

EMPATIYA SHAKLLANISHINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARINI ANIQLASH VA EKSPERIMENTAL O'RGANISH

Haqnazarovna Zarnigor Sheraliyevna

Osiyo Xalqaro Universiteti

Pedagogika - psixologiya mutaxassisligi magistranti

Psixologlarning ta'kidlashicha, empatiyani tarbiyalash kerak, chunki bu xususiyat bolalarning rivojlanishiga ta'sir qiladi. Empatiya - bu aql, ijtimoiy moslashuv va ma'naviy fazilatlarni rivojlantirishga asoslangan asosiy hayotiy mahorat. Olimlar bolalarda hamdardlik darajasini o'rganishdi va etakchilik fazilatlariga ega bo'lgan muvaffaqiyatli talabalar yuqori darajadagi hamdardlik degan xulosaga kelishdi. Hamdardlikning o'ziga xos xususiyati bu vaziyatni diqqat bilan tushunish, nizolardan qochish qobiliyati. Bu bolalarga uyda va maktabda muvaffaqiyatli bo'lishlariga, yaxshi o'quv natijalariga erishishiga, tengdoshlari bilan bermalol muloqot qilishlariga va balog'at yoshida barqaror munosabatlar o'rnatishiga yordam beradi. Ota-onalar bolada hamdardlik tuyg'usini shakllantirishlari kerak, chunki bu ko'plab afzalliklarni beradi: hayotga ijobiy munosabat; boshqalarni qoralashga moyilligining yo'qligi; odamlarga nisbatan va ularga bo'lgan diqqatni oshirish; eshitish va tinglash qobiliyati; a'lo darajadagi aloqa qobiliyati; tengdoshlar bilan yaqin aloqa; hissiy aqlni shakllantirish; voyaga etishishga yo'naltirish. Bolaning ma'naviy va intellektual boshlanishi empatiya tufayli rivojlanadi, bu chaqaloqning jamiyatga ijobiy moslashishiga hissa qo'shadi. Empatiya rivojlantirish uchun juda muhimdir, chunki har kuni biz hayotimizga ta'sir qiladigan ko'plab odamlar bilan muloqot qilamiz. Bularning barchasi biz to'g'ridan-to'g'ri aloqada bo'lgan kishilar: oila a'zolari, hamkasblari, maktabdagi sinfdoshlar, sport bo'limidagi o'rtoqlar, avtobusdagi konduktor va shunchaki tanishlar. Kichik maktab yoshdagi bolada boshqalarning kayfiyati va his-tuyg'ularini his qilish qanchalik oson bo'lsa, uning hayoti shunchalik oson bo'ladi. Har bir yoshdagi har bir bolada empatiyaning xususiyatlari har xil. Yosh bolalarda (tug'ilishdan 4 yoshgacha) ularning kayfiyatini tahlil qilish boshlanadi. Ular o'zlarini qanday his qilishlarini tushunishga harakat qilmoqdalar. Shuning uchun, boshlang'ich darajada u boshqalarning his-tuyg'ularini tushunishi va oldindan sezishi mumkin. Agar u boshqasining yig'isini eshitsa, bola baland ovozda yig'laydi. Mutaxassislarning fikriga ko'ra, u "emotsional ravishda yuqadi". Kichikintoy o'z atrofidagi dunyoni gapira va o'rganishni boshlaganidan so'ng, u boshqalarning his-tuyg'ulari haqida ma'lum bir sezgi rivojlantirgan deb taxmin qilish mumkin. U ota-onalar qachon baxtli yoki xafa bo'lishini tushunadi.

