



**BITIRUVCHI SINIF O'QUVCHILARNING HAYOTIY  
KO'NIKMALARINI RIVOJLANTIRISHDA  
PSIXOLOGNING ROLI**

*Isakova Munisxon Vahobjonovna*

*Namangan viloyati Davlatobod tumani MMTB ga qarashli 77-umumiy o'rta  
ta'lim maktabi psixologi*

*Annotatsiya: Ushbu maqolada bitiruvchi sinf o'quvchilarining hayotda muvaffaqiyatga erishish uchun zarur bo'lgan hayotiy ko'nikmalarni rivojlantirishlari kerakligini anglab yetishlari, va bu jarayonni to'g'ri baholashni o'rgatish va ular bilan samimiy bo'lishda psixologik usul va metodlar haqida yozilgan.*

*Kalit so'zlar: ko'nikmalar, yosh xususiyatlari, o'smirlik yoshi, hayotiy ko'nikmalar, yosh hususiyatlari, ijtimoiy vaziyat, samarali harakat, psixologik kompensatsiya, pubertat davr, istaklar.*

**Kirish**

O'zbekiston Respublikasining ijtimoiy siyosatida milliy o'zlikni anglash, milliy va umumbashariy qadriyatlarni o'zlashtirish orqali shaxs bilan jamiyat o'rtasida uyg'unlikni vujudga keltirish muhim ahamiyat kasb etadi. Bu borada mamlakatimizda yoshlar, o'quvchilarning qobiliyatlari, iste'dodlari, ichki imkoniyatlari o'ziga xos individual-psixologik xususiyatlarini tadqiq etish uchun barcha imkoniyatlar mavjud. Farzand dunyoga kelgandan so'ng, avvalo, uning ota-onasi, farzandini unib-o'sishini, kamol topishini istaydi. Kelajakda esa o'z imkoniyatlaridan kelib chiqib shu yurtning biror koriga nafi tegadigan barkamol avlod sifatida ulg'ayishini niyat qiladi. O'sib kelayotgan yosh avlodni dunyoqarashi, tarbiyasi va umuman, o'zini tevarak-atrofdagi odamlarga bo'lgan munosabatiga qarab, inson olamga ijobiy yoki salbiy nazar bilan qaraydi, o'z qarashlarini shakllantiradi, atrofdagilar bilan munosabatlarini quradi. Ta'lim jarayonida o'quvchilarni hayotga tarbiyalash bugungi kunning dolzarb masalalaridan biri hisoblanadi. Buning uchun, albatta, har bir pedagog o'quv jarayonini amaliy hayot

bilan bog'lagan holda to'g'ri tashkil etishi zarur. Ta'limda nazariyani amaliyot bilan bog'lash prinsipi bu jarayoni yanada osonlashtiradi. O'quvchilarda onglilik va faollikni yuzaga keltirish, ularni o'z-o'zini baholashiga imkon yaratish hamda badiiy adabiyot na'munalarining asl mohiyatini o'quvchiga yetkazib berish ta'lim oluvchida hayot haqidagi ko'nikmalarni shakllantirishga yordam beradi. Hayotiy ko'nikmalar bu insonlarni hayot talablari va muammolarini samarali hal qilish imkonini beradigan moslashuvchan va ijobiy xulq-atvor xususiyatidir.

