

ҚИЁМИДДИН МИРАЛИЕВ

**УСУЛҲОИ ИНТЕРАКТИВИИ
ТАЪЛИМ ВА ТАШАККУЛИ
ТАРЗИ ҲАЁТИ СОЛИМ ДАР
БАЙНИ ҶАВОНОН**

Душанбе 2012

УСУЛҲОИ ИНТЕРАКТИВИИ ТАЪЛИМ ВА ТАШАККУЛИ ТАРЗИ ҲАЁТИ СОЛИМ ДАР БАЙНИ ЧАВОНОН

Дар ин китоб маълумот дар бораи моҳият-аҳамиятноки ва тарзи истифобари усулҳои интерактиви таълим барои ташик намудани чорабиниҳои маърифатӣ иттилоотӣ ва ба воситаи онҳо таҳкими иштироки ҷавонон дар ҷомеаи шахрвандӣ гирд оварда шудааст ва он махсус барои такмил додани фаъолияти мутахассисони соҳаи кор бо ҷавонон, иттиҳодияҳои ҷамъиятии ҷавонон нигаронида шудааст.

Таҳиягар:

Миралиев Қ.А. - мудири Шӯъбаи сиёсати иҷтимоии Кумитаи ҷавонон, варзиш ва сайёҳии назди Ҳукумати Ҷумҳурии Тоҷикистон, номзади илмҳои сиёсӣ

Таҳриргарон:

Қўраев К.К. - муовини аввали Раиси Кумитаи ҷавонон, варзиш ва сайёҳии назди Ҳукумати Ҷумҳурии Тоҷикистон

Муинова М.М. - муовини Раиси Кумитаи ҷавонон, варзиш ва сайёҳии назди Ҳукумати Ҷумҳурии Тоҷикистон

Дар доираи Барномаи «Ҷавонони Тоҷикистон» барои солҳои 2010-2012 ба теъдоди 300 нусха чоп гардид.

МУНДАРИЧА

ПЕШГУФТОР	4
БОБИ I. УСУЛҲОИ ИНТЕРАКТИВИИ ТАЪЛИМ.....	6
1.1. МАФҲУМ ВА МОҲИЯТИ УСУЛҲОИ ИНТЕРАКТИВИИ ТАЪЛИМ, ПРИНСИПИ "ҲАМСОЛ БА ҲАМСОЛ"	6
1.2. ПРИНСИПИ "ҲАМСОЛ БА ҲАМСОЛ".....	8
1.3. УСУЛҲОИ МУНОСИБАТ	12
1.4. УСУЛҲОИ ИНТЕРАКТИВИИ ТАЪЛИМ	17
БОБИ II. БАРНОМАҲОИ ТАЪЛИМИИ (МОДУЛҲОИ) НАМУНА- ВӢ ОИД БА ТАШКИЛ ВА ГУЗАРОНИДАНИ МАШҒУЛИЯТҲОИ ОМӢЗИШӢ АЗ РӢИ ПРИНСИПИ «ҲАМСОЛ БА ҲАМСОЛ».....	27
2.1. БАРНОМАИ ТАЪЛИМӢ (МОДУЛ) ОИД БА ТАШКИЛИ ТИМ- КОМАНДА	28
2.2. БАРНОМАИ ТАЪЛИМӢ (МОДУЛ) ОИД БА МАЛАКАҲОИ МУНОСИБАТ ВА ТАРЗҲОИ САРВАРӢ.....	39
2.3. БАРНОМАИ ТАЪЛИМӢ (МОДУЛ) ОИД БА ҲАРАКАТИ ИХТИЁРӢ	45
2.4. БАРНОМАИ ТАЪЛИМӢ (МОДУЛ) ОИД БА ОДАТҲОИ НОМАТЛУБ ДАР БАЙНИ ҶАВОНОН	54
2.5. БАРНОМАИ ТАЪЛИМӢ (МОДУЛ) ОИД БА ОҒАҲОНӢ АЗ БЕМОРИҲОИ БА ВОСИТАИ АЛОҚАИ ҶИНСӢ ГУЗАРАНДА	58
2.6. БАРНОМАИ ТАЪЛИМӢ (МОДУЛ) ОИД БА ВИРУСИ ВИЧ/СПИД ВА РОҲҲОИ ПЕШГИРИИ ОН	61

*Агар ҷавонон ояндаи миллат бошанд, ҷавонони лаёқатманду
боистеъдодро метавон моёи ифтихор ва сарбаландии он номид.
Маҳз ҷавонони соҳибмаърифату боистеъдод, қудрат доранд, ки
бори гарони илму фарҳанги миллати хешро ба душ қашида ҳамчун
ҳалқаи зарурӣ дар занҷири маърифати аз насл ба насл омада
хизмат намоянд*

Э.Ш. Раҳмонов

ПЕШГУФТОР

Таълиму тарбия дар ҳар як ҷомеаи ҷаҳонӣ муносиб ба шароити ҷамъият ва талаботи давлатдорӣ ба роҳ монда мешавад ва барои пурмаҳсул ва манфиатнок равона гаштани он роҳу усулҳои гуногуни онро истифода мебаранд. Муқарарист, ки барои ҳар як навъи ҷорабиниҳои маърифатӣ омӯзишӣ барномаҳои мушаххаси таълимӣ таҳия ва амалӣ мегарданд, ки мувофиқи он дастур ва тарзу усулҳои ташкил ва амалигардонии фаъолияти таълимию омӯзишӣ дар дилхоҳ муассисаҳои таҳсилотӣ ҷорӣ мегардад. Пушида нест, ки имрӯз фаъолияти таълимию омӯзишӣ дар макотиби таҳсилотӣ дар ҷумҳурӣ бештар дар асоси барномаҳои таълимии солҳои пешин, яъне номувофиқ ба шароит ва талаботи имрӯзаи ҷомеа ба роҳ монда шудааст. Набояд фаромӯш кард, ки насли наврас ва ҷавон имрӯз дар шароити гузариш ба ҷомеаи навин қарор доранд ва талаботи онҳо нисбат ба аз худ кардани таълим ва илму маърифат бо усулҳои навин ва ҷавобгӯ ба шароити ҳаётии онҳо равона аст. Яъне зарурат ба он расидааст, ки мутобиқи тараққиёти ҷомеаи муосир барномаҳои навини таълимӣ таҳрирезӣ гашта ба тайёр кардани кадрҳои соҳиби ихтисосҳои навин мусоидат намояд.

Аз ҷумлаи ин гуна усулҳои таълим, ки дар ҷомеаи ҷаҳони маъруфу машҳур гаштааст ва барои омӯзиш ва дар мӯҳлати кӯтоҳтарин аз худ кардани дилхоҳ маводи таълимӣ муқаррар гаштааст, усули интерактиви таълим мебошад, ки маҳз дар бораи ҳамин усули таълимӣ дар дастури мазкур

сухан меравад.

Бартариин ин усул дар он аст, ки шахси хонанда дар чараёни ташкили он ширкат мевазад. Принципҳои асосии усули интерактивии таълим он аст, ки дар он шахси хонанда озодона муошират мекунад, савол медиҳад, баҳсу мунозира мекунад, ақидаи худро изҳор менамояд, тартибу қоидаҳои гузаронидани машғулиятро пешниҳод ва интихобу қабул менамояд. Фарқият миёни ин усули таълимӣ нисбат ба усулҳои муқаррарии таълимӣ дар бисёр ҳолатҳо ба назар мерасад. Агар мавриди гузаронидани семинару машваратҳо бо усули муқаррарии таълим таълимгиранда бо тарсу ҳарос муошират кунад ва ё савол диҳад, нисбат аз он ки бештар дар чараёни таълим ширкат варзад, ба саволҳо посух гӯяд ва муаллим хатогиҳояшро дуруст намояд, мавриди ташкили семинар ва ё машғулиятҳо бо усули интерактивии таълим шахс хоҳ ноҳақ дар чараёни он фаъолона ширкат меварзад, фикру ақидаҳои худро озодона изҳор менамояд ва аз тарсу ҳарос ҳамеша дур мебошад. Мувофиқи иқтидорнокӣ ва қобилиятнокиаш маводро аз худ менамояд ва ба дигарон низ мерасонад. Инчунин, ин усул ба шунаванда имконият медиҳад, то ӯ мавзӯро бо хоҳиши озод, осониву тезӣ аз худ кунад ва дар доираи он фаъолият барад.

Дар чараёни ташаккул ва рушди ҷомеаи шахрвандӣ бошад, истифодаи усули интерактивии таълим барои ташкил ва гузаронидани машғулиятҳо ва семинарҳо миёни ҷавонон дар раванди инкишофи сиёсати иҷтимоию фарҳангӣ ва маърифатии ҷавонон дар раванди бунёди идеологияи устувори муносиб ва ҷавобгӯ ба талабот ва тараққиёти ҷомеаи муосир бамаврид ва муфид мебошад.

БОБИ I. УСУЛҲОИ ИНТЕРАКТИВИИ ТАЪЛИМ

1.1. МАФҲУМ ВА МОҲИЯТИ УСУЛҲОИ ИНТЕРАКТИВИИ ТАЪЛИМ, ПРИНЦИПИ “ҲАМСОЛ БА ҲАМСОЛ”

Усулҳои интерактиви таълим, ки дар сатҳи байналҳалқӣ эътироф гаштаанд барои гузаронидани семинару тренингҳо ва умуман машғулиятҳои таълимию омӯзишӣ вақти камро талабкунанда истифода мегарданд.

Усулҳои интерактиви таълим аз чунин принципҳо иборат мебошанд:

- ҷалби диққати иштирокчиён ва дар муддати кӯтоҳ ба мақсад ноил гаштани онҳо;
- иштироки озодона, ғайбӣ ва тамоюлноқ;
- иштироки на зиёда аз 20 нафар иштирокчиён дар машғулият;
- пешниҳод ва қабули мустақилонаи қоида ва тартиби рафтори иштирокчиён мавриди ташкили машғулият;
- иштироки бевоситаи иштирокчиён дар раванди машғулият

Фасилитатор на ҳамчун муаллим нисбат ба хонанда, балки ҳамчун маълумотдиҳанда ва маслиҳатчи нисбат ба иштирокчиёни машғулият муносибат мекунад.

Мақсади асосии истифодаи усули интерактиви таълим, ин ба тезӣ ва дар муддати кӯтоҳтарин, аз худ кардани (омӯзонидани) маълумотҳои зарурӣ, баланд бардоштани сатҳи дониш ва малакаҳои ҳаёти мебошад, ки он ба таҳкими қобилият ва маҳорати ровигию шунавандагӣ, рушди малакаҳои сарварию ташкили команда, бедор кардани ҳисси инсондустӣ ва ғайра мусоидат менамояд.

Хусусиятҳои асосии усули интерактиви таълим

Усули интерактиви таълим пеш аз ҳама бо хусусияти

мутабиққунияш машҳуру маъруф гаштааст, яъне дилхоҳ фарди солимакл ва соҳибзаковат хоҳ ноҳоҳ ба ин ва ё он самтҳои афзалиятнок мутабиқ мегардад.

Аз ин рӯ, мавриди ҷалби иштирокчиён зарур аст, ки аз рӯи **принсипҳои интиҳобӣ** амал намояд, яъне барои амалӣ гаштани мақсадҳои машғулият ва бомуваффақият анҷом ёфтани он мебояд ашхоси нисбатан фаъоли ҷомеаро, нисбат ба ҷавонон бошад бештар аз хонандагон ва ё донишҷӯёнро, ки қудрати аз худ қардани беамомониати дилхоҳ маводи таълимиро доранд, интиҳоб намуд.

Ҳангоми ташкили машғулият дар бисёр ҳолатҳо **воситаҳои аӣёнӣ** ба монанди: қоғазу қаламҳои гуногуни ранга, маводҳои тақсимоӣ, видео-филмҳо ва ғайра истифода мегарданд, ки ба дучанд аз худ қардани маълумот ба иштирокчиён мусоидат менмояд.

Мавриди гузаронидани машғулият **усулҳои таълимӣ** ба монанди: ҳуҷуми фикрҳо, ки малакаи суҳанронии шахсро устувор мегардонад, бозӣ дар нақшҳо, ки ниқоби шармгинии шахсро мешиканад, ба иштирокчиён барои ҳудро озод ҳис қардану ба аудитория мутабиқ шудан шароит фароҳам меорад, қор дар гурӯҳҳо, ки ба шахс шароит фароҳам меорад то мустақилона қор қунад, ақида ва нуқтаи назари ҳудро мустақилона таҳия намояд ва бо рӯҳбаландӣ дар рафти машғулият ширкат варзад, истифода мегарданд.

Бартариин ин усули таълим дар он аст, ки шахси хонанда дар равиши он, яъне дар гузаронидани машғулият бевосита иштирок мекунад. Дар он шахси хонанда озодона савол медиҳад, баҳсу мунозира мекунад, ақидаи ҳудро озодона изҳор менамояд, тартибу қоидаҳои дилхоҳи машғулиятро дар якҷоягӣ бо ҳамсабақон пешниҳод ва интиҳобу қдбул менамояд. Мавриди истифодаи усулҳои муқаррарии таълим бошад, хонанда аз ин гуна имқониятҳо маҳрум аст. Усули интерактивиин таълим талаб мекунад, то таълимқиранда дар қараёни амалиқардии он фаъолон

иштирок намуда, ақидаҳои худро озодона ва бемамониат изхор намояд.

Исботи ин тасдиқотро бо баъзе нуктаи назар ва ибрази ақидаи иштирокчиёни машғулиятҳои бо ҳамин усули таълимӣ гузаронидашуда тақвият медиҳем, ки зикр кардаанд: “Хуб мешуд, ки чунин машғулиятҳо дар мактабҳо низ ҳангоми дарсҳои ҳаррӯза гузаронида мешуд!”, яъне онҳо хоҳиш доранд, ки дарсҳои ҳамаҷуз онҳо бо ҳамин гуна усулҳои таълимӣ ташкил карда шаванд. Ба саволи “Чаро Шумо мехоҳед, ки дар мактаб маҳз ҳамин гуна машғулиятҳо ташкил карда шаванд?” ҷавоб доданд, “Чунки дар ин машғулиятҳо бо мо ҳар гуна бозиҳо мекунам, ба ягон ҳаракатҳо маҷбур намекунам, ба суҳанҳоямон гуш мекунам, мо ҳудамон мустақилона кор мекунем, худро озод ҳис мекунем, мавзӯҳо осонфаҳм мебошанд”.

1.2. ПРИНЦИПИ “ҲАМСОЛ БА ҲАМСОЛ”

Принципи “ҳамсол ба ҳамсол” - ин фаъолиятест, ки аз муносибати байнихамдигарии ду ва ё зиёда шахсони ҳам синнусол иборат буда барои омӯзиш ва расонидани иттилооти муфид ва манфиатнок ба якдигар равона гаштааст.

Омӯзиш аз рӯи принципи «ҳамсол ба ҳамсол» - ин чараёнест, ки дар он шахси омӯзонидашуда миёни ҳамсолони худ чорабиниҳои маърифатиро иттилоотӣ ташкил намуда, дар муддати кӯтоҳтарин онҳоро бо маълумотҳои зарурӣ таъмин менамояд.

Мақсади асосии омӯзиш аз рӯи принципи «Ҳамсол ба ҳамсол» фароҳам овардани шароити мусоид барои инкишофёбии мустақилона ва ҳудамалигардонӣ нисбат ба муносибат, тасаввурот ва малакаҳои ҳаёти байни ҳамсолон мебошад.

Мавриди фаъолият аз рӯи ин принцип ровӣ (фасилитатор,

шахси маълумотрасон) ва шунаванда (таълимгиранда) иштирок мекунад. Дар ин муносибат ровӣ шахсест, ки дар дилхоҳ соҳаи фаъолият омӯзонида шудааст ва шунаванда шахсест, ки оид ба ҳамин соҳаи фаъолият тассавурот надорад, маълумоти кам дорад ва ё барои аз худ кардани он соҳа ниёз дорад. Яъне, дар инҷо шахси

дар дилхоҳ машғулиятҳои (тренингҳо, семинарҳо) аз рӯи принципи омӯзиши “ҳамсол ба ҳамсол” иштирок дошта - омӯзонида шудааст, ки миёни ҳамсолони худ ба сифати ровӣ баромад карда ба онҳо ба воситаи ташкили чорабиниҳои маърифатӣ иттилоотӣ маълумотҳои заруриро мерасонад.

Чорабинҳоро аз рӯи принципи «ҳамсол ба ҳамсол» бо таври зерин ташкил кардан мумкин аст:

- ташкили машғулиятҳо (семинарҳо, тренингҳо);
- саҳнаҳои ҳаҷвию таълимӣ ва муҳокимаи нақшҳо дар он;
- сӯҳбатҳои озод бо ҳамсолон дар диско-Қубҳо ва боғҳои фароғатӣ фарҳангӣ;
- концертҳо ва викторинаҳо;
- озмунҳои ҳозираҷавобӣ ва варзишӣ ва ғайра

Бартарияти принципи “ҳамсол ба ҳамсол” дар байни ҷавонон дар он аст, ки мавриди ташкил ва гузаронидани чорабиниҳо барои ҷавонон дар ташкил ва гузаронидани он ҳуди ҷавонон ширкат меварзанд. Муқараррист, ки дар ҳолати гузаронидани дилхоҳ чорабинӣ аз тарафи шахси ҳамсоли бештар маъкул ва ҳаловатпазир аст, нисбат ба он ки дар гузаронидани чорабинӣ шахси калонсол иштирок мекунад.

Дар ташкили дилхоҳ, чорабинӣ аз ҷониби шахси калонсол хоҳ ноҳоҳ шахси хурдсол худро бераҳат ҳис мекунад, бо тарсу ҳарос иштирок мекунад ва худро маҷбур месозад то чизе аз худ кунад. Аз натиҷаи тарсу ҳарос ва ноҷо ҳис кардани худ, шахси шунаванда наметавонад ҳамаи маводи заруриро то дараҷаи лозимӣ аз худ намояд. Мавриди

гузаронидани чорабинӣ аз тарафи шахси ҳамсол бошад ҳамсӯҳбати ӯ, яъне шунаванда, ҳамсинну сол будани ӯро дар назар гирифта худро озод ҳис мекунад, ба баъзе ҳаракатҳои зарурӣ худро имкон медиҳад, бе тарсу ҳарос иштирок мекунад, саволу ҷавоб ва баҳсу мунозира мекунад. Ва айён аст, ки аз натиҷаи чунин иштирок фарди ҷавони ҳамсол ҳаматарафа ташаккул меёбад, маводи заруриро вобаста ба иқтидорнокии зехниаш аз худ мекунад ва аз ҳама муҳимаш барои ӯ рафтори ҳамсоли ровӣ, дараҷаи саводнокии он намунаи ибрат мегардад. Ин акидаро боз чунин тақвият додан мумкин аст, ки: одатан дар мактаби таҳсилотӣ шахси калонсол (муаллим) ба хурдсол (хонанда) дарс меҳонад. Ва тассавур кунед, ҳар яки мо зинаи таълимии мактабиро гузаштаем ва медонем, ки то кадом дараҷа муносибат байни хонанда ва муаллим ба роҳ монда шудааст. Новобаста аз он, ки методикаи таълимӣ муносибати нарми **байниҳамии** омӯзгор ва хонандаро талаб мекунад ва меомӯзонад, воқеист, ки шахси калонсол нисбат ба шахси ба хурдсол дар ҳаёти ҳамаҷуза назарбаланд рафтор мекунад. Шахси ҳамсол бошад, хоҳ нохоҳ бо эҳтиром муносибат мекунад, чунки аз нигоҳи дониш, агар назари баланд дошта бошад, аз нигоҳи синнусол кудрати баробарӣ доранд. Мутаасифона муносибатҳои имрӯзаи муаллим нисбат ба хонанда муносибатҳои мебошанд, ки ба шунаванда (талаба) на имконияти ғаёл, маълумотноқ соҳибмаърифат шудан медиҳад, балки ба рӯҳафтода шудан ва суғуст шудани ғаёлияти таълимии онҳо оварда мерасонад. Дар навбати худ, хонанда дар ин ҳолат, худро озод ҳис карда наметавонад, бе тарсу ҳарос ва ғаёлона иштирок карда наметавонад ва муқаррарист, ки бо назардошти иқтидори зехниаш ва тарсу ваҳми воқеӣ маводи дарсиро пурра аз худ карда наметавонад.

