

PSIXOLOGIK XIZMATNING INSON HAYOTIDA TUTGAN O'RNI

*G.Óskinbaeva**QDU Pedagogika psixologiya kafedrası**assistent o'qituvchisi**QDU sirtqi talim yo'nalishi Psixologiya guruhi**2- kurs talabasi Musaeva Gulnur*

Annotatsiya: Maqolada bugungi globallashuv davrida shaxslarning sog'lom va barkamol bo'lib kamol topishlarida Psixologik xizmatning inson hayotida tutgan o'rni haqida bayon qilinadi. Shuningdek, aholining psixologlarga, psixologik markazlarga bo'lgan ishonchini oshirish, turli sohalarning rivojlanishida psixologik xizmatning nechog'lik muhimligi haqida bayon qilinadi.

Kalit so'zlar: psixolog, fikr, munosabat, umumiy psixologiya, ijtimoiy psixologiya, psixologik konsultatsiya, dunyoqarash, amaliy psixologiya, psixologik xizmat, mutaxassis.

KIRISH

So'ngi yillarda jahon psixologiyasida psixologik xizmatni tashkil etish muammosini o'rganishga alohida tadqiqot yo'nalishi sifatida e'tibor qaratilmoqda. Hozirgacha psixologik tadqiqotlarda pedogog psixolog shaxsning har tomonlama rivojlanishi uchun qo'lidan kelgan barcha ishlarni qilishi, ijtimoiy psixologik xizmat va uning o'ziga xos xususiyatlari o'rganilgan. Mazkur yo'nalishda psixologik xizmatni tashkil etishning turli usullari va zamonaviy texnologiyalarini ifodalovchi zamonaviy psixologik mexanizmlarni qo'llash hamda joriy etish masalasining muhimligiga e'tibor qaratilmoqda. Ayni vaqtda psixologik xizmatni tashkil etish personallardagi muammolarni bartaraf etish kabi holatlar dolzarb muammolar sifatida qaralmoqda. Bugungi kunda ta'lim tizimlarida psixologik xizmatni joriy etish borasida olib borilayotgan qator nazariy-ilmiy va amaliy –uslubiy ishlar psixologik xizmatni joriy etish va rivojlantirish uchun ma'lum darajada asos bo'lmoqda. Ayni paytda psixologik xizmat tizimining bugungi holati va amaliy faoliyat yo'nalishlarini har tomonlama, chuqur tahlil qiluvchi va shu tahlillar asosida psixologik xizmatning istiqbollarini ochib beruvchi maxsus tadqiqotlarning taqchilligi nihoyatda dolzarb muammo bo'lib qolmoqda. Tabiiyki, mazkur muammoni bartaraf etish uchun mamlakatimizda psixologik xizmatning joriy etilishi, bugungi holati va raqamli iqtisodiyotni rivojlantirish istiqbollarini o'rganishga, tahlil qilishga va izohlashga bag'ishlangan psixologik va ijtimoiy psixologik tadqiqotlarning olib borilishi davr taqozosidir. Shundan kelib chiqqan holda, bugungi ta'lim muassasalarida, mehnat jamoalarida bo'lajak kadrlarni har jihatdan tayyorlash bilan bog'liq psixologik

tadqiqotlarning ilmiy-tashkiliy jihatlariga va ayniqsa, ijtimoiy psixologik muhofaza imkoniyatlarini tadqiq qilishga oid maxsus o'tkazilgan tadqiqotlarning sust ekanligi; ijtimoiy psixologiya, psixologik konsultatsiya fanlarining zamonaviy yo'nalishlari fanlarida bugungi psixologik xizmat tatbiqini qamrab oluvchi vazifalarning aniq va batafsil belgilanmaganligini, ta'lim va mehnat muassasalarida tashkil etilgan psixologik xizmat tajribalari misolida o'quvchi va ishchi xodimlar muvaffaqiyatli – faoliyatni ta'minlashdagi ijtimoiy psixologik muhofaza imkoniyatlarini o'rganish va kamol toptirish bilan bog'liq bugungi O'zbekistonning o'z istiqbol va istiqbol yo'li, ijtimoiy-iqtisodiy taraqqiyoti talablariga javob beruvchi ilmiy-amaliy tavsiyalarning ishlab chiqilmaganligi kabilarni bugungi kunda dolzarb muammolardan biri sifatida qayd etish mumkin. Psixologik xizmatning muvaffaqiyatli tashkil etilishi uchun muhim nazariy-ilmiy ahamiyat kasb etuvchi ijtimoiy psixologik vazifalarni aniqlashga qaratilgan tadqiqotlarni G.M.Andreeva, M.G.Davletshin, Yu.M.Zabrodin, D.Karnegi, V.M.Karimova, B.D.Parigin, G'.B.Shoumarov, E.G'.G'oziyev va boshqalar olib borishgan.

