TRENING TOPARLARIN RAWAJLANDIRIW FAZALARI HÁM MEXANIZMLERI

Bazarbaev Dauletyar Tashkentbaevich
Berdaq atındağı Qaraqalpaq mámleketlik universiteti student.
Embergenov Atabek Shimbergen uli
Berdaq atındağı Qaraqalpaq mámleketlik universiteti student.
Jalgasov Oralbay Qalbay uli
Berdaq atındağı Qaraqalpaq mámleketlik universiteti student.

https://doi.org/10.5281/zenodo.17669786

Annotatsiya. *Bul izertlewde trening toparların rawajlandırıw fazaları hám psixologiyalıq treninglerdi shólkemlestiriwdiń mexanizmleri haqqında mağlıwmatlar berip ótiledi.*

Psixologiyalıq treninglerdi shólkemlestiriwde trenerlerdiń psixologiyalıq metodlardan paydalanıwları tiykarında názerde tutılǵan paydalı mağlıwmatlar keltirip ótiledi. Psixologiyalıq treninglerdi shólkemlestiriwde trenerlerden trening toparlarına psixologiyalıq metodlardan paydalanıw boyınsha kónlikpeler talap etiledi. Sonıń menen birge, izertlewimiz dawamında alınǵan nátiyjelerge tiykarlanǵan halda treninglerdi shólkemlestiriwdiń pedagogikalıq hám psixologiyalıq qağıydaları haqqında mağlıwmatlar keltirip ótiledi.

Gilt sózler: *Psixologiyalıq izertlewler, psixolog-trener, psixologiyalıq treningler, psixologiyalıq sáwbetler, psixologiyalıq trening jaǵdayları.*

TRENING GURUHLARINI RIVOJLANTIRISH FAZALARI VA MEXANIZMLARI

Annotatsiya. *Ushbu tadqiqotda trening guruhlarini rivojlantirish fazalari va psixologik treninglarni tashkillashtirishning mexanizmlari haqida ma'lumotlar berib o'tiladi. Psixologik treninglarni tashkil qilishda trenerlarning psixologik metodlardan foydalanishlari asosida nazarda tutilgan foydali ma'lumotlar keltirib o'tiladi. Psixologik treninglarni tashkil qilishda trenerlardan trening guruhlariga psixologik metodlardan foydalanish bo'yicha ko'nikmalar talab qilinadi. Shuningdek, tadqiqotimiz davomida olingan natijalarga asoslangan holda treninglarni tashkil etishning pedagogik va psixologik qoidalari haqida ma'lumotlar keltirib o'tiladi.*

Kalit so'zlar: *Psixologik tadqiqotlar, psixolog-trener, psixologik treninglar, psixologik suhbatlar, psixologik holatlar.*

ФАЗЫ И МЕХАНИЗМЫ РАЗВИТИЯ ТРЕНИНГ ГРУППЫ

Аннотация. *В данном исследовании представлена информация об этапах формирования учебной группы и механизмах организации психологического обучения тренинга. Представлена полезная информация об использовании психологических методов тренерами при организации психологического обучения тренинг. При организации психологического тренинг от тренеров требуются навыки применения психологических методов в учебной группе. Также, на основе результатов, полученных в ходе нашего исследования, представлена информация о педагогических и психологических правилах организации обучения тренинг.*

Ключевые слова: *Психологическое исследование, психолог-тренер, психологический тренинг, психологическое интервью, психологические кейсы.*

Kirisiw

Hár bir psixolog-trener psixologiyalıq trening shólkemlestiriw xizmetin túrli toparlar sharayatında yamasa túrli jámáátler tártibinde ámelge asıradı. Sebebi, házirgi kúnge kelip jámiyettiń shetinde qalǵan yaki adamlar toparına ulıwma qosılmaytuǵın individtiń ózi joq, insan jámiyette jasap atır eken, ol bárqulla ózine uqsas túrli shaxslar menen baylanısta, óz ara tásirde boladı. Psixolog-trenerlerdiń sóylesiw procesleri bolsa barqulla adamlar toparında júz beredi.

