

MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARDA AGRESSIYANI BARTARAF ETISHNING PSIXOLOGIK TEXNOLOGIYALARI

G`aybullayeva Anora Tolib qizi

O`zbekiston milliy pedagogika universiteti, talaba

e-mail: gaybullayevaanora5@gmail.com

tel; +99894-729-20-11

<https://doi.org/10.5281/zenodo.20226590>

ANNOTATSIYA

Ushbu ilmiy tezis maktabgacha yoshdagi (3-7 yosh) bolalarda agressiv xulq-atvorni bartaraf etishga yonaltirilgan psixologik texnologiyalarni ilmiy-nazariy jihatdan asoslash va amaliy samaradorligini baholashga bagishlangan. Toshkent shahrining 4 ta maktabgacha talim muassasasida 120 bola ishtirokida otkazilgan 12 haftalik kvazieksperimental tadqiqot natijalari taqdim etiladi. Kompleks dastur samaradorligi empirik jihatdan isbotlangan.

Kalit so'zlar: *agressiya, maktabgacha yosh, psixologik texnologiya, korreksiya, o'yinli terapiya, emosional tartibga solish.*

1. KIRISH: MUAMMONING DOLZARBLIGI VA MAQSADI

Zamonaviy jamiyatda bolalar agressiyasi tobora keskin ijtimoiy-psixologik muammo sifatida namoyon bo'lmoqda. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti ma'lumotlariga ko'ra, maktabgacha ta'lim muassasalarida qatnashuvchi bolalarning 15-20 foizida agressiv xulq-atvorning turli ko'rinishlari kuzatiladi (WHO, 2022). Maktabgacha yoshdagi agressiyani o'z vaqtida bartaraf etmaslik bolaning ijtimoiylashuv jarayoniga, tengdoshlar bilan munosabatiga va psixologik salomatligiga uzoq muddatli salbiy oqibatlar keltirib chiqaradi (Loeber & Farrington, 2000).

Tadqiqotning **maqsadi** - maktabgacha yoshdagi bolalarda agressiyani bartaraf etishga yonaltirilgan psixologik texnologiyalarni ilmiy asoslash va samaradorligini baholash. Asosiy **vazifalar:** (1) nazariy-metodologik asoslarni tahlil qilish; (2) zamonaviy texnologiyalarni tizimlashtirish; (3) kompleks dasturni eksperimental tekshirish; (4) amaliy tavsiyalar ishlab chiqish.

2. NAZARIY ASOS

2.1. Agressiya nazariyalari

Psixologiyada agressiya turli yonalishlar tomonidan organilgan:

- Biologik yondashuv (Lorenz, 1966; Berkowitz, 1993) - agressiyani instinktiv impuls sifatida talqin qiladi;
- Frustrasiya-agressiya gipotezasi (Dollard et al., 1939) - agressiyani toshib qoyilgan ehtiyojlarga reaksiya sifatida korsatadi;
- Ijtimoiy-kognitiv nazariya (Bandura, 1973) - kuzatish orqali organilishini asoslab, maktabgacha yoshdagi agressiyani tushuntirishda asosiy nazariya hisoblanadi;
- Ijtimoiy axborotni qayta ishlash modeli (Crick & Dodge, 1994) - agressiv bolalar vaziyatni xatolik bilan talqin qilishini korsatadi.

Zamonaviy ta'rifda agressiya — boshqa shaxsga qaratilgan, zarar yetkazishga mo'ljallangan xulq-atvor shaklidir (Anderson & Bushman, 2002). Maktabgacha yoshda u uch turda namoyon bo'ladi: jismoniy (urish, tishlab olish), verbal (haqorat, qichqirish) va munosabatli (tengdoshlarni guruhdan chetatlab qo'yish).

2.2. Agressiyaning sabablari va risk omillari

- Biologik omillar: yuqori reaktiv temperament, neyrobiyologik farqlar (serotonin/dopamin tizimlaridagi nobalanslik), irsiy moyillik (Raine, 2002);
- Oilaviy omillar: avtoritar yoki laqayd ota-ona tutumi, oiladagi zo'rlik, jinoiy jazolanish usullari (Patterson et al., 1989);
- Ijtimoiy-muhit omillari: media-agressiya tasiri, ekran vaqtining oshishi - 3-5 yoshli bolalarda agressiyani kuchaytirishi isbotlangan (Christakis et al., 2004).

