

МАКТАБ ЁШИДАГИ БОЛАЛАРДА ТОРТИНЧОҚЛИКНИНГ
ПСИХОЛОГИК ХУСУСИЯТЛАРИ

Низомий номидаги ТДПУ нинг

“Умумий психология” кафедрасининг психология

бўйича фалсафа фанлари доктори PhD

И.Ғ.Рахимова,

Аннотация

Кичик мактаб ёш даври инсон ҳаётида катта аҳамиятга эга бўлиб, бу даврдаги болаларда ўзига хос бўлган, ишонувчанлик, очиклик, ташқи таъсирларга берилувчанлик, ўз-ўзига паст баҳо бериш, хавотирланиш соддалик хислатлари шаклланиб бориб, шу билан бирга уларда тортинчоқлик хисси ҳам намоён бўла бошлайди. Мақолада кичик мактаб ёшидаги болаларда учрайдиган тортинчоқлик хусусияти, келиб чиқиш омиллари, уларнинг кўринишлари ҳамда ижобий томонларини ҳам кўриш мумкин.

Калит сўзлар: кичик мактаб ёши, тортинчоқлик хисси, ўзига нисбатан ишончсизлик, тортинчоқликнинг ташқи аломатлари, тартиб интизомли, эҳтиёткор, шубҳали, саранжом.

Аннотация

Ранний школьный возраст имеет большое значение в жизни человека, когда у детей этого периода развиваются качества уверенности, открытости, чувствительности к внешним воздействиям, заниженная самооценка, простота тревожности, а также чувство застенчивости. В статье также рассмотрены характеристики застенчивости у детей младшего школьного возраста, факторы ее происхождения, внешний вид и положительные стороны.

Ключевые слова: младший школьный возраст, чувство застенчивости, неуверенность в себе, внешние признаки застенчивости, порядочный, осторожный, скептический, порядочный.

Annotation

Early school age is of great importance in human life, when children of this period develop the qualities of confidence, openness, sensitivity to external influences, low self-esteem, simplicity of anxiety, as well as a feeling of shyness. The article also discusses the characteristics of shyness in children of primary school age, the factors of its origin, appearance and positive aspects.

Key words: primary school age, feeling of shyness, self-doubt, external signs of shyness, decent, cautious, skeptical, decent.

Маълумки психология соҳасида инсон шахсининг психик ривожланиши ва унинг шаклланиши мураккаб тадқиқот жараёнидир. Айнан кичик мактаб ёш даври инсон ҳаётида катта аҳамиятга эга бўлиб, бу даврдаги болаларда ўзига хос бўлган, ишонувчанлик, очиклик, ташқи таъсирларга берилувчанлик, ўз-ўзига паст баҳо бериш, хавотирланиш соддалик хислатлари шаклланиб бориб, шу билан бирга уларда тортинчоқлик ҳисси ҳам намоён бўла бошлайди.

Болаларда намоён бўлаётган юқоридаги салбий ҳиссиётлар билан биргаликда, ҳозирги кунда жамиятда кам ўрганилган ва шу билан бирга, жамоада, айниқса болалар орасида анча кенг тарқалган тортинчоқлик ҳисси ҳам бола шахси ривожланишида глобал муаммо ҳисобланади.

«Тортинчоқлик» – бу тушунча бугунги кунда ҳар бир инсонда турлича ва ҳар хил кўринишларда намоён бўлганидек, бу сўзнинг мазмун - моҳиятини ҳам ҳамма ҳар хил қабул қилади. Дунё илм фан соҳалари кўрсатишича, тортинчоқлик муаммоси ҳозирги кунда кам ўрганилган реал психологик ҳодиса ҳисобланади.

Америкалик психолог, Стенфорд университетининг профессори Филип Зимбардо бу тушунчага ўзининг изланишлари оқибатида илк бор ўз фикр ва қарашларини билдирди. У тортинчоқликнинг инсонлар орасидаги ролини аниқлашда, ижтимоий - психологик изланишлар ўтказган бўлиб, унинг фикрича тортинчоқликнинг энг содда мазмуни бу - инсонлар олдида намоён бўладиган кўрқув ҳолатидир. Кўпчилик олимлар тортинчоқлик ҳисси тўғрисида ўз фикрларини билдиришган:

С. Жонсон инглиз тили луғатида (1804) тортинчоқликни учта сўз билан ифодалаган, «одамови», «эхтиёткор», «шубҳали». Инглиз тилида «Shy» тортинчоқ сўзи дастлаб «осон кўрқитувчи» маъносини англатган. Ҳозирда тортинчоқ сўзи, одамлар орасида асабий (безовта), ўзига етарлича ишончи бўлмаган инсон, илгари омадсиз тажрибага эга бўлган ва келажакка нисбатан эҳтиёткор бўлиб қолган, йиғилишлар ва одамлар билан мулоқот чоғида асабийлашиш ва ноқулайликни ҳис этувчи, бирон-бир ҳаракатни амалга оширишдан чўчийдиган инсонлар сифатида келтирилади.