Акнун, мо дар ҳаминҷо ба таври васеъ бартарияти приснипи “ҳамсол ба ҳамсол”-ро баҳо дода метавонем.

Воқеан ҳам, таҳия ва амалигардонии барномаи таълимӣ ва аз рӯи приснипи “ҳамсол ба ҳамсол” дар макотиби таҳсилотӣ ғайривоқеъист, лек бо истифодаи ин принципи омӯзишӣ, ташкил ва гузаронидани чорабиниҳои ҳамарӯзаи таблиғотию маърифатӣ, аз ҷумла миёни ҷавонон амри мудаост. Масалан, дар гузаронидани чорабиниҳои маърифатӣ ба монандӣ: тренингҳои омӯзишӣ, семинарҳо, мизҳои мудаввар, озмунҳо бо иштироки бевоситаи ҳуди шахси ҷавон бамаврид аст. Мавриди гузаронидани чунин чорабиниҳо, фаъолияти зеҳнии шахси ҷавон инкишоф меёбад, ҷаҳонбинии ӯ васеъ гашта, маҳорати ровигӣ ва сарварӣ дар ниҳоди ӯ ташаккул меёбад, инчунин ҳамсолон низ бо диққат ўро гуш карда, рафтор, ҳаракат ва маълумотҳои иброзкардаи ўро ҳамчун намунаи ибрат қабул намуда, рафтору кирдори худро нисбатан тағйир медиҳанд.

Дигар он ки, мавриди гузаронидани чорабиниҳои иттилоотӣ (тренинг, семинар) аз тарафи шахси ҷавон, новобаста аз дараҷаи маълумотнокиаш шахси ҳамсоли шунавандаи ӯ бо назардошти синнусол худро озод ҳис мекунад, тарсу ваҳмо аз худ дур месозад, баҳсу мунозира доир мекунад, нисбат ба мавзӯ баромад мекунад, мустақилона кор мекунад ва ғайра. Бевосита шахс дар ин ҳолат имконияти ташаккулёбӣ меёбад, доираи ҷаҳонбинияш васеъ мегардад, маводи заруриро вобаста ба қобилифтнокиаш ба тезӣ аз худ мекунад.

Хусусиятҳои принципи “ҳамсол ба ҳамсол”

- Мунтазам бурдани таблиғот байни ҳамсолон, мусодат ба балангардии сатҳи маърифатнокии ҳамсолон;
- Эҳтироми фикру ақида ва манфиатҳои якдигар;
- Расонидани маълумоти дуруст ва оммафаҳм;
- Ҷалб ва ҳавасманд намудани ҳамсолон ва маълумотнокгардонии онҳо;
- Фароҳам овардани шароити мусоид барои озод ҳис

кардани ҳамсолон ва таъмини иштироки фаъоли онҳо дар чараёни сӯхбат ва вохӯриҳо;

- Ҳифзи ҳуқуқ ва манфиатҳои ҳамсолон;
- Маҳфӣ нигоҳ доштани сиру асрори шахси ҳамсол.

Бартарияти амалӣ намудани чорабиниҳои фарҳангию маърифатӣ аз рӯи *принсипи “ҳамсол ба ҳамсол”* дар он аст, ки дар он шахс фаъолона иштирок мекунад, имконияти васеъи аз худ кардани маълумотҳоро пайдо мекунад. Ҳамчунин, яке аз хусусиятҳои асосии ин принсипи фаъолият дар он аст, ки шахси ҷавони омӯзонидашуда ҳамин иқдомро нисбат ба шхсони дигари ҳамсол давом медиҳад, корҳои таблиғотӣ мебарад, вохӯриҳо ва сӯхбатҳо ташкил карда, ҳамсолони худро бо маълумотҳои зарурӣ фаро мегирад. Ва ҳамсолони ӯ, ки доир ба ин ва ё он маълумот бархурдор гаштанд, ба дигар рафиқон ва дӯстони худ чорабиниҳои таблиғотӣ ташкил мекунанд.

1.3. УСУЛҲОИ МУНОСИБАТ

Одамон тамоми ҳаёт муносибат мекунанд. Муносибати одам ҳануз аз давре оғоз мегардад, ки ўро ҳамчун кӯдаки навзод аз батни модар мегиранд ва саҳт тақон медиҳанд ва он вақт ба итмом мерасад, ки бо амри тақдир он шахс аз дунё ҷашм мепӯшад ва ҳама наздикон ва шиносон ўро ихота карда, то манзил (қабр) гусел мекунанд. Ҳаёти мо ҳама сар то по аз муносибатҳо ва муоширати байниҳамӣ иборат аст, ин ба мо маъқул аст ва ё нест, аз мо вобастагӣ надорад.

Ва муқаррарист, одамоне, ки нисбат ба дигарон маҳорати хуби муошират доранд, одатан ҳаёти беҳтарин доранд ва ҳамеша комёбӣ ва муваффақиятҳо пешоҳангашон мебошад. Ин маънои онро надорад, ки онҳо ягон намуди илмҳои ғайб ва ё махсусро медонанд, ё ин ки онҳоро махсус тайёр кардаанд - ҳаргиз не, фақат, ки онҳо нисбат ба дигарон муносибат ва муоширати хуб ва беҳтар

карда метавонанд.

Муносибат, барои шахс силоҳест, ки ўро дар майдони обрўй, нуфуз ва эҳтиром аз ҳама гуна фишороварӣ, нафрат ва тухмату таҳқири атрофиён эмин медорад.

Дар ҳаёти ҷавонон бошад, махсусан дар ташаккулёбии ҳаёти онҳо маҳорат ва қобилияти муошират ва муносибати хуб доштан аз ҳама неъматӣ бехтарин ва бебаҳо ба шумор меравад, ки он ба муваффақиятҳои комил дар фаъолияти қорӣ, ҳамчунин оиладорӣ метавонад боис гардад.

Доштани муносибати хуб нисбат ба ҳамсолони худ мавриди ташкили ҷорабиниҳои иттилоотӣ маърифатӣ ба бехтарин дастовардҳо метавонад ноил гардонад. Воқеист, ки мавриди баромад қардан, сухан гуфтан атрофиён ба тамоми ҳаракатҳои равӣ назар мекунанд. Ҳар як ҳаракати ўро - тарзи суханронӣ, баланду пасти ӯвоз, шақи зоҳирӣ, сират, тартиби қадамзанӣ, назар, чехра ва ғайра, ки хусусиятҳои барандаро дарбар мегиранд, мушоҳида мекунанд, баҳо медиҳанд ва мавқеъ ва муносибати худро нисбат ба шахси равӣ муайян мекунанд.

Дарачаи азхудкунии маълумот ва ё иттилоот аз тарафи шунавандагон аз муносибат, муомила ва муоширати бевоситаи баранда вобастагӣ дорад. Набояд фаромӯш қард, ки мақсади асосӣ мавриди ташкили ҷорабиниҳои иттилоотӣ маълумотнок қардонидани ҷавонон мебошад ва зарур аст, ки қўшиш ба ҳарч диҳем, то маълумоти иброзгашта аз тарафи шунавандагон, пеш аз ҳама қабул ва қард гашта барои бех қардонии шароити зист истифода қардад. Вале мутаасифона бисёр мавридҳои мешавад, мо фаромуш мекунем, ки шунаванда вазиқадор нест, то суханони изҳор қардаи моро қард ва қабул қунад ва ё вобаста ба суханони мо муносибатҳои худро мутобиқ қардонад. Шахс дар ҳама маврид озод аст ва ин озодиро вобаста ба қорчубаи муайяни муоширату муносибатҳои инсонӣ ва махсус муайянгашта амалӣ менамояд. Қорчубаи махсус муайянгаштаро қилқох қарндаи қилқох қорабини

нисбат ба иштирокчиён муайян менамояд. Барнада вазифадор аст пеш аз ҳама шунавандаро нисбат ба маълумотноки чалб намояд, бо ҳаракатҳои муомила ва муоширати эҳтиромонаи худ дилгарм намояд, то шунаванда сабру тоқат ва таҳамулнокиро пеша карда маълумот ва иттилооти аз тарафи баранда иброз гаштаре қабул ва аз худ кунад. Ҳамчунин, мавриди баромад барандаро психологи хуб шуданаш лозим меояд. Чунки ҳар як шунаванда ба худ хоҳиши шахси ва ҳислати ба худ хосро соҳиб аст. Ва барои он ки шунаванда изҳороти барандаро дарк ва аз худ намояд, лозим аст, ки хоҳиш ва нуқтаи назари шунаванда, қобилият ва маҳорати ӯро низ дарк намояд ва вобаста ба иқтидорнокии ӯ муносибати худро ҷиҳати расонидани иттилоот амалӣ гардонад. Танҳо баъди гузаштани ҳамин қадамҳои муносибат ва баҳодиҳӣ шахси баранда ва ё ровӣ метавонад бомуваффақият маълумоти заруриро ба шунаванда расонад.

Барои муносибати беҳтарин доштан ва ба мақсади худ ноил гаштан мебояд дониш:

- ҳамеша дар муносибат ва муоширати байниҳамаи нисбат ба ҳамсол, калонсол ва ё хурдсол хурдсол бо сабру тоқат, таҳамулнок ва ғўяндаю шунавандаи хуб будан лозим;

- аз он ки нисбат ба ҳамсоли худ чизе бештар медонӣ набояд фахр кард, ҳатто мебояд зоҳиран нишон дод, ки сатҳи дониш ва маълумотнокии ту низ баробари маълумотнокии ӯст, танҳо фарқ дар он аст, ки оид ба мавзӯи ҷорӣ каме маълумот бештар дорӣ;

- муносибат ва муоширати баранда нисбат ба шунаванда ҳамеша бояд намуна бошад;

- дар хотир бояд дошт, шахсоне (иштирокчиёне) ҳастанд, ки сатҳи донишашон нисбат ба сатҳи дониш ва маълумотнокии баранда зиёд аст, фарқ танҳо дар он аст, ки шахси баранда оид ба мавзӯи ҷорӣ бештар маълумот дорад. Инчунин, шунавандагонро вохӯрдан мумкин аст, ки нисбат ба мавзӯи ровӣ баромаддошта маълумоти кофӣ

низ доранд. Бинобар ин, барандаро зарур аст, ки мавриди баромад ин гуна бартарихоро дар ёд дошт ва ҳамеша нисбат ба шунавандагон бо эҳтиром, нарму таҳамулнок муносибат кард;

- хурмату эҳтиромро нисбат ба муносибати байниҳамӣ чой додан лозим, фикру ақидаи шунавандагонро ҳамеша бояд эҳтиром ва қадр кард;

- сараввал, бодикқат суханони шунавандаро мебояд гуш кард, сипас хулоса карда, сухан мебояд гуфт;

- дар муносибат ва рафтор нисбат ба шунавандагон ботамкин ва намуна мебояд буд;

- мавриди сухан гуфтан ва ё гуш кардани шунаванда, чехраи хуш, сирати зебо ва рафтори хубро мебояд нишон дод.

Моро аз хурдсолӣ аслан ба сухан гуфтан ва ҳарф задан омӯзонидаанд, на ба тарзҳои суханронӣ ва муоширати хушу ҳаловатбахш. Бинобар ин, лозим аст, ки ҳар яки мо мавриди муносибат кардан бо назардошти нуктаи назари шунаванда усулҳои беҳтарини суханрониро истифода барем, то инки диққати ӯро ба суханронии худ ҷалб намоем.

Чӣ тавре дар боло ибраз кардем, мавриди ташкили машғулият фасилитатор (ровӣ, гӯянда) шахси аллакай оид ба мавзӯи дахлдор омӯзонидашуда мебошад ва иштирокчӣ (шунаванда) шахси оид ба ҳамин мавзӯ маълумоти кофӣ ва ё тамоман маълумот надошта мебошад.

Инчунин, фасилитатор бояд чунин маҳоратҳои идоракунии аудитория ва нишондиҳандаҳои (хислатҳои) қонеъгардонии талаботи шунавандагонро дошта бошад:

Фаъолияти фасилитатор аз ҷӣ бояд иборат бошад:

- таҳияи речаи рӯз (рӯзнома);
- маълумоти мухтассар оид ба мавзӯ;
- фаҳмонидани мавқеҳои нофаҳмо;
- дастгирӣ ва рӯҳбаланд намудани иштирокчиён;
- қабул, таҳлил ва муҳокимаи ҳамагуна фикру ақидаҳои

шунавандагон;

- ба ҳар як иштирокчӣ чихати иштироки фаъол шароити мусоид фароҳам овардан;

- ба чараёни кор дар гурӯҳ бо иштироки бевоситаи шунавандагон қабул намудан қарор ва қоидаҳо дар фаъолият;

- дар чараёни баҳсу мунозираи иштирокчиёни машғулият бетараф будан ва қарори умумӣ қабул кардан;

- қоидаҳои қабулкардаи гурӯҳро мутобик намудан ва ба тартиб даровардан;

- аз рӯи қоидаҳои қабулкардаи гурӯҳ назорат бурдан;

Ш вобаста ба мақсади машғулият назари гурӯҳро равона сохтан (мутобик намудан).

Вазифаи фасилитатор - мусоидат ба қабули қарорҳои дуруст ва ҳақиқатпазири гурӯҳ ва бадастории натиҷаҳои мувофиқ ба мақсади машғулият.

Фасилитатор - ташкилкунандаи чараёни муносибат ва муоширати аъзоёни гурӯҳ барои мубодилаи (ба якдигар расонидани) маълумот байни ҳамдигарӣ мебошад.

Фасилитатор - ба муваффақият ва ба мақсад ноил гаштани аъзоёни гурӯҳ масъул мебошад.

Фасилитатор - дар дилхоҳ муҳокимаронӣ бетараф мемонад, нуқтаи назари худро пеш намегузорад.

Моҳияти фаъолияти фасилитатор - ин бо мақсади амалигардонии вазифаҳои мушаххаси машғулият, ба роҳ мондани ҳамкорӣ ва мубодилаи афкор миёни аъзоёни гурӯҳ мебошад.

Маслиҳатҳои муфид:

- Боварӣ доштан ба комёбӣ дар амалӣ гаштани вазифаҳои машғулият ва аз ҷониби шунавандагон бо хоҳиши самимӣ қабул кардани он;

- Мебояд донист, ки ҳар як шахс бо худ, ба машғулият чизи муҳиме меорад;

- Боварӣ доштан ба он ки гурӯҳ иқтидори ҳал кардани

проблемаҳои худро дорад;

- Эҳтиром нисбат ба эҳтиёҷот, талабот ва манфиатҳои ҳамаи шунавандагон;

- Боварӣ доштан ба он, ки ташкили машғулият муҳим аст ва аз натиҷаи он дар ҷомеа саҳми босазое мегузored.

Рафторҳои нохуб: (Набояд ин гуна рафтор кард!)

- Танқиди иштирокчиёни машғулият ва рад кардани нуктаи назари онҳо;

- Қабули қарор бе иштироки аъзоёни гурӯҳ;

- Маҷбур кардани гурӯҳ ба ҷаъолияти ғайрихоҳиши онҳо;

- Сухани бисёр гуфтан;

- Маҷбур кардани гурӯҳ ба қабули қарори номуносиб

- ***Фасилитатор чиро бояд донad:***

- Гуш кунад ва сабри гуш кардан дошта бошад;

- Ба эҳсосот дода нашавад;

- Дикқати гурӯҳро ҷалб кунад;

- Гурӯҳро барои ноил гаштан ба мақсади машғулият равона созад.

Дар ҷараёни мусоҳиба фасилитатор бояд:

- Масъаларо атрофи мавзӯ муҳокима намояд, мавқеҳои нофаҳморо фаҳмонад;

- Ба ҳар як шахс барои ширкати ҷаъолони имконият фароҳам орад;

- Дар ҷараёни фаҳмондадихӣ мисолҳои гуногун орад.

Доштани маҳорати ровигӣ ва муносибати хуб мавриди гузаронидани машғулиятҳо бо усули интерактивии таълим бисёр бармаҳал аст. Яке аз принципҳои асосии ташкили машғулиятҳо бо усули интерактивии таълим муносибат ва муоширати маҳрамона доштанро ба шунаванда талаб мекунад.

1.4. УСУЛҲОИ ИНТЕРАКТИВИИ ТАЪЛИМ

Чи тавре дар боло иброз кардем, усулҳои интерактиви таълим якчанд намуд мешаванд ва ҳоло мо атрофи ин масъала кор мебарем.

Гузaronидани машғулиятҳо ба монанди: тренингҳо, семинарҳо ва дигар намудҳои машғулиятҳо, ки бо истифода аз усулҳои зерини интерактиви таълим амалӣ мегарданд ва мӯҳлати камро талабкунанда, мавриди омӯзиш қарор медиҳем.

1.4.1. ҲУҶУМИ ФИКРҲО

Ҳуҷуми фикрҳо - усули фикрронии эҷодист, ки барои ёфтани роҳҳои мушаххаси ҳалли дилхоҳ масъала ба воситаи фикрронии озоди шахсӣ ва иштироки он истифода бурда мешавад. Усули мазкурро барои ҳалли масъалаҳои ҳаёти ва фаъолияти ташкилоту корхонаҳои гуногуни эҷодию маърифатӣ ва истеъмолию истеҳсоли истифода мебаранд. Бо ёрии ин усули таълимӣ ҷавоби амиқу равшанро ба тези дастрас кардан мумкин аст. Хусусияти дигари бартариин усул дар он аст, ки дар ҷараёни амалигардиин он, шахси иштирокчӣ хоҳ нохоҳ дар муҳосиба фаъол мегардад, вобаста ба проблемаҳои мавриди муҳокима қарор гирифта, қарорҳои дахлдор қабул менамояд.

Сохтори ташкилӣ:

Гурӯҳи муайяни одамон ҷамъ омада бо масъалаи муҳокима ва ё таҳлилшаванда шинос мешаванд, дар ҷараёни он озодона ва фаъол иштирок намуда, фикру анҷешаҳои худро иброз менамоянд. Ҳангоми ҳуҷуми фикрҳо ба ақидаҳои пешбаришуда баҳо дода ва ё рад карда намешавад, фикрҳои ҳама аъзоёни гурӯҳ ба пуррагӣ дар тахта навишта шуда, сипас мавриди муҳокима қарор мегирад. Дар кори он фасилитатор, баранда, иштирокчиён

ва шунавандагон иштирок мекунад. Мақсади асосии ин усул сифатро аз ҳисоби миқдор ба даст овардан мебошад.

