қўяди, ўқувчини ёки ота-онасини ўқитувчилар мажлисига чақиради. Психолог ўз - касби ичида қолиб кетади. ¤қитувчи эса психологияга яхши нарса ҳақида орзу қилиш мумкин бўлган, лекин ҳозирча мактабларда амалга ошириб бўлмайдиган «санъат учун санъат» сифатида муносабатда бўлади. Психологнинг тасаввурида ҳам, психологнинг иш методида ҳам муҳим ўзгаришлар рўй бермайди.

¤қитувчи ва психолог орасида шахслараро муносабат ва ижодий ҳамкорлик ўрнатиш учун маҳсулдор ташкилий усул бу клублардир. Клуб ташкилотининг афзалликлари қуйидагилардан иборат:

1. Клубда норасмий шахслараро муносабатларни шакллантириш ва мустаҳкамлаш имконияти вужудга келади. Бунга тинч ҳолат, мажбурламасдан эркин иштирок этиш шароити, умумий қизиқишларни ҳисобга олган ҳолда муҳокама учун мавзу танлаш, мулоқатнинг анъанавий клуб шакллари: чой ташкил этиш, туғилган кунларни байрам қилиш ва ҳокозолар имкон беради.

2. ¤қувчи ва катталарни клубдаги ҳиссий илиқ муҳит тортади. Клубда ҳаётий тажриба ва фикр алмашинилади.

3. Бундай педагогик клубда психолог пешқадам сифатида ўзини кўрсатиши мақсадга мувофиқ. Клубнинг иш дастури психолог, ўқитувчилар, ота-оналарнинг ўзаро таъсири натижасида, уларнинг қизиқишлари ва имкониятларини ҳисобга олган ҳолда тузилади. Ҳар бир машғулотдан сўнг иштирокчилар кейинги машғулотда қайси муаммони ҳал қилишларини муҳокама қилишлари мумкин.

4. Клуб доимий мазмунли учрашувларни ташкил этиш учун шароит яратади, шунинг учун клубдаги ҳар бир машғулот иштирокчилар билан келишилган ҳолда аниқ мавзуда бўлиши мақсадга мувофиқ.

5. ¤заро таъсирнинг клуб шакли психолог, педагог ва ота- оналар учрашувининг доимий бўлишини таъминлайди. Клуб ишининг ривожланган шаклларида психологик машғулотлар шаклида (баҳс психотехник сеанслар, психотренинглар,ривожлантирувчи ўйинлар ва ҳокозо) ўтказилиши мумкин.

«Ота-оналар ва болалар» номли клуб ҳам ташкил этиш мумкин, бунда ота-оналар фарзандлар тарбияси бўйича тажриба алмашинадилар. Ота-оналар тажриба алмашишининг зарурлиги қуйидагича тушунтирилади, психолог ота-оналар учун муҳим, фойдали мутахаcсис, университетни тугатган кўп «ақлли» билимларга эга шахс ҳисобланади, лекин у «ота-оналарга ўхшамайди. ¤з фарзанди билан шахслараро муносабатлар ҳақида гапираётган ота-она эса уларга ўхшаган, улардан ҳисобланади: Оталар ва болалар клубида психолог ташкилотчи ва эксперт сифатида иштирок этиши мумкин, муҳокамаларда фаол иштирок этмайди. Бундай клубда ота-оналарнинг тажриба алмашинуви асосий ва муҳим ҳисобланади.

Мактаб пcихологининг хонаси

Психолог директорга аввало ўз кабинетини ташкил этиш бўйича мурожаат этиши лозим. Мактабнинг тинчроқ жойидан тахминан 10-12 кв. м. хонани эгаллаши зурур. Психолог хонаси қуйидагича жиҳозланиш мумкин: мебеллар (ёзув ва журнал столлар, иш стули ва 2 та кресло, китоб жавони ва ҳокозолар): жиҳозланиш предметлари (юмшоқ рангли парда, чиройли табиат манзараси тасвирланган картинкалар) телефон, (иложи борича паралел эмас), компьютер, сейф (диагностик методикаларни ва психологик тадқиқот натижаларини сақлаш учун).

Психолог хонасида индивидуал психологик ишлар олиб борилади. (маслаҳат, психотерапевтик текширувлар ва бошқалар)

Гуруҳий психологик ишларни ташкил этиш учун хона

Психолог ўзининг хонасидан бошқа яна бир гуруҳий машғулотларни ўтказиш учун махсус хонага эга бўлиши керак. Бундай хона 20- 24 кв. м. катталикда бўлиши мақсадга мувофиқ. Дастлаб иш бошлаганда, психолог агар бўш бўлса мажлислар залидан фойдаланиши мумкин. Кейинчалик гуруҳий машғулотлар учун алоҳида хонанинг бўлиши мақсадга мувофиқ. Бундай хона қуйидагича жиҳозланиши мумкин: 10 тача кресло, катта стол, деворда чиройли гулли обой, табиат тасвирланган картинка (ёки фотообой), аквариум. Аудиокасеталар тўплами, видиомагнитофон ҳамда видио тренинглар ўтказиш учун махсус аппаратура тавсия этилади.

2.9 МАКТАБ ПСИХОЛОГИНИНГ ¤ЗИНИ РЕКЛАМА £ИЛИШ

Психолог мактабда жон деб ишлаб, ўзининг иш вақтини ҳамда ишдан бўш вақтини мактабда ўтказса-да, баъзан ўқитувчиларнинг «психологимиз нима қиляпти?», «Психолог мактабда бўлади-ми ўзи?» деган кинояли гапларини эшитиш мумкин. Агар психолог ўз фаолиятини ўзини реклама қилишдан бошламаса, ўқитувчиларнинг бундай кинояларини кўпроқ эшитиш мумкин.

Мактаб психологи ўзини доимо реклама қилиши зарур, айниқса иш фаолиятининг бошланишида реклама билан фаол шуғулланиш мақсадга мувофиқ, ўзини-ўзи реклама қилиш 4 асосий босқичдан иборат.

¤зини-ўзи реклама қилишнинг биринчи босқичи. Мактабда олиб бориладиган иш режаси ва жадвални ишлаб чиқиш мақсадга мувофиқ. Психолог дарсларга қатнашадиган, ўқитувчилар билан суҳбатлашадиган, психологик тадқиқотлар ўтказадиган, маслаҳатлар берадиган ва психотренинглар ўтказадиган кунлар ва соатларни аниқ белгилаб олиши зарур.

Психологнинг иш вақти ҳақида камида учта жойда: психолог хонаси эшигида, ўқитувчилар хонасида ҳамда мактабга кираверишда илинган бўлиши мақсадга мувофиқ.

¤зини-ўзи реклама қилишнинг иккинчи босқичи - кичик ва ўрта, катта синф ўқувчилари билан учрашиб психология ҳақида оммавий шаклда суҳбат ўтказиш зарур.

Психология ҳақида ҳикоялар ўқувчилар индивидуал хусусиятларни ҳисобга олган ҳолда ташкил этиш керак, масалан, бошланғич синф ўқувчиларида кўриш иллюзиялари ёки гуруҳий суггестия факти мавжудлигини исботловчи тажрибаларни ўтказиш мумкин.

Психологнинг бошланғич синф ўқувчилари билан психология ҳақида суҳбатлашишидан асосий мақсади болаларда психологияга умумий қизиқиш уйғотишимиз зарур. Психологик суҳбатлар биринчи синфларда 15- 20 дақиқа, учинчи синфларда 35- 40 дақиқа ўтказилиши мақсадга мовофиқ. Психологик суҳбатлар эътиборини тортадиган, қизиқарли, кўргазмали бўлиши лозим.

¤рта ва юқори синфларда психология ҳақида суҳбатлар бутунлай бошқача ўтказиш мақсадга мувофиқ. ¤смир ва ўспиринлар билан мулоқотда қуйидагиларга эътибор бериш лозим.

-Психолог ўсмир ва ўспиринларга уларнинг қийинчиликлари ва муаммоларини ҳал қилишда қандай ёрдам кўрсатиш мумкинлиги ҳақида тўлиқ гапириб бериши зарур. Психолог ёшларда ўзига ишонч ҳосил қилишда ҳар қандай ҳолатда ҳам эркин мулоқот қилишга ўргатишда стрессли вазиятларда қўрқинч ҳиссини енгиш ўқитувчилар, ота-оналар ҳамда дўстлари билан муносабатларни яхшилашда ёрдам бериши мумкинлигини айтади.

- Икки ҳар-хил касблар-психолог ва психиатрия каби касбларнинг фарқи ҳақида махсус тўхталиш зарур. Одатда мактабларда ва ҳаётда одамлар психиатр бу психолог, психолог бу психиатр деб ҳисоблашади.

Мактабнинг ҳамма синфларида, айниқса ўрта ва юқори синфларда психолог нормал болалар билан ишлаш, психиатр бўлса - бу врач оғир кулфатни бошдан кечирган инсонларга ёрдам беради, касал инсонларга ёрдам беради, касал инсонларни даъволайди.

Болалар сиздан «психотерапевт ким у психологдан нимаси билан фарқ қилади?», «Невропатолог ва экстрасенс ким, психологдан нимаси билан фарқ қилади?» каби саволларни беришлари мумкин. Бундай саволларга жавоб беришга тайёр туринг.

¤смир ва ўспиринларда инсонларнинг кундалик ҳаётидаги махсус фактларни ҳикоя қилиб бериб, психологияга қизиқтиришларини орттиришлари мумкин. Бундан ташқари «ўйин тестларидан» фойдаланиб ҳам психологияга қизиқишини орттириш мумкин.

Болаларга «¤зингизни бошқара оласизми», «балки ноёб одамдирсиз» каби тестлар доим қизиқ.

¤смир ва ўспиринлар билан психологик суҳбатларни уларни индивидуал маслаҳатга таклиф қилиш билан тугаллаш зарур. Психолог доимо ота-оналар мажлисларида иштирок этади. Психолог ота-оналар билан суҳбатда психологнинг мактабдаги функцияси нимадан иборатлиги билан таништиради.

¤з-ўзини реклама қилишнинг учинчи босқичида болаларни оилада тарбиялашнинг умумий муаммолари, оилавий муносабатлардаги қийинчиликлар ва уларнинг боланинг психик тааққиёти ҳамда ўқишдаги ўзлаштиришга таъсири ҳақида гапириб беради. Ота-оналар билан суҳбат савол - жавоб ҳамда ҳоҳловчиларни психологик маслаҳатга таклиф этиш билан тугалланади.

Психологнинг ўзини-ўзи реклама қилишнинг тўртинчи босқичида у ўқитувчиларга психолог мактабда нима билан фойдалилиги ҳақида тушунтиради, маъруза қилади. Мактабдаги иш режалари, ғоялари ҳақида гапириб беради (масалан, педагогик клуб ташкил этиш ҳақида). ¤қитувчилар олдида ўзини ижодий ҳамкорликка ҳамда маҳсулдор диалогга интилишини намоён қилиши зарур.

Булардан ташқари ҳар бир чорак охирида психолог педагогик йиғилишларда бажарган ишлари ҳақида ҳиссобот бериб боради. Ҳисобот даврида қанча гуруҳий машғулотлар ўтказилгани (қачон қаерда), қанча индивидуал маслаҳатлар берилгани, қанча марузалар ўқилгани ҳақида тўлиқ ҳисобот берилиши зарур.

III. МАКТАБДА ПСИХОЛОГИК ЛЕКЦИЯЛАРНИ ¤£ИШ

* 1. МАКТАБДА ЛЕКЦИЯ ПСИХОЛОГИЯСИ

Мактаб психологи психологик маърузаларни ўқиш мобайнида инсонлардаги психологияга қизиқишини қондириш мақсадида мактаб муаммоларини ҳал қилишда Амалий психологиянинг имконятлари ҳақида сўзлаб беради. Маъруза ўқишнинг ижобий томони шундаки, қисқа вақт ичида барча мактабдаги гуруҳлар билан танишиш имкониятига эга бўлади.

Психологик маърузалар ўқишда иложи борича тингловчилар бир хил бўлиши, умумий муаммолар қизиқиши лозим. Мактабда қуйидаги тингловчилар гуруҳлари ажратилади мактаб маъмурияти ҳодимлари, бошланғич, ўрта ва юқори синф ўқувчилари, бошланғич ўрта ва юқори синф ўқувчилари, болаларининг ёшга мос равишда ота-оналари. Психологик маърузаларни ўқиш учун кўпинча ўқитувчилар учун қулай вақтни танлаш зарур. ¤қитувчи учун дарсдан сунг маъруза ўқиш мумкин. Ота-оналар ота-оналар мажлисида маъруза тинглашлари лозим. ¤қувчилдар эса синф раҳбари билан келишилган ҳолда дарсларнинг бирида ёки дарслардан сўнг маъруза тинглашлари мумкин.

Психологик маърузалар 15 дақиқадан бир соатгача давом этиши мумкин.

Маъруза ўқиш учун мактабнинг мажлислар зали ёки бир синф хонаси танланади. ¤қитувчилар хонасида ёки директор хонасида маъруза ўқишга рухсат этилади. Психолог маъруза мавзуларининг дастурини тузишда тингловчилар таркиби ҳамда уларнинг қизиқишларини ҳиссобга олиш зарур. £уйидаги ҳар бир тингловчилар гуруҳининг қизиқишлари рўйхати келтирилади.

Мактаб маъмуриятининг қизиқишлари

-Мактабдаги ўқув тарбия жараёнинг маҳсулдорлигини ошириш учун Амалий психологиянинг имкониятлари қандай?

-Психолог табақалашган (дифференциалашган) таълимни ташкил қилишда ёрдам бериш мумкинми?

-Психолог махсус синфларни (масалан, иқтисодий педагогик, матиматик ва бошқалар) ташкил эташда ёрдам бериш мумкинми?

-Мактаб педагогик жамоасини қандай қилиб маҳсулдор бошқариш мумкин?

-Мактаб маъмурияти билан ўқитувчилар ота-оналар орасида вужудга келадиган низоларни қандай ҳал қилиш мумкин?

Бошланғич синф ўқувчиларининг қизиқишлари

-Бошланғич синф ўқувчиларини тарбиялашда қайси дастур маҳсулдор?

-Ривожлантирувчи таълим методикасини ўзлаштириш учун қандай педагогик психологик адабиётларни ўқиш зарур.

- ¤қувчиларнинг ота-оналари билан суҳбатни қандай ташкил этиш мумкин?

- ¤қитувчи тарбияси қийин болаларга қандай ёрдам бериши мумкин?

-Бошланғич синфларни Янги педагогик техналогия бўёич ўқитишни ўрганиш учун қачон қаерда семинарлар ташкил этилади?

¤рта синф ўқитувчиларининг қизиқиши

-¤смирларин ўқишга қандай қилиб қизиқтириш мумкин?

-Дарсда тўполон қилиб ўтирадиган «қийин» ўсмирни нима қилиш керак?

- Акси ижтимоий ҳарактер қилган ўсмирларга қандай чора кўриш мумкин?

-¤смирларнинг бўш вақтини қандай ташкил этиш мумкин?

-Чекаётган ўсмирларга қандай таъсир кўрсатиш мумкин?

-¤смирларнинг эрта бошланган муҳаббатига қандай муносабатда бўлиш мумкин?

-Ишдан кейинги ҳориш ва чарчашни ўқитувчилар қандай қилиб йўқотишлари мумкин?

Юқори синф ўқувчиларнинг қизиқишлари

-Юқори синф ўқувчиларига битирув имтиҳонларини топширишда қандай қандай ёрдам бериши мумкин?

-¤спиринларга қизиқиш ва лаёқатларин ҳиссобга олган ҳолда касб танлашда қандай ёрдам юериши мумкин?

-Юқори синф ўқвчиларини қандай қилиб ўқишга қизиқтириш мумкин?

-Илк ўспиринлик давридаги севгисига қандай муносабатда бўлиши керак?

¤қувчиларнинг ота-оналари билан қандай қилиб, суҳбат ташкил этиш мумкин?

-Агар юқори синф ўқувчиси аксил ижтимоий ҳаракатни амалга оширган бўлса, педагогик таъсир воситаларидан қандай фойдаланиш мумкин?

Бошланғич синф ўқувчилари ота-оналарининг қизиқишлари

-Болага яхши ўқиш учун қандай ёрдам бериш мумкин?

-мактабга мослашиш жараёнида бола қийинчиликларни қандай енгиши мумкин?

-бола чарчамаслиги учун унинг кун тартибини қандай тузиш мумкин?

-бошланғич синф ўқувчиси қушимча қандай секция, тўгараклар, курсларга қатнашиши мумкин.?

-нима учун бола кўпинча касал бўлади?

-оиладаги муносабатлар боланинг ўзлаштиришига қандай таъсир кўрсатади?

¤смирларнинг ота-оналари қизиқишлари

-¤смир мактабда оилада ҳеч кимни тингламаса, нима қилиши керак?

-¤смирнинг қўполлигига қандай жавоб бериш керак?

-¤смир чекадиган бўлса нима қилиш керак?

-Агар ўсмир ёмон улфатларга қўшилиб қолган бўлса, нима қилиш керак?

-¤смирни қандай қилиб ўқишга қизиқтириш мумкин?

-Агар ўсмир ҳеч нарсага қизиқмаса нима қилиш керак?

-Агар ўсмир қиз ҳаддан таҳқари очиқ рангли косметикалардан фойдаланса, нима қилиш керак?

-¤смирнинг махсус қобилиятини қандай аниқлаш мумкин ҳамда бўлғусу касбини танлашда қандай ёрдам кўрсатиш мумкин.

Юқори синф ўқувчилари ота-оналарининг қизиқишлари

-Битирув имтиҳонларини муваффақиятли топширишга қандай ёрдам бериш мумкин.

-¤спиринларнинг қизиқишлари ва касбий йўналганлигини қандай аниқлаш мумкин?

-фарзандга бўлғусу касбини танлашда қандай ёрдам бериш мумкин?

-агар юқори синф ўқувчилари турмуш қурушмоқчи бўлишса, нима қилиши керак?

-агар ўспирин ўғил ва қиз жинсий алоқада бўлишган бўлса, нима қилиши керак

-ота-оналар фарзандлариниг наркотик чекаётганлигини билиб қолишса нима қилиш керак?

Бошланғич синф ўкувчиларининг қизиқишлари

-£изиқарли психологик суҳбатни тинглаш

-£изиқарли психологик ўйин ўйнаш.

¤смирнинг қизиқишлари

-Психолог ким? У нима билан шуғулланади ва психологлар психотерапевдан нимаси билан фарқланад?

-Астрологларга ишлатиш мумкинми.

-Экстранциансларга қандай муносабатда бўлиш керак?

-£излар (йигитлар) билан эркин мулоқат қилишга қандай ўрганиш мумкин?

гуруҳ орасида ўз фикрида қолишда қандай ўргатиш мумкин?

-қўрқинчни енгишга қандай ўргатиш мумкин?

Юқори синф ўқувчиларининг қизиқишлари

-Муҳаббат муамоларини қандай ҳал қилиш мумкин?

-£андай касбни танлаш мумкин7

-Битирув имтиҳонларини қандай қилиб мувоффақиятли топшириш мумкин?

-Йигит ва қизлар билан эркин гаплашишга қандай ўргатиш мумкин?

Юқорида келтирилган мактабдаги барча гуруҳларнинг қизиқишларини қамраб олмайди. Бу ерда психолог психологик маърузаларни ўқишда ҳар бир гуруҳнинг қизиқишларини ҳиссобга олишса маҳсулдор бўлишини таъкидлаш лозим.

* 1. ПСИХОЛОГ МАЪРУЗАЧИНИНГ ¤ЗИНИ-¤ЗИ БОШ£АРИШИНИ ПСИХОТЕХНИКАСИ

Психологик маълумотга эга бўлмаган тингловчилар учун Амалий позисиядан маърузалар ўкиш қуйидаги ҳусусияти билан фарқланади:

Биринчидан, Амалий психология инсонларнинг руҳий ҳаётидаги ҳодиса ва фактларни тавсивлашга йўналтирилгани учун ўқитувчилар, ота-оналар ўқувчилар қисқача барчани қизиқтиради.

Иккинчидан, кўпчилик тингловчилар ўзларини Амалий психология соҳасида билимдон ҳиссоблайдилар. Ҳар бир инсоннинг ўз шахсий тажрибаси, қадриятлари, ўз фикрлари мавжуд.

Учинчидан тингловчилар, маърузаларни «психологик» қизиқарли қилиб, эркин, иштирокчиларниг фикрларини Хиссобга олиб ўтказишини кутади. Улар психологдан ёқимли, мазмунли мулоқотни, ҳаёт ва касб ҳақида фойдали янгиликларни кутишади.

Бахтга қарши кўпчилик Амалий психологлар бу ҳолатга аҳамият беришмайди. Агар психолог фақат маъруза ўқиш учун келган бўлса, бу вазият кечиримли мактабда доимий ишлайдиган психологларда умуман бошқача вазифалар туради. у психологик маърузаларни «ўзича» қилиб ўқишга ҳаққи йўқ. Агар психолог аудиторияни мавзуси билан қизиқтира олмаса, унинг шахсий обрўси тушиб кетади, мактабнинг психологияга умумий муносабати пасайиб кетади.

Психолог касби - сўздашув касбидир. мактабда психологик маърузаларни қандай ўкишга эътиборингизни қаратамиз.

Хавотирланиш ва қурқувни қандай қилиб енгиш мумкин?

Аввало тингловчилар олдида ортиқча ховотирланиш ва қурқиш нима сабабдан вужудга келишини аниқлаш даркор.

-оммавий маърузаларни ўқиш тажрибасининг етишмаслиги.

-сизнинг индивидуал хусусиятларингиз:уятчанлик, тортинчоқлик, юқори хавотирланиш, ўзига ишонмаслик.

-тингловчиларга қизиқарли бўлишга ишонмаслик?

-ҳиссиётларга ҳаддан ташқари берилмаслик.

-аввал ўқилган маърузаларнинг бирининг яхши чиқмаслиги.

-яна қандай сабабни кўрсатишингиз мумкин?

Сиз аудиториядан қўрқиш ва хавотирланиш вужудга келиш сабабини аниқладингиз? Кўпинча сабаб онгсизлик соҳасида жойлашади. Кўпчилик олдида нутқ сўзлашдан қўрқиш ва хавотирланишдан қутилиш учун дастлабки қадам ўзини-ўзи билиш орқала ижобий ўзини ўзгартириш мумкин.

«¤зини қандай тутиш мумкин» машқи.

Аудиторияда маъруза ўқишдан олдин вужудга келадиган зўриқиш ҳолатини билимини фаоллаштиришга йўналтирилган машқдир. Шундай вазиятни кўз олдингизга анқроқ келтиришга ҳаракат қилинг. Кўзингизни юмуминг ва синф хонаси ёки мажлислар зали ва тингловчилар юзларини келтиринг.

Нутқ сўзлайдиган жойга қараб кетаётгани кўз олдингизга келтиринг. Чиқаётганингизда нимани ҳис қиласиз? ¤зингизнинг ички образларингизда секин ҳаракат қилинг, бунда кичик қисмни ҳам эсингиздан чиқирманг. ¤з ички ҳолатингихни аниқроқ ҳис қилишга ҳаракат қилинг.

-Сизда қандай образлар вужудга келади?

-Ховотирланишингиз ўтирганлардан ким билан боғлиқ?

-Тингловчилар биланми? («Улар менга қарашади», Улар менга танқид қилиб, қийин саволлар беришади», «Улар мени тингламайди»)

-¤зим билан боғлиқ? «Ниманидир бошқага айтиб қўйишдан қўрқаман.

«Тингловчилар мени қабул қилмасликларидан қўрқаман», Энг яхши нотиқ бўлишни ва аудиторияни лол қолдиришни истайман.

Шундай қилиб, сиз ховотирланиш ва зўриқишингиз қаерда «шашингизни билиб олдингиз?

Аниқ маслаҳатлар.

Агар сизнинг ховотирланишингиз тингловчилар билан боғлиқ бўлса:

-маъруза ўқиётганингизда сизни тинглайтган тингловчини танлаб,фақат унинг учун гапиринг (асосийси-унинг ўзига қарашни ўрганинг)

-Сиз танлаган тингловчи билан алоқа ўрнатилгандан сўнг, кўзингизни унинг ёнидан кишига қаратиш, у билан ҳам кўз алоқасини ўрнатинг:

-тингловчиларга очиқ юз билан қарашга уларнинг чақноқ кўзларини кўришга ҳаракат қилинг:

--аудиторияга кулимсираб қарашга, ҳамда улардан ҳам шундай жавоб кулгусини олишга ҳаракат қилинг.

Агар сизнинг хавотирланишингиз ўзингиз билан боғлиқ бўлса:

-маъруза ўқиш тажрибасини эгаллашга ҳаракат қилинг: кўпроқ кўпчилик олдида сўзлашга, саволлар беришга ҳамда жамоавий баҳсларда иштирок этишга ҳаракат қилинг:

-уриниб кўриши ва хато қилиш йўли билан муваффақиятга эришиш йўлини топиб оласиз. Бундай ҳолат барча инсонларда ҳархил кимдир «кимдир қувонганидан учгиси келади», «кимдир бўлар бўлмас хавотирланади».

-психологик маъруза жараёнида нимага эришмоқлигингизни аудиторияга нима бермоқлигингизни аниқланг: қаътий маруза ўкиш, Хамма яхши бўлишини, кичик ақлий байрам ўтказинг», «аудитория билан мазмунли диалог ташкил қилинг».

-ўзингизни актёр деб тасаввур қилинг: қандай ролни ўйнашни ҳоҳлайсиз, ўтирганларга қандай образлигингизни» намоён қилмоқчисиз?

-маъруза ўқишдан олдин «қизиб олишнг» - тингловчилардан бири билан суҳбатлашинг, аудиторияда майда қадамлар билан юринг.

Умумий маслаҳатлар

Сиз маъруза ўқийдиган аудиторияда бир кун олдин гувоҳларсиз машқ ўтказинг: маъруза ўқийдиган жойингизга боринг, бўш залга қаранг, ҳолатингизни, овозингизни қандай бўлишини ҳамда қандай сўзлар билан бошлаб нима билан тугатиш лозимлигини ўйлаб қўйинг.

-маъруза бир неча соат қолганда, уйда кереслода ўтириб, кўзингизни юмган ҳолда, чиқишингиз жараёнини фикран кўз олдингизга келтринг (сценарийни режалаштиринг).

-Кечқурун уйқуга кетишдан олдин барча вазиятни тушунгизда кўришга установка берин: тингловчилар қандай йиғилишмоқда,нутқ сўзлайдиган жойга қандай бордингиз, қандай бошлайсиз. Асосийси, маъруза муваффақиятли чиқишга ишонишингиз лозим.

Агар сиз ўз устингизда ишлаб хавотрланиш вақўрқишдан фориғ бўла бошласангиз, иккинчи муҳим қадамни танлаймиз.

Психологик маърузада ўз образини қандай намоён қилиш мумкин

Аудитория олдида гапира бошлаганда дастлаб ўтирганлар сизни тингламаётандай туюлади. Сизни зимдан кузатишади, «сиз билан танишади», сизни овозингизга мослашади, ташқи кўринишингиз кузатилади, сизни ҳрактерингиз тўғрисида хулоса чиқаришга ҳаракат қилишади.

Шахсий танишиш - кўникув ҳосил бўлгандан кейингина тингловчилар кўзида қизиқиш пайдо бўлади, баъзилари келишув сифатида бошларини қимирлатишади, бошқалари ниманидир ёзиб олишади, бошқа бирлари ўзаро фикр алмашади.

Танишув-кўникув ҳосил бўлгандан сўнг психологга инсон, аёл ёки эркак сифатида қизиқа бошлайдилар. Сиз аудиторияга олиб кирадиган билимлар тингловчиларга сиз психолог сифатида ўзингиз қандай тушунишингиз ва ҳис қилишингизга боғлиқ равишда қизикарли ёки қизиқарли эмас бўлиши мукинми? Нутқ сўзлаётган мавзуингиз бўйича шахсий тажрибага эгасизми? Ҳаёт ва ишда сизда мувоффақиятли чиқди, нима мувоффақиятли чиқди? Психолог сифатида қаерда хато ва камчиликлар рўй берди? Мувоффақиятсизлик ва кулфатни қандай бошингиздан кечирасиз? Психолог сиз ўзингиз ҳаётда ва ишда мувоффақият қозонасизми?

