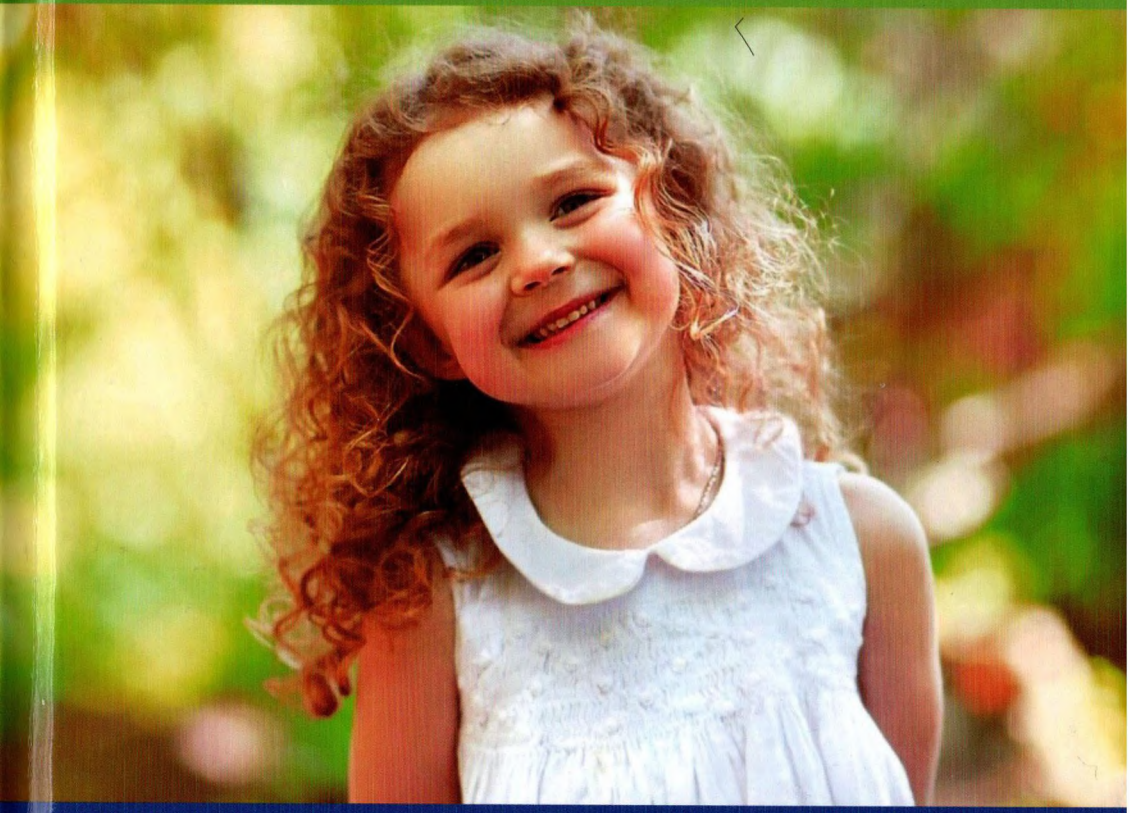
PSIXOLOG KITOBI



- **Psixoprofilaktika**
- **Psixodiagnostika**
- **Psixokorreksiya**
- **Psixologik targ'ibot ishlar**
- **Metodik ishlar**

PSIXOLOG KITOBI

- Psixoprofilaktika
- Psixodiagnostika
- Psixokorreksiya
- Psixologik targ‘ibot ishlar
- Metodik ishlar

“Evrika” nashriyot-matbaa uyi
Toshkent-2024

UO‘K 159.9
KBK 88
E 84

To‘plab nashrga tayyorlovchilar: **NASIBA ERXONOVA**
ZUHRA RO‘ZIYEVA

“Psixolog kitobi” maktabgacha ta’lim tashkilotlari psixologlarining yillik ish rejasidagi vasifalarni bajarishda zarur bo‘ladigan metodikalarni o‘z ichiga qamrab olgan amaliy qo‘llanma.

