

SHAXS TARAQQIYOTIDA PSIXOLOGIK NUQSONLARNING OLDINI OLISH

N. Jumanova, Umumiy psixologiya kafedrası o'qituvchisi

Annotatsiya: Mazkur maqolada shaxs taraqqiyotida psixologik nuqsonlarning oldini olish borasidagi ma'lumotlar haqida fikr yuritiladi.

Kalit so'zlar: shaxs, psixologiya, bolalik, o'smirlik, analiz, sintez

ПРОФИЛАКТИКА ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ДЕФЕКТОВ В РАЗВИТИИ ЛИЧНОСТИ

Аннотация: В статье обсуждается информация о профилактике психологических расстройств в личностном развитии.

Ключевые слова: личность, психология, детство, юность, анализ, синтез.

PREVENTION OF PSYCHOLOGICAL DEFECTS IN PERSONALITY DEVELOPMENT

Annotation: The article discusses information on the prevention of psychological disorders in personal development.

Key words: personality, psychology, childhood, adolescence, analysis, synthesis.

Shaxsning ijtimoiy psixologik qiyofasi masalasi ham bugungi kundagi o'zgarishlar va ma'naviy jihatdan poklanish davrida o'ta muhim sohadir. Har bir shaxsning jamiyatda ro'y berayotgan tub islohatlarga munosabati, ularni idrok qilish va anglash darajasi, o'z-o'ziga nisbatan munosabatining tabiati, xulqidagi ijtimoiy motivlar va yo'nalishlar katta ahamiyatga egadir. Ayniqsa, bolaning voyaga yetishi jarayonida uning ijtimoiylashuvi, ya'ni ijtimoiy munosabatlarga kirib borishi, ijtimoiy ta'sirlarni ongiga singdirishi va xulqini mustahkamlanishi jarayonlarining psixologik tabiatini tekirish shaxsni jamiyatda shakllanitirish dasturini yaratish uchun muhimdir.

Bugungi kunda respublikamizda olib borilayotgan iqtisodiy, siyosiy, ma'naviy va ma'rifiy o'zgarishlar bola ruhiyatiga ta'sir ko'rsatmoqda. Har bir fuqarodan yangicha fikrlash, yangicha ishlash talab etilmoqda. Zero, yangicha fikrlamay, izlanmay bugungi kunda mustaqilligimizni mustahkamlash juda murakkabdir. Bugungi kunda gazeta va jurnallarda, ommaviy axborot vositalari, televidenie va radio orqali mustaqil fikrlash, erkin fikrlovchi shaxs kabi iboralarni tez-tez eshitamiz. Ushbu iboralar bolada fikrlash o'zi nima? Qachon bizda ushbu jarayon yuzaga keladi? Qaysi holatlarda biz erkin fikrlaymiz? Yangicha fikrlashni qanday tarkib toptirish mumkin? degan savollarni yuzaga keltiradi.

Bolalikdan kattalikka qadam qo'yayotgan o'smirlar submadaniyatida o'quvchiga ta'qiqlangan hatti –harakatlar, zararli odatlar kattalarga ruxsat etiladi . SHuning uchun o'smirlarning chekishi, ichishi, so'kinishi , o'zini axloqsiz qilib ko'rsatishi kattalik modelini yaratishga urinishi bilan tavsiflanadi. Ularda kattalar

xulq-atvoriga tashqi taqlid mavjud xolos, zararli odatlar va axloqsiz, lekin vujudga keltirishi mumkin bo'lgan tibbiy tahdid, ma'naviy zararni anglab yetmaydilar.

Psixik o'zgarishlar - diqqatning buzilishi (diqqat kontsentratsiyasi yo'nalganligi ko'lamining torayishi), xotiraning zaiflashishi (eslab qolish xususiyatining susayishi, esga tushirish va qayta tiklash imkoniyatlarining keskin pasayishi), emotsional buzilishlar (depressivlik, umidsizlik, bezovtalik), taffakkur buzilishlari (analiz, sintez, induktiv va deduktiv xulosalarning susayishi), shaxning maqsad qo'yish (motiv va motivatsiyasi) va uni amalga oshirishda irodaviy sustlik (qo'ygan maqsadi sari shaxdam hatti – harakatlar, sabr-toqat, matonatning zaiflashishi, qiyinchiliklarga bardosh bera olmaslik, ularni yengib o'tishga kuch-g'ayratning yetishmasligi), shaxs degradatsiyasi (shaxs uchun eng quyi ehtiyojlarning qondirilishi birlamchi va asosiy maqsadga aylanishi, "hayotni yashab o'tish" o'rniga "hayotda mavjud bo'lish" ga intilish, o'z ustida ishlash, ma'naviy va ma'rifiy o'sish, kamol topish kabi tub insoniy intilishlarning butunlay barham topishi, insonning ijtimoiy hayotda ishtirokining pasayishi, jamiyatning ta'siri keskin pasayishi befarqlik va hokozo. O'quvchilarga yuqoridagi sohalar to'g'risida ma'lumot berilar ekan, iloji boricha bu ma'lumotlar emotsional ta'sirchan bo'lishi, ya'ni bolalarda narkotik moddalar iste'moli, qo'rquv, dashhat, bunday turmush tarzi, jirkanish va nafrat hissini tug'dirishi maqsadga muvofiqdir.