Маълумки маърузаларга пухта тайёргарлик ва ҳаяжонланишга йўл бермаслик керак, асосийси аудиторияга ўзингизнинг қандай образингизни таклиф қилишни ҳоҳлашингизни пухта ўйлаш даркор. Психолог турли тингловчиларга: ўқитувчиларга, ота-оналарга, бошланғич синф ўқувчиларига,ўсмирларга ва юқори синф ўқувчиларига ҳар-ҳил ўз образларини таклиф қилиш мумкин.

«¤з образингиз» хулқ атворингизнинг қуйидаги қисмларидан ташкил топади:

-ташқи кўриниш (кийим, юз ифодаси, товуш тембри, ўзини тутиш)

-аудитория олдида психологик ролни намоён қилиш, бу ролга ҳиссий бўёқ бериш:

-нутқингиздаги асосий қадрятларнинг йўналиши (сизни нима қизиқтиради ва сиз нимага қарши курашасиз

-ўз чиқишингизни бошлайдиган дастлабки сўзлар

«¤з образи» дан барча қисмларига тўлиқроқ тўхталиб ўтамиз.

Психологнинг ташқи кўриниши

Кийимингиз, таранишингиз, қандай тақинчоқлар тақишингиз (агар психолог аёл киши бўлса), косметикадан фойдаланиш ҳақида тўхталиб ўтамиз.

Агар сиз ўқитувчилар олдида нутқ нутқ сўзлайдиган бўлсангиз, кийимингиз, ёрқин рангли бўлмаслиги, иложи бўлса – костюм, соч турмагингиз – 121бет тушунмадим косметикадан озроқ фойдаланинг, тақинчоқ жуда қиммат кўзга ташланадиган бўлмаслиги зарур. Чеҳрангиз-ҳотиржам, «ўқитувчилардек қаттиққўл», нутқингиз - дидактик мантиқий тузулишга эга бўлиши даркор.

Мактаб амалиётидан бир мисол келтирамиз. Аёл психолог мактабда ўқитувчилар учун Амалий психология бўйича семинар ўтказмоқда. Фарзандларни моддий бойликларга эмас, маънавий бойликларга қизиқтириш, турмишда кийимда ўз-ўзини чегаралашнинг фойдаси ҳақида гапирмоқда.

Бунда психолог ўқитувчилар олдида охири медада кийиниб, бор тақинчоқларини тақиб, кўз-кўз қилмоқда. ¤қитувчилар аудиториясининг психолог маърузачига муносабати умуман салбий бўлади: баъзилари умуман қабул қилмаса, баъзилари кўнгилга олмайди.

¤қитувчилар психолога нима учун бундай муносабатда бўлдилар, сиз нима деб ўйлайсиз? Бундай салбий муносабатнинг шаклланиши икки сабабга боғлиқ: маърузанинг мазмуни психологининг ўз образига мос эмаслиги ва психолог нутқ сўзлаётган аудиторияга унинг ташқи кўриниши мос эмаслиги.

Агар сиз оддий, давлат мактабида ота-оналар учун нутқ сўзлаётган бўлсангиз, ташқи кўринишингиз жиддий бўлиши керак. Тингловчиларга хотиржам, билимдан инсон эканлигингизни намоён қилишингиз керак очиқ, ишонч билан сўзлаш билан зарур, тингловчиларга фарзандларингиз тарбияси бўйича қийин вазиятлар бўлиб туриши, уларнинг бемалол ҳал қилишингизни тушунтиришингиз зарур. Агар сиз лицей ва гимназияларда ота-оналар учун маъруза ўқийдиган бўлсангиз бой оилаларнинг аёлларида қониқмаслик ҳисси пайдо бўлмаслиги учун соч турмагингиз ва косметикангиз «уларга мос бўлиши керак». £иммат бўлмасада, ташқи кўринишингиз бой оиланинг аёлларидан қолишмаслик учун соч турмагингиз ва косметикангиз «уларга мос бўлиши керак». £иммат бўлмасада, ташқи кўринишингиз элемент бўлиши, ўзингизни улардан устунлигингизни хотиржам намоён қилишингиз зарур. Сизнинг ҳар бир сўзингиз ва имо-ишорангизда мувоффақият, касбий маҳорат ишбилармонлик сезилиб турсин.

Агар сиз бошланғич синф ўқувчилари олдида нутқ сўзласангиз, свитер ёки кофта кийишингиз зарур, хотиржам, анъанавий соч турмаги (она соч турмаги), озроқ косметикадан фойдаланинг, очиқ ижобий ҳиссиётларни намоён қилинг, ҳеч кимни алоҳида ажратманг, ҳар бир болани ҳиссий қабул қилинг. Юзунгиздан ғамхўрлик, иссиқлик, яхшилик нурлари сочилиб турсин. Овозингиз юмшоқ, уларни сизлаб бироз эркалатиб гапиринг.

Агар сиз ўсмирлар олдида нутқ сўзлашсангиз ёрқин рангли кўйлак кийинг, косметикангиз ёрқин ранглардан фойдаланинг, урф бўлган тақинчоқлар тақинг. ¤зингизга ишончн намоён қилинг, (сиз ҳамма саволга барча жавобларни биласиз) «¤ғил боланинг овози билан» гапиринг, баъзан ҳазил ишлатинг.

Агар сиз юқори синф ўқувчилари олдида нутқ сўзламасангиз, кийимингиз демографик ва элегант бўлиши зарур (илк ўспиринлар модани яхши қадрлашларини эсда тутинг). Албатда-косметика ва тақинчоқдан фойдаланишининг. Шахсий касбий маҳоратингизни намоён қилинг. Очиқ ишонч билан, эркин гапиришга ҳаракат қилинг. Ёшларнинг муаммоларини тушунишингизни намоён қилинг.

* 1. МАЪРУЗА ¤£ИШДА ПСИХОЛОГНИНГ РОЛИ

-Маърузангиз аввало байрам, ақлий ўйин, қониқишга айланиши зарур. Сиз ҳаётга ишонч, яхшилик кўзи билан қаровчи инсон рўлини ўйнайсиз, бундай роль бошланғич синф ўқувчилари ва ўсмирлар учун маҳсулдордир.

-Сиз нейтрал «маълумот берувчисиз», психологик билимларни таклиф қиласиз, тингловчилар ўзлари нимани қандай бажаришни ҳал қилади. Ушбу роль ота-оналр олдида нутқ сўзлаётганда қўл келади.

-Сиз ҳаёт фаолиятингиз, инсон унинг ҳаёти, таълим ва тарбияси ҳақида хотржам фикр юритасиз. Бундай ролни зиёли ота-оналар ва юқори синф ўқувчилари аудиторияда ўйнаш мумкин.

-Сиз маърузангиз давомида болаларни севиш, уларни психологик қўллаб қуватлаш ҳақида тўхталасиз. Бунда ўқитувчилар ва ота-оналр тингловчингиз бўлади.

Психологик маърузани бошлаш мумкин бўлган сўзлар ва ифодалар.

Ҳар бир маърузачининг дастлабки сўзлари тингловчиларга ишонтирувчи таъсир кўрсатишни яхши билади. Кимнинг олдида нутқ сўзлашингизга қараб, ўзингизга ёққан ифодаларнинг биридан бошлашингиз мумкин.

«¤зингизга ёққанини танлаш машқи» Сиз ўқитувчилар олдида нутқ сўзласангиз:

-Ассалому алайкум! Бугун сиз билан мураккаб муаммони муҳокама қиламиз..» (мулоқатнинг жиддий ва муаммоли бўлишини эслаши, аудиторияда «тенглик» позицциясида ўзаро таьсир кўрсатиш мумкин»)

-Ассалому алайкум. Психологнинг ўқитувчилар олдида нутқ сўзлаши ҳам осон, ҳам қийин. Шунинг осонки, бизнинг олдимизда-умумий мақсад - ўкувчиларга таълим ва тарбия бериш мақсади турибди. Шунинг учун қийинки, қисқа мулоқат чоғида умумий муоммони ҳал қилишда бирлашиш, биргаликда умумий тил топиш зарур. (Психолог аудиторияга шериклик асосида касблараро ўзаро таъсир установкаси билан мурожат қилади)

-«Менинг қарашларим: психолог маълум психологик педагогик тавсияларни ишлаб чиқиш мумкин, бу муҳим албатта. Лекин ўқитувчи қийин ўсмирлар ёки орқада қолаётган ўқувчини тарбиялаш бўйича ўзининг кўп йиллик тажрибасига таяниши зарур. (¤қутувчилик касбий маҳоратига ҳурматни ифодалаш)

-Мен сизга психологияга қизиқиш намоён қилганингиз учун ташаккур билдирмоқчиман. Кўчада кучли ёмғир вамомақалдироқ бўлишига қарамасдан, зал тўла одамларни кўраяпман (маъруза бошлашдан олдин ҳиссий ижобий муҳитни яратиш).

-Дўстлар агар тингловчилар унчалик кўп бўлмаса, яқиндан суҳбатлашиш имкони мавжуд бўлади. Бугун бизда нафақат маъруза балки, диалог мулоқот суҳбат бўлиб ўтади. (Агар аудиторияга кам одамлар йиғилган бўлса, зўриқишни йўқотиш учун юқоридаги сўзлардан бошлаш мумкин).

Сиз ота-оналар олдида нутқ сўзламоқчисиз.

-«Ҳурматли ота-оналар! Мени ўзларингизга яқин қабул қилишингизни ҳоҳлардим! «Психолог» ҳаётда қандай қилиши кераклиги» ҳақида гапириб беради, ҳаёт шунчалик мураккабки уни психологик қонунлар билан бошқариш қийин» деб ўйлаётган бўлсангиз керак. Сиз ҳам, мен ҳам қийин ҳаётий вазиятдамиз. Фарзандларимиз ҳақида гаплашайлик. (Эмпатик ўзаро таъсир, «тенглик» асосида суҳбатнинг бошланиши)

-Юзларингиздан қаттиқ чарчаганингиз кўриниб турибди. Маърузага ишдан кейин келганингиз кўриниб турибди. Маъруза сизлар учун қизиқарли ва фойдали бўлишига ҳаракат қиламан.

(Ҳиссий қўллаб - қуватланишни ифодалаш, илиқ шахслараро муносабатни шакллантириш)

-¤зимни таништиришга ижозат Беринг! Оилалиман икки қизим бор, мен фақат психология бўйича мутахассис бўлиб қолмасдан икки фарзанднинг онасиман. Барча оилаларда бўлгани каби бизнинг оилада ҳам муносабатларда муаммо ва қийинчиликлар бўлиб туради. Биз уларни ҳал қилишга ҳаракат қиламиз. Бугун оилавий муаммоларни қандай ҳал қилиш ҳақида гаплашамиз. (Ҳиссий очиқликни намоён қилиш «тенглик ваҳам фикрлик» суҳбатга тайёргарлик.

Сиз юқори синф ўқувчилари олдида нутқ сўзламоқчисиз

-£адрли дўстлар! «Маъруза олдидан сизларни кўрганимдан хурсандман: барчангиз ёш кучга тўлган ва ҳамма нарсага қизиққувчансиз. Бугунги маърузамиз мавзуси сизларга қизиқарли бўлади деб ўйлайман. Маърузани ьошлашдан олдин, маърузамиз суҳбат шаклида ўтса, янада яхши бўларди. Бу муаммо бўйича ўз фикрингизни билдиришингиз мумкин, мен бўлса ўз фикримни билдираман. (Аудиторияни ҳиссий қабул қилиш, ҳамкорликдаги диалог таклиф этиш).

-«Маърузага келганингиздан жуда хурсандман. Сизларни психологик муаммолар қизиқтирса керак. Маърузада қизиқишларингиз эътиборга олишга ҳаракат қиламан. (Юқори синф ўқувчилари қизиқишларини, ҳиссий қўллаб-қувватлаш:

Шундай қилиб, қуйидаги хулосаларга келамиз. Мактабда Амалий психология бўйича маъруза ўқиш осон эмас. Кўп омилларни ҳиссобга олиш зарур: аудиторияга мослашиш, уларнинг тилида гапириш, маъруза тингловчиларга қизиқарли бўлишига ҳамда уларнинг эҳтиёжларини қондиришга ҳаракат қилиш зарур. Маърузаларни психологик қилиб ўқишга ҳаракат қилиш керак, ўз образини чиройли, очиқ қизиққувчан, бой ҳаётий тажрибага эга инсон сифатида намоён қилиш керак, шахсий фикрни айтишга интилиш зарур. ўзингиз ҳақингизда ўринли гапириб беришингиз мумкин. Ҳар қандай аудиторияни сиз психолог, инсон сифатида ҳаётингиз ҳис-туйғуларингиз қизиқтиради. Агар тингловчилар инсон, мутахасиси сифатида ишонч ҳосил қилсалар, сиз маърузада берадиган маълумот ва билимларни қабул қиладилар. Маърузангизни фаол ва ҳиссий қилиб бошлашга интилинг, уларнинг диққатини фаоллаштириб, биргаликдги руҳий суҳбатга чорланг.

IV. ПСИХОЛОГИК – ПЕДАГОГИК ТРЕНИНГ

ПСИХОЛОГИК-ПЕДАГОГИК ТРЕНИНГ МАШ£И ВА ¤ЙИН ОРАСИДАГИ КОМУНИКАТИВ ВА ТАРКИБИЙ АЛО£АЛАРИ

¤қувчилар билан гуруҳий психологик машғулотлар одатда 4-6 та машқ ва ўйинлардан ташкил топган. Уларнинг танланиши ва кетма-кетлиги машғулот мавзусига мос бўлиб, ягона мантиқий бўйсунадилар, тренинг фойдали ва ташкиллаштирилган чиқиши учун у ёки бу эпизодлар орасидаги муносабатларнинг алоқаси ва таркибий томонларни ҳам ўйлаш керак.

Мисол учун, бу қуйидаги нормалар бўлиши мумкин:

-Сизга қизиқ бўлдими? Жуда яхши! Мен яна бир машғулот таклиф қиламан Келинг синаб кўрамиз?

-«Бизда жуда яхши! Келинг давом эттирамиз?

-«Киши яна ўйнашни ҳоҳлайди? Марҳамат!

Ҳар бир психотренинг ўзининг маълум бир сўз ва ифодалар тўпламига эга бўлади, асосийси, бу ҳаёлий сўзлар гуруҳ бошқарувчиси томонидан ўз вақтида ва ўз жойида талаффуз қилиниши керак, акс ҳолда улар суний ёрдам бўлиб қолишлари мумкин. Улар бир машқдан иккинчисига ўтишганида табиий ўтишни ҳосил қилишлари керак.

Гуруҳий машғулотлар динамикаси

Гуруҳий машғулот ўзининг қонун қоидаларига эга, тренинг дастури ва саҳнаисни ишлаб чиқарилиши ўйин фаолиятининг маълум бир динамикасини ташкиллаштириш ҳиссобига ўтказилиш керак, £андайдир даражада бундай динамик машғулот ва унинг сенарийсини ташкиллаштиришда намоён бўлди. Тренингни Амалий ўтказишда руҳшунос томонидан булар махсус киритилиши керак. Шундай қилиб, биринчи босқичда, руҳий машк давомида ўйин фитналар юзага келади, сўнг иккинчи босқичда психолог томонидан машқ ва ўйинлар индивидуал олиб борилиши керак, бунда энг юқори кульминацион нуқтага эришиш мақсадида тренинг «руҳий вақт» аста - секин тезлашиши керак. У ҳар-ҳил шаклларда ифодаланиши мумкин: муҳим муаммони ечиш, ўзини енгил сезиш қониқиш, гуруҳнинг фаоллигини кучайиши, ёки низо юзага келиши ва уни ҳал қилиш, гуруҳнинг қандайдир аъзосини ўрганиш унинг томонидан руҳий қўллаб қуватлашишига эришиш. Психолог юқори чўққига психотренинг аста-секинлик билан олиб келиниши керак агар машғулотнинг умумий давомийлиги 3 соат бўлса, одатда кулминацион нуқта машғулотнинг иккинчи соат охирида юзага келади. Динамиканинг ўсишини ва кулминацияга эришиш мувоффақият ўтиши учун психолог гуруҳ фаоллигининг сўнишига. гуруҳнинг зерикишига йўл қўймаслиги керак. Руҳий таҳлили ва ўз-ўзини таҳлилини синчклаб ўрганиш даволшган гуруҳда омадли қўлланадиган техникалардир. Исташ касбий техникадаги каби педагогик тиренингда каби пе6дагогик тренингда ҳам психолог мутахасис сифатида ўзига қизиқарли бўлган тақлидни ҳаддан ташқари қилмаслиги керак.

Кульминацияга эришалгандан сўнг гуруҳда фаоллик тушуб кетади, бўлиниш тинчланиш вақониқиш пайдо бўлади. Секин-асталик билан гуруҳ фаоллиги даражаси машғулот бошланг вақтдаги бошланғич ҳолатга қайта бошлайди.

Машғулотнинг учинчи босқичи. Бу босқич машғулотнинг тугалланишдир. Гуруҳий ишлар натижаларининг муҳокамаси бўлиб ўтади. Тренинг гуруҳ аъзолари ўзлариниг фикрларини баён қилишларини таклиф қилиш мумкин.

Психолог тренингни ана шундай 3 соат мобайнида ўтказиш жараёнида ўзи ҳам Хаар хил икки ҳолатларни ҳис қилиши керак. Энергия ва фаолликнинг секин-аста кўтарилиши, кулминацияга тез эришиш, фаолликнинг намойиши ва тинчланиш яна шуни айтиш мумкинки, психолог бу ҳолатларни бошидан кечираётганида гуруҳ тасирини ҳис қилади ва шу вақт гуруҳнинг ўз орқасидан етаклайди. Гуруҳда қўпол танбеҳ беришлари, олиб боришнинг ўзини юқори тутишга йўл қўймаслик керак. Шуни айтиш мумкинки, гуруҳда оналар агар психолог айтган болалар ва оталар (психолог эркак киши бўлса) ҳолатлари ижобий қабул қилинади: сўзсиз қабул қилиш Химоя, ёрдам, қўллаб-қуватлаш, инсоний муҳаббат ва илиқлик намоён бўлади.

Гуруҳ ёки унинг алоҳида иштирокчиларининг лозим руҳий фаоллиги.

Агар гуруҳ ёки унинг бирор - бир азоси ўзини ёлғиз, бегона ишончсиз ҳис қилса, руҳий тетиклаштириш услубини қўллаш зарур. Бунда психолог иштирокчиларнинг кўзига тик қараб ишонч билан қуйидаги сўзларни айтиш мумкин. «Сиз ҳамма нарсани ҳис қила оласиз», «мен аминман, сизда ҳамма нарса бўлади» Бир қорорга келишингиз керак, туруб ҳаракат қилинг. Бу мақсадлар учун махсус машқлардан фойдаланиш зарур.

«Баланд бўйли инсон» машқи

10 дақиқа давомида олиб борилади ва гуруҳ қатнашчиларининг фаоллигини ва уларнинг ўзини - ўзи баҳолашни йўналтирилган олиб борилган, ҳаммани доирага тушуришни таклиф этди ва қуйидаги йўриқномани айтиш керак.

«¤зингларни балнд бўйли деб тасаввур қилинглар, елкангларни кўтариб, атрофга қаранглар. Пастда кичкина лилипутлар, сизлар ҳар бирингиз эса катта, улкан одам великансизлар. ¤зингизни кучли ҳис қиласизларми? Жуда яхши! Яхшилаб қўлингизга одамларнинг бирини қўлингизга олинг ва уни томоша қилдинг. ¤зингизни катта одам уларни кичкина одам деб ҳис қиласизлар.

«Ҳа-йўқ» машқи

5-7 дақиқа давомида олиб борилади. Гуруҳни умумий тонусини оширишга қаратилган, барча қатнашувчилар иккига тахминан тенг гуруҳчаларга ажраладиди ва бир-бирга қарши ҳолатда турадилар, Бир гуруҳ олиб борувчининг буйруғи билан «ҳа» сўзини қаттиқ овозда айта бошлайдилар, иккинчи гуруҳ «унга «Йўқ» ДЕБ ЖАВОБ БЕРАДИ. ¤қитувчилар ўзларининг сўзларини қаттиқроқ талаффуз қила бошлайдилар. улар ўз рақибларига ҳақликларини кўрсатиб қўймоқчи бўладилар, хуллас қаттиқроқ бақирган ўзининг ҳақлигини билдиргпн гуруҳ ғолиб чиқади.

Бу машқ бошқа кўринишда ҳам олиб борилиши мумкин. Гуруҳ айлана бўйлаб ўтиради ҳар бир қатнашувчи кўзларини юмуб ўзини долзарб ҳолатги соладилар. Иштирокчилар ўзларининг кайфиятини ҳис қилганликларидан сўнг, улар шу вақтда қайси сўз «ҳа» ёки «йўқ» мос келишни аниқлашлари керак, сўнг гуруҳ қатнашчилари ўрнидан турадилар гуруҳ ичида эркин ҳаракат қилишни бошлайдилар ва у ёки бу қатнашувчини учратганларида ҳар сафар ўзининг сўзини қайтарадилар, агар дуч келувчилар бита сўз билан жавоб берсалар, масалан 2та «ҳа», ёки 2та йўқ учрашдилар бунда улар тушунадиган сўзлар билан алмашадилар. агар гуруҳ қатнашчилари бошқа сўзни талаффуз қилсалар, кураш авж олади. Бири қаттиқ ҳолда «ҳа» дейди, 2 чиси эса рози бўлмай «йўқ» дейди. Бир неча дақиқадан сўнг сўзларни алмаштириш таклиф қилинади: «ҳа» деганлар, энди «йўқ» дейди ва аксинча.

Бу машқ гештальтерапия системасидан олинган

4.2. ГУРУҲИЙ ТРЕНИНГДА СУКУНАТ

Психолог гуруҳда танаффуc юзага келганини ҳис қилиши керак, агар бу ноқулай сукунат, ўз фикрларинb айтишни истамаслиги? зерикиш ёки гуруҳ ишига қизиқишнинг йўқлиги бўлса, бундай паузани психолог фаоллаштириши машқлари ёки саволлар билан бузуши керак, «нима деб ўйлайсизлар, нима бўлди? нима учун бундай ноқулай сукунат юзага келди»

Агар юзага келган танаффуc - таъсирланиш, чуқур ўйланиш бошидан кечиришнинг оқибати бўлса, бундай танаффусни бузиш мумкин эмас, ҳар бир иштирокчи унинг ички жараёнларига қулоқ солиши ва сабр қилиши керак. Бу ижодий танаффусдир,унда ўқитувчиларда фаол ички фаолият амалга ошади.

Гуруҳ ёки гуруҳ аъзолари ўйнашни рад этсалар.

Гуруҳий психотренингда кўп холларда ўқитувчилар қандайдир машқларни бажаришни рад этадилар, машқларда пассив бўладилар.

Гуруҳнинг бундай ўзини тутиши ҳар хил сабаблар билан тушунтирилади,ўқитувчиларнинг чарчоғи самарали машқларнинг етарли эмаслиги гурухдаги фаолликнинг бирданига тушиб кетиши машқнинг қизиқарсиз ёки қийинлиги ва ҳоказо.

Бундай ҳолатларда машқни мажбурий равишда бажариш тавсия этилмайди. Дастурни асосий ғоясини тушунтирган ҳолда гуруҳни қизиқтириш, машқини қандай қизиқарли йўл билан бажариш кераклигини ўкитувчилардан сўраш ёки қатнашувчиларнинг бирини вакттинчалик олиб борувчи қилиш керак, бундай ҳолда энг самарали усул машқ ёки ўйинда намоён қилинишни психолог ўзи бошлайди. Гуруҳ аниқ бир қорорга келмаганлиги сабабли «Хўш қани ўзим ҳис қилиб кўрайчи» ёки «Келинглар мендан бошлаймиз» деб мурожат қтлади.

Бу билан психолог гуруҳга ишончни билдиради, қандайдир даражада гуруҳга намуна сифатида чиқади, психолог гуруҳ аъзолари каби тенг ҳуқуқли бўлиб қолади. Шундай ҳолатлар ҳам бўладики, бунда гуруҳнинг қандайдир бир аъзоси ташқи кузатувчи позициясини эгаллайди. У умумий муҳокамага қўйилмайди ўйнашни рад этади, руҳий техник машқларда ҳеч нарсани ҳис қилмаслигини айтади. У боши оғриётганлигини ёки аҳволи ёмонлигини ҳам айтади.

Бундай иштирокчи гуруҳ ишида унинг аъзолари ноқулайликни ва ҳайрон бўлишликни келтириб чиқаради, қолган гуруҳ аъзоларида ҳам ишлаш нияти йўқолади, улар пассив бўлиб қоладилар ёки норозиликни намойиш этадилар. Бундай ҳолларда нима қилиш керак? Агар гуруҳ ишига қўшилмаган қатнашувчи ҳалақит бермаса, унга эътибор беришнингхожати ҳам йўқ. бир оз вақт ўтгандан сўнг унинг ўзи ўйнашни ҳохқолади, ёки бошқа машқда қизиқиб фаол бўлиб қолади, агар гуруҳ кузатувчига салбий таъсир қилаётган бўлса, психолог бу аъзони ўйин жароёнига киритиш керак. Уйин давомида бундай қатнашувчиги унинг фаоллиги ва қизиқишини ошириш мақсадида тинмай савол бериб туриши керак. Кўпгина олиб борувчилар пассив аъзони ўйинга қушилиши ҳаракат қиладилар ҳар бир ҳолатда олиб боручи қабулқиладиган қорор кўп нарсаларга боғлиқ бўлади: кузатувчининг шахсияти, гуруҳ аъзоларнинг унга таъсири, олиб борувчининг иш шакли, машғулот иқлими, тренинг тематик йўналганлиги ёки мақсадларига боғлиқ бўлади.

Педагогик тренингда психолог «шахсий материаллари» мақсади, баъзи бир ҳолатларда психолог гуруҳ ишига қатнашувчи ҳуқуқлари асосида кириши зарур: ўзини ҳаётидаги қийинчиликлари ва келишмовчиликларни баён қилиши гуруҳ аъзоларига шахсий муаммоларни ҳал этиш ва тажрибаси борлиги ёки ўзи ҳақида бирор бир шахсий нарсаларни гапириб бериш мумкин.

Одатда ўқитувчилар, психолог шахсияти қизиқиш билан қарайдилар ва бундай суҳбат фойдали бўлади. Бироқ ўзини жуда муаммоли одам ҳар бир қарашда қийинчиликни ҳис қилиб кўрсатиш тўғри келмайди. Психолог ўзини ҳолатини тўғри ташкил этиши ва омадли инсон сифатида ҳис қилиши керак.

Бундан ташқари, шахсий материални гуруҳга тақдим қилиш жуда муҳим, агар психолог ўзиниг интим ҳаётини кўп ва қисқа гапирадиган бўлса, у иштирокчиларга Узида кўз-кўз қилувчи одам сифатида намоён бўлади. Уларда ҳаммадан ҳам ўзига қизиқадаган одам деган шубҳа уйғонади, у бошқаларга ёрдам Бера олмайди деган фикр уйғонади, у бошқаларга ёрдам Бера олмайди деган фикр уйғонади. Бундай шубҳа ишончсизликни юзага келтиради, бу эса гуруҳнинг олиб борувчига бўлган қизиқишинини бирданига сўндиради.

Шахсий материал гуруҳга шахсиятсиз шаклида Хам баён этилиши мумкин психолог ўзи ҳақида гапираётиб бунда бу ҳикоя унинг таниши ёки қариндоши билан билан бўоган деб гапириши мумкин ёки аксинча, психолог томонидан ўйлаб топиш ҳаётий драма гуруҳга худди шахсий хаётида бўлганидак баён қилиши керак.

Хуллас, гуруҳдан айниш ёки қўллаб қуватлашдан узоқроқ бўлиш керак, эсдан чиқармаслик керак, руҳий машғулотлар ўқитувчилар учун аввалам бор уларга ёрдамни амалга ошириш мақсадида ташкил қилинади, «шахсий материал» эса уларга инсоний қаратилган ёки тренингни самарали, қизиқарли ўта таъсирчан ва аниқ бўлишга ҳаракат қилади.

