

## BOLALAR PSIXOLOGIYASI

*Tojiyeva Gavxar Panji qiz*

*Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti talabasi*

*Emile: [gavxartojiyeva048@gmail.com](mailto:gavxartojiyeva048@gmail.com)*

*Tel : +998-88-969-00-70*

**Annotatsiya:** *Bolalar psixologiyasining mohiyati, bolalarning aqliy, ruhiy, ijtimoiy va ematsianal rivojlanishi*

**Kalit so'zlar:** *Bolalarning rivojlanish bosqichlari, emotsional rivojlanish davri, ijtimoiy munosabatlar, o`yin va o`rganish, oil av tarbiya*

**Аннотация:** *Сущность детской психологии, психическое, духовное, социальное и эмоциональное развитие детей.*

**Ключевые слова:** *этапы развития детей, период эмоционального развития, социальные отношения, игра и обучение, семейное воспитание.*

**Abstract:** *The essence of child psychology, the mental, spiritual, social and emotional development of children.*

**Keywords:** *Stages of child development, emotional development period, social relationships, play and learning, parenting*

**Kirish qismi :** *Bolalar psixologiyasining mohiyati bolalarning ruhiy, aqliy, ijtimoiy va emotsional rivojlanishini o`rganadi. Bu soha bolalar ta`limi va tarbiyasida muhim rol o`ynaydi.*

**Asosiy qism.** *Bolalar dunyoga kelishlari bilanoq 0-3, 3-6, 6-12 va 12+ yosh oralig`idagi bir qancha rivojlanish bosqichlarini o`tishadi. Har bir bosqich o`ziga xos xususiyatlar va muammolar bilan bog`liq.*

**Bolalarda emotsional rivojlanish** – bu jarayon, unda bolalar o`z his-tuyg`ularini anglash, ifodalash va boshqarish qobiliyatini rivojlantiradilar. Emotsional rivojlanish bolaning ijtimoiy munosabatlarida, muloqotida va umumiy ruhiy salomatligida muhim ahamiyatga ega. Quyida bolalarda

emotsional rivojlanishning asosiy jihatlari keltirilgan:

### **1. His-tuyg‘ularni idrok etish**

Bolalar o‘z his-tuyg‘ularini aytib berishga o‘rganadilar. Bu jarayon yoshga qarab o‘zgaradi:

- 2-3 yosh: Bolalar asosiy his-tuyg‘ularni (quvnoqlik, xafa bo‘lish, qo‘rquv) anglaydilar, lekin ularni aniq ifodalay olmaydilar.
- 4-5 yosh: His-tuyg‘ularni nomlashni o‘rganadilar va oddiy emotsiyalarni ifodalashda ijtimoiy tajribalar orqali tajriba orttirdilar.

### **2. His-tuyg‘ularni ifodalash**

Bolalar his-tuyg‘ularini turli usullar bilan ifodalashni o‘rganishadi, jumladan:

- Verbal ifoda: So‘zlar orqali his-tuyg‘ularini izhor qilish.
- Noverbal ifoda: Jismoniy harakatlar, mimikalar va tana tili yordamida his-tuyg‘ularini ko‘rsatish.

### **3. Emotsiyalarni boshqarish**

Bolalar emotsiyalarini boshqarishni o‘rganadilar, bu esa ularning muammolarni hal qilish va stressni kamaytirish qobiliyatini oshiradi:

- O‘zini qulay his qilish: O‘z his-tuyg‘ularini muvozanatlash va ijobiy his-tuyg‘ularni rivojlantirish.
- Stress va xafa bo‘lishni yengish: Muammolarga duch kelganda to‘g‘ri yondashuvlarni o‘rganish.

### **4. Empatiya rivojlanishi**

Bolalar boshqalar his-tuyg‘ularini anglash va ularga qayg‘urish qobiliyatini o‘rganadilar.

- Boshqa odamlarning his-tuyg‘ularini tushunish: Empatiya orqali bolalar ijtimoiy munosabatlarni rivojlantiradilar.

### **5. Ijtimoiy rivojlanish**

Emotsional rivojlanish bolalar ijtimoiy munosabatlarida muhim rol o‘ynaydi: Ota-onalar va oila ta’siri: Oila muhitida bolalar emotsiyalarning namoyon bo‘lishini o‘rganadilar. O‘rtoq va tengdoshlar bilan munosabat: Bolalar

o'z tengdoshlariga o'rganish orqali hissiy ko'nikmalarni rivojlantiradilar.

