

Тренинг машғулотлар ақл ва идрок чархи

22 январь куни 3-ТТЖда талаба қизлар иштирокида институт психологи М. Мухамедова "Менинг ҳаётдаги шиорим" мавзуида тренинг машғулоти ўтказди. Тренингда СХТЭБ, КХМ, ЕРБ факультети қизлари ва ТТЖ кутубхоначилари Д. Собирова, М. Назарова, ТТЖ тарбиячи педагоги А. Ҳайитова, ЕРБ факультети декани Ш. Нарбаев, ЕРБ факультети Хотин-қизлар кенгаши аъзоси О. Рўзиқуловлар фаол иштирок этишди. Тренинг ҳар доимгидек "Танишув" машғулоти билан бошланди. Бу гал танишув копток ёрдамида амалга оширилди. Ҳар бир иштирокчи ўз исми ва характер хусусиятини айтиб, танишмоқчи бўлган тренинг иштирокчисига коптокни отади. Бу тренинг бир - бирларини танимаган иштирокчилар ўртасидаги бегоналик, тортинчоқлик ҳисларини йўқотиб, илиқ муносабатлар шаклланишига ёрдам беради. "Менинг ҳаётдаги шиорим" тренингда иштирокчиларга ҳаётда доимо олға интилишга, куч ва ғайрат топа олишга, келажакка ишончини кучайтиришга ҳар вақт ёрдам бера оладиган ҳаётини мотивацион (илҳомлантирувчи) шиор ўйлаб топиш ва ўша шиорни иширокчи доимо кўриниб турадиган жойга ёзиб қўя оладиган ва уни кўрганда беихтиёр ҳаётга нисбатан мотивация(қизиқиш ва интилиш) пайдо бўлиши кераклиги топшириғи берилди. Гоҳида талабаларда деструктив принциплар ҳаётини шиорга айланиб қолиши кузатилади. Тренингнинг вазифаси талабалардаги шундай деструктив, шахс шаклланишига салбий таъсир қилувчи омилларни аниқлаб, уни бартараф қилишдан иборат. Бу машғулот орқали талабаларнинг дунёқараши ва тафаккур тарзини ҳам ўзига хос равишда диагностика ва коррекция қилиш имкони юзага келади.



"Қуёш" тренинг машғулоти орқали иштирокчиларда ўзларига бўлган ишончини ва ўз қадр-қимматларини ошириш мақсад қилинган. Ҳар бир иштирокчига қуёшли смайликчалар тарқатилди. Иштирокчилар қуёш нурларига ўз характерларидаги ижобий хусусиятларини ёзиш кўрсатмаси берилди. Тренингда барча иштирокчилар фаол қатнашишди. Айниқса СХТЭБ факультети 2-курс талабаси Абдумаликова Мухлиса, СХТЭБ 1-курс талабаси Утемуратова Асем, СХТЭБ 1-курс талабаси Муртозаева Олима, ЕРБ 1-курс талабаси Фахриддинова Турсуной, КХМ 1-курс талабаси Кенгешова Севара ва КХМ факультети 1-курс талабаси Эшқулова Дурдоналар ўзларининг ёрқин иштироклари билан барчага ўрнак бўлишди. Тренинг сўнгида ўтилган машғулотлар юзасидан мини сўровнома олинди. Сўровнома натижасидан маълум бўлишича ўтилган тренинг машғулотида барча иштирокчиларга манзур бўлганлиги аниқланди ва кейинги тренинг машғулотида талабаларнинг фаоллигини янада ошириш мақсадида СХТЭБ факультети 2-курс талабаси Абдумаликова Мухлиса тренерлик қилиши таклифи билан ўз якунига етди.

ТИҚХММИ матбуот хизмати