Bugungi psixologiya-fani ta va ijtimoiy taraqqiyoti an'analari bilan bog'liq insonning amaliy psixologiyasini, uning jamiyatdagi ijtimoiy faolligi va ijtimoiy tabiatidan ajratib bo'lmaydi. Shu nuqtai nazardan, inson omillarini va uning jamiyatdagi ijtimoiy jarayonlarini to'g'ri va samarali boshqarish jarayoni jamiyatga va jamiyat a'zolariga psixologik xizmat ko'rsatish muqarrarligini talab qiladi. Bu borada iqtisod, huquq, etika, etnografiya, tarix, sotsiologiya va shu kabi barcha fanlarning o'zaro mustahkam hamkorligi natijasida inson psixologiyasining amaliy muammolari hal etilishi lozim. Psixologik xizmat metodologiyasi esa ko'proq birinchi yo'nalish „psixologik ijtimoiy psixologiya“ asoslari zaminida tarkib toptiriladi.

Olimlar psixologik xizmatni yanada rivojlantirish uchun turlicha metodlar va metodologiyalarni yaratib kelmoqdalar. K.K.Platonovning psixologik xizmat bilan bog'liq ijtimoiy psixologiya metodologiyasini yaratishdagi xizmati shundaki, ijtimoiy-psixologik individuallik muammosini inson individual olami namoyon bo'lishining eng yuqori darajasi sifatida tadqiq qildi va psixologik xizmat mohiyatini tasavvur qilish uchun muhim bo'lgan shaxsni nafaqat o'zining, balki bu individual xususiyatning ijtimoiy mazmuni o'zini-o'zi adekvat baholash va rivojlantirishga asoslangan shart-sharoitlarni yaratish bilan kamol toptirish muqarrarligini ilmiy jihatdan asoslab berdi. Professorlar E.G'oziyev, I.Tursunov, J.Ikromovlarning “XX asr va shaxs kamoloti” mavzusidagi ma'lumotlarida ham psixologik xizmat ko'rsatishda muhim ahamiyat kasb etuvchi individ, shaxs va sub'ekt taraqqiyotining tadqiqotida quyidagi holatlarga e'tibor berish zarurligi uqtiriladi:

-inson rivojlanishining determinatori hisoblangan asosiy omillar va shart-sharoitlar (ijtimoiy, iqtisodiy, siyosiy, huquqiy, mafkuraviy, pedagogik va yashash muhiti omilari);

-insonning o'ziga taalluqli, asosiy tafsilotlar, uning ichki qonuniyatlari, mexanizmlari, e'tiqod bosqichlari barqarorlashuvi va involyutsiya;

-inson yaxlit tuzilishining asosiy tarkiblari. ularning o'zaro aloqalari, shaxsning tashqi ta'sirlarga javobi va munosabati, taraqqiyot jarayonida ularning takomillashuvi (Xalq ta'limi, NS).

Darhaqiqat har bir insonning o'z individual olamida sodir etilayotgan barcha ma'naviy va ruhiy kechinmalarini u yashab urgan jamiyat istiqbollari mos tarzda tadqiq qilmay turib shaxs va faoliyat, shaxs va jamiyat, shaxs va individuallik o'rtasidagi ijtimoiy mutanosiblikni ta'minlab bo'lmaydi. Zero, psixologik muhofaza vositasi sifatida tadqiq qilinayotgan ijtimoiy psixologik himoya falasafasi ham shuni taqozo etmoqda.

