

PSYCHOLOGICAL METHODS OF PREVENTING VIOLENCE IN SCHOOLS

Kambarova Madinabonu Alisher qizi

Psychologist of school No. 29, Fergana city,

Umarova Gulnora Adhamovna

Fergana city

No. 41 is a general course in which certain sciences are taught in depth
educational school psychologist

Annotation: The article describes the psychological methods of preventing violence in schools and the preventive measures of practicing psychologists. It is also explained that the basis of radical reforms in our country today is the fight against violence.

Keywords: School, violence, violence, psychological, methods, teen, girl, women, victim, reform.

MAKTABLARDA ZO'RAVONLIKNI OLDINI OLISHNING PSIXOLOGIK USULLARI

Kambarova Madinabonu Alisher qizi

Farg'ona shahar 29 sonli maktab psixologi ,

Umarova Gulnora Adhamovna Farg'ona shahar

41 sonli ayrim fanlar chuqurlashtirib o'rgatiladigan umumiy o'tra
ta'lim maktabi psixologi

Annotatsiya: Maqolada maktablarda zo'ravonlikni oldini olishning psixologik usullari borasida va amaliyotchi psixologlarning profilaktik ushlar yoritib berilgan .Bugungi kunda mamlakatimizdagi tub islohotlarning negizi aynan zo'ravonlikga qarshi kurashish ekanligi ham tushuntirib o'tilgan .

Kalit so'zlar: Maktab , zo'rlik , zo'ravonlik , psixologik, usullar , o'smir , qiz , ayollar , qurbon , islohot .

Mamlakatimizda mustaqilik sharofati ila islohotlar tub burilish yasanligi bugun barchaga birdek ayon bo'lgan haqiqatlardan biri. Yana shu haqiqat ham mavjudki yurtimizda zo'ravonlikka qarshi kurashish , uni oldini olish , yosh avlodni sog'lom fikrli qilib tarbiyalashga juda katta etibor berilgani va berilayotgani ham ayni haqiqatdir . Bu borada ayniqsa maktablarda o'smirlik yoshidagi o'quvchilarda salmoqli ishlar oibborilmoqda , ularga tushunchalar berilmoqda . Statistika ma'lumotlariga qaraganda zo'ravonlik qurbonlari aynan yoshlar , ayollar va qizlar ekanligi malum. Buni odini oish esa psixolog kadrlardan talab etiladi.

Zo'rovonlik qurbonlari uchun eshitilgan salbiy xabarlarni takrorlash uchun, ba'zan esa buni amalga oshirmayotganlarini anglamayapti. Masalan, ular har safar xato qilsalar, "men judayam axmoqman" deb aytishadi. Yoki, ular har doim ko'zguga qarashsa, "men bunday yana ish qilmayman " deb aytishadi. Bunday holatlar sodir bo'lganda, qurbonlar o'zlari yoki ular haqida aytilgan xabarlarni ichki holatga keltiradilar.

Darhaqiqat, ular bu xabarlarni yolg'onchilardan ko'p marta eshitishdi, ular ko'pincha ular haqiqat deb hisoblaydilar va ularni o'zlariga takrorlaydilar. Natijada o'smirlar ushbu salbiy xabarlarga ijobiy ta'sirlar bilan qanday qarshi kurashishni o'rgatishlari juda muhimdir. Ijobiy tasdiqlarning foydasi Buning eng yaxshi usullaridan biri ijobiy tasdiqlar bilan amalga oshiriladi. Musbat tasdiqlar bolalarning o'zlariga takror aytadigan ijobiy xabarlari. Ushbu bayonotlar o'smirlar o'zlarining miyalarini va ularning fikrlash usullarini shafqatsiz munosabatda bo'lganidan keyin qayta tarbiyalashga yordam beradi. Maqsad, ijobiy fikrlashning avtomatlashuvi bo'lib, salbiy so'zlar kamroq bo'ladi.

Maqsad, sizning o'smiringiz hayotida qanday ko'rinishni xohlashi haqida ijobiy fikrlarni bayon etishni o'rganadi va ularni qayta-qayta takrorlaydi, shunda ularning fikrlash jarayonlari tarkibiga kiradi. Oxir-oqibat, bu so'zlar o'zini va uning atrofini qanday ko'rganini aniqlashi kerak. Yoshlar uchun ijobiy tasavvurlarni yaratish uchun maslahatlar . O'zingizning ijobiy tasdiqlaringiz bilan o'smiringa yordam berish uchun quyidagi beshta ko'rsatmani qo'llang.

