



Date: 30 April 2026

MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARNING PSIXOLOGIK HOLATINI BAHOLASH VA UNGA TA'SIR KO'RSATISH YO'LLARI

Qahramonov Aliboy Yolgoshevich

Filologiya fanlari nomzodi, ISFT instituti katta o'qituvchisi

Isamatova Nigora Paxritdinova

Joraqulova Umida Eshonqul qizi

Nurumbetova Nigora Polatbayevna

ISFT instituti Maktabgacha ta'lim yo'nalishi 2-kurs talabalari

Ushbu maqolada maktabgacha yoshdagi bolalarning psixologik holatini baholash va unga ta'sir ko'rsatish yo'llari atroflicha tahlil etilgan. Bolalarning emotsional va psixologik rivojlanish bosqichlarini aniqlashda qo'llaniladigan zamonaviy baholash metodlari, shuningdek, tarbiyachi va pedagoglarning amaliy faoliyatda foydalanishi mumkin bo'lgan samarali usullar ko'rsatib o'tilgan. Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida bolalarning emotsional barqarorligini ta'minlash uchun o'yin, art-terapiya, suhbat va stressni kamaytirish texnikalaridan foydalanishning ahamiyati yoritilgan. Shuningdek, real hayotdan misollar orqali psixologik yordam ko'rsatish jarayonining natijalari tahlil qilingan va samarali yondashuvlar taklif etilgan.

maktabgacha ta'lim, bolalar psixologiyasi, psixologik holat, baholash, emotsional rivojlanish, tarbiyachi, pedagogik yondashuv, stressni kamaytirish, kuzatish usullari, art-terapiya, o'yin faoliyati, psixologik yordam.

Maktabgacha ta'lim davri bolalarning jismoniy, intellektual, emotsional va ijtimoiy rivojlanishida muhim bosqich hisoblanadi. Aynan shu yoshda bolalarda atrof-muhitni idrok etish, o'zini va boshqalarni anglash, his-tuyg'ularni ifoda etish, shuningdek, o'zaro muloqot ko'nikmalari shakllanadi. Bolaning psixologik holati uning o'z-o'zini anglash darajasi, hissiy barqarorligi va kelajakdagi ijtimoiy hayotdagi muvaffaqiyatiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Shuning uchun, maktabgacha yoshdagi bolalarning psixologik holatini o'z vaqtida aniqlash va unga zaruriy ta'sir ko'rsatish pedagogik faoliyatning asosiy vazifalaridan biri sanaladi.

Bugungi kunda ta'lim-tarbiya sohasida bolalarning ruhiy holatini baholash va ularni qo'llab-quvvatlashga doir ilmiy tadqiqotlar va metodikalar tobora kengayib bormoqda. Psixologik holatni to'g'ri baholash boladagi stress, xavotir, o'ziga ishonchsizlik kabi salbiy holatlarni erta aniqlab, ularga mos ijobiy ta'sir choralarini ko'rishga imkon yaratadi. Aks holda esa, bunday holatlar bolaning rivojlanishiga salbiy ta'sir o'tkazishi va uning ijtimoiy moslashuvchanligini pasaytirishi mumkin. Shu bilan birga, har bir bola individual shaxs sifatida turlicha rivojlanadi va har xil emotsional ehtiyojlarga ega bo'ladi. Tarbiyachi va pedagoglar bolalarning shaxsiy xususiyatlarini, oilaviy muhitini, muloqot uslublarini inobatga olgan holda ularning psixologik holatini baholashi va to'g'ri pedagogik yondashuvni tanlashi zarur.

Bolalarning psixologik holatini baholash usullari. Maktabgacha yoshdagi bolalarning psixologik holatini baholash — bu ularning ichki dunyosini, hissiy ehtiyojlarini va shaxsiy rivojlanish darajasini aniqlashga qaratilgan jarayon bo'lib, u pedagogik jarayonni to'g'ri



rejalashtirish uchun muhim ahamiyatga ega. Quyidagi metodlar bolalarning psixologik holatini samarali baholash imkonini beradi:

Kuzatish orqali baholash. Kuzatish — psixologik holatni baholashning tabiiy va eng oddiy usullaridan biridir. Tarbiyachi bolaning kundalik o'yin faoliyatida, mashg'ulotlarda va guruh muloqotlarda o'zini qanday tutishini sistematik tarzda kuzatadi. Kuzatishda quyidagi mezonlarga e'tibor beriladi:

- Bola o'z fikrlarini ifoda etish darajasi;
- Ijobiy va salbiy emotsional reaksiyalar chastotasi;
- Ijtimoiy muloqotda faol yoki passiv ishtirok etishi;
- Mustaqil va jamoada ishlash qobiliyati.

