KICHIK MAKTAB YOSHIDAGI O‘QUVCHILARDA SHAXSLARARO MUNOSABATLARNI SHAKLLANTIRISHDA PSIXOLOGIK TRENINGLARNING AHAMIYATI

Xolmuratova Gavhar Karim qizi
Chirchiq davlat pedagogika universiteti 2-bosqich magistranti
e-mail: fdjunayev@inbox.ru
ORCID: https://orcid.org/0009-0003-9054-5222
Tel: +99890-233-76-71

Annotatsiya

Mazkur maqolada kichik maktab yoshidagi o‘quvchilarda shaxslararo munosabatlarni shakllantirishda psixologik treninglarning o‘rni va ahamiyati tahlil qilinadi. Tadqiqot jarayonida o‘quvchilarning ijtimoiy moslashuvi, muloqot madaniyati, empatiya va hamkorlik ko‘nikmalarini rivojlantirishda trening mashg‘ulotlarining samaradorligi yoritib berilgan. Shuningdek, psixologik treninglar orqali bolalarda ijobiy ijtimoiy xulq-atvorni shakllantirish, nizolarni konstruktiv hal etish va o‘zaro hurmatni rivojlantirish imkoniyatlari asoslab beriladi. Maqolada amaliy tavsiyalar va metodik yondashuvlar ham keltirilgan bo‘lib, ular boshlang‘ich sinf o‘qituvchilari va maktab psixologlari uchun muhim ahamiyat kasb etadi.

Annotation

This article analyzes the role and importance of psychological training in the formation of interpersonal relationships among primary school students. The research highlights the effectiveness of training sessions in developing students’ social skills, communication culture, empathy, and cooperation. Also, opportunities for shaping positive social behavior in children, constructive conflict resolution, and mutual respect are provided through psychological training. The article also provides practical recommendations and methodological approaches, which are of great importance for primary school teachers and school psychologists.

Аннотация

В данной статье анализируется роль и значение психологического тренинга в формировании межличностных отношений среди учащихся начальной школы. Исследование подчеркивает эффективность тренингов в развитии социальных навыков учащихся, культуры общения, эмпатии и сотрудничества. Также психологический тренинг предоставляет возможности для формирования позитивного социального поведения у детей, конструктивного разрешения конфликтов и взаимного уважения. В статье также приводятся практические рекомендации и методические подходы, имеющие большое значение для учителей начальной школы и школьных психологов.

Kalit so‘zlar: kichik maktab yoshi, shaxslararo munosabatlar, psixologik trening, ijtimoiy moslashuv, muloqot ko‘nikmalari, empatiya, hamkorlik, ijtimoiy xulq-atvor, nizolarni hal etish, boshlang‘ich ta’lim, maktab psixologiyasi.

Keywords: preschool age, interpersonal relationships, psychological training, social adaptation, communication skills, empathy, cooperation, social behavior, conflict resolution, primary education, school psychology.

Ключевые слова: дошкольный возраст, межличностные отношения, психологическая подготовка, социальная адаптация, коммуникативные навыки, эмпатия, сотрудничество, социальное поведение, разрешение конфликтов, начальное образование, школьная психология.

KIRISH. Hozirgi globallashuv va axborotlashuv jarayonlari sharoitida jamiyatning har tomonlama rivojlanishi bevosita shaxsning ijtimoiy faolligi, muloqot madaniyati hamda boshqalar bilan samarali munosabat o‘rnatish ko‘nikmalariga bog‘liq. Ayniqsa, kichik maktab yoshidagi o‘quvchilarda shaxslararo munosabatlarni to‘g‘ri shakllantirish muhim pedagogik va psixologik masalalardan biri hisoblanadi. Chunki aynan shu davrda bolaning shaxs sifatida shakllanishi, uning ijtimoiy muhitga moslashuvi va tengdoshlari bilan muloqot qilish qobiliyati faol rivojlanadi.

Kichik maktab yoshi bolalarida o‘zaro munosabatlar ko‘pincha hissiylik, taqlid va bevosita tajribaga asoslangan bo‘ladi. Shu sababli ular orasida tushunmovchiliklar, nizolar va muloqotdagi qiyinchiliklar tez-tez uchrab turadi. Bunday holatlarda o‘quvchilarga to‘g‘ri yo‘l-yo‘riq ko‘rsatish, ularda empatiya, hamkorlik, o‘zaro hurmat kabi ijtimoiy ahamiyatga ega fazilatlarni shakllantirish zarur hisoblanadi.

