

BOSHLANG‘ICH SINIF O‘QUVCHILARINING MAKTAB ALMASHINUVI JARAYONIDAGI PSIXOLOGIK MOSLASHUV MUAMMOLARI

Xasanova Reymajon Masharipovna

Qoraqalpog‘iston Respublikasi

Taxiatosh tumani 6- maktab o‘qituvchisi

ANNOTATSIYA

Ushbu maqolada boshlang‘ich sinf o‘quvchilarining bir maktabdan boshqa maktabga o‘tish jarayonida yuzaga keladigan psixologik moslashuv holatlari turli nazariy manbalar asosida yoritib berilgan. Yangi o‘quv muhitiga ko‘nikish, sinfdoshlar va o‘qituvchi bilan munosabat o‘rnatish jarayoni bolaning emotsional holatiga, o‘qishga bo‘lgan munosabatlariga va ijtimoiy rivojlanishiga sezilarli ta‘sir ko‘rsatadi. Mavzu davomida moslashuv bosqichlari, yuzaga keluvchi stress holatlari va ularni yengillashtirish usullari o‘rganiladi. Shuningdek, ota-ona va o‘qituvchi tomonidan ko‘rsatiladigan psixologik qo‘llab- quvvatlovning ahamiyati yoritiladi. Maqola natijalariga asoslanib, psixologik moslashuvni samarali tashkil etish bo‘yicha tavsiyalar ishlab chiqildi.

Kalit so‘zlar: *boshlang‘ich sinf o‘quvchilari, maktab almashinuvi, psixologik moslashuv, yangi muhit, stress, emotsional holat, ijtimoiy moslashuv, o‘qituvchi qo‘llab- quvvatlovi, ota-ona yordami, motivatsiya, psixologik muammolar.*

АННОТАЦИЯ

В данной статье рассмотрены психологические аспекты адаптации младших школьников при переходе из одной школы в другую на основе различных теоретических источников. Процесс привыкания к новой учебной среде, установление отношений с одноклассниками и учителем оказывают значительное влияние на эмоциональное состояние, отношение к учебе и социальное развитие ребенка. В работе исследуются этапы адаптации, возникающие стрессовые ситуации и способы их преодоления. Также подчеркивается важность психологической поддержки со стороны родителей и учителей. На основе результатов статьи разработаны рекомендации по эффективной организации процесса психологической адаптации.

Ключевые слова: *учащиеся начальных классов, смена школы, психологическая адаптация, новая среда, стресс, эмоциональное состояние, социальная адаптация, поддержка учителя, помощь родителей, мотивация, психологические проблемы.*

ABSTRACT

This article analyzes the psychological adaptation challenges faced by elementary school students when transitioning from one educational institution to another. The process of adapting to a new school environment and establishing social-psychological relationships with classmates and teachers directly influences students' emotional well-being, attitudes toward learning, and social integration. The study examines stages of adaptation, sources of stress, and strategies to mitigate these stressors. Additionally, the importance of psychological support from parents and teachers is highlighted. Based on the findings, practical recommendations have been developed to facilitate effective psychological adjustment.

Keywords: *elementary school students, school transition, psychological adaptation, new environment, stress, emotional well-being, social adjustment, teacher support, parental assistance, motivation, psychological challenges.*

KIRISH

O'zbekiston Respublikasida ta'lim tizimining uzluksiz rivojlanishi, maktablar sonining ortib borishi, ta'lim sifatiga bo'lgan talabning oshishi natijasida ta'lim muassasalari o'rtasida raqobat kuchaymoqda. Shu bilan birga, ota-onalarning farzandlarini sifatliroq ta'lim muassasasiga joylashtirish istagi, aholi migratsiyasi, ish joyining o'zgarishi kabi omillar sababli boshlang'ich sinf o'quvchilarining bir maktabdan ikkinchisiga ko'chish holatlari ham ko'paymoqda. Bunday o'zgarishlar esa bolalar uchun katta psixologik muammo bo'lishi mumkin.

