



Factors of creating a healthy environment in the adolescents' team

Saboat ORIFOVA¹

Regional Center for Retraining and Professional Development of Public Education Workers of Namangan Region

ARTICLE INFO

Article history:
Received June 2022
Received in revised form
25 June 2022
Accepted 25 July 2022
Available online
20 August 2022

Keywords:

mental environment,
personality,
youth,
community,
relationship,
training.

ABSTRACT

This article discusses the influence of psychological environment on formations of various educational and labor (communities) groups, the importance and advantages of psychological environment in the effectiveness of educational and labor processes are noted.

2181-1415/© 2022 in Science LLC.

DOI: <https://doi.org/10.47689/2181-1415-vol3-iss4-pp201-205>

This is an open access article under the Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.ru>)

О'смirlar jamoasida sog'lom muhit yaratish omillari

ANNOTATSIYA

Kalit so'zlar:

ruhiy muhit,
shaxs,
o'smirlik yoshi,
jamoat,
o'zaro munosabatlar,
trening.

Ushbu maqolada o'smirlar jamoasidagi psixologik muhit va uni shaxs shakllanishiga ta'siri hamda ma'naviy-ijobiy muhitning o'quv jarayoni samaradorligini oshirishdagi ahamiyati haqida fikr mulohazalar bildirilgan.

Факторы создания здоровой обстановки в подростковой команде

АННОТАЦИЯ

Ключевые слова:

психологическая среда,
личность,
юность,
общество,

В данной статье говорится о влиянии психологической обстановки на формирование различных учебных и трудовых коллективов (сообществ), отмечаются значение и

¹ Senior Lecturer of Regional Center for Retraining and Professional Development of Public Education Workers of Namangan Region. E-mail: yakubovasaboat@gmail.com.

отношение,
обучение.

преимущества психологической обстановки в
эффективности учебного и трудового процессов.

Jamiyatninig barcha sohalarida olib borilayotgan islohotlar davrida jamoada sog'lom ruhiy muhit yaratishga layoqatli insonlarga nisbatan katta ehtiyoj sezilmoqda. Ana shunday jamoa hamjihatligi malaka va ko'nikmalari avvalo maktabda shakllantiriladi. Ayni paytda pedagoglar va maktab amaliyotchi psixologlari o'quvchilar jamoasi uchun umumiy hisoblangan ijtimoiy-ruhiy muhitga oid asosiy qoidalarni bilishlari kerak. Chunki shaxs aynan oiladagi, bog'cha, maktab va mehnat jamoalaridagi ruhiy muhit ta'sirida shakllanadi. Shu sababli ushbu maqolaning asosiy mazmuni ham o'smirlar jamoasida ijtimoiy-ruhiy ko'rinishdagi muayyan muhit xususida axborot berishdan iboratdir.

Pedagogikada axloqiy tarbiyaning maqsadi shaxsni uyg'un rivojlantirishdan iborat bo'lib, u ko'p jihatdan shaxs o'zining rivojlanishi jarayonida qaysi jamoalarga va qanday qo'shilishi bilan belgilanadi. Shunisi ravshanki, jamoa ijobiy ruhiy muhitga ega bo'lgandagina shaxsni shakllantirishning qudratli vositasiga aylanadi.

Ruhiy muhit ob'yektiv mavjud podisadir. U ikki omil ta'sirida vujudga keladi. Bu avvalo umuman jamiyatdagi ijtimoiy-ruhiy vaziyatdir. Butun jamiyat muhiti alohida jamoalarning ruhiy muhitida bevosita aks etadi.

Ikkinchi omil – mikroijtimoiy shart-sharoitlar: ushbu jamoaning jamiyatdagi mehnat taqsimotiga nisbatan vazifalari, o'ziga xos xususiyatlari, jug'rofiy va iqlimiy shart-sharoitlar, jamoaning keng ijtimoiy muhitdan ajralib qolganlik darajasi, uning yosh va jinsiy tarkibi va hokazolar.

Ushbu ikki omil jamoaning "ruhiy muhit" deb nomlanadigan holatini belgilab beradi. **Ruhiy muhit** deganda jamoaning his-tuyg'uli ruhiy kayfiyatini tushunish kerakki, unda jamoa a'zolarining qadriyatlari, ma'naviy me'yorlari va manfaatlari bilan belgilanidigan hissiy darajadagi shaxsiy va amaliy o'zaro munosabatlari aks etadi.