O'zingizning maqsadlaringizni tekshirish uchun o'smiringa rag'batlantiring . Uning hayotida qanday bo'lishini istayotganini o'ylab ko'rishni so'rang. Demak, u nima qilishni istayotganini, shu jumladan u erga borish kerak, deb hisoblaydigan xatti-harakati, munosabati va xususiyatlarini aniqlashi kerak. Misol uchun, ehtimol, u bir guruh o'rta qizlar tomonidan qo'rqitilgan bo'lishi mumkin va u o'z ijtimoiy doirasini kengaytirishi yoki ijtimoiy ko'nikmalarini oshirishi mumkin. Ehtimol, u o'zini hurmat qilayotganini sezadi, shuning uchun u o'zini yaxshi his qilish uchun qadamlar qo'yishni istaydi. Ehtimol, u sportda zo'rovonlikni boshdan kechirgan bo'lishi mumkin va u erda o'z tajribasini o'zgartirmoqchi. Qanday tajribaga ega bo'lmasin, aniq belgilangan maqsadlarga ega bo'lish unga uning hayoti va uning holatining traektoriyasini o'zgartirishga yordam beradi. Yoshlaringizning so'zlarini yaratishga yordam bering. O'smiringiz hayotida o'zgacha bo'lishni xohlagan narsani tan olganidan paydo bo'lgan bo'lishi mumkin. Yoshlaringizning so'zlarini yaratishga yordam bering. O'smiringiz hayotida o'zgacha bo'lishni xohlagan narsani tan olganidan so'ng, u bu fikrlarni bir necha oddiy bayonotga qo'yishni talab qiladi. U so'zlarni gapirishi kerak, xuddi ular haqiqatan ham haqiqatdek emas, balki umid qiladigan narsa emas. Misol uchun, tasdiqlash shunday bo'lishi mumkin: "Men har kuni maktabga yanada ko'proq aloqador deb o'ylayman". Bu so'zlar: "Men o'zimning ijtimoiy doiramni kengaytirishni xohlayman" degani yaxshiroqdir. Fikringiz shundaki, u sizning ongoringizning ongiga aql-idrokni dasturlarga ishonish uchun dasturlashadi. Shunday qilib, bu maqsadlarni amalga oshirishga yordam beradi. Esingizda bo'lsa, sizning o'smiringa nimadir qilishni xohlaydi, istaklarning ro'yxatini ifodalaydi. Bolangizning so'zlari ijobiy ekanligiga ishonch hosil qiling . Buning ma'nosi shuki, sizning o'smiringiz nima bo'lishini xohlamaganiga emas, balki u nimani xohlashiga diqqat qilish kerak. Masalan, o'smiringa sog'lom turmush tarzini rivojlantirmoqchi bo'lsa, chunki u og'irlikdan chalg'itadigan qurboni bo'lgan bo'lsa, u «Men yog'ni his qilishni xohlamayman» yoki «yog'ni his qilmayman» kabi narsalardan qochish kerak. Aksincha, u: "Men o'zimni sog'lom his qilyapman", deb aytishi kerak.

Foydalangan adabiyotlar ro'yxati

1. М. Р. Давлетшин ва бошқалар. Ёш даврлари ва педагогик психология. Ўқув методик қўлланма. Тошкент. Шарқ. 2006. 139 бет.
2. ("Форобий Рухий процесслар ва таълим-тарбия тўғрисида". Т.:1967.,Б-51)
3. Рогов. Е.И. Настольная книга практического психолога. М.: 2004 г.451стр.
4. Каримова В.М, Холйигитова Н.Х. Психология. Ўқув қўлланма. Тошкент-"Иқтисодиёт" – 2014. 41 б.
5. Jalolova, Mohinur. "SENSORY DEVELOPMENT IN PRESCHOOL AGE." Archive of Conferences. Vol. 25. No. 1. 2021.
6. Djalolova, Moxinur, and Sherali Omonov. "Development of creative thinking in children." Proceedings of The ICECRS 4 (2019).