



YOSHLARNING TA'LIM OLISH JARAYONIDA PSIXOLOGIK TO'SIQLARNING XUSUSIYATLARI

Yulchiyeva G. Yu.

*Andijon davlat pedagogika instituti
pedagogika va psixologiya kafedrasida stajyor o'qituvchisi*

Tayanch so'zlar: psixologik to'siqlar, ta'lim, yoshlar, tashvish, o'z-o'zini hurmat qilish, tengdoshlarning bosimi, o'rganish qobiliyati, sifatli tadqiqotlar, miqdoriy tadqiqotlar.

Ключевые слова: психологические барьеры, образование, молодость, тревога, самооценка, давление со стороны сверстников, способность к обучению, качественные исследования, количественные исследования.

Key words: psychological barriers, education, youth, anxiety, self-esteem, peer pressure, learning ability, qualitative research, quantitative research.

Kirish. Yoshlarning ta'lim safariga ko'pincha turli xil psixologik to'siqlar to'siqinlik qiladi. Xavotir, o'zini past baholash, tengdoshlarning bosimi va o'qishdagi nuqsonlar sifatida namoyon bo'lishi mumkin bo'lgan bu to'siqlar ularning akademik ko'rsatkichlari va umumiy farovonligiga sezilarli ta'sir qiladi. Ushbu to'siqlarni tushunish va hal qilish inklyuziv va qo'llab-quvvatlovchi ta'lim muhitini yaratish uchun juda muhimdir. Ushbu maqola ushbu psixologik to'siqlarni chuqur o'rganishga, ularning yosh o'quvchilarga ta'sirini tahlil qilishga va o'qituvchilar va siyosatchilar uchun ushbu qiyinchiliklarni engish uchun amaliy strategiyalarni taklif qilishga qaratilgan.

Yoshlar ta'limiga ta'sir qiluvchi psixologik to'siqlar bo'yicha keng qamrovli tadqiqotlar o'tkazildi. Anksiyete va stress eng keng tarqalgan muammolardan biri bo'lib, tadqiqotlar yuqori tashvish darajasi va yomon akademik ko'rsatkichlar o'rtasidagi bevosita bog'liqlikni ko'rsatadi. O'z-o'zini hurmat qilish ham muhim rol o'ynaydi; o'zini past baholaydigan talabalar ko'pincha kamroq motivatsiyaga ega va akademik muvaffaqiyatsizlikka uchraydi. Tengdoshlarning bosimi, yana bir muhim omil, tengdoshlarning ta'siriga qarab ijobiy va salbiy natijalarga olib kelishi mumkin. Disleksiya va DEHB kabi o'qishdagi nuqsonlar ko'plab talabalar



uchun ta'lim tajribasini yanada murakkablashtiradi. Adabiyot shuni ko'rsatadiki, erta aniqlash va aralashuv ushbu to'siqlarni yumshatish uchun kalit hisoblanadi.

Muhokama va natijalar. Ushbu tadqiqot sifatli va miqdoriy tadqiqot usullarini birlashtirgan aralash usulli yondashuvdan foydalanadi. Psixologik to'siqlarning tarqalishi va ta'siri to'g'risida miqdoriy ma'lumotlarni to'plash uchun so'rovnomalar va so'rovnomalar talabalarning turli namunalariga tarqatildi. Sifatli tushunchalarni olish uchun talabalar, o'qituvchilar va psixologlar bilan chuqur suhbatlar va fokus-guruhlar o'tkazildi. Statistik tahlil tendentsiyalar va korrelyatsiyalarni aniqlash uchun ishlatilgan, tematik tahlil esa sifatli ma'lumotlarni talqin qilish uchun ishlatilgan.