### **Asosiy qism**

Hayot ko'nikmalari keng ma'noda kasb-hunar sohalari, ishlab chiqarish vositalari bilan bog'liq bo'lgan ta'lim, o'qitish va ko'nikmalarni rivojlantirishni o'z ichiga oladi. Psixologiyada hayotiy ko'nikmalar kompetensiyaning asosidir. Psixologik kompetensiya - bu shaxsning kundalik hayotda samarali harakat qilish, uning talablari va o'zgarishlariga javob berish qobiliyati. Bu aqliy faoliyatning yaxshi darajasini saqlab qolish va turli vaziyatlarda boshqa odamlar bilan muloqot qilishda adekvat bo'lish qobiliyatidir. Psixologik kompetensiya bu jismoniy, ruhiy va ijtimoiy farovonlikning asosidir. Shuning uchun ham psixologik kompetensiyani rivojlantirishni eng muhim psixologik vazifalardan biri deb hisoblash mumkin. Bunga maktabda bolalar va o'smirlarga hayotiy ko'nikmalarni o'rgatish orqali erishish mumkin. Hayotiy ko'nikmalar ko'pincha bolani kuzatish va tajribasi orqali bilvosita yoki to'g'ridan-to'g'ri ma'lum bir mahoratni o'rgatish maqsadida ota-ona tomonidan o'rgatiladi. Ota-ona tarbiyasini o'zini o'rgatish mumkin bo'lgan yoki inson uchun tabiiy bo'lgan hayotiy ko'nikmalar to'plami deb hisoblash mumkin va ota-onalik bilan shug'ullanish ko'nikmalariga o'rgatish, shuningdek, bolaning qo'shimcha hayotiy ko'nikmalarini rivojlantirish bilan mos kelishi mumkin va ota-onalarga o'z farzandlarini voyaga yetganida boshqarishga imkon beradi. An'anaviy oila tuzilmalari va sog'lom munosabatlar ota-onalarning ajralishlari, psixologik kasalliklar yoki bolalar bilan bog'liq muammolar (masalan, giyohvand moddalarni iste'mol qilish yoki boshqa xavfli xatti-harakatlar) tufayli buzilgan taqdirda ko'plab hayotiy ko'nikmalar dasturlari taklif etiladi. O'quvchilarda hayotiy ko'nikmalarni rivojlantirishning zarurati quyidagi sabablarga ko'ra yuzaga keladi. Bu jiddiy

og'irlashgan ijtimoiy vaziyat bilan bog'liq: oila poydevorining buzilishi, oilalarning mutlaq ko'pchiligining turmush darajasining pasayishi, jinoyatchilikning ko'payishi, o'smirlarning giyohvandlikka tushib qolish xavfi va boshqalar. O'smirlarga hayotiy ko'nikmalarni o'rgatish ularga bunday muammolarni engishga yordam beradi. Bundan tashqari, bunday mashg'ulotlarni imkon qadar erta, hatto o'smirning g'ayrioddiy xulq-atvor munosabatlarini o'zlashtirmasdan oldin amalga oshirish kerak. Hayotiy ko'nikmalarni o'rgatish sog'lom turmush tarziga, shaxslararo ijobiy munosabatlarga, o'z xatti-harakatlari uchun mas'uliyatni o'z zimmasiga olishga olib keladigan qobiliyatlarni egallash va rivojlantirishga yordam beradi. Hayotiy ko'nikmalar bu odamlarga hayot talablari va muammolarini samarali hal qilish imkonini beradigan moslashuvchan va ijobiy xulq-atvor qobiliyatlaridir. Ushbu kontseptsiya psixososyal kompetentsiya deb ham ataladi. Hayotiy ko'nikmalar ko'pincha bolani kuzatish va tajribasi orqali bilvosita yoki to'g'ridan-to'g'ri ma'lum bir mahoratni o'rgatish maqsadida [ota-ona](#) tomonidan o'rgatiladi. Ota-ona tarbiyasini o'zini o'rgatish mumkin bo'lgan yoki inson uchun tabiiy bo'lgan hayotiy ko'nikmalar to'plami deb hisoblash mumkin<sup>[10]</sup>. Shaxsni [homiladorlik](#) va ota-onalik bilan shug'ullanish ko'nikmalariga o'rgatish, shuningdek, bolaning qo'shimcha hayotiy ko'nikmalarini rivojlantirish bilan mos kelishi mumkin va ota-onalarga o'z farzandlarini voyaga yetganida boshqarishga imkon beradi. An'anaviy oila tuzilmalari va sog'lom munosabatlar ota-onalarning ajralishlari, psixologik kasalliklar yoki bolalar bilan bog'liq muammolar (masalan, giyohvand moddalarni iste'mol qilish yoki boshqa xavfli xatti-harakatlar) tufayli buzilgan taqdirda ko'plab hayotiy ko'nikmalar dasturlari taklif etiladi. Masalan, [Xalqaro Mehnat Tashkiloti](#) Indoneziyadagi sobiq mehnatkashlar va [xavf ostidagi bolalarga nisbatan zo'rvonlikning](#) eng yomon shakllaridan qochish va undan qutulish uchun hayot ko'nikmalarini o'rgatmoqda. Funktsional hayot ko'nikmalari - bu yaxshi, yanada yaxshi hayot kechirish uchun erishishimiz kerak bo'lgan ko'nikmalar. Ular bizni oilamizda va biz tug'adigan jamiyatlarda baxtli bo'lishga imkon beradi. Ko'proq odatdagi o'quvchilar uchun funktsional hayot qobiliyatlari odatda ish topish va uni saqlash maqsadiga qaratilgan. O'quv dasturlari