4.3. ПСИХОЛОГНИНГ ¤З ИШИДАН £ОНИ£ИШ ДАРАЖАСИ

Психолог гуруҳ этибори марказида туради, гуруҳ қатнашчиларда бўлмаган билимга эга, унга қарайдилар, унга қулоқ соладилар. Агар руҳшунос бундан қониқиш олса, гуруҳ ишидан қониқиш ола бошлайди, унда ички руҳий қониқиш ҳосил бўлади.

Бироқ психологнинг қониқиши ўрта даражада бўлиши керак. Ҳар бир тренер ўзилан қониқиш даражасини билиши керак. Акс ҳолда гуруҳ ишининг самараси бирданига тушиб кетади ва гуруҳ билан ўзаро муносабатда бўшлиқ пайдо бўлади. Педагогик тренинг руҳий иш кўринишидан «ьир актиёрли тиатр» кўринишига ўтади, бунда психолог касбий ишини эмас, балки табий артистлик маҳоарти ҳали намойиш қилинади.

Тренингдан сўнг

психологнинг тикланиши

Гуруҳий тренингни исталган касбий гуруҳда шу жумладан ўқитувчиларда ўтказилиши психологдан психологдан катта энергия сарфини талаб қилади. машғулот тугаганидан сўнг психолог кучли чарчоғни ҳис қилади. Шунинг учун самарали дам олиш ва тез иш қобилиятини тиклаши, муолажалар тузулишини қўллаб қўйиш керак. Ҳар бир психолог учун ўзининг севган машғулотлари бўлиши мумкин.

Бундан ташқари мактаб психологи юкламаси меъёрий талаблари мавжуд, бу талабларни бузмасликка тавсия этилади. тренер фаолик қобилиятини ва натижали ишлашни сақлаб қолиши учун ҳафтада 2 ёки 3тадан кўп бўлмаган миқдорда гуруҳий машғулотлар ўтказиш керак.

Бошланғич синф ўқувчилари учун педагогик тренинг (Амалий машғулотлар дастурлари. Бошланғич синф ўқувчилари учун педагогик тренинг касбий фаолиятнинг самарали индивидуал кўринишини, ишда ҳам касблар ва мактаб бошқарувчилари, қатнашчилари ва мактаб бошқарувчилари уларнинг ота-оналари билан яна ўз оила аъзолари билан яхши алоқага киришиш каби асосий каби ассосий касбий сифатларни шакллантиришга қаратилган, тренинг бундан ташқари, болага ижобий муносабатда бўлиш, кичик синф боласини ҳиссий қабул қилиш каби сифатларни шакллантиришга ҳам ёрдам беради.

Бошланғич синф ўқитувчилари учун таклиф қилинган психологик Амалий машғулотлар дастурлари психолог ишининг 2 босқичини ташкил қилади ва махсус руҳий ёрдам деб аталади. Бу ерда машғулотнинг асосий қисмида машқ ва ўйинларга алоҳида тушунтиришлар берилган.

4.4. «¤£УВЧИ МАКТАБ» ЦИКЛИ

«ҲОҲЛАЙМАН - £ИЛА ОЛАМАН-КЕРАК» МАШ£И

Машқ мақсади: ўқитувчида ўзига нисбатан ишонч ва фаоллигини, ҳоҳиш ва мажбурийликни, индивидуал ҳолатларнинг ўсиши, ўзини англаш ва педагогик фаолиятда ўзига хос хислатларни шакллантиришдир.

¤қитувчилар гуруҳига ярми айлана тарзида ўтириш айтилади, икки стул бўш қолди. Ҳоҳишга кўра истаган икки ўкитувчи марказга ўртага чиқишади ва гуруга қараб ўтиради.

Бир ўқитувчи тингловчи - бошқаси эса бошловчи бўлади. охиргиси учта гап айтади, биринчи бўлими бир хил, икикинчиси ҳар хил бўлади. М: у айтади, «мен ўзимга ишонишим керак, мен ўзимга ишона оламан, мен ўзимга ишонишни ҳоҳлайман».

Кишилар нимани ўйласалар шуни айтадилар, яъни ҳаёлига келган биринчи фикрни айтишлари мумкин.

Айтилган учта гапдан кимнинг гапи кўпроқ таъсирчан чиққанлиги муҳокама қилинади. Биринчи бу саволлар иккинчи иштирокчига берилади, тингловчи томонидан сўнг барча гуруҳга мурожаат қилинади.

Гапирувчининг интонацияси юздаги ўзгаришлари ва ҳоказолар ҳисобга олинади. £онунга кўра, аёллар аудиториясида «мен мажбурман, мен қилишим керак» принципи яшайди. «Мен ҳоҳлайман» шахсий истагига на вақт, на куч топилади.

Психолог ҳар қандай инсон қайсидир вақтда «ўзинг учун яша, ҳаёт сен учун»лигини уқтиришга ҳаракат қилиши оптимизмни сақлаш ва руҳан соғломлигини гуруҳга кўрсатишга ҳаракат қилиши керак.

Психолог ўқитувчининг мактабдаги хулқи, унинг бошқа ўқитувчилар билан муносабатига педагогик фаолиятнинг асоси эмас, унинг индивидуал хусусиятлари ҳам муҳимлигини кўрсатиши керак.

Бир ўқитувчи талабчан, ҳиссиётга берилувчан ва муомалада қўпол, бошқаси мулоқотга киришувчан бўлади. Муҳими ўзингизни ҳеч қачон инкор қилманг.

«Менинг касбий ролим» машқи

Машқ мақсади: Касбий фаолиятнинг самарали усулларини очиш.

¤қитувчилар гуруҳи айлана бўлиб туришади ва психолог ҳаммага гуруҳ билан саломлашишни айтади, тасаввур қилинг, улар ўқитувчи эмас, балки ўқувчилардир.

Саломлашишни қўйидагича бошлаш мумкин:

«салом болалар» Бу пайтда унинг тутган ўрни юзининг ўзгариши кўрсатилади.

Шундан сўнг, барча қатнашчилар гуруҳ билан саломлашишади. Умумий муҳокама қилинади, ҳар бир ўқитувчи бола позициясида қандай саломлашишни тушунтиради.

Кимнинг саломи самимий ва очиқлиги аниқланади. Ушбу машқда ҳар бир ўқитувчи ўзининг фаолиятидаги услубидан келиб чиқиб ишлайди.

Педагогик фаолиятнинг самарали ҳал қилиниши нафақат мактабда эндигина иш бошлаган ёш ўқитувчилар эмас, балки бир неча йиллик иш стажига эга бўлган ўқитувчилар учун ҳам касб услубини ривожлантиришда муҳимдир.

«Баҳо» машқи

Машқ мақсади мактаб ўқувчиларини маҳсулдор баҳолашда комуникатив усуллар ишлаб чиқиш.

Гуруҳ айлана бўлиб туради, ҳар бир қатнашчи салбий ва ижобий баҳоларни айтади. Биринчи салбий баҳо айтилади масалан: «ўтир икки». Ҳар бир ўқитувчи бу сўзни ўзиниг сўзи билан айтади. Психолог ўқитувчи ўқувчига ёмон баҳо қўяётганида, унга шахсий муносабатини билдириши, яхшироқ ўқишга ишонишини тарбияланувчига билдириши лозим.

М: Минг афсус, Ойдин бугун мен сенга ёмон баҳо қўяман. Мен ишонаман, сен ҳаракатчан қизсан ва яқин кунларда иккингни тўғрилайсан.

¤қувчининг яхши баҳосидан ўқувчи, қувониши ва психологик ёрдам бериши, қўллаб-қувватлаши лозим. Масалан: Баракалла бугун сен «5» олдинг. Ҳаракат қил ва бундан буён ҳам яхши ўқи.

«Менинг ҳамкасбим» машқи

Машқ мақсади: ишда ўқитувчининг ҳамкасблари билан самарали мулоқот воситаларини ривожлантириш.

Психолог гуруҳга кейинги вазиятни ўйнашни таклиф қилади, бир ўқитувчи ҳам касбларидан бир-икки кунга ўрнини билдирмасликни сўрайди.

¤йиндан сўнг ушбу вазият юзасидан муҳокама қилинади ўқитувчи илтимосини баён этиш учун қандай коммуникатив воситалардан фойдаланди, нима учун бир ўқитувчи унга ёрдамлашди, бошқаси эса йўқ.

Ҳар бир қатнашчи ўзининг тажрибасидаги шундай вазиятларни эслаш мумкин. Бу вазиятга психолог аралашмайди, фақатгина гуруҳга ёрдам бериши мумкин. Машқ сўнгида ушбу вазиятда: «¤зингизни қандай тутишингиз керак, ҳамкасбларингиз сизга чин дилдан ёрдам беришлари учун вазиятни муҳокама қилинади.

«Менинг директорим» машқи

Машқ мақсади: мактаб директори билан самарали мулоқат ўрнатиш. ¤қитувчи мактаб директоридан йилнинг ўртасида соғлиқ учун таътил сўраган шундай вазиятни кўрсатиш керакки, директор инкор қила олмасин.

Мактаб ҳаётидан мактаб директории билан ўқитувчилар ўртасидаги бундай вазиятларнинг бир нечтасини кўрсатиш мумкин.

Гуруҳ билан юқоридаги вазият юзасидан муҳокама қилинади.

«¤£ИТУВЧИ-СИНФ» ЦИКЛИ

Эмоция машқи

Машқ мақсади: ўқитувчиларда дадиллик ва ўқувчилар образли мулоқат, мулоқатда эгилувчанлик, эмоционал илиқлик ва ижобий муҳитни шакллантириш.

Гуруҳ ярим айлана тарзида ўтиради ва психолог ҳар бир қатнашчига психологик топишмоқ: юзнинг ҳолати, ҳаракат ёрдамида қайсидир эмоционал ҳолатни ўйнашни топширади. Гуруҳ бу ҳолатни топиши керак бўлади.

Психолог ҳар бир қатнашчининг топишмоқни топишини юз, қўл, овоз ва бошқаларни ишлатилишини ташкил қилади. £атнашчиларда директор овозими ёки ўқитувчилар ҳолати борлигини аниқлаб беради.

«Менинг касбий ролим» машқи

Машқ мақсади: ўқитувчи билиши лозим булган синф билан мулоқотни ва ички ҳолатларни самарали ҳал этиш.

Гуруҳ айлана бўлиб ўтиради ва психолог ҳар бир қатнашчига касбий коммуникатив сифатларни кўрсатувчи роль ёзилган карточкаларни тарқатади.

Карточкаларда қуйидаги сўзлар ёзилган бўлиши мумкин: «ёрдамчи, она, тарбиячи, сардор, идеал. ¤қитувчи билан ота-оналар ўртасидаги воситачи дўст, ўйин, интеллектуал, судья, ўртоқ, кузатувчи, дарс берувчи,

Ҳар бир қатнашчи ўзининг позицион роли баён этилган карточкасини олади ва унга тушунарли бўлган ўқитувчининг ушбу позициясида тутган ўрнини айтади. Берилган роль позицияга қарши чиққанда кичик ўқувчилар билан мулоқотда фойдаланиш. мумкин бўлган ползицияни баён этиш лозим. Вазият муҳокама қилинади, айниқса кичик мактаб ёшидаги ўқувчилар олдида тутган ўрни ҳақида алоҳида тўхтанилади.

Муҳокама гуруҳ ичида айлана тарзида ёки навбат билан фикрни билдириши мумкин. Гуруҳ муҳокамасида психолог ўқитувчилар диққатини кейинги вазиятга: ҳар бир ўқитувчининг шахсий икки ролини, ўқувчилар билан муносабатини, улар билан мулоқотда самимий ва очиқ кўнгил бўлиши лозимлигини уқтиришга ҳаракат қилиш лозим.

«Лақаб» машқи

Машқ мақсади: кичик мактаб ёши ўқувчиларининг бир-бири билан мулоқотга киришишини ўрганиш. Машқ бевосита «¤йлаб топчи» машқи асосида ташкил қилинади. Ихтиёрий равишда гуруҳ бошлиғи танланади. У хонадан чиқади ва у йўқлигида гуруҳ кимнидир эслайди.

Бир гуруҳ ўқитувчилар шу синфда уни қандай тасаввур қилган бўлсалар шундай лақаб берадилар. Бошловчининг вазифаси, гуруҳ кимни ўйлаган бўлса шу қатнашчини топишдан иборат.

¤йин ўтказилгандан кейин гуруҳ вазиятни муҳокама қилади. £айси лақаб энг мос тушади, қайси бири йўқ. Бу ҳолатда бошқа қатнашчиларнинг фикрини эшитиш лозим. Бошловчининг ва лақаб қўйган ўқитувчининг фикрини билиш лозим.

Мактабларда ўқитувчиларга ўқувчиларнинг қандай лақаб қўйилиши жуда қизиқ муҳокама бўлади. Чунки ўқувчилар ўқитувчиларнинг хулқидаги ва характеридаги камчиликларини аниқ пайқашади ва бунга тўғри ёндашиш лозим.

«Тимсол топ» машқи

¤қитувчиларга бошланғич синфда дарс материалларини тушунтириш қийинчиликлар туғдиради. £айсидир болалар тез ва аниқ тушунишади, кимдир секин тушунади ва тушунтириш учун қайта- қайта такрорлаш лозим.

¤қитувчи шунинг учун бир хил вазифани турли сўзлар билан тушунтириши лозим.

Машқ мақсади: ўқувчиларга ўқув материалини тушунтиришда ролга кириб ўтишни ташкил қилиш.

¤қитувчилар гуруҳи айлана бўлиб ўтиради. Психолог ҳар бир қатнашчига ўқув материалидан бир мавзуни ўзига аниқлаб олишни таклиф қилади. М: «тенглама, олма, айлана» кабиларга ўхшаш ўхшатмалдар топиш.

¤қувчилар ҳар бири ўзининг мавзусига тушунтириш беради. Олдин айтилган тушунчаларни қайтариш мумкин эмас. Натижада ҳар бир ўқув темасининг муҳокамасини «муҳокамалар банкига» йиғилади ва ҳар бир гуруҳ ундан фойдаланиш ҳуқуқига эга бўлади.

«Назорат ва бошқариш» машқи

¤қувчилар кичик синф болаларида яхши ўқув нормасини ташкил қилишнинг қийинчилиги тўғрисида кўп гапиришади.

Бир ўқувчи бесарамжон, бутун дарс давомида ҳаракатчан, бошқаси эса унинг акси, пассив ва тормозланувчан, учинчиси ўзига ишонмайди, ҳамма нарсани тушунса ҳам, билса ҳам жавоб беришга қўрқади.

Машқ мақсади: ўқитувчиларда синфий бошқариш ва назорат қилишнинг самарали йўлини ташкил қилиш.

£атнашчилардан ҳоҳишга кўра ўқитувчи ролини ўйновчи гуруҳ йиғилади. £олган гуруҳ қатнашчилари кичик мактаб ёшидаги ўқувчи ролини ўйнашади. Ҳар-бир ўқувчи психологдан карточка олади, унда унинг нима қилиши кераклиги қандай жавоб бериши ва бошқалар.

£атнашчилар карточкани ўзи учун ўқиб жим ўтиришади. Карточкада шундай сўзлар ёзилган бўлиши мумкин.

«¤қувчи аълочи, ўкув материалини яхши билади ва ташкилотчи» Ҳаракатчан ва тушунувчан лекин диққати бўлинувчан.

¤қувчи тўполончи, ҳар дарсда қўшнисига тинчлик бермайди.

Гиперактив ўқувчи бир дақиқа ҳам ўтира олмайди. Дарс материалини қийинчилик билан ўзлаштиради.

Пассив, тормозланувчан ўқувчи ҳар доим ойнага қараб ниманидар орзу қилиб ўтиради»

«¤зиниг кучига ишонмай хатто жавоб бернишга тайёр ҳолда ҳам ҳеч қачон қўлини кўтармайди.

Гуруҳ синфни ташкил қилади. Ҳар бир қанашчи ўзининг парта ёки столига ўтиради «Дарс саҳнаси яратилади. Ҳар-бир ўқувчи ўзининг ролини ўйнайди. ¤қитувчи ролини ўйнаётган қатнашчи қатнашчи 5-10 дақиқа илиқ психологик иқлимни ташкил қилишга қаратиш керак.

¤йиндан сўнг ушбу вазият муҳокама қилинади ва синфдаги вазиятни нормада ушлаб туриши учун кутилмаган вазиятларда ҳам яхши натижаларга эришиши учун нима қилиш керак? саволларга жавоб топишга ҳаракат қиладилар.

Гуруҳ муҳокамасидан сўнг «синфни 5минутда қандай тинчлартириш мумкин вазиятга самарали ва фойдали усулларни кўрсатиш мумкин.

Ушбу машқда ўқитувчи баҳоланади ва психологик ўқитувчиларининг маслаҳатлари ва йўл йўриқлари тушунтирилади.

Ушбу машқда ўқитувчи ўқувчиларини бир вақтнинг ўзида ҳам назорат қилиш ҳам бошқариси хусусида фикр алмашинади.

«Мақсадда қатъий туриш» машқи

Машқ мақсади: ишда малакасини ошириш ва биринчи дарсданоқ куч ва энергия йўналтириш.

¤қитувчилар гуруҳи қўлай тарзда айлана бўлиб ўтиришади. Психолог уларга ўзини бўш қўйиб, кўзини юмушни айтади. Тинчлантирувчи, юмшоқ овоз билан кейинги теккистни айтади.

Тасаввур қилинг, сизнинг бўган синфга киришга ҳоҳишингиз йўқ Бор кучингизни «Агар» га қаратинг «Агар мен яхши кайфиятда бўлганимда қувонч билан синфга кирак эдим. Мен кўчада кетар эканман ўқувчиларим ҳақида ўйлайман ва уларни тезроқ кўришга келаман.

4.6 «¤£ИТУВЧИ-¤£УВЧИ» ЦИКЛИ

«Бола» машқи

Машқ мақсади: ўқитувчиларда болаларга нисбатан ҳиссий ижобий муносабатни шакллантириш. Гуруҳ иштирокчилари айлана бўлиб ўтирадилар ва навбат билан «бола» сўзига (бошланғич синф ўқувчиси) таъриф берадилар. Таъриф: «Бола бу» сўзлари билан бошланиши керак. Ҳар-бир иштирокчи таърифни ўзига ёққан сўзлар билан тугатиши мумкин.

Психолог муҳокамада кўпроқ ижобий таърифларга эътибор беради.

«Учрашув» машқи

Машқ мақсади: ўқитувчиларда болалик хотираларини фаоллаштириш, ҳиссий идрокни тарақий эттириш, «болалик комплексини» шакллантириш. Гуруҳий маҳғулотни ташкил қилиш медиатив сеанс типии бўйича амалга оширилади. ¤қитувчилар ўз жойларига қулай жойлашиб оладилар. Улар ярим айлана шаклида жойлашадилар психолог улар олдида тик туради. «¤зингизни эркин, бўш ҳис қилинг, бир неча дақиқа тинч нафас олинг» психологик сўз билан таърифланг образ ва картинкаларни қайта эсга тушириш сўралади.

Кейин психолог қуйидаги сўзларни айтади: Тасаввур қилинг ўз уйингиздасиз. Одатда дам оладиган, шинам, Узингизни яхши ҳис қиладиган жойда ўтирибсиз. Сиз учун муҳим бўлган учрашувга ичдан тайёрланяпсиз. Сиз диққатингизни бир жойга тўплаб, ўзингизга эътиборлисиз. Энди сиз фикран ўрнингиздан туриб эшикка томон йўл оласиз. Эшикни очиб зиналардан секин тушасиз. £оронғу падъездан чиқиб, кўчага ёзги қуёшли кундаги ёруғликка отланасиз. Кўчада сизнинг олдингиздан бола чиқиб қолди. У сизга борган сайин яқинлашмоқда, яхшилаб қарасангиз- бу бола бошланғич синфда ўқиган вақтдаги сизнинг ўзингиз, бу қиз қандай қийинчиликларга, юз ифодаси, кайфияти қандайлигига қаранг. Унга тўлиқроқ қарашга ҳароакат қилинг. Унга сиз учун муҳим бўлган саволларни Беринг, ундан жавобни эшитишга ҳаракат қилинг.

Шундан сўнг аста - секин қайрилинг ва ўз хонангизга шошмасдан қайтинг. Умумий муҳокама қуйидаги таянч саволлар асосида ўтказилади.

«Болаликдаги ва сизнинг ички хаёлингиздаги образларни тасвирланг» қандай савол бердингиз ва қандай жавоб олдингиз?

тасаввур ва ҳаяжонларингизни тасвирланг.

«Менинг болалигим» машқи

Машқ мақсади: ¤қитувчиларда болалик хотираларини фаоллаштириш.

Гуруҳ айлана шаклида ўтиради. психолог иштирокчилардан болаликдаги энг қувончли ва энг ҳафа бўлган тасуроти ҳақида гапиришни сўрайди. Гуруҳий муҳокама болаликда бошдан кечирилган воқеа туфайли психотраммаолган ўқитувчиларга психологик ёрдам кўпсатишга қаратилган. Маълум бўлишича, ёшликда бошдан кечирилган қаттиқ грамматик ҳодиса ўқитувчини ўқувчиларга муносабатига таъсир қилади. Гуруҳда болаликдаги таассуротларни муҳокама қилиш ва гуруҳни қўллаб - қўватлаш туфайли ўқитувчи ўзининг салбий хотираларидан фориғ бўлади.

«Менинг биринчи ўқитувчим» машқи

Машқ мақсади: ¤қитувчиларда педагогик рефлексия қобилиятини ривожлантириш, шахсий тарбиявий таъсир оқибатларини баҳолаш ва таҳлил қилиш. Психолог гуруҳ иштирокчиларига ўзининг биринчи ўқитувчиси болаларга қандай муносабатда бўлган, дарсни қандай тушунтирганлиги ҳақида гапириб беришини сўрайди.

Умумий муҳокамада психологик гуруҳ иштирокчилари эътиборини ўз фаолиятларида биринчи ўқитувчисининг услуби ва муҳокамасини такрорлашга ёки болаларга муносабатда адолатли ва мулойимроқ, нимададир унга нисбатан яхши бўлишга интилишга қаратиш лозим.

¤қитувчиларда шахсий болалик хотираларини қайта эсга тушириш негизида болаларни ҳис қила олишни ривожлантириш муҳим.

«Менинг энг қийин ўқувчим» машқи

Машқ мақсади: ¤қитувчиларда болаларга нисбатан ҳиссий ижобий муносабатини ривожлантириш, қийин ўқувчилар билан мулоқат буйича тажубга алмашинувчи ташкил этиш.

Гуруҳ иштирокчилари айлана бўлиб жойлашишади ва ўзларининг қийин ўқувчилари ҳақида, унинг ташқи кўриниши, дарсларда ўзини тутиши ўқиш, у билан қандай қийин вазиятлар вужудга келгани ва ҳакозолар ҳақида фикр алмашадилар. Ҳикоя қилувчи қийин ўқувчига таъсир қилиш йўллари ҳақида гапиради. Гуруҳ ўз амалий тажрибасидан келиб чиқиб, таъсир кўрсатишнинг маҳсулдор воситаларини топишга ёрдамлашади.

«Интонация» (оҳанг) машқи

Машқ мақсади: ўқитувчиларнинг комуникатив имкониятлари диапозонини кенгайтириш.

Гуруҳнинг ҳар бир аъзосига қандайдир, ўқувчига қаратилган мақтов сўзларни айтиш таклиф қилинади. Масалан: «балли! Сенда ҳамма нарса яхши бўлади» каби сўзларни айтиш мумкин. Бунда айтилган сўзлар иштирокчи томонидан 5 мартта турли оҳангда такрорланади. Гуруҳ қайси ифода яхши айтилганини муҳокама қилади. Психолог ҳар-бир ўқитувчига ўқувчилар билан мулоқат учун ифодалироқ оҳангни топишга ёрдамлашади.

«Ойна» машқи

Машқ мақсади: ўқитувчиларнинг комуникатив имкониятларини ривожлантириш.

Гуруҳ иштирокчилари жуфт - жуфт бўлиб оладилар. Ҳар бир жувтликда бир бошловчи танланади, иккинчиси унинг ойнаси бўлади. Бошловчи қули билан кутилмаган ҳаракатларни амалга оширишлари керак. Иккинчи иштирокчи бу ҳаракатларни синхрон равишда ойнадан аксини такрорлаши керак.

¤йинчилар орасидаги сўзсиз комуникасияда вужудга келадиган қийинчиликлар муҳокама қилинади. Психолог иштирокчилар эътиборини одамлар орасида қандай индивидуал- динамик фарқлар мавжудлигига, уни тўғри тушунтириш ва ҳис қилиш учун суҳбатдошга мослашиш қанчалик мҳимлигига қаратади. Бу ўқувчиларни тушунишда муҳим ҳисобланади.

4.7 «МЕН-¤£УВЧИ» ЦИКЛИ

«Муаммо» машқи

Машқ мақсади: гуруҳ иштирокчилари шахсий муаммоларининг субъектив аҳамиятлилигини пасайтириш. психолог ўқитувчиларга кўзларини юмиб, бушатишларини таклиф этади. Кейин бу қуйидаги сўзларни айтади. «Сўнгги вақтларда сиз учун муҳим ва долзарб бўлган шахсий муаммоингиз ҳақида ўйланг. Муаммоингизни ичингизда айтиш мумкин бўлган бир неча сўзлар орқали ифодаланг.

Энди сизнинг муаммоингиз ҳақида яқинда суҳбатлашган инсонни кўз олдингизга келтиринг. унинг сизга нима дегани ва сиз нима деб жавоб қайтарганингизни аниқроқ эслашга ҳаракат қилинг. У билан қандай вазиятда суҳбатлашганингизни эслаш, сиз суҳбатлашган хонани, теварак атрофдаги нарсаларни эслашга ҳаракат қилинг. Энди ўша ҳаракатга, суҳбатдошингизга ва ўзингизга четдан, расмга қарагандай қаранг.

Буларнинг барини аниқ кўз олдингизга келтиришингиздан сўнг, маҳаллангизда яшайдиган инсонларни, яқин қўшниларингиз ҳақида ўйланг. Сиз яшайдиган микрараёон, шаҳар ёки қишлоқ ҳақида ўйланг. Ватанимиздаги барча аҳоли ҳақида ўйланг.

Бутун ер шарини, унда яшайдиган оқ. қора, сариқ, қизил танли инсонлар, камбағал ва бой, бахтли ва бахтсис инсонлар ҳақида ўйланг. £уёш системаси. унинг теварагида айланувчи планеталар ҳақида ўйланг. Космоснинг чексизлиги ва абадийлик ҳақида ўйланг.

Психолог умумий муҳокама ўтказаётганда, шахсий муаммосини бемалол ўйлаши мумкинлиги, бунда унинг суъектив аҳамиятини камайтириш мумкинлигига эътибор қаратади.

«Яхши ёмон» машқи

Машқ мақасди: гуруҳ иштирокчиларини ёмон нарсада - яхши нарсани кўриш, қайғули фикрлар ва оғир ҳиссиётларга берилмасликни ўргатиш.

Гуруҳнинг ҳар бир аъзоси тоза қоғоз ва ручка олади. Психолог ҳозирги вақтдаги шахсий муаммоли вазият ҳақида ўйлашни таклиф қилади. £оғоз иккига бўлинишини айтади. £оғознинг чап ёнига ҳаётий муаммонинг иштирокчи учун 10 та салбий оқибати ёзиб чиқилади. Кейин қоғознинг ўнг тарафига мавжуд вазиятнинг 10 та ижобий томонлари ёзиб чиқилади. Масалан: иштирокчиларнинг бири чап томонга қуйидаги сўзларни ёзади: «Биз турмиш ўртоғим билан ажрашдик». У ўнг томонга: «Энди мен мутлоқо эркинман»- деб ёзиди. Психолог машқни муҳокама қилаётганда ҳар бир ҳатто Энг қийин ҳаётий вазиятда ҳам унинг ижобий томонларини топишга ҳаракат қилиши зарур ва бунинг ҳисобига руҳий барқоролик эришиш мумкин.