Тортинчоқликка берилган таърифни К. К. Платоновда ҳам кўришимиз мумкин. «Тортинчоқлик - бу бошдан ўтказиш оғир бўлган, мулоқот қилишга ҳалал берувчи психологик тўсиқдир, ўзининг мукамал инсон эмас эканлиги тўғрисидаги хаёллари ҳамда мулоқот объектларининг салбий муносабатлари

тўғрисидаги ҳаёлларга сабаб бўлувчи, ёрқин кўринишда изоҳланувчи ҳиссий ҳолатдир». Тортинчоқлик коммуникатив қобилиятларни тезда пасайтиради, мулоқот қилишни қийинлаштиради ва унинг қобиғини торайтиради.¹

П. Пилконис ва Ф. Зимбардолар тортинчоқликни, ижтимоий вазиятлардан ўзини тортишга уриниш, ноформал муомалада иштирок этиш қобилиятининг йўқлиги, шахслараро ўзаро мулоқот жараёнида хавотир ва босимга мойилликни ҳис қилишда намоён бўлувчи, ижтимоий таъсирларга нисбатан ёдланган жавоб реакцияси деб ҳисоблайди. Улар тортинчоқликни «инсонларнинг, шахсий хулқ-атвори, атрофдагилар томонидан салбий баҳоланади деб тушунишидан келиб чиқувчи, ижтимоий ташвишдан чўчиши» сифатида белгилайдилар.

Бундан ташқари, П. Пилконис кўшимча ўрнида, тортин-чоқликни, ижобий томонларининг сони кам бўлган ижтимоий хавотирланиш шакли сифатида тушуниш мумкин, дейди.

Тортинчоқлик нафақат катта ёшдаги инсонлар балки, ўсиб келаётган ёш болалар орасида кўплаб учратиш мумкин. Чунки тортинчоқликнинг бошланғич негизи айнан болаларда кўп ва тез намоён бўлади. Биринчи ўринда, болаларда тортинчоқликни келиб чиқиши ва ривожланиш томонларини кўриб чиқиш керак.

Мактаб бола ҳаётида бурилиш даври ҳисобланади ва у янги ҳаёт фаолиятига, янги муҳит шароитига кириб келади. Катталар ва тенгдошлар билан янги муносабатлар ўрнатиш, уларнинг орасида бўлиш, бола бутун бир янги жамоалар тизимига кўшилиб боради. Бу даврдан бошлаб бола фаолиятининг мазмуни ҳам, теварак атрофдаги нарсаларга муносабати ҳам ўзгаради.

Айнан мана шу кичик мактаб ёшидаги болаларда, ички рухий кечинмаларида ўзгаришлар ҳам содир бўлади. Кўпчилик болаларда мавжуд бўлган ҳаяжонланиш, хавотирланиш, ўзига ишонмаслик, кўрқув, мулоқотга кириша олмаслик, ўзини четга тортиш, мактаб муҳитига мослаша олмаслик ҳолатлари кўпроқ кичик мактаб ёшидаги болаларда учрайди. Болада содир бўлаётган, бу ҳиссий ҳолатларни бир сўз билан айтганда тортинчоқлик деб атаёмиз.

1. Ф. Зимбардо “Застенчивость” Пер.с. англ.- М : Педагогика 1991 й

Кичик мактаб ёшидаги тортинчоқ болалар ўзларини ёқимсиз, нозик табиат, тортинчоқ бўлмаган болалардан ақли пастроқ деб ҳисоблашади. Бу ўзини улардан паст даражага қўйиш ҳисобланади. Чунки, ўзига бўлган ишончи суст, журъатсиз, ўзини камчилигини сезадиган, хаёлпараст, ўзгалар олдида кулгили бўлиб кўринишдан кўрқадиган, ҳар қандай танқидга таъсирчан бўлишади.

Тортинчоқлик ҳисси уларга қаттиқ таъсир қилиши оқибатида, улар ўзларини идора қила олмай, хатти-ҳаракатида табиийлик йўқолади, мимика ва овоз товушларида ҳам ўзгариш пайдо бўлади.