Kichik maktab yoshdagi bolalarda (4-7 yosh) uning atrofidagi odamlarga nisbatan hamdardlik faol namoyon bo'ladi. Kichikintoy uyaladigan o'rtog'ini qanday qilib tasalli berishni yoki uning baxtli voqeasiga qanday qilib to'g'ri munosabatda bo'lishni bilmasa ham, u baribir unga hamdard bo'ladi. Boshlang'ich maktab yoshidagi (7-9 yosh) bolalar nafaqat do'sti yoki ota-onasining ruhiy holatini tushunishlari va

qadrlashlari, balki ularni qo'llab-quvvatlashlari, bir so'z bilan aytganda tasalli berishlari, maslahatlar berishlari mumkin. Ular o'zlari uchun qadrli bo'lgan odamlarga hamdardlik bildirishadi. Yaponlarning fikriga ko'ra, bolalarni faqat uch yoshgacha tarbiyalash mumkin va shundan keyingina ularning xatti-harakatlarini tartibga solish mumkin. Ular uchun 10 yil allaqachon erta o'spirinlikdir. Shuning uchun, ular bu vaqtga qadar chaqaloq empatiyani rivojlantirishlari kerakligiga ishonishadi, aks holda u xudbin bo'lib o'sadi. Ota-onalar bolada empatiyani qanday rivojlantirish mumkinligi haqida savol berishmoqda. Bolalarda empatiya ertaklarni o'ynash va o'qish orqali rivojlanadi. Boladan so'rang, bo'ri tuynuk yonida o'tirgan va baliqni dumi bilan ushlaganida nimani his qildi, tulki nima deb o'yladi? Doktor Aibolit va uning singlisini qanday xususiyatlar ajratib turadi? Bolangiz bilan his-tuyg'ularingizni baham ko'ring, yaqinlashib kelayotgan ta'tilni kutayotganingizdan xursandligingizni yoki yomg'irli kunda nima uchun xafa bo'lganingizni ayting. Barcha vaziyatlarni, ayniqsa nizolarni, bolangiz bilan hissiyotlar darajasida ajratib qo'ying: "Petya bilan janjallashganmisiz, o'zingizni qanday his qilganingizni ayting. Xafagarchilik, nafrat, xafagarchilikmi? Sizningcha, Petya nimani his qildi? "Yurish va yuz ifodasi bilan yurish paytida, o'tib ketayotgan odamlarning kayfiyatini taxmin qiling. Tasavvuringizni ulang va siz ushbu faoliyat qanchalik qiziqarli ekanligini ko'rasiz. Psixologlarning fikriga ko'ra, hissiy ongni rivojlantirish empatiyasiz mumkin emas. Emotsional aql yordamida biz o'zimizning his-tuyg'ularimizni va his-tuyg'ularimizni tushunamiz va tushuntiramiz, shuningdek, boshqalarning his-tuyg'ularini tushunamiz. Yuqori darajada rivojlangan hissiy aql bizga o'zimizni va boshqalarni yaxshiroq tushunishga, ishonchli do'stlar, yaxshi tinglovchilar va murabbiylar bo'lishga imkon beradi. Uy hayvonlari bolalarda empatiyaga yordam beradi. Bolaning uy hayvonlari bilan qanday aloqa qilishiga e'tibor bering. Agar bu tajovuzkor xatti-harakatlar bo'lsa, buni qila olmasligingizni tushuntiring, muloyim muloqotni rag'batlantiring. Bolalar uy hayvonlariga ularga g'amxo'rlik qilib, oila a'zolari sifatida munosabatda bo'lishadi. Bolalarda qo'shniga nisbatan mas'uliyat va e'tibor hissi, bir so'z bilan aytganda, yuqori emotsional aql tarbiyalanadi. Kichik maktab yoshdagi bolalarning hamdardligi, ayniqsa uy hayvoniga g'amxo'rlik qilish orqali aniq namoyon bo'ladi. Agar bola hayvonlarga nisbatan shafqatsiz bo'lsa, unda unga o'yin taklif qiling. U o'zini qandaydir bir hayvon deb tanishtirsin va agar unga nisbatan qo'pol munosabatda bo'lsa, u bilan nima yuz berganini his qilishga harakat qilsin. Masalan: "Pashsha, siz mushuksiz deb tasavvur qiling. Sizda juda yoqadigan chiroyli va bekamu dumingiz bor. Va keyin noloyiq bola kelib, sizni dumidan ushlab tortadi. O'zingizni qanday his qilyapsiz Ehtimol zarar qildingizmi? Noxushmi? Bolani qo'yib yuborishini xohlaysizmi?"

