

бронхларнинг мушак ва патологик фаол даври турғун бўлиши мумкин.

Т.В.Константинович (2007) томонидан БА билан касалланганларда психоэмоционал соҳанинг бузилишлар эпидемиологик тадқиқоти ўтказилди. Тадқиқотларнинг натижаларига кўра, нафас тизимининг обструктив патологиясига эга, шу ўринда БА билан касалланганлар ҳам, соғлом инсонлардан психоэмоционал статуснинг барча кўрсаткичлари бўйича салбий томонга фарқ қилади: уларда невротик, ҳавотир ва депрессив белгиларнинг юқорилиги тавсифлидир.

Тадқиқот муаллифи томонидан яққол намоён бўлаган психик тизимларнинг бузилиш соматоген омили билан шартланган бўлиб, мия тўқималарининг нейронлар ва глиял элементлар даражасида иккиламчи ўзгаришлари билан боғлиқ МНТнинг узоқ муддатли ва қайтарилаётган гипоксия ва гиперкапния натижасидир [8].

Адабиётлар

1. Фрейд З. Психология бессознательного / З. Фрейд. СПб. – Питер: 2010, -С. 400.
2. Александер Ф. Психосоматическая медицина. Принципы и практическое применение. / Ф.Александер. - М.: Эксмо-Пресс, 2002, -С. 352.
3. Михайлов Б.В. Психосоматические расстройства как общесоматическая проблема. Б.В.Михайлов. // DOCTOR. 2002, № 6.
4. Пыцкий В.И. Аллергические заболевания / Пыцкий В.И., Адрианова Н.В., Артомасова А.В. - М.: «Медицина», 1984.
5. Рачинский С.В. Болезни органов дыхания у детей: Руководство для врачей. / Рачинский С.В., Таточенко В.К., Артамонов Р.Г. и др.; Под ред. Рачинского С.В., Таточенко В.К. - М.: «Медицина», 1987, -С. 496.
6. Беш Л.В. Оцінка психоэмоционального статусу дітей пубертатного віку, хворих на бронхіальну астму. / Беш Л.В., Цьорох А.О. // Інф-й лист про нововведення в системі охорони здоров'я. - К.: «Укрмедпатінф», 2007. –С. 3.
7. Ухтомский А.А. Доминанта. / А.А. Ухтомский. СПб. – Питер: 2002, -С. 448.
8. Константинович Т.В. Психосоматичні та соматопсихічні синдроми у клініці захворювань органів дихання. / Т.В.Константинович. // Здоров'я України: 2008, №9. -С. 48-49.
9. Козачун В.Л., Психосоматика бронхиальной астмы.

РЕЗЮМЕ

Мазкур мақолада бронхал астма билан касалланган беморларнинг психо-эмоционал ҳолатлари хақида тўхталинган. Бронхал астмаси бор беморнинг ўзига хос хусусияти шундаки, улар бошқа одамларга қараганда кўпроқ салбий ҳис-туйғуларни бошидан кечиришди ва ифода қилишди. Шунингдек, улар стрессга, инфантилизмга етарлича қаршилик кўрсатмайдилар, ўзларини паст баҳолайдиган ва бошқаларнинг фикрига юқори даражада қарамликда намоён бўладиган, ўзининг имиджининг етишмаслиги билан ажралиб туради.

РЕЗЮМЕ

В статье раскрывается психоэмоциональное состояние пациентов с бронхиальной астмой. Характерной особенностью пациента с бронхиальной астмой является то, что он испытывает и выражает больше негативных эмоций, чем другие люди. Они также недостаточно устойчивы к стрессу и инфантилизму, характеризуются отсутствием самооценки, которая является в основном низкой самооценкой и сильно зависят от мнения других.

SUMMARY

The article touches on the psycho-emotional state of patients with bronchial asthma. A characteristic feature of a patient with bronchial asthma is that they experience and express more negative emotions than other people. They are also insufficiently resistant to stress and infantilism, characterized by a lack of self-esteem, which is mainly low self-esteem and is highly dependent on the opinions of others.

ОСНОВНЫЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФОРМЫ РАБОТ С КОНФЛИКТАМИ

Э.Ж.Нурымбетова – старший преподаватель

Нукусский государственный педагогический институт имени Ажинияза

Таянч сўзлар: низо, ҳамкорлик, мурося, рақобат, қочиш, мослашиш.

Ключевые слова: конфликт, соперничество, сотрудничество, компромисс, избегание, приспособление.

Key words: conflict, rivalry, cooperation, compromise, avoidance, adaptation.

Личность в процессе своего развития сталкивается с проблемными и конфликтными ситуациями, которые не всегда могут разрешиться самостоятельно, это может стать причиной частых стрессов, депрессий, которые оказывают негативное влияние на жизнедеятельность. Однако в большинстве случаев человек не решает обратиться за помощью к своим близким, к окружающим людям, тогда в их роли может выступить профессиональная психологическая помощь. Если своевременно не оказать профессиональную психологическую помощь, то это может привести к более серьезным последствиям.

Профилактика и прогнозирование конфликтов является более необходимым способом в их урегулировании, чем разрешение конфликтных ситуаций конструктивного характера в жизнедеятельности.

В настоящее время, в психологической науке становится общепринятым положение о том, что нивелирование конфликта невозможно, особенно во взаимоотношениях людей, поскольку, сами конфликты

могут рассматриваться, как неотъемлемая часть жизнедеятельности людей. Поэтому как мы полагаем, человек не должен избегать конфликтных ситуаций, а находить более приемлемые варианты и стратегии разрешения их.

Как свидетельствуют теоретический обзор исследований по конфликтологии, высокая конфликтность зависит от ряда факторов: психофизиологических (степень эмоционально-волевых устойчивости), мотивационных (общая направленность личности и мотивы в данной ситуации) и социально-психологические особенности (социально-психологические особенности личности) [1,4, 5, 6].

В исследованиях, посвященных изучению этого явления, имеется достаточно богатый эмпирический материал, где в большинстве из них межличностный конфликт описывается как столкновение противоположных целей, интересов, позиций, мнений людей, взглядов оппонентов или субъектов взаимодействия [2,5,6].

Конфликтной ситуации некоторые авторы приписывают и инцидент или «столкновение сторон», который является прорывом конфликта, активным действием, где конфликт трактуется как борьба за лидерство или достижение какого-либо места в коллективных отношениях [5,7]. Например, при взаимодействии сотрудника с коллегами, руководством или родственниками будет проявляться специфика реагирования, обусловленная характером диадических отношений, но фундаментальным фактором во всех этих видах взаимоотношений будет выступать такая его личностная особенность, как стиль поведения в конфликтной ситуации.

Во всём многообразии существующих концепций конфликта в юридической и военной психологии среди причин их возникновения выделяют любые противоречия: новаторство и консерватизм; групповые интересы, т.е. отстаивание интересов своей группы, а в некоторых из них формально – властное, неуважительное, безразличное общение командира с подчиненными, которые обостряют отношения и доводят до конфликта [5,10]. Приверженцы другого подхода понимают конфликт, как наиболее деструктивный способ развития и завершения противоречий, в ходе социального взаимодействия и видят возможность налаживания их, которое ведет к концепции урегулирования [1,2].

В настоящее время понимание конфликта в психологических исследованиях, основывается на более широкой и глубокой интерпретации этого феномена:

- конфликты сами по себе могут нести не только негативные последствия, они могут иметь деструктивный и конструктивный характер, всё зависит от выполняемой ими функции и их нормы; конфликтное противоречие - основа саморазвития индивида и социальных систем [1, 3, 4].