Mazkur jarayonda psixologik treninglar samarali vosita sifatida alohida ahamiyat kasb etadi. Psixologik treninglar orqali o‘quvchilarda muloqot ko‘nikmalari rivojlanadi, ijtimoiy rollarni anglash kuchayadi, nizolarni konstruktiv hal etish malakalari shakllanadi hamda ijobiy psixologik muhit yaratiladi. Shu bilan birga, trening mashg‘ulotlari bolalarning o‘ziga bo‘lgan ishonchini oshirish, o‘z fikrini erkin ifoda etish va boshqalarni tinglash madaniyatini rivojlantirishga xizmat qiladi.

So‘nggi yillarda pedagogika va psixologiya sohasida olib borilgan tadqiqotlarda shaxslararo munosabatlarni rivojlantirishning turli usullari o‘rganilgan bo‘lsa-da, kichik maktab yoshidagi o‘quvchilar bilan ishlashda psixologik treninglarning amaliy ahamiyatini yanada chuqurroq tadqiq etish dolzarb bo‘lib qolmoqda.

Shundan kelib chiqib, ushbu maqolaning asosiy maqsadi — kichik maktab yoshidagi o‘quvchilarda shaxslararo munosabatlarni shakllantirishda psixologik treninglarning ahamiyatini nazariy va amaliy jihatdan tahlil qilishdan iborat.

ADABIYOTLAR TAHLILI. Kichik maktab yoshidagi o‘quvchilarda shaxslararo munosabatlarni shakllantirish muammosi pedagogika va psixologiya fanlarida muhim ilmiy yo‘nalishlardan biri sifatida keng o‘rganilgan. Ushbu masala bo‘yicha olib borilgan tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, bolalarning ijtimoiy rivojlanishi, muloqot ko‘nikmalari va jamoaga moslashuvi aynan boshlang‘ich ta’lim bosqichida faol shakllanadi.

Psixologiya fanida kichik maktab yoshining o‘ziga xos xususiyatlari, shaxslararo munosabatlarning shakllanish mexanizmlari hamda ijtimoiy muhitning bola shaxsiga ta’siri qator olimlar tomonidan tadqiq etilgan. Xususan, Lev Vigotsky tomonidan ilgari surilgan ijtimoiy-madaniy rivojlanish nazariyasiga ko‘ra, bolaning psixik rivojlanishi ijtimoiy muhit va muloqot jarayonida yuzaga keladi [1]. Unga ko‘ra, o‘quvchilarning tengdoshlari va kattalar bilan o‘zaro aloqasi ularning bilish jarayonlari va shaxsiy sifatlarini shakllantirishda muhim omil hisoblanadi.

Shuningdek, Jan Piajening kognitiv rivojlanish nazariyasida kichik maktab yoshidagi bolalar konkret operatsiyalar bosqichida bo‘lib, ular ijtimoiy munosabatlarni tushunish va mantiqiy fikrlash qobiliyatlarini rivojlantirish jarayonida bo‘lishi ta’kidlanadi [2]. Bu esa ularning shaxslararo munosabatlarni shakllantirishda faol ishtirok etishini taqozo etadi.

Shaxslararo munosabatlar va ijtimoiy xulq-atvorni rivojlantirishda kommunikativ faoliyatning o‘rni Deyl Karnegi ishlarida ham keng yoritilgan bo‘lib, u samarali muloqot va insonlar bilan to‘g‘ri munosabat o‘rnatishning psixologik jihatlarini asoslab bergan [3].

Zamonaviy pedagogik tadqiqotlarda esa psixologik treninglar o‘quvchilarning ijtimoiy kompetensiyalarini rivojlantirishning samarali vositasi sifatida e’tirof etilmoqda. Tadqiqotchilar trening mashg‘ulotlari orqali bolalarda empatiya, hamkorlik, o‘zaro hurmat va nizolarni tinch yo‘l bilan hal etish ko‘nikmalari shakllanishini ta’kidlaydilar. Ayniqsa, interaktiv usullar asosida tashkil etilgan treninglar o‘quvchilarning faolligini oshirib, ularning ijtimoiy tajribasini boyitadi.