Принципи асосии ин усули таълимӣ дар он аст, ки дар чараёни муҳокима ҳар чи бештар нафарон ширкат меварзанд.

Мутахассисони соҳа чунин мешуморанд, ки агар баъди муҳокимаи дилхоҳ масъала ақалан 5-6 ақида қабул гардад, кори ҳуҷуми фикрхоро бомуваффақият анҷомрасида шуморидан мумкин аст.

Фасилитатор мавриди машғулият дар аудиторияи (синфхонаи) муайяне гурӯҳи иштирокчиёро чамъ оварда онхоро ба мавзӯи шинос менамояд. Сипас, атрофи мавзӯи 5-7 дақиқа мухтассар маълумот медиҳад, яъне мафҳуми мавзӯи чист, бо кадом мақсад муҳокима мегардад, асоснокии он дар чист ва ғайраро ба аудитория шинос мекунад. Моҳияти усули ҳуҷуми фикрҳо дар он аст, ки дар чараёни ташкили он ҳам фасилитатор (баранда) ва ҳам иштирокчӣ (шунаванда) ширкат меварзанд.

Нақши фасилитатор дар он аст, ки ӯ диққати шунавандагонро ҷалб карда, бо саволҳои гуногун атрофи мавзӯи ба аудитория муроҷиат мекунад. Саволҳо бояд тавре иброз гарданд, ки мушаххас ва фаҳмо бошанд, инчунин мавриди эҳсос кардани мушкิลӣ аз тарафи шунаванда саволхоро бо ҷавобҳои таблиғотӣ ва ҷалбкунанда қисман пур кардан лозим, яъне ҷавоби дуруст ва мутобиқро аз забони шунаванда мебояд тавре рӯёнд, ки ӯ худ ин зирракиро ҳис накунад. Ҳар як пешниҳоди шунаванда бе муҳокима, новобаста ба он ки он дуруст ва ё нодуруст аст, ба тахта (ватман) навишта мешавад. Танҳо мавриди ибрази ақида ба шунаванда тартиби кӯтоҳи фикрро маънидод кардан мумкин аст. Сипас, баъди он ки ҳамаи фикрҳо навишта мешаванд, фасилитатор як-як пешниҳодоти шунавандагонро мавриди муҳокима қарор медиҳад: Мс.: «Оё хамин таҚиф дуруст аст ва ё не?». Агар дурустии пешниҳодро ҳамагон тасдиқ намоянд, он гоҳ он

пешниҳод меистад ва он фикреро, ки аудитория қабул намекунад ва нодурустии онро изҳор мекунад, он фикрро бо ризоияти муаллиф (шахси гӯянда) аз қатори фикрҳо берун мекунад.

Ҳамин тариқ нисбат ба мавзӯи ҷорӣ тақифҳоро ҷамъ оварда сатҳи маълумотнокии аудитория ба таври зерин баҳо дода мешавад. «Оё Шумо ҳис кардед, ки сараввал нисбат ба ҳамин мавзӯ қариб ки маълумот надоштед ва ё кам маълумот доштед ва акнун чи гуна маълумот доред. Ва ачибаш дар он аст, ки маълумоҳоро ҳуди Шумо пешниҳод намудед. Ин шаҳодати он аст, ки дар асл Шумо оид ба ин мавзӯ маълумот доштед фақат он ки барои дуруст ва барҷо истифода бурдани он шӯбҳа доштед. Акнун ин шубҳаи Шумо шикаста шуд ва Шумо бо боварии комил иброз карда метавонед, ки оид ба ин мавзӯ маълумоти пурра доред, инчунин ба дигарон низ расонида метавонед».

Тарзи гузориш:

1. Пеш аз машғулият фасилитатор гурӯҳи мақсадӣ ва мавзӯро муайян ва интиҳоб мекунад.

Фасилитатор ба гурӯҳ моҳияти усули таълимӣ ва қоидаҳои зеринро мефаҳмонад:

- ҳарчи бештар ақидаҳоятонро пешниҳод намоед;
- ҳамаи ақидаҳо навишта мешаванд;
- ягон ақида инкор намегардад;
- ақидаҳо баъди ҷамъбасти муҳокима гашта дурустӣ ва ё нодурустии онҳо муқаррар карда мешаванд.

2. Ҷараёни интиҳоби ақидаҳо

- ақидаҳои ноаниқро равшан намоед;
- ақидаҳои такроршударо бо ризоияти тарафҳо муттаҳид ва бартараф кунед;
- агар дар гурӯҳ оид ба интиҳоби фикри муайян нофаҳмӣ пайдо шавад, усули овоздихиро ба кор баред;
- ақидаҳое, ки бештар овоз мегиранд, қабулшуда маҳсуб мегарданд.

1.4.2. МУҲОКИМАРОНӢ ДАР ГУРӢҲҲОИ ХУРД (кор дар гурӯҳҷаҳо)

Муҳокимаронӣ дар гурӯҳҳои хурд - усули таълимие мебошад, ки дар он иштирокчиён имконият пайдо мекунад, то аз таҷриба ва иқтидори илмию маърифатии худ истифода намуда, масъалаи додашударо мустақилона ҳал намоянд.

Усули таълимии кор дар гурӯҳҷаҳо, дар қатори дигар усулҳои интерактивии таълим дар сатҳи байналҳалқӣ эътироф ва қабул гаштааст. Ва бо назардошти баргаришти он ҳамеша мавриди ташкил кардани машғулиятҳои маърифатӣ иттилоотӣ истифода мегардад.

Моҳияти асосии усули муҳокимаронӣ дар гурӯҳҳои хурд дар он аст, ки дар ҷараёни ташкили он хонанда иштирок намуда, имконияти мустақилона интиҳоб ва ҳал кардани дилхоҳ масъаларо пайдо мекунад. Мавриди истифодаи ин усул малака ва қобилияти фикрии хонанда васеъ мегардад, қобилияти ровигӣ ва шунавандагии хуб шуданро аз худ мекунад, сатҳи тассавурот ва фаҳмиши ҳудро баҳо медиҳад, ғанӣ мегардонад ва барои қабул гаштани нуктаи назар ва пешниҳодти худ мубориза мебарад. Ва аз ҳама, муҳимаш он аст, ки ҳамчун аъзои гурӯҳ кушиш мекунад, то мавқеи ҳудро нисбат ба дигарон беҳтар нишон диҳад ва тамоми тассавуроту донишаро бо тамоми ҳастӣ истифода ва пешниҳод менамояд. Воқеан ҳам, муқаррарист, ки баъди ингуна ҳаракатҳои ғайбӣ ва қобилиятнокӣ шахс ҷамъиятан ғайбӣ мегардад, фикри якеро рад ва дигареро қабул мекунад - ин ҳуд ҷараёни азҳудкунии маълумот ва ҳудинкишофӣ мебошад. Новобаста аз он ки шахс фикри пешниҳодгаштаи гурӯҳро қабул ва ё рад мекунад, дар ин ҷараён хоҳ ноҳақ мафкураи вай бо намоён кардани нуксонҳои мафкуравии дигарон ва ҳуд ва аз ҳуд кардани масъалаҳои зарурӣ, васеъ мегарадад.

Баргариш:

- ба иштирокчиён имконият медиҳад, ки ақидаҳои худро дар гурӯҳҳои корӣ пешниҳод карда тақвият диҳанд;
- ҳалли масъалаҳоро беҳтар месозад, малакаҳо ва қобилияти фикрии иштирокчиёнро васеъ мегардонад;
- ба иштирокчиён имконият медиҳад, то аз якдигар нуқсон ва баргаришти тасаввурот ва сатҳи донишашонро омӯзанд;
- дар вақти омӯзиш, ҳисси масъулиятнокии иштирокчиён бештар мегардад;
- ба кори пурсамарии гурӯҳ мусоидат мекунад;
- арзишҳои шахси муайян мегарданд;
- иштирокчиён имконияти васеъи назоратбарӣ аз чараҳои таълимро пайдо мекунанд;
- ба иштироки ҷаҳол баҳо дода мешавад;
- иштирокчиён аз фасилитатор начандон вобастагӣ доранд;
- бо роҳи муҳокимаронӣ, фаҳмонидани мавзӯи нав осон мегардад.

Мебояд донист:

- супориш бояд саҳеҳ ва фаҳмо бошад;
- иштирокчиён бояд фикрҳои якдигарро гуш кунанд;
- гурӯҳ дар вақти муҳокимаронӣ аз вақти ҷудошуда хабардор бошад;
- дар муҳокима бояд як нафар роҳбарӣ кунад;
- гурӯҳ бояд на аз 5 нафар зиёд иборат бошад;
- ибрази саволҳои тарғиботӣ дар чараҳои муҳокимаронӣ ёри мерасонад;
- ҳамаи аъзоҳои гурӯҳ бояд дар чараҳои муҳокимаронӣ иштирок намоянд.

Қисмати ташкилӣ:

1. Иштирокчиёнро ба гурӯҳҳои хурд тақсим кунед - барои бомуваффақият ва мақсаднок амалӣ гаштани вазифаҳои машғулият.

2. Бо супоришхое, ки дар гурӯҳҳои хурд муҳокима мегарданд аъзоёни гурӯҳро шинос намоед - масъалаи барои ҳал дар гурӯҳҳои хурд омодагаштаро равшану возеҳ ба аъзоёни гурӯҳ пешниҳод намоед;

Қоидаи кор дар гурӯҳҳои хурд - ҳар як гурӯҳ баъди тақсими гаштан миёни аъзоёни худ (ҳамчун давлате миёни идоракунандагон) вазифаҳои муайяни идоракунандагиро тақсими мекунад ва мувофиқи тақсими шахсони масъулро ба таври зайл интихоб менамоянд:

Сардор (роҳбари гурӯҳ), котиб, сониягар ва баранда.

- сардор - гурӯҳро сарварӣ мекунад;

- котиб - пешниҳодоти аъзоёни гурӯҳро беамониат менависад;

- сониягар - вақти ҷудогаштаро назорат мекунад;

- баранда - пешниҳодоти гурӯҳро муррифӣ мекунад, ба саволҳои иштирокчиён дар якҷоягӣ бо гурӯҳ посух мегуяд;

3. Боварӣ ҳосил кунед, ки гурӯҳ мавзӯро ба пуррагӣ фаҳмидааст, саволҳои санҷишӣ диҳед;

4. Барои иҷроии супориш вақти муайян ҷудо кунед ва аз рӯи вақти ҷудогашта назорати қатъӣ баред;

5. Пешниҳоди натиҷаи кори гурӯҳҳо - аз тарафи барандаи ҳар як гурӯҳ масъалаи пешниҳодгашта бо навбат муҳокима карда мешавад, сипас фасилитатор баромадхоро ҷамъбасти карда, тақлифҳои беҳтарин ва мутобиқро интихоб менамояд. Кори ҳар як гурӯҳро бояд ҳуди гурӯҳ ва ё аудитория баҳо диҳад, дар асл ин гуна баҳодиҳӣ лозим нест, чунки дар гурӯҳ низоъ ва нофаҳмиҳо ба вучуд меояд ва кор бомуваффақият анҷом намеёбад. Баъдан, ҳалли масъалаи умумиро дар якҷоягӣ бо ҳамаи аъзоёни гурӯҳҷаҳо муайян намоед;

6. Аз кори гурӯҳҳо ҳулосаи умумӣ бароред - ба ҳама аҳсан ва офарин гӯед ва ба кори гурӯҳҳо тавре баҳо диҳед, ки камбудии худро танҳо аъзоёни гурӯҳҳо пай баранду ҳалос.

1.4.3. МАЪРӢЗАИ ХУРД

Ин усули таълимӣ хусусияти назариявӣ дошта, барои баҳо ва маълумоти умумӣ додан оид ба мавзӯи муайянгашта истифода мегардад.

Мавриди ташкили маърӯзаи хурд аз 10 то 20 нафар шахсон иштирок карда метавонанд ва он набояд аз 15-20 дақиқа зиёд вақтро талаб кунад. Ҳангоми маърӯза кардан давршақ ва ё нимдавра гузоштани мизу курсиҳо бамаврид аст.

Дар чараёни маърӯза маълумотҳои мухтассар оид ба масъалаи пешбинишуда ва бо иқтибосҳои зиёде аз таҷрибаҳо ва ҳаёти ҳамаи маърӯза ба иштирокчиён расонида мешавад.

Бартарият

Бартарияти ин усул дар он аст, ки дар чараёни ташкили он сатҳи тасаввурот ва маълумотнокии шахс тақмил дода мешавад. Шахси иштирокчӣ аллакай барои фаъолона иштирок намудан дар раванди машғулият омода мегардад.

Мебояд донист:

- пеш аз ҳар як машғулият бо истифода аз усули маърӯзаи хурд барои иштирокчиён оид ба мавзӯи пешбинишуда маълумоти мухтассар додан лозим аст;
- маърӯза кӯтоҳ ва фаҳмо бояд бошад на дуру дарозу дилгиркунанда;
- дар чараёни маърӯза иқтибос аз таҷриба ва ҳаёти ҳамаи маърӯза оварда оро ба таври ҳазлу шухӣ мебояд ба иштирокчиён расонид, то диққати иштирокчиён танҳо ба машғулият ҷалб гардад (ба ҳоб фуру нараванд, ба якдигар ҳалал нарасонанд);
- намуди зоҳирӣ ва тарзи суҳанронии баранда бояд диққатҷалбкунанда ва ҳаловатпазиру форум бошад;
- мавриди суҳанронӣ ба ҳар як иштирокчӣ мебояд дар мӯҳлати на кам 6-7 сония як маротиба назар кард;

- баромади худро бо назардошти талаботи аудитория ва шароити мавҷуда зарур аст, ки амалӣ гардонид.

1.4.4. БОЗӢ ДАР НАҚШӢО

Моҳият

Аҳамиятнокии усули таълимии бозӣ дар нақшӯ дар он аст, ки мавриди ташкили он диққати иштирокчиён ба пуррагӣ ҷалб карда мешавад, диққати ҳамаи иштирокчиёни танҳо ба критерияҳо ва шартҳои бозӣ рағбона мегардад, фикрҳои беруниро нисбии онҳо дур мегардад ва чунин шароит фароҳам оварда мешавад, ки иштирокчиёни машғулият худро дар фазои оддӣ ва озод ҳис мекунанд. Шахси иштирокчӣ кӯшиш мекунад, то ки дар ҷараёни бозӣ бо ягон нақши ноайёне ҳам бошад, бартарии худро нишон диҳад. Дар ин усул ду ва ё зиёда шахсон иштирок намуда, нақшҳои додашударо дар доираи мавзӯи муайянгашта ва аз рӯи сценарияи махсус иҷро мекунанд.

Ин усулест, ки барои дарёфти яқинанд мароми мақсадҳои асосӣ мавриди ташкили машғулият аҳамиятнок ва дар ҳаёти ҳамагӯза боис шуда метавонад.

Расонидани иттилоот

Бозӣ дар нақшӯ, ин усули беҳтарини таълимие мебошад, ки ба таври ҳазлу шухӣ ба яқинанд расонидани иттилоот нисбат ба иштирокчиёни машғулият мусоидат мекунад. Он имконият медиҳад, то баранда ҳаргуна таҳавуллот-ҳаёлификрии иштирокчиёно, ки одатан аз тарафи дигар одамон паҳн ва овоза мегарданд, муайян кунанд ва нишон диҳад, то онҳоро чӣ гуна бояд фарқ ва ҳис кард. Ба воситаи бозӣ дар нақшӯ одамон метавонанд проблемаҳои муҳокима ва таҳлил кунанд, ки онҳоро дар ҳаёти ҳамагӯза бо сабаби ҷой доштани шарму ҳайё дар ниҳодашон одамон наметавонанд ҷой кунанд.

Мусоидат ба инкишофи малакаҳои ҳаётӣ - мавриди хуб иҷро гаштани бозӣ дар нақшӯ иқтидорнокиро

маҳоратнокии иштирокчиён нисбат ба рафтору кирдор то дараҷае такмил меёбад. Он метавонад, малакаҳои мухталифи ҳаётиро дар низоми иштирокчиён ҷой диҳад.

Робита ва имкониятҳо - бозӣ дар нақшҳо метавонад, ба аудитория имкониятҳои маълумотнок шуданро нисбат ба шароитҳои (хизматрасонӣ), ки дар ҷомеа мавҷуданд ё ин ки масалан, оё онҳо дастрасанд барои ҷавонон, ҳукуку манфиатҳои онҳо қадр ва эҳтиром мегарданд таъмин намоёнд. Бо назардошти ҳамаи ин тасдиқот, ҷудо кардани вақти бисёр барои иҷро кардани бозӣ дар нақшҳо аз рӯи принсипи «*ҳамсол ба ҳамсол*» бамаврид аст.

Бартарият

Мавриди иштирок дар ин усули таълимӣ, яъне бозӣ дар нақшҳо қобилияти ҷусту ҷолокӣ, диққатдиҳӣ, зиракӣ ва ҳозирҷавобии шахс такмил меёбад, малакаи озодфикрӣ ва ҷаъолу озодона иштирок намуданаш дар раванди машғулият васеъ мегардад. Аъзоёни гурӯҳ имконияти ба якдигар аз наздик шинос шуданро пайдо мекунам, ки боиси шикастани ниқоби шармгинона ва зоҳир кардани нуқсонҳои (норасоӣ, камбудӣ нисбат ба дигарон) мавҷудаи шахс мегардад. Инчунин, мавриди бозӣ шавқу ҳавас ва рағбати иштирокчиён зиёд мегардад.

Мебояд донист

- дар як бозӣ мутобиқи моҳияти ва хусусиятҳои ҳоси худ вақт талаб мекунад, бинобар ин бозиро таҳия карда, сипас вобаста ба шароит ва имконот вақтро муайян кардан лозим аст;

- иҷрокунандагон мақсаду мароми нақшҳои худро бояд дуруст дарк намоёнд;

- иҷрокунандагон аз нақшҳо баромада метавонанд.

Қисмати ташкилӣ

- Иҷрокунандагонро тайёр кунед, то мафҳуми бозӣ ва шартҳои онро дуруст фаҳманд;

- Шароитро ҷунин фароҳам оред, ки назоратчиён

вазъятро фаҳманд ва моҳияти нақшро дарк кунанд;

- Аз рӯи амалигардии бозӣ назорат баред;
- Ба иҷрокунандагон ташаккур гӯед, муносибати онҳоро нисбат ба ҳамин бозӣ муайян намоед;
- Дараҷаи дарк ва аз худ кардани (реакция) назоратчиёро пурсон шавед;
- Натиҷаи бозиро бо назоратчиён муҳокима кунед;
- Фикрҳои иштирокчиёро муайян кунед ва дар асоси онҳо аҳамиятнокӣ ва бартарияти нақшҳоро нисбат ба ҳаёти ҳамаи муқоиса карда, дар зиндагӣ ҳамеша фаъол буданро тавсия диҳед;
- Тафовути вазъияти ҷориро нисбат ба ҳаёти ҳақиқии иштирокчиён муқоиса ва муҳокима намоед;

Ҷамъбасти бозӣ.

