



MAKTAB MUHITIDA O'SMIRLAR XULQ-ATVORIDAGI OG'ISHLARNI OLDINI OLIHDA PSIXOLOGIK PROFILAKTIKANING AHAMIYATI

KURBANIYAZOVA NODIRA MAXMUDOVNA

**Urganch davlar tibbiyot instituti O'zbek tili va adabiyoti, tillar kafedrası
o'qituvchisi, Urganch, O'zbekiston**

Maktab muhiti o'smirning shaxsiy rivojlanishi va ijtimoiylashuvi jarayonida muhim rol o'ynaydigan institutlardan biridir. O'quvchilar kunning katta qismini maktabda o'tkazadilar va bu yerda nafaqat bilim olish, balki ijtimoiy ko'nikmalarni egallash, tengdoshlar bilan munosabatlar o'rnatish va o'z shaxsiyatini shakllantirish jarayonlari sodir bo'ladi. Shu sababli, maktab muhiti o'smirlar xulq-atvoridagi og'ishlarni oldini olish uchun eng maqbul va samarali maydon hisoblanadi. Psixologik profilaktika esa ushbu muhitda amalga oshiriladigan tizimli va ilmiy asoslangan tadbirlar majmuasi sifatida ta'riflanishi mumkin.

Ushbu ishning maqsadi maktab muhitida o'smirlar xulq-atvoridagi og'ishlarni oldini olishda psixologik profilaktikaning ahamiyati va samarali strategiyalarini tahlil qilishdan iborat. Profilaktik ish kurativ (davolash) yondashuvga nisbatan samaraliroq va iqtisodiy jihatdan tejamkorroq ekanligi ilmiy tadqiqotlar orqali isbotlangan. Shuning uchun zamonaviy maktab psixologiyasida profilaktikaga ustuvor ahamiyat berilmoqda.

Profilaktika darajalari. Jahon tajribasida profilaktik ishlar uch darajaga bo'linadi. Birlamchi (universal) profilaktika barcha o'quvchilarga qaratilgan bo'lib, xulq-atvor muammolarining oldini olishga yo'naltirilgan. Ikki lamchi (selektiv va indikativ) profilaktika risk guruhi o'quvchilar yoki dastlabki belgilari paydo bo'lgan holatlarga qaratilgan. Uchinchi darajali profilaktika esa allaqachon shakllangan muammolarning oldini olish va qayta takrorlanishini kamaytirish maqsadida amalga oshiriladi. Samarali profilaktik tizim uchun bu uch darajaning birgalikdagi ishlab chiqilishi zarur.

Birlamchi profilaktika strategiyalari. Ijtimoiy-emotsional o'rganish (SEL) dasturlari maktablarda keng qo'llanilmoqda va yuqori samaradorlikni ko'rsatmoqda. Ushbu dasturlar o'quvchilarga o'z-o'zini anglash, emotsiyalarni boshqarish, boshqalar



bilan samarali munosabat o'rnatish, mas'uliyatli qarorlar qabul qilish va ijtimoiy muammolarni hal etish ko'nikmalarini o'rgatadi. SEL dasturlarining o'quvchilarning akademik natijalari, ijtimoiy xulq-atvori va emotsional rivojlanishiga ijobiy ta'siri ko'plab tadqiqotlarda tasdiqlangan.

Ijobiy maktab iqlimini yaratish ham birlamchi profilaktikaning muhim komponenti hisoblanadi. Xavfsiz, qo'llab-quvvatlovchi va inklyuziv maktab muhiti o'quvchilarning o'zlarini qadrlangan va qabul qilingan his qilishlariga yordam beradi. Bu esa maktabga bog'lanishni kuchaytiradi va xulq-atvor muammolarini kamaytiradi. Zo'ravonlikka qarshi dasturlar (bullying prevention programs) ham bu yo'nalishda muhim ahamiyatga ega.