Для выявления типов взаимоотношений в сложных условиях и определения способов реагирования человека в конфликтных ситуациях применительно личностный опросник, разработанный К.Томасом, позднее адаптированный Н.В.Гришиной. Методика используется для изучения адаптационных и коммуникативных особенностей личности в межличностном взаимодействии. Также при помощи этой методики можно выяснить насколько человек склонен к соперничеству или сотрудничеству в коллективе сотрудников, стремится ли он к компромиссам, избегает ли конфликты или, наоборот, старается обострить их. При изучении конфликтных ситуаций К.Томас акцентирует внимание на изменении традиционного отношения к конфликтам [3].

В последнее время с увеличением числа исследований, указывающих на позитивные функции конфликтов, по мысли автора управление конфликтами более подходящий вариант, чем элиминирование ими [3,4].

Широко известны и стратегии поведения в конфликте и их реализация в тактиках взаимодействия предложенная К.Томасом. Стратегии поведения, избираемые участниками конфликта, имеют решающее значение для его последующего развития, а зачастую и для конечного результата. К.Томас выделил следующие способы регулирования конфликтов:

1. Соперничество, как стремление добиться удовлетворения своих интересов в ущерб другому;
2. Приспособление, означающее в противоположность соперничеству принесение в жертву собственных интересов ради другого;
3. Избегание, для которого характерны как отсутствие стремления к кооперации, так и отсутствие тенденции к достижению собственных целей;
4. Сотрудничество, когда участники ситуации при

ходят альтернативе, полностью удовлетворяющей интересы обеих сторон.

5. Компромисс, когда действия участников направлены на поиски решения за счёт взаимных уступок, на выработку промежуточного решения, устраивающего обе стороны, при котором особенно никто не выигрывает, но и не теряет [3].

Принципиальная возможность сотрудничества в рамках конфликтного взаимодействия допускается и другими авторами. Так, Л.А. Петровская указывает: «Конфликтная компетентность сегодня – это, прежде всего, освоение позиции партнёрства, сотрудничества на фоне владения, конечно, и другими поведенческими стратегиями тоже» [9].

Согласно, исследованиям конфликто-разрешающих факторов, было отмечено, что прогнозирование и профилактика являются важными способами управления ими. Предупредить конфликты гораздо легче, чем их разрешение. Профилактика конфликтов требует меньше затрат сил, средств и времени и может предупредить самые минимальные деструктивные последствия [4].

Известно, что любая профессия предъявляет к личности профессионала соответствующие требования, которые могут у человека не вполне соответствовать уровню этих требований. Так как каждая деятельность предполагает общение с разными людьми, сотрудники должны иметь навыки построения конструктивного диалога, уметь подбирать такой способ реагирования на конфликтные ситуации, который наибольшей степени соответствует сложившейся ситуации. При конфликтной ситуации человек не всегда может правильно оценить ситуацию, и выбрать определенный стиль поведения, поэтому целесообразно было бы учитывать знания психологии людей.

В психолого-педагогической практике к эффективным способам технологий относят социально-психологические тренинги развития личности (интеллектуальный тренинг, тренинги рефлексии и уверенности в себе, тренинги креативности и др.), которые широко применяются в системе профессионального и последиplomного образования. Таким образом, важность социально-психологического тренинга состоит в том, что эта психолого-педагогическая технология помогает самораскрытию скрытых возможностей и потенциала человека. В ходе тренинговых занятий, профессионально-значимые личностные качества могут развиваться.

В настоящее время социально-психологический тренинг является одним из развивающихся видов психологической работы и относится к ряду методов активного группового обучения.

Традиционно, социально-психологический тренинг рассматривается как ситуация, в которой участники в первую очередь получают необходимые знания о тех профессионально-значимых личностных характеристиках, которые определяют профессиональную успешность человека. Далее, на тренинге предоставляются условия для формирования профессионально значимого умения, а затем и навыка. Эти три основных компонента: знание, умение и навык – есть общепризнанный путь формирования и развития профессионально значимых личностных характеристик, обеспечивающих эффективность профессиональной деятельности.