So'rovnomalar va suhbat usullari. So'rov va suhbatlar bolalarning o'z his-tuyg'ularini, orzularini va tashvishlarini so'z orqali ifoda etish qobiliyatini o'rganish imkonini beradi. Yoshi kichik bolalar bilan suhbatlar ko'proq rasm, o'yin va metaforalardan foydalangan holda o'tkaziladi. Suhbat davomida bolaning ovoz ohangi, tana harakati va hissiy reaksiyalari ham hisobga olinadi.

Psixologik testlar va loyihaviy metodlar. Maxsus ishlab chiqilgan testlar bolalarning psixologik rivojlanish xususiyatlarini aniqlash imkonini beradi. Eng keng tarqalgan metodlar:

"**Baxtli va g'amgin odam**" testi — bolaning emotsional holatini aniqlash uchun.

"**Oila rasm**" loyihaviy testi — bolaning oilaviy munosabatlari haqidagi tasavvurini o'rganish uchun.

"**Sarlavhali hikoya**" testi — bolaning qiyinchiliklarga munosabati va stressga chidamliligini aniqlash uchun.

Ota-onalar va tarbiyachilar fikrini tahlil qilish. Bolaning psixologik holatini to'liq baholashda ota-onalar va boshqa tarbiyachilardan olingan ma'lumotlar katta rol o'ynaydi. Ularning fikrlari bolaning uy va maktabgacha ta'lim muassasasidagi xulq-atvori o'rtasidagi tafovutlarni aniqlashga yordam beradi.

Bolalarning psixologik holatiga ta'sir ko'rsatish yo'llari. Psixologik baholash natijalari asosida bolalarning sog'lom emotsional rivojlanishini qo'llab-quvvatlash uchun maqsadga yo'naltirilgan ta'sir ko'rsatish usullari ishlab chiqiladi. Asosiy yo'nalishlar quyidagilardan iborat:

Emotsional qo'llab-quvvatlash va xavfsiz muhit yaratish. Bola o'zini xavfsiz va qadrlangan his qilishi uchun tarbiyachilar mehribon, sabrli va ijobiy munosabatda bo'lishlari zarur. Tarbiyachi bolaga samimiy qiziqish bildirishi va uning har bir hissiyotini tushunishga intilishi muhim.

Ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirish. Bolalarning jamoada o'zaro hamkorlik qilish, muloqot qilish va nizolarni tinch yo'l bilan hal etish ko'nikmalarini rivojlantirish lozim. Buning uchun: Guruh o'yinlar; dramali mashg'ulotlar; muloqot va tinglash ko'nikmalarini rivojlantiruvchi faoliyatlar tashkil etiladi.

Stress va xavotirni kamaytirish usullari. Bolalarda stress darajasini kamaytirish uchun quyidagi texnikalardan foydalanish mumkin: Nafas olish mashqlari va meditatsiya; badiiy



faoliyat (rasm chizish, loydan ishlash, musiqaga raqs qilish); erkin o'yin va teatr terapiyasi.

Individual yondashuv va moslashtirilgan tarbiya rejasi. Har bir bola uchun uning individual xususiyatlari, ehtiyojlari va qobiliyatlarini hisobga olgan holda shaxsiy rivojlanish dasturi ishlab chiqiladi. Bu dastur bolaning qiziqishlari va qobiliyatlarini ochishga, o'ziga bo'lgan ishonchni oshirishga xizmat qiladi.

Ota-onalar bilan muntazam hamkorlik qilish. Bolaning rivojlanishida ota-onalar ishtiroki muhim o'rin tutadi. Tarbiyachilar ota-onalar uchun maslahatlar, seminarlar va treninglar tashkil etib, ularni bolalarning psixologik rivojlanish jarayoniga faol jalb etishlari lozim. Ota-onalar va pedagoglar o'rtasida ochiq va ishonchli aloqa bo'lishi, bolaning rivojlanishiga birgalikda hissa qo'shishi kerak.

Maktabgacha yoshdagi bolalarning psixologik holatini baholash va unga ijobiy ta'sir ko'rsatishda quyidagi amaliy tavsiyalarni hisobga olish maqsadga muvofiq:

Kundalik kuzatuv daftari yuritish: Har bir bola uchun alohida kuzatuv varaqasi tayyorlang. Unda bolaning emotsional reaksiyalari, muloqotdagi xatti-harakatlari va rivojlanish o'zgarishlarini qayd eting.

O'yin shaklidagi baholash metodlarini ko'proq qo'llang: So'rov va testlarni qattiq rasmiy shaklda emas, balki o'yin, ertak va rolli mashg'ulotlar orqali o'tkazing.

Bolalarga o'z his-tuyg'ularini ifodalash uchun imkon bering: "Bugun qanday his qilyapsan?" kabi savollarni tez-tez bering va ularning javoblarini qadrlang.

