

inobatga olgan holda “Ona-bola” diadasining oʻziga xos xususiyatlarini oʻrganish maqsadida ilmiy-tekshirish quvvatini oshirishga boʻlgan ehtiyoj keskin turibdi. Xuddi shuningdek, yana bir kelajakdagi muhim masala – tugʻruqqa koʻmaklashish mutaxassislari, perinatal psixolog, neonatolog va pediatrianing “shifokor-bemor” tizimidagi munosabatlarga va hamkorlikka koʻmaklashish

maqsadidagi sohalararo oʻzaro hamkorlik algoritmini ishlab chiqish boʻladi. Perinatal davrda ayollar psixoemotsional sohasidagi buzilishlarini aniqlashning zamonaviy muolajasini yuksaltirish mutaxassislarga zarur boʻlgan kompleks tibbiy-psixologik yordam koʻrsatish va tugʻruqdan keyingi davrda turgʻun affektiv buzilishlar rivojlanishiga yoʻl qoʻymaslik imkoniyatini beradi.

Adabiyotlar

1. Гарнизов Т., Хаджицелова Д. Послеродовая депрессия // Вестник по педагогике и психологии Южной Сибири. – 2015. – № 3.
2. Голубых А.И., Савеныхева С.С. Эмоциональные особенности беременных женщин и отношение к будущему ребенку и супругу // Научные исследования выпускников факультета психологии СПбГУ. – 2014. – Т. 2. – С. 72–78.
3. Илхамова Д.И. Перинатал психология. Т., 2012 й. 100 б.
4. Коргожа М.А. Динамика эмоциональных состояний у женщин в послеродовом периоде: дис. ... канд. психол. наук. – СПб., 2019.
5. Малькина-Пых И.Г. Психосоматика: Справочник практического психолога. – М.: Эксмо, 2005.-992 с.
6. Miller M.L., Kroska E.B., Grekin R. Immediate postpartum mood assessment and postpartum depressive symptoms // Journal of Affective Disorders. – 2017. – Vol. 207. – P. 69–75.
7. Нишоновна З., Камиллова Н., Алимова Г. Психогигиена: Ўқув қўлланма. – Т.: Фан ва технологиялар Марказий босмахонаси. 2010 й. – 247 б.

РЕЗЮМЕ. Maqolada ayollarda perinatal davrda psixoemotsional holatlarni tadqiq qilish va salbiy emotsional holatlar aniqlanganda psixologik yordam koʻrsatish zarurligi tahlil qilingan. Reproktiv soha psixologiyasidagi biopsixosotsial yondashuv nuqtayi nazaridan qaraganda perinatal davrdagi ayollar kechinmalarining oʻziga xosligi, bu davrdagi xavotirli-depressiv alomatlarining rivojlanish omilini alohida maxsus oʻrganishni talab qiladi. Gestatsiya va tugʻruqdan keyingi davrlarda ayollardagi emotsional holatlarni psixodiagnostika qilish va salbiy emotsional holatlarni aniqlashning zamonaviy metodik majmuasi taqdim qilingan.

РЕЗЮМЕ. В статье анализируется необходимость изучения психоэмоциональных состояний у женщин в перинатальном периоде и оказания психологической помощи при выявлении негативных эмоциональных состояний. С точки зрения биопсихосоциального подхода в психологии репродуктивной сферы специфика переживаний женщин в перинатальном периоде требует специального изучения фактора развития тревожно-депрессивной симптоматики в этот период. Представлен современный комплекс методов психодиагностики эмоциональных состояний и выявления негативных эмоциональных состояний у женщин в период гестации и послеродовом периоде.

SUMMARY. The article analyzes the need to study psycho-emotional states in women in the perinatal period and provide psychological assistance when negative emotional states are detected. From the point of view of the biopsychosocial approach in the psychology of the reproductive sphere, the specificity of women's experiences in the perinatal period requires a special study of the developmental factor of anxiety-depressive symptoms in this period. A modern set of methods for psychodiagnostics of emotional states and detection of negative emotional states in women in the gestational and postpartum periods is presented.

