

## Ўсмир ёшидаги ўқувчиларда мулоқотчанликни ривожлантириш масалалари

Сабоат Якубовна Орифова  
Наманган вилоят ПХЯМЎММ

**Аннотация:** Ушбу мақолада ўсмир ёшидаги ўқувчиларда мулоқот ва уни ривожлантириш масалалари бўйича маълумотлар ҳамда амалий машғулотлардан намуналар берилган.

**Калит сўзлар:** мулоқот, ўқувчи, ривожлантириш, кўникма, тренинг, фаолият

## Issues of communication development in adolescent students

Sabot Yakubovna Orifova  
Namangan region SS

**Abstract:** This article discusses the issues of mutual communication of adolescents and their development, as well as examples of practical exercises.

**Keywords:** communication, student, development, skill, training, activity

Мулоқот кишилар ўртасидаги ўзаро таъсирнинг муҳим шакли бўлиб, инсонга хос бўлган фаолият турларидан бири ҳисобланади.

Инсон бошқа кишилар билан инсоний муомилада бўлиши учун у албатта муайян психологик маданиятни эгаллаган бўлиши керак. Бу маданият куйидагиларни назарда тутди: одамларни билиш ва уларнинг психологиясини тўғри баҳолаш, хулқ атворида худди шундай хушмуомилалик билан жавоб бериш, ҳар бир кишига нисбатан муносиб муоилага усулларини танлаш кабилар.

Маълумки, жамият тарққиётини мулоқотсиз тасаввур қилиб бўлмайди. Қайси соҳани қараманг меҳнат ва ўқув фаолияти самарадорлиги инсонлар ўртасидаги муоилага ва мулоқотнинг қай даражада шаклланганлигига боғлиқ. Шундай экан келажакимиз пойдевори бўлмиш ёшлар, ёш мутахассисларларимизга амалий ёрдам бериш мақсадида улардаги мулоқотчанлик малакаларини янада ривожлантириш яъни турли хил шароит ва вазиятларда инсонлар билан тўғри мулоқот ўрната олиш, мулоқот маданияти ва одоби, сўзлашиш санъати каби сифатларни тарбиялаш зарур.

Киши муомила сирларини тўла эгаллаган бўлса, у ҳар қандай ҳолатда ҳам ўзини намоён эта олади ва ноқулай вазиятлардан чиқа олади. Ўқувчиларга фақат инсоний муомиланинг ўзига хос хусусиятлари тўғрисида ахборот бериб қолмасдан, шу билан бирга уларга махсус ўйин ва машқлар йўли билан ҳам муомила усулларини ўргатиш ҳам керак.

Мулоқот кишининг алоҳида эҳтиёжи- бошқа кишилар билан ўзаро мулоқот ўрнатиш эҳтиёжини қондиради. Бу эҳтиёж инсоннинг ижтимоий табиати билан боғлиқ бўлиб, кишиларнинг ижтимоий тарихий ривожланиши билан вужудга келади.

Мулоқот шахснинг ривожланишида катта аҳамиятга эга бўлиб, мулоқотсиз шахснинг таркиб топиши мумкин эмас. Айнан мулоқот жараёнида тажриба ўзлаштирилади, билимлар тўпланади, амалий кўникма ва малакалар шаклланади, эътиқод ва қарашларга эришилади. Фақат мулоқот жараёнидагина маънавий эҳтиёжлар ахлоқий сиёсий ва эстетик хислар таркиб топади ва характер шаклланади.

Бу мамлакатимизда рўй бераётган жадал ривожланиш шароитида инсон учун энг муҳим сифат саналади. Ана шуни ҳисобга олиб, ушбу мақолада педагогларимиз учун бола тарбиясида муомила сирларини эгаллашга ёрдам берадиган маълумотлар бермоқчимиз.

