



GURUHIY METODLAR TORTINCHOQ BOLALAR BILAN ISHLASH USULI SIFATIDA

Xalilova Nargiza Ikromaliyeva

O'zbekiston Respublikasi Jamoat xavfsizligi universiteti professor

Musayeva Madina Axmat qizi

O'zbekiston Respublikasi Jamoat xavfsizligi universiteti talabasi

<https://www.doi.org/10.5281/zenodo.10129142>

ARTICLE INFO

Received: 06th November 2023

Accepted: 13th November 2023

Online: 14th November 2023

KEY WORDS

Tortinchoqlik, ta'lim jarayoni, o'quv material, guruh, metod

ABSTRACT

Ushbu maqolada bolada tortinchoqlik hislarining yoshlikdan namoyon bo'lishi mumkinligi hamda bu jarayon muloqotda yuzaga chiqishi va guruhiy metodlar tortinchoq bolalar bilan ishlash usuli sifatida ekanligini haqida so'z yuritiladi.

Tortinchoqlik bolada juda yoshligidan namoyon bo'la boshlashi mumkin. Psixologiyaning nuqtai nazaridan uning asosida ko'pincha shaxsiy muammo va o'ziga xosliklarni qamrab oladigan xislatdir. Yuzaki bosqichda tortinchoqlik asosan muloqot jarayonida yuzaga chiqadi. Bolaga boshqalar bilan munosabatga kirishishi, diqqat markazida bo'lish, uni ko'pchilik tinglayotganida suhbatlashish, boshqalar oldida chiqish qilish juda qiyin. Hozirda barchaning e'tibori unga qarashi haqidagi fikrning o'zi unga yoqimsizdir.

Maktabda tortinchoqlik ko'pchilik muammolarning ildizi bo'lishi mumkin. Mashg'ulot vaqtida o'qituvchining monologik holatidan dialogik jarayonga o'tishi natijasida o'quvchi faol ishtirok etishga majbur hisoblanadi. Boshlang'ich sinfda mashg'ulotlar juda kam holatda ma'ruza yoki yozma ish tarzida o'tadi. Barcha fanlar qaysidir tomondan bolada og'zaki ishtirokini talab qiladi. Gumanitar fanlar uchun esa bu o'qituvchining o'quvchilar bilan muloqotidagi asosiy usuldir.

Ta'lim jarayonida tortinchoqlik bir tomondan o'quv materialining sifatli o'zlashtirilishiga to'siq vazifasini ham bajarishi mumkin. Jumladan, tortinchoqlik kuchli emotsional zo'riqish sifatida turli tafakkur jarayonlarini tormozlaydi, xotiraga yomon ta'sir ko'rsatadi. Boshqa tomondan tortinchoqlik bolaning psixoemotsional sog'lig'iga salbiy ta'sir etadi. Xususan, tortinchoq o'quvchi uchun sinf oldida javob berish haqiqiy stress holati bo'lib, u keyinchalik, bolada maktab qo'rquvlarni yuzaga keltirishi mumkin.

Tortinchoq bolalar bilan ishlashning guruhiy metodi-kutilgan natijaga erishishning eng yaxshi usulidir. U boshqa odamlar bilan munosabat o'rnatish bilan bog'liq bo'lgan turli vaziyatlarni modellashtirishga ma'lum darajada xavfsiz sharoitda omma oldida imkoniyat doirasida o'zini namoyon qilishga va shu orqali ijobiy tajriba olishga hamda shu tarzda o'z-o'ziga nisbatan bo'lgan bahoni korreksiya qilishga yordam beradi. Afsuski, tortinchoq bolalar yetarli darajada ko'pchilikni tashkil qiladi. Bu esa ushbu muammo yuzasidan so'z yuritish va uni ustida ish olib borish uchun jiddiy asos hisoblanadi. Tortinchoq bolalarning o'ziga xos xususiyatlariga yo'naltirilgan guruhda o'tkaziladigan o'yin va mashqlar bunday bolalarga