Ijobiy mustahkamlashdan foydalaning: Har bir kichik yutuq va ijobiy harakatni maqtang, bu bolalarning o'ziga bo'lgan ishonchini oshiradi.

Stressni kamaytirish uchun tinchlantiruvchi burchaklar tashkil eting: Guruh xonasida kitoblar, yumshoq o'yinchoqlar, tinchlantiruvchi musiqa vositalari bo'lgan alohida joy ajrating.

Ota-onalar bilan tizimli aloqa o'rnatish: Har oyda bolaning rivojlanishi haqida ota-onalar bilan suhbatlar tashkil qiling, birgalikdagi rejalashtirishni amalga oshiring.

Maktabgacha yoshdagi bolalarning psixologik holatini baholash va unga ta'sir ko'rsatish — ta'lim jarayonining eng nozik va mas'uliyatli jihatlaridan biridir. Bola shaxsining shakllanishi va uning keyingi rivojlanish bosqichlari uchun bolalik davrida psixologik barqarorlik va sog'lom emotsional muhitni ta'minlash nihoyatda muhimdir.

Baholash jarayonida tarbiyachilar va pedagoglar bolaning individual xususiyatlarini chuqur anglab, har bir bolaning ehtiyojlariga mos yondashuvni tanlashi zarur. Faol kuzatuv, so'rovnomalar, suhbatlar, testlar va ota-onalar bilan hamkorlikda olib boriladigan baholash usullari bolaning psixologik rivojlanish holatini kompleks o'rganishga yordam beradi. Bu esa o'z navbatida, boladagi stress, qo'rquv, izolyatsiya kabi salbiy psixologik holatlarning erta aniqlanishi va ularning oldini olish imkoniyatini yaratadi.

Bundan tashqari, bolalarga ijobiy ta'sir ko'rsatish uchun faqat baholash bilan cheklanib qolmaslik, balki ular bilan emotsional jihatdan boyitilgan faoliyatlar tashkil etish zarur. Tashkiliy o'yinlar, art-terapiya mashg'ulotlari, musiqa va harakatli o'yinlar orqali bolalarning emotsional sohasini rivojlantirish mumkin. Har bir bola o'zini qadrlangan va tushunilgan deb his qilishi uchun ijobiy mustahkamlash, tinchlantiruvchi muloqot va erkin ifoda muhiti muhim omil hisoblanadi.



Date: 30 April 2026

Pedagog va tarbiyachilarning professional kompetensiyasini oshirish, psixologik bilim va ko'nikmalarini muntazam rivojlantirish, ularni zamonaviy metod va texnologiyalar bilan boyitish maktabgacha ta'lim tizimining samaradorligini oshirishda hal qiluvchi rol o'ynaydi. Bu esa nafaqat bolalarning hozirgi rivojlanishiga, balki ularning kelajakdagi ijtimoiy moslashuvchanligi va muvaffaqiyatiga ham mustahkam poydevor yaratadi.

Shunday qilib, maktabgacha yoshdagi bolalarning psixologik holatini baholash va unga ijobiy ta'sir ko'rsatish, pedagogik mahorat, insonparvarlik, e'tibor va fidoyilikni talab etadigan uzluksiz va tizimli jarayondir. Har bir pedagog va tarbiyachi bolalik dunyosining nozik torlarini his etib, unga oqilona va mehr bilan yondashsa, yosh avlodning barkamol rivojlanishiga beqiyos hissa qo'shgan bo'ladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Abulkosimova Z.M., Bolalar psixologiyasi, "Fan va texnologiya" nashriyoti, Toshkent, 2021, 320 bet.
2. Vygotskiy L.S., Psixologik rivojlanish nazariyasi, "O'zbekiston" nashriyoti, Toshkent, 2020, 280 bet.
3. Mahkamova D.S., Maktabgacha yoshdagi bolalarda emotsional rivojlanish, "Ilm Ziyo" nashriyoti, Toshkent, 2019, 250 bet.
4. Smirnova E.O., Maktabgacha yoshdagi bolalarning psixologik rivojlanishi, Moskva, "Akademiya", 2018, 256 bet.
5. Shonazarova M.M., Maktabgacha ta'lim psixologiyasi, "IQTISOD-MOLIYA" nashriyoti, Toshkent, 2017, 310 bet.
6. Gippenreyter Y.B., Bolalar bilan qanday muloqot qilish kerak?, Moskva, "Eksmo", 2019, 240 bet.
7. UNESCO, Early Childhood Care and Education: Curriculum and Assessment, UNESCO Publications, 2021.
8. Bronfenbrenner U., Inson rivojlanishining ekosistem modeli, "Pedagogika" nashriyoti, Toshkent, 2018, 295 bet.