«Бундан ҳам баттар бўлиш мумкин эди»

Машқ мақсади: қийин ҳаётий вазиятларда ўзини «формада» ушлашга ёрдамлашади, ички зўриқишни йўқотишга ва тинчланишга ёрдам беради.

Гуруҳ иштирокчилари жойларига ўтириб, тинчланиб. бўшашадилар. Психолог уйда ва ишдаги мавжуд қийинчиликлар ҳақида ўйланг. Бу қандай қийинчиликлар. Сиз уларга қандай муносабаттасиз? Сиз нимани ҳис қилаяпсиз?

Энди ўз ҳаётингизни тасаввур қилинг, агар энг қўрқинчли нарса содир бўлса. (жимлик), буларнинг бирчаси қандай бошдан кечиришингиз, бу ҳодиса ҳаётингизда қандай оқибатларга олиб келиши ҳақида ўйланг. Агар бу ҳодиса ҳақиқатдан ҳам содир бўлса, нима бўлишини тўлиқроқ ўйланг. Энг охирида ўзингизнинг муаммоингизни эсланг.

Иштирокчиларнинг ҳақиқатда мавжуд қийинчиликларни ижобий қабул қилишлари муҳокама қилинади.

«¤зингизга сизни ёқтирадиганлар кўзи билан қаранг» машқи

Машқ мақсади: ¤қитувчиларда ўзига ишончни ўз шахсига ижобий муносабатни фаоллаштириш, ички гўзалликка энишиш, депрессияни йўқртиш.

Машқ медитация технологиясига мос равишда ўтказилади. Психолог гуруҳга мурожат қилади: Сизни севадиган ёки қочондир севган инсонни аниқлаш ички ҳаелингизда бу инсоннинг характерини ташқи кўринишини аниқроқ кўз олдингизга келтиринг. Тасаввур қилдингизми? Энди кузатиш йўналишини ўзгартиринг. Сиз ҳаёлан бу инсонннинг ичига кириб вақтинча ўша инсонга айланасиз.

Унинг ичига кириб, ўзингизни бу инсоннинг севувчи кўзлари билан кўриш қобилиятига эга бўласиз. Сиз ўзингизда камчилик деб ҳиссоблайдиган хислатларни ҳма ютуқ сифатида кўра бошлайсиз сиз сивгига ёқтиришларига лойиқ эканлигингизни, сиз билан фахрланиш мумкинлигини сезасиз.

¤зингизга шундай ижобий қарашни сақлаган ҳолда, дастлабки ҳолатга қайтасиз, яна ўзингизга ижобий муносабатни сақлашга ҳаракат қилинг.

4.8 «¤£ИТУВЧИ-ОИЛА ЦИКЛИ»

«Тарози» машқи

Мактабдаги иш билан боғлиқ оғир юкламани муваффақиятли бажариш учун оилада ўзини тинч ва ҳимояланган ҳис қилиш керак. Агар оила аъзолари бир-бирларини қўллаб-қувватласалар, инқироз ва муаммоларни осонлик билан ҳал қиладилар, ьўз кучларини қайта тиклайдилар.

Машқ мақсади: ички барқарорлик ҳолатини яратиш, оила азоларига ижобий муносабатни фаоллаштириш.

Машқни аёллар аудиториясида ўтказаш тавсия қилинади.

Гуруҳ аъзолари тинчланиб, медитацияга тайёр бўлганликларидан сўнг психолог қуйидаги сўзларни айтади: сизга яқин инсон, турмиш ўртоғингиз ёки дўстингиз ҳақида ўйланг. Унинг юзуни, характерини, одатдаги ҳаракатларини ва имо ишораларини кўз олдингизга келтиринг. У қандай инсон?

Унинг образини чизишда сиз кўпроқ камчиликлардан фойдаландингиз? Биринчи учраҳувингизни эсланг. £андай вазиятда сиз уни биринчи марта кўрган эдингиз? Унинг кўриниши гапириши, ҳаракатлари қандай эди? Диққатингизни тортадиган қандай асосий хусусияти мавжуд эди? Унинг нимаси сизга ёқади? Сиз учрашиб юрган кезларни эсланг. Сизга нисбатан ғамхўрлик ва меҳрибонлик кўрсатган, энг яхши дақиқаларни эсланг.

Энди тарозини кўз олдингизга келтиринг. тарозининг бир палласига яқин кишингизнинг камчиликларини, иккинчи палласига оғир келиши керак. Яқин кишиларга салбий хислатларга нисбатан ижобий хислатларни кўпроқ танишга интилинг. Унга нисбатан яхши муносабатда бўлинг ва уни ортиқча танқид қилмасликка ҳаракат қилинг.

«Келишув» машқи

Машқ мақсади: оилавий вазиятда қарор қабул қилишнинг комуникатив усулларини ишлаб чиқариш, яқин кишини тушуниш, унинг қизиқиш ва эҳтиёжларини ҳурматлашга ўрганиш.

Гуруҳда ўйин вазиятини ташкил қилинади. Ҳозирга кўра гуруҳдаги «эр» ва «хотин» ролини ўйнавчи, икки актиёр танланади. Эр-хотинлар оилада қарор қабул қилиш бўйича қандайдир вазият муҳокама қилинадиган ўйин вазиятни таклиф қилинади. Масалан: ёзги таътилни қандай ўтк4азаш бўйича муҳокама таклиф қилинади. «Эр» бу масала бўйича ўз вариантини, «хотин» Уз вариантини таклиф қилади.

¤йин 4 босқичда ўтказилади.

Биринчи босқичда: «эр» ва «хотин» томонидан таклиф этилган вариантлар муҳокама қилинади.

Иккинчи босқичда: Психолог «эр хотиннинг стулига, хотин эрнинг стулига» ўтиради. Улар ўз позицияларини ўзгартириб, муҳокама ўтказилади. Эр хотин номидан гапиради, Хотин бўлса эр номидан гапиради.

Учинчи босқичда: суҳбатдошлар учун янги бўлган фикрлар муҳокама қилинади. Эр ўйиндаги хотиннинг эҳтиёжларини аниқроқ тушунади, хотин бўлса эрнинг истакларини яхшироқ тушунади.

Тўртинчи босқичда: икки оила аъзосининг ҳам қизиқишларини ҳисобга оладиган келишув қарор ишлаб чиқилади.

4.9 ¤РТА ВА Ю£ОРИ СИНФ ¤£УТУВЧИЛАРИ УЧУН ПЕДАГОГИК ТРЕНИНГ

( АМАЛИЙ МАШ¢УЛОТЛАР ДАСТУРИ)

¤рта ва юқори синф ўқутивчилари учун педагогик тренинг, уларда комуникатив кўникмаларни ривожлантиришга, ўқувчилар билан муносабатта шахсий тажрибани ривожлантиришга, маҳсулдор касбий ўз - ўзини бошқариш усулларига қаратилган.

«¤£ИТУВЧИ- МАКТАБ» ЦИКЛИ

«Позиция алмашиш» машқи

Машқ мақсади: ¤қитувчиларда ҳам касблари билан мулоқлотга коммуникатив позицияни алмаштириш жараёнида эгилувчанликни шакллантириш.

Гуруҳ айлана шаклида ўтиради. Ҳоҳишга кўра бир иштирокчи танланади ва у гуруҳ ичида соат стрелкаси бўйлаб ҳаракат қилади, бунда у гуруҳниниг ҳар бир аъзоси билан қисқача суҳбатлашади. Гуруҳнинг бошқа аъзолари суҳбатини тинглайди. қандай комуникатив воситалар қўллаганлигини, яхши суҳбатдошнинг индивидуал хусусиятларидан келиб чиқиб, суҳбат услуби ўзгарганлигини, бошловчининг коммуникатив позицияси ўзгарганлигини баҳолайди.

Гуруҳий муҳокама икки босқичда олиб борилади. Биринчи босқичда бошловчи суҳбатлашган гуруҳ аъзоларининг таассуротлари тингланади.

Иккинчи босқичда ҳар гал янги суҳбатдош билан суҳбатлашишга киришилганда, коммуникатив позиция ўзгарганда бошловчининг ҳиссиёти ва таассуротлари таҳлил қилинади.

«Кўприк» машқи

Машқ мақсади: уюшган педагогик жамоани яратиш ўқитувчиларда бир-бирини қўллаб-қувватлаш, бир-бирига ёрдам беришни шакиллантириш, мулоқотнинг новербал воситалари тренингни ривожлантириш.

Иштирокчилар айлана бўлиб жойлашадилар. ¤ртага жойлашган психолог бўр билан диагонал чизиқ чизади. ¤йин шартини у қуйидагича тушунтиради: «бу чизиқни тоғ дарёсидаги кўприк деб деб тасаввур қилинг. Кўприкдан бир томонда қараб, фақат бир киши ўтиши мумкин. ¤йиндаги вазифа шундан иборатки бир-бирига қарама-қарши йўналишда ҳаракат қилаётган икки киши кўприкдан ўтишлари зарур. Ким уриниб кўришни ҳоҳлайди? Гуруҳ ичида ҳоҳишга кўра икки иштирокчи чиқади. Бу вазифанинг ечими олдиндан муҳокама қлинмайди, иштирокчилар кўприк бўйлаб, бир-бирига қарама-қарши ҳаракат қиладилар. Улар учрашганда бир дақиқадан ортиқ гаплашмасдан, энг кам сўз ишлатиб, келишлари зарур.

Натижаларни муҳокама қилишда қуйидагиларга эътибор берилади. Коммуникатив вазифани бажаришда ким ташаббусни намоён қилади, ўйин иштирокчилари бир-бирларига ёрдам бердиларми ёки аксинча, шериги ҳақида ўйламай фақат мақсадини амалга оширишга уриндими? Бундай шартли ҳафли вазиятда қандай воситалар воситали ҳисобланади.

«Карниз» машқи

Машқ мақсади: педагогик жамоада бир-бирига нисбатан очиқлик, ўзаро ёрдам ўзаро, қўллаб-қуватлашни мустаҳкамлаш. Гуруҳ иштирокчилари бир-бирининг орқасидан елкалари тегиб туради. Психолог бўр билан чизиқ чизади ва шундай дейди: «Бу чизиқ кўп қаватли уйнинг карнизини чети. Гуруҳимиздаги бир киши ҳоҳишига кўра, пастга тушиб кетмасдан карниз бўйлаб ўтиши зарур. Гуруҳнинг вазифаси унга ёрдамлашишдир. £исқа гаплашиш, жисмоний алоқа туридаги қўллаб-қуватлашлар рухсат этилади. муҳими карниздан ўтиш.

Бундай ўйин машқини бажариш иштирокчини ўз таассуротлари ҳақида фикр алмашадилар, йўлнинг қайси қисмида қўллаб-қувватлашни сезди қаерда ўйин вазифасини бажариш қийин бўлди. Гуруҳ иштирокчилари бир гал нима учун қўллаб-қувватлаш мувоффақиятли чиққани, бошқа гал нима учун самарасиз бўлганлиги ҳақида фикр алмашадилар.

«Навбат» машқи

Машқ мақсади: ¤қитувчиларда бевосита коммуникатив хулқ атворни ривожлантириш.

Гуруҳдан 8 киши танлаб олинади, уларнинг бири - бошловчи.

Етти киши дўкондагидек, кетма-кет навбатда туради, саккизинчи дўконга навбатсиз келади. У мақсадига эришиш учун ҳар бир иштирокчи билан гаплашади. Навбатда турганлар уни харид қилишга қўймасликлари зарур.

Бу вазият ўйнаётганда гуруҳнинг бошқа аъзолари кузатувчи бўладилар. Кейин умумий муҳокама ўтказилади. ¤йинниг ҳар бир коммуникатив - мазмунли дақиқаси таҳлил қилинади, навбатда турганлардан ким зўравонни ўтказиб юборди, ким ўтишга йўл қўймади қандай воситалар қўлланилган (илтимос, қўрқиш ва ҳоказо) муҳокама қилинади.

«Иккимиз» машқи

Машқ мақсади: фикр алмашинув жараёнида эгилувчанликнинг ички воситаларини шакллантириш. Психолог гуруҳ аъзоларини жуфт-жуфт бўлиб бўлишни таклиф қилади. Машқ уч ўйин вазиятидан ташкил топган: шериклар орқаларини текизиб ўтиришади ва 5 дақиқа давомида суҳбатлашишади, кейин яна 5 дақиқа гаплашишади, бунда уларнинг бири ўтиради, иккинчиси унинг олдида тик туради, навбат билан ўринларини алмаштирадилар (ўтирган тик туради). Сўнгра 10 дақиқа давомида бир-бирига қарама-қарши ўтирган ҳолда фақат кўзлари билан гаплашадилар. Ҳар-бир вазифани бажарганлридан сўнг жуфтликлар таассуротларни бўлишиб фикр алмашадилар.

Энг охирида умумий жамоавий муҳокама ташкил қилинади. ¤йиндаги қайси вазифа енгил ва ёқимли бўлгани, қачон мулоқатда қийинчилик вужудга келгани, қайси жуфтликларда психологик тушуниш вужудга келган муҳокама қилинади.

«Аквариум» машқи

Машқ мақсади: педагогик фаолиятнинг маҳсулдор индивидал стили воситаларини излаш.

Гуруҳ тенг икки гуруҳларга бўлинади. Уларнинг бири айлана марказида жойлашади, қолгани четга бўлинади. Аквариумга ўхшаш, икки - ички ва ташқи айлана ҳосил бўлади. Айлананинг ичкарисида жойлашган иштирокчилар психологдан мунозара учун маълум мавзу олади. мактаб ҳаётидан олинган ўқитувчилар учун долзарб бўлган мавзулар берилиш мумкин: «¤қувчи дарсни бузди», «синфда тартиб сақлаш қийин», «Болалар ўқишни ҳоҳлашмайди» ва ҳокозо. Мавзу «Бу ерда ва ҳозир» пирнципи бўйича муҳокама қилинади. Бунда фақат айлана ичидан иштирокчилар муҳокамада иштирок этади. Айлана ташқарисида ўтирган иштирокчиларнинг вазифаси ҳеч нарса демай, икки айланада ўтирган бир кишини кузатишдан иборат. Улар кузатиш обекти ўзини қандай тутиш, қандай комуникатив воситалардан фойдаланиш мулоқат бўйича шерикларни қўллаб - қувватлашлари, фаолиги ва пассивлиги, пешқадамлиликка интилишни кузатиб, таъкидлайдилар.

Тахминан 15-20 дақиқидан сўнг иштирокчилар ўринларини алмаштирадилар. Психолог янги мавзуни тавсия этиши ёки қизиқарли ва мазмунли баҳс юзага келган бўлса ўша мавзуни давом этириши мумкин.

Умумий муҳокамада барча иштирокчилар айлана бўлиб ўтиради ва иштирокчилар хулқ-атворининг турли шаклларини таҳлил қиладилар, маҳсулдор коммуникатив воситаларни ажратиб кўрсатадилар.

4.10 «¤£ИТУВЧИ СИНФ» ЦИКЛИ

Атмосфера машқи

Машқ мақсади - коммуникатив воситаларни ривожлантириш синфдаэмоционал илиқлик ва ижобий муҳитни шакллантириш.

Гуруҳ иштирокчилари креслоларга қулай жойлашади, қулларини эркин қўйишади ва кўзларини беркитишадилар. Психолог сокин ва пастроқ овозда шундай дейди.

«Ҳозир сиз билан яқин орада бўлган ёқимли воқеани эсланг». Сиз нимани ҳис қиляпсиз? ¤зингизни бўу воқеа ҳодисадаги ҳиссиётларингизни аниқроқ намоён қилинг: қувонч, қониқиш.

Ҳозир ўзингизни ички қувонч ҳолатингизни сақлашга ҳаракат қилиш ва мен ҳозир сўзма-сўз тасвирлайдиган ҳар-бир картинкани ижобий ҳиссиётлар билан тўлдиринг.

Сиз синфга кирасиз: ўзингизда тетиклик ва ишонч ҳосил қиласиз. Синфга кириб, болалар билан сўрашгач, уларга кулиб қаранг, ички шундай ҳолат топингки, қатиққўллик ва очиқ мулойимлик ўртасида сақлашсин. Сиз ўзингизни столингиз ёнига келасиз. £айси ҳолатни ўзингизга танлайсиз. Тасаввур қилинг сиз ўзингиз учун қулай ҳолатда ўтириб дарсни бошлайсиз. Энди эса ўзингизни тасаввурингизда бўшаб юринг. £улай юришнинг тезлигини топишга ҳаракат қилинг жуда тез ва жуда секин бўлмасин. ¤зингизда ички темпераментни топишга ҳаракат қилингки, у сизни синф олдида моҳир педагоглигингизни, обрўйингизни, ўзингизга ишончингизни намоён қилсин. £андай юраётганингизни тасаввур қилинг? £ўлларингиз орқадами?, ёки қўлларингизни қовиштирилган ҳолда турибсизми? ¤зингизга қулай жойни танлангки, бу сизда озодлик ва ишончни уйғатсин.

Ёдингизда сақланг, сиз танлаган ҳолат сизни ҳаракатларингизга муомила усулларингизга мос тушадими ва ўзингизни яхши ҳис қилишингизга ва синфда ҳиссий ижодий муҳитнинг ҳосил қилишга шароит яратади.

Бу машқни бажаргандан сўнг ўқитувчиларни психотехник тажрибалари ҳақида гуруҳий баҳс мунозарага ўтказилади, уларнинг ҳар бири ўзига қандай қилиб хулқ-атворни оптимал формасини топган, мактабда реал ишлашда қандай муаммоларга дуч келасиз.

«Диққат кўлами машқи»

(К.С Станиславиский бўйича)

Машқ мақсади диққат функцияларини машқ қилиш, таълим жараёнида диққатни барқарорлаштирш ва концентрацияси.

Гуруҳдаги ҳоҳиш бўйича битта қатнашувчи танланади ва қуйидаги топшириқ берилади. ¤қитувчилар гуруҳи уни олдида кутилмаган тартибда турадилар. Олиб борувчи ўзига ички ҳиссиётни аниқлаши керак, улар «кичик» «ўрта» «катта» диққат кўламига тўғри келишлари керак. Аввал унга таклиф қилдинади кўз қараш ёрдамида гуруҳдан бирор бир қатнашувчига диққатни жамлаш, кейин ўзи диққатини «ўрта» гуруҳ кўламига камайтиради, унда 5-7 гуруҳ қатнашчилари бўлади. Олиб борувчи қачонки, диққати барқарорлашиб бораётгани сезса, «катта» гуруҳга ўтиши мумкин, унга ҳамма гуруҳ аъзолари киради. Агар диққати тарқалмаётгани сезса, олдинги гуруҳга қайтади ва машқ такрорланади.

Гуруҳда олиб борувчининг ҳиссиёти таҳлил қилинади. У ўзининг диққати юқорилигини сақлашга қандай ички воситалардан фойдаланибди эришди, бир диққат кўламидан иккинчисига ўтишда қандай қийинчиликларга дуч келди.

«Ритмни бузиш машқи»

Машқ мақсади: Усмир ва катта синфларда бошқарувчининг маҳсулдор воситаларини шакллантириш.

Бу ўйинни вазиятда психолог қатнашувчига ўқитувчи бўлишни таклиф қилади, қанчалар ўсмир катта синф ўқувчилари ролини ўйнайди. ¤йин топшириғи шундан иборатки, 1-2 давомида тезда синфдаги бақириб гаплашаётган тинч ўтираолмаётган ўсмир билан тартибни бузаётганларни тинчлантириш керак.

¤қитувчи маъмурий чораларни қўллаши мумкин, танбеҳ бериш ёки овозини кўтариши мумкин. Кўпроқ натижа берувчи воситалардан синфга таъсир қилиш учун фойдаланиш мумкин, болалар диққатини жалб қилиш, энг фаол лидерларни тенглаштириш психотехник тартибдаги воситалар.

Бу ўйинни ўйнаб бўлгандан сўнг таъсир қилиш воситалари таҳлил қилинади. Улар ичидан энг маҳсулдори ажратилади. Гуруҳ қатнашчилари ўртасида касбий тажриба алмашади.

«Ташаббусни ушлаб тур» машқи

Машқ мақсади: ¤қитувчи касбий имкониятларининг диапазонини кенгайтириш таълим тарбия жараёнида ўқитувчини олиб борувчи ва бошқорувчи позициясини сақлаб қолиш.

£атнашувчилар гуруҳидан 2 та актёр танланади, қачонлар кузатувчилар. Актёрлар ҳамсуҳбат ролини ўйнайдилар ва бирор муаммони ечадилар. £уйидаги муаммолар бўлиши мумкин:

Энг яхши рассом. (Энг яхши қўшиқ, энг яхши дам олиш). Сўзлашув босқичлари ҳам берилади: биринчи босқичда бир суҳбатдош танлаб фаол иккинчиси пассив роль ўйнайди, эшитади.

Иккинчи босқичда: пассив суҳбатдош танлаб уни ўз қўлига олади ва ўзининг фикрини ўтказишга акат қилади. Гуруҳий таҳлилда бундай ҳолатларда «коммуникатив муҳитни тутиб олиш» воситалари таҳлил қилинади, ёки вазиятни бошқаришга қаратилган бўлади. Бу ҳолатларни педагогик жараёнда татқиқ этиш керак.

«Ҳиссиёт» машқи

Машқ мақсади: ¤қитувчининг касбий хусусиятларини шакллантириш, педагогик фаолиятда ҳиссиётдан фойдаланиш.

¤қитувчилар гуруҳи доира бўлиб ўтирадилар £атнашувчиларнинг айримларига психолог картичкалар тарқатади уларда инсоний ҳиссиётлар тасвирланган. £уйидаги карточкалар тўплами берилади: «қувонч, қаҳр, бефарқлик, афсусланиш, ҳайронлик, қўллаб-қувватлаш, қизиқувчанлик». ¤қитувчилар гуруҳ олдида катта бўлмаган бир кўриниш тайёрлашлари керак, унда ўсмирлар ва юқори синф ўқувчилари таълим тарбияси бўладиган ҳолатларни кўрсатиш керак ва ҳииссиётлар педагогик мақсадга мувофиқ келиши қолган гуруҳ аъзолари Хаар бир ҳамкабларини чиқишларини тўлдиради.

4.11 «¤£ИТУВЧИ-¤£УВЧИ» ЦИКЛИ

«Позицион мулоқот ўйини»

¤йиннинг мақсади: ¤қитувчининг комуникатив воситалар диапазонини кенгайтириш, ўрта ва юқори синфда ўқувчиларга педагогик мулоқатни маҳсулдор индивидуал услубини қидириш.

¤йин 3 босқичдан иборат.

биринчи босқич - психолог 2 та иштирокчига оддий ҳолатлардан бири бўлган ўқитувчи ва ўқувчи ўсмир ёки юқори синф муносабатини таклиф қилади. £олган ўқитувчилар кузатувчилар бўлади. £уйидаги ҳолатларни олиш мумкин.

«¤қувчи дарсни бузди ва ўқитувчи уни мактабга суҳбат учун чақирди» «¤қувчи мактабда чекади» танланган ҳолат берилган комуникатив позиция бўйича ўйнашади яъни ўқитувчи - талабчан, ўқувчи ўзини оқлаётган, индамасдан ўкитувчи гапини эшитади. ¤йин ўйналгандан сўнг умумий таҳлил ўтказилади: ўқувчи бундай сўхбатдан сўнг қандай ҳислар ва таъсиротлар олди, ўқитувчи ўзини қандай ҳис қилди, гуруҳда ушбу саҳна кўриниши қандай фикр ва ҳислар уйғотди. Кўп ҳолларда «ўқувчи» ролини ўйнаётган ўқитувчи шунга иқрор бўлганки, ўқитувчи томонидан қўлланилган таъсир воситалари, ўқувчини адолатли жазолаши ўқувчида шундай ҳисларни ерга урилган пассивлик ёки қаҳр ғазаб уйғотади. Гуруҳ иштирокчилари шундан хулоса қилишадики, ўсмирлар билан юқори синф ўқувчилари муносабатида авторитар воситалардан фойдаланиш кам натижа беради.

Иккинчи босқич - ўқитувчи ва ўқувчи муносабати ўйнашади ликин актиёрлар ўзгаради ва комуникатив позицияни топшириш ўзгаради.

¤қитувчи ролини ўйнаётган иштирокчилар гуруҳи иккинчи томонга ўтиш таклиф қилинади. Юқори синф ўқувчиси ўзини юқори ва мағрур тутади. Гуруҳий таҳлил натижалари шунга бағишланадики, қандай сабабларга кўра ўқитувчи ўқувчига боғлиқ бўлиб қолишини таҳлил қилиш.

Учинчи босқичда - гуруҳий қидирув иши ташкил қилинадики унда ўқитувчи муносабатини тўлиқ психологик иқлимни ҳқлишга ёрдам берувчи восита ва қўлланмалар ишлаб топилади. Гуруҳ ўқитувчини қандай қлиб ўқувчи билан гаплашишини ўтириши қандай жумлани қачон айтишни, бундай суҳбат атмосфераси ва кайфиятини ва бошқаларни таҳлил қилади.

***«Менинг энг мураккаб ўсмир болам» машқи***

Машқ мақсади: ¤қитувчилар ўртасида тарбияси оғир ўсмирлар билан муносабат бўйича тажриба алмашишини ўқувчи билан биргаликда фаолият юргизиш мақсадидавоситаларни излаш. ¤қитувчилар гуруҳи доира бўлиб ўтирадилар. Хоҳиш бўйича 10-15 дақиқада ҳар бири шундай ҳолатни айтиб берадилар-ки, унда педагогик жараёнда ўсмир билан мулоқотда энги қийин ҳолатда бўлади. У гуруҳнинг эътиборини нима иш қилганига, у нимани ҳис қилиб бошидан кечирганига, таъсир кўрсатиш воситаларининг натижаларига қаралади.

Битта машғулот давомида ўқитувчининг касбида бўладиган реал ҳолатнинг 45 тасини таҳлил қилиш мумкин.

Гуруҳий таҳлилда қуйидаги мақсадга эришилади. ¤қитувчи ишидаги энг қийин ҳолатларни айтиб берса, гуруҳдан ёрдам олади. Гуруҳда яна ўқитувчилар тартиби ҳам алмашинади. Шунда психологик муаммони ҳал қилишда ўқитувчига маслаҳат бериш керак.

***«Менинг ёшлигим» машқи***

Машқ мақсади: ¤қитувчилар ёшликларини ёдга олишни фаоллаштириш.

¤қитувчилар гуруҳи доира бўлиб ўтиришади ва навбат бўйича ёки хоҳишга қараб ўзининг ёшлигида бўлган «Энг қувончли ёшликдаги воқеа», «Ёшликдаги энг қайғули воқеа» тўғрисида гапириб беришади. Ҳар бир ўқитувчи ўзларининг ҳақиқий ёшликларидек ҳис қилишса гуруҳий таҳлил натижалари яхши чиқади.

**«МЕН - ¤£ИТУВЧИ» ЦИКЛИ**

***Секинлашиш машқи***

Кўпчилик ўқитувчи аёллар ўзларининг болалари, оилалари бўлса, ҳар доим уйда, ишда барча ишларини улгуришга ҳаракат қиладилар ва стрессга тушадилар. Баъзи ўқитувчилар ўзларига рўйхат тузиб оладилар ва улгурганларини ўчириб борадилар. ¤қитувчилар кўпинча кўп ишларга улгура олмасликларидан жуда қўрқадилар. Ҳаётларининг ритмини тезлаштирадилар, ҳар бир дақиқани қадрлашга ҳаракат қилиб бекорчи нарсаларга эътибор бермайдилар. Бундай «бекорчиликларга» дам олиш воқеалари ҳаётнинг кичик қувончлари билан баҳра олиш киради.

Бунинг натижасида аёлларни бу асабийлаштиради, чарчаш сезилади, бошлари оғриб уйқусизлик қийнайди. Бундай ҳолатда ўқитувчи ўсмир ўқувчи билан қилган иши ҳақида ёки юқори синф ўқувчиси билан бирга индивидуал суҳбатлашишга вақт ажрата олмайди.