katta yordam ko'rsatishi mumkin. "Rejissyor" o'yini. Tortinchoq bolani boshqa bolalarni boshqarishga mas'uliyatni o'z zimmasiga olishiga, boshqalar bilan doimo muloqotda bo'lishiga va zaruriyat yuzasidan biror nimani hozirlik ko'rmasdan bajarish lozim bo'lgan vaziyatlarda o'zini namoyon etishga yordam beradi. Kichik sahna ko'rinishini sahnalashtirish uchun "rejissyor" ning o'ziga tanlov huquqi berilib, bu vaziyatda istalgan qisqa ertak masal yoki she'rni olish mumkin. Rejissyor tomonidan tengdoshlari orasida rollar taqsimlanadi. Shunday qilib, sahna ko'rinishi uning mehnat mahsuliga aylanadi.

"Ko'rgazma" o'yini mobaynida har bir bola o'zini suratlarini mualliflik ko'rgazmasi ochilgan suratchi sifatida tasavvur qiladi. Bolalar o'yin jarayonida muallif uchun muhim ahamiyat kasb etgan hodisalar yoki insonlar tasvirlangan suratlarini (3 tadan kam bo'lmasligi maqsadga muvofiq) sanab o'tishadi. Sanab o'tilgan suratlardan bola eng qiziqarlisini yoki u uchun ahamiyatlisini tanlaydi va uni batafsil tasvirlaydi: suratda nima aks ettirilgan nima uchun aynan bu lavha muallifni qiziqtirganligi oydinlashtiriladi. Bu o'yin jarayonida har bir bola uchun muhim bo'lgan lahzalar haqida gapirish kerak. Buning muhim sharti-"ko'rgazma mehmonlari" ning diqqat-e'tiborligidadir, ular o'z hohishlariga ko'ra savol berish huquqiga egadirlar. Bunday tarzda bolalar yetarli darajada uzoq vaqt mobaynida diqqat markazida bo'lish imkoniyatiga ega bo'ladilar. Bolalardagi tortinchoqlikni yo'q qilish uchun, bu juda ham zarur.

O'yinlardan yana biri-"Notiq". Bu o'yinda ham tortinchoq bolalar boshqa bolalarning diqqat markazida bo'ladilar. Ijro etilayotgan vaziyatni kuchaytirish maqsadida "notiq" uchun yaratilgan minbar bilan qurollanish mumkin. O'yin shundan iboratki, unda bola tanlagan mavzu yuzasidan hikoya-badiha (eksprolit, tayyorgarliksiz yaratilgan nutq) bilan bir necha daqiqa mobaynida chiqish qilishi kerak. Mavzular quyidagicha bo'lishi mumkin: "Sirk", "Oila". Albatta tortinchoq bola uchun "niqobsiz" o'zini bunday tarzda tutish qiyin. Shuning uchun ular bilan ishlashning birinchi bosqichlarida "niqob" sifatida hayvon qiyofasi, o'simlik yoki notirik tabiat obrazi xizmat qilishi mumkin. Masalan, "Kapalak va fillar" o'yinida bolalar filni tasvirlab xona bo'ylab sekin harakatlanadilar, xuddi o'zlaridek, "fillar" bilan suhbatlashadilar, "kapalakka" aylanib qolib esa, ular suhbatni davom ettiradilar, ammo ularning harakatlari tezroq va yengil bo'ladi. Shunday qilib, hayvonlar "niqobi" da bolalar, ijodkorlikni namoyon qilib, bir-birlari bilan katta qiziqish asosida o'zaro munosabatda bo'ladilar. Bu o'yinni yana bitta ijobiy tomoni mavjud. Muloqot xarakteri topshirilgan bo'lishi mumkin. Bu bilan bog'liqlikda bolalar foydalanmaydigan yoki kam foydalanadigan muloqot usullarini ishlab chiqish mumkin. Masalan, ularga faqatgina "ko'zlar" yoki teri tuyish orqali suhbatlashish taklif etiladi.