Тортинчоқлик таъсирида бўлган болаларда хавотирланишни келтириб чиқарувчи учта омилни кўришимиз мумкин:

1. Ўзининг ташқи кўриниши ва хатти-ҳаракатлари орқали бола атрофдагиларга «Мен тортинчоқман» каби ҳолатида сигнал беради;
2. Физиологик жиҳатдан пайдо бўладиган аломатлар, яъни хавотирланиш ва қизариш ҳолати.
3. Ўзини ноқулай ҳис қилиши ва уялиш ҳолатлари;

а) Тортинчоқликдан дарак берувчи болаларнинг характеридаги асосий белгилари: мулоқотга киришишга ҳошиш йўқлиги ва суҳбатдошнинг кўзларига қарай олмаслик, ўз овоз товушининг ўзига ёқимсизлиги, ўзини атрофдагилардан тортиш, ташаббус кўрсатмаслик. Бундай хатти-ҳаракатлар ҳамма болаларга зарур бўлган, жамият билан алоқа ва ўзаро мулоқотни ўрнатишда қийинлашади.

Тортинчоқ болалар ҳар сафар ўзларини намоён қила олмасликлари оқибатида, ўзларининг ички дунёсини яратишга мойил бўлади. Буларнинг ҳаммаси эса болани мавҳумликка олиб келади. Мавҳумлик бу - туртки бўлмагунча гапиришга ҳошишнинг йўқлиги, гаплашмаслик мойиллиги устун келиши, мустақил, эркин фикр билдира олмасликдир. Аммо мавҳумлик - нафақат мулоқотдан қочиш, балки умумий бўлган ва чуқур муаммодир. Бу муаммо мулоқотчанлик малакаларининг йўқлиги бўлибгина қолмай, балки шахслараро мулоқотчанлик тўғрисида нотўғри тасаввурга эга бўлишидир. Мавҳум боланинг хатти-ҳаракатларида ишончсизлик намоён бўлади.

б) Жисмоний ташқи аломатлар кўринишида, кичик мактаб ёшидаги тортинчоқ болалар қўйидаги ҳолатларни ҳис қилади; пульси тезлашади,

юракнинг қаттиқ уриши, терлаш ҳолати, қорин қисмларида оғриқни ҳис қилади. Бироқ бундай таъсирланишлар, биз кучли ҳиссиётларни бошдан кечирганимизда руй беради.

Тортинчоқлик ҳиссини бошдан кечираётган бола юз қисмининг қизариб кетиши ташқи аломатнинг илк белгисидир. Тортинчоқликни ҳис қилмайдиган болалар бундай ҳолатларни енгил қабул қилади, аммо тортинчоқ болалар айнан ўзида содир бўлаётган физиологик ҳолатига кўпроқ диққатини қаратади.

в) Тортинчоқ боланинг энг диққатга сазовор хусусияти - ўзини ноқулай ҳис қилиши. Ноқулайлик - бу ўзининг ички ҳолатидан қайғуриш оқибатидаги ташқи кўринишдир. Ноқулайлик ҳисси жамоа орасида ва ўзи ёлғиз қолган пайтда ҳам намоён бўлиши мумкин. Баъзида ноқулайлик ва ҳижолат чекишининг ўзи ҳам тортинчоқликни келтириб чиқаради. Улар бундай ҳолатларни фақат салбий томонларини ўйлаб, узоқ вақт сиқилиб юришади.

Болаларга нотаниш инсонлар билан танишиш ва муносабат ўрнатишга, ўз ҳақ-ҳуқуқларини, ўз шахсий фикр мулоҳазаларини гапиришга, болани одамови бўлиб шаклланишига, ортиқча ўз ҳаракатларидан ташвишланишга тортинчоқликнинг ҳам таъсири катта.²

Тортинчоқлик келиб чиқишининг асосий омилларидан бири, боланинг ўз-ўзига қандай баҳо беришига ҳам боғлиқ. Ўз-ўзига баҳо бериш - авваломбор, дастлабки вазифани бажаради. Мактаб ўқувчисининг ўқув фаолиятининг самараси яхши ўзлаштирилган билимлар ва ақлий фаолият яхши бўлиши эмас, балки ўз-ўзини баҳолаш даражасига ҳам боғлиқдир.

Бола эҳтиёжи учун керак бўлган ижобий баҳонинг баландлиги турлича бўлиши мумкин. Кимгадир унинг иши бошқаларникидан ёмон эмас дейилганда, бу уларни бемалол қаноатлантиради. Бошқалар одатий баҳодан кўра баландроқ баҳога талабгор бўладилар. Учунчилар эса, бошқа барчадан ҳам кўра баландроқ баҳога талабгор бўладилар.