Кўпгина ўсмирлар ва юқори синф ўқувчилари ёлғизлик ва ховотирлик кечинмаларини бошдан кечирадилар Теварак атрофдагилар билан ўзаро муносабатларнинг бузилиши асаб хасталигининг вужудга келиши учун замин бўлиб хизмат қилиши мумкин. Одатда муомилани тузатишга одамларга аралашмайдиган ва “тажаввузкор” ўқувчилар деб аталадиган болалар муҳтожлик сезадилар. Уларда ҳам, буларда ҳам кўпинча айнан бир хил сабаб - ҳаддан ташқари ховотирланиш хусусияти пайдо бўлади. Уларни туғдирувчи объектлар - тенгдошлар, ўқитувчилар, ота-оналар, болаларга хос қўрқув, дарс ва ҳақозолар. Ҳатто баъзи ўқувчилар ўз ота- оналари ва яқинларига ҳам ички хис туйғуларини тушунтириб бера олмайдилар ва ички руҳий сиқикликлардан азобланидилар. Бу болани руҳий зўриқишига сабаб бўлиб, унинг фаолиятига салбий таъсир қилади.

Шунинг учун ўқувчи боғча ва мактаб ёшидаёқ фикрларини қийинчиликсиз билдира олиши бошқалар билан самарали мулоқот ўрната олиш малакасига эга бўлиши керак.

Қуйида педагоглар учун ўқувчиларда ана шундай мулоқотчанлик малакаларини ривожлантиришга қаратилган машқлардан наъмуналар келтирамиз. Фақат бу машғулотларни олиб бориш учун ўқитувчидан алоҳида маҳорат талаб этилади.

Психологик ўйин ва машқлар ўтказувчи бошловчи қуйидаги қоидаларга риоя қилиши зарур:

1. Мулоқотнинг муҳим белгиси - алоҳида психологик вазият яратиш; у ошкоралиги, қатнашчиларнинг ўзаро хайрихоҳлиги, бир-бирига ишончи билан ажралиб туради.

2. Мақбул муносабатларни авж олдиришда ташаббус кўрсатиш, суҳбатдош сари биринчи қадам қўйа билиш;

3. Ноқулай вазиятларни бартараф эта олиш;

4. Психологик позицияларнинг тенглиги, ҳамкорлик қилувчи шерик бўлиш қобилияти:

5. Диққатни тақсимлай олиш;

6. Кузатувчанлик;

7. Кишини ҳатти-харакатларини таҳлил қилиш, унинг сабабларини кўра билиш қобилияти;

8. Турли вазиятларда муомилада ўзини бошқара билиш.

Машғулот бошлашда ўқувчилар гуруҳига руҳий ҳолатнинг ташқи кўринишга ҳам нақадар боғлиқ эканлигини хайрихоҳлик билан тушунтириб бериш ва намойиш қилиш керак. Масалан, журъатсиз ҳолат, ишончсиз одим ташлаш, титроқ овоз, ховотирлик ҳолатини фақатгина кучайтиради ва бошқаларга таъсир қилади. Ўқувчиларнинг зўриқиш ҳолатини бўшаштиришга, “сиқиқликни ёзиш ” га ўргатиш зарур.

Машғулотларни шовқин эшитилмайдиган, яхши жиҳозланган, ярим қоронғу, тоза ҳаво етарли бўлган хоналарда ўтказилгани маъқулроқ. Ўқувчиларни бир - бирлари билан қулайроқ мулоқотда бўлишлари учун доира шаклида ўтказиш керак.

1 машқ. “Интроскоп”

Мақсад; Машғулотда қатнашишга руҳий тайёрлаш, ўз ўзини бошқаришга ўргатиш.

Ўтказиш қоидаси: Бу машқнинг номи ички томонни кўриш учун мослама, деган маънони англатади. Бошловчи ҳар кимга бу мосламани ўзига “улаб олиш”ни таклиф этади, бунда қуйидаги топшириқлар билан иш олиб борилади.