Jamoadagi ruhiy muhit muomala jarayonida vujudga keladi va namoyon bo'ladi, unda ruhiy ehtiyojlar ro'yobga chiqariladi, shaxslar va guruhlar o'rtasidagi ziddiyatlar vujudga keladi va hal etiladi. Bu jarayonda kishilar o'rtasidagi hamkorlikning yashirin mazmuni: bellashuv yoki yashirin raqobat, o'zaro yakdillik yoki hammaning bir-biriga kafilligi, qo'pol tazyiq o'tkazish yoki ongli intizom yaqqol aks etadi.

Bolalar jamoalarining ruhiy muhiti o'ziga xos xususiyatlarga ega. Bolalar jamoasi nazariyasi rivojlanishiga olim A.S.Makarenko juda katta hissa qo'shgan. Aynan uning asarlarida biz tarbiyalanuvchilar jamoasidagi sog'lom muhit to'g'risida qimmatli ma'lumotlarni topamiz. Makarenko "ruhiy muhit" degan atamadan foydalanmagan, balki "uslub", "ohang" kabi tushunchalarni qo'llagan. U ko'tarinki ohangning asosiy belgilari sifatida quyidagilarni taklif qilgan:

1. Ichki, ishonchli xotirjamlikning namoyon bo'lishi, har doim shijoatli, harakat qilishga tayyor turish. Jamoaning har bir a'zosida o'z qadr-qimmatini bilish tuyg'usining mavjudligi, o'z jamoasi bilan faxrlanish.

2. Jamoa hamjihatligi, a'zolarining do'stona birligi. Ichki munosabatlarda ayrim tarbiyalanuvchilarni tanqid qilish va jazolash mumkin, lekin bu ta'sir ko'rsatishning maxsus shakllaridan tashqarida har bir tarbiyalanuvchiga tegishli baho berish, uni begonalar oldida himoya qilish, unga hech qanday ozor yetkazmaslik, uni obro'sizlantirmaslik.

3. Jamoa barcha a'zolarining himoyalanganligi. Har bir tarbiyalanuvchi, u qanchalik zaif, kuchsiz bo'lmasin, o'zining yolg'izligi yoki himoyasizligini his qilmasligi kerak.

4. Jamoa barcha a'zolarining oqilona va foydali faolligi.

5. Harakatlarda va muloqotda o'zini boshqara olish.

Jamoadagi sog'lom muhitning yaratilishi ta'lim jarayonida ham, mehnat jarayonida ham muhim o'rin tutadi. Bunday jamoadagi ta'lim samaradorligi va mehnat unumdorligi sifatli bo'ladi. Bu esa jamiyat taraqqiyoti uchun muhim omil bo'lib xizmat qiladi.

Masalan, o'quvchi o'zi ta'lim olayotgan guruhining munosabatlaridan qoniqmaydigan, unda o'zini erkin his qilmaydigan (kamsitilgan), yolg'izlanib qolgan, hissiyotga berilishi oqibatida fikrini bayon etishga qiynaladigan o'quvchilarni ko'plab uchratish mumkin. Bu esa uning o'qish samaradorligiga albatta salbiy ta'sir etadi. Eng yomon tomoni bu – buni sezmaydigan o'qituvchidir...

Ma'lumki, hozirgi kunda ta'lim muassasalarida amaliyotchi psixologlar faoliyat ko'rsatishmoqda. Aslida yuqorida aytib o'tilgan ishlarni amalga oshirishda ularning roli katta bo'lishi kerak. Ya'ni psixolog ishini avvalo jamoani o'rganishdan boshlaydi, diagnostik tahlil qiladi va shunga qarab profilaktik (muammoning oldini olish) va tuzatishishlari olib boradi.

O'smirlik yoshi inson hayotida asosiy o'ringa ega, bolalikdan kattalikka o'tuvchi va asosiy shaxsiy fazilatlarini tarkib topadigan yosh hisoblanadi. Shuning uchun bu yoshda u yashayotgan muhitning o'smir tarbiyasiga ta'siri masalasi o'ta muhim hisoblanadi. Aslida har birimizning hayotimiz ham ana shu jamoalar faoliyati bilan bog'liqdir.

Jamoaning ruhiy muhitini esa o'zimiz yaratamiz. Jamoadagi a'zolari bir-birlari bilan o'zaro hurmatda bo'lgan samimiylilik, hamdardlik, kelishuvchanlik, tushunuvchanlik, uyuushqoqlik kabi ijobiy sifatlar shakllangan bo'lsa, bu yerda albatta o'quv jarayoni ham samarali bo'ladi. Bola maktabga yaxshi kayfiyatda keladi. O'quv jarayonidagi muammolar tengdoshlar yordamida osonroq hal bo'ladi. Shuningdek, sinf rahbarining ham boradagi roli beqiyos. U avvalo boshqaruvchanlik qobiliyatini yaxshi egallagan bo'lishi, bolalarga ta'sir ko'rsatish sirlarini egallagan, muomala malakasi yuksak, o'zining shaxsiy xususiyati, bilimdonligi, aql-farosatliligi, mustaqil irodasi bilan obro' qozongan, o'quvchilarga nisbatan g'amxo'r va talabchan, umuman jamoaning ruhiy holatini mo'tadil saqlagan holda ishlarni olib bora olish qobiliyatini egallagan bo'lishi lozim.

