



ISSN (E): 2181-4570

O‘SMIRLARGA PSIXOLOGIK XIZMAT KO‘RSATISHNING O‘ZIGA XOS PSIXOFIZIOLOGIK XUSUSIYATLARI

Buxoro davlat universiteti Amaliy psixologiya ta’lim yo‘nalishi talabasi

Shaxnoza Shavkatova Po‘lot qizi

E-mail: shahnozashavkatova20@gmail.com

Toshkent davlat iqtisodiyot universiteti Iqtisodiyot ta’lim yo‘nalishi

magistri

Nabijonov Otabek Ganiyevich

ANNOTATSIYA

Ma’lumki, o‘smirlarda psixologik xizmat ko‘rsatish uchun, eng avvalo, o‘smirlarning jismoniy jihatdan sog‘ligi bilan bog‘liq bo‘lgan fiziologik va psixofiziologik bilimlarga ega bo‘lish kerak bo‘ladi. Ushbu maqolada aynan o‘smirlarda psixologik xizmatni tashkil etishning psixofiziologik xususiyatlari keltirilgan.

Kalit so‘zlar: aritmiya, fiziologiya, psixofiziologiya, assotsativ tola, kolleksiya, jizzakilik.

Kirish: Maktab amaliyotchi psixolog har bir o‘smir bilan alohida ishlar olib boradi. Binobarin, o‘smirlik davrida o‘g‘il bolalarning bo‘yi 25-30sm, qiz bolalarniki 18-20sm o‘sadi. Ayni paytda bo‘yiga o‘sish naysimon suyaklar va umurtqa pog‘onasining uzayishi hisobiga ro‘y beradi. Bu davrda naysimon suyaklarning oxirgi tayanch qismlari hali yetarli darajada suyaklashmagan yumshoq bo‘ladi. Bu xususiyatlarni nazarda tutish orqali o‘smirning sportning murakkab, og‘ir turlari bilan shug‘ullanishga yo‘l qo‘ymaslik kerak. Aks holda, bolaning umurtqa pog‘onasi qiyshayib, bo‘yi o‘smay qolishi mumkin. Bu jarayon esa keyinchalik bola psixikasiga salbiy ta’sir ko‘rsatadi.

Bundan tashqari yurak va qon aylanish tizimining o‘shidagi nisbat o‘ziga xos xarakterga ega. O‘smirlik yoshining birinchi davridayoq yurak o‘sib borishining hamma sikllari asosan tugallangan bo‘ladi. Qon aylanish tizimi yurak o‘shidan birmuncha orqada qoladi. Natijada o‘smirlarda, ayniqsa qizlarda yurak urish tartibi buziladi, yurak harakatida to‘xtalish va aritmiya (ritmsizlik) ro‘y beradi. Shu sababli o‘smirlar boshlari og‘riganidan tez-tez nolib turadilar. Suyak, muskul, qon aylanish sistemasi va yurak faoliyatidagi o‘ziga xos ana shunday xususiyatlar o‘smirlar bilan

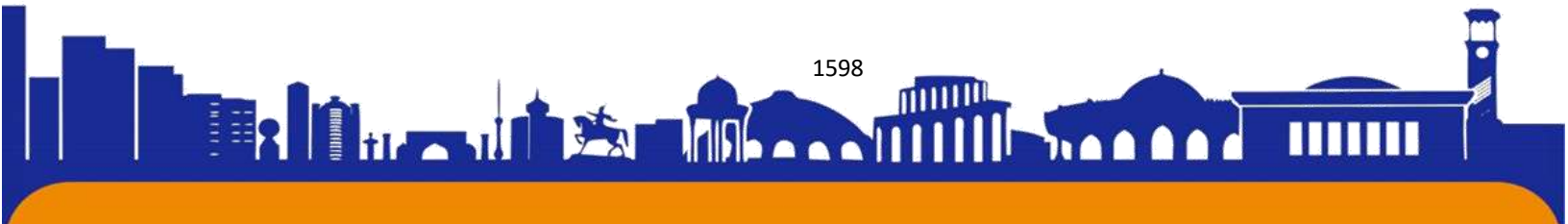




olib boriladigan barcha o'quv, mehnat va sport mashg'ulotlarida doimo nazarda tutilishi kerak.