Кичик мактаб ёшида болаларни ўз-ўзига баҳо бериш асосан ўқитувчининг баҳолари таъсири остида шаклланади. Бунда болалар, ўзларининг интеллектуал имкониятлари ва бошқалар уларга қандай баҳо

2. Ж. Ледлофф «Как вырасти ребёнком счастливым» Москва - 2003 й

беришига алоҳида аҳамият берадилар. Ижобий баҳони барча тан олиши болалар учун муҳимдир. Шунинг учун психолог ва педагог унинг шаклланишини кузатиб, турли хил методикалар ёрдамида мактаб ўқувчисининг ўз-ўзига баҳо бериш даражасини кузатиб бориши лозим.

Кўпгина тортинчоқ болаларга ўз хоҳишларини амалга оширишга, ўз қобилиятларини намоён қилишга тортинчоқлик ҳалақит беради. Лекин шундай болалар борки, уларни тортинчоқлик безовта қилмайди, аксинча бу ҳолат уларга маъқул келади.

Биринчи кўринишга тортинчоқлик болаларга фақат салбий таъсирларни кўрсатади. Бироқ янаям изланишлар оқибатида шу нарса маълум бўлдики, унинг ижобий томонларини ҳам кўриш мумкин экан.

«Оғир вазмин», «Жиддий», «Камсуқум», «Камтар» - каби ижобий баҳолар одатда тортинчоқ болаларга қараб берилади. Тортинчоқ болаларни ташқи томондан кузатганда, гапини ўйлаб гапирадиган, камгап, ўз хатти-ҳаракатларини назорат қиладиган, озода болалар каби ижобий таъсурот қолдиришади.

Кичик мактаб ёшидаги тортинчоқ болалар бировларни хафа қилиша олмайди. Унинг яна ижобий томони шундаки, тенгқўрлари билан муносабатда бўлаётганда уларни яхши-ёмонини фарқлай олиб, энг асосийси низоли вазиятларда улар ўзларини четга олишади, доим ўзлари билан банд бўлиб, ҳеч кимга зарарлари тегмайди.

Ўқув фаолиятида эришилган ютуқлар ва шахснинг ривожланиши ўзаро чамбарчас боғлиқдир. Буни шундай тушунтириш мумкинки, унда, бола эришган ҳамда у бажаришга интилаётган нарсалар, яъни унинг келажагининг кўринишидир.

Тортинчоқ болаларга ёрдам беришда аввало ота-оналар ўзларининг ҳулқ-атворларига эътибор беришлари лозим. Турли хил вазиятларда болага ишонган ҳолда у ёки бу вазифани мустақил бажаришга имкон яратиш керак. Арзимаган ҳодисалардан жанжал кўтариб, яқин қариндош ёки атрофдаги дўстлари орасида болага кўп танбеҳ бериш, болага катталар томонидан ортиқча талабчан бўлиш ва ўз айтганини қайсарлик билан қилдириш, бу фақатгина болани ўз-ўзига ишончининг сусайишига ва мустақил бўлишига тўсқинлик қилади.

Ҳар доим ҳам болага бошқа болаларни таққослаб, “тартибли бола”, “сендан кўра ақлли” мазмунидаги сўзларни айтиш доимий ҳолатга айланиб

қолса сиз ва фарзандингиз ўртасида яқинлик, илиқ муносабат узоқлашиб боради.

Болалар билан тўғри мулоқот кўникмаларини шакллантиришда, болаларда атрофдаги одамларга нисбатан қизиқишни уйғотиш, катталар, яъни ота-онаси билан биргаликда ўқитувчи ва тарбиячилари ҳам боланинг мулоқотига киришувчанлигини ривожлантириш учун ҳамкорликда ҳаракат қилишлари айни муддао бўлади.

Ёшлар бизнинг эртанги кунимиз, шу боис ҳам, биз мамлакатимизнинг истиқболи ёш авлод қандай тарбия топишига, ҳар жиҳатдан баркамол бўлиб, қандай маънавий фазилатлар эгаси бўлиб вояга етишига, фарзандларимизнинг ҳаётга нечоғли фаол муносабатда бўлишига, қандай олий мақсадларга хизмат қилишига боғлиқ эканини ҳамиша ёдда тутишимиз ва биз фарзандларимизнинг баркамол руҳий дунёси учун, уларнинг маънавий- ахлоқий жиҳатдан етук, жисмонан соғлом бўлиши учун доимо қайғуришимиз, курашмоғимиз зарур.