

KICHIK MAKTAB YOSHIDAGI BOLANING MAKTABGA MOSLASHISHI MUAMMOSI VA UNING PSIXOLOGIK-PEDAGOGIK YECHIMLARI

Salomova Nazira Agzamovna

Toshkent Kimyo xalqaro universiteti Samarqand filiali
psixologiya yo'nalishi magistratura talabasi

Annotatsiya: Ushbu tezis ishida kichik maktab yoshidagi bolalarning maktabga moslashish (adaptatsiya) muammolari, ularning psixologik-pedagogik jihatlari va yechim yo'llari tahlil qilingan. Moslashish jarayonining fiziologik, psixologik va ijtimoiy komponentlari, dezadaptatsiya belgilari hamda ularning kelib chiqish sabablari (oilaviy, pedagogik, individual omillar) ko'rib chiqilgan. Bolalarning maktabga muvaffaqiyatli moslashishini ta'minlash uchun o'yin texnologiyalari, individual yondashuv, psixologik qo'llab-quvvatlash va oila-maktab hamkorligiga asoslangan samarali mexanizmlar taklif etilgan.

Kalit so'zlar: maktabga moslashish, adaptatsiya, kichik maktab yoshi, psixologik tayyorgarlik, o'quv faoliyati, ijtimoiy ko'nikmalar

KIRISH: Bolaning hayotida maktabga qadam qo'yishi nafaqat ta'lim olish jarayonining boshlanishi, balki uning ijtimoiy rivojlanishidagi eng muhim burilish nuqtalaridan biridir. Kichik maktab yoshi (6-7 yoshdan 10-11 yoshgacha) bolaning psixik faoliyatida sifat jihatidan yangi bosqich hisoblanadi. Bu davrda bola "o'quvchi" sifatida yangijamiyatdagi o'rnini anglay boshlaydi, yangi majburiyatlar va mas'uliyatni zimmasiga oladi. Biroq, bog'cha yoki oila muhitidan farqli o'laroq, maktab muhiti qat'iy tartib-intizom, muntazam aqliy yuklamalar va tengdoshlar bilan murakkabroq munosabatlarni talab qiladi. Aynan shu o'zgarishlar bolada "maktabga moslashish" (adaptatsiya) jarayonini keltirib chiqaradi.

Moslashish – bu organizmning o‘zgaruvchan tashqi muhit sharoitlariga ko‘nikishi, muvozanatni saqlashga intilishidir. Maktabga moslashish esa nafaqat fiziologik, balki psixologik, ijtimoiy va pedagogik jihatlarni o‘z ichiga olgan kompleks jarayondir. Agar bu jarayon muvaffaqiyatli kechmasa, bolada maktab nevrotik holatlari, o‘qishga bo‘lgan qiziqishning pasayishi, xulq-atvor buzilishlari va hatto somatik kasalliklar kuchayishi kuzatilishi mumkin. Shu sababli, kichik maktab yoshidagi bolalarning maktabga moslashish muammolarini chuqur o‘rganish, ularning sabablarini aniqlash va samarali psixologik-pedagogik yordam ko‘rsatish mexanizmlarini ishlab chiqish zamonaviy ta’lim tizimining dolzarb vazifalaridan biri hisoblanadi.

Ushbu tezis ishi O‘zbekiston Respublikasida ta’lim sohasida amalga oshirilayotgan islohotlar, xususan, boshlang‘ich ta’lim sifatini oshirish va bolalarning psixologik salomatligini saqlashga qaratilgan davlat siyosatiga asoslangan holda tayyorlandi. Ishda maktabga moslashishning nazariy asoslari, moslashish davridagi qiyinchiliklar, ularning kelib chiqish sabablari va pedagoglar hamda ota-onalar tomonidan qo‘llanilishi lozim bo‘lgan tavsiyalar yoritilgan.

Psixologik adabiyotlarda "moslashish" (adaptatsiya) tushunchasi turlicha talqin qilinadi. Umumpsixologik nuqtai nazardan, adaptatsiya – bu individning atrof-muhit sharoitlariga moslashuvi, uning biologik va ijtimoiy ehtiyojlarini qondirish yo‘llarini topish jarayonidir[1]. Kichik maktab yoshidagi bolalar uchun bu jarayon ayniqsa og‘ir kechadi, chunki ularning nerv sistemasi hali to‘liq shakllanmagan bo‘lib, kuchli ta’sirlarga nisbatan sezgir hisoblanadi.