Psixologik xizmatlar inson hayotida muhim va ajralmas rol o'ynaydi. Ular shaxslarning psixologik salomatligini ta'minlash, hissiy holatini yaxshilash va ijtimoiy moslashuvini kuchaytirishga yordam beradi. Zamonaviy hayot sharoitida, stress, depressiya va boshqa psixologik muammolar ko'payishi bilan psixologik xizmatlarga ehtiyoj oshmoqda. Ushbu xizmatlar individual va guruh shaklida taqdim etilishi mumkin va ularning asosiy maqsadi insonlarni ruhiy jihatdan qo'llab-quvvatlash, muammolarini hal qilish va hayot sifatini yaxshilashdir.

Psixologik xizmatlar, insonlar uchun psixologik salomatlikni saqlashda muhim ahamiyatga ega. Psixologlar, stress, tashvish, depressiya va boshqa ruhiy holatlar bilan bog'liq muammolarni aniqlash va bartaraf etishda yordam beradilar. Terapiya va maslahat sessiyalari orqali insonlar o'z his-tuyg'ularini tushunishga, ularni boshqarishga va salbiy holatlardan qochishga erishadilar. Masalan, depressiya bilan kurashayotgan insonlar psixologik xizmatlardan foydalangan holda o'z hissiy holatini yaxshilashlari va hayotning ijobiy tomonlariga e'tibor qaratishlari mumkin.

Psixologik xizmatlar shaxsiy rivojlanish va o'sish jarayonida ham muhim rol o'ynaydi. Psixologlar, insonlarga o'z qobiliyatlarini aniqlash va rivojlantirishda yordam beradi. Bu jarayonda, o'ziga ishonchni oshirish, maqsadlarni belgilash va hayot yo'lini tanlashda psixologik yondashuvlar qo'llaniladi. Shaxsiy rivojlanish dasturlari, insonlarga o'z salohiyatini ochishga va yangi ko'nikmalarni o'rganishga yordam beradi. Shu tariqa, psixologik xizmatlar shaxslarning o'ziga bo'lgan ishonchini oshirish va hayotdagi muvaffaqiyatlariga erishishda muhim vosita sifatida xizmat qiladi.

Ijtimoiy hayotda faol ishtirok etish, insonlarning psixologik xizmatlardan foydalanishida yana bir muhim jihatdir. Psixologik xizmatlar, insonlarga ijtimoiy muhitda o'z o'rnini topishga, munosabatlarni boshqarishga va kommunikatsiya ko'nikmalarini rivojlantirishga yordam beradi. Ijtimoiy muammolar, masalan, izolyatsiya, yolg'izlik yoki boshqa ijtimoiy aloqalarda qiyinchiliklar bilan bog'liq holatlar, psixologik yordam orqali bartaraf etilishi mumkin. Psixologlar tomonidan olib

boriladigan guruh terapiyalari va treninglar, insonlarning ijtimoiy aloqalarini yaxshilashga, konfliktlarni hal qilishga va sog‘lom munosabatlarni o‘rnatishga yordam beradi.

Zamonaviy hayotning tezligi va murakkabligi, insonlar uchun stress va hissiyotlar bilan bog‘liq muammolarni keltirib chiqarishi mumkin. Psixologik xizmatlar, stressni boshqarish va hissiy barqarorlikni ta‘minlash uchun zarur bo‘lgan ko‘nikmalarni o‘rgatadi. Stressni bartaraf etish usullari, meditatsiya, nafas olish texnikalari va boshqa psixologik metodlar orqali insonlarga o‘z hissiyotlarini boshqarish imkonini beradi. Bu, insonlarning hayot sifatini yaxshilashga yordam beradi va ularni ruhiy jihatdan sog‘lom saqlaydi.

Oilaviy muammolar va shaxsiy munosabatlar psixologik xizmatlarning yana bir muhim sohasidir. Psixologlar, oilaviy terapiya va maslahatlar orqali oiladagi muammolarni hal qilishda yordam beradilar. Oilaviy dinamikani yaxshilash, hissiy aloqalarni kuchaytirish va konfliktlarni hal qilishda psixologik xizmatlar muhim o‘rin tutadi. Oilaviy maslahatlar, oilaning barcha a‘zolari o‘rtasidagi munosabatlarni yaxshilashga, o‘zaro tushunishni kuchaytirishga va bir-biriga qo‘llab-quvvatlashga yordam beradi.

