

MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARDA IJOBIY EMOTSIONAL HOLATLARNI TARKIB TOPISHI

**Termiz davlat pedagogika instituti
Psixologiya ta'lim yo'nalishi talabalari
Qodirova Mayram Ro'zmuhammadiyevna
O'roqova Sivinch Abduqahhor qizi**

Jamiyatda bola tarbiyasi ota-onalarning shaxsiy ishi bo'lmay, balki ularning ijtimoiy vazifasidir. Ota-onalar o'z bolalarining tarbiyasi uchun jamiyat oldida javobgardirlar. Shaxsning qadr-qimmatini uning jamiyatga keltiradigan foydasi bilan baholanadi. Ota-onalar o'z bolalarining asosiy tarbiyachilari hisoblanadilar. Shuning uchun ular farzandlarini o'z xalqining eng yaxshi urf-odatlarini va oilaviy an'analarini ruhida olijanob fazilatli, bilimdon, madaniyatli shaxs qilib tarbiyalashlari kerak.

Oila jamiyatning bo'lagi bo'lib, unda yangi inson vujudga keladi. Bu kichik ijtimoiy guruh bola uchun dastlabki hayot maktabidir. Ota-onalar bolaning birinchi o'qituvchisi va tarbiyachisidir. Psixologiyadan shaxs rivojlanishining yosh davrlari to'g'risidagi qarashlarda ham deyarli asosiy e'tibor dastlabki yosh bosqichlariga qaratilgan (L.S.Vigotskiy, D.B.El'konin, Z.Freyd). Bola tarbiyasi eng murakkab faoliyatlardan biri hisoblanadi. Agar bolani to'g'ri tarbiyalash amalga oshirilmasa, ayrim hatti-harakatlari kutilmagan ko'ngilsizliklarni keltirib chiqarishi mumkin. Bolaning oiladagi tarbiyasi bilan ta'lim-tarbiya jarayonidagi munosabatlari orasida ko'pgina tafovutlar kuzatiladi. Ayrim hollarda bolaning oilada ota-onasi tomonidan ko'rsatilayotgan ortiqcha hayrihohlik, erkalashlar, uning hohish istagiga ko'ra talablarini qondirishlari atrofdagi tengdoshlari bilan munosabatlarida tafovutlarga olib kelayotganligi amaliyoti kuzatilmoqda.

Oilada qat'iy intizom va kun tartibining bo'lishi bolalar tarbiyasiga ijobiy ta'sir qiladi. Farzandlarning bilim olishdagi yutuq'i, ahloqi, salomatlik darajasi ko'p jihatdan oilada qaror toptirilgan rejimga bog'liq. Ota-onaning ibratini, bu rejimga oqilona amal qilib namuna bo'lishlari zarur. Oila o'ziga xos tarbiya o'chog'idir. Bundan mehnat asosiy o'rin egallaydi. Farzandlar ota-onadan mehnat qilishga mustaqillikka, shaxslararo ibratli munosabatga o'rganadi.

Emotsiyalar har bir inson hayotida juda muhim rol o'ynaydi, ular hayotning barcha jabhalariga ta'sir qiladi: odamlar bilan munosabatlarga, o'qishga, ishlashga, dunyoga va o'ziga munosabatiga, shuning uchun o'z his -tuyg'ularingizni tushunish va ularga dosh bera bilish juda muhimdir. Bolaning hissiy sohasini rivojlantirishga yordam

berish uchun, birinchi navbatda, ota-ona bolaga qanday his-tuyg'ular borligini va nima uchun kerakligini aytib berishlari kerak.

Har bir kattalar kuchli his-tuyg'ular bilan kurashishning turli usullariga ega (g'azab, qo'rquv, g'azab va boshqalar). Ota-onalarning vazifasi-bu usullarni bolalari bilan bo'lishishdan iboratdir. Ota -onalar alohida e'tibor berishlari kerak bo'lgan uchinchi nuqta - bolaning barcha his-tuyg'ularini boshdan kechirish huquqini tan olishdan iboratdir.

Emotsiyalar- bu bola rivojlanishining muhim tarkibiy qismi, uning atrofdagi dunyoga moslashishi, jamiyat a'zosi sifatida shakllanishi, ota -onalar bolani bu oddiy his -tuyg'ular dunyosi bilan tanishtira oladigan birinchi odamlardir.

Emotsiyalar va his -tuyg'ular ko'pincha sinonim sifatida ishlatiladi va mavjud yoki mumkin bo'lgan vaziyatlarga sub'ektiv baholovchi munosabatni aks ettiruvchi psixologik jarayon sifatida tavsiflanadi.

