

**Kompyuter o'yinlariga
tobelik(addiktlik)ni
bartaraf etishda
quyidagi metodlardan
foydalaniladi**



Guruhiy



Individual



Bir xil muammo
doirasidagi mijozlar
jamoasi bilan ishlash

Mijoz bilan birma-bir
ishlash



Individual ishni tashkil etishda quyidagilarga alohida e'tibor beriladi

Mijoz bilan olib boriluvchi psixologik, pedagogik ijtimoiy ishni mijoz xohishiga ko'ra qabul qilinishi

Tomonlar o'rtasida o'zaro ishonchning mavjudligi

Mijozning o'z ustida ishlashga bo'lgan harakati

Ijtimoiy –pedagogik-psixologik yordamni qabul qilmaslik huquqi

Mijozning o'z-o'zi uchun yakuniy hulosasi chiqarish huquqi



Guruhiy ishni tashkil etishda quyidagilarga alohida e'tibor beriladi

Mijoz bilan olib boriluvchi psixologik, pedagogik ijtimoiy ishni mijoz xohishiga ko'ra qabul qilinishi

Tomonlar o'rtasida o'zaro ishonchning mavjudligi

Mijozning o'z ustida ishlashga bo'lgan harakati

Ijtimoiy –pedagogik-psixologik yordamni qabul qilmaslik huquqi

Mijozning o'z-o'zi uchun yakuniy hulosani chiqarish huquqi



Individual ishni tashkil etishning muhim tomonlari:

- Mijoz muammolarini tadqiq qilishda korreksion ta'sir ko'rsatishga rozilik bergan mijoz va psixolog o'rtasida shartnoma tuzilishi
- individual psixologik korreskiyaning asosiy bosqichlarini belgilab olish;
- Korreskion muammolarini hal qilish yo'llarini topish va mijoz bilan shartnomani tuzishga muvofiq rejalashtirilgan dasturni amalga oshirish

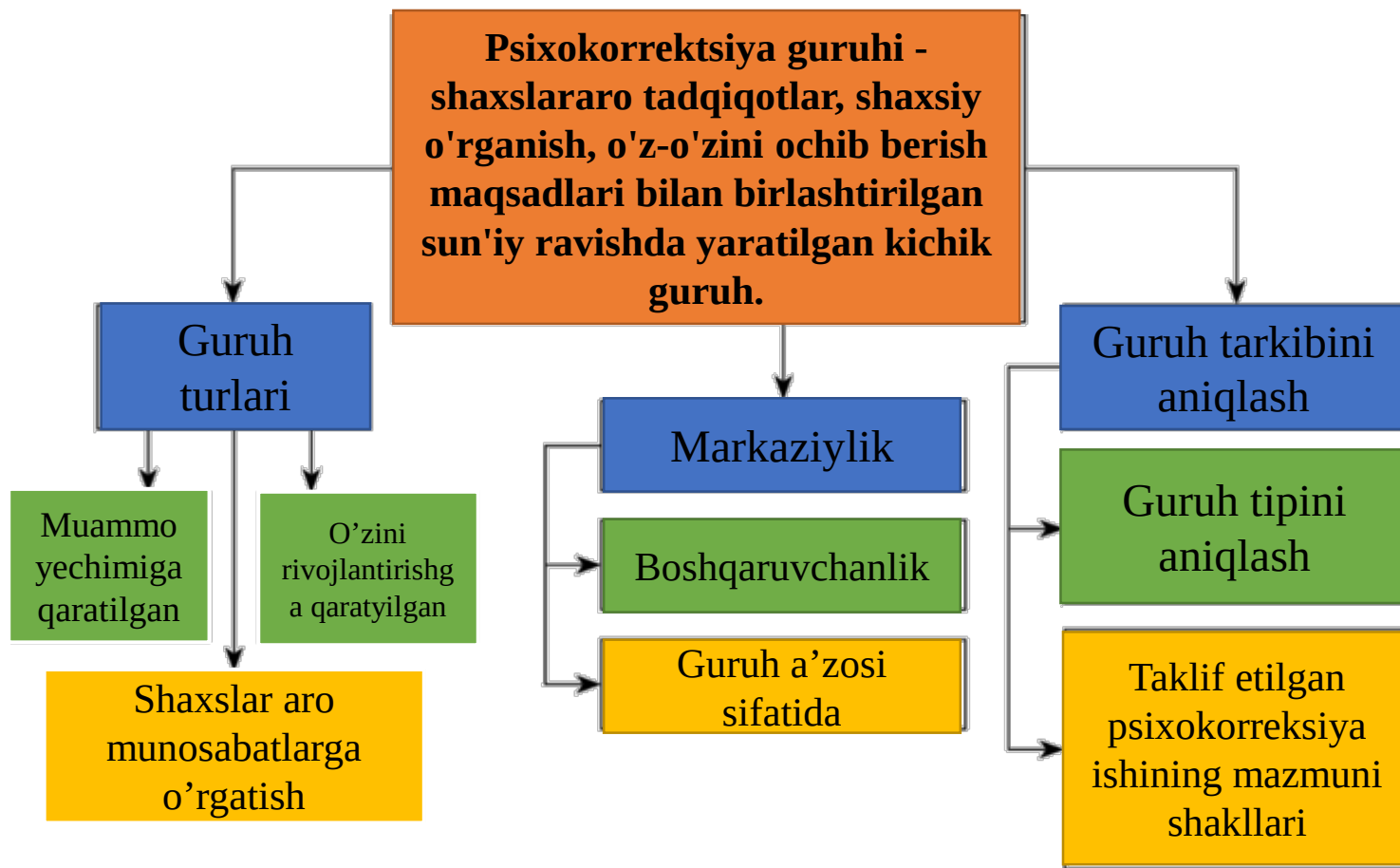
Guruhiy ishni tashkil etishda:

- Guruh dinamikasidan maqsadga muvofiq foydalanilib, guruh a'zolariva psixolog o'rtasida korreksion jarayonni-yuzaga kelgan munosabatlarning butun to'plami sifatida qaraladi.

Guruhiy ishni tashkil etishdan maqsad



Tobe xulq atvor shaxslar bilan guruhiy ishni tashkil etishda mijozning shaxsiyatidagi o'zgarishlar va shaxslararo munosabatlaridagi muammolarni anglash va tahlil qilish va ulardan foydalanishga asoslangan emotsional va xulq-atvor stereotiplariga mos bo'lmagan munosabatni tuzatishdan iboratdir





TRENING

Trening – shaxsda mavjud bo‘lgan yoki vujudga kelishi mumkin bo‘lgan muammolarni hal qilish uchun zarur bo‘lgan ko‘nikma va malakalarni hosil qilish maqsadida turli xil o‘yin va mashqlar orqali o‘tkaziladigan mashg‘ulot hisoblanadi.

1.Treningni tashkil etishning muhim jihatlari sifatida quyidagilarga alohida e‘tibor qaratish maqsadga muvofiq:

1.Trening o‘tkaziladigan xona.

1.Trening jarayonida guruh a‘zolari soni

1.Treningda ishtirokchilarning jinsi

1.Trening ishtirokchilarining yoshi

1.Trening mashg‘ulotlarining davomiyligi

1.Guruhni tashkil etish yoki yig‘ish bosqichi.

1.Har qanday psixologik treninglarni tashkil etish va o‘tkazish quyidagi bosqichlardan tashkil topadi.

1.Boshlang‘ich bosqich.

1.Ishni olib borish bosqichi.

1.Yakunlash bosqichi.

TRENING DASTURI

Mavzu: Kompyuter o'yinlariga tobelik(addiktlik)ni bartaraf etishga doir trening mashqlari

I. KIRISH

Trening dasturning maqsadi: Ishtirokchilarda kompyuter o'yinlariga tobelik(addiktlik)ni bartaraf etish, ularda shu asosida ko'nikmalarni shakllantirishga erishish

Trening dasturning vazifalari:

- Addiktlik haqida tushunchaga ega bo'lish
- Kompyuter o'yinlariga tobelik(addiktlik) natijasiga yuzaga keltiruvchi agressiyaning frustratsion holatlarda shaxs barqarorligini ta'minlash va chidamliligini oshirish
- Addiktlikni bartaraf etishga nisbatan ko'nikmalarni shakllantirish

Trening obykti: talabalar jamoasi

Ishtirokchilar soni: 20 ta

Kunlar	Mashg'ulot turi	Ajratilgan vaqt	Kutilayotgan natija
	KIRISH		
	"Vizitka to'ldirish"	12:20 12:23	Guruhiy normalar ishlab chiqiladi, trening samarali kechishini ta'minlash Ishtirokchilar bir-birlari bilan tanishadilar kayfiyatini ko'tariladi
	"Kutuvlarni aniqlash"	12:23 12:35	Ishtirokchi treningdan kutayotgan natijalarni aniqlanadi
	ASOSIY QISM		
	"Navbatsiz haridor"	12:35 12:50	Guruh a'zolarida tolerant xulq-atvorni rivojlantirishdan iborat Ishtirokchilar bir biriga pozitiv emotisonal tariflar berishga o'rganishadi.
	"Orol "	12:50 13:10	Jamoa o'zaro bir biriga nisabatan o'zaro yordam va o'zaro qo'llab quvvatlashni mustahkamlashdan iborat
	XULOSA		
	"Akvarium "	13:10 13:20	Hayotiy jarayonda yuz beradigan va agressiyani chiqaruvchi vaziyatga nisbatan munbosabat bildirishning maxsuldor individual uslub va vositalarini izlash
	"Botqoqlikdagi bazm"	13:20 13:45	Ishtirokchilar faolligi va o'zaro ahilligini ta'minlash, musiqali harakatlar bilan ularga samimiy va ijobiy hislarni shakllantirish
	"Yo'l uchun chemadan"	13:45 14:10	Shaxslar aro munosabatlarni yo'lga qo'yish, agressiv, tobe xulq-atvordan holi bo'lishga ko'maklashish, kelajak ustanovkalarini shakllantirishga yordam berish