Psixologlar nuqtai nazaridan, zamonaviy maktab ta'limini tashkil etishga xos bo'lgan, maktab oldiga qo'yilgan vazifalarni amalga oshirishni qiyinlashtiradigan va o'quvchilarning optimal aqliy rivojlanishiga yaxshi hissa qo'shmaydigan eng "qiyin muammolar" nima? I. Intellektual sohada mustaqil fikrlash, aqliy mehnatning texnika va usullarini ongli ravishda egallash yetarli darajada rivojlanmagan. O'rtacha, bolalarning uchdan bir qismi uchun oddiy materialni o'rganishda boshlang'ich, ammo yangi aqliy faoliyatni mustaqil ravishda o'zlashtirish katta qiyinchiliklarni keltirib chiqaradi. Bu talabalar namuna bo'yicha, tan olish darajasida harakat qiladilar, aqliy mehnatning eski usullaridan foydalanadilar va agar bu usullar mos kelmasa, ular masalaning mohiyatini mustaqil ravishda tushunish imkoniyatidan darhol voz kechadilar. Hatto materialni tahlil qilishda zarur ko'nikmalarga ega bo'lgan o'smirlarda ham, uni mustaqil ravishda o'zlashtirish istagi, qoida tariqasida, kamdan-kam hollarda kuzatiladi.

Yoshlarning ta'lim jarayonidagi psixologik to'siqlar ularning akademik ko'rsatkichlariga, ijtimoiy o'zaro aloqalariga va umumiy farovonligiga sezilarli ta'sir ko'rsatishi mumkin. Ushbu to'siqlar turli xil manbalardan kelib chiqishi va turli yo'llar bilan namoyon bo'lishi mumkin. Ta'limdagi psixologik to'siqlarning ba'zi asosiy xususiyatlari:

- Ijtimoiy tashvish: ijtimoiy muloqotdan qo'rqish o'quvchilarning sinf muhokamalarida va guruh mashg'ulotlarida qatnashishiga to'siq qilishi mumkin.
- Umumiy stress: akademik talablar, tengdoshlarning umidlari va kelajakdagi noaniqliklar bosimi surunkali stressni keltirib chiqarishi, diqqatni jamlash va o'rganishga ta'sir qilishi mumkin.

O'zini past baholash va o'ziga ishonch

- Muvaffaqiyatsizlikdan qo'rqish: xato qilishdan keng tarqalgan qo'rquv, harakat etishmasligiga va o'quv faoliyatiga jalb qilinishiga olib kelishi mumkin.



- Salbiy imidj: o'zini past baholaydigan o'quvchilar o'z qobiliyatlariga shubha qilishlari va qiyin vazifalardan qochishlari, akademik o'sishiga to'sqinlik qilishlari mumkin.

Motivatsion masalalar

- Ichki motivatsiyaning yo'qligi: o'qishga shaxsiy qiymati yoki qiziqishini topa olmagan o'quvchilar faol va g'ayratli bo'lishga intilishlari mumkin.
- Tashqi bosim: ota-onalar, o'qituvchilar yoki tengdoshlarning haddan tashqari bosimi charchashga va o'qishga chinakam qiziqishning yo'qligiga olib kelishi mumkin.

Kognitiv to'siqlar

- O'qishdagi nuqsonlar: disleksiya, DEHB va boshqa ta'lim buzilishlari kabi holatlar an'anaviy ta'lim usullariga jiddiy to'siqlar yaratishi mumkin.
- Axborotning haddan tashqari yuklanishi: katta hajmdagi ma'lumot yoki murakkab materialni qayta ishlashdagi qiyinchilik umidsizlik va ishdan chiqishga olib kelishi mumkin.

Hissiy va xulq-atvor muammolari

- Depressiya: energiya etishmasligi, umidsizlik va konsentratsiyadagi qiyinchiliklar kabi depressiya belgilari akademik ko'rsatkichlarga jiddiy ta'sir ko'rsatishi mumkin.
- Xulq-atvor muammolari: ko'pincha asosiy psixologik muammolardan kelib chiqadigan buzg'unchi xatti-harakatlar ta'sirlangan o'quvchiga ham, ularning tengdoshlariga ham xalaqit berishi mumkin.

Ijtimoiy va ekologik omillar

- Bezorilik va tengdoshlarning bosimi: salbiy ijtimoiy aloqalar izolyatsiya va akademik maqsadlardan chalg'itish hissiyotlariga olib kelishi mumkin.
- Oilaviy muammolar: uydagi muammolar, masalan, oiladagi nizolar yoki beqarorlik stressni keltirib chiqarishi va o'quvchining o'qishga e'tiborini qaratish qobiliyatini pasaytirishi mumkin.