Ko'pgina tadqiqotchilar hissiyotlarni salbiy, ijobiy va neytralga ajratadilar. Salbiy his -tuyg'ular ba'zida "foydali" jihatidan ijobiy his -tuyg'ulardan oshib ketadi, chunki ular bizga muhim ma'lumotlarni beradi. Masalan, qo'rquv bizga o'zini saqlab qolish va omon qolishning asosi bo'lgan tahdid, xavf haqida aytadi.

Maktabgacha yosh - bu inson hayotining juda qisqa davri. Shuning uchun, hozirgi vaqtda shaxsiyat uchun yaxshi poydevor qo'yish juda muhimdir. Bu asoslardan biri hissiy sohadir. Maktabgacha yoshdagi bolalar bilan ishlash tajribasi shuni ko'rsatadiki, bolalarni hissiyotlar bilan tanishtirishni to'rt yoshidan boshlash mumkin. Bolalar kerakli tushunchalarni o'rganadilar, ularning so'z boyligi his -tuyg'ularni bildiruvchi so'zlar bilan to'ldiriladi. Zamonaviy bolaning muammosi shundaki, hissiy sohaning etarlicha rivojlanmaganligi, ya'ni bolalar boshqa odamlarning his-tuyg'ulari va holatlariga qanday javob berishni bilmaydilar, ular ko'p narsalarga etarli darajada munosabat bildirmaydilar. Hozirgi vaqtda bolalarning eng yaxshi do'stlari - bu televizor va kompyuter, smartfon va planshet bo'lib, ularning sevimli mashg'ulotlari - multfilmlarni tomosha qilish va kompyuter o'yinlarini o'ynashdan iborat bo'lib qolmoqda. Bu bolalarning kattalar bilan ham, tengdoshlari bilan ham kam muloqot qilishiga olib keladi. Maktabgacha yoshdagi bolalar boshqalarga befarq, ular o'z his -tuyg'ularini qanday boshqarishni bilishmaydi. Ammo hammamiz bilamizki, muloqot hayotni ancha boyitadi, uni yanada yorqin va qiziqarli qiladi.

Maktabgacha yoshdagi bolada hamdardlikni shakllantirish-bu muvaffaqiyatli o'qish, oson sotsializatsiya va muammosiz muloqotning kalitidir. Shuning uchun biz ota -onalarga tavsiyalar beramiz: bolaning intellektual, muloqot, kognitiv, ijodiy va jismoniy qobiliyatlarini rivojlantirish bilan birga empatiya rivojlanishiga e'tibor qaratish lozim. Buning uchun ular iloji boricha o'z farzandlari bilan vaqt o'tkazib, gadjetlarga ko'milishiga ruxsat bermasliklari kerak. Ota-onalar bolalarning

muammolarini yakka o'zi hal qilishlari mutlaqo mumkin emasligini tushunishlari juda muhim va kattalarning yordami bilan ular ba'zida mo'jizalar yaratishga qodir.

Ijodiy faoliyatda bolaga o'z fikrini bildirish, dunyoga o'z nuqtai nazarini ko'rsatish osonroq bo'ladi. Chin yurakdan quvonish, odamlarning his -tuyg'ulari va hissiy holatlarini tushunish, o'z xohish -istaklarini aniq ifoda etish va odamlar bilan muloqot qilish qobiliyati - bularning barchasi bolaning hissiy sohasi qanday rivojlanganiga bog'liq.

O'tkazilgan metodikalar natijalarini tahlil qilish orqali shu narsaga guvoh bo'lishimiz mumkinki, maktabgacha yoshdagi bolalarning emotsional holatini o'rgangandan so'ng, barcha maktabgacha yoshdagi bolalarda emotsional holatlar yuqori darajada emasligini ko'rdik.

Maktabgacha yoshdagi bolalar bilan o'tkazilgan metodikalar tahlili shuni ko'rsatmoqdaki, bolalarda hayratlanish, ajablanish kabi emotsional holatlar ko'zga tashlanmadi ayrim bolalar mazkur emotsional holatni to'g'ri ifodalay olmadilar. Zero, har bir bolaning o'ziga xos hissiy holati bor. Tashxis qo'ygandan so'ng, biz har bir bolada yuqorida tavsiflangan bir yoki bir nechta parametrlarda og'ish borligini qayd etdik. Psixo-emotsional stressning oldini olish, hissiy holatlarni optimallashtirish, maktabgacha yoshdagi bolalarga hamdardlik va hamdardlik bildirish qobiliyati eng muhim muammolardan biri bo'lib qolmoqda.