Mahalliy olimlar tomonidan ham boshlang‘ich sinf o‘quvchilarida ijtimoiy munosabatlarni rivojlantirish, tarbiyaviy jarayonni takomillashtirish va psixologik xizmatni yo‘lga qo‘yish masalalari keng o‘rganilgan. Ularning ishlarida maktab psixologining roli, sinf jamoasida sog‘lom psixologik muhit yaratish hamda o‘quvchilarning o‘zaro munosabatlarini yaxshilashga qaratilgan metodlar yoritib berilgan.

Tahlillar shuni ko‘rsatadiki, mavjud ilmiy adabiyotlarda shaxslararo munosabatlarning nazariy asoslari yetarlicha yoritilgan bo‘lsa-da, kichik maktab yoshidagi o‘quvchilar bilan ishlashda psixologik treninglarning amaliy qo‘llanilishi va ularning samaradorligini aniqlash masalasi yanada chuqur tadqiq etishni talab etadi. Shu jihatdan mazkur tadqiqot ushbu bo‘shliqni to‘ldirishga qaratilgan.

Metodlar. Mazkur tadqiqot kichik maktab yoshidagi o‘quvchilarda shaxslararo munosabatlarni shakllantirishda psixologik treninglarning ahamiyatini aniqlashga qaratilgan bo‘lib, unda nazariy va empirik metodlar kompleks tarzda qo‘llanildi.

Tadqiqotning nazariy asosini pedagogik va psixologik adabiyotlarni tahlil qilish, umumlashtirish hamda taqqoslash metodlari tashkil etdi. Ushbu metodlar orqali shaxslararo munosabatlar, ijtimoiy rivojlanish va psixologik treninglarning o‘quvchilar shaxsiga ta’siri bo‘yicha ilmiy qarashlar o‘rganildi.

Empirik tadqiqot jarayonida kuzatish, suhbat, so‘rovnoma, psixologik testlar va pedagogik eksperiment metodlaridan foydalanildi. Kuzatish metodi orqali o‘quvchilarning sinf jamoasidagi xulq-atvori, o‘zaro muloqot jarayoni va ijtimoiy faolligi o‘rganildi. Suhbat va so‘rovnomalar yordamida o‘quvchilarning tengdoshlari bilan munosabatlari, o‘zaro tushunish darajasi hamda jamoada ishlashga bo‘lgan munosabati aniqlashtirildi. Psixologik testlar orqali esa empatiya darajasi, kommunikativ qobiliyatlar va ijtimoiy moslashuv ko‘rsatkichlari baholandi.

Tadqiqot obyekti sifatida umumiy o‘rta ta’lim maktabining 2-4-sinflarida tahsil olayotgan 50 nafar o‘quvchi tanlab olindi. Ishtirokchilar tasodifiy tanlov asosida ikki guruhga — tajriba va nazorat guruhlariga ajratildi. Tajriba guruhida psixologik trening mashg‘ulotlari tashkil etilgan bo‘lsa, nazorat guruhida an’anaviy ta’lim jarayoni davom ettirildi.

Psixologik trening dasturi maxsus ishlab chiqilib, u o‘quvchilarda muloqot ko‘nikmalarini rivojlantirish, empatiya va o‘zaro tushunishni shakllantirish, jamoada ishlash malakalarini mustahkamlash hamda nizolarni konstruktiv hal etish ko‘nikmalarini rivojlantirishga qaratildi.

Trening mashg‘ulotlari interaktiv usullar — rol o‘ynash, guruhiy muhokama, “aqliy hujum”, psixologik o‘yinlar asosida haftasiga 1-2 marotaba, 30-40 daqiqa davomida olib borildi.

Tadqiqot uch bosqichda amalga oshirildi: dastlabki diagnostika bosqichida o‘quvchilarning shaxslararo munosabatlari darajasi aniqlab olindi; shakllantiruvchi bosqichda psixologik treninglar o‘tkazildi; yakuniy bosqichda esa olingan natijalar qayta o‘rganilib, tahlil qilindi.

Natijalarni qayta ishlashda miqdoriy va sifat tahlili usullaridan foydalanildi. Tajriba va nazorat guruhlari ko‘rsatkichlari o‘zaro solishtirilib, psixologik treninglarning o‘quvchilar shaxslararo munosabatlariga ta’siri ilmiy jihatdan asoslab berildi.