Jamoadagi bunday munosabatlarni shakllantirishda turli xil amaliy ishlar ham olib borilishi, masalan, jamoa bilan sayohatlar tashkil etish, turli xil kechalar tashkil qilib, madaniy dam olish orqali o'zaro yaqinlikni vujudga keltirish, dildan suhbatlashish, ma'naviyat kunlari tashkil etish kabi ishlar olib borilishi lozim.

Pedagogik jarayonlarda ham darslarni ko'tarinki kayfiyatda o'tkazish, yangi pedagogik texnologiyalar, rolli o'yinlar, trening usullaridan foydalanish ham auditoriyaning umumiy muhitini yaxshilash va bu orqali o'quvchilar faolligini oshirishga xizmat qilishi mumkin.

Shaxsiy tajribalarimdan kelib chiqib, quyida o'smirlar jamoasida juda tez va qulay usulda ijobiy muhitni shakllantirishga qaratilgan psixotrening mashqlardan namunalar keltiramiz:

PSIXOTRENING MASHQLAR "SALOMLASHISH"

Maqsad: O'smirlarda muloqatga kirishish malakalarini rivojlantirish va ularning mashg'ulotlarda erkin qatnashishlari uchun psixologik tayyorlash.

O'kazish qoidasi: Bolalarga har biringiz bir-biringiz bilan turli xil ko'rinishda, masalan, bir o'quvchi bilan qo'l olishib, ikkinchisi bilan ko'zlar orqali, uchinchisi bilan quchoq ochib va hokazo ko'rinishda so'rashib chiqing. Mashq yakunida o'quvchilarning

har biridan “Sizga ko‘proq kimning salomlashishi yoqdi” deb so‘rab chiqiladi. Bolalarni iloji boricha ko‘pchilik ichida gapirtirishga harakat qilinadi.

“TIMSOH VA QURBAQALAR”

Maqsad. Jamoada ruhiy to‘siq (bar‘yer)ni kamaytirish, hamkorlikda harakat qilishga o‘rgatish va ulardagi epchillik, chaqqonlik va vaziyatni to‘g‘ri tahlil qilish malakalarini rivojlantirish.

O‘tkazish tartibi. Bolalardan biri timsoh rolini bajaradi. U bir chetda ko‘zini yumib turadi. Qolganlar qurbaqa obrazida, hovuzda o‘ynab, sayr qilib yurishadi. Timsoh ko‘zini ochib, oyoqlarini qimirlata boshlaganda, qurbaqalar tezlik bilan berkinishlari kerak. Berkinishga ulgurmagan qurbaqalar timsohga yem bo‘lishadi. Qochish uchun davraga qog‘ozlar terib qo‘yish mumkin. Qog‘ozlar soni qurbaqalar sonidan kam bo‘lishi kerak. Timsoh kelganda bolalar qog‘ozlarni ustiga chiqib olishlari kerak. Har safar o‘yin takrorlanganda qog‘ozlar kamayib boraveradi. O‘yinning sharti shundaki, qog‘ozlarga chiqishda hamma bir-birini qo‘llab-quvvatlashga, yordam berishga harakat qilishlari kerak.

“BROUNLAR (KO‘RLAR) HARAKATI”

Maqsad. O‘smirlarni bir-birlariga nisbatan yaxshi munosabatda bo‘lishga, o‘z o‘zini tushunishga o‘rgatish, sezgi va idrokini rivojlantirishdan iborat.

O‘tkazish tartibi: Barcha ishtirokchilar aylana bo‘ylab turadilar. Bolalar ko‘zlarni yumib turli tomonlarga harakat qilishadi. So‘zlashish mumkin emas. Boshlovchi qarsak chalishi bilan hamma to‘xtaydi va ko‘zini ochadi.

Yana hamma ko‘zini yumib, avvalgi harakatlarini davom ettirishadi. Bu safar jijillab ovoz chiqarib harakatni to‘xtatishadi va ko‘zlarini ochishadi.

Muhokama:

Harakatlanishga nima xalaqit qildi?

To‘qnashib ketmaslikka nima yordam berdi?

“QARSAKLAR”

Maqsad. O‘smirlarni hamkorlikka va bir-birini tushunishga o‘rgatish.