Maktabga moslashish jarayoni uchta asosiy komponentni o‘z ichiga oladi:

1. Fiziologik moslashish: Bolaning yangi kun tartibi, jismoniy va aqliy yuklamalarga ko‘nikishi. Bu davrda bolaning uyqu rejimi, ishtahasi, charchoq darajasi o‘zgarishi mumkin. Organizmning immuniteti vaqtincha pasayishi kuzatilishi tabiiy hol bo‘lib, bu stress omiliga javob reaksiyasidir.

2. Psixologik moslashish: Bolaning yangi ijtimoiy rol – "o‘quvchi" rolini qabul qilishi. Bu yerda motivatsion tayyorgarlik muhim rol o‘ynaydi. Agar bolaning maktabga

borishdagi asosiy motivi o'yin-kulgi yoki yangi sumka olish kabi tashqi omillar bo'lsa, uzoq muddatli o'qish faoliyatiga qiziqish tez so'nishi mumkin. Haqiqiy "o'quvchi pozitsiyasi" shakllanishi uchun bola bilim olish jarayonining o'zidan zavq olishni, qiyinchiliklarni yengishni o'rganishi kerak.

3. Ijtimoiy moslashish: Sinfdoshlar va o'qituvchi bilan munosabatlarni o'rnatish. Bola jamoa ichida o'z o'rnini topishi, tengdoshlari bilan hamkorlik qilish, nizolarni hal etish ko'nikmalarini egallashi zarur. O'qituvchi bilan munosabatlar esa bolaning maktabga bo'lgan ishonchini belgilaydi.

L.S. Vygotskiyning madaniy-tarixiy nazariyasiga ko'ra, kichik maktab yoshida bolaning yetakchi faoliyati o'yindan o'quv faoliyatiga o'tadi. Bu o'tish davri "krizis" deb ataladi va u bolaning ongi, irodasi va xulq-atvorida tub o'zgarishlarni talab qiladi[2]. Moslashish muvaffaqiyatli bo'lishi uchun bola ichki pozitsiyasini o'zgartirishi, ya'ni o'z xohish-istaklarini jamoa qoidalariga bo'ysundira olishi kerak.

Amaliy kuzatishlar shuni ko'rsatadiki, har bir bola maktabga har xil darajada moslashadi. Psixologlar odatda moslashishning uchta darajasini ajratadilar: yuqori (muammosiz), o'rta (qisman qiyinchiliklar bilan) va past (dezadaptatsiya). Past darajadagi moslashish yoki dezadaptatsiya quyidagi muammolar orqali namoyon bo'ladi:

A) O'quv faoliyatidagi qiyinchiliklar:

Ba'zi bolalar darsda diqqatni jamlay olmaydilar, o'qituvchining topshiriqlarini tushunishda qiynaladilar yoki ularni bajarishga ulgurmaydilar. Bu holat ko'pincha maktabgacha ta'lim davrida yetarli darajada tayyorgarlik ko'rmaganlik, nutq rivojlanishidagi kamchiliklar yoki kognitiv funksiyalarning (xotira, fikrlash) sekin shakllanishi bilan bog'liq. Natijada bola o'ziga bo'lgan ishonchni yo'qotadi, "men lolman", "men uddalay olmayman" degan fikrga keladi. Bu esa o'qish motivatsiyasining keskin pasayishiga olib keladi.

B) Xulq-atvor buzilishlari:

Moslashish qiyin kechayotgan bolalarda agressivlik, injiqlik, yig'loqilik yoki aksincha, haddan tashqari tortinchoqlik va izolyatsiya kuzatilishi mumkin. Ba'zi bolalar

sinfdozlariga nisbatan tajovuzkor bo'lib, ular bilan urishishga, buyumlarni sindirishga moyil bo'ladilar. Boshqalari esa jamoadan ajralib qolishadi, darsda javob berishdan qo'rqishadi, o'qituvchi bilan ko'zma-ko'z kelishdan qochishadi. Bunday xulq-atvor bolaning ichki stressini tashqariga chiqarish usuli sifatida namoyon bo'ladi.

C) Psixosomatik reaksiyalar:

Stress holati bolaning fizik sog'ligiga bevosita ta'sir qiladi. Maktabga borish arafasida yoki darslardan keyin bolalarda bosh og'rig'i, qorin og'rig'i, ko'ngil aynishi, isitma ko'tarilishi kabi alomatlar paydo bo'lishi mumkin. Tibbiy tekshiruvlarda esa hech qanday jiddiy kasallik aniqlanmasligi mumkin. Bu holat "maktab nevrozi" deb atalib, bolaning maktab muhitidan qochish instinkti sifatida namoyon bo'ladi[3].