БОБИ 11. БАРНОМАҲОИ ТАЪЛИМИИ (МОДУЛҲОИ) НАМУНАВӢ ОИД БА ТАШКИЛ ВА ГУЗАРОНИДАНИ МАШҒУЛИЯТҲОИ ОМУӢЗИШӢ АЗ РӢИ ПРИНСИПИ «ҲАМСОЛ БА ҲАМСОЛ»

Барои ташкил ва гузаронидани дилхоҳ фаъолият таҳия ва амалигардонии барномаҳои ҷолиб, мушаххас ва оммафаҳм пеш меояд. Ҳар як фаъолият пеш аз оғоз зинаҳои гуногуни таҳиягардиро бо роҳу усулҳои беҳтарин мегузарад, то таҳкурсии устувор ва мувофиқ ба мақсаду мароми худро пайдо намояд.

Дар ҳамин асно, барои бомуваффақият амалӣ гардонидани дилхоҳ фаъолият барномагузории он зарурат дорад. Машғулиятҳои бо усулҳои интерактиви таълим гузаронидашаванда бошад, барномаи таълимӣ ва ё модули махсуси омузиширо талаб мекунанд, то ҳар як қадами татбиқи ҷорабиниҳои ба нақша гирифташуда, маълумот ва иттилооти омодагашта ба таври возеҳ ва равшан, ҳамчунин ҷолибу дақиқ ба хонандагон расонида шавад. Масалан: Вақт ва давомнокии машғулият, мавзӯҳои машғулият, қори мустакилонаи гурӯҳ, ташкили бозӣ дар нақшо ва ғайра.

Ҳоло якчанд барномаи таълимии фаъолият оид ба ташкил ва гузаронидани машғулиятҳои омузишӣ бо усули интерактиви таълим аз рӯи принципи “ҳамсол ба ҳамсол”, ки барои ҳамагуна ташкилотҳои ҷавонон барои қор ва баланд бардоштани сатҳи дониш ва малакаҳои ҳаётӣ тавсия гаштааст дарҷ мегардад. Барномаи таълимии мазкур бо назардошти ташаккул ва инкишофи фаъолияти зеҳнӣ муаррифатӣ ҷавонон, инкишофи малакаҳои муносибат, сарварию идории онҳо ва мутобиқ гардонидани онҳо ба таълоҳҳои ҷомеаи муосир таҳия гаштааст.

Боварии қомил дорем, ки мавриди ташкили машғулиятҳо, ҷорабиниҳои омузишӣ аз рӯи барномаи таълимии зерин бурдборихо ва муваффақиятҳои бепоёнро дар фаъолияти шумо, хонандагон ва истифодабарандагони

азиз ноил мегардонад.

Қайди махсус

Барномаҳои таълимии зерин намунавӣ буда, бо дарназардошти таҷриба ва аҳамиятнокии онҳо нисбат ба насли ҷавон таҳия ғайтааст. Тартиби гузаронидани машғулиятҳо (тренинг, семинар) қадам ба қадам муайян ғайтаанд, ҳамчунин усулҳои амалигардонии ҳар як қадами машғулият низ дар қавсҳо нишон дода шудааст. Маълумот дар бораи тартиби истифодабарии усулҳои таълимӣ дар боло иброз ғайтааст ва ҳар як қадамро вобаста ба онҳо амалӣ намоед. Вақт барои ташкил ва гузаронидани машғулиятҳо бошад, мӯҳлати на зиёд аз 8 соат ва на кам аз 4 соатро дарбар мегирад. Ҳар як ташкилкунада вобаста ба шароити худ ва иштирокчиён метавонад вақтро муайян созад. Яъне, машғулиятро метавон дар як рӯз анҷом до два ё то 4-5 рӯз идома дод. Сифатнокии машғулият аз миқдори вақти ҷудокардашуда, вобастагӣ дорад, вақти зиёд, сифати боло ва вақти кам сифати камтарро таъмин менамояд.

2.1. БАРНОМАИ ТАЪЛИМӢ (МОДУЛ) “ТАШКИЛИ ТИМ-КОМАНДА”

«Барои ба зудӣ ба даст овардани муваффақият зарур аст, ки мақсади асосиро нисбат ба мақсадҳои ҷорӣ дучанд пеш гузошт»

(М.Планк)

Қадами 1. Бозии маърифатӣ

Барои рӯҳгарм намудан ва шикастани ниқоби шармгинонаи иштирокчиён, мебоард бозии маърифатӣ (дилхоҳ) ташкил намуда, то дар он иштирокчиён бо шавқу рағбати зиёд ширкат варзанд.

Қадами 2. Маълумоти мухтассар онд ба мафҳуми

машғулият (маърузаи хурд)

Машғулияти мазкур бо усули интерактиви таълим аз рӯи принципи “ҳамсол ба ҳамсол” гузаронида мешавад.

Мақсади машғулият: Баланд бардоштани сатҳи маърифатнокии иштирокдорони машғулият дар соҳаи ташкили ТИМ (команда), аз ҷумла барои соҳиб гаштани маҳорати кор дар гурӯҳ, тартиби ташкил ва гузаронидани ҷамъомаду вохӯриҳо, баромад кардан ва худро идора карда тавоништан дар назди гурӯҳ, усулҳои бадастории ризоият ва ҳамдигарфаҳмӣ дар гурӯҳ ва усулҳои сарварӣ.

Қадами 3. Сохтори ташкилии гурӯҳ (хучуми фикрҳо).

Барои бо муваффақият амалӣ гардонидани дилхоҳ мақсад ва вазифаҳои стратегӣ аз ҳисоби мутахассисон гурӯҳи корӣ таъсис дода мешавад. Ва бо мақсади устуворона ба роҳ мондани кор зарурати тартиб додани сохтори фаъолият пайдо мегардад. Сохтори фаъолияти корӣ чорҷӯбае мебошад, ки ҳамагуна қадамҳои фаъолият, мақсаду маром, вазифаҳои стратегӣ ва ўҳдадорихоро дарбар гирифта, мувофиқи қобилияти ҳар як мутахассис амалӣ гардонидани мешавад. Бинобар ин, бояд дар назар дошт, ки ҳар як гурӯҳ, ҳар як ҷамъиятро пеш аз созгор ёфтани таҳияи сохтори махсуси фаъолият пеш омадааст, ва агар на, имрӯз мо ҷомеаро ҳамчун гурӯҳи одамон дониста наметавонистем.

Мурочиат ба аудитория:

Масалан, дилхоҳ, гурӯҳро лозим аст, ки роҳномаҳои зеринро доро бошад.

“Пешниҳодоти зерин ба таври саволу ҷавоб ба аудитория таҳлил ва муҳокима мегардад. Ҳар як мафҳумро зарур аст бо тартиб ва саволҳои мувофиқ, бо иштироки аудитория муайян намуд, қишиш ба ҳарч додан лозим, то изҳороти пешниҳодгаштаи аъзоёни гурӯҳ, таҳлил гашта сипас навишта шавад.”

1. Тамоюл, майл ба фаъолият

- тайёри ба кор ва умед аз ояндаи хурсандибахш;

- омӯзиши вазъият, муҳити корӣ ва мавқеи шахсони ҳамкор;
- нишон додани ҳиссиёти эҳтиҷмандӣ нисбат ба обрумандон ва мансабдорон;
- талаб ва дарёфт намудани мавқеи худ дар ҳама ҳолат.

2. Рӯҳафтодагӣ

- ноумедӣ, дур мондан аз ҳақиқат;
- норозигии роҳбарият ва ҳамкорон;
- норозигӣ аз мақсадҳо, вазифаҳо ва нақшаҳои фаъолият;

- ҳисси бесалоҳиятӣ;

- баҳс барои ҳокимият ва идоракунии, таваҷҷӯҳ.

3. Ризоият

- шинохтани фарқият байни интизорӣ ва ҳақиқат;
- ҳалли зиддиятҳо;
- бадастории боварӣ, эҳтиром, дилпурӣ ва дастгирӣ;
- тақсими ӯҳдадорӣ.

4. Кор

- хурсандӣ нисбат ба иштирок доштан дар кори гурӯҳ;
- кори якҷоя, муттаҳидии қувваи команда;
- ноил гаштани муваффақиятҳо ва бобарориҳо дар кор;
- кори баландсифат.

5. Хотима

- изҳори қаноатмандӣ ба иштирокчиёни гурӯҳ;
- шиддатнокии таъб ва ё тез паст гаштани он;
- қаноъатмандӣ нисбат ба дастовардҳо;
- ҳисси наздикшавӣ ба аъзоёни гурӯҳ.

Қадами 4. Таҳияи сохтори таркибии гурӯҳҳо (кор дар гурӯҳчаҳо)

Иштирокчиёнро ба се гурӯҳҳои хурд ҷудо карда, ба онҳо вазифа гузошта мешавад: *«ҳар як гурӯҳ ба худ гузаронидани чорабиниеро интиҳоб карда (чорабинӣ дар мактаб, дар кӯча ва ғайра) сохтори таркибии онро тартиб медиҳанд».*

- Мақсад
- Вазифа
- Вақт ва давомнокӣ
- Нақшаи тақвимӣ
- Масъулон
- Натиҷа

Қадами 5. Ташкили чамъомад (вохӯрӣ) (маърузаи хурд, хучуми фикрҳо)

Худ мафҳуми чамъомад, маънии худро муарифӣ менамояд. “чамъомад” мавриди вохӯрӣ ва суҳбати ду ва ё зиёда шахсон бо ҳамдигар, барои муҳокима, ҳал ва амалӣ гардонидани марому мақсадҳои муайян ва манфиатнок гузаронида мешавад.

Эҳтимолияти дар танҳой ва мустакилона кореро ба пуррагӣ ва устуворона анҷом додани шахс хело кам аст. Воқеан ҳам, дар урфият мегуянд, ки “Кори шасх дар алоҳидагӣ хуб аст, вале дар ҳамроҳӣ бо шахси дигаре, боз беҳтар”. Аз ҳаминҷост, ки масъалаи ташкил ва гузаронидани вохӯрию чамъомадҳо ба миён омадааст.

Мурочиат ба аудитория:

Чамомадҳо чӣ гуна мешаванд?

- омодагии хуб доштан;
 - нақшаи кории стратегӣ;
 - рӯзномаи муфид, проблемаҳоро ба пуррагӣ дарбар гирад;
 - тайёр кардани хуччатгузорӣ;
 - иштироки пурра;
- ва ғайра.

Аз чӣ бояд огоз кард?

Дар бисёр ҳолатҳо иштрокчиёро саволи “Аз чӣ бояд огоз кард”? ба андеша фуру мебарад. Воқеан ҳам, ҳар як чорабинӣ ибтидою интиҳо дорад, вале аз ҳама мушкил, ин огоз кардани чорабинӣ мебошад, ки ҳамчун одат ташвишҳои зиёдере ба миён меорад. Аз ин рӯ, лозим аст, ки ба иштирокчиён мисолҳои гуногуни мушаххас (вохӯрӣ

бо директори мактаб, бо рафиқон дар Куби варзишӣ ва ғайра) оварда, тартиби гузаронидани вохӯриҳоро ба онҳо фаҳмонид.

Ҳангоми ҳамагуна вохӯриҳо шумо бояд донед, чӣ мақсад доред, чиро аз худ кардан меҳоҳед, чӣ натиҷахоро ноил гаштан меҳоҳед ва ғайра.

Нақши баранда ва ё фасилитатор

Пеш аз он ки масъалаи муайян кардани барандаи ҷамъомад пеш ояд зарур аст, сараввал тартиби рафти ҷамъомад муайян карда шавад, яъне ҷамъомад чӣ тавр гузаронида мешавад, кадом проблемахоро дарбар мегирад. Ҳамчунин, мавриди баргузори мебояд донист, ки то кадом андоза натиҷаҳои он зарур бошад, ҳамоно андоза маҳорати гузаронидани он аҳамиятнок мегардад. Барандаро мебояд мафкураи рӯҳан пурқувват дошта бошад, мавриди баргузори ҷамъомад саволҳои сершумор иброз мегарданд, ки баранда метавонад худро гум кунад. Ҳар як иштирокчи бо таври ба худ хос ба ҷорабини пешбинигашта назар мекунад, проблемаҳои заруриро муҳокима мекунад, саволҳо медиҳд ва ғайра.

Вазифаҳои ҷамъомад

Вазифаҳои ҷамъомад, ин масъалаҳое мебошанд, ки дар ҷараёни ҷамъомад мавриди муҳокима қарор мегиранд ва ба пуррагӣ мадди назари иштирокчиён мебошанд. Барои бомуваффақият гузаронидани вохӯрӣ зарур аст, ки қисмати ташкилии он омода гашта, вазифаҳо вобаста ба талаботи проблемаҳои ҷамъомад ба таври мушаххас муайян ва таҳия гардад.

Ҷараёни ташкил ва гузаронидани ҷамъомад:

1. Тайёри - тайёр кардани маводи зарурӣ ва банақшагирии вохӯрӣ;
2. Баргузори - таҳияи натиҷаҳо ва қарорҳо, муҳокима ва ҳалли якҷояи проблемаҳо;
3. Хотима - тақсимои вазифаҳо, баҳо додани кор ва муайян кардани фаъолияти минбаъда;

4. Натиҷа - тайёр кардани ҳамаи маводи лозима, нишон додани аҳамиятнокӣи қарорҳои таҳиягашта.

Кадами 6. Корҳои ташкилии ҷамъомад (хучуми фикрҳо, кор дар гурӯҳҳо)

Дар қадами гузашта, мухтассар атрофи мафҳуми ҷамъомад, воҳӯрӣ ва тартиби ташкил ва гузаронидани онҳо маълумотдода будем. Бевосита ҳар як ҷамъомад ва ё воҳӯрӣ аз қисматҳои ташкилӣ иборат мебошад, ки ташвишҳои зиёдеро ба бор меорад.

Мурочиат ба аудитория:

Барои қисмати ташкилии гузаронидани ҷамъомад чӣ лозим аст?

- Бинои махсуси баргузорӣ;
- Таҷҳизоти мебелию техникӣ ва конселярӣ;
- Тартиби ҷойгиршавии мизу курсиҳо;
- Тозагии бино;
- Таҷҳизот барои котибот;

ва ғайра

«Аъзоёни гурӯҳ ба се қисм ҷудо мешаванд. Мо гуфта гузаштем, ки барои ташкил ва гузаронидани дилхоҳ ҷамъомад бино, яъне ҷойи муайян лозим аст ва махсусан дар он тартиби ҷойгиршавии мизу курсиҳо бояд ки мутобиқ бошад. Акнун, Шумо мавриди кор дар гурӯҳҳои хурд тартиби ҷойгиршавии мизу курсиҳоро ва хусусияти ҷамъомадро муайян намоед».

Намуна:

Барои 20 одамон ҷобачогузории П-шакл ва ё О-шакли мизу курсиҳо бамаврид аст.

Нимдавра ҷойгир кардани мизҳо бамаврид аст дар ҳолате, ки баранда танҳо дар байн суханронӣ намояд. Ба ӯ ҳаракатҳои тамоми иштирокчиён намоён мегардад ва маълумотрасонӣ низ беҳтар мегардад.

Барои муҳокимаи мавзӯ дар гурӯҳи хурд ҷойгиршавии даврешақи мизҳо бамаврид аст.

Барои ҷамъомади зиёда аз 50 нафар иштироккунанда,

ҷойгиркунии “театрии” мизу курсиҳо ба маврид аст.

Қадами 7. Тартиби гузаронидани чамъомад - бозӣ дар нақшо (кор дар гурӯҳчаҳо)

Мавриди гузаронидани чамъомад нақши асосиро гурӯҳи корӣ ва шахси баранда мебозад. Барои гузаронидани ҳар як чамъомад шахсони масъул ба монанди: сарвар, баранда, котиб аъзоёни гурӯҳи корӣ интиҳоб мешаванд. Масъулони чамъомад ҳар як ба худ вазифаҳои мушаххас доранд ва мавриди баргузории чамъомад вазифаҳои худро бояд ба пуррагӣ иҷро намоянд.

Сарвар

- Маҷлисро ташкил мекунад;
- Масъалаҳои ташкилиро ҳал мекунад;
- Пешбарандаро мауайян менамояд;
- Тақифҳои ҷолиб ва мувофиқ пешниҳод менамояд;
- Дар ҷараёни чамъомад худро нисбат ба дигар аъзоёни гурӯҳ баробар мегузорад, то ин ки баранда озодона чамъомадро пеш барад ва суҳанронӣ намояд;

Котиб

- Рафти чамъомадро ба пуррагӣ ва бо тартиби муайян менависад;
- Баромадҳо ва тақифу пешниҳодоти иштирокчиёро бе мамониат менависад;
- Бо иҷозати аъзоёни гурӯҳ метавонад тақиф ва ё пешниҳод намояд;
- Мақтубҳои воридгаштаро, ба қайд мегирад ва барои ҷавоб омода намудан ба аъзоёни гурӯҳ пешниҳод менамояд.

Баранда

- Кори чамъомадро пеш мебарад;
- Барои муваффақият ба даст овардан, бо тамоми ҳиссиёт ва қобилиятҳои худ баромад менамояд;
- Иштироккунадагонро аз таҳқири якдигар ва фишороварӣ боз медорад;
- Иштироки ҳамаи аъзоёноро таъмин менамояд;
- Чамъомадро барои ноил гаштан ба самт ва

мақсадҳои пешгирифта, равона мекунад;

- Ба котиб имконият медиҳад, то ин ки ҳамаи баромадҳоро нависад

Аъзоёни гурӯҳ

- Масъалаҳои пешниҳодгаштаро муҳокима ва таҳлил менамоянд;

- Пешниҳодот ворид мекунанд;

- Норозигии худро баён мекунанд;

- Ба рафти ҷамъомад ва кори котиб назорат мекунанд;

- Проблемаҳои сади роҳи ҷаъолият гаштаро ҳал мекунанд;

- Дар ташкил ва гузаронидани ҷамъомад ҷаъолана иштирок менамоянд.

Қадами 9. Баромадкунанда чи гуна бояд бошад? (маърузаи хурд, ҳуҷуми фикрҳо)

Ҳар як шахси баранда бояд донанд, ки ба тарзи суҳанронӣ ҳаракатҳои ӯ мавриди баромад карданаши дар воҳӯриҳо ва ҷамъомадҳо, атрофиён аҳамияти нисбӣ медиҳанд ва қобилияти ӯро ҳамаатарафа баҳогузорӣ менамоянд. Шахси баранда бо назардошти ин хусусиятҳои шунавандагон пеш аз ҳама намуди зоҳирӣ, сират, тарзи суҳанронӣ ва ҳаракатҳои худро таҳти назорати бевосита гирифта вобаста ба муносибати шунавандагон ҷаъолияти худро ба танзим дароварданаши лозим аст. Гарчанде баранда дар бисёр мавридҳо дар муносибат бо шунавандагон нисбат ба мавқеи худ ифтихор менамояд, ки маҳз ҳамин гуна рафтори баранда дар бисёри ҳолатҳо ба нобарор анҷом ёфтани кор оврада мерасонад. Аз ин рӯ, шахсро зарур аст, ки ба ин тамоюл аҳамияти ҷиддӣ диҳад, махсусан мавриди баромад дар ҷамъомадҳо.