Miya va asab tizimining o'sishi 16-18 yoshlarda tugallanadi. O'smirlik yoshining ikkinchi yarmida miyaning eng murakkab psixik jarayonlar sodir bo'ladigan peshona qismida nerv tolalari mielinizatsiyalashib bo'ladi. Bu yoshda hujayralar ichidagi murakkab o'zgarishlar natijasida bosh miya ilon izi chiziqlari asosan shakllanib bo'ladi. Bosh miya po'stining ayrim qismlarini va miya yarim sharlarini birlashtirib turuvchi assotsiativ tolalar ham o'sadi (ko'payadi). Bu anatomik–fiziologik o'zgarishlar o'smirlarning tez ulg'ayishi va ularning butun psixik hayotining murakkablashuvida asos bo'ladi. O'smirlik yoshida qo'zg'alish protsessi tormozlanishga nisbatan kuchliroq bo'ladi. O'smirlarning o'zini idora qila olmasligi, shiddatligi, ta'sirlanuvchanligi, qiziqish va havaslarining beqarorligi, aktiv faollikdan birdaniga passivlikka tushishining boisi ham ko'p jihatdan ana shunda. Maktab va oilada ta'lim-tarbiya ishlari to'g'ri yo'lga qo'yilmasa, o'smirning yosh fiziologik xususiyatlari hisobga olinmasa, uning xulq-atvoridagi salbiy sifatlar ortib borib, bola xarakterining tarkib topishiga salbiy ta'sir ko'rsatishi va keyingi hayoti davomida ham o'zgartirishi qiyin bo'lgan chuqur iz qoldirishi mumkin.

Tadqiqot natijalari: O'smirlarda hissiyotlar alohida tarzda taraqqiy qiladi. O'smir hissiyotlari juda beqaror bo'lib, tez-tez almashinib turadi. O'smirlar kayfiyati kichik yoshdagi o'quvchilar kayfiyatiga nisbatan keskin o'zgaradi. O'smirlar goh tetik, shod, tashabbuskor va ishchan, goh o'ychan, passiv, xayolga cho'mgan bo'ladilar. Ba'zan ular birdaniga hamma ishni bajarmoqchi bo'lib, surunkasiga o'qiydilar, bir qancha to'garakka qatnashadilar, bir vaqtda sportning bir necha turlari bilan shug'ullanadilar, kolleksiyalar tuzadilar, goho "sovib", bu mashg'ulotlarni tashlab qo'yadilar, hatto dangasalik qiladilar. O'smir kayfiyatining o'zgarib turishi ma'lum darajada jinsiy balog'at bilan ham bog'liqdir. O'smirlarga psixologik xizmat ko'rsatish jarayonida ko'pincha ulardagi qattiq hayajonlanish-nafrat va tajovuzkorlikni ko'rish mumkin. Tajovuzkorlik o'g'il bolalarda tegajaklik va urishqoqlikka aylansa, qizlarda takabburlik va jizzakilikka aylanadi. O'smirlar odatda bunday xulqning yaramasligini tushunadilar. Biroq, manmanlik ustun chiqib, tan olishni xoxlamaydilar. Kattalar bu toifa o'smirlar xulqini jiddiy koyisalar, ular beadablikka o'tib oladilar. Bu holatda esa o'smirlarga psixologik xizmat ko'rsatish muhim o'rin tutadi.





Agar ko'pgina o'g'il bolalar va qizlar ilgari ota-onalarining iltimosini bajon-u dil bajarsalar, o'smir bo'lganlaridan keyin kattalarning iltimosini keskin va qo'pol ravishda qaytarishlari mumkin. Kattalarning ranjiganini, ko'rib, nohaq ekanliklarini anglaydilar. Lekin kechirim so'rab, o'zlarini «yerga urmaslik» uchun, iltimosni bajarishga rozi bo'lib: «Mayli, keling, qila qolay!» deydilar. O'smirlar xulqining bu xususiyatlari oila a'zolarining: «O'g'linga (qizimga) nima bo'ldi? Tamoman boshqacha bo'lib qoldi», deb nolishlariga sabab bo'ladi.

Shuningdek, o'smirlar uzundan-uzoq pand-nasihatlarni ham yoqtirmaydilar. O'zlarining salbiy munosabatlarini «Obbo, rosa cho'zildi-ku!.. Obbo yana boshlandi!. Yana eski gap!» deb oshkora bayon qiladilar yoki ichda o'ylab qo'yadilar. Ular pand-nasihatlarni sirtidan diqqat bilan tinglab o'tirishlari va ichlarida esa qachon tamom bo'lar ekan deb, zerikib o'ylashlari mumkin.

Xulosa: Normal oilaviy sharoitda tarbiyalangan bolalarning juda ko'pi mehribon, dilkash va itoatli bo'ladilar. Ular kattalar iltimosini bajonu dil bajaradilar.

O'smirlar intizomli va itoatkor bo'lish zarurligini yaxshi tushunadilar. Lekin keskin suratda buyruq qilinganda o'zlarini kamsitilgan, deb bilib, bor kuchlari bilan o'z mustaqilliklari uchun kurashadilar.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Maxsudova M.A. Muloqot psixologiyasi. T., 2006
2. Nemov R.S. Psixologiya. M.: Vldos, 2003. 1-2-t.
3. Fridman L.M. Psixologiya vospitaniya. Kniga dlya tex, kto lyubit detey. - M.: TTS «Sfera»,1999.
4. Shelixova N.I Texnika pedagogicheskogo obsheniya. - M.: Izd-vo «Institut prakticheskoy psixologii», 1998. .
5. Radugina A.A. Pedagogika i psixologiya. - M., 2007.
6. Rubinshteyn S.L. Osnovy obshey psixologii. - SPb: Piter, 2007