Psixologiyalıq kóz qarasta topar - bul uliwma belgiler, uliwma iskerlik baǵdarları, psixologiyalıq baylanıs hám de uliwma maqset tiykarında birlesken adamlar birlespesin payda etedi. Topardı ayrıqsha pikirlew dárejesine iye bolǵan shaxslar quraydı, biraq hárbir topar psixologiyası onı quraytuǵın ayrıqsha shaxslar psixologiyasınan parıqlanadı hám ózine tán qaǵıydalarǵa boysınadı. Mine usı nızamlılıqlardı biliw bolsa hár qıylı tiptegi toparlardı basqarıw boyınsha trenerlerden joqarı dárejedegi jumıs boyınsha tájiriybe talap etedi hám mine usı toparlardı qurawshılardı tárbiyalawdıń tiykarǵı normasın biliwdi talap etedi. Sociallıq psixologiya baǵdarında berilgen maǵliwmatqa qaray psixologiyalıq trening toparları kishi topar esaplanadı.

Biraq trening sabaqları ushın bul qaǵıyda ózgeredi, yaǵnıy 20-30 adamnan ibarat bolǵan trening toparları áyne trening sabaqları procesinde úlken toparlar bolıp esaplanadı. Bunday úlken toparlar menen trening hám psixologiyalıq sáwbetlerdi ótkeriw óz isiniń sheberi bolǵan trener ushın da qıyınshılıqlardı keltirip shıǵarıwı múmkin. Usılardı esapqa alǵan halda psixolog-trener úlken topar menen islesiw procesinde nelerdi esapqa alıwı kerekligin biliwi maqsetke muwapıq.

Trening procesinde bunday mashqalalardı sheshiw ushin topardı tez-tez kishi toparlarga bólip islew maqsetke muwapıq. Bunnan maqset topardaǵı hár bir qatnasıwshınıń shınıǵıwlarda belsene qatnasıwın támiyinlewden ibarat. Qanday da bir tema trening toparında talqılansa, pútkil topardıń qatnasıwın támiyinlew múmkin emesligi anıq jaǵday sıpatında qaralıp atır. Bul bolsa topardaǵı tómen qatnasıwshılardı uliwma shette qalıwına sebep boliwi múmkin.

Eger topar kishi toparlarga bólinip islense, bunda olardıń belsendi qatnasıwı talap etiledi hám bul hár bir qatnasıwshınıń qızıǵıwshılıǵın arttıradı. Treninglerdiń talqılanǵan temaları ádette trenerdiń qaysı poziciyada turǵanlıǵına yamasa onıń qanday poziciyanı iyelegenligine baylanıslı boladı. Trening sabaqlarınıń ózine tánligi sonda, trener ádette topardıń bir bólegi sıpatında kórinedi, ol óziniń ústinligin kórsetpegen halda treningdegi barlıq qatnasıwshılar menen teńdey poziciyanı iyeleydi. Trenerdiń tiykarǵı wazıypalarınan biri topar ushın "trening toparı aǵzası"na aylana alıwı, bunıń ushın ol olardıń qaysıdur tárepine dál uqsawǵa háreket etiwi kerek. Trener qatnasıwshılarǵa hár bir adam óz pikirine yaki óziniń kózqarasına iye boliwga haqılı hám bul pikir yaki kózqarastan kelip shiqqan halda átiraptaǵılar tárepinen húrmet etiliwi shárt ekenligin esletip turiwi kerek. Olar menen álbette pikirles bolıwı, yaǵnıy olardıń pikiri nadurıs bolǵanda da olardı qollap-quwatlaw shárt emes, al olar menen básekilesiw, dodalaw kerek, biraq ashıq-aydınlıq, shın kewillik hám húrmetin saqlap qalıw kerek. Bunday túrdegi múnásibet óz ara húrmet hám óz ara isenim ortalıǵın jaratadı hám mashqalanıń konstruktiv talqılawın shólkemlestiriwge járdem beredi.