Пешниҳодоти зерин дар якҷоягӣ бо аудитория тартиб дода шавад:

1. Ҳаракати бадан

1.1. Намуди зоҳирӣ (сирати шахс) - диққати аудиторияро бештар ҷалб менамояд, эҳтиромро нисбат ба шахси баранда

зиёд менамояд.

1.2. Алоқа (тамос) бо назар кардан (ба воситаи чашм) - диққати бевоситаи шунавандаро ҷалб менамояд, ниқоби тарсу ҳарос ва шармгинонаи шунавандаро мешиканад (тақрибан дар фосилаи 5-7 сония ба ҳар як шахси шунаванда мебояд назар кард, аз ҷумла ба чашмонаш).

1.3. Тартиби (тарзи) истодан - имконият медиҳад то баромадкунанда, ҳамчунин шунавандагон худро озодона ҳис намоянд.

1.4. Тарзи гуфтор (суханронӣ) ва андоми чехра - ҳиссиёти шахсро бедор менамояд, таъби хуш медиҳад, эҳиром ва диққатнокиро зиёд мекунад.

2. Овоз ва суханронӣ

2.1. Забон - гуфторро зебо ва фораи мегардонад, рағбати шунавандагонро зиёд мегардонад, диққати аудиторияро ҷалб мекунад.

2.2. Истодагарӣ байни суханҳо (пауза) - ба нафаскашии озод, фикри муккамал ва ҷо ба ҷо гузоштани суханҳо кӯмак мерасонад, аз суханҳои бемаврид эмин медорад.

2.3. Гуногунии овоз - баромадро бо суханронии амику равшан маънӣ медиҳад, ба фаҳмо изҳоргардии сухан мусоидат менамояд.

3. Аъният

3.1. Маҳорати ҷалбкунӣ - плакатҳо, филмҳо, слайдҳо, маводи тақсимотӣ, нақшаҳо ва диаграмаҳо, саволҳои ҷолиб ба аудитория, вақт барои саволҳо ва ҷавобҳо.

4. Ҳаҷв ва ҳазлғирӣ

4.1. Мондашавии баранда ва шунавандагонро дур мекунад

4.2. Муносибат бо одамон ва сазовор гаштани муваффақият - 58% аз тан ва ҳаракат, 35% аз овоз ва аз тарзи суханронӣ ва танҳо 7% аз мафҳум ва моҳияти мавзӯ вобастагӣ дорад.

Барои баромад кардан чи тавр бояд тайёр шуд?

1. Пеш аз баромад кардан, каме андеша мебояд кард:

- 1.1. Ман медонам, ки маро гуш кардан меҳоханд;
- 1.2. Ман нуқтаи назари худро бо як ҷумла ва мақсадҳои асосиро бо се ҷумла иброз карда метавонам;
- 1.3. Оғози суханронии ман пурмӯҳтаво аст, мавзӯ фаҳмо ва натиҷаи хуб хоҳад дод
- 1.4. Ҷойҳои асосии баромадро бо рангҳои гуногун ва дар қортҳои махсус ишора кардам. Ман рақамгузори қортҳоро фаромуш накардам.
- 1.5. Ман баромади худро дар назди оина ва бародарони худам санҷиш кардам
- 1.6. Баъди танқиди онҳо ман хатогиҳо ва норасоияҳоямро ба пуррагӣ бартараф кардам
2. Пеш аз баромад
 - 2.1. Ман ба хотир мегирам, ки баромади ман, баъд аз ҷоям хестан дарҳол оғоз мегардад. Ман бо боварии комил ба сахна мебароям ва ба аудитория назар мекунам, пеш аз он ки баромадро оғоз кунам.
 - 2.2. Ман чуқур нафас қашида, баромадро бо овози нарм, кифоя оҳиста ва баланд, то ин ки ҳама овозамро шунаванд оғоз мекунам.
 - 2.3. Ман кӯшиш мекунам, ки ба ҳар як шунаванда назар кунам то баромади худро ба онҳо расонам.
 - 2.4. Ман намегузорам, то дасти ман ба чебакам ва ё ба дигар қисмати баданам мавриди сухан рондан расад.
 - 2.5. Дар охири сухан карданам каме ором меистам, сипас бо боварӣ аз сахна берун мешавам. Баъди баромад аз толор ягон нафар рафиқи худро дарёфт намуда, натиҷаи баромад ва суханронии худро пурсон мешавам, то ин ки камбудихоро ошкор намуда, минбаъд аз рӯи онҳо фаъолият барам.
- Маслиҳатҳои махфӣ ва муфид барои баранда:
 - ором шудан ва дур кардани шиддатнокиро омӯз;
 - ҳақиқат, маводи мавҷуда ва аслиро бигу, осонро мушкул мақун;
 - манфиат ва талаботи шунавандагонро омӯз ва бидон;

- воситаҳои айёнии рангаро истифода бар;
- ҳамеша тайёр бош, мустақилона машқ кун;
- ҳамеша чехрахандон бош;
- бо нигоҳи худ ҳамеша бо атрофиён дар тамсо бош;
- аз мисолҳо, иқтибосҳо, далелҳо ва хушҳолии худ истифода бар;

- ҳамеша нуқтаи назар ва ақидаҳои худро рӯи қоғаз сабт кун;

- бо тамоми ҳиссиёт ва хушҳолӣ корро ба анҷом расон.

Қадами 10. Бозии маърифатӣ “Чи тавр миллион долларро бояд тақсим кард”

Мақсад: Ба воситаи “Маҳорати дарёфти ризоият ва қаноатмандӣ” аз байни ҳамаи тақифҳои пешниҳодгашта, тақифҳои муовификро интихоб мекунед.

Сараввал, бо усули ҳуҷуми фикрҳо тақифҳои иштирокчиён пурра навишта мешавад:

- ба ҳар кас хона харидан;
 - ҳамаи пулро ба банк гузоштан;
 - ба ҳар кас мошин харидан;
- ва ғайра.

Сипас, тақсимот мекунед: ҳамаи фикрҳо ба се қисм тақсим карда мешаванд, масалан: 15 адад бошад, 3 тоғӣ меафтад. Баъдан иштирокчиён ба овоздиҳи шурӯъ мекунанд. Ҳар як иштирокчӣ ҳуқуқӣ як бор овоз доданро дорад. Баъд аз ин, тақифҳои қабулгардида ҷо ба ҷо гузошта мешаванд. Аз байни онҳо ду тақифҳои бештар овозгирифтаро интихоб менамояд. Нуқтаи буриши ин ду овоз тақифи асосии мо мешавад.

Қадами 11. Маҳорати дар гурӯҳ ҷорӣ кардани қаноатмандӣ

Маҳорати ҷорӣ кардани қаноатмандӣ, ризоияти аъзоён ва атрофиён яке аз хусусиятҳои асосии сарварӣ мебошад. Бевосита, барои ҷорӣ кардани қаноатмандию ҳамдигарфаҳмӣ сарварро лозим меояд, ки проблемаҳои зиёди дар пеш истодаро ҳал намояд. Ва ҳалли ҳамин

проблемаҳо низ маҳорати ҷорӣ кардани ризоиятро дар гурӯҳ талаб менамояд.

Мурочиат ба аудитория:

«Акнун бигӯед, ба фикри Шумо барои ҷорӣ кардани ҳамдигарфаҳмӣ ва ризоият дар гурӯҳ чӣ корхоро бояд ба анҷом расонид».

- муносибати хоксорона бояд дошт;
- аз проблемаҳои аъзоёни гурӯҳ ҳамеша бохабар бояд буд;
- проблемаҳои мавҷударо ҳал мебояд кард;
- мавриди зарурат ба аъзоёни гурӯҳ кӯмак расонидан лозим;
- дастоварди муваффақият дар гурӯҳ;
- ва ғайра

2.2. БАРНОМАИ ТАЪЛИМӢ (МОДУЛ)

“МАЛАКАҲОИ МУНОСИБАТ ВА ТАРЗҲОИ САРВАРӢ”

Мавзӯҳои машғулият:

1. Муносибат
2. Чи тавр шунаванда ва ровии хуб бояд шуд
3. Тарзҳои сарварӣ
4. Усулҳо ва зинаҳои ҳалли проблемаҳо

Қадами 1. Бозии маърифатӣ «Оқсақоли пинҳонӣ»

Иштирокчиён давра меистанд. Яке аз онҳо дар байни давра истода, чашмашро мепӯшад. Нафаре аз миёни иштирокчиён, ҳамчун оқсақол ҳаракатҳои гуногуни диққатҷалбкунандаро ба иҷро мерасонад. Боқимонда иштирокчиён ҳаракатҳои ӯро такрор мекунанд. Оқсақол метавонад иваз шавад, вале иштирокчиӣ дар байни давра буда, бояд пай набарад. Ва гурӯҳ ҳаракатҳои оқсақоли ивазшударо низ такрор мекунанд.

Вазифаи шахси дар байни давра истода, дарёфти оксақол мебошад.

Қадами 2. Такрори мавзӯҳои гузашта

«Бачаҳо, чи тавре шумо медонед, дирӯз яке аз ихтиёриёни мо вазифадор гаишта буд, ки оид ба мавзӯҳои дар машғулияти якум гузашта мухтасар маълумот медиҳад, акнун суханро ба ӯ медиҳем ва мо ӯро гуш мекунем. Марҳамат!»

Қадами 3. Муносибат (марӯзаи хурд)

Тренер (баранда): *Ин машғулият барои шунавандаи хуб шудани иштирокчиён мусоидат менамояд.*

Сараввал пешбаранда ба иштирокчиён савол медиҳад:

- Муносибат чист?
- Барои чи муносибат кардан муҳим аст?
- Муносибат чи гуна мешавад?

Муносибат ин расонидани маълумотҳо байни якдигари одамон мебошад. Он метавонад вербалӣ (забонӣ, шифохӣ) ва ғайривербалӣ (ишора, имло, назар ва ғайра) бошад, хаттӣ, нишонӣ, яктарафа ва ё дутарафа бошад.

Муносибати вербалӣ ва ғайривербалӣ чист?

Муносибати ғайривербалӣ - ин имлову ишора ва муносибати вербалӣ - ин сӯҳбат (сухан кардан) аст.

Қадами 4. Чӣ тавр шунаванда ва ровии хуб бояд шуд (маърузаи хурд)

Чи тавр шунавандаи хуб шуд?

1. Имконият дихед дигарон беамоният сухан гӯянд
2. Барои худро озод ҳис кардани гӯянда, шароит фароҳам оред
3. Суханони гӯяндаро тақвият дихед
4. Ба ҳаракатҳои диққачалбкунанда аҳамият надихед
5. Ба проблема бо нуқтаи назари шунаванда назар кунед
6. Босабру пуртоқат бошед

Чи тавр ровии хуб бояд шуд?

1. Ба худ бовар дошта бошед, ки шумо он чи ки гуфтан мехоҳед, онро ба пуррагӣ мефаҳмед. Аз ҷумла, мақсади

ахбороти шумо дар чист? Чӣ мехоҳед аз касоне, ки шуморо гӯш карда истодаанд?

2. Маълумотатонро то ҳадди имкон соддатар бирасонед

3. Шувандаатонро омӯzed

4. Бо худ фикр кунед, чӣ тарз ахборотатонро мерасонед

5. Боварӣ дошта бошед, ки рафиқони шумо маълумотхое, ки шумо пешниҳод мекунед, дастгирӣ мекунанд.

6. Кӯшиш кунед, ки на танҳо шуморо онҳо фаҳманд, балки шумо низ онҳоро фаҳмед.

Ба муносибати хуб чӣ ҳалалдор мешавад?

1. Мақом, вазъият

2. Таасуроти аввал

3. Дидани норасогиҳои дагарон, на аз худ

4. Гунаҳкор кардани дигарон

5. Ғазабнокӣ, бесабрӣ

Қадами 5. Бозӣ дар машқҳо. Вохӯрии бемаҳал (кор дар гурӯҳчаҳо)

Моро дар ҳаёт бисёр ҳолатхое мешавад, ки ба вохӯриҳои бемаҳал аҳамият додан лозим меояд. Масалан, Шумо ба ҳона медароед ва дар онҷо шахсест, ки 5 сол боз ўро надидаед ва ҳатто фаромӯш кардед, ки чунин одам дар олам мавҷуд аст. Чӣ гуна рафтор мекунед? Нишон медихед, ки Шумо ўро ба хотир надоред? Ва ё афсус меҳўред, ки чунин мўҳлати тулонӣ ўро надидед? Чӣ кор мекунед?

Ин аз ҳама қобилияти муҳим дар гуфтор ва муносибат аст, ки ҳангоми ҳолатҳои бемаҳал, муносибати хайрхоҳона барқарор карда шавад. Вале инсон бо ин маҳорат таваллуд намешавад - ин натиҷаи меҳнатҳои тулонӣ аз рӯи худ мегардад.

Ҳоло низ мо махсус ба ҳамин мавзӯ машғул мешавем.

Як қатор вохӯриҳои бемаҳалро бо одамони гуногун мегузаронем. Шумо бояд озодона ва беамониат ба шарикатон сӯҳбат намоед, суҳанро оғоз намоед ва назари ўро дастгирӣ кунед.

Иштирокчиёни гурӯҳ рӯй ба рӯй истода, ду давраро ташкил медиҳанд. Давраи дохилӣ ва берунӣ. Давраи дохилӣ дар чой қарор меистанд, давраи берунӣ бошад, бо супориши баранда, ду қадам ба тарафи рост қадам мезананд. Мавриди қадам задан шарики нав пайдо мекунанд ва бо ӯ сӯҳбат мекунанд. Ҳамин тартиб 4-5 маротиба такрор меёбад. Ба ҳар як қадам баранда масъалаҳои нав мегузорад.

Масъалаҳо:

1. Дар рӯ ба рӯи Шумо шахсе истодааст, ки Шумо ӯро бори охир вақти дар синфи 1 хонданатон дида будед, бар замми ин Шумо ӯро дарҳол шинохтед. Каме Шумо фикр карда, сипас сӯҳбатро оғоз мекунед...

Нақши шахси ношиносро, давраи дохилӣ мебозад.

2. Дар давраи ҳамсолон Шумо шиноси деринаи худро вомехӯред, ки ба мӯҳлати ду сол ба хориҷа рафта буд ва Шумо фикр мекардед, ки ӯ ҳоло ончост.

Нақши дӯсти аз хориҷа омадаро, давраи дохилӣ мебозад.

3. Шумо дер боз тағои худро надидаед ва ҳатто симои ӯро фаромӯш низ кардаед ва нохост як пагоҳӣ тағои фаромӯшкардаатон ба хонаи Шумо ба меҳмонӣ омад. Ӯ дар пеши дарвозаи Шумо истодааст. Ягон суҳан гуфтан лозим.

Нақши меҳмонро давраи дохилӣ мебозад.

Қадами 6. Усулҳои сарварӣ (ҳучуми фикрҳо)

Тренер: *Қадам намудҳои сарвариро медонед?*

Баъдан сохтори зеринро пешниҳод менамояд:

Тарзҳои сарварӣ:

- Авторитарӣ
- Демократӣ
- Ҳалкунандаи ҳамаи кор

Тарзҳои гуногуни сарварӣ дар ташкилот, корхона, мактаб, синф ва гурӯҳҳо муайян гаштаанд, ҳарчанд вобаста ба одамон ва мавқеъ метавон се тарзи асосиро барои сарварӣ ҷудо кард:

1. Авторитарӣ - сарвар ҳамаи ваколатҳоро соҳиб буда,

тамоми фаъолият таҳти назорати бевоситаи ӯ қарор дорад.

2. Демократӣ - ҳамаи аъзоёни гурӯҳ дар чараёни қабули қарор иштирок мекунанд.

3. Ҳалқунандаи ҳамаи қарор - сарвар ба чараёни қабули қарор дар гурӯҳ кам таъсир мерасонад ва ба фаъолияти он кам назорат мекунад.

Сарварон усулҳои роҳбарикунандагиро дар дилхоҳ ҳолатҳо бо тартиби гуногун истифода мебаранд. Ягона аз усулҳои сарварӣ, идеалӣ маҳсуб намешаванд. Ҳар як намуди сарвариро вобаста ба мавқеи мутобик ва одамон истифода метавон кард. Вобаста ба вақти ҷудошуда, дониш ва малакаи аъзоёни гурӯҳ як усули сарварӣ метавонад аз дигараш бештар манфиатнок бошад.

Қадами 7. Усулҳои мақоми сарвариро соҳиб шудан (қарор дар гурӯҳҳо)

«Ақнун биед ба ду гурӯҳҳои хурд тақсим шуда, оид ба муайян кардани роҳҳои усулҳои сарвариро соҳиб шудан мустақилона қарор барем»

Иштирокчиён ба ду гурӯҳ тақсим мешаванд ва мустақилона қарор мебаранд.

Қадами 8. Бозӣ дар машқҳо «Ҳамдигарро даъват кунед» (қарор дар гурӯҳҳо)

Тренер: Ҳар як иштирокчӣ худро муарифӣ намояд, ба худ ҳислатеро ном гирад, ки аввали ҳарфаш ба номаш мувофиқ бошад.

Масалан: Мурод - мубориз, Бахтиёр - бошавк, Раҳим - раҳмдил вағайра.

Сипас ҳар як иштирокчӣ номи дигар иштирокчиёро бо навбат гирифта, ҳислати ӯро аз рӯи ном мегуяд.

Қадами 9. Нақши сарвар (маърӯзаи хурд)

Ин маърӯза донишҳои иштирокчиёро барои нақши сарвар тақвият бахшида, барои ба дигар мақсадҳо расидани онҳо мусоидат мекунанд.

Нақши сарвар: ҳамчун тренер, ҳамчун шахсият, ҳамчун сарвари гурӯҳ, ҳамчун тараққикунанда

- Ҳамчун баранда (фасилитатор, тренер) тамоми диққаташро барои дар худ инкишоф додани хислатҳои сарварӣ равона мекунад

- **Ҳамчун шахсият** ва ҳамчун сарвари гурӯҳ чараҳои иҷроӣ масъаларо назорат мекунад

- Ҳамчун сарвари гурӯҳ барои дар дигарон тарбия кардани хислатҳои нав ва ташккули онҳо мусоидат менамояд

- **Ҳамчун тараққикунанда** ҳамавақт барои тараққи додани чараҳои кор мусоидат мекунад.

Қадами 10. Принципиҳои кори сарвар (хучуми фикрҳо)

Сарвар ҳамчун шахси идоракунандаи тамоми фаъолияти гурӯҳ:

- Гурӯҳро рӯҳбаланд мекунад ва пешбарандагии қорашро ба ихотақардагон мефаҳмонад;

- Ба натиҷаҳо, чараён ва муносибати байниҳамӣ таваҷҷӯҳ мекунад;

- Мавриди сатҳгузори қорманд минатдорӣ баён мекунад;

- Дар дигарон хислатҳои ҳуби инсониро ошқор мекунад;

- Барои ҳамқории фаъол даъват мекунад;

- Роҳҳои ҳуби ҳал кардани масъалаҳоро пешниҳод менамояд;

- Гурӯҳро рӯҳбаланд мекунад ва пешбарандагии қорашро ба ихотақардагон мефаҳмонад

Ҳамчун сарвар имқоният доред, то дар дигарон «сохтани низоми нави қорӣ»-ро эҳ қунед, барои ба он равона намудани вақт ва қувва қўмақ расонед. Барои он Шумо бояд ояндаро қунин тассавур қунед, қи он аллақай амалӣ гаштааст. Ба натиҷаҳо, чараён ва муносибати байниҳамӣ боддиққат мебошад.