Psixologik xizmatlar inson hayotida keng qamrovli va muhim rol o‘ynaydi. Ular shaxsning psixologik salomatligini saqlash, rivojlanishiga yordam berish va ijtimoiy hayotga moslashish imkoniyatini yaratadi. Psixologlar tomonidan taqdim etiladigan maslahatlar, terapiya va treninglar, insonlarga o‘z hayotlarini yanada sifatli va mazmunli tarzda tashkil etishga yordam beradi. Shunday qilib, psixologik xizmatlar, shaxslar va jamiyat uchun muhim ahamiyatga ega, chunki ular sog‘lom, baxtli va muvaffaqiyatli hayot kechirishga ko‘maklashadi. Insonlarga psixologik xizmatlar orqali beriladigan yordam, ularning hayoti va faoliyatida ijobiy o‘zgarishlarni keltirib chiqaradi, bu esa ularning umumiy farovonligini oshirishga xizmat qiladi.

XULOSA

Bugungi psixologik xizmatning qulay va shaxs kamoloti uchun nihoyatda ahamiyatli tomonlari barchaga ma‘qul va manzur bo‘lgan. Lekin psixologik xizmatning keng targ‘ibot qilinishi uchun yuqoridan maxsus rasmiy farmoyishning va amaliyotchi psixologlarning nihoyatda taqchilligi yoppasiga barcha maktablarda xuddi shunday psixologik xizmatni tatbiq etish ishiga birmuncha to‘sqinlik qilib kelar edi. 1990-yillarga kelib mustaqillik, erk, o‘zlikni anglash hislari hukmron bo‘lgan O‘zbekiston sharoitida inson va jamiyat kamolotini ko‘zlovchi barcha ijtimoiy sohalar singari psixologik xizmat tatbiqining keng quloq yoyishi uchun ham o‘ziga xos zamin hozirlandi. Bu esa O‘zbekiston uchun xarakterli bo‘lgan psixologik xizmat rivojlantirilishining navbatdagi amaliyotchi-psixologlar tayyorlash bosqichiga o‘tishni muqarrar qilib qo‘ydi. Chunki maktabdagi ijtimoiy-psixologik iqlimni tahlil qila oluvchi malakali amaliyotchi-psixologlar tayyorlamay turib, O‘zbekistonda psixologik

xizmat tatbiqini muvaffaqiyatli amalga oshirib bo'lmagan ekan. Shunga muvofiq dastavval Toshkentda, so'ngra Buxoroda, keyinchalik Navoiy, Andijon, Samarqand va boshqa viloyatlarda umumta'lim maktablari uchun "Amaliyotchi-psixologlar" mutaxassisligi bo'yicha qayta tayyorlov kurslari ochildi va bu kurslarni muvaffaqiyatli tugatganlar Respublikamizning talaygina maktablarida psixologik xizmat tashkilotchisi, targ'ibotchisi va tadqiqotchisi samarali ish olib bormoqdalar. Psixologik xizmat qanchalik yaxshi yo'lga qo'yilsa, insonlarda uchraydigan turli ruhiy holatlar ham shunchalik oson korreksiya qilinadi. Insonlar o'z hayotida uchraydigan muammolarni bartaraf qilishni o'rganadilar.

Adabiyotlar ro'yhati

1. Andreeva G.M. Sotsialnaya psixologiya. Uchebnik. -M.: Aspekt Press, 1999. 376-bet.
2. G'oziyev E.G' Umumiy psixologiya. Toshkent. 2007. 1-2-kitob.
3. G'oziyev E.G', Toshimov R. Menejment psixologiyasi. T-2002
4. G'oziyev E.G' Muomala psixologiyasi. T-2001
5. Karimova V.M. Mustaqil fikrlash. -T.: Universitet, 2002. -96-bet
6. Karimova V.M. Mustaqil fikrlash. -T.: Sharq. 2000. -112-bet
7. Karimova V.M, Sunnatova „Mustaqil fikrlash“ o'quv qo'llanmasi bo'yicha mashg'ulotlarni tark etish uslubiyoti. -T.: Sharq, 2000. -16-bet
8. Mayers D. Sotsialnaya psixologiya perev. S angl. -SPB.: „Piter“, 199-bet