

Treninglar ongli faoliyatga chorlaydi

Joriy yilning 26-fevral kuni institut psixologi M.K. Muxamedova GIM 1 – kurs talaba qizlari bilan “Oila – mehr qo’rg’oni” mavzusida trening mashg’ulot o’tkazdi. Treningda GIM fakulteti xotin-qizlar masalalari bo’yicha rahbari B. Mamadaminova, GIM gumanitar fanlar kafedrasida katta o’qituvchisi M. Hakimova va M. Ulug’bek tuman Lashkarbegi mahallasi MFY oila, xotin-qizlar, ijtimoiy va ma’naviy masalalari bo’yicha rais o’rinbosari Z.M. Rasuliyalar qatnashishdi. Trening “Sehrli ko’zoynak” mashg’uloti bilan boshlandi. Ishtirokchilarga ko’zoynak tutib bir – birlariga ismlari bilan murojaat qilib, chiroyli tilaklar bildirish va yaxshi xususiyatlarini ta’kidlash ko’rsatmasi berildi. Barcha ishtirokchilar mashg’ulotda faol qatnashishdi. Besh barmoqlarimiz barobar bo’lmagani kabi insonlarning fe’l-atvorlari ham turlicha. Kimdadir pozitiv, kimdadir negativ fe’l-atvor ustunlik qiladi. “Sehrli ko’zoynak” tutib tilak bildirishdan maqsad: insonlar qanday fe’l egasi bo’lishidan qat’iy nazar biz unga shirin so’z orqali yaxshi muomala qiladigan bo’lsak, u albatta yaxshi tomonga o’zgaradi.



Xuddi shuningdek oilada ham oila a’zolari bir – birlarining pozitiv jihatlarini ta’kidlab, shirin so’z bilan munosabat qilinsa, kelib chiqadigan nizolarning oldi olinishini ishtirokchilar bu trening orqali anglab yetishdi. Keyingi mashg’ulot “Oila daraxti” deb nomlanib – bunda ishtirokchilar o’z oilalaridagi avloddan-avlodga o’tib kelayotgan qadriyatlarini “Bizning oilaviy qadriyatlarimiz” deb yozilgan va daraxt tasvirlangan kartochkaga yozishlari taklif etildi. Barcha ishtirokchilar o’z oilalaridagi ustuvor qadriyatlarni ushbu kartochkalarga yozishdi va muhokama qilindi. GIM 1-kurs talabasi Tohirova Charos o’z yozganlari to’g’risida so’zlab berdi. Oila mustahkam va totuvlik hukmron bo’lishi uchun erkak qanday xususiyatlarga ega bo’lishi lozim? Ayol-chi?, degan savol o’rtaga tashlanib mashg’ulot davom ettirildi. Erkak va ayol tasvirlangan flipchart tayyorlandi va ishtirokchilarga stikerlar tarqatildi. Barcha ishtirokchilar oilada ahillik, mehr-oqibat va totuvlik ustuvor bo’lishi uchun erkakning va ayolning xususiyatlarini stikerlarga yozib, flipchartga yopishtirishdi va muhokama qilindi.



So’nggi mashg’ulot “Men+Sen=Biz” deb nomlanib bunda ishtirokchilar inson hamjihat bo’lib, bir-birlarini qo’llab-quvvatlasalargina oilada tinchlik hukmron bo’lishi haqida so’z yuritildi va “Siam egizaklari” deb nomlangan o’yin mashg’uloti bilan davom ettirildi. Xohlovchi ishtirokchilardan bir juft bo’lib davraga chiqish taklifi berildi. Davraga chiqqan ishtirokchi juftliklarga bir-birlariga yopishgan holda, birovlar o’ng, birovlar chap qo’l bilan berilgan topshiriqlarni bajarish ko’rsatmasi berildi. Topshiriqlar: botinka ipini bog’lash, tugma qadash, rasmga olish, qaychida kesishdan iborat edi. Barcha ishtirokchilar bu topshiriqlarni astoydil bajarishdi, va trening so’ngida muhokama qilindi. Xulosa o’rnida shuni aytishimiz mumkin, bugungi mashg’ulotdan barcha ishtirokchilar o’zlariga kerakli xulosalarni chiqarishdi va hayotda inson hamma muammolar ustidan faqat sabr qilib, yaxshilik qilib, shirin so’z bilan g’alaba qozonish mumkinligi haqida ma’lumotlar olishdi. Barcha ishtirokchilar ko’tarinki kayfiyatda bir-birlariga “Ko’rishguncha!”, - deb tadbir yakunlashdi.

TIQXMMI psixologi M.K. Muxamedova axboroti

TIQXMMI matbuot xizmati