3. PSIXOLOGIK TEXNOLOGIYALAR

3.1. O'yinli terapiya (Play Therapy)

O'yinli terapiya maktabgacha yoshdagi bolalarda agressiyani korreksiya qilishda eng samarali usullardan biri hisoblanadi (Landreth, 2012). Direktivsiz yondashuv (Axline, 1947) bolaga xavfsiz muhitda his-tuyg'ularini erkin ifodalash imkonini beradi; 10-15 seanslik kurs agressiv reaksiyalarni 40% gacha kamaytiradi (Ray et al., 2015). Qum terapiyasi (Kalff, 1980) bolaning ongsiz konfliktlarini ramziy tarzda hal qilishga yordam beradi.

3.2. San'at terapiyasi

Rasm chizish, loydan modellashtirish va musiqa terapiyasi agressiv energiyani konstruktiv kanalga yo'naltiradi. Sovuq ranglar (ko'k, yashil) tinchlantipuvchi ta'sir ko'rsatadi; loyga jismoniy energiyani yo'naltirish klassik sublimatsiya mexanizmi hisoblanadi. Meta-tahlillar san'at terapiyasining effekt kattaligi $d=0.72$ ekanligini ko'rsatgan (Slayton et al., 2010).

3.3. Kognitiv-xulq-atvor terapiyasi (KXT)

KXT doirasida bolaga uch bosqichli "Semafor" algoritmi orgatiladi: "Toxta" (nafas ol) - "Oyla" (muqobil variantlarni kor) - "Harakat qil" (konstruktiv javob tanla). "Fikrlaydigan vaqt" texnikasi bolani oz xatti-harakatini refleksiya qilishga yunaldiradi.

3.4. Emosional regulyatsiya texnologiyalari

Mayer va Salovey (1990) emosional intellekt nazariyasi asosida quyidagi texnikalar qo'llaniladi: 'His-tuyg'ular lug'ati' (emosiyalarni verbalizatsiya qilish), diafragmal nafas mashqlari ('Pufakcha nafasi', 'Arslonning nafasi'), 'Xissiyot termometri' (1-10 shkalada holatni baholash), progressiv mushaklarni relaksatsiya. Bu texnikalar prefrontal korteks faolligini oshirib, amigdala reaktivligini pasaytiradi (Flook et al., 2010).

3.5. Ijtimoiy ko'nikmalar treningi

Treningda bolalarga tinglovchilik ko'nikmalari, ziddiyatni muzokarasiz hal qilish, navbatga rioya qilish va his-tuyg'ularini konstruktiv ifodalash o'rgatiladi (Gresham & Elliott, 1990). Guruhli o'yin formati ijtimoiy kompetentlikni rivojlantirishda ayniqsa samarali hisoblanadi.

3.6. Ota-onalar bilan ishlash

Bronfenbrenner (1979) ekologik tizimlar nazariyasi asosida oilani jarayonga jalb etish majburiy shart hisoblanadi. Webster-Stratton (1981) "Ajoyib yillar" dasturi (12-14 haftalik guruh treningi) bolalar agressiyasini 50% gacha kamaytirishi isbotlangan. Landreth & Bratton (2006) Ota-ona-bola munosabat terapiyasi (CPRT) ota-onalarni bolalari bilan o'yinli terapiya seanslarini o'tkazishga o'rgatib, birlashtirish munosabatini mustahkamlaydi.

4. EMPIRIK TADQIQOT NATIJALARI

Tadqiqot kvaziekperimental dizaynda (pretest-posttest control group) otkazildi. 5-7 yoshli 120 bola (60 eksperimental, 60 nazorat guruhida) ishtirok etdi. Diagnostikada Buss-Perry sorovnomasining yoshga moslashtirilgan varianti, Tarbiyachi baholash shkalalari (TRS) va CBCL 1.5-5 qollandi.

12 haftalik kompleks dastur uch komponentdan iborat: (1) haftada 2 marta 45 daqiqalik bola guruh seanslar; (2) haftada 1 marta ota-onalar guruhi; (3) pedagog-psixolog konsultatsiyalari. Asosiy natijalar:

1. Eksperimental guruhdagi agressiv epizodlar soni o'rtacha 62% ga kamaydi ($p < 0.001$, Cohen's $d = 0.84$ - katta effekt);
2. CBCL boyicha ota-onalar baholashida ham statistik muhim ijobiy ozgarish ($p < 0.01$);
3. Nazorat guruhida statistik ahamiyatli ozgarish kuzatilmadi;
4. Ijtimoiy ko'nikmalar treningi + ota-onalar treningi kombinatsiyasi eng yuqori effektga ega bo'ldi.