1. Стул ёки курсига қулай жойлашиб олиб, кўзни юмиш. Қайси қўл ўнг қўлми ёки чап қўл иссиқроқ эканлигини аниқлаш. Фикрлаш учун 15 сония вақт берилади.

2. Қайси оёқ иссиқроқ?

3. Гавданинг қайси қисми анча иссиқроқ?

4. Қайси қисми энг совуқроқ?

5. Юзнинг қайси қисми анча иссиқроқ? Ва ҳоқозо.

Дастлабки жавобларнинг кўплари ишончсизлик билан топилган бўлади. Кўпинча иштирокчилар бир хил баҳо беришга қайналадилар: уларнинг сезгилари тарқоқ ва тутқич бермас бўлади. Дастлабки синовларда гуруҳга ёрдам бериш, шубҳаланувчиларга ёрдам бериш, шубҳаланувчиларни руҳлантириш, журъатсизларга секингина туртки бериш керак. Такрорий уринишларда қатнашчиларнинг фикрлари одатда анча аниқроқ бўлиб боради, бу ҳол ўз гавдасини “ички томондан” идрок этишда бирмунча кўникма ҳосил қилганидан далолат беради. Шунини эсда тутиш керакки, юрак соҳаси ҳеч вақт интроскопия бўлмаслиги лозим.

## 2. “Интервью”

Мақсад: Ўқувчиларда дастлабки мулоқотга киришиш малакаларини шакллантириш.

Ўтказиш қоидаси: Ўқувчилар икки кишидан шерикларга ажраладилар ва бир бирларидан интервью оладилар. Бунда қуйидагича саволлар берилиши мумкин:

- Сени севган машғулоти борми?
- Нималар сенга кўроқ ёқмайди?
- Оилада неча кишисизлар?
- Келажакда ким бўлмоқчисан?
- Сен энг кўп нимадан кўрқасан?
- Қайси кино ёки кўшиқчини ёқтирасан? Ва ҳокозо.

Ҳар бир киши кўпи билан 5-7 та савол беради.

Машғулотнинг барча қатнашчиларидан интервью олишлари керак ва ҳар бир иштирокчи энди навбат билан ўз шерикларидан олган маълумотларни баён қилиб беради. Биринчи машғулотларда қатнашчиларга улар ҳар қандай даражада рўй рост жавоб беришлари мумкинлиги ҳақида йўл-йўриқ беришлари лозим. Тўла рўй ростлик, қисман рўй ростлик билан, умуман “ниқобда”, ўзи учун эмас, бошқа одам учун жавоб бергандек бўлиши мумкин. Бу бир қанча ўсмирларда руҳий тўсиқни олиб ташлашга ёрдам берадиган мажбурий шартдир. Агар ўйин машғулотида ишончли муҳит таркиб топса, ниқобланишга интилиш ўз - ўзидан йўқолади.

## 3. “Инсоний фазилат”

Мақсад: Қатнашчиларда хайрихоҳлик муҳитини вужудга келтириш. Кўпчилик олдида фикрни эркин баён қилишга ўргатиш.

Ўтказиш қоидаси: Навбати билан ҳар бир иштирокчи ўз нуқтаи назаридан келиб чиқиб биттадан энг яхши инсоний фазилатлардан айтадилар. Масалан: дадиллик, хушмуомилалик, самимийлик, камтаринлик, чаққонлик, эпчиллик, киришувчанлик ва ҳокозо уларнинг ҳаммаси кўшилганда ажойиб ҳарактеристика пайдо бўлиши керак.

#### 4. “Мимика ва имо - ишоралар”

Мақсад: Мулоқотнинг паралингвистик воситаларини ривожлантириш.