Машқ мақсади: Ички ритмни секинлаштириш, энергетик баланс ҳосил қилиш, ўзини барқарор, вазмин тутиш.

Психолог гуруҳ аъзоларига қўл соатларини ечиб четга қўйишни таклиф қилади. 15-20 дақиқа ичида оқ қоғозга эркин ассоциациялар орқали сўз жумлаларини ёзадилар. Кейин психолог гуруҳни жуфт-жуфт қилиб ўтқазади ва улар бир-бирларига гапларини айтишади. Жуфтлик суҳбати 20-30 дақиқа бўлади. Бунда психолог соатга қарамасдан секин-аста сўзларни айтади. Гуруҳий таҳлил учун гуруҳ доира шаклида ўтиради. Психолог: «Ким ўзининг суҳбатдошидан баҳра олди?», «Ким дам олганини сезди?» нима деб ўйлайсиз, бизнинг машғулотимиз қанча вақт бўлди.

***«5 дақиқа» машқи***

Машқ мақсади: Шошқалоқлик стрессини енгиш, эмоционал зўриқишни нейтраллаштириш, ўқитувчиларни ички барқарорликка эришишга интилишини мустаҳкамлаш.

Гуруҳий таҳлилни психолог шундай гаплардан бошлайди: «Тасаввур қилинг, сиз бекатга кетяпсиз, шунда сизга керакли автобус ўтиб кетяпти. Сиз нима қиласиз? ¤зингизча хотиржам бўлиб шошмасдан кейинги автобусга чиқаман, ёки бирдан автобус кетидан югураман. Чунки 5 дақиқани тежаб қоламан деб айтасизми? Шу ҳақда ўйланг-ки сиз автобусга қийналиб етиб олдингиз ва йўловчилар олдида оғир нафас олиб турибсиз. 5 дақиқани сиз тежадингиз. Энди шунча кучингизни кетказиб, 5 дақиқани асраб қолдингиз. Энди нима қиласиз?»

Гуруҳий таҳлил натижалари.

**«¤£ИТУВЧИ – ОИЛА» ЦИКЛИ**

***«Сўзсиз севги» машқи***

Баҳолаш ва бошқариш фаолияти педагог фаолиятида жуда катта аҳамиятли, кўпинча ўқитувчилар ўзларини муносабатларини болаларга ҳам ўтказди. ¤зларини оилаларида ҳам ўқитувчи аёллар педагогликларини қиладилар, ўзининг боласига «Баҳо қўя бошлайди» бу «ёмон», «яхши». Бола ўзини фақат яхши иш қилганда яхши кўради деб, ёмон иш қилганида ёмон кўришади деб ўйлайди. Бундан келиб чиқиб, бола ўзида ишончсизлик сезади. Юқори хавотирланиш барқарорлик ҳиссини йўқотади.

Машқ мақсади: ¤қитувчилар билан ўз фарзандларининг сўзсиз севгининг аҳамияти ҳақида баҳслашув.

Психолог ўқитувчилар билан тарбия жараёнида бўладиган қийинчиликлар ҳақида гаплашади. £андай қийинчиликларни улар еча олишган? £айсиларини йўқ? ¤қитувчи ўзини боласида қандай ўзгаришлар сезди?

Гуруҳий таҳлил натижалари.

**УМУМИЙ ¤РТА ТАЪЛИМ МАКТАБЛАРИДА ПСИХОЛОГИК ХИЗМАТНИНГ АСОСИЙ Й¤НАЛИШЛАРИ**

1. Психодиагностика.

2. Психологик маориф ва маърифат.

3. Психопрофилактика.

4. Психик ривожлантириш ва психокоррекция.

5. Психологик коньсултация (маслаҳат).

6. Касб - ҳунарга йўналтириш.

# *I.1. Психодиагностик ишлар*

# Психологик диагностика - Ушбу диагностик ишлар мажмуаси ўқувчиларни мактабда ўқитиш давомида психологик-педогогик жиҳатдан чуқурроқ ўрганишга йўналтирилган бўлиб, уларнинг индивидуал хусусиятларини, таълим ва тарбиясидаги нуқсонларнинг сабабини аниқлашга мўлжаллангандир. Диагностик ишлар гуруҳий ёки якка тартибда (индивидуал тарзда) ўтказилади.

# Бундай тадбирлар қуйидагиларда ўз аксини топади:

# - Ёш давр тараққиётининг муайян меъзонларига мувофиқлигини аниқлаш мақсадида психолог болалар, ўқувчиларни, психологик текширувлардан ўтказади, камолот даражаларини белгилайди;

ўрта умумтаълим ва янги типдаги (инвацион) махсус мактаблар, ўқувчиларини мазкур муҳитга мослашиш ҳусусиятларини ўрганиш.

* Болаларни биринчи босқич таълимига қабул қилишда қатнашиш, уларни мактаб таълимига психологик тайёргарлик даражасини аниқлаш;
* ¤қувчиларни таълимнинг бир босқичидан иккинчисига ўтказишнинг комплекс психологик-педагогик тадқиқотида бевосита қатнашиш;

- Вояга етмаган ўсмирларнинг ўз тенгқурлари билан муомаласи хусусиятини текшириш, уларнинг этноқёфаси ва этномаданияти хусусиятини инобатга олган ҳолда психофизиологик методикаларни муайян шароитга мослаштириш ва тадқиқот ишларини олиб бориш;

- Девиант (қонунбузарлик) аксил ижтимоий хулқ - атвор сабаблари ва уларнинг шаклларини аниқлаш;

- Гиёҳвандлик, таксикоманлик, алкоголизм, ўғирлик, дайдиликнинг ижтимоий психологик илдизларини текшириш, уларнинг омилларини таҳлил қилиш;

- Анъанавий таълим-тарбия методларининг ютуғи ҳамда камчиликларини тадқиқот қилиш, инновацион, фаол услублар самарадорлигини амалиётда синаб кўриш, ўқувчиларнинг уларга нисбатан муносабатини аниқлаш ва ана шуларга асосан ўқитишни индивидуаллаштириш, табақалаштириш бўйича ўқув-услубий кўрсатмалар тавсиялар ишлаб чиқиш;

- Иқтидорли ўқувчиларни танлашда иштирок қилиш, ҳамда психологик тавсиялар ишлаб чиқиш;

***I.2. Психопрофилактик ишлар***

Умумий ўрта таълим мактаблари амлиётчи психологларини

психопрофилактика йўналишидаги ишлари мазмуни қуйидагиларда кўринади;

Психологик профилактика - педагог ва ота-оналарда болаларнинг ҳар бир ёш давридаги психик тараққиёти ҳақидаги психологик билимларни эгаллаш эҳтиёжларини таркиб топтириш билан бола шахси ва ақлий тараққиётида содир бўлиши мумкин бўлган ҳар қандай салбий оғишларнинг ўз вақтида олдини олишга қаратилган психологик тадбирлардан иборатдир.

Жумладан:

* ўқувчининг муайян шароитга мослашиши (кўникиши)га оид (адаптацион) ишларни олиб бориш;

- Мактабгача ёшдаги болаларнинг боғча шароитига мослашиши бунинг учун ижтимоий мослашиш билан боғлиқ бўлган махсус гуруҳлар тузиш, невротик ҳолатларни бартараф қилиш, тарбияси қийин болалар билан ва уларнинг ота-оналари, тарбиячилари билан алоҳида ишлашни ташкил қилиш;

-Ота-оналарга фарзандларининг билимларидаги узилишларни камайтириш учун махсус услубий йўл- йўриқ бериш;

-ўқувчининг қобиляти, майли, мойиллиги, иқтидори, психологик фазилатлари ва хусусиятларини тўлақонли даражада номоён бўлишини таъминлаш мақсадида уларнинг ақлий тараққиётини аниқлаш учун психологик консилиумлар ташкил қилиш;

-ўқувчилар билан ўқитувчилар муомала жараёнини яхшилашга ёрдам бериш;

- ўқувчилар ўртасида айш- ишратга, гиёҳвандликка, енгил турмуш кечиришга, кинғир йўл билан бойишга ( чайқовчилик, қизлар орасидаги енгил оёқликка) ружу қилувчи шахслар билан якка тартибда ишлашни йўлга кўйиш;

-Оғир касалликларга учраган ўқувчилар, ўқитувчилар руҳиятини тетиклаштириш юзасидан тавсиялар бериш;

-ўз–ўзини бошқариш имкониятини ўрта мактаб жамоалари аъзолари ўртасида аниқлаш (биоритмика, эмоция, мотивация,ирода, қизикиш ва диққатни шахс томонидан идора қилиниши назарда тутилади), тузатишлар олиб бориш, бузилишларни олдини олиш;

***I.3. Психологик маърифат ва ташвиқот ишлар***

Психологик маърифат ва ташвиқот - мактабнинг педогогик

жамоасини, ўқувчиларни ва ота–оналарни психологик билимларни эгаллашга жалб этиш, уларнинг психологик маданиятини ошириш мақсадида турли машғулотлар, ўқувлар, маърузалар уюштиришдан иборатдир.

Умумий ўрта таълим мактаблари амлиётчи психологларини

психологик маориф ва ташвиқот йўналишидаги ишлари мазмуниқуйидагиларни ташкил қилади;

-¤қувчилар, ўқитувчилар, ходимлар ижодий фаолияти маҳсулдорлиги, тўгараклар фаоллигини кўтаришнинг тадбирларини ишлаб чиқиш, уларнинг имкониятларини текшириш, касб маҳоратларини эгаллаш бўйича мусобақалар, мунозаралар ташкил қилиш;

-¤қувчилар, ўқитувчилар, ходимлар ўртасида бўш вақтни тақсимлаш ва ундан омилкорлик билан фойдаланиш муаммосини ижтимоий - психологик нуқтаи- назардан текшириш ва бўш вақтни мақсадга мувофиқ ташкил қилиш йўллари ҳамда улардан этнопсихологик билимлар, маънавий қадриятларни эгаллашда фойдаланиш имкониятини психологик жиҳатдан таҳлил қилиш;

-¤қувчиларнинг талаби, эҳтиёжи, қизиқиши, ижтимоий қарашлари, нуқтаи назари, маслаги, турмушга нисбатан муносабати тўғрисида маълумотлар тўплаш ва уларнинг фаоллигини ошириш юзасидан тавсиялар ишлаб чиқиш;

-Тарбия ва таълимнинг янги методлари самарадорлигини текшириш ва психологик таҳлил қилиш;

-Халқ таълими тизимининг барча бўғинлари ва босқичларида маъруза ўқиш, ота–оналар йиғилишида, метод бирлашма кенгашларида иштирок қилиш орқали муаллимлар, ота-оналарнинг психологик маданиятини оширишга эришиш;

## *I.4. Коррекцион ишлар*

Психологик коррекция - психологик хизматнинг мазкур йўналиши психологдан инсон шахси ва индивидуаллигини таркиб топтириш жараёнига фаол таъсир ўтказишни тақоза қилади.

Ривожлантирувчи ва психокоррекцион ишлар дастури, ўз ичига психологик ва педогогик муаммоларни қамраб олади.

Коррекцион фаолиятнинг психологик қисми мутахасислар томонидан амалга оширилади. Мазкур ишнинг педогогик жиҳати эса психологнинг педагоглар, ота-оналар билан ҳамкорлигида ўтказилади ва бутун маъсулият унинг зиммасига тушади.

Ривожлантирувчи ва психокоррекцион ишлар психолог томонидан ҳар-ҳил шаклларда, вазиятларда ва ҳолатларда ташкил қилинади;

- Бунда амалий психологнинг махсус иши, машғулоти айрим болалар, ўқувчилар билан алохида ўтказилиши режалаштирилади.

- Психологларнинг бошқа бир фаолияти махсус равишда амалга оширилиб, ўқувчилар гуруҳларига тарбиявий таъсир ўтказишга йўналтирилган бўлади,

- Бу каби ишларни ота-оналар, педогогик жамоа иштирокида тарбиявий тадбирлар тарзида олиб бориш назарда тутилади,

- Ривожлантирувчи ва психокоррекцион ишлар дастурини шундай тузиш керакки, унда коррекцон ишга жалб қилинувчилар гуруҳининг қадриятга йўналганлиги, этнопсихологик ва этномаданият хусусиятлари ўз аксини топсин.

Коррекцион ишлар маълум тартибда, илмий танлов асосида, муайян сеанс бўйича ўтказилиши шарт.

* Бунда эмоционал зўриқишга учраган шахс миллати, ёши, жинси, индивидуал типологик хусусияти, таъсирланиш даражаси ҳисобга олиниши керак.
* Тузатиш ишлари машғулот, фаолият, касб хусусиятига мос, мутаносиб бўлиши таъсир ўтказиш самарадорлигини оширади. Унда япон услубларини қўллаш ҳам зарур маълумотлар тўплаш ва тангликни йўқотиш имкониятини яратади.

Психологик хизматнинг ушбу йўналишида алоҳида аҳамият касб этадиган нарса – бу болалар, ўқувчилар ўсишида (ривожланишида) кечикиш (орқада қолиш), уларда хулқнинг бузилиши, таълимда ўзлаштиришнинг ёмонлашуви бўлиб ҳисобланади.

***I.5. Консультатив ишлар***

Психологик маслаҳат (консультатция) – бунда ўқитувчилар, ота-оналар ва ўқувчиларга шахсий, касбий ва ҳаётий муаммоларини ҳал этишга ёрдам берилади, уларни ўз психологик саломатлилигини муҳофаза қилишга ўргатилади.

Психологик маслаҳат индивидуал, гуруҳий тарзда ўтказилади, профилактик ва коррекцион характерга эга бўлади.

Бу жараёнда психолог қуйидаги ишларни амалга ошириши лозим:

-Шахсга оид, ихтисосликка доир муаммолар юзасидан ўқитувчиларга кенг кўламда маслаҳатлар бериш;

-Болалар, ўқувчилар, ва таълим тарбия иши билан шуғулланувчи барча шахсларга, жумладан маъмурият, ўқитувчилар мураббийлар, ота-оналар, ижтимоий ҳамда жамоатчилик ташкилотлари ҳодимларига аниқ маслаҳатлар бериш;

-Ота-оналарга боланинг психик ривожланиш хусусиятлари, шахс сифатида шаклланиши, одамларнинг ўзаро муносабати, бунда фарзанднинг ёш, жинс, шахсий типологик хусусиятлари муаммоси юзасидан илмий амалий маълумотлар бериш;

-ўқувчилар, ходимлар, муаллимлар ўртасида содир бўлувчи ҳар ҳил низоларнинг психологик илдизини ўрганиш, шахслараро муносабатларнинг асл моҳиятини намоён қилиш, уларни келтириб чиқарувчи мотивларни таҳлил қилиш, фавқулотдаги вазиятларни енгиллаштириш ва уларни тамоман бартараф қилиш йўллари юзасидан маслаҳатлар бериш;

***I.6. Касб- ҳунарга йўналтириш***

Касб-ҳунарга йўналтириш - ўқувчиларни лаёқати, қизиқиши ва қобилиятларига мос касб-ҳунарларни онгли танлашга тайёрлашдан иборат тадбирлар мажмуасидир. Мазкур йўналишларнинг узвий ва узлуксиз боғлиқлиги психологик хизмат мазмунининг яҳлитлилигини таъминлайди.

Умумий ўрта таълим мактаблари амалиётчи психологларни касб-ҳунарга йўналтириш йўналишидаги ишлари мазмуни қуйидагилар;

-Янги типдаги мактабларга, ўрта махсус ва касб-ҳунар коллежларига ўқувчиларни танлаш моҳияти, вазифаси, монандлиги, уларнинг имконияти, истиқболи тўғрисида илмий-амалий хусусиятига молик консультатив ишларни олиб бориш, ёшларни саралаш, танлаш, ихтисосга яроқлик ва лаёқатлилик даражаси аниқлаш, танлов жараёнида маслаҳатчи сифатида қатнашади;

**V. ПСИХОЛОГНИНГ ИШ РЕЖАСИ**

**V.I. Психологнинг йиллик иш режаси**

Психологик диагностика - Болаларни мактабгача таълим ва мактаб ёши давомида психологик жиҳатдан узлуксиз ҳар томонлама ўрганиш, уларнинг индивидуал - психологик хусусиятларини аниқлаш, ўқиш хулқ-атворларидаги нуқсонларнинг сабабларини аниқлаб беришга қаратилган тадбирларга доир иш режаси.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Бажариладиган ишлар мазмуни | Муддати | Масъул шахс |
| 1. | 6 ёшли болаларни мактабга тайёргарлигини аниқлаш. (ППД кўриги) | Май, июнь,июль,августь (85 кун) давомида. | Психолог,ППД кўрик комиссияси аъзолари. |
| 2. | 1-синф ўқувчилари учун ташхис дафтарларини тўлдириш(белгиланган методика асосида) 1-синф ўқувчилари ўртасида синов ўтказиш) | Сентябрь, октябр | Психолог |
| 3. | 1-синфга қабул қилинган 6 ёшли болаларнинг мактабга психологик мослашуви ва ривожланиш динамикасини ўрганиш. | Ноябрь, декабрь. | Психолог |
| 4. | 9-синф ўқувчилари ўртасида Республика ташҳис Маркази томонидан тавсия этилган ташҳис методикаларини ўтказиш. | Октябрь, Май. | Психолог |
| 5. | ўқитувчининг шахсини ва педогогик қобилиятларини текшириш. | Сентябрь, Октябрь. | Психолог |
| 6. | 9 – синф ўқувчилари ўртасида чуқурлаштирилган психологик ташхис ўтказиш. | Йил давомида. | Психолог |
| 7. | Тарбияси қийин болалар ва ўсмирларнинг психологик хусусиятларини ўрганиш. | Сентябрь, октябрь. | Психолог |
| 8. | Иқтидорли ўқувчиларни танлаш ва улар билан яккаҳол иш олиб бориш. | Декабрь, январь. | Психолог |

V. 2. Психопрофилактик ишлар

Психологик профилактика- мактабда юзага келиши мумкин бўлган турли психологик- педогогик муаммоларни олдини олишга йўналтирилган тадбирларга доир иш режаси.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Бажариладиган ишлар мазмуни | Муддати | Масъул шахс |
| 1. | Синф жамоаси билан ёки ўқувчилар билан якка (индивидуал) ҳолда суҳбат уюштириш. | Талабга кўра ва шахсий ташаббус билан йил давомида | Психолог ҳамда синф раҳбарлари |
| 2. | Тарбияси оғир ўқувчилар хулқини коррекция қилиш учун синф рахбарларига йўл- йўриқлар кўрсатиш. | Декабарь, январь | Психолог ҳамда синф раҳбарлари |
| 3. | Мактабда психологик муҳитни ўрганиш ва уни барқарорлаштириш. | Доимий | Психолог |
| 4. | ўқувчилар ўртасида айш- ишратга,гиёҳвандликка, енгил турмуш кечиришга қинғир йўл билан бойишга ружу қилувчи шахслар билан якка тартибда ишлаш | Доимий | Психолог |

**V.3. Психологик маърифат ва ташвиқот ишлар**

Психологик маърифат ва ташвиқот–мактабнинг педогогик жамоасини, ўқувчиларни ва ота–оналарни психологик билимларини эгаллашга жалб этиш, уларнинг психологик маданиятини оширишга йўналтирилган тадбирларга доир иш режаси.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Бажариладиган ишлар мазмуни | Муддати | Масъул шахс |
| 1. | Ота-оналар билан турли мавзуларда мажлислар ўтказиш | Йил давомида талабга кўра | Психолог,  ота-оналар |
| 2. | Ота-оналар учун сўровномалар тестлар ишлаб чиқиш. | Йил давомида | Психолог |
| 3. | Мактаб педогогик кенгашларида маъруза билан иштирок этиш. | Йил давомида | Психолог |
| 4. | Психологик хизмат ҳужжатларини расмийлаштириш. | Январь. | Психолог |
| 5. | ¤злаштирмовчи ўқувчилар билан ишлашга доир аниқ психологик- педогогик тавсиялар, кўрсатмалар ишлаб чиқиш. | Апрель, май. | Психолог, синф раҳбарлари. |

V. 4*. Психокоррекцион ишлар*

Психологик коррекция ва ривожлантириш - шахс шаклланиши ва психик ривожланишида содир бўладиган кечикиш, салбий бузилиш ва нуқсонларни бартараф этиш, шахс ва жамоага фаол ижобий руҳий таъсир ўтказиш, шахслараро муносабатлардаги мувофиқликни таъминлашга йўналтирилган тадбирларга доир иш режаси.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Бажариладиган ишлар мазмуни | Муддати | Масъул шахс |
| 1. | Муайян диагностик иш асосида тавсиялар ишлаб чиқиш;  А) хотирани ривожлантирувчи дарсларни ташкил қилиш;  Б) мактабга қабул қилинган 6 ёшли болалар билан «Психологик соғломлаштириш дастури» асосида коррекцион дарслар ташкил қилиш. | Сентябрь, май.  Талабга кўра  I-II-чорак давомида | Психолог ва 1-синф раҳбарлари. |
| 2. | Замонавий психодиагностика ва психокоррекцион методикалар билан ишлаш. | Йил давомида | Психолог |
| 3. | ¤злаштирмовчи ўқувчилар руҳий дунёсидаги нуқсонларни аниқлаш ва уларга ёрдам бериш йўл–йўриқларини ишлаб чиқиш, амалиётга тадбиқ этиш. | Май, июль, август. | Психолог |
| 4. | Характерида турлича акцентуацияси мавжуд ўқувчилар билан психокоррекцион ишларни ўтказиш. | Йил давомида, талабга кўра. | Психолог |

V. 5. *Психоконсультатив ишлар*

Консультация (маслаҳат) - зиддият ва низоларни юмшатиш, ҳар бир шахснинг мавжуд имкониятларини имкон қадар кучлироқ намоён эта олишига зарур шарт-шароитлар яратиш, ўқитувчилар ва ота-оналарнинг психологик муаммоларини ҳал этишга ёрдам бериш, уларни ўз психологик саломатликларини муҳофаза қилишга ўргатишга доир маслаҳатлар бериш ишларига доир ишлари режаси.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Бажариладиган ишлар мазмуни | Муддати | Масъул шахс |
| 1. | ўқувчиларни ўқишга қизиқтириш учун нималар қилиш керак. | Йил давомида | Психолог |
| 2. | Мактаб ўқитувчиларини қизиқтирадиган масалалар бўйича маслахат бериш. | Йил давомида талабга кўра. | Психолог |
| 3 | Бошланғич синф ўқувчиларининг мактабга мослашувига ёрдам бериш. | Ноябрь, декабрь | Психолог, синф рахбарлари. |
| 4. | Шахсга оид, ихтисосликка доир муаммолар юзасидан ўқитувчиларга кенг кўламда маслаҳатлар бериш. | Доимий | Психолог |

V. 6. *Касб-ҳунарга йўналтириш ишлари*

Касб- ҳунарга йўналтириш- ўқувчиларни лаёқати, қизиқиши ва қобилятларига мос касб–ҳунарларни онгли танлашга тайёрлашга доир тадбирлар иш режаси.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Бажариладиган ишлар мазмуни | Муддати | Масъул шахс |
| 1. | ¤қувчилар билан касб танлашга доир суҳбатлар ўтказиш, уларни фаолият кўрсатаётган ўрта махсус ўқув юртлари йўналиши билан синф раҳбари ва профориентатор орқали таништириш. | Йил давомида | Психолог, синф раҳбари, профориен-татор. |
| 2. | ¤қувчиларни касб танлашга йўналтириш,ўзлаштирмовчиликнинг сабабини аниқлаш. | Йил давомида, талабга кўра. | Психолог, профориен-татор. |

**Шахс типлари ва уларга мос касбларни аниілаш.**

**5.2. ХОЛЛАНД МЕТОДИКАСИ**

Ушбу методика асосида америкалик психолог олим Я.Холланд таклифи бґйича одамлар ва кґпчилик касбларни шартли равишда 6 гуруҳга бґлиш мумкин (реалистик, ижтимоий, конвенциал (шартли), тадбиркор, артистик типлар). Бу методика асосида юіоридa іайд іилинган типларни іай бири іай даражада шахсда намоён бґлишини аниілаш мумкин. Касбларнинг хусусияти шундаки, шахс психологиясида іайси бир йґналиш кґпроі шаклланган бґлса, шу касб ґзига кґпроі жалб іилади.

Методикани ґтказиш тартиби:

Методика саволномасини ґіувчиларга беришдан олдин, уларга іуйидаги кґрсатма берилади: «£уйидаги жуфт — жуфт таклиф этилган-касблардан ґзингиз учун ҳар бир жуфтдан биттасини танланг  
 ва «а» ёки «б» графалар ёнида «+» ёки «— » белгисини іґйинг.

**Иккала касбдан биттасини танлаши шарт**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | а) іурувчи | б) лойиҳа тузувчи |
|  | а) электрон техник | б) санитария шифокори |
|  | а) токар (чилангар) | б) котиба |
|  | а) сураткаш | б) дґкон мудири |
|  | а) чизмакаш | б) дизайнер |
|  | а) файласуф | б) психиатр |
|  | а) тилшунос | б) адвокат |
|  | а) илмий журнал муҳаррири | б) бадиий журнал таржимони |
|  | а) педиатр | б) статист |
|  | а) спорт шифокори | б) фельетончи |
|  | а) нотариус | б) таъминотчи |
|  | а) пармаловчи | б) ҳажвий суръат солувчи рассом |
|  | а) сиёсий арбоб | б) ёзувчи |
|  | а) боІбон | б) метеоролог |
|  | а) автобус ҳайдовчи | б) фельдшер |
|  | а) электрон ускуналар муҳандиси | б) котиба |
|  | а) бґёічи | б) ёІоч ёки метал бґйича рассом |
|  | а) биолог | б) кґз шифокори |
|  | а) телеоператор | б) режиссёр |
|  | а) гидролог | б) тафтишчи |
|  | а) зоолог | б) бош зоотехник |
|  | а) математик | б) меъмор |
|  | а) болалар хонаси нозири | б) ҳисобчи |
|  | а) ґіитувчи | б) касаба уюшмаси лидери |
|  | а) тарбиячи | б) кулол |
|  | а) иітисодчи | б) бґлим мудири |
|  | а) корректор | б) таніидчи |
|  | а) хґжалик ишлари мудири | б) дирижер |
|  | а) радиооператор | б) физик ядрочи |
|  | а) созловчи | б) монтажчи |
|  | а) агроном | б) менежер |
|  | а) бичувчи | б) декаратор |
|  | а) археолог | б) эксперт |
|  | а) музей ходими | б) маслаҳатчи |
|  | а) олим | б) актер |
|  | а) логопед | б) стенографист |
|  | а) шифокор | б) дипломат |
|  | а) бош ҳисобчи | б) директор |
|  | а) шоир | б) руҳшунос |

Методика натижаларини таҳлил іилиш учун ҳар бир ґіувчининг жавоб вараіаси алоҳида ишлаб чиіилади. Бунинг учун 6 йґналиш бґйича берилган махсус калитдан фойдаланилади. Ҳар биp саволнинг жавоби калитда берилган натижа билан тґІри келса 1 балл іґшилади ва охирида ҳар бир йґналиш бґйича умумий баллар йиІиндиси ҳисоблаб чиіилади. Энг кґп тґплаган йґналиш етакчи ҳисобланади, бунда шу йґналиш баллар йиІиндиси 5 баллдан кам бґлмаслиги керак.

Калит

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Реалистик тип | 1а, 2а, Зa,5а, 14а, 15а,16а, 17а, 19а, 29а, 30a, 31a, 32a. |
|  | Аілий тип | 1б, 6а, 7а, 8а, 14б, 18а, 20а, 21а, 22а, 29б, 33а, 34а, 35а |
|  | Ижтимоий тип | 2б, 6б, 9а, 10а, 15б, 18б, 23а, 24а, 25а, 34б, 36а, 37а, 39б |
|  | Конвенциал (шартли) тип | 3б, 9б, 11а, 12а, 16б, 20б, 23б, 26а, 27а, 30б, 33б, 36б, 38а |
|  | Тадбиркор тип | 4б, 7б, 11б, 13а, 19б, 21б, 24б, 26б, 28а, 31б, 35б, 37б, 38б |
|  | Артистик тип | 4а, 5б, 8б, 10б, 12б, 13б, 17б, 22б, 25б, 27б, 28б, 32б, 39а |

***Типларнинг таҳлили***

***1. Реалистик тип.*** Бундай типдаги шахс кґпроі конкрет, яъни аниі объектлар (нарсалар, асбоб ускуналар, ҳайвонлар, машиналар) билан шуІулланишни афзал кґрадилар, конкрет объект билан шуІулланиш чаііонлик ва аниіликни ёітиради. Одамлар билан мулоіотда бґлишни ёітирмаганлиги сабабли юіори лавозимларда ишлашни хуш кґрмайди. Инженер, механик, электрик, агроном, боІбон, ҳайдовчи ва шунга ґхшаш касбларни танлайди.