Psixologlarning ta'kidlashicha, hamdardlik juda zaruriy fazilatdir. Agar siz uni erta yoshdan rivojlantirsangiz, kelajakda u mutlaqo mutlaqo boshqa darajaga o'tishga imkon beruvchi hissiy ma'lumotni o'qiydigan kuchli kuchga aylanishi mumkin.

Empatiya - bu boshqa odamga hamdardlik bildirish qobiliyati. Empatiya tug'ilishdan odamga xos emas, lekin bola hayot jarayonida odamlar bilan munosabatda bo'lganda rivojlanadi. Kichkina bola boshqa odamga nisbatan hamdardlik ko'rsatishga

qodir emas. Shuning uchun u onasining boshi og'riyapti, boshqa bolaning his-tuyg'ulari haqida o'ylamaydi, elkama pichog'ini tortib oladi va hokazo. Ba'zi kattalar hamdardlik bilan, odamga hamdardlik bildirishlari mumkin, boshqalari bunga qodir emas. Bolaning hissiy kompetentsiyasini rivojlantirishga ota-onalar tomonidan sezilarli ta'sir ko'rsatiladi. Bolaning xayrixoh bo'lishi uchun, avval uning his-tuyg'ularini tanib, anglashi muhimdir. Va bu faqat chaqaloqning namoyon bo'lishiga javob beradigan va o'zini o'zi yaxshiroq bilishga yordam beradigan muhim kattalar bilan aloqada bo'ladi.

Qanday hissiy kompetentsiya ko'tariladi Debora McNamara "Tinchlik, o'yin, rivojlanish" kitobida bolaning hissiy etukligining besh bosqichini belgilaydi:

Emotions Tuyg'ularni ifoda etish. Bolada ichkarida sodir bo'lgan barcha narsani bemalol va bemalol ifoda eta oladigan sharoit yaratish. Bu oson ish emas, chunki barchamiz jirkanch tuyg'ularga duch kelamiz va ko'pincha bolalarimizning kuchli his-tuyg'ulariga dosh berish qiyin. Ism. Ota-onalar yoki boshqa kattalar bolaning o'zini qanday his qilishini tushunish va unga ism berish qobiliyati. Masalan, chaqaloq qichqirayotganida, onasi uni g'azablangan yoki xafa qilgan deb taxmin qilishi mumkin va chaqaloqqa bu tajriba uchun nom bering.

His qilish. Bola allaqachon unga nima bo'lganligini tushunishga qodir bo'lganda. U endi kattalardan ulardan izoh olishni kutmaydi, o'zi xafa, tashvishli yoki uyatli ekanligini tushunadi.

Aralashtirish. Miya rivojlanishi bilan bolalar yanada murakkab, ko'p komponentli tuyg'ularni boshlaydilar. Agar kichkina bola bir vaqtning o'zida faqat bitta tuyg'uni ushlab tura olsa, unda etukroq bola ko'p yo'nalishli impulslarni aralashtirishi mumkin.

Aks ettirish. O'ziga qarash qobiliyati, uning his-tuyg'ularini tushunish va ularni niyatlarga bo'ysundirish qobiliyati.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Levantuev P.I., Asqarxo'jaev A., Chudnovskiy V.E., Vohidov M.V. Bolalar psixologiyasi ocherklari. T., "O'qituvchi", 1964
2. Davletshin M.G. va boshqalar. Yosh davrlari va pedagogik texnologiya. T., 2004.
3. Z Nishonova. Bolalar psixologiyasi va uni ukitish metodikasi T. 2006