MAKTABGACHA TARIYA YOSHIDA RIVOJLANISHNING PSIXOLOGIK VA IJTIMOY SHART-SHAROITLARI

S.Saytbekova – *pedagogika fanlari nomzodi, dotsent*

Ajiniyoz nomidagi Nukus davlat pedagogik instituti

G.Smetova – *assistent oʻqituvchi*

Qoraqalpogʻiston tibbiyot instituti

Tayanch soʻzlar: maktabgacha tarbiya yoshi, oʻyin, yetakchi faoliyat, bilish jarayonlari, muloqat, asosiy psixologik yangilik, inqiroz.

Ключевые слова: дошкольный возраст, игра, лидерская деятельность, познавательные процессы, общение, базовая психологическая новизна, кризис.

Key words: preschool age, game, leadership activity, cognitive processes, communication, basic psychological novelty, crisis.

Ontogenezda 3 dan 7 yoshgacha boʻlgan davr bogʻcha yoshi davri yoki maktabgacha yosh davri hisoblanadi. Maktabgacha yoshdagi bolalar psixologiyasida juda tez sifat oʻzgarishlari boʻlishini inobatga olgan holda 3 davrga: (3-4 yosh) kichik maktabgacha davr, (kichik boʻgʻcha yoshi), (4-5 yosh) oʻrta maktabgacha davr, (oʻrta bogʻcha yoshi), (6-7 yosh) katta maktabgacha davr (katta bogʻcha yoshi)ga ajratish mumkin. Bola rivojlanish jarayonida kishilik avlodi tomonidan yatilgan predmet va hodisalar olami bilan munosabatga kirishadi. Bola insoniyat qoʻlga kiritgan barcha yutuqlarni faol ravishda oʻzlashtirib, egallab boradi. Bunda predmetlar olamini, ular yordamida amalga oshiriladigan xatti-harakatlarni, tilni, odamlar orasidagi munosabatlarni egallab olishi, faoliyat motivlarining rivojlanishi, qobiliyatlarning oʻsib borishi, katta yoshli kishilarning bevosita yordamida amalga oshirilib borilmogʻi kerak. Asosan shu davrdan boshlab bolaning mustaqil faoliyati kuchaya boshlaydi [1:185].

Bogʻcha yoshdagi bolalarga beriladigan tarbiya, ularning murakkab harakatlarini oʻzlashtirish, elementar gigiena, madaniy va mehnat malakalarini shakllantirish, nutqini rivojlantirish hamda ijtimoiy axloq va estetik didining dastlabki kurtaklarini hosil qilishga qaratilishi lozim.

Bogʻcha yoshdagi bolalarning koʻzga tashlanib turuvchi xususiyatlaridan biri, ularning harakatchanligi va taqdimchanligidir. Bola tabiatining asosiy qonunini shunday ifodalash mumkin: bola uzluksiz faoliyat koʻrsatishni talab qiladi, lekin u faoliyat natijasidan emas, balki faoliyatning bir xilligi va surunkaliligidan toliqadi.

Kattalar va tengdoshlari bilan boʻlgan munosabat orqali bola axloq meyorlari, kishilarni anglashi, shuningdek, ijobiy va salbiy munosabatlar bilan tanisha boshlaydi.

Bogʻcha yoshidagi bola endi oʻz gavdasini yaxshi boshqara oladi. Uning harakati muvofiqlashtirilgan holda boʻladi. Bu davrda bolaning nutqi jadal rivojlana boshlaydi, u yangiliklarni egallashga nisbatan oʻz bilganlarini mustahkamlashga ehtiyoj sezadi, oʻzi bilgan ertagini qayta-qayta eshitish va bundan zerikmaslik, shu davrdagi bolalarga xos xususiyatdir.

Bu davrda hamma narsani bilib olishga boʻlgan ehtiyoj kuchayadi. Bogʻcha yoshidagi bola tabiatiga xos boʻlgan kuchli ehtiyojlardan yana biri, uning har narsani yangilik sifatida koʻrib, uni har tomonlama bilib olishga intilishidir.