Maktab o'quvchilarida narkotik moddalar iste'moliga qarshi psixologik immunitet paydo bo'lishi uchun quyidagi tavsiyalar taqdim qilinadi;

1. O'quvchilarda o'z-o'zini emotsional –irodaviy boshqara olish ko'nikmalarini shakllantirish.

2. O'z-o'zini rivojlantirish jarayoniga insonning o'zi ongli ravishda irodaviy zo'r berib ta'sir etish malakasini rivojlantirish (irodaviy madaniyat va o'z taqdirini o'zi yaratish maqomi).

3. Stress va frustratsiyaga sabab bo'luvchi omillarni yengib o'tishga yordam beruvchi sotsial psixologik ustanovkalar va emotsional bardoshlilikni shakllantirish (emotsional madaniyatni hosil qilish).

4. Hayotga barqaror pozitiv munosabatini uyg'otuvchi sotsial-psixologik ustanovkalar va ko'nikmalarni tarkib toptirish (kayfiyat barqarorligi).

5. Tamaki chekish, spirtli ichimliklar va narkotik moddalarni iste'mol qilib ko'rishga undovchi ichki hamda tashqi ta'sirlardan himoya qiluvchi psixologik ustanovkalarni vujudga keltirish (sog'lom turmush tarzi madaniyatini shakllantirish).

Bundan tashqari, ota-onalar va pedagoglar bilan ishlash ham o'quvchilarda paydo bo'lgan psixologik nuqsonlarni oldini olishning muhim omillaridandir.

Profilaktik dasturlar o'smirlar va bolalarga xos bo'lgan infantillik va xom fikrlarni yo'qotish hayotga yorqin ko'zlar o'tkir zakovat bilan qarashga o'rgatish kelajak avlodimizning hayotda oqu qorani ajrata olishga xizmat qiladi. Zero kelajak avlodning kamoloti uchun qilingan har bir sa'yi- harakat albatta o'z samarasini beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Жуманова, Н. (2021). ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ АКТИВАЦИИ, УСКОРЕНИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ТЕХНОЛОГИЙ. *Журнал Педагогика и психологии в*

- современном образовании, 1(1). извлечено от <https://ppmedu.jspi.uz/index.php/ppmedu/article/view/1332>
- 2.Хамдамов, Х. (2021). МНОГОЗНАЧИТЕЛЬНОСТЬ ОБУЧЕНИЯ ВОЕННОЙ ПСИХОЛОГИИ В СИСТЕМЕ ВЫСШЕГО ВОЕННОГО ОБРАЗОВАНИЯ. Журнал Педагогики и психологии в современном образовании, 1(1). извлечено от <https://ppmedu.jspi.uz/index.php/ppmedu/article/view/1374>
- 3.Majidov, J., & Majidova, G. (2020). SHAXS IJTIMOIIY TARAQQIYOTIDA OILA MUHITINING O'RNI. *Архив Научных Публикаций JSPI*.
- 4.Majidov, J. (2020). PSYCHOLOGICAL CRITERIA OF THE LEADER PERSONALITY. *Архив Научных Публикаций JSPI*.
- 5.Majidov, J. (2020). Социальный интеллект как совокупность способностей, обеспечивающих адаптацию личности в обществе. *Архив Научных Публикаций JSPI*.
- 6.Majidov, J. (2021). СПОРТДАГИ МУЛОҚОТ ИЖТИМОИЙ ПСИХОЛОГИК ҲОДИСА СИФАТИДА. Журнал Педагогики и психологии в современном образовании, 1(1). извлечено от <https://ppmedu.jspi.uz/index.php/ppmedu/article/view/723>
- 7.Majidov, J. (2021). ВОПРОСЫ ГАРМОНИИ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ МОЛОДЕЖИ О СЕМЕЙНОЙ ЖИЗНИ И УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ СЕМЕЙНОЙ ЖИЗНЬЮ. Журнал Педагогики и психологии в современном образовании, 1(1). извлечено от <https://ppmedu.jspi.uz/index.php/ppmedu/article/view/1369>