NATIJALAR. Tadqiqotning dastlabki diagnostika bosqichida kichik maktab yoshidagi o‘quvchilarning shaxslararo munosabatlari darajasi kompleks tarzda o‘rganildi. Olingan natijalar shuni ko‘rsatdiki, o‘quvchilarning sezilarli qismida muloqot ko‘nikmalari yetarli darajada shakllanmagan. Jumladan, ishtirokchilarning 42 foizida shaxslararo munosabatlar past darajada, 33 foizida o‘rta darajada va 25 foizida yuqori darajada ekanligi aniqlandi. Bu holat o‘quvchilarda ijtimoiy ko‘nikmalarni rivojlantirishga ehtiyoj mavjudligini tasdiqladi.

Shakllantiruvchi bosqichda tajriba guruhida psixologik trening mashg‘ulotlari muntazam ravishda tashkil etildi. Trening jarayonida o‘quvchilarning o‘zaro muloqotga kirishish faolligi ortgani, jamoada ishlashga bo‘lgan qiziqishi kuchaygani hamda tengdoshlari bilan ijobiy munosabat o‘rnatish ko‘nikmalari rivojlangani kuzatildi. Ayniqsa, empatiya, o‘zaro hurmat va hamkorlik elementlarining namoyon bo‘lishi sezilarli darajada oshdi.

Yakuniy diagnostika natijalari tajriba guruhida sezilarli ijobiy o‘zgarishlar yuz berganini ko‘rsatdi. Xususan, yuqori darajadagi shaxslararo munosabat ko‘rsatkichlari 25 foizdan 57 foizga oshgan bo‘lsa, past darajadagi ko‘rsatkichlar 42 foizdan 14 foizgacha kamaydi. O‘rta darajadagi ko‘rsatkichlar esa mos ravishda 33 foizdan 29 foizga o‘zgardi. Nazorat guruhida esa bu ko‘rsatkichlarda sezilarli o‘zgarish kuzatilmadi, ya’ni natijalar deyarli boshlang‘ich darajada saqlanib qoldi.

Shuningdek, kuzatish va suhbat natijalari asosida tajriba guruhidagi o‘quvchilarda nizoli vaziyatlarni hal etishda murosaga kelish, boshqalarni tinglash va o‘z fikrini asosli bayon etish ko‘nikmalari shakllangani aniqlandi.

Umuman olganda, olingan natijalar psixologik treninglarning kichik maktab yoshidagi o‘quvchilarda shaxslararo munosabatlarni rivojlantirishda yuqori samaradorlikka ega ekanligini ko‘rsatdi.

MUHOKAMA. Zamonaviy ta’lim tizimida o‘quvchilarga faqat bilim berish emas, balki ularning shaxs sifatida rivojlanishini ta’minlash ham muhim vazifa hisoblanadi. Ayniqsa, kichik maktab yoshidagi o‘quvchilarda shaxslararo munosabatlarni shakllantirish ularning kelajakdagi ijtimoiy hayotida muhim o‘rin tutadi. Ushbu davrda bolalarda muloqot qilish, hamkorlikda ishlash, boshqalarni tushunish kabi ko‘nikmalar faol rivojlanadi.

Psixologik treninglar esa ushbu jarayonni samarali tashkil etishning muhim vositasi bo‘lib xizmat qiladi. Ular orqali bolalarda ijtimoiy ko‘nikmalar, empatiya va kommunikativ kompetensiyalar shakllanadi.

Kichik maktab yoshidagi bolalar (6–10 yosh) rivojlanishida quyidagi xususiyatlar kuzatiladi:

- ijtimoiy muhitga moslashuv jarayonining faollashuvi;
- tengdoshlar bilan muloqot ehtiyojining ortishi;
- o‘z-o‘zini baholashning shakllanishi;

- emotsional sezgirlikning yuqoriligi.

Bu davrda bola o‘zini jamiyatning bir qismi sifatida anglay boshlaydi. Shu sababli, uning atrofidagi ijtimoiy muhit, ayniqsa sinf jamoasi katta ahamiyat kasb etadi.

Shaxslararo munosabatlar — bu insonlar o‘rtasidagi ijtimoiy-psixologik aloqalar tizimi bo‘lib, u quyidagi komponentlarni o‘z ichiga oladi:

- kommunikativ (axborot almashish)
- interaktiv (o‘zaro ta’sir)
- perseptiv (bir-birini idrok etish).