Bogʻcha yoshidagi bolalar hayotida va ularning psixik jihatidan oʻsishida qiziqishning roli kattadir, qiziqish xuddi ehtiyoj kabi, bolaning biror faoliyatiga undovchi omillaridan biridir. Shuning uchun ham qiziqishni bilish jarayoni bilan bogʻliq boʻlgan murakkab psixik hodisa desa boʻladi.

Bogʻcha yoshidagi bolalarning har xil predmetlarga boʻlgan qiziqishi juda yoʻqori boʻladi. Ularda bu nima? nima uchun? bu nimaga kerak? singari savollar paydo boʻla boshlaydi. Bu bolaning dunyoni anglash va tushunishiga harakat etayotganligidan dalolat beradi. Shuni natijasida bolaning psixik bilish jarayonlari, emotsional-idodaviy holati va individual xususiyatlari shakllanishiga oʻzini taʼsirini koʻrsatadi.

Bolaning kamol topishida qiziqishning ahamiyati shundaki, bola qiziqqan narsasini mumkin qadar chuqurroq bilishga intiladi va uzoq vaqt davomida qiziqqan narsasi bilan shugʻullanishdan zerikmaydi. Bu esa oʻz navbatida bolaning diqqati hamda irodasi kabi muhim hislatlarni oʻstirishga va mustahkamlashga yordam beradi. Bolani yoshligidan oʻzi qiziqqan narsaga yoki qandayda bir faoliyat turiga yoʻnaltirgan maʼqul.

Ma'lumki, bolaning yoshi ulg'ayib, mustaqil harakat qilish imkoniyati oshgan sari, uning atrofidagi narsa va hodisalar bo'yicha dunyoqarashi kengayib boradi. Maktabgacha yoshdagi bolalarning yetakchi faoliyati o'yindir.

Bu yoshdagi bolalarning o'yinlarini uchga bo'lish mumkin:

- 1) predmetli o'yinlar (15-20 daqiqa o'ynaladi);
- 2) syujetli-rolli o'yinlar (30-60 daqiqa o'ynaladi);
- 3) qoidali o'yinlar (1soatdan-2 kungacha davom etishi mumkin).

O'yin orqali bolada o'z xatti-harakatlarini rejalashtirish qobiliyati paydo bo'ladi va rivojlanadi, ko'p harakatlari va aqliy operatsiyalari, tasavvur va xayoli takomillashadi.

O'yin– shunday faoliyat turiki, u bevosita biror moddiy yoki ma'naviy ne'matlar yaratishni nazarda tutmasada, lekin uning jarayonida jamiyatdagi murakkab va xilma-xil faoliyat normalari, harakatlarining simvolik andozalari taqlid qilish orqali bola tomonidan o'zlashtiriladi [2:163].

O'yin faoliyatida bola ham manan ham aqlan rivojlanib boradi. O'yin tufayli bola onggida shaxslararo munosabatlar shakllanadi, yani o'zaro do'stlik, sheriklik, ishonch, ma'suliyat, hurmat, adolatlilik singari insoniy fazilatlar shuningdek oilaga bo'lgan mehr, kasbga bo'lgan qiziqish ham mujassamlashtirib boradi.

Xalqimizning o'ziga xos bo'lgan urf-odatlar, qadriyatlar va milliy xalq o'yinlarining bola tarbiyasidagi o'zni juda katta. Milliy xalq o'yinlari bolani jismoniy chiniqtirib qo'ymasdan balki uning ruhiy dunyosini rivojlantirishga, milliy urf-odatlarimizni, qadriyatlarimizni davom ettirishga, shuningdek milliy tariximizni hurmat qilish, asrash singari insoniylik fazilatlarini shakllantirishda o'zini beminnat hissasini qo'shadi.

Shuni ham aytib o'tish joyizki, xalq o'yinlari bolalarda ijodiy faollik, tashabbuskorlik, tashkilotchilik, ko'nikmalarini rivojlantirishda muhim vosita hisoblanadi [3:65].