Также социально-психологический тренинг может рассматриваться как эффективный способ формирования коммуникативных умений и навыков, в том числе и управление конфликтными ситуациями. Возможности социально-психологического тренинга включают и способствуют снятию нервно-психического напряжения. Социально-психологический тренинг предполагает овладение эффективной техникой

общения, навыками глубокого понимания себя, партнёра по общению, которыми может выступать группа, способствует к умению быстро и адекватно ориентироваться в различных коммуникативных ситуациях. Такая социально-психологическая компетентность личности делает её подготовленной, более защищённой в практике межличностного общения.

Специфика тренинга по сравнению с другими методами обучения, состоит в том, что они направлены «не

только на решение ныне существующих проблем участников, но и на профилактику их возникновения в будущем, в частности, за счёт предоставляемой им возможности «научиться решать проблемы».

В этом ракурсе, социально-психологический тренинг выступает в своеобразной форме обучения знаниям и умениям в сфере взаимодействия людей, а также их развитию и при необходимости соответствующей коррекции.

Литература

1. Анцупов А.Я., Шипилов А.И. Конфликтология. -М.: 1999
2. Анцупов А.Я. Изучение проблемы конфликта. // Материалы третьей научной конференции по советской военной психологии. -М.: ВПА, 1991. -С. 92-96.
3. Большая энциклопедия психологических тестов. -М.: «Эксмо», 2007, -С. 416.
4. Вачков И. В. Психология тренинговой работы. - М.: 2007.
5. Гришина Н.В. Психология конфликта. СПб. –Питер: 2009, -С. 544.
6. Канатаев Ю.А. Конфликтные явления в воинских коллективах. –Москва: 1989, -С.52.
7. Караяни А.Г., Перевалов В.Ф., Сыромятников И.В. Психология и педагогика профессиональной деятельности офицера. – М.: Воснздат, 2006, -С.488.
8. Смирнов В.Н. Психология управления персоналом в экстремальных условиях: учеб. пособие для студ. высш. учеб. Заведений. / В.Н.Смирнов. – М.: Издательский центр «Академия», 2007, -С. 256.
9. Суннатова Р.И. Психологическая диагностика детского развития (руководство пользователя и карточный инструментальный). Под. ред. Р.И.Суннатовой. –Москва - Ташкент.- ИТД «СМИ - АЗИЯ» - Издательство журнала «San'at», 2008.
10. Подольск. Я. В. Личность и коллектив: Воснздат, 1989, -С. 350.

Макур маклада «конфликт» тушунчасининг моҳияти ва психологининг конфликт билан олиб борадиган асосий ишлари очиб берилган. Автор, шу психологик қаторда ижтимоий-психологик тренингни ажратиб кўрсатади. Шунинг билан, шахсининг низоли вазиятларда жавоб бериш типларига: «хамкорлик», «муроса», «рақобат», «қочиш», «мослашиш» масалаларига тўхталинган.

РЕЗЮМЕ

РЕЗЮМЕ

В статье раскрывается содержание понятия «конфликт», а также основной работы психолога с конфликтами. Среди психологических форм работ с конфликтами автор выделяет социально-психологический тренинг (СПТ). Также автором сделан акцент на стратегии поведения личности, разработанный К.Томасом: соперничество, сотрудничество, компромисс, избегание, приспособление.

SUMMARY

The article reveals the content of the concept «conflict» and basic work of a psychologist with conflicts. Among the psychological forms of work with conflicts, the author distinguishes socio- psychological training (SPT). The author also focuses on personality's behavior strategy developed by K. Thomas: rivalry, cooperation, compromise, avoidance, adaptation.

MAKTABGACHA VA BOSHLANG'ICH TA'LIMNING UZVIYLIGINI PSIXOLOGIK-PEDAGOGIK QO'LLAB-QUVVATLASH

K.Tleumbetova - psixologiya fanlari nomzodi, dotsent

X.Shamuratova - magistrant

Ajiniyoz nomidagi Nukus davlat pedagogika instituti

Tayanch so'zlar: maktabgacha ta'lim, boshlang'ich ta'lim, rivojlanishning psixologik tomoni, ko'nikma, malaka, uzviylik, psixologik-pedagogik qo'llab-quvvatlash.