***Интеллектуал тип.*** Бундай одамлар ґзининг сезгир ва бой хаёллиги билан бошіалардан ажралиб туради. Улар амалий машІулотларни бажаришдан кґра муаммоларни назарий ҳал іилиш устида ґйлашни ёітирадилар. Мавҳум касбларни танлашади: биолог, ботаник, астроном, физик.

***Ижтимоий тип.*** Бундай одамлар муаммони ечишда кґпроі узларининг интеллектуал қобилиятларидан кўра шахсий хиссиёт ва туйІуларга асосланадилар. Механизмлар билан шуІулланишни ёітирмайдилар. Кґпроі таълим ва соІлиіни саілаш соҳасига іизиіадилар: шифокор, психолог, ґіитувчи касбларини танлашлари мумкин, чунки уларда мулоіотга киришиш, бошіарув ва санъатга эҳтиёж катта.

***Конвенциал (шартли) тип.*** Бундай одамларда мослашиш салоҳияти жуда паст. Уларга паст фаолликни талаб іилувчи машІулотлар ва мутахассисликлар ҳамда аниі тизимли фаолиятлар кґпроі ёіади. Чунки бундай фаолиятларда аниілик ва ноаниілик белгилаб берилган. Бошіарув фаолиятида іґл келмайди, чунки бундай одамлар масалаларни ҳал іилишда кґпроі бошіаларнинг фикрига суянадилар. Тавсия этилган касблар иітисод, ҳисобчи, котиба ва ҳоказо.

***Тадбиркорлик типи.*** Бундай типлар юіори лавозимларда ишлашни ёітирадилар, Уларга іґл меҳнати, диііатни бир нуітага жалб этувчи фаолиятлар ёімайди. Улар іуйидаги касбларни танлайдилар: директор, телеоператор, артист, дипломат, журналист.

6. ***Артистик (креативлик) тип.*** Бундай инсонларда ҳаёл ва интуиция яхши ривожланган. Улар ҳаётни мураккаблашган ҳолда іабул іиладилар. "Эркаклаштирилган" — спорт, автотаъмирлаш каби ишлар іизиітирмайди. Улар ижодий характерли машІулотларни хуш кґрадилар. Яъни, мусиіа, рассомчилик, адабиёт ва шу каби соҳаларда юіори натижаларга эришишлари мумкин.

**5.3. £ИЗИ£ИШЛАР ХАРИТАСИ**

£изиіишларингиз соҳаси ва йґналиши аниілашга іаратилган іуйидаги саволларнинг ҳар бирини дид билан ґіинг ва мумкин іадар аниі жавоб беришга ҳаракат іилинг.

Агар саволда сґралган мазмун, сизга, ҳар томонлама маъіул тушса ва жуда ёіса, унда жавоб вараіасининг тегишли катакчасига иккита плюс (++) белгисини іґясиз.

Агар савол мазмуни шунчаки ёіса, унда битта плюс (+), aгар ёіиш-ёімаслигини билмасангиз ёки иккилансангиз унда, ноль (0) іґясиз.

Агар савол мазмуни сизга маъіул бґлмаса, минус ( — ), агар жуда ёімаса, яъни бу фаолиятни ёмон кґрсангиз, унда иккита минус ( — — ) белгисини іґясиз.

Ваіт чегараланмаган, лекин диііат билан, саволларни тушириб іолдирмай, тез-тез ґйлаб жавоб беринг.

**ДИ££АТ БОШЛАДИК!**

£уйидаги фаолиятлар билан шуІулланишни ёітирасизми? Ҳавас іиласизми? Истайсизми?

1.¤симликлар ва ҳайвонларнинг ҳаёти билан шуІулланиш, танишиш.

2.География дарслиги, географияга оид китобларни ґіиш

3.Геологик экспедициялар ҳаіидаги бадиий ёки илмий- оммабоп адабиётлар ґіиш.

4.Одам анатомияси ва физиологияси дарслари ва шу соҳага оид дарсликлар, китобларни ґіиш.

5.Уй-рґзІор дарслари ёки рґзІор ишларига тааллуіли вазифалар.

6. Физикадаги янги кашфиётлар ва буюк физикларнинг ҳаёти, ижоди ҳаіидаги илмий-оммабоп адабиётлар ґіиш.

7. Химия фанидаги янги ихтиролар ёки буюк химикларнинг ҳаёти ва ижоди ҳаіида ґіиш.

8. Техника соҳасига тегишли журналлар ґіиш (масалан, "Сирли олам", "Фан ва турмуш").

9. Илмий-оммабоп журналлардаги электроника ва радиотехника бґйича ютуілар ва янгиликлар ҳаіида маіолалар ґіиш.

10. Ҳар хил металлар ва уларнинг хусусиятлари билан танишиш.

11. Ёғочларнинг ҳар хил турлари ва уларни амалда іґллаш ҳаіида билиш

12. £урилиш соҳасидаги ютуіларни билиш.

13. Ҳар хил турдаги транспорт (автомобиль, темирйґл) ҳайдовчилари ҳаіида китоблар ґіиш, фильмлар кґриш.

14. Учувчи ва космонавтлар ҳаіида китоблар ґіиш, фильмлар кґриш.

15. Ҳарбий техника билан танишиш

16. Тарихий воіеалар ва тарихий арбоблар ҳаіидаги китоблар ґіиш.

17. ¤збек ва жаҳон адабиёти классикларини ґіиш.

18. Газета ва журналларнинг маіола ва очеркларини муҳокама іилиш.

19. Синфда ва мактабда бґлаётган ишлар ва воіеаларни муҳокама іилиш

20. Мактаб ҳаёти (тарбиячи, ґіитувчи, сардорларнинг фаолияти) ҳаіида китоблар ґіиш.

21. Милициянинг фаолияти ҳаіида фильмлар кґриш, китоб ґіиш.

22. ¤іиётган, ишлаётган ёки яшаёттан жойингизни чиройли іилиб безаш, нарсаларни саранжомлаш, тартибга келтириш.

23. "£изиіарли математика", "бош іотирмалар" ҳаіидаги маіола ва китоблар ґіиш.

24. Иітисодий географияни ґрганиш.

25. Чет тили машІулотлари.

26. Буюк рассомлар ҳаёти, тасвирий санъатнинг ривожланиш тарихи билан танишиш.

27. Машҳур саҳна ва кино артистларининг ҳаёти билан танишиш, улар билан учрашиш, фотосуратларини йиІиш.

28. Машҳур мусиіачиларнинг ҳаёти ва ижоди билан, мусиіа санъати назариясига доир масалалар билан танишиш ва ґрганиш.

29. Спорт ва буюк спортчилар ҳаіида журнал, газета, китоблар ґіиш

30. Биология, ботаника, зоологияни ґрганиш

31. Географик ихтиролар ва маълумотлар оріали ҳар хил мамлакатлар билан танишиш

33. Одамлар іандай іилиб касалликлар билан курашишларини ґрганганлари ҳаіида, тиббиёт соҳасидаги ютуқлар ҳақида ўқиш.

34. Енгил саноат корхоналарига экскурсияга бориш.

35. "Физиклар ҳазиллашадилар", "£изиқарли физика соҳасида китоблар ўқиш.

36. Табиатдаги химиявий ҳодисаларни кузатиш, химиядан тажрибалар ўтказиш, химик реакцияларнинг боришини кузатиш.

37. 3амонавий техниканинг энг сўнгги ютуқлари билан танишиш (радио ва телекўрсатувларни эшитиб, кўриб, газеталардаги мақолаларни ўқиб).

38. Радиотехника тўгаракларига қатнашиш ёки электрикларнинг иши билан танишиш.

39. Металларга ишлов беришда ишлатиладиган ҳар хил ўлчов асбоблари билан танишиш. Улар билан ишлаш.

40. Ёғочдан уй жиҳозлари тайёрлаш жараёнини кузатиш, мебеларнинг янги намуналарини ўрганнш.

41. £урувчилар билан учрашиш, уларнинг фаолиятини кузатиш.

42. Йўл харакати воситалари ҳақида оммабоп адабиётлapни ўқиш.

43. Денгизчилар ҳақида китоблар ўқиш, фильмлар кўриш.

44. Ҳарбий мазмундаги фильмларни кўриш, китоб ўқиш, катта тўқнашувлар ва жанглар тарихи билан танишиш.

45. ¤зимизда ва чет эл миқёсида бўлаёттан, сиёсий воқеаларни муҳокама этиш.

46. Адабий-танқидий мақолаларни ўқиш.

47. Радио ва телевизордан ҳар ҳил янгиликлар ва ахборот кўрсатувларини эшитиш ва кўриш.

48. Туман, шаҳар, республикада бўлаётган кундалик воқеалардан хабардор бўлиш.

49. ¤ртоқларингизга дарсларини бажаришда ёрдам бериш ва тушунтириш ишларини олиб бориш (агар ўзлари қила олмасалар).

50. Дўстларнинг, танишларнинг ёки адабий қаҳрамонларнинг қилмишларини тўғри ва ҳаққоний таҳлил этиш ва бахолаш.

51. Оиланинг озиқ-овқат билан таъминланишига аҳамият бериш, саёҳатлар чоғида ҳамма учун овқатланишни ташкил этиш.

52. Математика соҳасидаги кашфиётлар, буюк математиклар ҳаёти ва фаолияти ҳақида илмий оммабоп адабиётларни ўқиш.

53. Халқ хўжалиги режаларининг бажарилиши билан қизиқиш.

54. Чет тилида бадиий адабиётларни ўқиш.

55. Редколлегия аъзоси бўлиш, газеталарни бадиий безаш

билан шуғулланиш.

56. Драма театри ва ёш томошабинлар театрига бориш.

57. Опера еки симфоник мусиқаларни эшитиш.

58. Спорт мусобақаларини томоша қилиш, спортга доир радио ва телекўрсатувларни эшитиш, кўриш.

59. Биология тўгарагига қатнашиш.

60. География тўгарагида шуғулланиш.

61. Ердаги минералларнинг географик тарқалиши ҳақида тасвирлар, маълумотлар йиғиш ва хариталар тузиш.

62. Одам организми хислатларини, касалликнинг пайдо бўлиш сабаблари ва даволаш усулларини ўргатиш.

63. Пазандалик тўгарагига қатнашиш, уйда овқат тайёрлаш.

64. Физикадан тажрибалар ўтказиш.

65. Эритмаларни тайёрлаш реактивларнинг оғирлигини ўлчаш.

66. Ҳap хил механизм (соат, дазмол)ларни йиғиш, тузатиш.

67. Аниқ ўлчов асбоблари (осциллограф, амперметр, вольтметр)ни ишлатиш улар ёрдамида ҳар хил ҳисобларни олиб бориш.

68. Металдан ҳар хил деталлар ва буюмлар ясаш.

69. Ёғочдан ҳар хил қисмлар ва ашёлар ясаш ёки ёғочни бадий безаш (ўймакорлик, куйдириш, нақш бериш).

70. Ҳар хил иморатларнинг эскизларини, қурилишларнинг чизмалаларини бажариш.

71. Ёш темирйўлчилар вa ёки автоҳаваскорлар тўгарагига қатнашиш.

72. Парашютчилар секциясида, авиамоделчилар тўгарагида иштирок этиш ёки авиаклуб ишида қатнашиш.

73. ¤қ-ёй отиш тўгаpaгида шуғулланиш.

74. Ҳар хил халқлар ва мамлакатларнинг келиб чиқиш тарихини ўрганиш.

75. Адабиёт фанидан синф ва уй иншолари ёзиш.

76. ¤зга одамларнинг ҳаракатлари, xyлқи ва ҳаётини кузатиш.

77. Жамоат топшириқларини, бирон бир ишни бажариш, ташкил этиш учун ўртоқларини уюштириш бирлаштириш.

78. Кичик ёшдаги болаларга қараш уларга китоб ўқиб бериш, шуғулланиш, ҳар хил ҳикоялар гапириб бериш, ёки бирон бир иҳда уларга кўмаклашиш.

79. Тенгдошлар ва кичик болалар орасида тартиб ва мунтазам интизом ўрнатиш.

80. Сотувчи, ошпаз, официантларнинг фаолиятини кузатиш

81. Математика тўгарагида шуғулланиш.

82. Ишлаб чиқаришнинг ривожланиш масалаларини ўрганиш, ишлаб чиқариш корхоналарида ҳисоб-китоб ва режалаш борасидаги ютуқлар ҳақида билиш.

83. Чет тилидаги луғатлар билан ишлаш, яхши таниш бўлмаган тилда ўзига хос мураккаб нутқ хycycиятларини таҳлил қилиш.

84. Музей ва бадиий кўргазмаларга бориш.

85. Томошабинлар олдида, саҳнада бадиий фаолият кўрсатиш.

86. Бирон бир мусиқий асбобда ўйнаш.

87. Спорт ўйинларини ўйнаш.

88. ¤симлик ва ҳайвонларнинг ривожланишини кузатиб, ёзиб бориш.

89. Мустақил равишда географик хариталарни тузиш, ҳар хил географик маълумотларни тўплаш.

90. Геология музейлари учун кўргазма материаллар, минераллар тўплами йиғиш.

91. Врач, ҳамшира, доришуносларнинг фаолияти билан танишиш.

92. Бичиш ва тикиш тўгарагига қатнашиш, ўзингизга ва оила аъзоларингизга тикиш.

93. Физика тўгарагида шуғулланиш, ёки физика бўйича қўшимча машғулотларга қатнашиш.

94. Химия тўгарагида шуғулланиш ёки химия бўйича қўшимча машғулотларга бориш.

95. Техника тўгаракларида бирида шуғулланиш (самолёт, денгиз кемалари ва бошқа иншоотларнинг моделини ясаш).

96. Электр асбоблари, аппаратлари ва ҳap хил электр машиналариннг тузилиши билан таниши, ишини кузатиш ҳар хил радиоускуна ва ўлчов асбоблари билан шуғулланиш.

97. Меҳнат дарсларида металлга ишлов бериш устахонасида шуғулланиш.

98."Моҳир қўллар" ёки ёғочга ишлов бериш тўгарагидa шуғулланиш.

99. £урилишда бўлиш, қурилиш жараёни ва безаш ишларини кузатиш.

100. Транспорт ва йўловчиларнинг йўл ҳаракати қоидаларини бажаришларини кузатиш.

101. Эшкак эшувчи, елканли қайиқчи, аквалангчи (ғаввослар) тўгаракларида ва сувда чўкаётганларни қутқариш бригадасида қатнашиш.

102. Харбий (масалан, "шунқорлар") ўйинларида иштирок этиш, 103. Тарих музейларига бориш маданий обидалар ва ёдгорликлар билан танишиш.

104. Адабиёт тўгаракларида шуғулланиш, адабиётдан қўшимча машғулотларда иштирок этиш.

105. Шахсий кундалик тутиш.

106. Халқаро аҳвол ҳақида синфда ахборот бериш.

107. Тарбиячилик (масалан, сардорлик) ишларини бажаpиш.

108. 0дамларнинг хатти-ҳаракатлари ва одатда яширадиган баъзи бир хулқларининг сабабларини очиш, аниқлаш.

109. Магазинда харидорларга керакли буюмларни танлашда ёрдам бериш.

110. Математикадан қийин масалаларни ечиш.

111. Пуллик кирим-чиқимларнинг аниқ ҳисоб-китобини олиб бориш.

112. Чет тили тўгаракларида шуғулланиш ёки чет тилидан қўшимча дарсларга қатнашиш.

113. Бадиий тўгаракларда шуғулланиш.

114. Бадиий-ҳаваскорлик кўрикларида иштирок этиш.

115. Хорда ашула айтиш ёки мусиқа тўгаракларида қатнашиш.

116. Спорт секцияларининг бирида шуғулланиш.

117. Биология олимпиадаларида қатнашиш ёки ўсимликлар ва ҳайвонлар кўргазмасини тайёрлаш.

118. Географик экспедицияда қатнашиш.

119. Геологик экспедицияда қатнашиш,

120. Касалларнинг аҳволини кузатиш, ғамхўрлик қилиш, тегишли ёрдам бериш, аҳволларинн енгиллаштириш чораларини кўриш.

121. Ошпазлик ва қандолатчилик кўргазмаларига қатнашиш ёки бориш.

122. Физика олимпиадасида қатнашиш.

123. Химиядан қийин масалалар ечиш, олимпиадаларда қатнашиш.

124. Техник схема ва чизмаларни таҳлил қилиш, уларни мустақил равишда тузиш.

125. Мураккаб радиосхемаларни тахлил қилиш.

126. Ишлаб чиқариш корхоналарига экскурсияга бориш, ускуналар ва дастгоҳларнинг янги турлари билан танишиш уларда ишлаш ёки таъмирлаш ишларини кузатиш.

127. ¤з қўли билан ёғочдан бирор нарса ясаш.

128. £урилиш ишларида имкон даражада ёрдамлашиш.

129. Автомобил, троллейбусларга хизмат кўрсатиш ва таъмирлаш ишларида баҳоли қудрат қатнашиш.

130. Ҳар қандай об-ҳаво шароитида ҳам "тез ёрдам" самолётда учиш ёки катта тезлик билан учувчи самолётларни бошқариш.

131. £атъий ўрнатилган тартиб бўйича яшаш, кун тартибига қатъий риоя қилиш.

132. Тарих тўгарагида шуғулланиш, тарихий маълумотларни тўплаш, маърузалар қилиш.

133. Адабиёт манбалари билан ишлаш, ўқиганларим ҳақида таассуротларимни кундаликка ёзиб бориш.

134. Мунозараларда ва китобхонлар конференцияларида қатнашиш.

135. ¤қувчилар жамоатчилиги йиғилиши ёки мажлисларини тайёрлаш ва ўтказиш.

136. Тарбияси ёмон болаларга таъсир кўрсатиш, болалар ва ўсмирлар тарбияси масалалари ҳақида катталар билан муҳокама қилиш.

137. Милиция ишига ёрдам бериш, "милициянинг ёш дўсти" тўгарагига аъзо бўлиш.

138. Доим ҳар хил одамлар билан мулоқотда, алоқада 6ўлиш.

139. Математика олипиадаларида қатнашиш.

140. Товарлар ва улар нархининг келиб чиқишини билиш, ойлик маош, меҳнатни ташкиллаштиришни тушунишга ҳаракат қилиш.

141. Дўстларим билан чет тилида гаплашиш.

142. Тасвирий санъат кўргазмаларида қатнашиш.

143. Театр тўгарагига бориш.

144. Театр кўрик-танловларига қатнашиш.

145. Спорт мусобақаларида қатнашиш.

146. Боғда ёки томарқада ўсимликларни ўстириш, ҳайвонларни тарбиялаш ва парвариш қилиш.

147. Жойларни харитавий (топографик) кўринишда суратларини чизиш.

148. Берилган дастур бўйича мураккаб ва жиддий топшириқларни бажаришга тўғри келадиган қийин ва узоқ муддатли саёҳатларга бориш.

149. Шифохона, поликлиника ёки дорихонада ишлаш.

150. Озиқ овқат ёки енгил саноат корхонасида мутахассис бўлиб ишлаш (тикувчи, бичувчи, қандолатчи).

151. Физикадан қийин масалалар ечиш.

152. Химиявий ишлаб чиқариш корхонасида ишлаш.

153. Техник ижодиёт кўргазмасида иштирок этиш.

154. Электроэнергетика ёки радиоэлектроника соҳасида ишлаш.

155. Дастгоҳ, (станок)да ишлаш, ҳар хил деталлар, буюмлар тайёрлаш.

156. Чизмалар асосида моделлар, ёғочсозлнк ишларини бажариш.

157. £урилиш бригадасида ишлаш.

158. Йўловчи ёки юкларни ташиш, йўл харакати қоидаларига қатъий риоя қалиш.

159. Бўронли об-ҳавода катта дарё ёки очиқ денгизда ишлаш. 160. Хaрбий инженер ёки қўмондон бўлиш.

161. Она диёрнинг тарихнй обидаларига саёҳат қилиш.

162. Ҳикоялар ёзиш, шеър ва масал тузиш.

163. Деворий газета ёкн даврий матбуот учун мақола ёки очерклар ёзиш.

164. Меҳнат шанбалигида бригадага бошчилик қилиш.

165. Кичик болалар учун ўйинлар, байрамлар ташкил этиш. 166.Юридик ташкилотларда ишлаш (суд, прокуратура, адвокатура ҳуқуқий маслаҳатхоналарда).

167. Одамларга ҳар хил катта ва кичик хизматлар кўрсатиш.

168. Ҳар доим математик билимлар талаб қиладиган ишларни бажариш.

169. Халқ хўжалиги корхоналарининг иқтисоди, режалаштирилиши ва молиявий таъминланиши соҳасида ишлаш.

170. Чет тилидан олимпиада, танлов ва конференцияларда қатнашиш.

171. Тасвирий санъат кўргазмаларида иштирок этиш.

172. Саҳнада ёки кинода ўйнаш.

173. Мусиқачи, мусиқий режссёр ёки мусиқа дарсидан ўқитувчи бўлиш.

174. Физкультура ўқитувчиси ёки тренери бўлиш.

**ЖАВОБ ВАРА£АСИ**

Фамилия\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Исм\_\_\_\_\_\_\_\_\_Мактаб\_\_\_\_\_\_\_Синф\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 30 | 59 | 88 | 117 | 146 |  |  |  |
| 2 | 31 | 60 | 89 | 118 | 147 |  |  |  |
| 3 | 32 | 61 | 90 | 119 | 148 |  |  |  |
| 4 | 33 | 62 | 91 | 120 | 149 |  |  |  |
| 5 | 34 | 63 | 92 | 121 | 150 |  |  |  |
| 6 | 35 | 64 | 93 | 122 | 151 |  |  |  |
| 7 | 36 | 65 | 94 | 123 | 152 |  |  |  |
| 8 | 37 | 66 | 95 | 124 | 153 |  |  |  |
| 9 | 38 | 67 | 96 | 125 | 154 |  |  |  |
| 10 | 39 | 68 | 97 | 126 | 155 |  |  |  |
| 11 | 40 | 69 | 98 | 127 | 156 |  |  |  |
| 12 | 41 | 70 | 99 | 128 | 157 |  |  |  |
| 13 | 42 | 71 | 100 | 129 | 158 |  |  |  |
| 14 | 43 | 72 | 101 | 130 | 159 |  |  |  |
| 15 | 44 | 73 | 102 | 131 | 160 |  |  |  |
| 16 | 45 | 74 | 103 | 132 | 161 |  |  |  |
| 17 | 46 | 75 | 104 | 133 | 162 |  |  |  |
| 18 | 47 | 76 | 105 | 134 | 163 |  |  |  |
| 19 | 48 | 77 | 106 | 135 | 164 |  |  |  |
| 20 | 49 | 78 | 107 | 136 | 165 |  |  |  |
| 21 | 50 | 79 | 108 | 137 | 166 |  |  |  |
| 22 | 51 | 80 | 109 | 138 | 167 |  |  |  |
| 23 | 52 | 81 | 110 | 139 | 168 |  |  |  |
| 24 | 53 | 82 | 111 | 140 | 169 |  |  |  |
| 25 | 54 | 83 | 112 | 141 | 170 |  |  |  |
| 26 | 55 | 84 | 113 | 142 | 171 |  |  |  |
| 27 | 56 | 85 | 114 | 143 | 172 |  |  |  |
| 28 | 57 | 86 | 115 | 144 | 173 |  |  |  |
| 29 | 58 | 87 | 116 | 145 | 174 |  |  |  |

**5.4. КАСБИЙ МОТИВАЦИЯНИ АНИ£ЛАШ МЕТОДИКАСИ**

Кабий мотивация (мойиллик) касб танлашга сабаб бґладиган аниі раІбатлантирувчи хҳаракатдир.

Касб эгаллаш истаги ґіучиларда атроф муҳит омиллари ва мактабда ґтказиладиган касб хунарга йґналтирувчи ишлар оріали шаклланади. Касбий мотивация ґзгарувчан унинг шаклланиши узлуксиз жараён бґлиб, объектив ва субъектив омиллар таъсирида боради. Шунинг натижасида касбий мотивацияни илк босіичларида аниілаш зарурат бґлса уларни тґІрилаш маісадга мувофиідир. Касбий мотивацияни гуруҳларда ва алоҳида ґрганиш мумкин.

¤смирларга жавоблар учун қоғоз таріатилади, іґлланма ґіилади, саволнома тасдиі гаплардан иборат хар биттаси 3 та ҳар хил маъноли гап билан тугалланган. 3 вapиант жавобдан фақат битта тўғри келган жавобни топиб жавоблар варағига белгилаш лозим. Диққат қилинг, ҳар битта тасдиқ учун 1 та жавоб белгиланган бўлиши керак.

Жавоб берганингизда, ёдингизда бўлсин, конкрет жавобдан кўра балларнинг жами муҳимроқ.

**CABOЛHOMA**

1.

а) Менга меҳнатим зое кетмайдиган ишни қилиш ёқади.

б) Менга олдимга қўйилган мақсадларимга эришиш учун янги билим олиш ёқади;

в) Менга ҳамма ишларни иложи борича яхши бажариш ёқади, чунки бу ҳаётимда асқотади;

2

а) ¤йланманки, берилган топшириқларни иложи борича яхши бажариш керак, чунки бу ҳаётимда асқотади;

б) ¤йланманки, қилган ишларинг билан атрофдагиларга яхшилик келтириш керак, чунки улардан ҳам шу қайтади;

в) £андай қилиб бўлса ҳам, қўйилган мақсадларга эришиш лозим деб ўйлайман;

3.

а) Келажак ҳаётим yчун янги билим олишни яхши кўраман;

б) Ҳар қандай ишни яхши бажаришни яхши кўраман, агарда уни биронтаси баҳоласа;

Ҳар қандай ишни, яхши қилишни ёқтираман, чунки бундан атрофдагилар хурсанд бўлади;

4.

б) Ҳаётда ҳамма нарсада куч синаб кўриш керак деб ҳисоблайман;

в) Ҳаётда муҳими — доим янги билимларга интилиш деб ҳисоблайман.

5.

а) Ҳар қандай ишни мен яхши бажара олгандай ҳис қилсам кўнглим кўтарилади;

б) Мени меҳнатим атрофдагиларга фойда келтирса кўнглим кўтарилади, чунки бу ҳар қандай ишда муҳим;

в) Ишлаш доим ёқимли бўлганлиги учун, ҳар қандай ишни бажаришдан кўнглим кўтарилади;

6.

а) Янги билим олиш жараёни мени жалб этади;

б) Кўлимдан келган барча ишни бажариш мени жалб этади;

в) Атрофдагиларга фойда келтирадиган иш жараёни мени жалб этади;

7.

а) Ҳар қандай муҳим ва масъул иш қизиқарли бўлишига ишончим комил;

б) Ҳар қандай иш қизиқарли бўлишига ишончим комил, агарда у менга фонда келтирадиган бўлса;

в) ҳар қандай иш қизиқарли бўлишига ишончим комил, агар уни усталик билан бажара олсам;

8.

а) Meнra ўз ишимнинг устаси бўлиш ёқади;

б) Менга бирор ишни катталарнинг ёрдамисиз бажариш ёқади;

в) Meнra доим янги нарса ўрганиш ёқади;

9.

а) ¤қиш менга қизиқарли;

б) Атрофдагиларга сезиладиган ишларни қилиш менга қизиқарли;

в) Менга меҳнат қилиш қизиқарли;

10.