Boshlang'ich ta'lim- shaxs rivojlanishining eng muhim bosqichlaridan biri bo'lib, bu davrda bolaning o'quv faoliyatiga, atrof-muhitga, sinfdoshlari va o'qituvchilarga bo'lgan munosabati shakllanadi. Yangi maktabga moslashish, yangi sinf jamoasiga kirish, o'qituvchining yangi talablari bilan tanishish boshlang'ich sinf o'quvchilari uchun ko'plab emotsional va ijtimoiy qiyinchiliklarni keltirib chiqaradi [2]. Bu jarayon bolaning o'z-o'zini anglashiga, o'ziga bo'lgan ishonchiga, o'qishga bo'lgan munosabatiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Boshlang'ich maktab davridagi psixologik moslashuv jarayoni murakkab va ko'p qirrali bo'lib, o'quvchilarning emotsional barqarorligi, ijtimoiy muloqot ko'nikmalari, yangi muhitga moslashish tezligi, oilaviy sharoiti, ota-onaning munosabati va, albatta, o'qituvchining yondashuvi kabi omillarga bog'liq bo'ladi [3]. Ayniqsa, maktab almashtirish kabi jarayonlarda bu omillarning har biri yanada kuchliroq ahamiyat kasb etadi. Shuningdek, bu jarayonning bevosita ta'lim jarayoniga ham ta'siri mavjud. O'quvchining e'tibori, motivatsiyasi, bilimlarni o'zlashtirish darajasi pasayishi mumkin. Bu holat esa nafaqat o'quvchining individual rivojiga, balki

sinfidagi umumiy muhitga ham ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli boshlang'ich sinf o'quvchisining maktab almashtirish tajribasini chuqur tahlil qilish, bu jarayonda uchraydigan psixologik qiyinchiliklarni aniqlash va ularni yumshatish yo'llarini taklif etish zamonaviy ta'lim tizimi uchun dolzarb masalalardan biri hisoblanadi. Mazkur maqolada aynan shu masalaga e'tibor qaratiladi.

Boshlang'ich sinf o'quvchisining bir maktabdan boshqasiga o'tishi, nafaqat makon va muhitning almashinuvi, ijtimoiy va psixologik muvozanatning yangidan shakllanishi deganidir. Bu jarayonda bola yangi sinfdoshlar, yangi o'qituvchi, boshqa odatlar va intizom bilan tanishadi. Bolaning bunga bo'lgan moslashuvi esa turlicha kechadi. Ayrim bolalar yangi muhitga tezda moslashsa, boshqalarda esa moslashuv ancha qiyin va vaqt talab etadigan jarayon bo'lishi mumkin [1].

Maktabni almashtirishning asosiy psixologik oqibatlarini quyidagilar bilan bog'liq bo'lishi mumkin [3].

1. Ematsionol beqarorlik- bola yangi maktabdagi xavfsizlik hissini yo'qotishi mumkin, bu esa xavotir, qo'rquv, yolg'izlik kabi holatlarni keltirib chiqaradi.

2. Ijtimoiy ajralish- oldingi sinfdoshlari bilan aloqaning uzilishi va yangi guruhga kirishdagi qiyinchiliklar bolada yolg'izlanish hissini kuchaytiradi.

3. O'qishga bo'lgan motivatsiyaning pasayishi-agar bola yangi muhitda o'zini ishonchsiz his qilsa, o'qishga qiziqish kamayadi, bu esa o'zlashtirish darajasiga salbiy ta'sir qiladi.

4. O'ziga bo'lgan ishonchning pasayishi- o'quvchi o'zini yangi sinfda yetarlicha qadrlanmayotgandek his qilishi mumkin, bu esa o'z- o'zini baholashga ta'sir qiladi.

Mazkur jarayonda psixologik moslashuv muhim ahamiyatga ega. A.V.Petrova tomonidan ishlab chiqilgan moslashuv bosqichlari (moslashuvning boshlang'ich stress davri, faol izlanish davri, ijtimoiy integratsiya davri) [4] bolalarning maktab almashinuvidagi kechinmalarini chuqurroq tushunishga yordam beradi. Har bir bosqichda pedagog va ota- onalarning to'g'ri yondashuvi bolaning ijtimoiy moslashuvini yengillashtiradi.

O'zbekiston sharoitida ayrim hududlarda maktablar orasida sharoitlar va talablardagi tafovutlar mavjud. Masalan, shahar maktablaridagi intensiv ta'lim dasturlari yoki ixtisoslashtirilgan maktablarga o'tkazish holatlarida bolalarning yangi o'quv rejasiga moslashishi ham muammo bo'lishi mumkin. Bu holatlarda psixolog, sinf rahbari va ota- onaning yaqin hamkorligi zarur bo'ladi.