Taqrizchilar:

Zokirov Alisher Akbarovich, p.f.n., dotsent, Maktabgacha ta’lim tashkilotlari direktor va mutaxassislarini qayta tayyorlash va ularning malakasini oshirish instituti, O‘quv jarayonini tashkil etish bo‘limi boshlig‘i

Mavluda Is’hoqova, pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori, (PhD), Maktabgacha ta’lim tashkilotlari direktor va mutaxassislarini qayta tayyorlash va malakasini oshirish instituti “Pedagogika-psixologiya” kafedrasi dotsenti

ISBN 978-9943-7464-0-4

© N.Erxonova, Z.Ro‘ziyeva
© “Evrika” nashriyot-matbaa, uyi 2024

PSIXOLOG KIM?

Psixolog – bolalar, ularning ota-onalari hamda tashkilot xodimlari uchun kerakli mutaxassis.

MTT psixologi quyidagi vazifalarni bajaradi:

• Bola bilan ishlash. Psixolog birinchi o'rinda bolaning xarakteri, uning ruhiyati, fe'l-atvori hamda qo'rquvlarini o'rganadi. Farzandingizning bolalar bog'chasiga moslashishiga, ulardagi muammolar, ziddiyatli vaziyatlarni hal qilishda yordam beradi.

• Bolaning ota-onasi bilan ishlash. Psixolog ota-onalar bilan ishlashda bir necha usullardan foydalanadi. Bular: bolaning bog'chaga kelgandagi holatini tushunish, ota-onaga farzandi bilan qanday munosabatda bo'lish kerakligi haqida tavsiyalar beradi.

• Psixolog bog'chada pedagogning yordami bilan ish yuritadi. Pedagog hamda psixolog o'zaro maslahatlashgan holda boladagi muammolarni hal qilishadi.

MTT psixologining vazifalari:

1) Moslashtirish;
2) Tashxislash;
3) O'qitish;
4) Maslahat berish;
5) Tahlil qilish;
6) Muammoli vaziyatlarda yechim topish.

Moslashtirish

Psixolog har bir bolaning MTTga moslashishiga yordam beradi. Ko'pchilik bolalar qayerda ekanligini, tashkilotda o'zini tutishni bilmaydi. Psixolog bolani mana shu vaziyatdan olib chiqish, ya'ni u bilan ishlashi, bolalar bog'chasi bola uchun qulay va yaxshi joy ekanligini uqtirishi lozim. Psixolog har bir bola bilan alohida shug'ullanishdan tashqari guruh bilan ham ish olib boradi. MTT psixologi pedagoglar hamda ota-onalar bilan hamkorlikda faoliyat yuritadi.

Ushbu bosqichning vazifasi – bolaga jamoaning bir bo'lagi ekanligini va u bog'chada o'zini yaxshi his etishini uqtirishdan iborat.

Tashxislash

MTT psixologi bolaning ruhiyati, qobiliyati, nimalarga moyilligi hamda kelajakda u bilan bog'liq qanday muammolar yuzaga kelishini o'rganadi. Boshqa bolalar bilan qanday muloqot qiladi, yoki oddiy pichoq-qoshiqlarni to'g'ri ushlashni biladimi va boshqalar. Diagnostika jarayonida psixolog boladagi muammolarni aniqlaydi. Bular: nutqiy muammolar, asabiylik,

rivojlanishning kechikishi, harakatlaridagi o'zgarishlar va boshqalar bo'lishi mumkin. Balki kerakli maslahat uchun bolani mutaxassisga olib borishni ham tavsiya etadi.

Maslahat berish.

MTTda psixologning maslahati xarakter bilan bog'liq bo'lishi mumkin.

- shaxsiy (har bir bola bilan suhbat);
- umumiy (bolalar jamoasi bilan ishlash);
- shaxsiy (har bir ota-ona bilan suhbat);
- umumiy (bir guruh ota-onalar bilan);
- shaxsiy (bola va uning ota-onasi bilan);
- umumiy (ota-ona va tarbiyachilar bilan);
- umumiy (tarbiyachilar va bolalar bilan).

Tahlil qilish.

Tahliliy jihatdan psixologning vazifalari;

- Bolalarning xatti-harakatlari va muammolarini tahlil qilish;
- Hisobotlar tayyorlash;
- Yo'riqnomada ko'rsatilgan vazifalarni bajarish va boshqalar.

Muammolarga yechim topish.