Emotsiyalar haqida juda ko'p turli xil fikrlar mavjud - ba'zi olimlar his-tuyg'ularning xatti-harakatga aloqasi yo'qligini ta'kidlaydilar. Biz emotsiyalar insonning asosiy motivatsion tizimini tashkil qiladi, deb hisoblaymiz. Har bir tuyg'u inson evolyutsiyasi jarayonida u yoki bu adaptiv funktsiyani bajargan. Emotsiya hodisasining har tomonlama ta'rifi fiziologik, ekspressiv va empirik tarkibiy qismlarni o'z ichiga olishi kerak. Emotsiya neyrofiziologik jarayonlar natijasida vujudga keladi, bu o'z navbatida ichki va tashqi omillar ta'sirida bo'lishi mumkin. Turli xil odamlar tomonidan ma'lum bir tuyg'ularni boshdan kechirishi va intensivligida barqaror individual farqlar mavjud va bu farqlarni "hissiy xususiyat" va "hissiy chegara" nuqtai nazaridan o'rganish va tavsiflash mumkin.

Emotsiyalar bolaning farovonligi, uning muvaffaqiyatli muloqotlari, rivojlanishi va kelajakdagi hayotining asosidir. Inson atrofidagi dunyoga his-tuyg'ular orqali munosabatda bo'ladi. Shuning uchun, o'yin usullariga ustunlik berib, har xil turdagi ta'sirlar yordamida bolaning yoshligidan hissiy sohasini rivojlantirish zarur. Emotsiyalar o'z-o'zidan rivojlanmaydi. Insonning dunyoga munosabati o'zgaradi, ular bilan birga his-tuyg'ular ham o'zgaradi. Bolani salbiy tajribalardan to'liq himoya qilish kerak emas. Bolalar faoliyatida ularning paydo bo'lishi ijobiy rol o'ynashi mumkin, bu ularni yengishga undaydi.

Tadqiqot natijasida maktabgacha yoshdagi bolalarning emotsional rivojlantirish imkoniyatlari tahlil qilindi. Maktabgacha yoshdagi bolalarning hissiy rivojlanishi - bu bolalarning shaxsiy rivojlanishi, ularning ijtimoiylashuvi va ijodiy o'zini o'zi anglashi, shaxslararo munosabatlarni madaniyat olamiga kiritish, madaniy qadriyatlarni o'zlashtirish jarayoni bilan chambarchas bog'liq bo'lgan jarayondir.

Insonning turli his-tuyg'ulari haqida asosiy ma'lumotlar bolaning hissiy rivojlanishi uchun muhimdir. Tadqiqot shuni ko'rsatdiki, barcha bolalarda ham yuqori darajadagi hissiy holat mavjud emas, bu bizning holatlarimizda, yoshga ko'ra, uchta parametрни rivojlantiradi:

- hissiy holatlarni ifodalash xususiyatlarini aniqlash qobiliyati;
- boshqa odamlarning hissiy holatlarini farqlash va adekvat talqin qilish;
- oddiy va murakkab his-tuyg'ularni tan olish qobiliyati.

Bolaning moslashuvining birinchi bosqichida quyidagi jarayonlarni amalga oshirish kerak bo'ladi:

- bola bilan hissiy aloqa o'rnatish, uni atrofida sodir bo'latgan voqealarga jalb etish;
- bolaga bolalar guruhida ijobiy hissiy kayfiyatni yaratish;
- guruhda iliq hissiy muhitni yaratish;
- bolalarda ijobiy munosabatni shakllantirish;

Keyingi vaqt davomida bolalarning hayotini tashkil etish jarayonida:

- guruhda hissiy havfsiz muhitni yaratish;
- bolada ijobiy o'z-o'zini imijini shakllantirish;
- bolalarda o'yin o'ynash davomida yuzaga keladigan hissiy ko'nikmalarni rag'batlantirish;
- bolalarda kattalarning yuz ifodalari, imo-ishoralariga e'tibor berish qobiliyatini rivojlantirish;
- kattalar bilan birgalikdagi faoliyatga intilish va tayyorgarlikni kuchaytirish;
- bolalarni bir-biriga ismlarini aytib murojaat qilishga, salomlashishga, xayrlashishga.