D) Ijtimoiy izolatsiya:

Sinfdozlar bilan til topisha olmaslik bolada yolg'izlik hissini kuchaytiradi. Tengdoshlar tomonidan rad etilish yoki e'tiborsiz qoldirilish bolaning o'zini noqulay his qilishiga olib keladi. Bu esa keyinchalik ijtimoiy fobiya va kommunikativ ko'nikmalarning rivojlanmasligiga sabab bo'lishi mumkin.

Maktabga moslashish muammolari bitta omil bilan emas, balki bir qator ichki va tashqi omillarning o'zaro ta'siri natijasida yuzaga keladi. Ularni quyidagi guruhlariga bo'lish mumkin:

1. Oilaviy omillar:

Ota-onalarning bolaga bo'lgan munosabati moslashish jarayoniga hal qiluvchi ta'sir ko'rsatadi. Giperopeka (haddan tashqari g'amxo'rlik) qiluvchi ota-onalar bolaning mustaqilligini cheklab qo'yadilar. Bunday bolalar maktabda o'qituvchidan doimiy yordam kutadilar, o'z qarorlarini qabul qila olmaydilar. Aksincha, e'tiborsiz qoldirilgan bolalar esa o'zlarini himoyasiz his qiladilar va maktabda qo'llab-quvvatlovchi kuch yetishmovchiligini sezadilar. Shuningdek, oiladagi nizolar, ota-onalarning ajralishi yoki moddiy qiyinchiliklar bolaning ruhiy holatiga salbiy ta'sir ko'rsatib, maktabga konsentratsiya qilishini qiyinlashtiradi.

2. Maktabgacha tayyorgarlik darajasi:

Bolaning maktabga psixologik tayyorligi uning intellektual rivojlanishi bilan cheklanib qolmasligi kerak. Ko'p hollarda ota-onalar bolani faqat o'qish, yozish va hisoblashga o'rgatishga e'tibor qaratadilar, ammo uning irodaviy sifatlari, diqqat barqarorligi va ijtimoiy ko'nikmalariga e'tibor bermaydilar. Natijada, bola bilimli bo'lsa-da, darsda o'tirish, navbat kutish, topshiriqni oxirigacha bajarish kabi oddiy talablarga dosh bera olmaydi.

3. Pedagogik omillar:

O'qituvchining kasbiy mahorati va shaxsiy xususiyatlari ham muhim rol o'ynaydi. Qattiqqo'l, talabchan, lekin empatiyasi past bo'lgan o'qituvchi bolalarda qo'rquv va stressni kuchaytirishi mumkin. Aksincha, mehribon, har bir bolaning individual xususiyatlarini hisobga oluvchi o'qituvchi moslashish jarayonini yengillashtiradi. Darslarning monotonligi, o'yin elementlarining yetishmasligi ham kichik yoshdagi bolalarning zerikishiga va darsdan sovishiga sabab bo'ladi.

4. Individual-psixologik xususiyatlar:

Har bir bolaning temperament turi (xolerik, sanguinik, flegmatik, melanxolik) moslashish tezligiga ta'sir qiladi. Masalan, melanxolik bolalar yangi muhitga sekinroq ko'nikadilar va stressga chidamsiz bo'ladilar. Xolerik bolalar esa impulsiv harakatlari tufayli intizomiy muammolarga duch kelishlari mumkin. Bolaning sog'lig'i, asab sistemasining mustahkamligi ham moslashish davomiyligini belgilaydi[4].

Maktabga moslashish muammolarini bartaraf etish va jarayonni yengillashtirish uchun o'qituvchilar, psixologlar va ota-onalar hamkorligi zarur. Quyida samarali yondashuvlar keltirilgan:

A) O'yin texnologiyalaridan foydalanish:

Kichik maktab yoshidagi bolalar uchun o'yin hali ham yetakchi faoliyat hisoblanadi. Shu sababli, dars jarayoniga o'yin elementlarini kiritish (gamifikatsiya) bolaning qiziqishini uyg'otadi va stressni kamaytiradi. Masalan, harf o'rganishda detektiv o'yinlari, hisoblashda savdo o'yinlaridan foydalanish mumkin. O'yin orqali bola o'quv materialini erkinroq o'zlashtiradi va sinfdoshlari bilan erkin muloqot qilish imkoniyatiga ega bo'ladi.

B) Individual yondashuv va differentsiatsiya:

O'qituvchi har bir o'quvchining imkoniyatlarini hisobga olgan holda topshiriqlarni darajalab berishi kerak. Zaifroq o'quvchilarga qo'shimcha yordam ko'rsatish, ularning kichik yutuqlarini maqtash orqali o'ziga bo'lgan ishonchini oshirish muhimdir. "Muvaffaqiyat vaziyatini" yaratish – bu bolaning o'zi bajara oladigan ishni topshirish va uni olqishlash orqali unda g'alaba qozonish hissini shakllantirishdir.