Ўтказиш қоидаси: Қатнашчилар икки кишидан бўлиб, бир бирларига қарама - қарши ҳолатни юз ва қўл ҳаракатлари орқали намоиш этадилар. Масалан: ғазаб ва хотиржамлик, ғам ва қувонч, чарчоқ ва тетиклик ва ҳокозолар

Иккинчи вариант ҳар бир жуфтлик шеригига имо ишора орқали турли хил топшириқ беради масалан, “тулга сув қуйиш”, “доскани тозалаб артиш”, “мебелларни ўрнини алмаштириш”. Иккинчи шерик ҳаммининг олдида тушунган нарсасини бажариб бериши керак.

#### 5. “Диалогли стратегия”

Мақсад: Оғзаки (сўзли) мулоқотни: гапириш ва бошқа кишини тинглаш малакасини машқ қилдиришга қаратилган.

Ўтказиш қоидаси: Қатнашчилар навбат билан бирор бир нарса ёки ходиса ҳақида фикр билдиради Масалан ўзга сайёраликлар ҳақида. Навбатдаги қатнашчи ўша фикрни такрорлаб унга ўз фикрини қўшади ва ҳокозо ҳамма фикрлар қўшилиб, бир воқеа яратилади.

#### *II Машғулот*

##### 1 машқ “Машхур эртаклар”

Мақсад: Маълум бир ролларни бажариш орқали мулоқотга киришиш.

Ўтказиш қоидаси: Машхур эртаклардан бироритаси танлаб олинади. Масалан, “Қизил шапкача”, “Уч оға ини ботирлар” каби. Ҳар кимга маълум бир роль танлаб берилади. Ролларни бажараётганда сюжетдан четга чиқилса янада яхшироқ бўлади. Мустақил ўйин қатнашчиларни қизиқишини ортттиради, кўпроқ диққат - эътиборни талаб қилади, мулоқотли нутқда таъсирчан гапиришни машқ қилдиради. (тайёргарлик кўрмасдан эртак-сахначалар ўйнаш), шахсининг ўзаро фикр алмашишга доир рефлекс хусусиятларини рағбатлантиради.

##### 2. “Хаёлий лойиҳаларни ҳимоя қилиш”

Мақсад: Ховотирликни олиб ташлаш, кулгили бўлиб кўринишдан кўрқувга барҳам бериш.

Ўтказиш қоидаси: Кўнгиллиларга муайян мавзуда лойиҳалар ўйлаб топиш (мустақил равшда ёки бирлашган ҳолда) тавсия этилади: “Сув остидаги уйнинг лойиҳаси”, “Фаъзовий шаҳарча лойиҳаси”, “Чангалзорда юра оладиган вездеход лойиҳаси ва ҳокозо. Лойиҳани ҳимоя қилиш шартлари куйидагичадир: лойиҳаларни безатишда ватман қоғоздаги чизмадан, синф тахтасида бўр билан ишланган расмлардан фойдаланиш мумкин.

Лойиҳаларни ҳимоя қилиш муаллифни вазият хўжайини мавқеига чиқариб қўйади: Ўз лойиҳалари билан бирор марта ҳам чиқа олишга журъат эта

олмайдиган (аввало ақлий ривожланиши паст даражада бўлганлиги сабабли) болалар ҳам топилади. Лекин улар бунинг ўрнини фаоллик билан химоя қилаётганларга савол бериш орқали қолиплашга уринадилар. Шуниси қизиқарлики, бу болалар раҳбарнинг: “Навбатдаги машғулоти қандай ўйнаймиз”? деган саволига албатта қандайдир хаёлий лойиҳаларни таклиф қиладилар. Кўриниб турибдики, бу синфда анча юқори мавқега эга бўлган болалар билан “тенг” муомилада бўлиш имконияти мазкур болаларга ҳиссий қулайлик яратади

### 3. “Мунозара”

Мақсад: Турли хил мавзулар бўйича эркин фикр билдиришга ўргатиш.