а) ¤йлайманки, бажарган ишларимнинг натижалари атрофдагиларга сезилса яхши бўларди;

б) ¤йлайманки, ҳар қандай ишда муҳими натижадир;

в) ¤йлайманки, ҳоҳлаган ишларни мустақил қилиш учун тезроқ керакли билимларни олиш лозим;

11.

а) Мен фақат ўзимга ёқадиган ишлар билан шуғулланишни ҳохлар эдим;

б) Мен ҳар қандай ишни қўлимдан келганича яхши бажаришни хохлайман, чунки шу йўл билан хақиқатга ҳам яхши қилса бўлади;

в) Менинг ишим атрофдагиларга фойда келтиришини хохлайман, чунки бу менинг келажак ҳаётимда ёрдам беради;

12.

а) Кўпчиликнинг қўлидан келмайдиган ишни қойилмақом қилиб қўйиш мен учун қизиқарли;

б) Аввал қилолмайдиган ишимни ўрганиш мен учун қизиқарли;

в) ¤зига диққатни жалб этадиган ишларни бажариш мен учун қизиқарли,

13.

а) Мен ҳамма қадрлайдиган ишни бажаришни яхши кўраман;

б) Менга ҳалақит бeришмаса, барча ишларни бажаришни яхши кўраман;

в) £иладиган ишим борлигини яхши кўраман;

14.

а) Мен турли ишларни бажаришни ҳохлайман, чунки менга натижалари қизиқарли;

б) Мен фойда келтирадиган ишни бажаришни хохлайман;

в) Менга ёқадиган ишни бажаришни ҳохлайман;

15

а) Ҳар қандай ишда энг қизиғи унинг бажарилиш жараёни деб ҳисаблайман;

б) Ҳар қандай ишда энг қизиғи унинг натижаси деб ҳисоблайман,

в) Ҳар қандай ишда энг қизиғи, бошқа одамларга унинг қанчалик муҳимлиги деб ҳисоблайман;

16.

a) Менга келажакда керак бўладиган барча нарсаларни ўрганиш ёқади;

б) Менга керак 6ўлса, бўлмаса янги билимлар олиш ёқади;

в) Менга ўқиш жараёнининг ўзи ёқади;

17.

а) Мени ўқишдан сўнг очиладиган манзара қизиқтиради;,

б) Мени ўқишдан сўнг керакли одам бўлишим қизиқтиради;

в) ¤қишнинг менга фойдалилиги қизиқтиради;

18.

а) ¤рганган нарсам менга доим керак бўлишига ишончим комил;

б) Менга ўқиш доим ёқишига ишончим комил;

в) ¤қишдан сўнг керакли одам бўлишимга ишончим комил;

19.

а) Ишимнинг натижаси атрофдагиларга кўриниши мента ёқади,

б) ¤з ишимни усталик билан бажариш мента ёқади;

в) ¤з ишимни бошқалар бажара олмайдиган даражада яхши бажариш менга ёқади;

20.

а) Топширилган вазифани сифатли бажариш мен учун қизиқарлидир;

o) Атрофдагилар сезадиган ишни бажариш мен учун қизиқарлидир;

в) Ишхонада нима билан бандлигимни ҳамма билиши мен учун қарлидир.

***Натижалар таҳлили***

Касбий фаолият мотивлари орасидан 4 асосий гуруҳни ажратса бўлади:

1. ¤з меҳнатининг мотивлари, одам учун меҳнат жараёнининг муҳимлигини билдиради.

2. Меҳнатининг ижтимоий аҳамияти мотивлари жамият томонидан талаб қилинаётган касбни танлашга боғлиқлиги ҳақида гувоҳлик қилади.

3. ¤зини шахс сифатида тасдиқлаш, касбни танлашда ўзининг қобилиятини меҳнатда амалга ошириш имкониятини кўрсатади.

4. Касбий моҳирлик мотивлари меҳнатда яхшироқ натижага эришишни кўрсатади.

Жавоб варақасини тўлдиргандан сўнг ҳар бир устунчалардаги доирачалар йиғиндиси ҳисобланади. Аввал ҳар бир 4 — та гуруҳларнинг абсолют баллар йиғиндиси топилади. Бунинг учун хар бир устунларнинг алоҳида йиғиндиси топилади: 1.1, 1,2, 1.3, 1А, 1.5, 1.6, 2,1, 2.б ва ҳоказо.

Бироқ, турли хил мотивлар гуруҳида миқдорлар бир хилда ажратилмайди. Уларни балларнинг абсолют йиғиндисини солиштириш учун 1 ва 2 гуруҳни иккига; 3 ва 4 ни учга кўпайтириш лозим.

Топилган йиғинди бир хил баллар «оғирлигига» эга бўлиб, бир — бири билан солиштириш мумкин. Балларнинг энг катта миқдори доминант (устун келувчи) мотивга мосдир.

**ЖАДВАЛ ВАРА£АСИ**

Фамилияси, Исми\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Мактаб №\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Синф \_\_\_\_\_\_\_\_ ¤тказилган сана\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1.1  1 а  2 а  13 а | 1.2  4 б  5 в  13 б | 1.3  9 в  13 в  15 в | 1.4  10 б  14 а  15 б | 1.5  7 а  14 б  15 в | 1.6  8 б  11 а  14 в |
| 2.1  1 б  3 а  16 а | 2.2  4 в  6 а  16 б | 2.3  9 а  16 в  18 а | 2.4  10 в  12 б  17 а | 2.5  7 б  17 б  18 б | 2.6  8 в  17 в  18 в |
| 3.1 | 3.2 | 3.3 | 3.4 |
| 11в  2в  3б | 5а  6б  11б | 7в  12а  19б | 8а  19в  20а |
| 4.1  2б  3в  1в | 4.2  4а  5б  6в | 4.3  9б  12в  20в | 4.4  10а  19а  20б |

**ДИФФЕРЕНЦИАЛ ДИАГНОСТИКА С¤РОВНОМАСИ**

Бу методика ёрдамида синалувчига фаолиятнинг у ёки бу туридан қайси бири унга кўпроқ маъқул кўришлиги ва шунга мос равишда қайси касбга мойиллиги аниқланади. Атоқли психолог олим Е.А. Климов касбларнинг беш асосий типини фарқлайди (табиат, техника, одам, белгилар тизими, бадиий образ).

Кўрсатма: «Фараз қилайлик тегишли таълимни олганингиздан сўнг. Сиз ҳар қандай ишни бажара оладиган бўласиз. Агар Сизга таклиф қилинган икки имкониятдан фақат бирини (улардан бири ёки иккаласининг ҳам сизга ёқиши ёки ёқмаслигидан қатъий назар) танлашингизга тўғри келгундек бўлса, унда Сиз қайси бирини маъқул кўрган бўлардингиз?

¤з жавобларингизни, жавоблар учун берилган бланкда, тегишли катакларда қайд этилган Сиз танлаган жавоб вариантингиз тартиб рақами ва харфини доира ичига олиб қўйиш билан билдиринг. Имкон қадар тезроқ ишлашга ва жавобларингизда самимий бўлишга ҳаракат қилинг».

**ЖАВОБ ВАРА£АСИ:**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| О — Тт | О — Та | О — О | О — Бт | О - Бо |
| 1а | 1б | 2а | 2б | 3а |
| 3б | 4а | 4б | 5а | 5б |
| 6а |  | 6б |  | 7а |
|  | 7б | 8а |  | 8б |
| 10а | 9а |  | 9б |  |
| 11а |  |  | 10б |  |
| 13б | 11б | 12а | 12б | 13а |
| 16а | 14а | 14б | 15а | 15б |
|  |  | 16б |  | 17а |
| 20а | 17б | 18а |  | 18б |
|  | 19а |  | 19б |  |
|  |  |  | 20б |  |

***Саволлар: Мен маъқул кўраман***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1а. Ҳайвонларга қараш (уларни боқиш, парвариш қилиш) | Ёки | 1б.Машина приборлари га хизмат қилиш |
| 2а.Бемор кишиларга ёрдам бериш, уларни даволаш | Ёки | 2б. Жадваллар, схемалар, ҳисоблаш машиналари учун дастурлар тузиш. |
| 3а. Китоб безаклари, плакат лар, бадиий откриткалар, грампластинкалар сифатини кузатиб бориш. | Ёки | 3б. ¤симликлар ҳолатини, ўсишини кузатиш. |
| 4а. Материалларни  (ёгоч, газлама, металл, пластмасса ва ҳ.к.) карта ишлаш. | Ёки | 46. Маҳсулотларни (ис теъмолчиларга етказиш, реклама қилиш, сотиш) |
| 5а. Илмий — оммабоп китоб,  мақолаларни муҳокама қилиш | Ёки | 56. Бадиий китобларни (ёки пьеса, концерт ларни муҳокама қилиш. |
| 6а. Бирон — бир зотли кичик ҳайвонни боқиш, парвариш қилиш. | Ёки | 6б. ¤ртоқларингиз (ёки ўзингиздан кичик болаларни) бирон-бир фаолият (меҳнат, ўқиш, спорт)ни бажариш учун шуғуллантириш. |
| 7а. Расм, тасвирлардан нусхалар кўчириш (ёки мусиқа асбобларини созлаш, тузатиш) | Ёки | 76. Бирон-бир юк ташувчи (кўтарувчи) воситаларни (кран, трактор, тепловоз ва бошқа) бошқариш |
| 8а. Одамларга (маълумот бюроларида, саёҳатларда ва бошқа) уларга керакли маълумотларни бериш, тушунтириш. | Ёки | 86.Кўргазмаларни, пештахталарни безаш да (ёки пьеса, концертларни тайёрлашда) иштирок этиш. |
| 9а. Буюмлар,нарсалар (кийим, техника)ни, уй — жойни таъмирлаш, тузатиш. | Ёки | 96. Жадваллар, текстлар, расмлардан хатолари қидириб топиш ва тузатиш. |
| 10а. Ҳайвонларни даволаш. | Ёки | 106. Ҳисоб — китоб ишларини бажариш. |
| 11а. ¤симликларни янги навларини яратиш | Ёки | 11б. Саноат маҳсулот лари (машиналар, кийим лар, уй, озиқ-овқат махсулотлари ва ҳ.) нинг янги турларини лойиҳалаштириш,яратиш. |
| 12а. Одамлар ўртасидаги низо, жанжалларни ҳал қилиш (ишонтириш,  тушунтириш, рағбатлантириш) | Ёки | 126. Чизмалар, схемалар, жадвалларни ўрганиш (текшириш, аниқлаш, тартибга келтириш) |
| 13а. Бадиий ҳаваскорлик тўгараклари ишларини ўрганиш, кузатиш. | Ёки | 13б. Микроблар ҳаётини ўрганиш. |
| 14а. Медицина приборлари, ёки аппаратларни ишлатиш, уларга хизмат қилиш. | Ёки | 14б. Одамларга яралан ганда, шикастланганда, куйганда ва. Медицина ёрдами кўрсатиш. |
| 15а. Кузатилаётган воқеалар, ёки ҳодисалар, ўлчанаётган объектлар ва бошқалар ҳақида аниқ хисоботлар ёзиб бориш. | Ёки | 15б. Воқеалар (кузатилаётган ёки улар ҳақида ўқиган)ни бадиий ифодалаш. |
| 16а. Касалхонада лаборатория анализларини қилиш. | Ёки | 16б. Беморларни қабул қилиш, уларни текшириш, улар билан суҳбатлашиш ва уларни даволашга йўллаш. |
| 17а. Хона деворларини, нарсалар ёки сиртини бўяш ва безаш. | Ёки | 17б. Биноларни таъмир лаш ёки машина приборларини йиғиш |
| 18а. Тенгдошларингиз ёки кичик ёшдаги болаларни (театр, музейларга) маданий саёҳатларини, экскурсияларини) ташкил этиш | Ёки | 18б. Саҳнада ўйнаш, концертларда иштирок этиш. |
| 19а. Чизмалар бўйича деталларни буюмлар (машина, кийимлар)ни тайёр лаш, биноларни қуриш. | Ёки | 19б. Чизмачилик билан шуғулланиш, чизмалар, карталардан нусхалар кўчириш. |
| 20. ¤симликлар касалликлари ва боғ — ўрмон зараркунан даларига қарши курашиш. | Ёки | 206. Клавишли машина ларда (компьютер, телетайп ва бошқалар)да ишлаш. |

***Сўров натижаларини қайта ишлаш***

ДДС саволлари шундай тартибда гуруҳланганки, уларга берилган жавоблар фаолиятнинг туфли соҳаларини фарқлаш имконини беради. Бу ўринда касб турлари шартли равишда қуйидагича қисқартириб олинди:

1 устунда — «Одам — табиат» — О — Тт; 2 устунда — «Одам — техника» — О — Та; 3 устунда — «Одам — одам» — О — О; 4 устунда — «Одам — Белгилар тизими» — О — Бт; 5 устунда — «Одам — бадиий образ» — О — Бо.

Синалувчиларга юқорида кўрсатилган жавоб варақаси тарқатилиб ва улар кўрсатмада таъкидлаганидек, ўз жавобини тегишли рақам ва харфни доира ичига олиш билан белгилаб бўлишганларидан сўнг, жавоб варақалари йиғиб олиниб улар тадқиқотчи томонидан қайта ишлаб чиқилиши ҳам мумкин ёки натижаларни қайта ишлашда синалувчиларнинг ўзларидан ҳам фойдаланиш мумкин. Бунда уларнинг ўзлари ўз жавоб варақасидаги ҳар бир уступ бўйича белгиланган жавоблар миқдорини ҳисоблаб чиқадилар.

£айси устун бўйича белгиланган жавоблар сонининг кўп бўлиши синалувчининг шу тоифа касбларга мойиллигини билдиради. Агар ҳамма устунлар бўйича жавоблар миқдори бир хил бўлиб чиқса, бу қизиқишлар ёйилиб кетганлигини, у ёки бу касбга нисбатан қизиқишнинг шаклланмаганлигини ёки ёрқин ифодаланган устунликнинг йўқлигини билдиради. Бундай ҳолларда тадқиқотдан сўнг синалувчи билан бафуржа суҳбатлашиш, унга қизиқишларини аниқлаб олишга ёрдам бериш лозим.

Агар синалувчида у ёки бу касбга мойиллик ёрқин ифодаланган бўлса ва у конкрет бир касбни танлаган бўлса, унда айнан шу касбни танлаш мотиви қандай эканлигини билиш зарурати ҳам юзага келиб қолиши мумкин. Бу ўринда психолог юқори «Касбий танлаш мотивациясини аниқлаш» — деб номланган методикадан фойдаланиши мумкин.

**ШАХСНИНГ КОММУНИКАТИВ ВА ТАШКИЛОТЧИЛИК £ОБИЛИЯТЛАРИ (КТ£) НИ ¤РГАНИШ УСУЛИ**

Шахснинг ташкилотчилик ва коммуникатив қобилиятларини диагностика қилиш методикаси психологик ташҳисда ва катта синф ўқувчиларига касбга маслаҳат беришда кенг қўлланилади.

Тадқиқотни ўтказиш учун КТ£ саволномани ва варақасини тайёрлаш керак. Тадқиқотни индивидуал ва гуруҳда ўтказиш мумкин.

Текширувчиларга жавоб варақаларини тарқатиб бўлгач, қўлланмаларни ўқиб бериш керак.

£уйида келтирилган тасдиқларни яхшилаб ўқиб чиқинг ва бу тасдиқларга рози бўлсангиз «+» белгисини,агар рози бўлмасангиз «-» белгисини қўйинг. Ноаниқ саволни суистеъмол қилмасликка ҳаракат қилинг. Ҳар бир детал устида узоқ ўйламаслик, аниқ ҳолатларни кўз олдингизга келтиринг. Жавоб учун кўп вақт сарфламанг, миянгизга келган биринчи табиий жавобни беринг.

Саволларни қолдирмасдан, тартиби билан жавоб беринг. Тўғри ва

самимий жавоб беринг. ¤з жавобларингизни яхши тасаввур этишга ҳаракат қилманг, улар ҳақиқий бўлиши лозим. Ҳар бир саволга берилган жавоб умуман кўриб чиқилмайди, бизни фақатгина умумий кўрсатгичлар қизиқтиради.

**КТ£ саволномаси**

1. Ҳар доим мулоқотда бўлиб турадиган дўстларингиз кўпми?

2. Дўстларингизни кўпчилигини фикрингизни қабул қилишга оғдириб оласизми?

3. Дўстларингиздан бири сизни ранжитса узоқ вақт хафа бўлиб юрасизми?

4. Ҳосил бўлган кескин вазиятда ҳар доим ҳам йўл топишга қийналасизми?

5. Ҳар хил кишилар билан танишишга сизда интилиш борми?

6. Жамоат ишлари билан шуғулланиш сизга ёқадими?

7. Сизга одамлар ичида бўлишдан кўра китоб ёки бошқа ишлар билан вақт ўтказиш ёқадими?

8. Кўзлаган мақсадларингизни амалга оширишда тўсиқ бўлса, сиз улардан осонгина чекинасизми?

9. ¤зингиздан катта ёшдаги кишилар билан осонгина муомалага ўта оласизми?

10. Сиз ўз дўстларингиз билан кўнгил очар ўйинлар ўйлаб топишни ёқтирасизми?

11. Сизга янги компанияга киришиб кетиш қийинми?

12. Бугунги қилинадиган ишларни бошқа кунларга тез- тез қолдириб турасизми?

13. Нотаниш одамлар билан муомалага киришиш сизга осон бўладими?

14. Дўстларингиз сизни фикрингиз билан иш тутишларига интиласизми?

15. Янги жамоага кўникиш сизга қийинми?

16. Дўстларингиз ўз мажбуриятларини бажаришмаса сизда улар билан келишмовчилик чиқмаслиги ростми?

17. £улай вазият бўлиб қолса сиз янги кишилар билан танишишга ва суҳбатлашишга интиласизми?

18. Муҳим ишларни бажаришда ташаббусни кўпинча ўзингизни қўлингизга оласизми?

19. Атрофдаги одамлар сизни безовта қиладими ва сиз ёлғиз бўлишни истайсизми?

20. Сиз нотаниш шароитда ўзингизни ноқулай ҳис қилишингиз ростми?

21. Сизга ҳар доим одамлар орасида бўлш ёқадими?

22. Бошлаган ишингизни битира олмасангиз безовта бўласизми?

23. Одамлар билан танишаётганда ташаббус кўрсатиш керак бўлса ўзингизда ноқулайлик, ҳаяжон, тортинишни ҳис этасизми?

24. Дўстларингиз билан тез-тез бўлган мулоқотдан толиқасизми?

25. Жамоа ўйинларида иштирок этишни ёқтирасизми?

26. Дўстларингизга тегишли бўлган муаммоларни ечиш учун тез-тез ўз ташаббусингизни кўрсата оласизми?

27. Сиз яхши танимаган одамлар ичида ўзингизни эркин тута олмаслигингиз ростми?

28. Сиз ўз ҳаққонийлигингизни исботлаш учун камдан - кам интилишингиз ростми?

29. Яхши танимаган гуруҳга жонланиш киритиш, сиз учун унча

қийин эмас деб ҳисоблайсизми?

30. Сиз мактаб жамоат ишларига қатнашасизми?

31. Сиз ўз танишларингиз сонини бир неча одамлар билан чеклатишга интиласизми?.

32. Агар фикрингизни дўстларингиз бирданига қабул қилмаса, сиз уни ҳимоя қилиш учун интилмаслигингиз ростми?

33. Бегона гуруҳга тушиб қолсангиз, ўзингизни эркин тутасизми?

34. Сиз ҳар хил тадбирлар ташкил қилишга жон деб киришасизми?

35. Катта гуруҳ олдида сўзлаганда ўзингизни дадил ва босиқ тутмаслигингиз ростми?

36. Сиз ишга доир учрашувларга тез – тез кеч қолиб борасизми?

37. Дўстларингиз кўплиги ростми?

38. Дўстларингиз ичида диққат марказида тез-тез бўлиб турасизми?

39. Яхши танимаган одамлар билан мулоқатда бўлганда сиз ўзингизни ноқулай ҳис қиласизми?

40. Дўстларингиз даврасида ўзингизни унча дадил ҳис қила олмаслигингиз ростми?

ДЕШИФРАТОР

Коммуникатив қобилиятлар

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 +  3 -  5 +  7 -  9 + | 11 -  13 +  15 -  17 +  19 - | 21 +  23 -  25 +  27 -  29 + | 31 -  33 +  35 -  37 +  39 - |

ДЕШИФРАТОР

Ташкилотчилик қобилиятлар

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 2 +  4 -  6 +  8 -  10 + | 12 -  14 +  16 -  18 +  20 - | 22 +  24 -  26 +  28 -  30 + | 32 -  34 +  36 -  38 +  40 - |

Натижаларни қайта ишлаш

1. Текширувчиларни жавобларини дешифратор билан солиштириб, коммуникатив ва ташкилотчилик қобилиятларга тўғри келганини ҳисоблаб чиқинг.
2. Коммуникатив (Кк)ва ташкилотчилик (Кт) қобилиятларини баҳолаш коэффицентини қуйидаги формула орқали ҳисоблаб чиқинг.

(Кк)қ тўғри келган жавобларнинг сони X 0,05

(Кт)қ тўғри келган жавобларнинг сони X 0,05

Масалан: текширувчини коммуникатив қобилиятлари дешифратор билан тўғри келган жавоблар сони 18, ташкилотчилик қобилиятлари эса дешифратор билан тўғри келган жавоблар сони 15.

Демак, коммуникатив қобилиятини баҳолаш коэффиценти қуйидаги тенг (Кк)қ 18x 0,05 қ0,90

таҳкилотчилик қобилиятларини баҳолаш коэффиценти (Кт)қ 15х0,05қ0.75

Шу методика орқали олинган кўрсаткичлар 0-1 ўзгариши мумкин. 1-га яқин кўрсаткичлар коммуникатив ёки ташкилотчилик қобилиятларини юқори даражасини билдиради.

0-га яқин кўрсатгичлар паст даражасини билдиради.

Кўрсатгичларни сифатли баҳолаш учун олинган коэффицентларни баҳолаш билан солиштириб чиқиш керак.

Коммуникатив ва ташкилотчилик қобилиятларни баҳолаш шкаласи

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Кк | Кт | Баҳо | £обилиятнинг ифодаланиш даражаси |
| 0,10 - 0,45  0,46 - 0,55  0,56 - 0,65  0,66 - 0,75  0,76 - 1,00 | 0,20 - 0,55  0,56 - 0,65  0,66 - 0,70  0,71 - 0,80  0,81 - 1,00 | 1  2  3  4  5 | Паст  ¤ртадан паст  ¤ртадан юқори  Жуда юқори |

Натижаларни таҳлил қилишда параметрларни кўзда тутиш керак:

1. -баҳо олган текширилувчилар комуникатив ва ташкилотчилик қобилиятлари паст даражаси билан таърифланади.
2. -баҳо олган текширилувчилар коммуникатив ва ташкилотчилик қобилиятлари ўртадан паст таърифланади. Улар мулоқотга интилашмайди, яъни гуруҳда (жамоада) ўзларини эркин тута олмайди, вақтни ёлғиз ўтказишни афзал кўради, ўзларини танишувларини чегаралаб қўяди, одамлар билан мулоқот ўрнатишга ва аудитория олдида гапиришга қийналади, ўз фикрини ҳимоя қила олмайди, кўп ишларда мустақил қарор қабул қилишда ўзларини четга тортишни афзал кўради.
3. -баҳо олган текширилувчилар коммуникатив ва ташкилотчилик қобилиятлари ўрта даражалик деб ҳисобланади. Улар одамлар билан мулоқот ўрнатишга интилади, ўзларини танишувларини чегараламайди, ўз фикрини ҳимоя қила олади, ишларини режалайди, лекин қобилиятларини юқори турғунлик билан таърифлаб ривожлантириш учун катта ва жиддий тарбиявий ишлар олиб бориш керак.

4. -баҳо олган текширилувчилар коммуникатив ва ташкилотчилик іобилиятлари юіори даражалик деб ҳисобланади. Улар янги вазиятларда ґзини йґіотмайди, дґстларни тез топади, танишувлар даражасини ҳар доим кенгайтиришга интилишади, жамоат ишлари билан шуІулланади, яіинлари ва дґстларига ёрдам беради, жамоат тадбирларини ташкил іилишга іатнашади, оІир вазиятда мустаіил іарорлар іабул іила олади. Айтиб ґтилганларни улар мажбурий эмас, ґз ички интилиши билан іилишади.

5 -баҳо олган текширилувчилар коммуникатив ва ташкилотчилик іобилиятлари жуда ҳам юіори даражалик деб ҳисобланади. Улар мулоіот ва ташкилий фаолиятга катта эҳтиёж хис этишади, шунга фаол интилишади, оІир вазиятларда тез йґл топа олишади. Янги жамоада ґзини эркин тутишади, ташаббускор, муҳим ишда ёки мураккаб вазиятда мустаіил іарор іабул іилишни афзал кґради, ґз фикрини ҳимоя іила олишади, дґстлари уларнинг фикрлари билан иш тутишларига интилади, нотаниш компанияга жонланиш киргиза олишади, ҳар хил ґйинлар ташкил іилишни яхши кґришади. ¤злари коммуникатив ва ташкилотчилик фаолиятларини іониітирадиган ишларни излаб юришади.

**ЖАВОБ ВАРА£АСИ**

Фамилияси, исми \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Ташҳис ґтказилган ваіти\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 32 |
| 33 | 34 | 35 | 36 | 37 | 38 | 39 | 40 |

**ПСИХОГЕОМЕТРИК ТЕСТ**

Кўрсатма: юқорида ифодаланган бешта шаклга қаранг. Сиз «Бу — Мен» деб айта оладиган шаклингизни танлаб олинг. Фақат ҳеч қандай мантиқий таҳлил ва нокерак ақлий ҳаракатлар билан шуғулланманг. Бу ҳеч нарсага олиб келмайди. Фақат ўзингизни шаклингизни ҳис қилишга ҳаракат қилинг. Агар жуда қийналаётган бўлсангиз, шакллар ифодаланган варақни кузатганингизда биринчи бўлиб сизнинг диққатингизни жалб этган шаклни танланг. Бу шаклнинг номини биринчи рақам билан ёзиб қўйинг. Энди қолган тўртта шаклни ушбу тартибда ўзингизга маъқуллиги асосида ўринларга жойлаштириб чиқинг. Марҳамат, узоқ ўйламасдан бу ишни амалга оширинг.

Агар қийналсангиз қуйидаги стратегиядан фойдаланинг: тасаввур қилингки, қолган 4 та, кейин 3 та, кейин 2 та шакл орасидан ўзингизни танлашингиз керак. Биз тажрибанинг бошиданоқ сизга бешта эмас, балки тўртта, учта шакл таклиф этишимиз ҳам мумкин эди - ку.

Охирида қолган, яъни номини сиз бешинчи рақам билан белгилаб қўядиган шакл, яққол сизники бўлмаган, яъни сизга тўғри келмайдиган шакл бўлади.

Сизни табриклаймиз. Ишнинг биринчи, энг оғир босқичи якунланди. Олдингизда сизнинг субъектив интилишингиз акс этган геометрик шаклларнинг тартибли қатори турибди. Сиз биринчи ўринга қайси шаклни қўйганингиздан қатъий назар бу сизнинг асосий шаклингиз, ёки субъектив шаклингиз. Айни шу сизнинг характерингизда ва хулқ - атворингиздаги асосий, устун белги ва хусусиятларни аниқлаш имконини беради. £олган тўртта шакл эса сизнинг хулк - атворингиздаги етакчи оҳангни безаб турадиган ўзига хос белгиловчилар. Уларнинг таъсир кучи тартиб рақами ортиб бориши билан пасайиб боради. Агарда иккинчи ўринда турган шаклнинг айрим характеристикаларини сиз ўз хулқ - атворингизда кўришингиз мумкин бўлса, охирида, бешинчи ўринда турган шакл сиз яққол ўзингизда бўлмаган (ўзингизга ёқмай турган) вақтингизда намоён бўлади. Охири шаклнинг бошқача аҳамияти сиз учун муҳимроқ — у сизга ўзаро муносабатга киришишингиз энг қийин кечадиган одамнинг шаклини кўрсатади (ишончимиз комилки, сиз психогеометрик тест ёрдамида бу қийинчиликни муваффақият билан бартараф этасиз). Келинг, энди психогеометрик тилни тушуниш билан шуғулланамиз.