Madaniy va ijtimoiy-iqtisodiy to'siqlar

- Madaniy farqlar: turli madaniy kelib chiqishi talabalar tushunmovchilik va noto'g'ri duch mumkin, ularning ta'lim tajribasini ta'sir.
- Iqtisodiy qiyinchiliklar: moliyaviy beqarorlik ta'lim resurslaridan, darsdan tashqari mashg'ulotlardan foydalanishni cheklab qo'yishi va o'rganishga to'sqinlik qiladigan stressni keltirib chiqarishi mumkin.

Aloqa to'siqlari

- Til to'siqlari: ona tilida so'zlashmaydiganlar tilni bilish bilan kurashishi mumkin, bu ularning topshiriqlarni tushunish va bajarish qobiliyatiga ta'sir qiladi.

- O'qituvchi va talaba munosabatlarining yomonligi: samarali muloqot va o'qituvchilar tomonidan qo'llab-quvvatlanmaslik dushman yoki foydasiz o'quv muhitini yaratishi mumkin.

Psixologik to'siqlarni hal qilish

Ushbu psixologik to'siqlarni samarali hal qilish uchun ta'lim muassasalari va o'qituvchilar:

- Qo'llab-quvvatlash xizmatlarini taqdim eting: maslahat, murabbiylik va akademik yordam talabalarga shaxsiy va akademik muammolarni engishga yordam beradi.
- Ijobiy muhitni rivojlantirish: inklyuziv, qo'llab-quvvatlovchi va maktab madaniyatini tushunish ko'plab psixologik to'siqlarni kamaytirishi mumkin.
- Tailor o'qitish usullari: o'qitish usullarini turli o'quv ehtiyojlari va imtiyozlarini qondirish uchun moslashtirish o'quvchilarning faolligi va muvaffaqiyatini oshirishi mumkin.
- Ochiq muloqotni rag'batlantirish: talabalar va o'qituvchilar o'rtasida ochiq muloqotni rivojlantirish muammolarni erta aniqlash va hal qilishga yordam beradi.

Ushbu psixologik to'siqlarni tushunish va yumshatish barcha talabalar uchun adolatli va samarali ta'lim muhitini yaratish uchun juda muhimdir.

Talaba ko'pincha aynan nimani o'rganayotganini va u ilgari o'rgangan va keyin nimani o'rganishi bilan qanday bog'liqligini tushunmaydi. Turli fanlarni o'zlashtirishda aqliy rejalashtirish zaif rivojlangan, ya'ni ongda harakat qilish qobiliyati sust rivojlangan o'quvchilar umumiy nazariy tamoyillar (mavhum shaklda berilgan bilimlar) va o'ziga xos tavsiflarni o'zaro bog'lay olmaydilar: birinchisi odatda, bolalar tomonidan ichki va mazmunli ma'nodan mahrum bo'lgan "yuk" sifatida qabul qilinadi, o'rganish va bilish kerak bo'lgan narsa kabi, lekin nima uchun aniq emas.

Munozarada turli xil psixologik to'siqlar o'rtasidagi murakkab o'zaro bog'liqlik va ularning yosh o'quvchilarga kumulyativ ta'siri ta'kidlangan. Ruhiiy salomatlik masalalari bo'yicha o'qituvchilarni tayyorlash va maktablarda psixologik qo'llab-quvvatlash xizmatlarini birlashtirish bo'yicha tavsiyalar bilan qo'llab-quvvatlovchi va tushunadigan ta'lim muhitining ahamiyati ta'kidlangan. Ta'lim tizimidagi tizimli muammolarni hal etish bo'yicha siyosat islohotlari zarurligi bilan bir qatorda, yosh o'quvchilarni qo'llab-quvvatlashda ota-onalar va jamiyatning roli ham muhokama qilinadi.

Xulosa va takliflar. Xulosa qilib aytganda, psixologik to'siqlar ko'plab yoshlar uchun ta'lim jarayoniga sezilarli darajada to'siqlik qiladi. Ushbu to'siqlarni bartaraf etish o'qituvchilar, ota-onalar, siyosatchilar va o'quvchilarning o'zlarini jalb qilgan holda ko'p qirrali yondashuvni talab qiladi. Takliflarga maktablarda

