



## TALABALARGA IJTIMOYIY-MA'NAVYI VA PSIXOLOGIK YORDAM KO'RSATISH

*Dlanova Palzira Gulimbetovna*

*Qoraqalpog'iston qishloq xo'jaligi va agrotexnologiya instituti Agrotexnologiya va o'rmonchilik fakulteti tyutori*

*Kurbanova Aisara Polatovna*

*Qoraqalpog'iston qishloq xo'jaligi va agrotexnologiyalar instituti Agrotexnologiya va o'rmonchilik fakulteti tyutori*

*Usenova Rano Baxtiyarovna*

*Qoraqalpog'iston qishloq xo'jaligi va agrotexnologiyalar instituti Agrotexnologiya va o'rmonchilik fakulteti tyutori*

**Annotatsiya.** Mazkur maqolada talabalarga ijtimoiy-ma'naviy va psixologik yordam ko'rsatish masalalari ko'rib chiqiladi. Talabalarning shaxsiy rivojlanishi, jamiyatga moslashuvi va hayotiy muammolarni hal qilishda duch keladigan qiyinchiliklarni yengishda ko'rsatiladigan yordam turlari muhim ahamiyatga ega. Maqolada ijtimoiy-ma'naviy yordamning mohiyati, uning talabalarning dunyoqarashi va qadriyatlar tizimiga ta'siri o'rganiladi. Shuningdek, psixologik yordamning asosiy tamoyillari, usullari va vositalari, jumladan, stressni boshqarish, motivatsiya va o'z-o'zini anglashni rivojlantirish masalalari tahlil qilinadi. Talabalarga yordam ko'rsatishda ta'lim muassasalari, pedagoglar va psixologlarning o'rni, shuningdek, oila va jamiyatning ahamiyati ta'kidlanadi. Mazkur mavzuni o'rganish ijtimoiy-ma'naviy tarbiya va psixologik qo'llab-quvvatlash tizimining samaradorligini oshirishga xizmat qiladi.

**Kalit so'zlar:** talabalar, ijtimoiy-ma'naviy yordam, psixologik qo'llab-quvvatlash, stressni boshqarish, motivatsiya, shaxsiy rivojlanish.



## Kirish

Hozirgi globallashuv va axborot texnologiyalari davrida yoshlar, xususan, talabalar oldida ko‘plab ijtimoiy, ma‘naviy va psixologik muammolar yuzaga kelmoqda. Talabalik davri nafaqat bilim olish, balki shaxsning jamiyatdagi o‘z o‘rnini aniqlashi, maqsadlarini belgilashi va ularga erishish uchun kerakli ko‘nikmalarni shakllantirish davridir. Ushbu jarayonlarda talabalar turli to‘siqlar va stress omillariga duch keladi. Bu esa ularga o‘z vaqtida ijtimoiy-ma‘naviy va psixologik yordam ko‘rsatishni dolzarb masalaga aylantiradi.

Ijtimoiy-ma‘naviy yordam talabalarning ma‘naviy yetukligi, axloqiy qadriyatlari va jamiyatga moslashuv jarayonlarini qo‘llab-quvvatlashga qaratilgan. Psixologik yordam esa talabalarning emotsional barqarorligini ta‘minlash, stressni boshqarish, o‘ziga bo‘lgan ishonchni oshirish va shaxsiy rivojlanishiga ko‘maklashishni nazarda tutadi.

Mazkur maqolada talabalarga ijtimoiy-ma‘naviy va psixologik yordam ko‘rsatishning ahamiyati, bu jarayonning asosiy yo‘nalishlari va usullari, shuningdek, ushbu yordamni ko‘rsatishda ta‘lim muassasalari va jamiyatning roli muhokama qilinadi. Ushbu mavzuni chuqur o‘rganish talabalarning ijtimoiy va psixologik salomatligini yaxshilashga xizmat qiladi.

Talabalarga ijtimoiy-ma‘naviy va psixologik yordam ko‘rsatish

## Ijtimoiy-ma‘naviy yordam

### 1. Ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash

Talabalarning jamiyatda faol integratsiyalashuvi, ijtimoiy muammolarni hal qilishda yordam berish, turli ijtimoiy dasturlarda qatnashish imkoniyatlarini yaratish muhim ahamiyatga ega. Misol uchun:

- Ijtimoiy nafaqa va stipendiyalarni tashkil qilish.
- Moddiy yordam ko‘rsatish va talabalarni yashash joylari bilan ta‘minlash.
- Ish bilan ta‘minlash imkoniyatlarini taqdim etish.