Psixolog MTTdagi muammoli vaziyatlarni hal qilishda yordam beradi:

- Tarbiyachilardagi kamchiliklarni aniqlash;
- Agarda boladagi muammoni psixolog tomonidan hal qilish imkoni bo'lsa, u bu vaziyatni o'rganadi, tahlil qiladi, mutaxassislar bilan maslahatlashadi va b;
- Nizolarni bartaraf etishda ko'maklashadi;
- Bolalar, ularning ota-onalari, tashkilot xodimlari bilan bog'liq ayrim masalalar ustida ishlaydi;
- Ushbu vaziyatdan chiqib ketish uchun turli tadbirlar tashkillashtiradi

Psixologning vazifasiga kirmaydigan qoidalar ham mavjud. Bular:

- Bolaga tashxis qo'yish;
- Davolanishni tayinlash;
- Farzand tarbiyasida ota-onalarni majburlamaslik. Psixologning ishi faqatgina maslahat yoki yordam berish hisoblanadi;
- Bola uchun xavfli bo'lgan xatti-harakatlarni bajarmaslik.

Muassasa psixologining asosiy vazifasi bolani tashqi dunyoga moslashtirish, rivojlanishida ko'mak berish va o'zaro munosabatlarda muomala madaniyatiga o'rgatishdan iborat. Psixolog ota-onalar hamda MTT xodimlari bilan birgalikda, hamfikr bo'lib faoliyat yuritadi.

SENTABR

1. PSIXOLOGIK PROFILAKTIKA OTA-ONALARGA BAG'ISHLANGAN TASHKILIY MAJLISLAR UCHUN TAQDIMOT TAYYORLASH (MA'RUZA)

Maktabgacha ta'lim tashkiloti psixologi pedagoglarga quyidagicha maslahat berishi mumkin:

Hurmatli pedagoglar, ota-onalar uchun tashkiliy majlislar quruq gap so'zdan iborat bo'lmasligi va unda vizual va audio video materiallaridan ham unumli foydalanilgani maqsadga muvofiq. Ayni majlislarda faqat pedagog ma'ruzachi bo'lib qolmasdan, ota-onalar ham jarayonning faol ishtirokchisiga aylanishlari lozim. Toki bunday tadbirlarga ota-ona majburan emas, o'zi oshiqib keladigan, unda o'z fikrlari bilan qizg'in qatnasha oladigan bo'lsin. Bu esa pedagoglarning uni qanday tashkil etishlariga bog'liq. Majlislar uchun tavsiya sifatida quyidagi mavzularni keltirib o'tish mumkin:

Bolaga stressni yengish uchun qanday yordam berish mumkin?
Bolaning yoshga doir xususiyatlari.
Tajovuzkor bolakayga qanday yordam beramiz?
Sog'lom turmush tarziga rioya qilishni o'rganamiz.
Bola hayotida o'yinning ahamiyati.
Bolalar agressiyasi.
Bola hayotida ta'qiqlar: ularni qo'yish qoidalari.
Bolani intizomga qanday o'rgatish mumkin?
Giperaktiv bolakay uning o'ziga xosliklari.

Shuningdek, maktabgacha ta'lim tashkiloti psixologi o'quv yili boshida ota-onalar yig'ilishida ishtirok etib, ularga quyidagi mazmunda ma'ruza qilishi ham mumkin.

Hurmatli ota-onalar, qadrli ishtirokchilar! Bugun biz siz bilan aziz farzandlarimiz haqida suhbatlashish, ularning ta'lim va tarbiyasidagi yangiliklar haqida bo'lishish uchun bu yerga yig'ildik. Bu tadbirda o'z fikr va mulohazalaringiz bilan faol bo'lishingizni so'raymiz.

Bola biz uchun eng ahamiyatli vujudimizning bir bo'lagi, ko'zimizning oqu qorasidek muhim hisoblanadi. Ammo ana shu biz yaxshi ko'ramiz deydigan farzandimizga har doim ham e'tibor bera olayapmizmi, uning ehtiyojlari faqat kiyim va taomda emas. U bizning mehr muxabbatimizga, unga bo'lgan e'tiborimizga nihoyatda muhtoj. Albatta kattalar o'z farzandiga eng yaxshisini ilinadi, biroq zamonaviy tibbiyot surunkali xastaliklarning 30-40 foizini aynan psixogen asosga ega ekanligini tasdiqlayapti. Muammoning ildizini

aniqlash uchun psixologik sog'lom bola qaysi ko'rsatkichlar bilan belgilanadi degan savolga javob topishimiz kerak bo'ladi. U o'zini boricha qabul qiladi, men obrazi shakllanish jarayonida. U o'rganishni istaydi, o'zini namoyon qilishdan qo'rqmaydi.