"Momaqaldiroq" o'yinida har bir bola xona bo'ylab yengil harakatlanib, bulutlarga aylanadi. Trening "momaqaldiroq yaqinlashmoqda" deya bergan ko'rsatmasiga muvofiq bolalar xona marakazida to'planadilar. Keyingi ko'rsatma: "Chaqmoq chaqdi" -deyiladi. Bolalar jo'r bo'lib, "Babah!" deya baqiradilar.

O'yin bolani guruh a'zosi sifatida o'zini his qilishiga imkon beradi, dadillik, ishonchini oshiradi. Taklif etilayotgan holat yana bir ovozdanda baqirish munosabatlardagi ichki ta'qiqlarni bartaraf etishga yordam beradi. "Niqob" sifatida ertak qahramonlarining qiyofasidan ham foydalanish mumkin. Masalan, "Sehrgar" o'yinida boshlovchi o'zining "sehrli tayoqchasi" bilan qaysi bolaga teginsa u ertak qahramonlaridan biriga aylanadi. Bola uchun pantomimika



vositalari yordamida aks ettiradi. Qolgan bolalar esa bu qaysi qahramonligini u qaysi ertakdan ekanligini topishadi. Bu o'yindagi ishtirok bolaga qo'rqoqlik, tanglik hislarini yengib o'tishga yordam beradi. Kelasi safar buni amalga oshirish uchun juda oson kechadi. Tananing aloqasi bor bo'lgan o'yinlar tortinchoq bolalar uchun juda foydali. Masalan, "Qo'llar" o'yini. Bolalar doira bo'lib turadilar, boshlovchi ulardan o'tib, har bir bolaning qo'lini o'rganadi. So'ngra boshlovchining ko'zi bog'lanadi va u doiradagilardan biror -birini qo'lga teginib u kinga tegishliligini topadi. "Qiyin yo'l" o'yini.

Bolalar bir-birlariga zich orqa o'girib turadilar va navbat bilan birinchidan boshlab, turganlar o'rtasidan o'tib boriladi. Bu qiyin yo'ldan o'tib har bir bola eng oxiriga borib turadi va harakat davom ettiriladi. Xalq o'yini "Ko'z boylog'ich", "Tutmachiq" ham bu o'yin toifasiga kiradi. Amaliy ahamiyati juda yuqori bo'lgan o'yinlardan biri "Irilla sher, paravoz pishqir". Bu o'yinning mohiyati shundan iboratki, guruhdagi kamgap va odamovidek tuyulayotgan bolalarning muzdek sukunatini buzish uchun ularning bo'shshishlariga imkon yaratish zarur: sherdek irillash, keyin esa kichkina paravozchalar kabi pishqirish kerak. Biz barchamiz sherlarmiz katta oilamiz. Biz har doim irillay olganmiz va biz hozir ichimizdan kim irildoqligini bilamiz! Qachon men: "irilla sher irilla"-desam-menga sizning irildoq sheringizni ko'rsating. Kim balandroq irillay oladi? Boshladik, hozir sherlar irillaydi.... Bu shermi? Bu ojiz mushukchaku. Men esa haqiqiy irillashni eshitmoqchiman. Keyin bolalarni xona bo'ylab birin-ketin bir-birlarining yelkalaridan ushlab yugurishlariga ruxsat beradi. Dastlab ular "katta parvoz" bo'ladilar. Sekinlashishni boshlaydilar. Doira bo'ylab harakatlanib pishqiradilar, g'uvirlaydilar, gudok chaladilar. Boshlovchi start joyiga qaytganda poezd orqasiga borib xizmat vagonlaridan birini aks ettirib turadi, avvalgi boshlovchi orqasida turgan bola parvoz bo'ladi. Boshlovchi boshqalarga qaraganda banlandroq pishqirishi va tezroq harakatlanishi kerak. O'yinni har bir bola parvoz va vagon bo'lmaguncha va haqiqatdan baqirib charchamaganlaricha davom ettiriladi. O'yinni bosh aylanishi bilan yakunlash hamma yerga yiqiladi. Quyidagi keltirilgan mashq bolalardagi kamgaplik sust faollik, tanglikni bartaraf qilishga shuningdek, erkinlik harakatlarni shakllantirishga yo'naltirilgan. "Chalkashlik". Bir qancha bolalar uchun o'yin. Ular doira bo'lib turib ko'zlarini yumadilar, qo'llarini oldinga cho'zib markazda uchrashadilar. Har bir bola o'ng qo'li bilan istagan boshqa bolaning qo'ldan ushlaydi, chap qo'l esa kimdir uni ushlashi uchun qoldiriladi. Bundan so'ng hamma ko'zini ochadi. Kattalar bolalarga bitta qo'ldan faqatgina bitta bola ushlashiga yordam beradi. Bunday tarzda chalkashlik hosil bo'ladi. Bolalarning vazifasi qo'llarni qo'yib yubormasdan chigallarni yechish. Bu o'yinda sho'x tetiklashtiruvchi musiqadan foydalangan ma'qul.

