

Ichki ruhiy holat tahriri

15-yanvar kuni institut psixologi M. Muxamedova 2-TTJ tarbiyachi pedagogi D. Shukurullaevalar 2 - TTJ 1-4 kurs talaba qizlari ishtirokida talabalarning ichki ruhiy holatlarini korrektsiya qilishga qaratilgan trening mashg'ulotlarini o'tkazishdi.

Trening o'tkazishdan maqsad talaba qizlarning ichki ruhiy holatlarini korrektsiya qilish:

- shaxs holati va kayfiyatlarini barqarorlashtirish;
- ishtirokchilarning bir-birlari haqida tasavvurlarni kengaytirish;
- ijtimoiylashuvga yordam bo'ladigan ko'nikma, malakalarini shakllantirish;
- guruh ishtirokchilarini bir-birlarini tushunishga hamda hamkorlikda ishlashga o'rgatishdan iborat.

Tadbir "Salomlashish" treningi bilan boshlandi. Barcha ishtirokchi qizlar doira shaklida turib, soat strelkasi bo'ylab o'z ismi va o'zining inson sifatidagi hurmatga sazovor xususiyatlaridan birini aytib tanishtiradi. Bu trening ishtirokchilarni bir - birlariga yanada yaqinroq tanishib olishga yordam beradi. "Barmoqni ushlab ol" trening mashg'ulotida ishtirokchilar doira bo'lib turib olishdi.



Hamma ishtirokchilarga trener quyidagicha ko'rsatma berdi:

- 1-deganimda o'ng qo'lning ko'rsatkich barmog'ini ko'taramiz.
- 2-deganimda chap qo'limizni chap tomondagi sherigimizning ko'rsatkich barmog'i ustiga qo'yamiz.
- 3-deganda esa o'ng qo'l barmog'imizni olib qochib, chap qo'limiz bilan sherigimizning barmog'ini ushlab olamiz"- deydi.

(ko'rsatkich barmoq tepaga qaratilgan holda yelkadan pastroq va yon tomonda tutiladi). Qo'li ushlangan odam qandaydir savolga javob berishi yoki shart bajarishi kerak. "Tugunni yech" , "Sharlar", "G'aroyib sovg'a" va "O'z fikringni ayt" kabi trening mashg'ulotlari o'tkazildi. "Tugunni yech" va "Sharlar" mashg'uloti guruh ishtirokchilarini bir-birlarini tushunishga hamda hamkorlikda ishlashga o'rgatishga qaratilgan. "G'aroyib sovg'a" trening ishtirokchilarini ruhiyatini yanada ko'tarish, mimikalar orqali bir - birlarini tushuna olish xususiyatlarini rivojlantirish va trening ishtirokchilarini faolligini oshirishga mo'ljallangan. "O'z fikringni ayt" treningida ishtirokchi qizlar 2-TTJga yangi ishga kelgan tarbiyachi pedagog D. Shukurullaeva haqida o'z fikr va munosabatlarini bildirib o'tishdi. Trening so'ngida ishtirokchi qizlardan o'tilgan mashg'ulot bo'yicha so'rovnoma olindi. So'rovnomada aniq bo'lishicha bu trening mashg'ulot barcha talaba qizlarning kayfiyatlarini ko'tarinki holatga keltirgani, ruhiyatlarini pozitiv notaga sozlanganligini ko'rishimiz mumkin. Tadbir qizg'in tarzda o'z yakuniga yetdi. Treningda ishtirok etgan ayrim muammoli talabalarni olib qolib alohida suhbat o'tkazildi va muammosiga qarab alohida konsultatsiya o'tkazishga kelishib olindi. Bundan tashqari TTJda hijob kiygan qizlar bilan ham alohida suhbat o'tkazilib, tushuntirish ishlari olib borildi.

TIQXMMI matbuot xizmati