Shuningdek, bola yangi muhitga ko'nikish jarayonida sinfdoshlari bilan muloqot, o'qituvchining munosabati, oilaviy qo'llab- quvvatlash kabi ijtimoiy omillar hal qiluvchi ro'l o'ynaydi [5]. O'qituvchi bolaning individual holatini inobatga olgan holda moslashuv rejasini ishlab chiqishi, sinfda ijtimoiy muhit yaratishi, guruhli

ishlashga faol jalb etishi kerak. Maktab almashtirishdagi qiyinchiliklarni yumshatish uchun har-xil usullar muhim hisoblanadi. Masalan, sinf rahbarining bolaning kelishidan oldin sinfga psixologik tayyorgarlik berishi, yangi o'quvchi bilan individual suhbatlar tashkil qilish, ota-ona, psixolog va o'qituvchi uchrashuvlarini yo'lga qo'yish, bolani guruhli ishlashga jalb etish orqali ijtimoiylashuvni tezlashtirish, boshlang'ich davrda bolaning o'qish va muloqotdagi muvaffaqiyatlarini rag'batlantirish va hokazo.

Yangi maktabga moslashish davrida o'quvchining shaxsiy xususiyatlari, ya'ni temperament turi, fe'l-atvori, moslashuvchanlik darajasi ham muhim ro'l o'ynaydi. Masalan, sangvinik yoki optimistik xarakterga ega bolalar yangi muhitga tezda ko'niksa, melanxolik yoki tortinchoq bolalar ko'proq vaqt va e'tibor talab qiladi [2].

Bola uchun maktab nafaqat bilim olish maskani, balki ijtimoiylashuv, o'z o'rnini topish, o'zini namayon qilish imkoniyatini beradigan muhitdir. Shu sababli, maktabni almashtirish bolaning ijtimoiy statusini ham o'zgartiradi. U ilgari yetakchi ro'l o'ynagan bo'lsa, yangi sinfdagi oddiy a'zo sifatida qaralishi mumkin.

Yuqoridagi holatlar quyidagi psixologik holatlarni keltirib chiqarishi mumkin:

- Shubha va ishonchsizlik hissi: bola o'zining qabul qilinishiga shubha bilan qaraydi.
- Passivlik yoki agresivlik: bu holat bolaning xulq-atvorida keskin o'zgarishlarga olib kelishi mumkin.
- Izolyatsiyalashish: agar sinfdagi ijtimoiy munosabatlar salbiy bo'lsa, bola o'zini chetlashtiradi va yolg'iz qolishni afzal ko'radi.

Aynan boshlang'ich sinf yoshi (7-10 yosh) shaxsning emotsional va ijtimoiy rivojlanishi uchun juda muhim bosqich bo'lganligi sababli, bu davrdagi maktab almashinuvi psixologik jihatdan chuqur ko'rib chiqilishi kerak [1] [4].

Boshqa tomondan, maktab almashinuvi ayrim holatlarda ijtimoiy va emotsional yuksalish uchun ham imkoniyat bo'lishi mumkin. Misol uchun, ilgari e'tiborsiz qolgan bola yangi muhitda o'zining ijobiy jihatlarini ko'rsatib, o'zini anglashga, o'z-o'zini baholashga ijobiy ta'sir ko'rsatuvchi omilga aylanishi mumkin. Bunday holatlarda esa: yangi imkoniyatlar va rag'batlar, yangi ijtimoiy muhitda o'zini qayta namoyon qilish, yangi o'qituvchi bilan mustahkam munosabatlar o'rnatish kabi omillar muhim bo'ladi.

O'qituvchining boshqaruv uslubi va emotsional yondashuvi bola uchun eng katta omil hisoblanadi. Iliq, quvvatlovchi, e'tiborli muhit bola moslashuvini yengillashtiradi, salbiy kechinmalarning oldini oladi.

Pedagogik jihatdan, yangi kelgan o'quvchiga quyidagi yondashuvlar tavsiya etiladi [2].

1. Dastlabki hafta davomida bolani baholamaslik, balki kuzatish.
2. Uning ko'nikmalari va qiziqishlarini aniqlash orqali darslarga integratsiyalash.
3. Guruhli ishlarga faol jalb qilish va sinfda ijobiy munosabat shakllantirish.
4. Ustunliklari asosida maqtov va rag'bat berish orqali o'ziga ishonchni oshirish.