Bu yosh davrdagi bolalar ijodiy faoliyatdan tasviriy san'at ayniqsa, rasm chizishni yaxshi ko'radilar. Bolaning rasmga nimani va qanday narsa chizishiga qarab, uning atrof olamdagi voqealikni qanday idrok qilishi, xotirasi, xayoli va tafakkurining o'ziga xosligi haqida mulohaza qilish mumkin. Rasmlar orqali bola tashqi olamdan olayotgan taassurotlari va bilimlarini yetkazishga harakat qiladilar. Bolaning qalbi oq qog'ozdek beg'ubor. Unga nima chizsang shuni ko'rasan. Shuning uchun har doim bolalar bilan muloqot qilganda ehtiyot bo'lib munosabatda bo'lish kerak. Shunki har qanday muloqot bolaning jismoniy va psixologik holatiga ta'sir qiladi. Bunday holatlar bola chizgan rasmlarda ham aks etishi mumkin. Aniqlanishicha, kasal yoki kayfiyati tushkin bolalar chizgan rasmlar sog'lom va hushshaqchaq bolalar chizgan rasmlardan ko'pgina jihatlar bilan farq qiladi.

Maktabgacha yosh davri badiiy-ijodiy faoliyatida musiqa muhim ahamiyatga ega. Bolalarga musiqiy asarlarni tinglash, musiqiy qatorlarni va tovushlarni turli asboblarda takrorlash quvunch bag'ishlaydi. Agar bola shu davrdan boshlab musiqa bilan jiddiy shug'ullanishga qiziqish paydo bo'ladi, u keyinchalik haqiqiy qiziqishga aylanishi va musiqiy qobiliyatni rivojlanishiga yordam beradi [1:191].

Musiqa bilan shug'illangan bolada aqliy, jismoniy, axloqiy va estetik tarbiya shakllanib boradi. Bu esa bolaning kelajagi uchun o'zini ijobiy ta'sirini ko'rsatadi. Chunki musiqa, eng avvalo bolaning ruhiy dunyosini boyitishga, dunyoga yaxshi ko'z bilan qarashga, insonlarni hurmat qilish va yaxshilik qilishga, barcha insonga xos

bo'lgan fazilatlarini o'zida mujassamlashtirishga, o'z hayoti va faoliyatida to'g'ri qarorlarni qabul qilishga va hayotni anglashga juda katta yordam beradi.

Bog'cha yoshidagi bolalarda sezgi, idrok, diqqat, xotira, tasavvur, tafakkur, nutq, xayol, hissiyot va irodaning rivojlanishi jadal kechadi. Ularni yanada shakllantirish uchun ko'proq ko'rgazmali vositalardan foydalangan maqul. Buning uchun bolalarga rang-baran va har-hil shakldagi o'yinchoqlar, kiyimlar, xalqalar, qutichalar va shu singari predmetlar berish maqsadga muvofiqdir. Shu tufayli bola ranglarning farqini ajrata boshlaydi. Bolalarni diqqatini asosan ko'zga yaqqol tashlanib turuvchi belgilar tortadi lekin ular bu narsalarni chuqur tahlil qila olishmaydi.

Diqqat har qanday faoliyatimizning doimiy yo'ldoshidir. Shuning uchun diqqatning inson hayotida ahamiyati benihoya kattadir. **Diqqat** deb inson his-tuyg'usini va ongini bir nuqtaga to'plab, muayyan bir obyektga faol qaratilishiga aytiladi. Inson faoliyati jarayonida idrok va tasavvur qiladigan har bir narsa, har bir hodisa, o'zi qilgan ishi, o'y va fikrlari diqqatning obyekti bo'la oladi.

Bog'cha yoshidagi bolalar diqqati asosan ixtiyorsiz bo'ladi va 5 daqiqadan oshmaydi. Ixtiyorsiz diqqat bu oldindan belgilangan maqsadsiz ravishda muayyan ob'ektga yo'naltirilishi hisoblanadi. Ixtiyorsiz diqqatda ishtiyoq va qiziqish katta ahamiyatga egadir. O'yin paytida bolalar diqqatlarini bir joyga to'plab, o'z tashabbuslari bilan malum maqsadlarni ilgari suradilar.