Eger trener shınıǵıw procesindegi barlıq shınıǵıwlar hám diskussiyalarda qatnassa, óz pikir-usınısların, ideyaların bólisse, ayırım jaǵdaylarda óz qátelerin jasırmasa, shınıǵıwlarda qátelesse bul oǵan qatnasıwshılar menen teńdey múnásibet ornata alıwına járdem beredi.

Psixolog-trenerdiń jumis iskerligi basqıshi - bul basqıshta qatnasıwshılardıń óz maqsetlerine erisiwinde tiykarǵı bólim esaplanadı. Qatnasıwshılar toparda islew qaǵıydalarına ámel etedi. Óz ara járdem soraw imkaniyatlarınan kelip shıǵıp bir-birine isenim payda boladı.

Nátiyjede trenerdiń ayırım pikirlerine qosılmasa, olar arasında trenerge qarata narazılıq, ayırım jaǵdaylarda ashıwlanıw, túskinlik jaǵdayları da baqlanadı. Trenerdiń wazıypası. toparda isenimli qatnasıqlardıń qáliplesiwine járdem beriwden ibarat bolıp, topardaǵı waqıyalardı itibardan shette qaldırmaw, topar dinamikasın baqlaw, topardaǵı narazılıqlardı hám tınıshsızlanıw jaǵdayların saplastırıwshı oyınlar ótkeriw, toparda isenim qatnasıqlarınıń qáliplesiwine járdem beriwden ibarat boladı. Treningti juwmaqlaw basqıshı - bul basqısh shınıǵıw juwmaqlanıwınıń logikalıq noqatı bolıp, eger shınıǵıw tabıslı juwmaqlanǵan bolsa, barlıq qatnasıwshılardıń kewil-keypiyatı joqarı dárejede boladı. Bul basqıshta jumis dawamında jol qoyilgan ayırım kemshiliklerdi tegislep ketiw imkaniyatı tuwıladı. Basqısh puqta oylanıp, anıq shólkemlestiriliwi kerek, onı óz-ózinen ótkeriwge bolmaydı, sebebi bunday múnásibetler arqalı alıp barılǵan treninglerdiń unamlı yamasa unamsız bahaların kóbeytip jiberiwi múmkin.