"Yig'uvchi" o'yini. Barcha mavjud bo'lgan ko'pgina kichik o'yinchoqlar yerga yoyib tashlangan. O'yin ishtirokchilari 2-3 ta odamdan guruhlariga bo'linadi va bir-birlarining qo'llarini ushlaydi. Boshlovchi ko'rsatmasiga muvofiq har bir uchlik shkala bo'sh qo'li bilan iloji boricha ko'proq predmetlarni (o'yinchoqlarni) yig'ishi kerak. Barcha predmetlar (o'yinchoqlar) to'plab bo'lingandan so'ng har bir uchlik ularda mavjud bo'lgan predmetlar sonini hisoblab chiqadi. Predmetlarni yig'ish jarayonida sho'x energetik musiqadan foydalaniladi. Bu o'yin davomida bitta guruh ichida yoki ular o'rtasida o'yinga qiziqibketib turli nizoli vaziyatlar yuzaga kelishi mumkin. "Parvoz" o'yini. Bolalar doira bo'lib turadilar. Navbat bilan boshlovchi rolini ijro etib, ma'lum bir harakatni (so'zsiz) ko'rsatadilar. Boshlovchi guyo parvozdek uning ketidan ergashib uning barcha harakatlarini takrorlovchilar



vagonlardir. "Vagon"-bolalar boshlovchi nimani ko'rsatsa, shuni takrorlashi kerak, agar u oddiy harakat to'plamini emas, balki qandaydir inson yoki hayvonlarni ko'rsatsa, u kimni tasvirlayotganini topishlari kerak. Tortinchoq bolalarni bo'shashtirishga o'rgatish juda zarur. Shuning uchun maxsus relaksatsiya mashqlarini har bir mashg'ulotga qo'shish maqsadga muvofiqdir. Ularni o'tkazishda bolalar erkin bo'shashtirishga ko'zlari yumuq holatda yotgan yoki o'tirgan bo'lishlari kerak. Bolalar psixolog tomonidan ifodalanayotgan og'zaki obrazga o'z diqqatlarini qaratib u yoki butabiat manzarasi yoki holatni o'zida tasavvur qiladi. Agar matn maxsus tanlangan musiqa ostida bajarilsa, relaksatsiyani amalga oshirish sifati juda yuqori bo'ladi, bunday mashqlar samarasi ahamiyatli darajada ortadi. Bunday mashg'ulotlar uchun bolalar guruhiga 12-15 gacha insonlar kiritilishi mumkin. Guruhda uning o'ziga xos salomlashishi va hayrlashish so'zlarini ishlab chiqishi maqsadga muvofiqdir. Agar guruhga hamma bilan birgalikda nom o'ylab topilsa, juda yaxshi bo'ladi.