Ikkilamchi profilaktika yondashuvlari. Risk guruhidagi o'quvchilarni erta aniqlash va ularga o'z vaqtida yordam ko'rsatish ikkilamchi profilaktikaning asosini tashkil etadi. Skrining dasturlari, o'qituvchilar va ota-onalarning xabardorligini oshirish, maktab psixologi tomonidan muntazam kuzatuvlar o'tkazish erta aniqlashga yordam beradi. Aniqlangan o'quvchilar uchun kichik guruh mashg'ulotlari, individual maslahat va kognitiv-bihevioristik yondashuvga asoslangan qisqa muddatli intervensiyalar samarali bo'lishi mumkin.

Mentor dasturlari va tengdoshlar qo'llab-quvvatlashi tizimi ham ikkilamchi profilaktikada muhim rol o'ynaydi. Katta yoshdagi ijobiy role modellar yoki muvaffaqiyatli tengdoshlar bilan o'rnatilgan munosabatlar risk guruhidagi o'smirlarning ijtimoiy ko'nikmalarini rivojlantiradi va ularga emotsional qo'llab-quvvatlash beradi. Tengdoshlararo mediatsiya dasturlari konfliktlarni tinch yo'lda hal etish ko'nikmalarini rivojlantirishga xizmat qiladi.

Oila bilan hamkorlik. Profilaktik ishlarning samaradorligi maktab va oilaning yaqin hamkorligiga bog'liq. Ota-onalar uchun psixologik-pedagogik ta'lim dasturlari, oilaviy maslahat xizmatlari va maktab-oila aloqalarini mustahkamlash tadbirlari profilaktik tizimning ajralmas qismi bo'lishi kerak. Ota-onalarning o'z farzandlarining emotsional va xulqiy holatini kuzatish, ular bilan sifatli vaqt o'tkazish va ijobiy tarbiya uslublarini qo'llash ko'nikmalari rivojlantirilishi zarur.

Maktab psixologining roli. Samarali profilaktik tizimda maktab psixologi markaziy o'rinni egallaydi. Psixolog nafaqat individual maslahat berish, balki profilaktik dasturlarni rejalashtirish, amalga oshirish va baholash, o'qituvchilar va ota-



onalarga konsultatsiya berish, skrining tadbirlarini o'tkazish kabi ko'p qirrali vazifalarni bajaradi. Shu bilan birga, O'zbekiston maktablarida psixologlarning yuqori ish yuklamasi va ko'pincha zarur resurslarni etishmasligi samarali profilaktik ishlarni murakkablashtirmoqda.

Madaniy moslashuv. Xorijiy tajribadan foydalanishda madaniy kontekstni hisobga olish juda muhim. G'arbiy mamlakatlarda ishlab chiqilgan dasturlarni O'zbekiston sharoitiga qo'llashda milliy qadriyatlar, oilaviy tuzilish xususiyatlari, din va an'analarning roli inobatga olinishi kerak. Mahalliy psixologlar va pedagoglar bilan hamkorlikda milliy sharoitga moslashtirilgan profilaktik dasturlarni ishlab chiqish samaradorlikni oshiradi.

Xulosalar. Maktab muhitida amalga oshiriladigan psixologik profilaktika o'smirlar xulq-atvoridagi og'ishlarni oldini olishning eng samarali usuli hisoblanadi. Birlamchi, ikkilamchi va uchinchi darajali profilaktikaning birgalikdagi tizimi, ijobiy maktab iqlimi yaratish, ijtimoiy-emotsional ko'nikmalarni rivojlantirish, oila bilan hamkorlik va evidensga asoslangan dasturlarni qo'llash asosiy yo'nalishlardir. O'zbekiston maktablari sharoitida profilaktik tizimni takomillashtirish, maktab psixologlarining malakasini oshirish va madaniy moslashtirilgan dasturlarni joriy etish dolzarb vazifalardir. Faqatgina profilaktikaga investitsiya qilish orqali kelajakda korreksion va reabilitatsion xarajatlarni sezilarli darajada kamaytirishimiz mumkin.