Trenerdiń wazıypası: shınıǵıwdı joqarı keypiyatta juwmaqlaw ilajın tayarlaw hám ótkeriw, hár bir qatnasıwshıǵa qolaylı sharayatlar jaratıw, bir-birine yamasa trenerge minnetdarshılıq bildiriwi ushın imkaniyat jaratıw, hár bir qatnasıwshıǵa ózine jarasa minnetdarshılıq bildiriwden ibarat. Toparlar psixologiyasında aytılıwınsha biytanıs adamlar bir jerge toplanǵanda toparda belgili bir zorıǵıw payda boladı. Bul nizamlılıqtı trening toparlarına qollansa, bir-birine pútkilley tanıs bolmagan adamlar toplangan jerde álbette ózine tán zoriǵiw jaǵdayları payda boladı. Trening baslanıwınan baslap trenerdiń wazıypası usı kúshleniwdi ilajı barınsha jumsartıwǵa háreket etiwden ibarat. Bunıń ushın trener toparda qolaysız jaǵdaylar júzege kelmewi yamasa júzege kelgen qolaysız jaǵdaylardı saplastırıwǵa mólsherlengen topar menen qanday usılda islew rejesin puqta oylap alıwı kerek. Sonday-aq, trener topar dinamikasınıń fazaları hám mexanizmleriniń ózine tán táreplerin, yaǵnıy topardıń bir neshe rawajlanıw basqıshları bar ekenligin biliwi shárt boladı. Bunday jaǵdaylarda trenerler ne islewi kerek degen sorawlarǵa juwap beretuǵın bolsaq: bunday túrdegi jaǵdaylardan shıǵıp ketiw ushın trener qatnasıwshılar menen birgelikte islep shıǵılǵan, ámeliy-teoriyalıq shınıǵıwlar waqtında hámme ámel etiwi kerek bolǵan minez-qulıq hám is-háreketlerge tiyisli qaǵıydalarǵa múrájat etiwi kerek. Qaǵıydalardıń tásirin arttırıw ushın 3 hám 5 kún basında qatnasıwshılar menen rolli oyınlar shólkemlestiriw maqsetke muwapıq, hár bir topar awızbirshilik formasında kórsetilse jáne de jaqsı nátiyje beredi. Eger topardaǵı qatnasıwshılar yaki kishi toparlar ortasında óz ara kelispewshilikler kelip shiqsa, kelispewshilikti konstruktiv jol menen sheshiwi kerek. Bunday jaǵdayda trener ne islewi kerek: qatnasıwshı menen jeke sáwbet tárizinde sóylesiwge háreket etiwi kerek; eger toparda sonday bir qatnasıwshı bolsa, onıń ishindegi gáplerdi ayta alıwı ushın imkaniyat jaratıw kerek; onı ne qıynap atırǵanı, ne ushın ashıwlandırıp atırǵanı, adamlarǵa bolǵan jek kóriwiniń tiykarı nede ekenligi haqqında sóylesiw kerek. Psixolog-trenerler aktiv islew usıllarınan paydalanıp, yaǵnıy sharshaw, agressiyanı páseyttiriwshi oyınlardı qollanıp, ondaǵı unamsız sezimlerdi páseyttiriwge yamasa shıǵarıp jiberiwge háreket etiwi kerek. Kóplegen psixologiyalıq trening sabaqlarında baqlangan tájiriybeler sonı kórsetedi, jumis procesinde topar agzaları ortasında, kishi toparlar ortasında yaki baslawshı hám qatnasıwshı qatnasıqlarında kelispewshilikler payda boliwi múmkin. Trener shınıǵıw ótkerer eken, hár bir topardıń individual tárepleri bar ekenligin biliwi kerek.

Usıǵan sáykes túrde belgili bir mashqala sheńberindegi baǵdarlama hám rejeniń túrli toparlarda ámelge asırılıwı túrlishe ótedi. Bir toparda trenerdiń jumısı tegis óce, basqasında ózine tán mashqalalarǵa dus keliwi múmkin. Usılardı esapqa alǵan halda shınıǵıwlar dawamında eń kóp baqlanatuǵın mashqalalarǵa toqtap ótemiz.

Topar ishinde kishi toparlardıń payda boliw jagdayın baqlawımız múmkin. Topar jumısınıń birinshi kúnindegi baslanǵish basqıshında qatnasıwshılardıń óz ara bir-birin hám de trenemin tanımaytuǵınlıǵı nátiyjesinde olardıń kópshiliginde qáweterleniw sezimleri payda boliw jaǵdayı baqlanadı. Sociallıq psixologiyada berilgen maǵliwmatlarǵa qaray trening toparları kishi topar esaplanadı.

Juwmaq

Juwmaqlawshı basqısh bolsa trening nátiyjeliligin bekkemleytuǵın eń áhmiyetli bólim bolıp, qatnasıwshılardıń unamlı keypiyatta qalıwı, óz-ara minnetdarshılıq bildiriwi hám tájiriybeni bólisiwi pútkil processke joqarı baha qosadı. Psixologiyalıq trening procesi - bul ápiwayı qarım-qatnas emes, al topar psixologiyası, shaxslararalıq dinamika hám trenerdiń basqarıw sheberligine tayanatuǵın quramalı process. Hár bir trening toparı ózine tán bolıp, ondaǵı qatnasıwshılardıń tájiriybesi, xarakteri, qızıǵıwshılıǵı hám emocionallıq jaǵdayı ulıwma ortalıqqa tikkeley tásir etedi. Sonıń ushın psixolog-trenerdiń wazıypası tek shınıǵıwdı ótkeriw yemes, al toparda isenim, ashıq pikirlesiw hám birge islesiw ruwxın jaratıwdan ibarat. Topar ishinde kelispewshilikler, narazılıq yamasa túskinlik jaǵdayları júzege keliwi tábiyǵıy, biraq bunday jaǵdaylarda trenerdiń professional qatnası - kelispewshilikti konstruktivlik jol menen sheshiw, individual sóylesiwler arqalı emocionallıq qıyınshılıqtı azaytıw, agressiyanı páseytetuǵın shınıǵıwlardı qollanıw - treningtiń ulıwma sapasın belgileydi.

