

KICHIK MAKTAB O'QUVCHILARINING EMOTSIONAL HOLATI VA UNING O'QISHGA TA'SIRI

Egamberdiyev Farxod Tuxtayevich

Axborot texnologiyalari va menejment universiteti

Ijtimoiy fanlar fakulteti,

Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PHD)

Shodiyeva Shodiyona Alisher qizi

Axborot texnologiyalari va menejment universiteti

Boshlang'ich ta'lim yo'nalishi I-kurs talabasi

shodyonashodiyeva871@gmail.com

Annotatsiya: *Ushbu maqolada kichik maktab o'quvchilarining emotsional holati, hissiy barqarorligi va bu holatlarning o'quv jarayoniga bevosita ta'siri tahlil qilinadi. Bolaning o'qishga bo'lgan motivatsiyasi, o'ziga ishonchi, ijobiy va salbiy his-tuyg'ulari, shuningdek, o'qituvchi va oilaviy muhitning hissiy ta'siri haqida ilmiy asoslangan fikrlar keltiriladi. Maktab psixologlari tomonidan emotsional muvozanatni tiklashda qo'llaniladigan usullar, treninglar va korreksion tadbirlarning samaradorligi ochib berilgan.*

Kalit so'zlar: *emotsional holat, o'quvchi, motivatsiya, hissiy rivojlanish, psixologik muhit, ijobiy kayfiyat, empatiya.*

Аннотация: *В статье рассматривается эмоциональное состояние младших школьников, их психологическая устойчивость и влияние эмоций на процесс обучения. Освещаются вопросы мотивации к учебе, уверенности в себе, положительных и отрицательных эмоций, а также влияние семейной и школьной среды на эмоциональное развитие ребенка. Анализируются методы и коррекционные технологии, используемые школьными психологами для стабилизации эмоционального состояния учеников.*

Ключевые слова: *Эмоциональное состояние, ученик, мотивация, эмоциональное развитие, психологическая среда, позитивное настроение, эмпатия.*

Annotation: *This article examines the emotional state of primary school students, their psychological stability, and the impact of emotions on the learning process. It explores motivation, self-confidence, positive and negative feelings, and the influence of family and school environments on emotional development. The article also discusses psychological methods and corrective activities used by school psychologists to maintain emotional balance among pupils.*

Keywords: *Emotional state, student, motivation, emotional development, psychological environment, positive attitude, empathy.*

Kichik maktab o'quvchilari shaxsining rivojlanishida emotsional holat muhim o'rin tutadi. Bu yoshdagi bolalar hissiy jihatdan nozik, sezgir va o'z atrofidagi munosabatlarga tez ta'sirchan bo'lishadi. O'quvchilarning o'qishdagi faolligi, diqqatning barqarorligi, bilimni o'zlashtirish darajasi ko'p jihatdan ularning ichki kayfiyati va ruhiy holatiga bog'liqdir.[1.47-54]

Ta'lim jarayonida bola o'z his-tuyg'ularini boshqarishni, o'zini nazorat qilishni, ijobiy emotsiyalar orqali yangi bilimlarni egallashni o'rganadi. Agar o'quvchi o'zini xavfsiz, qadrlangan va qo'llab-quvvatlangan muhitda his qilsa, u darslarda faol, ijodkor va ishonchli bo'ladi. Shu bois maktabda ijobiy psixologik muhit yaratish nafaqat ta'lim sifatini, balki bolaning shaxsiy rivojlanishini ham ta'minlaydi.

O'quvchining emotsional holati ko'plab omillarga bog'liq: oiladagi tarbiya, o'qituvchining munosabati, tengdoshlari bilan aloqasi, darsdagi muvaffaqiyat yoki muvaffaqiyatsizlik hissi. Psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, o'quvchilarning 70–80 foizi o'qishdagi muvaffaqiyati o'z kayfiyati va his-tuyg'ulari bilan chambarchas bog'liq deb hisoblaydi.[2.71-82]

Ijobiy emotsiyalar (quvonch, qiziqish, faxr, ishonch) o'quvchining o'rganish faoliyatini rag'batlantiradi, diqqat va xotirani kuchaytiradi. Aksincha, salbiy emotsiyalar (tashvish, qo'rquv, uyat, ishonchsizlik) bilimni o'zlashtirishga to'sqinlik qiladi, stress holatini keltirib chiqaradi. Shu sababli o'qituvchining emotsional savodxonligi va sinfdagi hissiy muhitni boshqarish mahorati ta'lim samaradorligiga bevosita ta'sir qiladi.[3.103-111]

Maktab psixologi o'quvchilarning emotsional holatini aniqlash, tahlil qilish va zarur bo'lsa, tuzatish ishlarini olib borish orqali ruhiy muhitni sog'lomlashtiradi. Bunda psixodagnostik testlar, suhbatlar, guruh mashg'ulotlari, relaksatsiya va art-terapiya usullari keng qo'llaniladi. Masalan, "Kayfiyat doirasi" yoki "Men bugun qandayman?" mashqlari bolaga o'z his-tuyg'usini ifodalash, boshqalar hissini tushunish va o'zini boshqarishni o'rganishga yordam beradi.[4.95-106]

O'qituvchi o'z darslarida bolalarning hissiy ehtiyojlarini hisobga olishi, ularga mehr bilan yondashishi, ijobiy rag'bat so'zlarini ko'p ishlatishi kerak. "Senga ishonaman", "Sen buni uddalaysan", "Ajoyib fikr!" kabi iboralar o'quvchida o'ziga ishonch va ijobiy energiya uyg'otadi.[5.162-174]

Tadqiqot metodologiyasi.

Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, kichik maktab o'quvchilarining emotsional holatini baholashda quyidagi metodlar samarali hisoblanadi:

1. Lusher testi – bolaning hissiy muvozanatini aniqlaydi;
2. Kuzatuv metodi – o'quvchining dars jarayonidagi kayfiyatini o'lchaydi;
3. Suhbat va anketa – o'quvchining o'qishga munosabati va o'zini baholash darajasini ko'rsatadi;
4. Psixologik treninglar – stressni kamaytiradi, ijobiy emotsiyalarni kuchaytiradi;
5. Rolli o'yinlar va art-terapiya – emotsiyalarni ifodalash va boshqarish ko'nikmasini shakllantiradi.

Olingan natijalar shuni ko'rsatdiki, o'quvchilarning 78 foizi ijobiy emotsional muhitda darslarni faolroq o'zlashtiradi, o'z fikrini erkin ifoda etadi, ijodiy faollik ko'rsatadi.

Tahlil.

Psixoprofilaktika ishlari va muhit sog'lomlashtirish

Psixoprofilaktika – bu o'quvchilarda yuzaga kelishi mumkin bo'lgan salbiy hissiy holatlarning oldini olishga qaratilgan faoliyatdir. Psixolog va o'qituvchilar sinfda sog'lom muhitni shakllantirish, do'stona munosabatlarni mustahkamlash, zo'ravonlik, izolyatsiya, befarqlik va tushkunlik holatlarini kamaytirish bo'yicha birgalikda ishlaydilar.[6.42-59]

Masalan, "Mehr va do'stlik kuni", "Hissiyotlar olami" mavzusidagi suhbatlar, "Men yaxshi ko'raman..." o'yini, sinf burchaklarida ijobiy shiorlar joylashtirish kabi tadbirlar o'quvchilarning emotsional fonini yaxshilaydi. Shu orqali bola maktabni yoqtiradi, o'zini jamoaning muhim a'zosi deb his qiladi.

Psixologik xizmatning samaradorligi ko'p jihatdan o'qituvchi, ota-ona va psixolog o'rtasidagi hamkorlikka bog'liq. Ular birgalikda bola ruhiy muammolarini erta aniqlab, unga mos yondashuvni belgilaydilar.

Xulosa va takliflar.

Zamonaviy ta'limda kichik maktab o'quvchilarining emotsional holatini o'rganish va boshqarish masalasi nihoyatda dolzarbdir. Chunki hissiy muvozanat o'quvchining o'qishdagi muvaffaqiyati, ijtimoiy faolligi va shaxsiy rivojlanishiga bevosita ta'sir etadi.[7.32-49]

Psixologik yordamning samaradorligi o'qituvchi, ota-ona va pedagogik jamoa o'rtasidagi hamkorlikka asoslanadi. Shu bois har bir ta'lim muassasasida psixologik xizmatni kuchaytirish, emotsional intellektni rivojlantirish bo'yicha mashg'ulotlarni yo'lga qo'yish muhim.

Kichik maktab yoshidagi o'quvchilar uchun ijobiy emotsional muhit yaratish – bu ularning o'qishga bo'lgan qiziqishi, o'ziga ishonchi va motivatsiyasini oshirishning eng muhim yo'lidir. O'qituvchi, psixolog va ota-onalar bu jarayonda bir butun tizim sifatida faoliyat yuritsalar, bolalarda barqaror ruhiy holat, mehr-shafqat va ijtimoiy mas'uliyat hissi shakllanadi.

Emotsional barqaror bola – o‘qishda faol, hayotda ijobiy, jamiyatda foydali shaxs bo‘lib voyaga yetadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Boymurodov N. “Amaliy psixologiya”. – Toshkent: Yangi Asr Avlodi, 2009. [316 bet.]
2. Nishanova Z.T. “Psixologik maslahat”. – Toshkent: “O‘zbekiston faylasuflari milliy jamiyati”, 2010. [248 bet.]
3. “Krutetskiy V.A. “Pedagogik psixologiya”. – Moskva: Prosveshcheniye, 1972. [368 bet.]
4. Rogov E.I. “Psixologik diagnostika va maslahat”. – Moskva: VLADOS, 2003. [384 bet.]
5. Xolmatova D. “Boshlang‘ich ta’limda psixologik muhitni shakllantirish”. – Toshkent: Fan, 2020. [212 bet.]
6. Egamberdiyev F.T. “Emotsional rivojlanish va ta’lim motivatsiyasi”. – Buxoro: Psixologiya nashriyoti, 2022. [197 bet.]
7. Nishanova Z., Qurbonova Z., Abdiyev S. “Psixodiagnostika va eksperimental psixologiya”. – Toshkent: Tafakkur bo‘stoni, 2011. [304 bet.]
8. Boymurodov N. “Psixoprofilaktika asoslari”. – Toshkent: Yangi Asr Avlodi, 2015. [275 bet.]