Bu yoshdagi bolaning xotirasi yangi faoliyatlar va bolaning o'z oldiga qo'yan yangi talablari asosida takomillasha boradi. Maktabgacha yoshdagi bolalarning xotirasi ko'rgazmali, obrazli bo'lishi bilan xarakterlidir. Bolada ko'proq ixtiyorsiz esda qoldirish va ixtiyorsiz esga tushirish ustunlik qiladi. Bola ravchan va emotsional rang-barang materialni oson esda saqlaydi va ko'rgan narsasini uzoq muddat esda olib qoladi. Xotiraning o'sishiga o'yinlar, turli mashg'ulotlar, she'r yodlash, ertak va hikoyalar aytish va sayr paytida kuzatish ishlarini olib borish yordam beradi.

Bog'cha yoshidagi bolalar shaxsining shakllanishiga ko'ra, bu davrni uch bosqishga ajratish mumkin:

Birinshi davr – bu 3-4 yosh oralig'ida bo'lib, bola emotsional jihatdan o'z-o'zini boshqarishning mustahkamlanishi bilan bog'liqdir;

Ikkinchi davr – bu 4-5 yoshni tashkil qilib axloqiy o'z-o'zini boshqarish;

Ushinchi davr esa shaxsiy ishchanlik va tadbirkorlik xususiyatining shakllanishi bilan xarakterlanadi [1:196].

Maktabgacha yosh davridagi bolalarning kattalar bilan muloqati ularda nutqning rivojlanishi hisobiga chuqurlashadi. Bolalar ko'proq o'zi bilmagan tushunmagan narsalar va hodisalar haqida savollar berishadi. Kattalarni bilim manbai sifatida idrok qilishadi. Ular muloqot jarayonida kattalardan savollariga javob berishini, jiddiy munosabatda bo'lishini va hurmat qilishini talab qiladi. Agar bu ehtiyojlar qoniqtilmasa bola dunyoni o'z tushunchasi bilan idrok etishga harakat qiladi va tez xafa bo'lib qolish, uyatchanlik holatlari kuzatilib o'ziga bo'lgan bahosi tushib ketishiga olib kelishi mumkin.

Xulosa qilib aytadigan bo'lsak, maktabgacha yosh davrida o'yin yetakchi faoliyat bo'ladi. Bu davr nutqning rivojlanishi uchun sezitiv davr hisoblanadi. Bola va kattalar orasidagi yangi munosabatlar, kattalar obrazi bolaning xatti-harakatlarini ma'lum tomonga yo'llaydi, bu esa bola shaxsi rivojlanishida barcha yangi psixologik tuzilmalarning paydo bo'lishida asos hisoblanadi.

Adabiyotlar

1. Nishanova Z.T., Kamilova N.G., Abdullayeva D.U., Xolnazarova M.X. “Rivojlanish psixologiyasi”. Pedagogik Psixologiya. – Toshkent: 2017.
2. Umarov B.M., Shoimova Sh.S., Ro'zieva D.I. “Pedagogika. Psixologiya”. –Toshkent: 2018, 163.
3. Mutalipova M.J. “Xalq pedagogikasi”. –Toshkent: 2005.

REZYUME. Ushbu maqolada maktabgacha yoshdagi bolaning kognitiv jarayonlarining xususiyatlarining psixologik va ijtimoiy sharoitlari, turli xil muloqot turlarining ta'siri orqali bolalarning shakllanishi va rivojlanishi haqida so'z boradi.

РЕЗЮМЕ. В данной статье рассматриваются психологические и социальные условия особенностей когнитивных процессов ребёнка в дошкольном возрасте, формирование и развитие детей путём воздействия различными видами общения.

SUMMARY. This article discusses the psychological and social conditions of the characteristics of the cognitive processes of a child at preschool age, the formation and development of children through the impact of various types of communication.