Яке аз талаботи вазифаҳои сарварӣ истифодаи тамоми маҳорат ва малақаи идорӣ барои бадастории натиҷаҳои қор ва муносибати ягона ва ё яқранга доштан нисбат ба қормандон аст.

1. Роҳҳои хуби ҳал кардани масъалаҳоро пешниҳод менамояд

2. Гурӯҳ рафтор ва кирдори сарварро мушоҳида мекунад. Рафтори сарвар метавонад барои кори тим (команда) муҳит ташкил диҳад.

3. Роҳҳои ҳалли иҷроиши вазифаро таҳия менамояд. Сарварони ботамкин роҳҳои ҳалли бадастории натиҷаҳои бомуваффақиятро дар якҷоягӣ бо гурӯҳ таҳия менамоянд. Мавриди чунин банақшагири эҳтимолияти бадастории муваффақиятҳо наздик аст.

4. Роҳҳои хуби ҳал кардани масъалаҳоро пешниҳод менамояд. Сарварӣ хуб - ин мутахассисет, аниқ медонад, ки шахс чиро дарёфт кардан меҳаҳад. Назорат, мушоҳида, гӯш карда, саволҳо дода сарвар метавонад ба шахс барои дарёфт намудани мақсадҳои ба миён гузоштааш кӯмак расонад.

Қадами 10. Кор дар машкҳо «Сарварӣ мумтоз»

«Бачаҳо, акнун биеед ба ду гурӯҳҳои хурд тақсим шуда, оид ба муайян кардани нақши сарвари поктинат ва инсондӯст ба воситаи тасвири расм мустақилона кор барем»

Вазифа: *Тасвири расми сарвар бо назардошти ҳислат ва хусусиятҳои он*

Чамбасти рӯз: Мавриди чамъбаст тренер яке аз иштирокчиёни фаъолро ба сифати ихтиёрӣ ҷалб намуда аз ӯ хоҳиш менамояд, ки пагоҳ пеш аз машғулият оид ба мавзӯи имрӯза каме маълумот диҳад.

2.3. БАРНОМАИ ТАЪЛИМӢ (МОДУЛ) “ҲАРАКАТИ ИХТИЁРӢ”

Мавзӯҳои машғулият:

1. Ҳаракати ихтиёрӣ дар ҷомеаи муосир
2. Принсипҳои ҳаракати ихтиёрӣ
3. Маҳфили ихтиёриёни ҷавон
4. Фаъолияти Маҳфили ихтиёриёни ҷавон

Қадами 1. Бозии маърифатӣ «Харитаи ҳаёт»

«Ба ҳар як иштирокчӣ яктоғӣ варақ ва қалам таъмин намоед. Хоҳиш намоед, ки дурнамои (ояндаи) ҳаёташонро ба таври харита тасвир кунанд. Баъди анҷомёбии вақти мӯйянгашта ҳар як иштирокчӣ харитаи тасвир кардаашонро мавриди муҳокима қарор медиҳанд».

Қадами 2. Такрори мавзӯҳои гузашта

«Бачаҳо, чи тавре Шумо медонед, дирӯз яке аз ихтиёриёни мо вазифадор гашта буд, ки оид ба мавзӯҳои дар машғулияти якум гузашта мухтасар маълумот медиҳад, акнун суҳанро ба ӯ медиҳҳем ва мо ўро гуш мекунем. Марҳамат!».

Қадами 2. Ҳарикати ихтиёрӣ дар ҷомеаи муосир (маърузаи хурд)

Назария ва амалияи ҳаракати ихтиёрӣ

Дар ҳар як ҷомеа қишри муайяни шахсони фаъоли ҷамъиятӣ мавҷуданд, ки дар ҳамаи ҳолатҳо нисбат ба атрофиёне, ки ба ёрӣ мӯҳтоҷанд, кӯмаки беғаразона мерасонанд. Агар чунин фаъолият ба худ шакли доимӣ гирад, пас доир ба мафҳуми ихтиёрӣ, хайрхоҳӣ суҳан хоҳад рафт. Далели таърихист, ки бештари ихтиёриён ҷавонон мебошанд. Фаъолияти ихтиёрӣ ба ҷавонон имконият медиҳад, ки қобилияти худро санҷанд, ҷаҳонбинияшонро васеъ гардонанд ва дар ин ва ё он фаъолияти меҳнатӣ таҷриба ҳосил кунанд.

Дар шароити ҳозира ихтиёрӣ шахсест, ки худро ба бартарафсозии проблемаҳои иҷтимоии ҷомеа масъул медонад.

Мақсаду мароми ҳаракати ихтиёрӣ, ин иштироки фаъолонаи шахрвандони ҷавон ҷиҳати баамалбарории талаботҳои асосии одамон дар бунёд сохтани ҷомеаи осоишта, боадолат ва хайрхоҳ мебошад.

Назарияи ҷомеаи шахрвандӣ ва назарияи ҳаракати ихтиёрӣ асоси ягонаи ғоявӣ ва фалсафӣ доранд:

- **чомеаи шахрвандӣ** - ин натиҷаи таъсири мустақилонаи аҳоли нисбат ба ҳокимияти давлатӣ барои бадастории манфиати шахрвандӣ мебошад;

- **ҳаракати ихтиёрӣ** - ин роҳи комёбӣ ва пешрафти чомеаи шахрвандии одамон аст, ки новобаста аз давлат ва даструҳои мақомоти болоӣ амал мекунад.

Ихтиёрӣ - ин зухуроти ғайримаъмул ва ташаббусноки бевоситаи шахрвандист. Дар баробари ин, ихтиёриён ба корҳо ва барномаҳои ташкилотҳои ғайриҳукуматӣ, ҷамъиятии байналмилалӣ ва ватанӣ ҷалб карда мешаванд, инчунин дар ташкилотҳои давлатӣ, аз қабили беморхонаҳо, корҳои ҷамъиятӣ, мактабҳо, интернатҳо ва ғайра метавонанд мустақилона фаъолият намоянд.

Ихтиёрӣ (англ. *volunteer* — ихтиёрӣ) - шахсоне мебошанд, ки бо мақсади маълумотнок гардонии чомеа доир ба бартарафкунии проблемами ҳаётӣ ва расонидани кӯмакҳои бегараз ва хайрхоҳ, фаъолият мебаранд.

Фаъолияти онҳо бо ихтиёр ва розигии худ новобаста аз манфиатнокӣ амалӣ мегардад. Онҳо метавонанд расмӣ ва ё ғайрирасмӣ амал кунанд, ё ин ки дар ташкилотҳои давлатӣ ва ғайридавлатӣ ҷамъиятӣ, ташкилотҳои хусусии тиббӣ, соҳаи маориф ҳамчун аъзо фаъолият баранд.

Ҳаракати ихтиёрӣ яке аз шаклҳои асосии муттаҳидсозии одамон дар атрофи ғояи «дастгирии ихтиёрӣ» ба он касоне, ки дар вазъияти ногувор афтадаанд ва барои бартараф намудани проблемаҳои онҳо ба дахлати дигарон мӯҳтоҷанд маҳсуб мешавад. Ҳамин тариқ шахсоне, ки ба хадамоти ихтиёрӣ аъзо мешаванд, кӯшиш мекунанд, ки талаботҳои иҷтимоии худро дар муносибат ва дастгирии атрофиён, барои ба комёбӣ ноил гардидани онҳо қонеъ гардонанд. Дар ҳаёт бисёре аз мо ихтиёрӣ мешавем: Аз ҳисси некӣ ба зайифон ёрӣ мерасонем, вақти пурқимати худро дареғ надошта бо дигарон мубодилаи дониш, маҳорат месозем. Ихтиёриён ивазнашавандаанд, зеро ҳангоми нарасидани мутахассисони соҳавӣ онҳо қувваи

иловагӣ ба шумор мераванд, то ин ки дар ташкилу гузаронидани чорабиниҳо, маъракаҳои табиғотӣ нисбат ба афкори иҷтимоӣ саҳми худро гузоранд. **Кӯмакрасониҳои ихтиёрӣ (ҳашар)** дар урфу одат ва анъанаҳои миллии халқи тоҷик мақоми хосаеро доро мебошад. Дар деҳаҳо расму оинҳои мавҷуданд, ки одамон ҳамчун омада «ҳашар»-кори якҷоя эълон мекунанд. Онҳо барои сохтмони як хона якҷоя амал намуда, кӯмаки бегарази худро мерасонанд. Ё ин, ки ҳангоми мусибати саҳти ба сари ягон хонавода омада, аҳли деҳа ҳамчун шуда, кӯмаки бегаразона мерасонанд. Бештар гурӯҳи ихтиёриён дар қорҳои саҳро, шанбегӣ, дар хирманкубӣ, дар сарбанд қардани обҳои киштукор, дар тӯйю маросимҳо хизмат мерасонанд. Оилаҳо қаблан «ҳашар» эълон мекунанд, зиёфат ва ҳамаи он лавозимоте, ки барои меҳнати зиёд зарур аст, омода месозанд.

Чӣ тавре иброн гашт, ихтиёрӣ шахсест, ки дар ҳаёту ғайбати ҷомеа ихтиёриёна иштирок намуда, новобаста аз манфиатнокӣ дар пешравандагии он саҳмгузор мебошад.

Мақсади ихтиёрӣ:

Пешравандагии ҷомеа, инкишоф додани тафаккури насли наврасу ҷавон, раҳсипоӣ ба тарзи ҳаёти солим ва дур қардани қарди ҷомеа аз падидаҳои номатлуби ҳаётӣ мебошад.

Вазифаҳои ихтиёрӣ:

- тарғибу ташвиқи тарзи солими ҳаёт дар байни насли наврасу ҷавон;
- маълумотнок қардонидани ҷавонон оид ба ҳатарнокии падидаҳои номатлуб дар ҳаёти онҳо ва пешгирии он;
- ихтиёриёна, новобаста аз манфиатнокӣ, иштирок намудан дар қорҳои ҳамҷамъиятию манфиатбахш ба ҷомеа, кӯмак расонидан ба маъҷубон, бепарасторон, пиронсолон;
- ҳидоят қардани ҷавонон ба ватанпарастию инсондустӣ, илмомӯзию забондонӣ ва ҳокорию покнатӣ.

Қадами 4. Принципиҳои ҳаракати ихтиёригӣ- маърузаи

хурд

Тренер: Чӣ тавре дар боло иброз кардем, ҳаракати ихтиёри ҳаракатест, ки баҳри дастгирии мӯҳтоҷон ва кӯтоҳдастон ва ё умуман баҳри пешрафти ҷомеа амал мекунад. Дар баробари ин, ҳаракати ихтиёри принципҳои хоси худро дорад.

Принципиҳои асосии ҳаракати ихтиёригӣ:

1. Ихтиёри ва покдилона дар тараққиёт ва шукуфони ҷомеа фаъолият бурдан

Шаҳси ихтиёри он вақт ҳамчун ихтиёри шинохта мешавад, ки агар ӯ ихтиёран барои дастгирии мӯҳтоҷон: пиронсолон, маъҷубон, беморон ва бурдани қорҳои манфиатнок барои ободони маҳал, пешравандагии ҷомеа ва тараққиёти давлат сармугзор бошад.

2. Муносибати эҳтиромона, ҳоксорона ва хайрхоҳона нисбат ба атрофиён доштан

Ҳар як шахсро дар оила, мадди аввал дар рӯҳияи эҳтирому ростқавлӣ, ҳоксорию покнатинӣ ва покқидонию инсондӯстӣ тарбия мекунад. Ин хусусияти хоси инсон инсонигарист, ки ба ҳар як фард таманно қарда мешавад. Шаҳси ихтиёри бошад, шахсест, ки нисбат ба атрофиён ҳамеша дар ғамхорию меҳрубонӣ буда, ҳурмату эҳтиром ва савҳоватмандиро дар фаъолияти худ пешаи рӯзмараи қорӣ менамояд.

3. Аз худ дур қардани қибру ғурур нисбат ба атрофиён ва пеша қардани сабру тоқат ва таҳамулнокӣ дар ҳаёти ҳамаи рӯза Дар ҳаёт шахсе бе қибру ғурур шуда наметавонад. Ҳар як қадими шахс бо тарсу ҳарос, зиддиятҳо ва нафратҳо фаро ғирифта мешавад. Ва маҳз аз ҳама хусусиятҳои табиӣ инсонӣ, нисбат ба атрофиён қибру ғурур ва бесабрию бетоқатӣ пайдо мегардад, ки оқибати хуб надорад. Барои дучор нағаштан ба оқибатҳои он шахсро зарур аст, дар ҳолатҳои зарури худро идора қарда тавонад ва қибру ғуруро аз худ дур намояд.

Қадами 5. Ихтиёри ва сарҳи ӯ дар ҷомеа (маърузаи хурд,

кор дар машқҳо)

Тренер: Саҳми шахси ихтиёрӣ дар ҷомеа басо бузарг аст. Чӣ тавре дар боло иброз гардид *кӯмакрасониҳои ихтиёрӣ* (ҳашар) дар анъанаҳои миллии ҳалқи тоҷик мақоми хосаеро пайдо кардааст. Дар деҳаҳо расму оинҳои мавҷуданд, ки одамон ҷамъ омада «ҳашар»-кори якҷоя эълон мекунанд. Онҳо барои сохтмони як хона якҷоя амал намуда, кӯмаки бегаразонаи худро мерасонанд. Ё ин, ки ҳангоми мусибати саҳти ба сари ягон хонавода омада, аҳли деҳа ҷамъ омада, кӯмаки бегаразона мерасонанд. Бештар гурӯҳи ихтиёриён дар корҳои саҳро, шанбегӣ, хирманкубӣ, дар сарбанд кардани обҳои киштукор, дар тӯйи маросимҳо хизмат мерасонанд. Оилаҳо қаблан «ҳашар» эълон мекунанд, зиёфат ва ҳамаи он лавозимоте, ки барои меҳнати зиёд зарур аст, омода месозанд.

Қадами 6. Рафтору кирдори шахси ихтиёрӣ (кор дар гурӯҳҳо)

«Бачаҳо, акнун биёед ба ду гурӯҳи хурд тақсим шуда, оид ба рафтору кирдори шахси ихтиёрӣ нисбат ба атрофиён мустақилона кор баред»

Иштирокчиён ба ду гурӯҳ тақсим мешаванд. Баъд аз мӯҳлати муайянгардида, намоёндагони гурӯҳҳо бо навбат баромад намуда, пешниҳодоти гурӯҳро иброз менамоянд. Вобаста ба пешниҳодоти онҳо тренер рафтору кирдорҳои намунавии ихтиёриёро муайян месозад.

Шахси ихтиёрӣ кадом рафторҳоро бояд соҳиб дошад?

- ҳурмату эҳтироми доимӣ нисбат ба атрофиён
- сабру тоқат ва таҳамулнокӣ
- ростқавлӣ, покқивҷдонӣ
- ғамхор ва хайрхоҳ

ва ғайра

Қадами 7. Бозии маърифатӣ

«Гурӯҳ давра меистанд, баранда яке аз иштирокчиёро интихоб карда, ўро супориш медиҳад, ки ягон расмро тасвир намояд (масалан: манзил ё ҳавопаймо) ва ду нафари дигар

ба ӯ кӯмак мерасонанд. Агар ин се нафар вазифаро ўздабаро нагарданд, бозиро тарк мекунанд. Ҳамин тартиб, то аёми муайян гаштани ғолиб бозӣ давом меёбад»

Қадами 8. Маҳфили ихтириёни ҷавон (маърузаи хурд, хучуми фикрҳо)

Тренер: Ихтириён метавонанд расмӣ ва ғайрирасмӣ амал кунанд ва ҳамчун узви ташкилотҳои ихтиёрӣ шуда, фаъолият намоянд. Ҳоло дар Тоҷикистон чанде аз чунин ташкилоту маҳфилҳои ихтиёрӣ таъсис ёфта, дар самтҳои гуногун фаъолият доранд. Мисоли он шуда метавонанд, Маҳфилҳои ихтириёни ҷавон (МИЧ), ки бо ташаббуси Кумитаи кор бо ҷавонони назди Ҳукумати Ҷумҳурии Тоҷикистон дар шаҳрҳои Душанбе, Қурғонтеппа ва Ҳуҷанд таъсис дода шудаанд ва онҳо бо мақсади маълумотнок намудани наврасону ҷавонон оид ба Тарзи Ҳаёти Солим (ТҲС), аз ҷумла пешгирии нашъамандӣ ва ВИЧ/СПИД аз рӯи принсипи «ҳамсол ба ҳамсол» фаъолият мебаранд.

Мурочиат ба аудитория:

Акнун бигӯед, ба фикри Шумо аъзоёни МИЧ, чӣ гуна корхоро баҳри пешрафт ва устувории ҳамсолони худ ва ҷомеа анҷом дода метавонанд?

- корҳои маърифатнокию таблиғотӣ байни ҳамсолон доир ба бартарафкунии проблемаҳо;

- ташкили семинарҳои омӯзишӣ оид ба пешгирии нашъамандӣ ва ВИЧ/СПИД;

- расонидани кӯмакҳои беғаразона ба шахсони мӯҳтоҷ ва ҷавонон аз гурӯҳҳои озордида;

- муносибати хайрхоҳона нисбат ба атрофиён, аз ҷумла ҳамсолони худ.

Чӣ тавре дар боло зикр гашт фаъолияти МИЧ аз рӯи принсипи «ҳамсол ба ҳамсол» ба роҳ монда шудааст. Аҳамиятнокии истифодабарии принсипи «ҳамсол ба ҳамсол» мавриди фаъолият дар он аст, ки дар ҷорабиниҳои пешбинишуда ҳуди наврасону ҷавонон иштирок менамоянд. Яъне шахси ҷавон маълумоти гирифтаашро ба шахси

дигари ҷавон «ҳамсолаш» мерасонад (интиқол медиҳад).

Аз ҳамин лиҳоз, принципи «ҳамсол ба ҳамсол» яке аз принципҳои беҳтарини иттилоотнокӣ (таълимӣ) эътироф гаштааст. Инро имрӯз қисми зиёди ташкилотҳои ватанию байналхалқӣ мавриди ғаёлият истифода мебаранд.

Қадами 9. Тартиби таъсиси МИЧ- (кор дар гурӯҳчаҳо)

Барои идора кардани дилхоҳ ғаёлият дар чорчӯбаи муайян сохтор ва тартиби муқаррарии коргузори лозим аст. Ҳар як ташкилот сарфи назар аз шакли моликият мавриди таъсис ёфтаниш ғаёлиятро аз таҳия ва тасдиқи Низомномаи (Оинномаи) ташкилот оғоз мекунад. Сипас барои мақоми ҳуқуқӣ додан ҳуҷҷатҳои лозимаро омода карда, ба ҳадамоти дахлдор дархост менамояд. Аз рӯзи ба имзорасии (тасдиқгардии) Низомнома, ташкилот мақоми ҳуқуқӣ пайдо мекунад. Дигар вазифаҳо дар таъсиси ташкилот, аз муқаррар кардани доираи ғаёлият, вазифаҳо, самти ғаёлият, ҳаёати корӣ, дарёфти бинои корӣ ва таҷҳизоти техникаю мебелӣ ва ғайра иборат мебошад.