## **6. Ehtiyoj va tajribalar**

Bolalar o'z ehtiyojlariga javob berish orqali his-tuyg'ularini rivojlantiradilar. Quvnoqlik va xavotir: Har qanday vaziyatda bolalar o'z his-tuyg'ularini tahlil qilish va tarbiyalash imkoniyatiga ega bo'lishi kerak.

## **7. Ta'sir etuvchi omillar**

Bolalar emotsional rivojlanishiga bir qator omillar ta'sir qiladi. Oila muhit: Sog'lom va yoqimli oilaviy muhit bolalarning emotsional rivojlanishini qo'llab-quvvatlaydi. Ta'lim muassasalari: Maktabda o'qituvchilar va do'stlar ta'siri bolalarda emotsional ko'nikmalarni shakllantiradi.

### **O'yin va o'rganish**

O'yin orqali bolalar o'z his-tuyg'ularini, fikrlash ko'nikmalarini va ijtimoiy o'zaro munosabatlarni rivojlantiradilar. Quyida bolalar psixologiyasida o'yin va o'rganishning asosiy jihatlari keltirilgan:

#### **- O'yin va uning ahamiyati**

- Ijodkorlikni rivojlantirish: O'yinlar bolalar ijodkorligini, tasavvufini va yaratuvchanligini oshiradi.

- O'zini ifoda etish: O'yin orqali bolalar o'z his-tuyg'ularini, fikrlarini va g'oyalarini ifodalash imkoniyatiga ega bo'ladilar.

- Psixologik sog'liqni saqlash: O'yinlar stressni kamaytirish va bolalarning ruhiy holatini yaxshilashga yordam beradi.

#### **- O'yin va o'rganish jarayoni**

- O'yin orqali o'rganish: O'yin bolalar uchun tabiatni va atrof-muhitni o'rganishning samimiy va qiziqarli usuli hisoblanadi. Misol uchun, qurilish o'yinlari bolalarga muhandislik asoslarini tushunishga yordam beradi.

- Ijtimoiy ko'nikmalar: Guruhda o'ynash bolalarda do'stlik, hamkorlik va raqobat ko'nikmalarini rivojlantiradi.

#### **- O'yin turlari**

- Rol o'yinlari: Bolalar turli rollarni o'ynash orqali o'z ijtimoiy muhitini tushunadilar va madaniy rollarni o'zlashtiradilar.

- Ta'lim o'yinlari: Eloqador, raqam va harf o'yinlari bolalar intellektual ko'nikmalarini oshirishga yordam beradi.
- Jismoniy o'yinlar: Sport va faol o'yinlar bolalarning jismoniy rivojlanishiga va sog'lom turmush tarzini rivojlantirishga yordam beradi.
- **Ota-onalar va o'qituvchilarning roli**
- Ota-onalar ta'siri: Ota-onalar bolalar o'yinlarini qo'llab-quvvatlash va ularga kerakli resurslarni taqdim etish orqali bolalarda o'rganish jarayonini yanada qiziqarli qilishlari mumkin.
- O'qituvchilar ishtiroki: O'qituvchilar o'yinlarni dars jarayoniga kiritish orqali bolalarning tezroq, samarali va qulay o'rganishiga yordam beradi.

### **Xulosa**

Bolalarda emotsional rivojlanish ularda shaxsiy va ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirishda muhim omil hisoblanadi. Ota-onalar, o'qituvchilar va psixologlar bolalarning emotsional rivojlanishiga yordam berish uchun ularni to'g'ri qo'llab-quvvatlashlari zarur. Bu jarayon bolalarning sog'lom, baxtli va ijtimoiy jihatdan muvaffaqiyatli shaxslar bo'lib shakllanishiga yordam beradi. O'yin va o'rganish bolalar psixologiyasida o'zaro bog'liq va muhim jarayonlardir. O'yinlar bolalarga psixologik, fizika va ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirishda yordam beradi. Ota-onalar va o'qituvchilar bu jarayonni qo'llab-quvvatlashi va samarali resurslar yaratishi juda muhimdir. O'yin orqali bolalar o'rganish zaruriyatini his qiladilar va hayotga tayyorlanadilar.

**Bolalar psixologiyasi va o'qitish** O'qituvchilar bolalar psixologiyasini bilishlari va ularni individual yondashuv yordamida o'qitishlari kerak. Bu ularning ta'lim jarayonida muvaffaqiyatli bo'lishiga yordam beradi.

### **FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:**

1. Bolalar psixologiyasi va uni o'qitish metodistikasi Nishanova Z. Alimova G. Toshkent-2006.
2. Bolalar psixologiyasi Toshboyeva D, Sodiqova O.
3. Umumiy Pedagogika
4. Pedagogika nazariyasi va tarixi