**Шахс асосий шаклларининг қисқача психологик тавсифи**

Квадрат. Агар сизнинг асосий шаклингиз Квадрат бўлса, демак — сиз ҳормас — толмас меҳнаткашсиз! Меҳнатсеварлик, тиришқоқлик, бошлаган ишни охирига етказишга бўлган эҳтиёж, ишни тугаллашга эришишга имкон берадиган қатъиятлилик — булар ҳақиқий Квадратларни машҳур қиладиган нарсалардир. Чидамлилик, торқат ва ишни кўзини билишлилик одатда Квадратларни ўз соҳасида юқори малакали мутахассис бўлишини таъминлайди. Квадратларда информацияга нисбатан жуда кучли эҳтиёж мавжуд, улар турли — туман маълумотларнинг коллекционерлари ҳамдир. Чунончи бу коллекция қаерда — миядами ёки махсус, картотекадами сақланишидан қатъий назар, у жуда тартибли сақланади. Барча маълумотлар системалаштирилган, жавонларга ажратилган. Квадрат зарур информацияни шу захотиёқ бера олади. Шунинг учун хам Квадратларни ҳақли равишда эрудит (жуда бўлмаганда ўз соҳасида) деб ҳисоблашади.

Фикрий таҳлил — Квадратнинг энг кучли томонидир. Агар сиз ўзингиз учун тўғри чизиқли шакл бўлмиш Квадратни катъий танлаган бўлсангиз, демак шу нарса аниқки, сиз «чап ярим шарли» фикрловчилар, информатика тили билан айтганда информацияларни: а - б - в - г ва ҳоказо кетма - кетликда қайта ишловчилар тоифасига кирасиз. Квадратлар натижани тахмин қилишдан кўра кўпроқ «ҳисоблаб» чиқарадилар. Улар фикрлаш занжирида бирорта ҳалқани ҳам ўтказиб юбормайдилар, бошқалар бу нарсани қилсалар, тушунишда қийналадилар, бунинг натижасида дискомфорт сезадилар. Квадратлар майда икир - чикирларга ҳаддан ташқари эътиборлилар. Айнан Квадратлар кўпинча бошқа шакл эгалари берган буюк фикрлар, проектлар ва режаларнинг барча конкрет деталларини ишлаб чиқадилар.

Квадратлар ўзгармас тартибни яхши кўрадилар: ҳар бир нарса ўз жойида бўлиши ва ўз вақтида амалга ошиши зарур. Ҳақиқий Квадрат «Столдаги тартибсизлик — миядаги тартибсизликдир» деган мақолга чин дилдан ишонади. Квадратнинг идеали - режалаштирилган, олдиндан айтиш мумкин бўлган ҳаётдир, унга турли «сюрпризлар» ва воқеаларнинг бориши одатининг бузилишлари сира ёқмайди. У доимо одамларни ва нарсаларни ўз атрофида «тартиблаштиради» ва ташкил этади.

Ушбу барча сифатлар шунга олиб келадики, Квадратлар жуда яхши администратор бўлиши мумкин (бўлади ҳам), лекин афсус улар камдан — кам яхши раҳбар, менеджер бўлишлари мумкин. Табиийки, Квадратнинг юқорида кўрсатилган барча устунликлари ундаги ожиз томонлар билан ёнма - ён кечавериши мумкин. Айбсиз битта Парвардигорнинг ўзи!

Сарамжом — саришталик, тартиб қоида ва одатларга риоя қилиш ҳаддан ташқари ортиқча бўлиб кетиши мумкин. £ачонки, қарор қабул қилиш вақти келса, айниқса бу қарор таваккалчилик билан ёки ўз обрўсига путур етказиш билан боғлиқ бўлса, Квадрат хоҳлаб ёки хоҳламай бу қарорни қабул қилиш муддатини чўзаверади. Бундан ташқари, рационаллик, ҳиссий қуруқлик ва совуқлик Квадратга турли, айниқса ёқмайдиган шахслар билан алоқага киришишга халақит беради, бу нарса ҳам одамларни бошқаришда муваффақиятга эришишга ҳалақит беради. Квадрат аморф, яъни «чап қўл нима қилаётганини ўнг қўл билмайдиган» ҳолатда самарасиз ҳаракат қилади. Аммо яхши ташкиллаштирилган, ижро муддатлари белгиланган, маълумотлар ва асбоб ускуналардан фойдаланиш аниқ, бўлган, аниқ талаблар шакллантирилган ва ҳаракатнинг аниқ кўрсатмалари берилган шароитларда Квадрат қолган барча шакллардан устун бўлади.

Учбурчак. Бу шакл лидерлик белгисидир, кўпчилик Учбурчаклар ўзларининг ушбу хусусиятларини сезадилар: «улар лидер бўлиш учун туғилганлар». Хақиқий Учбурчакнинг энг характерли хусусияти — бош мақсадга ўз диққатини қарата олиш қобилиятидир. Учбурчаклар ҳаракатчан, тутқич бермас, кучли шахслар бўлиб, улар аниқ, мақсадлар қўядилар ва одатда, уларга эришадилар.

Албатта, Учбурчаклар ўзларининг асосий мақсади нима эканлигини ҳар доим биладилар, шунинг учун ҳам улар Квадратлардан фарқ қилиб — жуда қатъиятли одамлардир. Улар ўзларининг қариндошлари — Квадратлар сингари, тўғри чизиқли шаклларга хос ва йўналишига кўра ҳам «чап ярим шарли» фикрловчи, яъни шароитни чуқур ва тез таҳлил қила оладиган тоифага кирадилар. Аммо, ўз диққатини икир — чикирларга қаратувчи Квадратларга қарама — қарши ўлароқ, Учбурчаклар асосий нарсага, муаммонинг мазмунига ўз диққатини қаратадилар. Улардаги кучли фойдага йўналганлик уларнинг фикрий таҳлилини йўллаб туради ва мазкур шароитда муаммо ечимининг самарали (кўпинча фойдали) йўлини топишга қаратади. Бундай йуналганлик Учбурчакларни энг яхши ечимни излашда турли-туман вариантларни берилиб таҳлил қилишдан асрайди. Бу нарса бошқаларда, ўзига унчалик ишонч бўлмаган кишиларда кучли таассурот пайдо қилади ва улар Учбурчакка эргашадилар.

Учбурчак — бу жуда ўзига ишонган, барча нарсада ўзи ҳак бўлишни хоҳловчи одам, одам нарсада ҳак бўлишга ва шароитни бошқаришга, фақат ўзи учун эмас, балки имкон даражасида бошқалар учун ҳам қарор қабул қилишга бўлган кучли эҳтиёж Учбурчакни бошқалар билан доимо рақобатлашувчи, курашувчи шахсга айлантириб қўяди. Учбурчак киришган ҳар бир ишда етакчи установка — бу ғалабага, ( ютуққа, муваффақиятга бўлган установкадир. У жуда тез - тез таваккал қилади, қарор қабул қилишда иккиланувчи одамларга нисбатан чидай олмайдиган ва ёқтирмайдиган бўлади.

Учбурчаклар ноҳақ бўлиб қолишни жуда ёқтирмайдилар ва ўз хатоларини жуда қийинчилик билан тан оладилар. Айтиш мумкинки, улар кўпинча ўзлари кўришни хоҳлаган нарсани кўрадилар, шунинг учун ҳам ўз қарорларини ўзгартиришни ёқтирмайдилар, эътирозларини қабул қилмайдилар ва кўпчилик ҳолларда ўзларича иш тутадилар. Лекин улар ўзларининг прагматик йўналишларига мос келадиган, бош мақсадга эришишга ёрдам берадиган нарсаларга жуда муваффақиятли ўрганадилар, фойдали информацияларни худди сўрғичдек ўзига сўриб оладилар.

Учбурчаклар - иззат - нафсли одамлар. Агар Квадрат учун ор - номус иши бажарилаётган вазифани юқори сифатига эришиш бўлса, Учбурчак эса юқори мавқега эришишга, юксак статус эгаллашга, бошқача айтганда, карьера қилишга интилади (буни Уч бурчакнинг салбий сифати деб қарамаслик керак). Бирон — бир ишни бошлаш ёки қарор қабул қилишдан олдин Учбурчак онгли ёки онгсиз ҳолда ўз олдига «Бундан нима фойда кўраман?» деган саволни қўяди. Ишонаверинг: Учбурчак қандай қарор қабул қилмасин, бунда албатта Учбурчакнинг шахсан ўзи учун фойда (хар доим ҳам моддий эмас) акс этган бўлади. Учбурчаклардан бошқаришнинг энг «юқори» даражасида турадиган зўр менеджерлар туради. Улар айни «юксакликка» интиладилар. Бунда уларга яна битта сифат — «сиёсий фитначилик» малакаси ёрдам беради. Улар ўзидан юқори турган раҳбариятга ўзининг ва қўл остидагилар ишининг аҳамиятлилигини усталик билар етказа оладилар, фойдали ишнинг ҳидини бир чақиримдан сезадилар ва бу нарса учун курашда ўз рақибларини «бир — бирлари билан пешонасини уриштириб» қўя оладилар. Мана шу ерда «учбурчак» шаклининг бош салбий сифатига эътибор бериш керак: бу ўзига йўналтирилган кучли эгоцентризм. Бу нарса шунга олиб келадики, Учбурчаклар ҳокимият тепасига интилаётиб ахлоқий нормаларни унчалик писанд қилмайдилар ва ўз мақсади сари бошқаларнинг бошларида юриб боришлари ҳам мумкин. Бу ҳолат бошқаларда қўрқув ва шунға асосланган ҳурмат юзага келтириши мумкин, лекин ҳеч ҳам уларга нисбатан мойиллик ва муҳаббат ҳосил қилмайди. Шундай булса-да... қўрқманг! Бу «ашаддий», яъни вақтида бошқалар томонидан тўхтатилмаган Учбурчакларгагина хосдир. Умуман олганда, Учбурчаклар келишган, ўзига жалб қилувчи одамлар бўлиб (шундай бўлмаса ким ҳам уларга эргашар эди).

Tўғри тўртбурчак. Тўғри тўртбурчаклар, сизлар учун ҳозир ўқийдиган нарсангиз кутилмаган ҳодиса бўлмаса керак. Шундоқ ҳам сиз ўзингиз тўғрингизда ҳамма нарсани биласиз.

Гап шундаки, Тўғри тўртбурчак ўтиш ва ўзгариш ҳолатини акс эттиради. Бу, айтиш мумкинки, шахснинг вақтинчалик шакли бўлиб, қолган тўртта нисбатан турғун шакллар хаётнинг маълум бир даврида бу шаклни ўзига «кийиб» юриши мумкин. Булар ҳозирги кунда ўзлари кечираётган ҳаёт тарзидан қониқмаётган, шунинг учун ҳам яхши ҳолатни излаш билан банд бўлган одамлардир. Мумкин, сизлардан кимдир яқиндагина касбий статуси ўзгаришини бошидан кечиргандир (мослашув талаб қиладиган холатлар: янги ишга ўтиш, лавозимда кўтарилиши ёки пасайиши): кимдир шунақа ўзгаришларни олдиндан кўраётган, сезаётган бўлиши мумкин. Кимнингдир шахсий ҳаётида ўзгаришлар булгандир. Умуман, Тўғри тўртбурчак ҳолатиниг сабаблари турли — туман бўлиши мумкин, лекин уларни бир нарса бирлаштиради — ўзгаришларнинг маълум одам учун аҳамиятлилиги.

Тўғри тўртбурчакнинг асосий психик ҳолати муаммолардаги чалкашлик ва айни шу пайтда ўзига нисбатан ноаниқликдир. Бу билан параллел равишда унда ички қўзгалиш ошиб боради ва бу унинг хулк — атворида акс этмасдан қолмайди.

Тўғри туртбурчакнинг энг характерли белгилари — ўтиш даври давомида хатти — ҳаракатлардаги изчилликнинг йўқлиги ва уларни олдиндан билиш қийинлигидир. Сиз, тўғри тўртбурчаклар, кундан — кунга, ҳатто бир куннинг ичида ҳам кучли ўзгаришларингиз мумкин. Бу табиий ҳол, чунки Тўғри тўртбурчакларнинг берадиган баҳоси паст бўлади, нимададир яхшироқ бўлишга интиладилар, янги иш методларини, ҳаёт услубларини излайдилар. Агар Тўғри тўртбурчакнинг хулк- атворига диққат билан разм солинса, бутун давр давомида унинг гоҳ «учбурчак», гоҳ «айлана» ва ҳоказо шаклларнинг кийимини ўзига кийиб кўрганлигини пайқаш мумкин. Тўғри тўртбурчакнинг хулқ — атворидаги бирданига, кутилмаганда ва олдиндан билиб бўлмайдиган даражада ўзгариб туриши одатда бошқа одамларни уялтиради ва хавфсиратади, улар онгли равишда «ўзаги йўқ одам» билан мулоқотдан қочишлари мумкин. Тушунарли, ким ҳам, ахмоқона ҳолатга тушиб қолишни истайди. Тўғри тўртбурчакларга бошқа одамлар билан мулоқотга киришиш жуда зарур, ўтиш даврининг яна битта мураккаблиги шундан иборат.

Шундай булсада, бошқа одамлардаги сингари Тўғри тўртбурчакларда ҳам атрофдагиларни ўзига жалб қилувчи ижобий фазилатларни кўриш мумкин. Бу энг аввало — қизиқувчанлик, синчковлик, бўлаётган барча ҳодисаларга жонли қизиқувчанлик ва ботирлик. Тўғри туртбурчаклар олдинлари ҳеч қачон қилмаган ишларни қилишга интиладилар, олдин сўрашга юраги бетламаган нарсаларни сўрайдилар. Мазкур даврда янги ғоялар, тафаккур ва ҳаёт услублари учун очиқдирлар, барча янгиликни осонликча ўзлаштирадилар. Туғри, буларнинг орқа томони — ҳаддан ташқари ишониш, ишонувчанлик, соддаликнинг мавжудлигидир. Шунинг учун ҳам Тўғри тўртбурчаклардан осонликча фойдаланиш мумкин, ахлок қоидаларини унчалик писанд қилмайдиган одамлар албатта бундан фойдаланадилар. Агар сиз ҳақиқатдан ҳам «Тўғри тўртбурчак» шаклини олган бўлсангиз, эҳтиёт бўлинг! Шуни билингки, «Тўғри тўртбурчаклик» — бу бир босқич холос. У албатта ўтади. Ва сиз бу даврда ўзлаштирилган тажриба билан бойиб, шахс ривожининг янги босқичига чиқасиз.

Айлана. Геометрик жиҳатдан Айлана — бу гармониянинг афсонавий символидир. Ишонч билан ўзининг асосий шакли сифатида Айланани танлаган одам энг аввало яхши шахслараро муносабатлар тарафдоридир. Айлана учун энг юксак қиймат — одамлар, уларнинг бахти. Айлана бешта шакл орасида энг очиқ кўнгилидир. У кўпинча иш жамоасини ҳам, оилани ҳам мустаҳкамлаб турувчи «елим» вазифасини бажаради, яъни гуруҳни стабиллаштиради.

Айлана бешта шакл орасидаги энг яхши коммуникаторлардир, чунки улар энг яхши тингловчилар ҳамдир (Учбурчаклар ҳам яхши коммуникаторлар, лекин улар бошқалардан кўра ўзларини кўпроқ тинглайдилар). Улар юқори сезгирликка эгалар, ривожланган эмпатияга ҳамдард бўла олиш, бошқа одамларнинг кечинмаларига ҳиссий шерик бўла олиш қобилиятига эгалар, Айлана бошқаларнинг қувончини, бошқаларнинг қайғусини ўзиникидек ҳис қилади. Табиийки, одамлар Айланага интиладилар. Айтиш керакки, Айланалар одамларни жуда яхши «ўқиб оладилар» ва бир дақиқадаёқ муғомбирларни, алдоқчиларни билиб оладилар.

Айланалар ўз жамоаси (ўз командаси) учун курашадилар ва ҳамкасабалари орасида юқори мавқега эга бўладилар. Аммо улар, одатда, бизнес соҳасида кучли менеджер ва раҳбар бўла олмайдилар.

Биринчидан, Айланалар ишдан кўра кўпрок, одамларга йўналганликлари учун ҳар бир одамга ёқишга жуда ҳаракат қиладилар. Улар тинчликни сақлашга ҳаракат қиладилар ва шунинг учун ҳам баъзида «қаттиқ» позицияни эгаллашдан ҳамда ҳаммага ҳам маъқул келавермайдиган қарорларни қабул килишдан қочадилар. Айлана учун шахслараро конфликтга киришдан ҳам оғир нарса йуқ. Ҳамма одам бир — бирлари билан келишиб юрса, Айлана бахтли булади. Шунинг учун ҳам Айлана ким биландир низога киришса, айнан Айлана биринчи бўлиб ён бериши эҳтимоли кучли. Бошқалар билан ярашиш — хулқ — атворнинг типик «айланавий» белгисидир. Бу белги бошқаларга хурсандчилик келтирса, Айланани эса ўз ҳамкасблари орасида таниқли қилса-да, ҳаддан зиёд ён беришлар Айлананинг ўзига бўлган ҳурматининг йўқолишига, ўз — ўзини айблаш тенденциясининг кучайишига олиб келиши мумкин.

Иккинчидан, Айланалар қатъиятлилик билан ажралиб турмайдилар. Агар уларга бошқарув тўғри келиб қолса, улар раҳбарликнинг яққол демократик услубини устун қўядилар ва ҳар бир қарорни кўпчилик билан муҳокама қилишга ҳамда уларнинг қўллаб - қувватлашларига таянишга интиладилар. Маълумки, бу нарса ҳар доим ҳам ўзини оқламайди: яхши имкониятни бой бериш мумкин. Бундан ташқари Айланалар «сиёсий ўйинларда» ожизлар, кўпинча ўзларини ва «ўз командаларини» зарур тарзда кўрсата олмайдилар. Бу ҳаммаси шунга олиб келадики, кўпинча Айланаларни кучли шахслар масалан, Учбурчаклар ўзига қаратиб оладилар, Айланаларнинг бахти шундаки, улар ҳокимият кимни қўлида эканлигидан унчалик хавотир олмайдилар. Асосийси, ҳамманинг кўнгли тўқ бўлса ва атрофда тинчлик ҳукм сурса бас.

Аммо битта нарсада Айланалар ҳавас қилгудек қаттиқлик намоён қиладилар. Агар масала ахлоқ ва ҳақиқатнинг бузилишига бориб тақалса, Айлана одамларнинг эҳтиросли ҳимоячисига айланади. Бунда Айланалар, агар хоҳласалар, жуда ишонарли бўлишлари мумкин. Одатга кўра уларнинг шахслараро низоларни аъло даражада ечишларида улардаги алоҳида фикрлаш шакли «айбдор».

Айлана — бу тўғри чизиқли шакл. ¤зини ишонч билан Айланага таалуқли деб ҳисоблаганлар «ўнг ярим шарли» фикрловчиларга хосдир. «¤нг ярим шарли» тафаккур — образлироқ, эмоционал тусли бўлиб, унда таҳлил қилувчанликка нисбатан интегративлик устундир. Шунинг учун ҳам Айланада информацияни қайта ишлаш Квадратдаги (Учбурчакдаги) сингари кетма — кетликда бўлмай, балки кўпрок мозаик, узуқ — юлуқроқ, айрим звеноларни тушириб қолдирадиган (масалан а.. — ..д..) шаклда бўлади. Бу Айланалар мантиқни ёқтирмайди, дегани эмас. Инсоний муносабатлар соҳасида улар учун асосий нарса муаммонинг субъектив омилларига эътиборни қаратиш, яъни ҳатто қарама - қарши нуқтаи назарларда ҳам умумийликни топишга интилишдир.

Айтиш мумкинки, Айлана — туғма психолог. Аммо, катта жиддий бизнесни бошида туриш учун Айланага ташкилотчилик кўникмалари етишмайди.

Зигзаг. Бу шакл креативлик, ижодкорлик символидир. Чунки бешта шакл ичида бу энг нодир ва яккаю — ягона ёпилмаган шакл. Агар сиз асосий шакл сифатида Зигзагни қаттиқ танлаб олган бўлсангиз, сиз ҳақиқий «ўнг ярим шарли» фикрловчи, бошқача фикрловчисиз, чунки чизиқли шакллар ўзларининг миқдори билан сиздан устунликка эга. Квадрат ёки Учбурчак кўпинча сизнинг белгингизга эътибор беришмайди. Психологнинг: «Бу шаклни қаерга жойлаштирасиз?» — деган саволига: «Бу ҳам шаклми? Мен буни кимдир чизиб ташлаган нарса, деб уйлабман», деган жавобни олиш иумкин. Ниҳоят, Зигзаглар орасида бошқаларга қараганда кўпрок чапақайлар учрайди. Бу ҳам уларнинг «ўнг ярим шарли» эканлигидан далолат, Шундай қилиб, энг яқин қариндошингиз Айлана сингари, сизга (фақат кўпроқ миқдорда) образлилик, интуитивлик, интегративлик, жимжимадорлик хос. £атъий, изчил дедукция — бу сизнинг услубингиз эмас. Зигзагнинг фикри жуда кучли: ҳатто А дан Я гача сакрашлар қилади. Шунинг учун хам кўпчилик чизиқли, «чап ярим шарли» шакллар учун Зигзагни тушуниш қийин. «¤нг ярим шарли» тафаккур майда бўлакчаларда тўхталмайди: шунинг учун ҳам у дунё аксини нималардир ҳисобига соддалаштириб, яхлит гармоник концепциялар ва образларни кўра олади, гўзалликни кўра олади. Зигзаглар одатда ривожланган эстетик ҳисга эга бўладилар.

Зигзаг тафаккурида ҳар доим — «£андай бўлар экан агар?, «£андай бўлар экан агар бу ва ана у фикрларни бирлаштирсак? Бунинг натижасида нимага эга бўламиз?» деган савол устун бўлади. Бутунлай бошқа — бошқа, бир — бирига ўхшамайдиган фикрларни қўйиш ва шунинг асосида янги, оригинал фикрни топиш — мана Зигзагларга энг ёқадиган нарса. Айланадан фарқ қилиб Зигзаглар келишувчанликни хуш кўришмайди, аксинча — уларда фикрлар конфликтини кескинлаштириш ва янги концепция тузиш орқали ушбу низолар ўз ечимини топади. Улар ўзларининг табиий ақли ўткирлигини ишлатиб, жуда захарханда бўлишлари, янги ечимлар имкониятига «бошқаларнинг кўзини очишлари» мумкин. Зигзаглар дунёни доимий ўзгарувчан ҳолда кўришга одатланганлар. Шунинг учун ҳам улар учун ҳеч качон ўзгармайдиган нарсалар: шаблон, қоидалар ва кўрсатмалар, ҳар доим кўнадиган ёки ўзини кўнаётгандек кўрсатадиган одамлардан ҳам зерикарли нарса йўқ.

Зигзаглар яхши ташкиллаштирилган шароитларда самарали меҳнат қила олмайдилар. Аниқ вертикал ва горизонтал алоқалар, қатъий белгиланган вазифалар ва иш услубларининг доимийлиги уларнинг ғашига тегади. Улар учун иш жойида катта ранг — баранглик ва рағбатлантиришнинг юқори даражаси бўлиши зарур. Улар шунингдек, ўз ишида бошқаларга тобе бўлишни хоҳламайдилар. Бундай ҳолда Зигзаг жонланади ва ўзининг асосий вазифасини бажара бошлайди — янги фикрлар ва иш услубларини ўйлаб топа бошлайди. Зигзаглар ҳеч қачон нарсалар ҳосил қилишда ҳозир қилинаётган ёки олдин қилинган услублардан қониқмайдилар. Ҳеч нарса Зигзагни Квадратнинг «Биз буни ҳар доим шундай қилардик» дейдиган насиҳатомуз гапичалик жаҳлини чиқармайди, Зигзаглар келажакка интиладилар ва борлиққа қараганда имкониятга кўпрок қизиқадилар. Бошқалар учун нарсалар олами қанчалик реал бўлса, улар учун фикрлар, ғоялар олами ҳам шунчалик реал. ¤з ҳаётининг анча қисмини улар ушбу ҳаёлий дунёда ўтказадилар, шунинг учун ҳам улар амалиётда нўноқ нореал ва ишонувчанлар.

Зигзаг бешта шакл орасида энг хаяжонланувчани, энг қўзғалувчанидир. ¤зида янги ва қизиқ фикр туғилса, уни бутун дунёга ёйишга тайёр. Зигзаглар — ўз фикрларини чарчамас тарқатувчиларидирлар ва ўз атрофидаги барчани бунга қизиқтириш қобилиятига эгадирлар. Аммо уларга сиёсийлик етишмайди: уларда босиқлик йўқ, «ҳақиқатни кўзига айтадилар», улардаги ғалатилик билан қўшилган ҳолда бу хусусиятлар ўз ғояларини ҳаётга татбиқ этишга ҳалақит беради. Бундан ташқари улар конкрет деталларни ишлашда ва бошлаган ишларини охирига етказишда унчалик кучли эмаслар.

Лекин Зигзаглар жуда жозибадор одамлар бўладилар.

**МУНДАРИЖА**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Психологик хизмат предмети |  |
|  | Психологик хизматнинг ривожланиш тарихи |  |
|  | Психологик хизмат ҳақида низом |  |
|  | Психологнинг маслаҳат бериш ишлари |  |
|  | Психологнинг ривожлантирувчи ва коррекцион иши |  |
|  | Психологнинг психопрофилактик ишлари |  |
|  | Психологик хизмат маҳсулдорлигининг шароитлари |  |
|  | Психологик - педагогик консилиум |  |
|  | Психологик хизмат ва уни бошқариш |  |
|  | Психолог ишининг болалар муассасаларига кўра хусусиятлари |  |
|  | Умумий ўрта таълим мактабларидаги психологик ишнинг ўзига хос томонлари |  |
|  | Психологнинг ота-она қарамоғисиз қолган меҳрибонлик уйлари тарбияланувчилари билан олиб борадиган ишлари |  |
|  | Амалий психолог мактабда |  |
|  | Мактабга қандай психолог керак |  |
|  | Мактаб психологининг маҳорати |  |
|  | «Менинг касбий образим» машқи |  |
|  | Психологлик касбида қандай қилиб ўз ўрнини топиш мумкин |  |
|  | Мактаб психологининг ҳуқуқлари |  |
|  | Мактабда ўз ўрнини қандай топиш мумкин? |  |
|  | Мактаб психологдан нималарни кутади? |  |
|  | Психолог танловни амалга оширади |  |
|  | Мактаб психологининг ўзини реклама қилиши |  |
|  | Мактабда психологик лекциялар ўқиш |  |
|  | Мактабда лекция психологияси |  |
|  | Психолог маърузачининг ўзини-ўзи бошқариш психотехникаси |  |
|  | Маъруза ўқишда психологнинг роли |  |
|  | Психологик – педагогик тренинг |  |
|  | Тренингда машқ ва ўйин орасидаги коммуникатив таркибий алоқалар |  |
|  | Гуруҳий тренингда сукунат |  |
|  | Психологнинг ўз ишидан қониқиш даражаси |  |
|  | «¤қитувчи мактаб» цикли |  |
|  | «¤қитувчи синф» цикли |  |
|  | «¤қитувчи ўқувчи» цикли |  |
|  | «Мен ўқувчи» цикли |  |
|  | «¤қитувчи оила» цикли |  |
|  | ¤рта ва юқори синф ўқитувчилари учун педагогик тренинг |  |
|  | «¤қитувчи синф» цикли |  |
|  | «¤қитувчи ўқувчи» цикли |  |
|  | «Мен ўқитувчи» цикли |  |
|  | Психологнинг иш режаси |  |
|  | Психологнинг йиллик иш режаси |  |
|  | Холланд методикаси |  |
|  | £изиқишлар харитаси |  |
|  | Касбий мотивацияни аниқлаш методикаси |  |
|  | Дифференциал – диагностик сўровнома |  |
|  | Психогеометрик тест |  |