Diqqatni va tafakkurni rivojlantirish.

O‘tkazish tartibi. Hamma aylana bo‘ylab turadi. Boshlovchi bir marta qarsak chaladi. O‘ng tomonga qarab qarsak davom etadi. Boshlovchi o‘rnidan turib xohlagan joyiga borib o‘tirishi mumkin. Navbat boshlovchiga kelganda, boshlovchi qarsagidan so‘ng qarsak chalish qarama – qarshi tomonda davom etadi.

“OROLCHA”

Maqsad. O‘smirlarni bir-biriga yordamlashishga, o‘zaro hamjihatlikka o‘rgatish. Psixologik to‘siqlarni (bar‘yer) yo‘qotish, harakatchanlikni rivojlantirish.

O‘tkazish tartibi. Qatnashchilar suv toshqini bo‘layotganligi sababli orolchaga chiqib olishlari kerak. Orolcha sifatida arqondan tayyolangan doiradan foydalanamiz. Hamma orolga joylashgach, ular tashqariga chiqadilar. So‘ngra doira halqa kichraytiriladi. Yana hamma orolchaga joylashishi kerak. O‘yin shu tariqa davom ettiriladi. Har safar halqa kichraytirilib boriladi.

“TUGUN”

Maqsad. Bolalarda hamkorlik va hamjihatlikni shakllatirish.

O‘tkazish tartibi. Qatnashchilar uzun arqonni ikki qo‘llari bilan ushlaydi. Arqonni qo‘yib yubormay undan tugun hosil qilish kerak. Tugun hosil qilinishi kerak bo‘lgan joy belgilab qo‘yiladi.

“O‘RGIMCHAK TO‘RI”

Maqsad. Bolalarni turli xil vaziyatlardan va muammoli holatlardan chiqishga o'rgatish. Irodaviy sifatlarini tarbiyalash.

O'tkazish tartibi. Jihoz: arqondan tayyorlangan "o'rgimchak to'ri". To'ring kataklari soni, ishtirokchilar soni bilan teng bo'lishi kerak.

Qatnashchilar o'rgimchak to'ring bir tomonidan ikkinchi tomoniga to'ring hech qayeriga tegmasdan o'tishlari kerak. Agar biror qatnashchi o'rgimchak to'riga tegib ketsa, orqaga qaytadi va qaytadan mashqni bajarishlari kerak bo'ladi.

"FILLAR HARAKATI"

Maqsad. Bolalarda hamkorlik va hamjixatlik orqali guruhda o'zaro yaqinlikni shakllantirish.

O'tkazish tartibi. Barcha ishtirokchilar ko'zlarini bog'ich yordamida berkitib olishadi. So'ngra ishtirokchilarga nazarimiz tushmaydigan, ko'ra olmaydigan joyga sayohatga chiqilishi aytiladi. Qatnashchilar saf tizib, o'zlaridan oldingi do'stlarining yelkasiga o'ng qo'llarini qo'yishadi. Tanlangan yo'nalish bo'yicha sekin – asta sayohat boshlanadi. Boshlovchini ko'zi ochiq holda harakatlarni boshqaradi. Tayyorlab qo'yilgan to'siqlar: daraxtlar oralig'i, daraxt shoxi ostidan, o'nqir–cho'nqirliklar bo'ylab sayohat uyushtiriladi. Qatnashchilar o'zlaridan oldingi do'stlari harakatiga qarab yurishlari kerak. Xavfsiz joyda sayohat nihoyasiga yetadi.

Mashg'ulot yakunida qatnashchilarni bugungi mashqlardan olgan taassurotlari muhokama etiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. А. Аникеева. "Жамоада руҳий муҳит", 1994 йил.
2. Olimov L.Y., & Mavluda O. (2022). O'smirlar ma'naviyatini shakllantirishning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari. Science and Education, 3(3), 407–413.
3. Qodirova M. (2021). O'smirlar psixologiyasi va o'smir xulq-atvorining o'ziga hosligi. Журнал Педагогикки и психологии в современном образовании, (3).
4. Qodirova M. (2022). O'smirlar tarbiyasining qiyinchilik xususiyatlari va ularning kelib chiqish sabablari. Журнал Педагогикки и психологии в современном образовании, 2(5).
5. Qaxramonovna Q.M. (2022, March). Tarbiyasi qiyin o'smirlar borasidagi tadqiqotlar. In International Virtual Conference on Language and Literature Proceeding (Vol. 1, No. 1).
6. Sharofitdinov A. (2022). O'smirlarda jinoyatchilik xulqining kelib chiqishi. Журнал Педагогикки и психологии в современном образовании, 2(6), 78–81.
7. www.psychology.ru.