Тартиби таъсисёбии МИЧ бошад дар фарқият аз ташкилоти расмӣ дар он аст, ки он шахси ҳуқуқӣ (юридикӣ) намебошад, чун он ингуна салоҳият ва масъулиятро надорад, чунки он ба қайди давлатӣ гирифта намешавад. Он маҳфил аст, ба он одамон ихтиёриёна аъзо мешаванд. Дигар тартиботи коргузории МИЧ бошад, ба сохтори ташкилоти муқаррарӣ монанд аст. МИЧ-ро мумкин аст дар назди дилхоҳ ташкилот ва ё сохторҳои кор бо ҷавонон таъсис дод.

Мурочиат ба аудитория:

Ба се гурӯҳ тақсим шуда, ҳар як барои гурӯҳи худ МИЧ бо номгузории махсус таъсис медиҳем.

Мавзӯ: Таҳияи тартиботи таъсиси МИЧ.

Маҳфили ихтириёни ҷавон (минбаъд, Маҳфил) иттиҳодияи ихтиёрии ҷавонон буда, дар назди сохторҳои кор бо ҷавонон таъсис дода мешавад.

1. Низомномаи Маҳфил

- чараёни ба роҳ мондани кор, рафту омад
- принципҳои фаъолият
- чараёни маблағгузори фаъолият

2. Роҳбарияти Маҳфил

3. Аъзоёни Маҳфил

- усулҳои ҷалбкунӣ барои аъзогӣ ба Маҳфил
- манфиатнокии аъзоёни Маҳфил

4. Дарёфти муассис ва ба имзорасонии шартнома

Фаъолияти МИЧ

Маҳфили ихтириёни ҷавон хадамоте мебошад, ки он дар самти дастгирии эҳтиёҷмандон, бурдани корҳои табиғотӣ ва маърифатнокии наврасон ва ҷавонон фаъолият мебарад. Дар симои МИЧ, мо хадамотеро мебинем, ки он дар самти бо иттилооти васеъ ва дастрас фаро гирифтани фаъолияти ҷавонон кор мебарад, то инки дилхоҳ ҷавони маҳал барои бартараф намудани проблемаҳои иҷтимоии худ бо боварии комил тавонад ба МИЧ муроҷиат намояд ва ба саволҳои худ ҷавоб ёбад.

Муроҷиат ба аудитория:

Акнун бигӯед, ба фикри Шумо МИЧ бояд кадом самтҳои фаъолиятро дарбар гирад.

Мавзӯ: Самтҳои асосии фаъолияти МИЧ

- ба маълумотҳои ҷолиб фарогирии ҷавонон;
- бартарафи кардани рафторҳои номатлуб дар байни насли наврасу ҷавон;
- паст кардани сатҳи нашъамандӣ ва бемориҳои сироятӣ, аз ҷумла ВИЧ/СПИД;
- ҷорабиниҳои табиғотӣ оид ба ҳифзи ҳуқуқ ва манфиатнокӣ;

ва ҳоказо

Дар боло мо бо Шумоён самтҳои асосии фаъолияти МИЧ-ро муайян кардем. Воқеан ҳам ҳар як хадамот, самт, фаъолият ва ё дилхоҳ ташкилот ба худ мақсад ва вазифаҳои хосро доро мебошад. Чӣ тавре иброз гардид, мо мехоҳем,

то МИҶ қисмҳои асосӣ ва муҳими ҳаёту фаъолияти ҷавонро дарбар гирад. Инчунин, вазифаҳои МИҶ низ ҳоло барои мо аниқ равшан нест.

Мавзӯ: Муайян кардани маҷмад ва вазифаҳои МИҶ: (намуна)

Мақсади МИҶ: Баланд бардоштани сатҳи маърифатнокии наврасон ва ҷавонон дар самти баргараф кардани проблемаҳои иҷтимоӣ дар ҳаёту фаъолияти ҳамаҷуза, расонидани кӯмак, дастгирии хайрхоҳона нисбат ба ҳамсолон, аз ҷумла ҷавонони аз гурӯҳҳои озордида.

Вазифаҳои МИҶ:

- дарёфт, ҷамъоварӣ ва вусғати иттилоот вобаста ба проблемаҳои иҷтимоии ҷавонон;
- таҳия ва амалигардонии маводи иттилоотӣ (буклет, лифлет, плакат, китоб...) дар байни наврасон ва ҷавонон;
- ташкил ва гузаронидани пурсишҳо вобаста ба проблемаҳои ташвишовари ҷавонон;
- ташкили машғулиятҳои омӯзишӣ дар байни наврасону ҷавонон аз рӯи принсипи «ҳамсол ба ҳамсол»;
- бурдани корҳои таблиғотию маърифатнокии мақсаднок дар самти дастгирии иҷтимоию иқтисодии ҷавонон, таҳкими тарзи ҳаёти солим ва пешгирии падидаҳои номатлуб дар байни онҳо;

ва хоказо

Қадами 11. Ҷамъбасти рӯз: Мавриди ҷамъбаст тренер яке аз иштирокчиёни фаъолро ба сифати ихтиёрӣ ҷалб намуда, аз ӯ хоҳиш менамояд, ки пагоҳ пеш аз машғулият оид ба мавзӯи имрӯза каме маълумот диҳад.

2.4. МОДУЛ: «ПЕШГИРИИ НАШЪАМАНДӢ»

Қадамҳо	Мавзӯҳо	Вақт/давомнокӣ
1.	Бозии маърифатӣ "Шиносоии ҷуфтҳо"	15 дақ.
2.	Қоидаи гурӯҳ (ҳучуми фикрҳо)	20 дақ.
3.	Намудҳои маводи нашъадор (ҳучуми фикрҳо)	30 дақ.
4.	Нашъамандӣ ва оқибатҳои он (маърузаи хурд)	30 дақ.
5.	Таҳкими фаъолияти зеҳнӣ (саволу ҷавоб)	25 дақ.
	Ҳамагӣ давомнокӣ	2 соат.

Эзоҳ: дар матни модули ҷумлаҳои бо «курсор» ишора гардида, суханҳои тренер мебошанд.

Қадами 1. Бозии маърифатӣ "Шиносоии ҷуфтҳо"

Дилхоҳ машғулият аз шиносӣ оғоз мегардад. Аз ин рӯ, дар ин навъи шиносӣ тренер ба иштирокчиён чунин муроҷиат менамояд:

Ҳар нафар барои худ ҷуфти муносиб интихоб намояд, бехтараф он аст, ки шахсони дар паҳлӯи рост бударо интихоб намоед. Акнун дар муддати то 3 дақиқа ба шарики худ дар бораи худ маълумот диҳед, яъне Шумо кӣ ҳастед, шугли дӯстдоштаи Шумо, орзуи Шумо ва ғайра.

Вақт анҷом ёфт, акнун шарики худро ба иштирокчиён муаррифӣ намоед.

Қадами 2. Қоидаи гурӯҳ (ҳучуми фикрҳо)

Барои танзими муносибатҳо дар ҷараёни машғулият зарур аст, ки қоидаи гурӯҳ қабул карда шавад, аз ин рӯ тренер ба иштирокчиён чунин муроҷиат менамояд:

Бачаҳои азиз!

Ҳамаи мо медонем, ки дилхоҳ фаъолият қоидаву принципҳои муайяни худро дорад. Фарз кардем «Шустани

мошин», барои шустани мошин пеш аз ҳама иҷозати соҳиби мошинро гирифтани лозим, ки берун ва ё даруни мошинро шўем, бо шампун ва ё бо оби тоза. Ва сипас мавриди шўстан аввал об пошидан лозим ва пок кардани лозим ва ғайра, ҳамаи ҳамин ба қоидаи гурӯҳ дохил мешавад.

Дар навбати худ моро низ лозим аст, ки барои танзими муносибатҳо қоидаи гурӯҳро қабул намоем. Акнун ба ман бигӯед, барои мо чигуна қоидаҳои гурӯҳ лозим, аст ки машғулиятмон бомуваффақият анҷом ёбад?

Таклифҳои (суханҳои) иштирокчиён бе муҳокима дар ватмани овезон шуда, навишта мешавад.

Намуна барои тренер:

- дасти боло

- бо навбат сухан гуфтан

- сухани якдигарро набуридан

- фаъолона иштирок кардан

ва ғайра

Бачаҳо!

Ин қоидаҳое буд, ки мо якҷо қабул кардем, акнун он барои машғулияти ҳамчун қонун бояд риоя карда шавад.

Қадами 3. Намудҳои маводи нашіадор (ҳучуми фикрҳо)

Тренер машғулиятро чунин оғоз мекунад:

Дар ҷаҳон яке аз падидаҳои сердаромад ва марговар нашіа ва маводҳои нашіадор маҳсуб мегардад. Бар зидди ин падида мақомоти зиёди давлатӣ ҳамаҷуз ба мубориза мебаранд, вале сатҳи нашіачалобӣ ва нашіамандӣ ҳамоно рӯ ба афзоиш дорад. Дар Тоҷикистон то кунун ҳудуди 7800 нафар ҳамчун нашіаманд ба қайд гирифта шудаанд ва беш аз 60% онро ҷавонон ташкил медиҳанд. Маводҳои

нашъадор якчанд намуд мешавад ва зарари ҳар кадом ба худ хос аст.

Акнун Бигӯед, ки Шум кадом намудҳои маводҳои нашъадорро медонед?

Намуна барои тренер.

- героин

- гашиш

- афён

- банг

ва ғайра

Қадами 4. Нашъамандӣ ва оқибатҳои он (маърӯзаи хурд)

Тренер машғулиятро чунин оғоз мекунад:

Дар ҳаёт падидаҳои ва одатҳои гуногуни номатлубе чой доранд, ки аз таъсири онҳо саломатии мо ва рӯҳияи мо хароб ва заиф мегардад. Аз қабилӣ, нашъамандӣ, сигоркашӣ, носкашӣ, истеъмоли маводҳои спиртдор, ки онҳоро одатҳои бад меноманд, мебошад.

Суханро бештар атрофи намудҳои нашъа, истеъмол ва оқибатҳои он мебояд равона сохт. Аз ҷумла:

- Оё мумкин аст, ки мавриди як ё ду маротиба чашидани маводи нашъадор нашъаманд гардӣ?

- Оё мумкин аст, мавриде, ки шахси нашъаманд нашъаро аз ҳад зиёд истеъмол менамояд табобат шавад?

- Мумкин аст, ки кӯдак нашъаманд гардад, мавриде, ки яке аз волидон то таваллуди ӯ нашъаманд бошад?

- Барои табобат ба кучо бояд нашъаманд мурочиат намояд?

- Бо чи гуна нишонаҳо мумкин аст, ки шахси нашъамандро маълум намой?

Эзоҳ: Ҷавоби пурмӯхтаҳои саволҳои боло, худ

матни маърузаро ташкил медиҳад. Барои ҷавоби дуруст ба тренер тавсия карда мешавад, ки аз маводҳои иловагӣ, бахусус адабиётҳои алоқаманд истифода намояд.

Қадами 5. Таҳкими фаъолияти зеҳнӣ (саволу ҷавоб)

Тренер чунин иброз мекунад:

Бачаҳо, шумо аллакай дар барои нашіамандӣ маълумот пайдо кардед. Акнун биёед ҳамаи маълумотҳои гирифтаамонро як бори дигар такрор кунем.

Тренер оид ба нашіамандӣ ва проблемаҳои он дар ҳаёти ҷавонон сухан мекунад ва оид ба намудҳои нашіа, роҳу усулҳои мубталогардӣ ва табобат ва ғайра бо иштирокчиён саволу ҷавоб мекунад.

2.5. МОДУЛ: «ВНМО/БПНМ ВА РОҲҲОИ ПЕШГИРИИ ОН»

Қадамҳо	Мавзӯҳо	Вақт/давомнокӣ
1.	Бозии маърифатӣ «Қолабҳои ҳаракат-кунанда»	10 дақ.
2.	Такрори мавзӯҳои гузашта	5 дақ.
3.	Мафҳуми ВИЧ (маърузаи хурд)	30 дақ.
4.	Намудҳои моеъ дар организми одам (ҳучуми фикрҳо)	25 дақ.
5.	Роҳҳои сироятгардии ВИЧ (кор дар гурӯҳчаҳо)	35 дақ.
6.	Оқибатҳои вируси ВИЧ дар ҷомеа (маърузаи хурд)	20 дақ.
7.	Роҳҳои нигоҳдории худ аз вируси ВИЧ (кор дар гурӯҳчаҳо)	35 дақ.
8.	Бозии маърифатӣ «Номро гир ва тубро ҳавола деҳ»	15 дақ.
9.	Саволу ҷавоб	25 дақ.
	Ҳамагӣ давомнокӣ	3 соат.

Эзоҳ: дар матни модули ҷумлаҳои бо «курсор» ишора гардида, суҳанҳои тренер мебошанд.

Семинаро мумкин аст, ки дар як рӯз ва ё бо дарназардошти имконоти вақтӣ дар ду ва ё се рӯз ташкил гардад.

Қадами 1. Бозии маърифатӣ «Қолабҳои ҳаракаткунанда»

Иштирокчиёро даврашакл чамъ оварда, тренер тартиби бозиро чунин мефаҳмонад:

Чи тавре аз номи бозӣ бармеояд, мо бояд қолаби якдигарро гирифта, ба шахси дар паҳлуи рост истода, бидиҳем. Яъне, ман худро ба монанди харгуш карда, дар ҷой давида меистам ва ба шахси дар паҳлӯям буда, назар мекунам, он шахс низ қолаби маро гирифта (яъне, ба монанди мании) мудате онро такрор мекунад, сипас ба худ қолабе эҷод карда, ўро ба шахси дар паҳлӯяш истода

медиҳад (яъне, ба ӯ нишон медиҳад). Ҳамин тавр, ҳамаи мо бо қолаби гирифташуда, дар ҳаракат меистем то мӯҳлати муайян.

Қадами 2. Такрори мавзӯҳои гузашта

Бачаҳо, чи тавре шумо медонед, дирӯз яке аз ихтиёриёни мо вазифадор гашта буд, ки оид ба мавзӯҳои дар машғулияти якум гузашта мухтасар маълумот медиҳад, акнун суханро ба ӯ медиҳем ва мо ӯро гӯи мекунем. Марҳамат!

Эзоҳ: Ин қадамро дар ҳолате иҷро мекунед, ки агар семинар ду-се рӯз ташкил гардад.

Қадами 3. Мафҳуми ВНМО/БПНМ (маърузаи хурд)

Тренер бо иштирокчиён атрофи масъалаҳои зерин сӯҳбат мекунад:

- мафҳуми ВИЧ ё ин ки ВНМО;
- ВНМО/БПНМ дар Тоҷикистон дар кадом марҳила аст ва кай пайдо шудааст;
- ҳолати фарогирии ВНМО/БПНМ дар тамоми ҷаҳон;
- хатарнокӣ ва оқибатҳои ВНМО/БПНМ;
ва ғайра

Эзоҳ: Ҷавоби пурмӯҳтавои мавзӯҳои боло, худ матни маърузаро ташкил медиҳад. Барои ҷавоби дуруст ба тренер тавсия дода мешавад, ки аз маводҳои иловагӣ, бахусус адабиётҳои алоқаманд истифода намояд.

Қадами 4. Намудҳои моеъ дар организми одам (ҳуҷуми фикрҳо)

Машғулиятро тренер чунин оғоз менамояд:

Бачаҳо, бигӯед, ки шумо кадом намудҳои моеъи дар организми инсон мавҷуд бударо медонед?

Намуна барои тренер.

- арак;
 - пешоб;
 - хун;
 - оби манӣ (нутфа);
- ва ғайра

Акнун бигӯед, ки ВНМО бо кадом роҳҳо мегузарад?

Тренер ҳама вариантҳои иштирокчиёро бе муҳокима дар тахта менависад.

Намуна барои тренер.

- ба воситаи хун;
- ба воситаи алоқои чинсӣ;
- аз модари сироятёфта ба кӯдаки навзод.

Қадами 5. Роҳҳои сироятгардии ВНМО (кор дар гурӯҳҷаҳо)

Машғулиятро тренер чунин оғоз менамояд:

Бачаҳо, акнун бигӯед ба ду гурӯҳҳои хурд тақсим шуда, оид ба роҳҳои сироятёбии вируси ВНМО ва роҳҳои нагузаштани он мустақилона кор барем.

Барои тренер:

Вазифа: Иштирокчиён ба ду гурӯҳ тақсим мешаванд.

Гурӯҳи якум оид ба роҳҳои сирояти ВНМО ва гурӯҳи дуюм оид ба роҳҳои нагузаштани ВНМО кор мебаранд.

Баъд аз мӯҳлати муайянгардида, намояндаи гурӯҳҳо бо навбат баромад намуда, пешниҳодоти гурӯҳҳоро иброз менамоянд. Вобаста ба пешниҳодоти онҳо тренер роҳҳои дурусти сироятёбӣ ва нагузарандагии ВНМО-ро муайян месозад.

Қадами 6. Оқибатҳои вируси ВНМО дар ҷомеа
(маърӯзаи хурд)

Тренер бо иштирокчиён атрофи масъалаҳои зерин сӯҳбат мекунад:

- роҳҳои гузарандагӣ ва нагузарандагии ВНМО;
 - роҳҳои нигоҳдории худ нисбат ба мубтало гаштан ба ВНМО;
 - умри мубталогаштагони ВНМО;
 - муносибат бо мубталогаштагони ВНМО;
 - бештар кӣҳо бо ВНМО мубтало мегарданд?;
 - хатарнокии ВНМО;
 - мавриди мубтало гаштан ба ВНМО ба кучо муроҷиат бояд кард?
- ва ғайра.

Эзоҳ: Ҷавоби пурмӯҳтавои мавзӯҳои боло, худ матни маърӯзаро ташкил медиҳад. Барои ҷавоби дуруст ба тренер тавсия дода мешавад, ки аз маводҳои иловагӣ, бахусус адабиётҳои алоқаманд истифода намояд.

Қадами 7. Роҳҳои нигоҳдории худ аз ВНМО (қор дар гурӯҳчаҳо)

Машғулиятро тренер чунин оғоз менамояд:

Бачаҳо, акнун биед ба ду гурӯҳҳои хурд тақсим шуда, оид ба роҳҳои нигоҳдории худ аз ВНМО мустақилона қор мебарем.

Барои тренер:

Вазифа: Иштирокчиён ба ду гурӯҳ тақсим мешаванд. Гурӯҳи якум оид ба роҳҳои ташаккули тарзи ҳаёти солим ва гурӯҳи дуюм оид ба роҳҳои эмин будан аз ВНМО қор мебаранд. Баъд аз мӯҳлати муайян, намояндаи гурӯҳҳо бо навбат баромад намуда, пешниҳодоти гурӯҳро иброз менамояд.

Вобаста ба пешниҳодоти гурӯҳҳо тренер роҳҳои дурусти нигоҳдории худ аз ВНМО-ро муайян месозад.

Қадами 8. Бозии маърифатӣ «Номери гир ва тӯбро ҳавола деҳ»

Барои бозии тренер пешакӣ тӯби қоғазин на онқадар калонҳаҷм тайёр мекунад.