Maktabgacha ta'lim yoshidagi bolalarda qanday psixologik muammolar ko'p kuzatiladi?

Asabiylik, qo'rquv, zo'riqish, agressiya, o'ziga ishonmaslik, odamovilik, nutqdagi buzilishlar.

Bolaning psixologik jihatdan sog'lomligi u yashaydigan oila muhitiga chambarchas bog'liq. Oila unga himoyalanganlik tuyg'usini beradi, u oila davrasida o'zining qo'llab-quvvatlanishini his qiladi. U oila a'zolarining ota-onasi, bobo-buvisi, aka va ukalarining muxabbatini sezadi. U qanday bo'lsa shundayligicha yaqinlari tomonidan hech qanday shartlarsiz yaxshi ko'rilganida o'zini baxtiyor sezadi. Bu uning har tomonlama rivojlanishiga zamin yaratadi. Shu o'rinda o'zingizga savol bering? Siz unga ukangga qarasang, falon ishga yordam bersang seni yaxshi ko'raman degan shartlar qo'ymadingizmi? O'zingiz bilmagan holda uni demak ota-onam faqat falon ishni qilganim uchun meni yaxshi ko'rar ekanda degan fikrga kelishiga sabab bo'lib qolmayapsizmi? Bu haqida o'ylab ko'ring. Sizga farzandingizga shunday deyishni tavsiya qilamiz.

Men seni boringcha, jingalak sochlaring, yuzingdagi sepkillar bilan shu sho'xligingcha yaxshi ko'raman.

Seni mana shu do'mboqligingcha yaxshi ko'raman va seni bergan zotga shukrlar qilaman.

Har kuni senga qaraganimda bu dunyoda yaxshiyam sen borsan deb o'ylayman va borliging uchun xursand bo'laman.

Yaxshiyamki sendek zukko va bilimdon o'g'lim, qizim bor, umring uzun bo'lsin.

Oila bola uchun haqiqiy tayanchdir. Oilada u qadr topmasa, o'z o'rnini his qilmasa, unda bolada ruhiy buzilishlar va salomatligida ham jiddiy o'zgarishlar ko'zga tashlanadi.

Ota-ona bola uchun xuddi ko'zgu. U oynada ko'rganini qiladi, eshitganini gapiradi. Shuning uchun ham bola sizga taqlid qilishini doim yodda tuting va xulqingizda, muomalangizda unga namuna bo'ling. Bola uyidagilar qanday ohangda gapirsa xuddi shunaqa gapiradi, uyidagilar qaysi so'zlarni ishlatsa, aynan o'sha so'zlardan foydalanadi. Uning ohangi ham o'z oila a'zolarini takrorlashi mumkin.

Bola xotirjamlik hukmron bo'lgan uyda yaxshi rivojlanadi, o'zini xavfsiz sezadi, kattalar bir-birini hurmat qilgan xonadonda o'zini baxtli his qiladi, uni

veb-saytimiz: Zokirjon.com

Zokirjon.com veb-sayti orqali o‘zingiz uchun kerakli ma’lumotlarni yuklab oling.

Zokirjon Admin bilan

90-530-68-66, 91-397-77-37 nomerga telegram orqali bog‘lanishingiz yoki nza456, nza445 izlab telegramdan yozishingiz so‘raladi.

Telegramda murojaatingizga o‘z vaqtida javob beriladi.

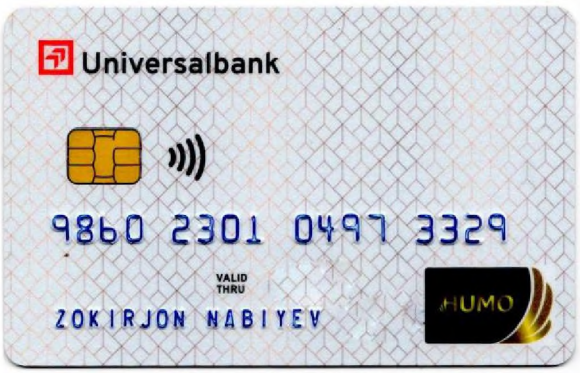
psixolog kitobini to‘liq holda olish uchun telegramdan yozing.