Ўтказиш қоидаси: Қатнашчилар билан муҳокама учун мавзу танланади. У гуруҳ раҳбари, қатнашчилар томонидан таклиф этилиши мумкин. У “Дўстлик нима?”, “Лоқайдлар қайдан пайдо бўлади?” кабилар. Ўқувчилар биргаликда ушбу мавзунини муҳокама этадилар. Бошловчи ҳар бир ўқувчининг қисқа бўлсада фикрини олишга уриниши керак.

### 4. “Менинг муаммойим”

Мақсад: Ўқувчиларни муомила жараёнида ўзини тушунишга ва таҳлил қилишга ўргатиш.

Ўтказиш қоидаси: Қатнашчилар навбат билан бошқалар билан муомила қилишда кўпроқ нима унга халақит беришини айтишга ҳаракат қиладилар. Масалан, тортинчоқлик, кулгуга қолишдан кўрқиш, ўзига ишонмаслик, бошқаларнинг ўзидан устунлиги, атрофдагиларнинг ёқмаслиги ва ҳокозо.

Бошловчи бундай вазиятлар фақат сизларда эмас кўпчиликда юз беради лекин вазиятларни бартараф этиш мумкинлиги ва бунда мазкур машғулотлар ёрдам беришини тушунтиради.

### 5. “Кўчада”

Мақсад: Жамоат жойларида ва бошқаларга мурожаат қилишга ўргатиш.

Ўтказиш қоидаси: Қатнашчилар икки кишидан шерикларга ажраладилар ва бир бирларига кўчада кўринган нотаниш кишига мурожаат қилгандай муомила қиладилар. Масалан, “кечирасиз шу йўл шифохонага олиб борадими?”, “Агар мумкин бўлса соатни айтиб юборсангиз”, “Сумкангиз ўтирғичда қолиб кетди”, “Шу матони қайси магазиндан олдингиз” ва ҳокозо.

Бу санаб ўтилган барча ўйин шакллари муомила қилиш усуллари шакллантиришга ёрдам беради: улар болаларни муомила стратегияси билан таништиради. Бундан ташқари педагогларимиз турли хил ўқувчилар учун мўлжалланган психологик тренинг машғулотлари наъмуналари берилган адабиётлардан ҳам фойдаланишса бўлади. Чунки психотренинг машғулотлари ўқувчиларни руҳий хусусиятларини профилактика ва коррекция қилади.

### **Фойдаланилган адабиётлар**

1. А.Аникеева. Жамоада руҳий муҳит. Тошкент. Ўқитувчи. 1994 йил.
2. З.Тасқараева. Психологик хизмат. Т. 2006 йил
3. Kamolova, A. O. Q. (2023). Pedagoglik kasbi boshqa hamma kasblarning poydevoridir. Science and Education, 4(5), 988-992.
4. Kamolova, A., & Ergasheva, G. S. Q. (2022). Yosh avlodni tarbiyalashda xalq pedagogikasini manbalarining o'rganishning o'rganishning ilmiy-nazariy asoslari. Science and Education, 3(12), 590-592.
5. Nishonova, M. Y., & Kamolova, A. O. (2021). O'SMIRLARGA HUQUQIY BILIM BERISHDA KEYS STADI TEXNOLOGIYASIDAN FOYDALANISH. Экономика и социум, (8 (87)), 42-45.
6. Kamolova, A. O. Q., & Husaynova, S. I. (2023). O'smirlar o'rtasida axloqsizlikni oldini olishda pedagogik faoliyatning o'ziga xos xususiyatlari. Science and Education, 4(2), 969-972.
7. qizi Kamolova, A. O. (2023). SINFDAN TASHQARI SPORT MASHG'ULOTLARI ORQALI O'QUVCHILARDA MILLIY G'URUR, QADRYATLAR, UMUM INSONIY XIS TUYG'ULARNI RIVOJLANTIRISH. Results of National Scientific Research International Journal, 2(8), 60-66.
8. Yoshlar bilan ishlashda yangicha boshqaruv mexanizmlari joriy etildi, <https://xs.uz/uz/73470>