C) Psixologik qo'llab-quvvatlash mashg'ulotlari:

Maktab psixologi tomonidan o'tkaziladigan maxsus treninglar bolalarga o'z his-tuyg'ularini boshqarish, tengdoshlari bilan til topishish va stressga qarshi kurashish ko'nikmalarini o'rgatadi. Masalan, "Men kimman?", "Do'stlik nima?", "G'azabni qanday nazorat qilish kerak?" mavzularidagi suhbatlar va rolli o'yinlar samarali natija beradi. Shuningdek, bolalar uchun art-terapiya (rasm chizish, loy bilan ishlash) usullari qo'llanilishi mumkin, bu esa ularga so'z bilan ifodalay olmagan hislarini tashqariga chiqarishga yordam beradi[5].

D) Ota-onalar bilan hamkorlik:

Ota-onalar bolaning maktabdagi hayoti haqida faqat baholar orqali emas, balki uning kayfiyati, do'stlari va qiziqishlari orqali ham xabardor bo'lishlari kerak. Uyda tinch va qulay muhit yaratish, bolaning kun tartibini to'g'ri tashkil qilish (uyqu, dam olish, sport bilan shug'ullanish) muhimdir. Ota-onalar bolani tanqid qilish o'rniga, uning harakatlarini qo'llab-quvvatlashlari, xatolarni o'rganish jarayoni sifatida qabul qilishga o'rgatishlari lozim. Maktab va oila o'rtasida doimiy aloqa o'rnatish, masalan, ota-onalar uchun seminar-treninglar o'tkazish orqali ularning pedagogik savodxonligini oshirish zarur.

XULOSA

Kichik maktab yoshidagi bolaning maktabga moslashishi – bu murakkab, ko'p qirrali va dinamik jarayondir. U nafaqat bolaning intellektual tayyorgarligiga, balki uning psixologik barqarorligi, ijtimoiy ko'nikmalari va atrof-muhitning (oilasi, maktab) qo'llab-quvvatlashiga bog'liq. Moslashish muammolari vaqtida aniqlanmasa va tegishli choralar

ko‘rilmasa, bu bolaning kelajakdagi ta‘lim olish faoliyatiga, shaxs shakllanishiga va ruhiy salomatligiga salbiy ta‘sir ko‘rsatishi mumkin.

Tahlillar shuni ko‘rsatadiki, moslashish jarayonini muvaffaqiyatli amalga oshirish uchun quyidagi shartlar bajarilishi kerak:

1. Bolaning maktabga psixologik va ijtimoiy tayyorgarligini ta‘minlash.
2. O‘qituvchilar tomonidan individual yondashuv va yumshoq pedagogik usullardan foydalanish.
3. Maktab psixologik xizmatining faol ishtiroki va profilaktik mashg‘ulotlar o‘tkazish.
4. Ota-onalar va maktab o‘rtasida hamkorlikning mustahkam poydevorini yaratish.

O‘zbekiston Respublikasida ta‘lim tizimini isloh qilish jarayonida boshlang‘ich sinf o‘qituvchilarining malakasini oshirish, maktabgacha ta‘lim va maktab o‘rtasidagi uzluksizlikni ta‘minlash, shuningdek, inkluziv ta‘lim prinsiplarini joriy etish orqali har bir bolaning, jumladan, maxsus ehtiyoji bor bolalarning ham maktabga muammosiz moslashishiga erishish mumkin. Kelajakda ushbu yo‘nalishdagi ilmiy tadqiqotlarni chuqurlashtirish, milliy mentalitetimizga mos keladigan moslashish modellari va diagnostika usullarini ishlab chiqish dolzarb ahamiyatga ega.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

- [1] L.S. Vygotskiy. Pedagogik psixologiya. – Toshkent: O‘qituvchi, 2018. – B. 112-115
- [2] D.B. Elkonin. Bola psixologiyasi. – Toshkent: Fan, 2020. – B. 89-94.
- [3] I.V. Dubrovina. Maktab yoshidagi bolalarning psixologik salomatligi. – Moskva: Akademiya, 2019. – B. 45-50.
- [4] O‘zbekiston Respublikasi Xalq ta‘limi vazirligi. Boshlang‘ich ta‘limda o‘quvchilarning moslashish jarayonini tashkil etish metodik qo‘llanmasi. – Toshkent, 2023. – B. 12-18
- [5] A.A. Rean. Ijtimoiy pedagogika va psixologiya. – Sankt-Peterburg: Piter, 2021. – B. 200-210.