Telegram kanalimiz:

@Maktablar_uchun_hujjatlar

To‘lov uchun: HUMO 9860230104973329

Plastik egasi Nabiyev Zokirjon



DIQQAT!!!

Sizga bu OMONAT qilib beriladi.
To‘liq holda olganingizdan so‘ng:
Faqat o‘zingiz uchun foydalaning.
Hech kimga bermang hattoki eng yaqin insoningizga ham.
Internet orqali veb-saytlarga joylamang.
Kanal va gruppalarga tarqatmang.

OMONATGA

HIYONAT QILMANG.

tinglashganida esa o‘zining o‘rni borligini biladi. Bunday muhit o‘ziga ishongan, xotirjam bolaning shakllanishi uchun ayni muddaodir.

Bolaga fikrlarini ayta olish imkoni berilgan, uning qiziqishlari inobatga olingan oila farzandlari barcha sohada faol va o‘ziga ishonchi baland shaxs sifatida voyaga yetadilar.

Bola bilan ko‘p muloqot qilingan xonadondagi kichkintoy yaxshi do‘st, ishonchli hamkor, tarbiyali o‘rtoq sifatida voyaga yetadi. Oilada har bir bolaning temperamenti, ehtiyojlari, qiziqishlariga ko‘ra muomala qilish va uning qiziqishlariga mos yo‘naltirish muhimdir. Bola ota-onasi istagan emas, o‘zi xohlagan sport yoki o‘ziga ma’qul kelgan musiqa sa’nat rassomchilik to‘garaklarini tanlashiga imkoniyat berish zarur.

Har bir kun bolani koyish yoki unga tanbeh berish bilan emas, balki yoqimli kun tilash va xayrli tilaklar bildirish bilan boshlanishi zarur. Zero, kunlar oylarni, oylar yillarni tashkil qiladi.

Bog‘chadan qaytgan bola uyda uni erkalab kutib olishlarini bilishi kerak. Bu uning o‘ziga bo‘lgan ishonchini mustahkamlaydi, o‘z o‘rniga ega ekanligini bildiradi.

Yaxshi oilada ota-onalar farzandlar yonida hech kimni muhokama qilmaydilar. Chunki bu odat bolada atrofdagilarga nisbatan hurmat hissining yo‘qolishiga sabab bo‘lishini ular yaxshi biladilar. Ana shunday oila farzandlari atrofdagilarni hurmat qiladigan bo‘lib voyaga yetadilar.

Hurmatli ota-onalar mana bu qaydlarni ham belgilab olishingiz mumkin:

Hech qachon bola bilan munosabatda kuchingizni ko‘rsatmang. Bu uni hamma narsani kuch hal qiladi degan noto‘g‘ri fikrga borishiga sabab bo‘ladi.

Bolaga qilolmaydigan ishingizni va’da bermang. Aks holda uning atrofdagilarga nisbatan ishonchi so‘nishi mumkin.

Bola o‘zi bajara olishi mumkin bo‘lgan ishga yordam bermang. Bu ish uni kelajakda ham atrofdagilardan yordam kutadigan bo‘lishiga sabab bo‘ladi.

Bolaga boshqalar oldida dashnom bermang. U bilan yolg‘iz qolganda ko‘ziga qarab gapirgan gapingiz ancha samaraliroq bo‘ladi.

Bola tajriba qilishni yaxshi ko‘radi, buni tabiiy qabul qiling. U dunyoni tajribalar yordamida anglaydi.

Bola siz bilan gaplashayotganida unga qiziqish bildiring, uning gapini bo‘lmang va aslo to‘xtatmang.

Bolada o‘zingiz ko‘rishni istayotgan xislatni xuddi unda allaqachon bordek gapiring.

Bolani hech kim bilan hatto aka uka yoki opa singlisi bilan ham solishtirmang. Uni borligicha yaxshi ko‘rishingizni va u yagonaligini ayting.