Paydalanılǵan ádebiyatlar

1. Turemuratova, Aziza, Aynisa Jaqsimuratova, and Ramiza Mustapaeva. "SELF-CONTROL RULES OF A PSYCHOLOGIST-TRAINER." Modern Science and Research 4.4 (2025): 217-221.
2. Turemuratova, Aziza, Gulbanu Turganbaeva, and Miyassar Karimova. "PSIXOLOG-TRENERLER TOPARLARǴA TRENIN’SHÓLKEMLESTIRIWDE TIYKARǴI INDIVIDUAL PSIXOLOGIYALIQ IZERTLEWLER." Modern Science and Research 4.4 (2025): 230-235.
3. Turemuratova, Aziza, Zarafshan Rısnazarova, and Maftuna Nurjanova. "TOPARLARǴA PSIXOLOGIYALIQ TRENIN’ÓTKERIW QAǴIYDALARI HÁM PSIXOLOGIYALIQ TRENIN’TÚRLERI." Modern Science and Research 4.4 (2025): 199-205.
4. Aziza, Turemuratova. "KONFLIKT VA UNING KELIB CHIQISH SABABLARI." Новости образования: исследование в XXI веке 3.32 (2025): 465-467.
5. Turemuratova, Aziza, To'tijon Saidova, and Oybibi Sotimova. "TALABALAR GURUHLARIDA TRENINGNI TASHKIL ETISH QOIDALARI VA PSIXOLOG-TRENERNING NOTIQLIK MAHORATI." Modern Science and Research 4.4 (2025): 145-151.

6. Turemuratova, Aziza, Aynisa Jaqsimuratova, and Ramiza Mustapaeva. "SELF-CONTROL RULES OF A PSYCHOLOGIST-TRAINER." Modern Science and Research 4.4 (2025): 217-221.
7. Turemuratova, Aziza, Atabek Gulimbetov, and Gulirano Xelalova. "THE CONCEPT OF PSYCHOLOGICAL TRAINING GROUPS AND ORGANIZING PSYCHOLOGICAL TRAINING FOR STUDENT GROUPS." Modern Science and Research 4.4 (2025): 117-123.
8. Turemuratova, A. B. "TA’LIMDA PEDAGOGIK YONDASHUVLAR ASOSIDA O’QUVCHIYOSHLARNING KOLLOBORATIV KO’NIKMALARINI RIVOJLANTIRISH MEXANIZMLARI." Inter education & global study 3.4 (2025): 242-250.
9. Jarilkapovich, Matjanov Aman. "The Role of Modern Education and The Teacher's Pedagogical Skills in The Application of Pedagogical Teaching Methods." International Journal of Pedagogics 5.04 (2025): 266-268.
10. Maxmudova, Zilola. "ZAMONAVIY TA'LIM SHAROITIDA TALABALAR SHAXSINING MA'NAVIY-AXLOQIY FAZILATLARINI SHAKLLANTIRISH." University Research Base (2024): 1034-1037.
11. Jarasovna, Kurbanova Rita. "The Role of National Values in Shaping the Aesthetic Worldview of Schoolchildren." International Journal of Pedagogics 5.03 (2025): 55-58.
12. Jansulu, Tursinbaeva, and Mambetiyarova Venera. "SOTSIAL PSIXOLOGIYADA SHAXS MUAMMOSI." (2024).