Shuningdek, sinfga yangi kelgan o'quvchining moslashuv jarayonida individuallashtirilgan yondashuv katta ahamiyatga ega. Bu degani, har bir bola o'zining psixologik holati, oldingi maktabdagi tajribasi, oilaviy muhitiga qarab har xil tarizda moslashadi. Shu boisdan o'qituvchi bolaning individualligini inobatga olgan holda, unga shaxsiy e'tibor qaratishi kerak bo'ladi [1].

Yangi muhitga ko'nikishda bola ko'pincha o'zini chetlangan, tushunilmagan his qilishi mumkin. Bunday holatda o'quvchining sinfdoshlar bilan ijtimoiy aloqalarini yo'lga qo'yish ustida faol ishlash kerak. Maktab psixologi esa bu bosqichda bolaning his-tuyg'ulari, tashvishlari va xavotirlarini aniqlab, zarur maslahat va ruhiy ko'mak berish zarur. Moslashuv davrida bolaning o'quv motivatsiyasi ham pasayib ketmasligi lozim. Buning uchun o'qituvchi unga muvaffaqiyatni boshidan kechirish imkoniyatini yaratishi lozim: osonroq topshiriqlar, tezkor rag'bat, sinf oldida maqtovlar- bular bolaning o'ziga bo'lgan ishonchini tiklaydi va yangi muhitni ijobiy qabul qilishga yordam beradi.

Shuningdek, ota-onaning hamkorligi alohida ahamiyatga ega. Ota-onalar farzandining yangi sinfga ko'nikishida faollik ko'rsatishlari, o'qituvchi bilan doimiy muloqotda bo'lishlari, uyda ruhiy qo'llab-quvvatlashlari kerak. Uy-maktab hamkorligi bola uchun barqaror va ijobiy muhit yaratadi.

Psixologik jihatdan esa yangi maktabga ko'chib kelgan boshlang'ich sinf o'quvchisi bir necha bosqichli moslashuv jarayonini boshdan kechiradi. Bu davrda u avvalgi maktabidagi do'stlar, o'qituvchilar, tanish muhit bilan xayirlashib, yangicha ijtimoiy makonga kirib keladi. Bu esa bolada xavotir, yolg'izlik hissi, o'ziga ishonchsizlik va ichki beqarorlikka olib kelishi mumkin [2].

Bolada quyidagi psixologik reaksiyalar kuzatilishi mumkin:

Ajralish xavotiri- tanish muhitdan uzilgan bola o'zini yo'qotgan, himoyasiz his qiladi. Yangi muhitga nisbatan ishonchsizlik- yangi o'qituvchi va sinfdoshlar bilan muloqotga kirishishda qiyinchilik yuzaga keladi.

Moslashuvdagi emotsional tushkunlik- kayfiyatni tez o'zgarishi, yig'loqilik, tez ranjish kuzatiladi.

E'tiborni jamlash qiyinligi- tashvish va ichki zo'riqish tufayli darslarga diqqatni to'plash pasayadi [1].

Bu holatlarning oldini olish yoki yengillashtirish uchun quyidagi psixologik yondashuvlar tavsiya etiladi [4].

1. Bolaning his-tuyg'ulariga e'tibor qaratish, u bilan yumshoq, samimiy muloqot qilish.
2. Unga yangi sinf muhitida o'zini xavfsiz his qilishga yordam berish.
3. Ijobiy ijtimoiy tajribalarni yaratish: uni guruhli ishlashga jalb qilish, do'stlar orttirishiga sharoit yaratish.
4. Bola o'zini qanday his qilayotganini erkin ifodalashiga imkon berish: chizish, hikoya qilish, o'yinlar orqali.

Maktab psixologi tomonidan o'tkaziladigan moslashuv diagnostikasi, suhbatlar, psixokorreksion mashg'ulotlar bu jarayonni osonlashtiradi. Shuningdek, o'qituvchi va ota-onalarga psixologik tavsiyalar berish orqali ularning bola bilan ishlashidagi yondashuvlari to'g'irlanishi mumkin [5].