uchun odatiy funktsional hayot qobiliyatlari masalalari misollari ish bilan suhbatga tayyorgarlik ko'rish, kasbiy ko'nikmalarni o'rganish va yashash xarajatlarini qanday aniqlash mumkinligini o'rganish. Hayotiy hayotning uchta asosiy yo'nalishi - kundalik hayot, shaxsiy va ijtimoiy ko'nikmalar, kasbiy ko'nikmalar. Kundalik hayot tajribasi pishirish va tozalashdan shaxsiy byudjetni boshqarishga qadar. Ular oilani qo'llab-quvvatlash va uy xo'jaligini yuritish uchun zarur bo'lgan ko'nikmalar. Shaxsiy va ijtimoiy ko'nikmalar o'quvchilarning maktabdan tashqarida bo'lishi mumkin bo'lgan aloqalarni rivojlantirishga yordam beradi: ish joyida, jamiyatda va o'zlari bilan bo'lgan munosabatlarda. Ish qobiliyatlari, muhokama qilinganidek, bandlikni topish va saqlashga qaratilgan.

**XULOSA** O'quvchilarda hayotiy ko'nikmalarini rivojlantirishni oilada ota-onalarning maktablarda boshlash maqsadga muvofiq bo'ladi. Maktab o'quvchilarida hayotiy ko'nikmalarni rivojlantirish va hayotiy maqsadlarni belgilashning asosiy yo'nalishlaridan biri bu o'quvchilarda tanqidiy fikrlashni shakllantirishdir. Demak, o'quvchilar avvalo o'zining mustaqil fikriga ega bo'lishi, o'z-o'zini boshqara olishi ham juda muhim sanaladi. Ularda hayotiy ko'nikmalarni shakllantirish uchun kasb hunarga o'rgatish, mehnatkash, sabr toqatli, qat'iyatli va tirishqoq qilib tarbiyalash o'quvchilarda hayotiy maqsadlarini belgilashda ancha qo'l keladi. Shu bilan bir qatorda mustaqil shug'ullanishlari uchun zamonaviy texnologiyalardan foydalana olish qobiliyati ham rivojlangan bo'lishi kerak.

#### **FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI**

1. Z. Nishanova, Z. Qurbonova, S. Abdiyev PSIXODIAGNOSTIKA VA EKSPERIMENTAL PSIXOLOGIYA, «TAFAKKUR-BO'STONI» nashriyoti
2. E.G. G'oziyev. Psixologiya muammolari. Toshkent 1999 yil
3. Rays F. O'smirlik va yoshlik psixologiyasi, Sankt-Peterburg, ed. Piter, 1999 y
4. Oila va shaxs shakllanishi / ed. Bodalev A.A., ed. "Ma'rifat", 1989 yil,
5. Titarenko V. Ya. Oila va shaxsning shakllanishi, ed. Fikr, 1987 yil,
6. Feldshteyn D. I. O'smirlik davrida bola shaxsining shakllanishi,
7. <http://hozir.org/1-mavzu-osmirlik-davri-reja.html?page=2>
8. <https://yandex.ru/turbo/urok.1sept.ru/s/articles/610766?lite=1>