Ключевые слова: дошкольное образование, начальное образование, психологические аспекты развития, навыки, компетентность, преемственность, психологическая и педагогическая поддержка.

Key words: preschool education, primary education, psychological aspects of development, acquirement, competence, continuity, psychological and pedagogical support.

Maktabgacha ta'lim-bola shaxsini maktabgacha yoshdagi bolalarning ta'lim-tarbiyasiga qo'yiladigan davlat talablariga muvofiq sog'lom va komil, maktabda ta'lim olishga tayyorlash – asosiy maqsadi hisoblanadi. Bolani bolalar jamoasiga olib kirish - bu tarbiyachi-pedagogning vazifasi hisoblanadi [1]. Bu jarayon bosqichma-bosqich amalga oshiriladi: bunda bolani bog'chaning kunlik rejimiga yaqinlastirish, uni bog'cha hayotidagi rejimga faol qatnastirish, chiniqtiruvchi usullardan keng foydalanish, bola organizmining faolligini rivojlantirish uchun zarur harakat faoliyatini oshirish bilan amalga oshiriladi.

Maktabgacha ta'lim uzluksizligini samarali amalga oshirish muammosi zamonaviy psixologik-pedagogik fan va amaliyotning diqqat markazida bo'lib kelgan va shunday bo'lib qolmoqda. Bugungi kunning vazifasi davlat darajasida maktabgacha ta'lim muassasalari va boshlang'ich maktablar o'rtasidagi uzviylikni o'rnatishdir. Zamonaviy olimlar va amaliyotchilar maktabgacha tarbiya muassasalari va maktablarning pedagogik jarayoni mazmuni, usullari va tashkil etish shakllariga e'tibor berishadi. Natijada, boshlang'ich maktabda bolalarning maktabgacha ta'lim muassasalarida olgan ko'nikmalari to'liq amalga oshirilmaydi, bu o'quvchilarning bilimga bo'lgan qiziqishini pasayishiga olib keladi va maktab sharoitlariga moslashishni qiyinlashtiradi. O'qitish usullari o'rtasidagi

uzviylikni amalga oshirishda ko'plab muammolar mavjud: boshlang'ich maktabda o'qitish usullari muammosi keng qo'llaniladi, bolalar bog'chasida esa, vizualizatsiya va o'yin usullarining turli shakllariga afzallik beriladi.

Bugungi kunda, maktabgacha ta'limning amaldagi qonunchilik bazasini belgilovchi me'yoriy hujjatlarning asosiy qoidalarini amalga bajarish masalalari: "Maktabgacha ta'lim to'g'risida"gi qonun, "Maktabgacha yoshdagi bolalarni rivojlantirishga qo'yiladigan davlat talablari" va "Ilk qadam" o'quv dasturi bo'lib hisoblanadi. Maktabgacha ta'lim uzluksizligi, maqbul vositalar, shakllar, usullarning samarali tatbiqini topish muammolari psixologik va pedagogik nazariya va amaliyotning diqqat markazida qolmoqda. Afsuski, zamonaviy psixologik-pedagogik adabiyotlarda birinchi bosqich - bolalar bog'chasidan boshlab uzluksiz ta'lim tizimida bolalarning rivojlanishidagi uzluksizlikni psixologik qo'llab-quvvatlash mexanizmlarini ochib beradigan nashrlar juda kam.

Zamonaviy tadqiqotlar tahlili natijalari psixologik yordamning nafaqat maktabgacha yoshdagi bolalarni maktabga talim olishga tayyorlashga va ularning noto'g'ri tushunchalarining oldini olishga, balki ta'limni modellashtirishga ta'sirini o'rganish dolzarbligi ekanligini ko'rsatadi. Maqolaning maqsadi: maktabgacha ta'limning psixologik va pedagogik rahbarlik usullarida, bolalar