Shunday qilib, psixologik yondashuvlar orqali o'quvchining hissiy holatini aniqlash, unga moslashuvda ko'mak berish, o'ziga bo'lgan ishonchni shakillantirish va ijtimoiy muhitga integratsiyalashuvi ta'minlanadi. Yangi maktabga ko'chib kelgan boshlang'ich sinf o'quvchisini ruhiy jihatdan qo'llab-quvvatlash – uning kelgusi ta'lim jarayonidagi muvaffaqiyatlarning asosi bo'lib xizmat qiladi. Shu bois, o'qituvchi, psixolog va ota-onalarning hamkorligi bu jarayonning ajralmas va muhim tarkibiy qismi sanaladi.

Mavzuga doir mualliflar tomonidan yozilgan adabiyotlar nazariy tahlil qilindi. Tahlil natijalari esa quyidagi jadvalda umumlashtirildi.

Muallif va adabiyot nomi	Asosiy mazmuni va yondashuvi	Tavsiyasi
Abdukodirova M. "Bola psixologiyasi" (2020) [1]	Bolaning yangi sharoitga moslashuvi, hissiy barqarorlik va oilaviy qo'llab-quvvatlash muhimligi ta'kidlangan.	Ota-ona va pedogoglar o'rtasidagi hamkorligini mustahkamlash lozim.
G'ofurov A. "Boshlang'ich talim psixologiyasi" (2021) [3]	O'quvchining ijtimoiy moslashuvi, sinfdoshlar bilan munosabat va o'qituvchi bilan aloqaning ahamiyati ko'rsatilgan.	Yangi sinfga ko'nikish davrida individual yondashuv zarur.
Karimova N. "O'quvchilarda ijtimoiy moslashuv muommolari" (2018) [4]	Moslashuvdagi stress holatlari, o'ziga ishonch va ruhiy holat muhimligi yoritilgan.	Psixologik yordam orqali stressni kamaytirish va ijtimoiy faollikni oshirish kerak.

XULOSA

Yuqoridagi fikrlardan kelib chiqqan holda, xulosa qilib shuni aytamanki, o'quvchining bir maktabdan boshqasiga o'tishi uning ruhiy holati, o'zini tutishi va

o'quv faoliyatiga bevosita ta'sir qiluvchi omillardan biridir. Shu sababli, bu davrda ularning holatini to'g'ri baholash va unga mos yondashuvlar tanlash zarur. Psixologik moslashuvda hissiy barqarorlik, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, hamda individual yondashuv muhim ahamiyatga ega. Bularning barchasi- bolaning faollashuvi, o'zini sinf jamoasining teng a'zosi sifatida his etishi va ta'lim jarayonida faol qatnashishga xizmat qiladi. Mazkur masalani samarali hal etish uchun quyidagi taklif va tavsiyalarga amal qilish maqsadga muvofiqdir. O'quvchini yangi sinfga moslashtirishda psixolog va o'qituvchi birgalikda ishlashi zarur, ota-onalar bolaning hissiy holatini doimiy kuzatib, uni ruhlantirib turushlari kerak, har bir yangi kelgan bola bilan individual suhbatlar tashkil etish lozim. Umuman aytganda, bolaning yangi maktab muhitiga moslashuvi nafaqat ta'lim jarayoniga, balki uning ruhiy holatiga ham bevosita ta'sir ko'rsati. Har bir bola o'zining qadrli ekanligini his qilganidagina, u yangi muhitga muvaffaqiyatli moslasha oladi va ijtimoiy-psixologik rivojlanishda salmoqli natijalarga erishadi. Bu esa uning o'qishga bo'lgan qiziqishini oshiradi, ijtimoiy faolligini kuchaytiradi va shaxs sifatida sog'lom rivojlanishiga zamin yaratadi.

ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Abdukodirova M. "Bola psixologiyasi". Toshkent, O'qituvchi nashriyoti, 2020 y.
2. Abdurahmonova D. "Pedagogik psixologiya asoslari". Toshkent, Fan, 2019y.
3. G'ofurov A. "Boshlang'ich ta'lim psixologiyasi". Samarqand, Ziyo Press, 2021 y.
4. Karimova N. "O'quvchilarda ijtimoiy moslashuv muammolari". Toshkent, Innovatsiya, 2018 y.
5. Tadjibayeva M. "Boshlang'ich sinf o'quvchilarining emotsional rivojlanishi". Buxoro, Ilm ziyo, 2022 y.