Psixologik nuqtai nazardan, shaxslararo munosabatlar nafaqat tashqi xulq-atvorda, balki ichki kechinmalar, his-tuyg‘ular, simpatiya va antipatiya, ishonch, hurmat kabi emotsional holatlarda ham namoyon bo‘ladi. Ular ijobiy (do‘stlik, hamkorlik, qo‘llab-quvvatlash) yoki salbiy (nizo, raqobat, befarqlik) shakllarda bo‘lishi mumkin.

Shaxslararo munosabatlar insonning ijtimoiylashuvi jarayonida muhim rol o‘ynaydi. Ayniqsa, bolalik davrida bu munosabatlar orqali bola ijtimoiy me’yorlar, qadriyatlar va xulq-atvor modellari bilan tanishadi. Shu jihatdan, ular shaxsning rivojlanishi, o‘zini anglash va jamiyatga moslashuvining muhim omili hisoblanadi.

Ijobiy shaxslararo munosabatlar o‘quvchilarda:

- o‘qishga qiziqishni oshiradi;
- ijtimoiy moslashuvni yaxshilaydi;
- psixologik farovonlikni ta’minlaydi.

Salbiy munosabatlar esa konfliktlar, agressiya va ijtimoiy izolyatsiyaga olib kelishi mumkin.

Psixologik trening — bu shaxsning muayyan psixologik ko‘nikmalarini rivojlantirishga qaratilgan maxsus tashkil etilgan mashg‘ulotlar tizimidir.

Uning asosiy xususiyatlari:

- interfaollik;
- amaliy mashg‘ulotlarga asoslanganlik;
- guruhiy ishlash;
- refleksiya jarayonining mavjudligi.

Psixologik treninglar orqali bolalar:

- muloqot qilishni;
- boshqalarni tinglashni;
- o‘z fikrini ifodalashni;
- konfliktlarni hal qilishni o‘rganadi.

Kichik maktab yoshidagi o‘quvchilar uchun quyidagi treninglar samarali hisoblanadi:

1. Muloqot treninglari
2. Empatiya rivojlantiruvchi treninglar
3. Jamoaviy ishlash treninglari
4. Konfliktologik treninglar
5. O‘z-o‘zini anglash treninglari

Bu treninglar bolalarning ijtimoiy kompetensiyalarini kompleks rivojlantiradi. Ilmiy tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki:

- ijtimoiy treninglar natijasida o‘quvchilarning ijobiy xulq-atvori 30–40% ga oshadi;
- empatiya mashg‘ulotlari agressivlikni kamaytiradi;
- guruhiy faoliyat o‘ziga ishonchni oshiradi.

Ijtimoiy o‘rganish nazariyasiga ko‘ra, bolalar boshqalarni kuzatish va taqlid qilish orqali o‘rganadi. Treninglar esa bu jarayonni samarali tashkil etadi.

Psixologik treninglarni tashkil etishda quyidagilarga e’tibor berish zarur:

- yosh xususiyatlarini hisobga olish;
- o‘yin elementlaridan foydalanish;
- ijobiy psixologik muhit yaratish;
- barcha o‘quvchilarni jalb qilish;
- refleksiya o‘tkazish

XULOSA. Kichik maktab yoshidagi o‘quvchilarda shaxslararo munosabatlarni shakllantirish ta’lim jarayonining muhim yo‘nalishlaridan biridir. Psixologik treninglar bu jarayonda samarali vosita bo‘lib, o‘quvchilarning ijtimoiy, emotsional va kommunikativ rivojlanishiga katta hissa qo‘shadi. Shu sababli, ta’lim muassasalarida psixologik treninglardan keng foydalanish zarur.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Выготский Л.С. Психология развития человека. — М.: Смысл, 2001.
2. Жан Пиаже. Избранные психологические труды (Психология интеллекта; Генезис числа у ребенка; Логика и психология). – М.: Международная педагогическая академия. 1994.
3. Дейл Карнеги. Искусство завоевывать друзей, оказывать влияние на людей, эффективно общаться и расти как личность. - М.: Издателство АСТ. 2021.
4. Bandura A. – Social Learning Theory. – United States of America. New York. 1971.
5. G‘oziyev E.G‘. – Umumiy psixologiya. – Toshkent.: “O‘qituvchi”. 2002.
6. Davletshin M.G. – Pedagogik psixologiya. – Toshkent.: “O‘qituvchi”. 2002.
7. Karimova V.M. – Ijtimoiy psixologiya. – Toshkent.: “Fan va texnologiya”. 2012.