

## Baxtning sirli kaliti

12 fevral kuni 2-TTJ 1-4 kurs talaba qizlari bilan institut psixologi M.K. Muxamedova "Baxtli bo'lish siri" mavzusida trening mashg'ulot o'tkazdi. Tadbirda GM, GIM, SXTEB, KSXET fakultetining talaba qizlari ishtirok etishdi. Tadbirda SXTEB 2-kurs talabasi Abdullaeva Munira o'z faolligini, so'zamolligini va o'ziga bo'lgan ishonchni mustahkamlash maqsadida trenerlik qildi. Tadbirda talaba qizlardagi topqirlik va so'z boyliklarini oshirishga qaratilgan "Tanishuv" treningi o'tkazildi. Barcha ishtirokchilar tanishuv treningida faol qatnashishdi. Ayniqsa GM magistratura 1-kurs talabasi Mavluda, SXTEB 2-kurs Munira, GIM 1-kurs Charoslar mashg'ulotda juda faol qatnashib so'zga boyliklarini namoyish etishdi. Bu qizlarimiz nafaqat so'zga chechanliklarini, balki tikish, to'qish, oshpazlik san'atlarini ham puxta egallashganini, istagan qizlarga o'z bilimlarini o'rgatishlari haqida ham aytib o'tishdi. Bu fikr bo'sh vaqtlarini mazmunli o'tkazishni istagan qizlarga juda ma'qul keldi. Munira mashhur yozuvchi Lev Nikolaevich Tolstoyning "Barcha baxtli insonlar bir-birlariga o'xshaydi", degan so'zlari bilan keyingi mashg'ulotni boshlab, zamonaviy psixologlar tavsiflari bilan davom ettirdi. Baxtli bo'lishning 15 siri haqida so'z yuritildi. Va har bir sirga alohida to'xtalib ishtirokchilarga to'liq tushunchalar berildi.



Shundan so'ng ishtirokchi qizlardan "Siz baxtlimisiz...?" mavzuida psixologik so'rovnoma olish uchun blankalar tarqatildi. Dunyoda shunday odamlar borki, ular baxtli hayot emas, baxtli lahzalar mavjud deb o'ylashadi. Sizningcha, inson baxtli bo'lishi uchun nima kerak? Baxtning o'zi nimadan iborat?, degan savol bilan ishtirokchilarga murojaat etildi. Va barcha ishtirokchilarning fikrlari tinglab o'tildi. So'rovnomadan olingan natijalar muhokama qilindi. Keyingi mashg'ulotda «Baxtli kun» mavzusida hamma o'z baxtli kunini qisqacha yozish va keyin xohlovchilar gapirib berishlari mumkinligi haqida ko'rsatma berildi. Barcha ishtirokchilar o'z "Baxtli kun"lari haqida chiroyli bayonlarini yozib bo'lishgach: "Siz bu mashqdan keyin o'zingizni qanday his qildingiz?" degan savol o'rtaga tashlanib muhokama qilindi. Shundan so'ng ishtirokchilarga "Pozitiv psixologik ustanovkalar"ga sozlanish uslublari va yo'l yo'riqlari o'rgatildi.



Tadbirda barcha ishtirokchilar: 4-TTJ tarbiyachi pedagogi N. Isaqulova va barcha talaba qizlar faol qatnashishdi va keyingi treningda GIM 1-kurs talabasi Tohirova Charos va GM 1-kurs talabasi Ahmadova Mohinurlar hamkorlikda trenerlik qilish istagini bildirib o'tishdi.

**TIQXMMI psixologi M.K. Muxamedova axboroti**

**TIQXMMI matbuot xizmati**