### 2. Ma‘naviy tarbiya

Talabalarning milliy qadriyatlar, ma‘naviy meros, va zamonaviy madaniyat bilan tanishishlari uchun sharoit yaratish kerak. Bu borada:



- Ma'naviy-ma'rifiy tadbirlar va suhbatlar tashkil qilish.
- Milliy bayramlar va an'anaviy tadbirlarni o'tkazish.
- Yetuk shaxslar bilan uchrashuvlarni uyushtirish.

### **Psixologik yordam**

#### 1. Psixologik muammolarni aniqlash va hal qilish

Talabalar duch keladigan stress, depressiya, va boshqa psixologik muammolarni vaqtida aniqlash va hal etish maqsadida psixologik xizmatlarni kuchaytirish zarur. Ushbu yo'nalishda:

- Talabalar uchun muntazam psixologik trening va konsultatsiyalar o'tkazish.
- Stress va qiyin vaziyatlarni boshqarish bo'yicha treninglar tashkil etish.
- Talabalar orasida ishonchli muhitni shakllantirish.

#### 2. Shaxsiy rivojlanishni qo'llab-quvvatlash

Har bir talabaga o'z qobiliyatlarini ochish va rivojlantirish imkoniyatlarini taqdim etish:

- Shaxsiy rivojlanish dasturlarini yo'lga qo'yish.
- Liderlik va kommunikatsiya ko'nikmalarini rivojlantirish bo'yicha seminarlar tashkil qilish.
- Motivatsion va qiziqarli mashg'ulotlarni tashkil etish.

#### Yordam mexanizmlari

##### 1. Talabalar psixologik markazlarini tashkil qilish

- Har bir universitet va kollejda talabalarga psixologik yordam ko'rsatadigan markazlarning faoliyatini yo'lga qo'yish.

##### 2. Onlayn yordam xizmatlari

- Talabalarga 24/7 onlayn maslahat va psixologik yordam xizmatlari ko'rsatadigan platformalarni rivojlantirish.

##### 3. Faol ijtimoiy muloqot tizimi

- O'qituvchilar, talaba kengashlari va ota-onalar bilan hamkorlikda talabalarni qo'llab-quvvatlash mexanizmlarini shakllantirish.



Yuqoridagi choralar talabalarning nafaqat ijtimoiy va ma'naviy rivojlanishini, balki psixologik farovonligini ham ta'minlashda muhim rol o'ynaydi.

Talabalarga ijtimoiy-ma'naviy va psixologik yordam ko'rsatish – ularning hayotiy muammolarini hal qilish, ruhiy barqarorlikni ta'minlash va jamiyatga moslashuviga yordam berishga qaratilgan faoliyatdir. Bu jarayon uch asosiy yo'nalishni o'z ichiga oladi:

1. Ijtimoiy yordam – talabalar uchun yashash sharoitlarini yaxshilash, moliyaviy ko'mak berish va ularning o'qish jarayonini qo'llab-quvvatlash.

2. Ma'naviy yordam – milliy qadriyatlar va madaniyatni targ'ib qilish, ma'rifiy tadbirlarni tashkil etish.

3. Psixologik yordam – stressni yengishga yordam berish, shaxsiy rivojlanishga ko'maklashish va professional maslahatlar berish.

Bu yordam talabalarning nafaqat bilim olishida, balki jamiyatga muvaffaqiyatli integratsiya bo'lishida ham muhim rol o'ynaydi.

**Xulosa qilib aytganda**, talabalarga ijtimoiy-ma'naviy va psixologik yordam ko'rsatish ularning shaxsiy rivojlanishi, ta'limda muvaffaqiyat qozonishi va kelajakda jamiyatga foydali inson bo'lib yetishishida muhim ahamiyatga ega. Bunday yordam ularning qiyinchiliklarni yengishiga, o'z salohiyatini to'liq namoyon etishiga va jamiyatda o'z o'rnini topishiga xizmat qiladi. Shu sababli, bu yo'nalishda tizimli va kompleks chora-tadbirlarni amalga oshirish zarur.

#### **Foydalanilgan adabiyotlar.**

1. O'zbekiston Prezidentining va Vazirlar Mahkamasining yoshlar va ta'lim tizimi rivojlanishiga oid qarorlari.

2. Karimova D. "Oliy ta'lim muassasalarida talabalar bilan psixologik maslahat ishlari". // Ilmiy-amaliy seminar materiallari, 2023.

3. Corey, G. "Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy". Belmont, CA: Brooks/Cole, 2013.

4. SpringerLink (link.springer.com)