Тренер бозиро чунин оғоз менамояд:

Бачаҳо дар бозии мазкур мо бояд давра истем ва ба якдигар ин тӯбро ҳавола медиҳем. Вале бояд донист, ки мавриди ҳавола додани тӯбча дилхоҳ номи роҳҳои сирятёбӣ аз ВНМО ва ё нагузаштани ВНМО-ро гирфта, сипас онро ба шахси рӯ ба рӯ истода ҳавола додан лозим аст. Агар шахси тӯбдиҳанда номи роҳро гирад, ки ба воситаи он шахс аз ВНМО сироят ёбад, пас шахси тӯб қабулкунанда ӯро намегирад, яъне дар ин ҳолат ӯ ба ВНМО сироят намегардад ва бозиро давом медиҳад, дар ҳолати баракс, яъне агар тӯбро гирад ӯ ба ВНМО сироят мегардад ва аз бозии мебарояд. Ҳамин тавр то як нафар мондан бозии давом меёбад.

Марҳамат!.

Қадами 9. Саволу ҷавоб

Такрори маводи гузашта.

Тренер ба иштирокчиён бо саволҳои зерин муроҷиат менамояд:

- вируси ВИЧ гуфта Шумо чиро мефаҳмед?
- вируси ВИЧ бо кадом роҳҳо мегузарад ва ё намегузарад?
- оё вируси ВИЧ нишонаҳои муайян ва ё зоҳирӣ дорад?
- вируси ВИЧ таъбиқатшавандааст ё не?
- муносибат бо ВИЧ мубталоғаштагон?

МАҲУМҲОИ АСОСӢ

(ВИЧ) ё инки ВНМО чист?

В - вируси

Н - норасоии (камшавии)

М - масъунияти (иммунитети)

О - одам

(СПИД) ё инки АНММ чист?

Б - бемории (аломатҳои якчанд намуди бемориҳо)

П - пайдошудаи

Н - норасоии

М - масъуният

ВНМО аз АНММ чӣ фарк дорад?

ВНМО - ин вирусе мебошад, ки ба он одам гирифтор мешавад, дар худ мегардонад ва дар ҳолатҳои муайяни тасодуфӣ (ва ё махсус) ба дигарон мегузаронад. ВНМО - вирусе мебошад, ки танҳо аз одам ба одам мегузарад ва масъунияти баданро хароб мегардонад.

БПНМ - аломати якчанд бемориест, ки дар натиҷаи сирояти ВНМО ва дар муддати 2-15 сол дар худ гардонидани одам ба вуқӯъ меояд.

БПНМ - аломати якчанд намуди бемориҳои вазнин мебошад, ки дар натиҷаи камшавии масъунияти (системаи худмуҳофизаткунии инсон) бадан пайдо мешаванд.

ЭЗОҲ: То имрӯз ВНМО/АНММ табобатнашаванда муайян гардидааст.

ВНМО бо кадом роҳҳо мегузарад?

- ба воситаи хуни сирояти ВНМО шуда (алокаи хунӣ)

- ба воситаи алоқаватҳои ҷинсӣ бо шахси ба ВНМО сироятёфта (ба воситаи нутфа)

- аз модари ба ВНМО сироятшуда ба кӯдак/тифл. (ҳангоми ҳомила, таввалуд ва ширмакони).

Боқӣ, ба дигар роҳҳои муомила ё муошират ВНМО намегузарад.

Аз ВНМО чи гуна бояд худро эҳтиёт кунем?

- худдорӣ аз алокаи чинсӣ бо шахси тасодуфӣ;
- худдорӣ аз истифодабарии маводҳои нашъадор;
- истифодаи рифола ҳангоми алокаи чинсӣ.

Оё шахсони гирифтори ВНМО мисли шахсони дигар баробархуқуқанд?

Шахсони гирифтори ВНМО ҳамчун шахсони солим ҳуқуқи зиндагии осуда, таҳсил дар муассисаҳои таълимӣ, фаъолият аз рӯи ихтисос, гирифтани ҳамаи намудҳои кӯмаки ройгон, таъмини доруворӣ ва дигар ҳуқуқи манфиатҳои конуниро доранд.

БЕМОРИҲОИ СИРОЯТИИ ЧИНСӢ (БСЧ)

- оташак (сифилис), сӯзок (гонорея), хламидиоз, трихоманиоз, педикулез (шабушкзанӣ), кандидоз, ситомегалия;

- ВНМО, гепатити В ва С

Бемориҳое, ки ба воситаи алокаи чинсӣ ва хун мегузаранд:

- Оташак (сифилис) гепатит В, С ва ВНМО

Ба БСЧ, бештар бо кадом роҳҳо сироят шудан мумкин аст?

- тавассути хун ҳангоми истифодаи асбобу лавозимоти тиббии тамъизнашуда;

- ҳангоми алокаи чинсии тасодуфии муҳофизатнашуда (бе рифола) бо ашхосе, ки гирифтори БСЧ аст;

Аломатҳо ва нишонаҳои асосии БСЧ:

- пайдошавии захм дар атроф ва даромади узвҳои таносули занона;

- дар пусти бадан пайдо шудани доғу доначаҳои сурхчатоб;

- хориш ва илтиҳоби мадданоки сафедчатоб аз узвҳои таносул;

- варам ва сурхшавии узвҳои таносул;

- дар вақти пешобкунӣ сӯзиш ва пайдошавии дард.

Чӣ тавр худро аз мубталои БСЧ, раҳо кард?

- рафтору кирдори ҳамида;
- риояи қоидаҳои гигиении шахсӣ, тарзи ҳаёти солим, худдорӣ аз рафтори хатарнок;
- худдорӣ аз алоқаи ҷинсии тасодуфӣ.

НАШЪА чист?

Нашъа ин маводи сахттаъсиркунандаи психотропӣ буда, организми одамро ба вобастагии ҷисмонӣ ва рӯҳӣ нисбат ба маводи нашъадор оварда мерасонад. Тамоми узвҳои бадани одамро дардманд ва системаи асабро хароб мегардонад.

Нашъамандӣ чист?

Нашъамандӣ ин бемориест, ки ҳангоми истифода бурдани маводи нашъадор ба он гирифта мешаванд. Ҳангоми ба ин беморӣ гирифта шудан тамоми узвҳои бадан дардманд (ломка) шуда, системаи асаби одам хароб мегардад.

Истеъмоли маводи нашъадор ба чӣ оварда мерасонад (оқибати нашъамандӣ)?

- нашъамандӣ ба паст намудани қобилияти меҳнатӣ, камақлӣ, таназзули шахсият, тағйироти рӯҳӣ, бадахлоқӣ, бешармӣ, бераҳмӣ оварда мерасонад.

- мубталошавӣ ба ВНМО/БПНМ

- заҳролудшавӣ аз нашъа ба марг асос шуда метавонад.

ТАЪРИХИ ПАЙДО ШУДАНИ БЕМОРИИ СПИД (БПНМ)

Аввалин сироятёфтагон ва беморони СПИД дар аввалҳои солҳои 80 - уми асри XX дар байни шахсоне, ки алоқаҳои ҷинсии мард бо мард доштаанд, ба қайд гирифта шудааст. Баъдтар ин беморӣ дар байни шахсоне, ки

моддаҳои нашъаовар ба таври тазриқӣ истифода мебуданд ва шахсоне, ки ба бемории вазнини хун “гемофилия” гирифтور будаанд, маълум карда шудааст. Дар соли 1983 аввалин шуда ду олим, яке олими амрикоӣ Роберт Гало ва дигаре олими фаронсавӣ Люк Монтанье барангезандаи бемории СПИД - ро муайян карда, ба он Вируси Норасоии Масунияти Одам (ВИЧ) ном гузоштаанд. Аз ҳамон сол сар карда, сироятёфтагон ва беморони СПИД дар бисёр китъаҳои ҷаҳон ба қайд гирифта мешуданд ва ҳоло ин беморӣ дар тамоми ҷаҳон паҳн гашта, шумораи сироятшудагон рӯз то рӯз зиёд шуда истодааст. Тибқи омори ҷаҳонӣ дар ҷаҳон ҳар рӯз 16 ҳазор шахсон гирифтори Вируси Норасоии Масунияти Бадан (ВИЧ) мегарданд, ки 50% - и он ба ҷавонони аз синни 10 то 25 сола рост меояд. То имрӯз дар ҷаҳон 42 миллион шахсони сироятшудаи ВНМО /БПНМ ба қайд гирифта шудаанд. Солҳои охир дар давлатҳои ИДМ авҷгирии ин беморӣ ба назар мерасад ва Ҷумҳурии Тоҷикистон низ аз ин қабил аст. Аввалин маротиба дар ҷумҳурӣ шахсони сироятёфтаи ВИЧ дар соли 1991 ба қайд гирифта шудаанд. Дар сатҳи Тоҷикистон чун дар арсаи ҷаҳонӣ афзоишёбии ҳолатҳои гирифторӣ ба ВНМО/БПНМ ба чунин сабабҳо асоснок мегардад:

1. Табобатнашавндагии ВНМО/БПНМ, ки оқибат ба марг оварда мерасонад, яъне танҳо дар сурати ғавтидани шахси гирифтори БПНМ, ҳисоби ӯ аз ҳисоби умумӣ гирифта мешавад. Дар ҳоле, ки ҳар рӯз дар ҷаҳон 7400 одамон ба ВНМО мубтало мегарданд, ҳамагӣ 5500 одамон аз БПНМ дар як вақт меғавтанд¹. Яъне, ҳар рӯз теъдоди мубталоғаштагон ба ВНМО то 25,7% зиёд мегардад.

2. Муҳочирати байникишварҳо, аз ҷумла муҳочирати меҳнатӣ, ки бинобар сабаби муносибати шахвонии ҳифзнашуда доштан, одамон ба бемориҳои сироятӣ, аз

(1) [http://www1.salvationarmy.org/ihq/www_ihq_cslsld.nsf/0/2B1D950E6FEF78CC802578BD0047057A/\\$file/June%202011-%20Prayer%20Focus%20Russian.pdf](http://www1.salvationarmy.org/ihq/www_ihq_cslsld.nsf/0/2B1D950E6FEF78CC802578BD0047057A/$file/June%202011-%20Prayer%20Focus%20Russian.pdf)

ҷумла ВНМО гирифтор мешаванд ва он ба дигарон низ интиқол мегардад. Дар шароити Тоҷикистон ин омил ба таври возеҳ маълум аст.

3. Заиф будани системаи бақайдгирӣ ва бетарафии шахрвандон барои ташҳиси тиббӣ – дар кишвар чунин як ҳадамоти махсус оид ба мубориза бар зидди БПНМ мавҷуд набуд. Айни ҳол ҳудудан дар 60% ноҳияҳо чунин ҳадамот ташкил ёфтааст, ки дастрасии одамон ба ташҳис маҳдуд аст. Воқеан ҳам тибқи асноди байналмилалӣ ва қонунгузориҳои ҷорӣ кишвар шахсро барои гузаштан ба ташҳиси тиббӣ маҷбур кардан лозим нест, дар баробари ин шахрвандони кишвар то ҳол сатҳи хавфнокии ин беморию низ дарк накардаанд, ки дар натиҷа аз ташҳис ва бақайдгирӣ оид ба доштани мақоми ВНМО худдорӣ мекунанд.

4. Паст будани сатҳи маълумотнокии аҳоли, ки таъсири асосии он ба косташавии саломатии инсон оварда мерасонад. Қисми муайяни аҳоли, аз ҷумла калонсолон аз доништани (гирифтани маълумот) мушкilotи вобаста ба ВНМО худдорӣ мекунанд ва ба ҷавонон низ чунин тавсия медиҳанд, ки ин хатогӣ ислоҳнашаванда аст нисбат ба ояндаи ҷомеа. Ва воқеист, ки оқибат ба каммаълумотӣ ва ниҳоят ба мубталоғардӣ ба ВНМО/БПНМ оврда мерасонад.

Ҳамаи нуқтаҳои боло ба афзоишёбии бемории ВНМО/БПНМ боис гардида истодааст ва ҷаҳониён пайваста кӯшиш бар он доранд, ки ҳадди аққал афзоишёбии ВНМО-ро нигоҳ доранд.

Тибқи оморӣ расмӣ то 1 январи соли 2012 шумораи умумии мубталоғаштагонӣ ВНМО/БНММ – 3846 ҳолат мебошад, ки 60% онҳо ба ҷавонони то 35 солаи рӯст меояд ва ин муносибат нисбат ба соли 2010 91,9% афзоиш ёфтааст, яъне суръати ниҳоят шадиди афзоишро қасб намудааст. Бояд қайд кард, ки барои сирояти ВНМО сарҳад, миллат ва дин вучуд надорад. Ба ВНМО

метавонанд занҳо, мардҳо, ҷавонон ва кӯдакон гирифтор шаванд. Яъне дар тамоми кишварҳои ҷаҳон ҳамаи миллату халқҳо ва одамони синну сол, ҷинс, динашон гуногун ба ВНМО гирифтор шуда метавонанд.

Одамоне, ки ба ВНМО гирифтор шудаанд дар давоми чандин сол худро тамоман солим ҳис мекунанд, вале худи ин гуна шахсон метавонанд наздикони худро сироят намоянд.

2.6. МОДУЛ: «ОҒАҲОНӢ АЗ БЕМОРИҲОИ БА ВОСИТАИ АЛОҚАИ ЧИНСӢ ГУЗАРАНДА»

Қадамҳо	Мавзӯҳо	Вақт/давомноқӣ
1.	Такрори мавзӯҳои гузашта	5 дақ.
2.	Бемории сироятии чинсӣ ва оқибатҳои он (маърузаи хурд)	25 дақ.
3.	Оқибатҳои муносибатҳои тасодуфии шахвонӣ (хучуми фикрҳо)	25 дақ.
4.	Чи гуна худро аз бемориҳои сироятии чинсӣ ниғаҳ бояд дошт? (кор дар гурӯҳҳо)	35 дақ.
5.	Бозии маърифатӣ «Себхурак»	10 дақ.
6.	Саволу ҷавоб	20 дақ.
	Ҳамагӣ давомноқӣ	2 соат.

Эзоҳ: дар матни модули ҷумлаҳои бо «курсор» ишора гардида, суҳанҳои тренер мебошанд.

Семинаро мумкин аст, ки дар як рӯз ва ё бо дарназардошти имконоти вақтӣ дар ду ва ё се рӯз ташкил гардад.

Қадами 1. Такрори мавзӯи гузашта

Бачаҳо, чи тавре шумо медонед, дирӯз яке аз ихтиёриёни мо вазифадор гашта буд, ки оид ба мавзӯҳои дар машғулияти яқум гузашта мухтасар маълумот медиҳад, акнун суҳанро ба ӯ медиҳем ва мо ўро гӯш мекунем. Марҳамат!

Эзоҳ: Ин қадамро дар ҳолате иҷро мекунед, ки агар семинар ду-се рӯз ташкил гардад.

Қадами 2. Бемории сироятии чинсӣ ва оқибатҳои он (маърузаи хурд)

Тренер оид ба бемориҳои сироятии чинсӣ ва роҳҳои гузуарандигии онҳо чунин маъруза менамояд.

1. Маълумотноқӣ оид ба бемориҳои сироятии чинсӣ ва ҳаёти дурусти шахвонӣ

2. Бемориҳои сироятии ҷинсӣ бештар дар байни кӣҳо дида мешавад?

3. Барои ҷӣ шахс ба бемориҳои сироятии ҷинсӣ дучор мегардад?

4. Роҳҳои пешгирии бемориҳои сироятии ҷинсӣ.

5. Оқибатҳои бемориҳои сироятии ҷинсӣ ва ғайра

Эзоҳ: Ҷавоби пурмӯҳтавои мавзӯҳои боло, худ матни маърузаро ташкил медиҳад. Барои ҷавоби дуруст ба тренер тавсия дода мешавад, ки аз маводҳои иловагӣ, бахусус адабиётҳои алоқаманд истифода намояд.

Қадами 3. Оқибатҳои муносибатҳои тасодуфии шахвонӣ (хучуми фикрҳо)

Тренер мавзӯро чунин оғоз мекунад:

Бачаҳо, ба фикри шумо оқибатҳои ҳаёти шахвонии тасодуфӣ ва алоқаи ҷинсии тасодуфӣ ба чи оварда мерасонад?

Тренер ҳама вариантҳои иштирокчиёнро бе муҳокима дар тахта менависад.

Намуна барои тренер:

- гирифтӣ шуиан ба бемориҳои сироятии ҷинсӣ;
- гирифтӣ кардани дигарон ба бемориҳои сироятии ҷинсӣ;

- рӯҳан хароб гаштани инсон;

- ноустувӣ гаштани фаъолияти ҷинсӣ;

ва ғайра

Акнун бигӯед, кадом намӯдҳои бемориҳои сироятии ҷинсиро меионед?

Намуна барои тренер:

- гонорей;

- сифилис;

-сузок;
-ВНМО.
ва ғайра

Қадами 4. Чи гуна худро аз бемориҳои сироятии ҷинсӣ ниғаҳ бояд дошт? (кор дар гурӯҳчаҳо)

Машғулиятро тренер чунин оғоз менамояд:

Бачаҳо, дар ин қисмати машғулият биёед бо ҳисоби яку дую се ба гурӯҳҳо тақсим шавем.

Иштирокчиён ба се гурӯҳ тақсим мешаванд. Ба онҳо усулҳои кор дар гурӯҳҳои хурдро мефаҳмонед.

Бачаҳо, ватманҳое, ки дар назд доред, дар он номи гурӯҳ ва роҳи усулҳои аз бемориҳои сироятии ҷинсӣ эмин буданро нависед. Барои ин ба шумо 25 дақиқа вақт дода мешавад.

Баъд аз анҷоми кор намояндаи ҳар як гурӯҳ ба навбат баромада кори гурӯҳро пешниҳод менамоянд, сипас ба муҳокимаи он гузаред ва ҷавобҳои дурустро пешниҳод намоед.

Қадами 5. Бозии маърифатӣ «Себхурак»

Таҷҳизот: Миз, се дона себ, се дона лаълича, се рӯймолча

Мурочиати тренер:

Бачаҳо, дар озмун мазкур се ихтиёрӣ лозим аст, воқеан ҳам голиби озмун ба тухфаи хотирави тақдими мегардад.

Се нафар ихтиёрӣ баромада бо чашмони баста ва дастон паси пушт ба хурдани себ шурӯъ мекунанд. Шахси аввалин шуда, себро хурда тамом кунад голиби озмун доништа мешавад.

Қадами 6. Саволу ҷавоб

Такрори маводи гузашта.

Тренер ба иштирокчиён бо саволҳои зерин муроҷиат менамояд:

1. *Чӣ гуна бемориҳо ба воситаи алоқаи ҷинсӣ мегузаранд?*

2. *Оқибатҳои ҳаёти шахвонӣ чӣ гуна мебошанд?*

3. *Бемориҳои сироятии ҷинсӣ чӣ гуна нишонаҳо доранд?*

4. *Эҳтимолияти такроран дучор гаштан ба бемориҳои сироятии ҷинсӣ чой дорад?*

5. *Чӣ тавр аз бемориҳои сироятии ҷинсӣ худро нигаҳ бояд дошт?*

6. *Дар ҳолати пайдо шудани нишонаҳои бемориҳои сироятии ҷинсӣ ба кучо мебояд муроҷиат кард?*