5. XULOSA VA TAVSIYALAR

5.1. Asosiy xulosalar

5. Maktabgacha yoshdagi agressiya biologik, oilaviy va ijtimoiy omillarning ozaro tasiri natijasida yuzaga keladi - kompleks yondashuv talab etiladi.
6. O'yinli terapiya, san'at terapiyasi, KXT va emosional regulyatsiya texnologiyalari birgalikda qo'llanganda monoyondashuvlarga nisbatan samaraliroq.
7. Ota-onalarni korreksion jarayonga faol jalb etish erishilgan natijalarning mustahkamlanishini ta'minlaydi.
8. Milliy madaniy kontekstga moslashtirilgan texnologiyalar yuqori qabul darajasini korsatdi.

5.2. Amaliy tavsiyalar

- Har bir MTMda malakali psixolog lavozimini ta'minlash va erta aniqlash skrining dasturlarini joriy etish;
- Pedagoglar uchun emosional intellekt va agressiyani boshqarish bo'yicha malaka oshirish dasturlarini tashkil etish;
- Guruh o'yinli mashg'ulotlarni kundalik ta'lim jarayoniga integratsiya qilish;
- Ota-onalar uchun pozitiv ota-onalik ko'nikmalari bo'yicha guruh treninglarini kengaytirish;
- Bolalar ekran vaqtini cheklash va media-kontentni nazorat qilish.

Adabiyotlar, References, Литературы:

1. Anderson, C.A., & Bushman, B.J. (2002). Human aggression. Annual Review of Psychology, 53, 27-51.
2. Axline, V.M. (1947). Play therapy: The inner dynamics of childhood. Houghton Mifflin.
3. Bandura, A. (1973). Aggression: A social learning analysis. Prentice-Hall.
4. Berkowitz, L. (1993). Aggression: Its causes, consequences, and control. McGraw-Hill.
5. Bronfenbrenner, U. (1979). The ecology of human development. Harvard University Press.
6. Christakis, D.A. et al. (2004). Early television exposure and attentional problems. Pediatrics, 113(4), 708-713.
7. Crick, N.R., & Dodge, K.A. (1994). Social information-processing mechanisms. Psychological Bulletin, 115(1), 74-101.
8. Dodge, K.A., & Pettit, G.S. (2003). A biopsychosocial model of chronic conduct problems. Developmental Psychology, 39(2), 349-371.
9. Dollard, J. et al. (1939). Frustration and aggression. Yale University Press.

10. Flook, L. et al. (2010). Effects of mindful awareness practices on executive functions. *J. Applied School Psychology*, 26(1), 70-95.
11. Gresham, F.M., & Elliott, S.N. (1990). *Social Skills Rating System*. American Guidance Service.
12. Kalff, D.M. (1980). *Sandplay: A psychotherapeutic approach to the psyche*. Sigo Press.
13. Karimov, A.N. (2020). *Maktabgacha yoshdagi bolalar psixologiyasi*. Toshkent: OzPFITI.
14. Landreth, G.L. (2012). *Play therapy: The art of the relationship* (3rd ed.). Routledge.
15. Landreth, G.L., & Bratton, S.C. (2006). *Child parent relationship therapy (CPRT)*. Routledge.
16. Loeber, R., & Farrington, D.P. (2000). Young children who commit crime. *Development and Psychopathology*, 12(4), 737-762.
17. Lorenz, K. (1966). *On aggression*. Harcourt, Brace & World.
18. Mayer, J.D., & Salovey, P. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185-211.
19. Patterson, G.R. et al. (1989). A developmental perspective on antisocial behavior. *American Psychologist*, 44(2), 329-335.
20. Raine, A. (2002). Biosocial studies of antisocial and violent behavior. *J. Abnormal Child Psychology*, 30(4), 311-326.
21. Ray, D.C. et al. (2015). Child-centered play therapy in the schools. *J. Counseling & Development*, 93(1), 23-31.
22. Rogers, C.R. (1951). *Client-centered therapy*. Houghton Mifflin.
23. Slayton, S.C. et al. (2010). Outcome studies on the efficacy of art therapy. *Art Therapy*, 27(3), 108-118.
24. Toshmatov, B.X. (2022). *Bolalar psixodiagnostikasi va psixokorreksiyasi*. Toshkent: Tafakkur.
25. Webster-Stratton, C. (1981). *The incredible years*. Umbrella Press.
26. WHO (2022). *Violence and injury prevention: Global status report*. Geneva.