Hamdardlik bildirishga o'rgatish;

-bolalarda ularning hissiy holatini aks ettirish uchun harakatlarda ifodali ko'nikma va qobiliyatni rivojlantirish; Atrof-muhitning hissiy faollashtiruvchi komponentlari hissiy holatlarning faollashishi yangi g'ayrioddiy voqea-hodisalar sodir bo'lganda yuzaga keladi. Ko'pincha bolalarning emotsional tajribalarini fvaollashtirish o'yin faoliyatida sodir bo'ladi. O'yin maktabgacha yoshdagi bolaning yetakchi faoliyatidir. Aynan shu faoliyatda oddiydan eng murakkabgacha bo'lgan aqliy jarayonlar faol shakllanadi yoki qayta quriladi, bu yerda tasavvur ijodkorlikning psixologik asosi sifatida rivojlanadi, sub'ektни yangi narsalarni yaratishga qodir qiladi. O'yin boshqa turdagi faoliyat uchun asos yaratadi. Shunday qilib, bolaning shaxs sifatida rivojlanishining har bir bosqichida

to'liq yakunlanishi kerak. Bu esa emotsional rivojlanishning keyingi bosqichi uchun fundamental asos yaratishi kerak bo'ladi. Yoqoridagilardan kelib chiqib bir qator tavsiyalar ishlab chiqildi:

1. Odam atrofdagi dunyoga his-tuyg'ular orqali munosabatda bo'ladi. Ular kayfiyat, temperament, shaxsiyat, xarakter va motivatsiya bilan chambarchas bog'langan quvonch, qayg'u, zavqlanish, qo'rquv, g'urur va hokazo tuyg'ularni tasvirlab, hayotga rang qo'shadi.

2. Tuyg'ular ruhiy holat bo'lib, tanadagi kimyoviy o'zgarishlar tufayli yuzaga keladi, ko'pincha bizning xatti-harakatlarimiz va shartli harakatlarimizni belgilaydi. Ular bizni faoliyatning barcha sohalarida va hissiy tajribada kuzatib boradilar. Tuyg'ular tufayli, inson o'z ehtiyojlari va ular yo'naltirilgan ob'ektlarni biladi.

3. Agar kattalar his -tuyg'ularni to'g'ri ifoda eta oladigan va boshqara oladigan bo'lsalar, chaqaloq buni his qilib, turli xil hissiy reaksiyalar hajmini asta -sekin oshirib borishi kerak. Shuning uchun ota-onalar bolaligidanoq turli xil ta'sir turlari yordamida bolaning his-tuyg'ularini rivojlantirishga vaqt ajratishlari, o'yin usullariga ustunlik berishlari muhimdir.

4. Tug'ilgandan boshlab, chaqaloq eng oddiy his -tuyg'ularga ega. Shunday qilib, yig'lab, bola ota-onasiga organik ehtiyojlari, e'tibor etishmasligi, bezovtalik haqida signal beradi; bolaning tabassumi quvonchni, farovonlikni ifodalaydi. Bolaning ijobiy his-tuyg'ulari asta -sekin o'yin va qidiruv xatti -harakatlari orqali rivojlanadi.

5. Erta yoshdagi hissiyotlarning manbai - bu boshqalar bilan, birinchi navbatda ota-onalar, o'yinchoqlar, kuylar, multfilmlar, kitoblar, hayvonlar va boshqalar bilan muloqot jarayonida o'z aksini topadi. Va bu yoshda bolada ijobiy his -tuyg'ularni uyg'otish juda muhimdir. Bola istalgan narsaga erishish yoki istalmaganlarga norozilik bildirish uchun yig'lash shaklida salbiy his -tuyg'ularni ishlatishni juda tez o'rganadi.

6. Bolani yurish, gapirish va o'ziga xizmat qilishni o'rganish singari, o'z emotsiyalarini ifoda etishga, tan olishga, boshqarishga o'rgatish muhimdir. Bolaning hissiyotini rivojlantirish va tarbiyalash bolaning his -tuyg'ularini bostirish emas, balki ularni to'g'ri yo'nalishga yo'naltirishdir.

7. Agar maktabgacha yoshdagi bolaning hissiy tarbiyasiga etarlicha e'tibor berilmasa, u o'z his -tuyg'ularini to'g'ri ifoda etishni o'rganmaydi: quvonch, ajablanish, qayg'u, g'azab, o'z his -tuyg'ularini boshqalar bilan bo'lishish. Bu holat esa bir qator to'siqlarni vujudga keltiradi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Vohidov M. Bolalar psixologiyasi. Toshkent, 1982.
2. Davletshin M.A " Pedagogik va yosh davrlari psixologiyasi Toshkent 1987.
3. Фозиев Э.Ф Онтогенез психологияси Тошкент 2010
4. Абраменкова, В. В. Социальная психология детства: развитие

отношений ребенка в детской субкультуре [Текст] / В. В. Абраменкова. – М. Воронеж, 2000. – 256 с.

5. Алексеева, Е. Е. Психологические проблемы детей дошкольного возраста. Как помочь ребенку? [Текст] / Е. Е. Алексеева. – М.: Сфера, 2008.