Maxsus o'yin va mashqlardan foydalaniladigan guruhiy mashg'ulotlar tortinchoqlik bilan kurashishning eng yaxshi usuli hisoblanadi. Turli tadqiqotchilar tortinchoqlik xususiyatini turlicha izohlaydilar. Tortinchoqlik shaxs xususiyati sifatida go'daklik yoshidayoq shakllana boshlaydi, keyinchalik mustahkamlanib, o'z egasiga ko'pgina qiyinchiliklar olib keladi. Tortinchoqlikni tashqi namoyon bo'lishi 3-4 oylikdayoq kuzatilishini ta'kidlash uchun asos bo'ladigan ma'lumotlar mavjud, bu xususiyatni ikki yoshlikda ham aniqlanganligi haqida ishonch bilan gapirish mumkin. Amerikalik olimlarning ta'kidlashicha, ularning tadqiqotiga muvofiq ikki yoshligida keskin ravishda tortinchoqlikni namoyon etgan bolalar, uni yetti yarim yasharligida ham mavjudligini kuzatishadi. Tortinchoqlikning oqibati ayanchli bo'lishi mumkin. Ulardan ayrimlarini keltirib o'tamiz:

- tortinchoqlik insonning muloqotiga halal beradi, unga yangi tanishlar orttirish, odam ko'p qatnashgan tadbirlarda ishtirok etish va bu orqali muloqotdan qoniqish olish qiyin, muloqot doirasi chegaralangan, odatda oila doirasida;
- tortinchoq inson ko'pincha ochiq-oydin ifodalay olmaydi, ayniqsa shaxsiy fikrida qat'iy tura olmaydi;
- tortinchoq inson o'zining ustun tomonlari xislatlarini ko'rsatishga tortilganligi bois atrofdagilarga ularning bu xususiyatlarini baholash qiyin;
- tortinchoqlik bilan ko'pincha yolg'izlik depressiv holat negativ kechinmalar kuzatiladi, olam ko'ziga qorong'i ko'rinadi;
- tortinchoq shaxs haddan ziyod o'ziga yo'nalgan uning xulq-atvoriga egotsentrizm xos;
- ba'zida tortinchoqlik hamma narsni unutishga olib boruvchi kuchli xususiyatga aylanadi va samarali fikrlash va harakat qilishga to'sqinlik qiladi.

Shunday qilib, insonda shaxs xususiyati bo'lgan tortinchoqlikni mavjudligi uning psixik salomatligiga salbiy ta'sir ko'rsatib, ijtimoiy moslashuvga xalaqit beradi. Tortinchoqlikning salbiy ta'siri bilish jarayonlari, xotira va idrok jarayonlariga ayniqsa, o'z-o'zidan idrokni buzilishiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkinligi bilan aniqlanadi. Inson o'zining ijobiy xususiyatlarini ko'rmaydi. U o'zini kichkinagina ojiz va hech nimaga yaramaydigandek tasavvur qiladi. Keskin tortinchoqlik holatida inson muayyan narsalarni unutadi, jumalarni bir-biriga bog'lay olmaydi, vaqtincha mantiqiy fikrlab, kelayotgan ma'lumotlarni adekvat idrok qila olmaydi.



References:

1. Галигузова Л.Н. Застенчивый ребёнок// Дошкольное воспитание. - 2000 - № 4.- с. 116-120.
2. Зимбардо Ф. Застенчивость (что это такое и как с ней справиться). – СПб: Питер Пресс, 1996. – 256 с.
3. Игры в школе. Для млад. шк. возраста. - Мн. : Харвест, М.: Издательство АСТ», 2000.- 144 с.
4. Карпенко В. Застенчивость // Воспитание школьников, 1995 - №2. – С.13-15.