

ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ
ОЛИЙ ВА ЎРТА МАХСУС ТАЪЛИМ ВАЗИРЛИГИ

БУХОРО ДАВЛАТ УНИВЕРСИТЕТИ

Дилафрўз Баротова

**ЎСМИРЛАРГА ПСИХОЛОГИК ХИЗМАТ КЎРСАТИШ
УСЛУБИ**
(ўқув - услубий қўлланма)

Тошкент
“Наврўз” нашриёти, 2015

УДК: 15:151.8

15:370

Баратова Дилафрўз

Ўсмирларга психологик хизмат кўрсатиш услуги: ўқув услубий қўлланма/

Баратова Д.Ш.: Маъсул муҳаррир: Г.Қ.Тўлагонова. Бухоро 2015.
145 б.

ЕА-1-9 рақамли лойиҳа доирасида чоп этилган.

Аннотация

Бугунги кунда ўсмирларга психологик хизмат кўрсатиш жараёнини белгилашда тамоман ўзгача психологик-педагогик ёндашувларга асосланиш-нинг муқаррарлиги яққол сезилмоқда. Айни пайтда, педагоглар томонидан мазкур тоифа ўқувчиларининг индивидуал хусусиятларини адекват тушуниш ва улар хулқини коррекция қилишга бўлган заруратнинг тобора ортиб бораётганлиги уларга психологик хизмат кўрсатиш тизимини янада такомиллаштиришни тақазо этмоқда.

Мазкур ўқув услубий қўлланмада ўсмирларга психологик хизмат кўрсатишга бўлган янгича услубий ёндашувлар, яъни ўсмир хулқ-атворининг психологик хусусиятлари, Ўсмирларгаги инқирозли ҳолатлар ва атракцион кечинмалар ҳақида, улардаги хулқ бузилишларининг типологияси, психологик таснифларининг экспериментал маълумотлар асосидаги таҳлили ва шу таҳлиллар асосида психологик хизмат кўрсатиш усуллари ҳақида амалий кўрсатмалар баён этилган.

Маъсул муҳаррир:

Тўлаганова Гулчехра Қўчқоровна-психология фанлари номзоди,
доцент

Такризчилар:

Психология фанлари номзоди, доцент **Э.З.Ҳалимов**

Қўлланма Бухоро давлат университети ўқув методик кенгаши
томонидан нашрга тавсия этилган (----- 2015 йил баённома №)

КИРИШ

Республикамизда ўзига хос изчиллик билан амалга оширилаётган Таълим тўғрисидаги қонун ва Кадрлар тайёрлаш миллий дастурида ўсиб келаётган ёш бунёдкор авлодга ва унинг ижтимоий психологик тараққиётига алоҳида эътибор бериш вазифаси қўйилган. Ушбу вазифани мувофақиятли тарзда бажариб келинилаётганлиги эса Республикамизда таълимга берилаётган кенг имкониялардан яққол далолатдир. Бугунги кунда ёшлар ижтимоий турмушини уларнинг эзгу ниятлари билан мувофиқлаштириш психологик хизматни йўлга қўйиш ва уни такомиллаштиришга боғлиқ эканлигини тўғри таъкидлаш жоиз.

Таълимда психологик хизматнинг қўлланиши инсоният томонидан тўпланган билимларни, кўникма ҳамда малакаларни ижтимоий турмушга тадбиқ этиш билан чегараланиб қолмасдан, балки мазкур жараёнларда янгича ёндашув, ижтимоий фаолликни таъминловчи янги назарий ва амалий маълумотларни эгаллашга зарур шарт-шароитлар туғдириши шубҳасиздир.

Илғор психология фанидаги ютуқларни амалётга қўллаш орқали ўқувчи шахси ва унинг ижтимоий тараққиётига ижобий таъсир этиш мумкин.

Ўқув услубий қўлланманинг мақсади: курс давомида талабаларда психологик хизматнинг назарий ва амалий муаммоларини ўрганиш ва шу билан бирга ўсмирларга хизматни ташкил этишнинг янгича методларини ўргатиш, ва йўлга қўйиш кўникмаларини шакллантириш.

Ўқув услубий қўлланманинг вазифаси: -Ўсмирлар фаолиятини бошқаришда психологик хизматни ташкил этишдаги назарий ва

амалий масалаларини кўриб чиқиш уларни психологик амалиёт билан боғлаш.

- Амалиётчи психологнинг услубий иш фаолияти ва этикавий стандартларини муҳокама қилиш.

- Турли хил социал соҳа ва ишлаб чиқариш тармоқларида психологик хизматни ташкил этишнинг аҳамиятини кўрсатиш.

Ўсмирлар фаолиятида психологик хизматни ташкил этишдаги муаммоларни таҳлил этиш.

- Фаннинг асосий тушунча ва тамойилларини ўзлаштиришда ўсмирларга танқидий тафаккурни ва ўз-ўзини тўғри идора этиш ҳамда ривожлантиришга ўргатиш.

Психологик хизматни ташкил этувчи соҳа вакиллари билимига, кўникма ва малакасига қўйиладиган талаблар:

Психологиянинг назарий ва амалий жиҳадларин тўғри талқин қилиш:

- илмий билиш усулларини эгаллаш ;

- илмий муаммолар ва уларни таҳлил этиш йўлларини билиш;

- таълим ва тарбиянинг узвийлигини таъминлаш;

- психологик хизмат кўрсатиш жараёнининг қонуниятлари ва тамойилларига амал қилиш;

- психологик билимларнинг умумий назарий асосларини тўғри талқин қила олиш;

- психологик ёрдам кўрсатиш жараёнида мутахассис ва мижоз ўртасидаги кечадиган жараёнлар ҳақида *тасаввурга эга бўлиш*;

- психологик хизмат кўрсатиш жараёнини лойиҳалаш;

- психологик хизмат кўрсатиш жараёнининг ташҳислаш;

- психологик хизмат кўрсатиш жараёнини ташкилий

жиҳатларини белгилай олиш;

- психологик хизмат кўрсатиш жараёнининг шаклларини;
билиши ва улардан фойдалана билиши;

- психологик масалаҳат ўтказиш;

- илмий ечимлар бўйича хулоса ва тавсияларни шакллантириш;

- психологик тавсияномаларни тақдим этиш;

- психологик масаҳат усулларини танлаш;

- ҳар хил шароитларда психологик хизмат кўрсатишни ташкил қилиш *кўникмаларига эга бўлиш ва хоказо...* ;

ўсмирларга психологик хизмат кўрсатиш жараёнида психоташҳис, психокоррекция, психотерапия соҳалари,

социология, ижтимоий фалсафа ва статистика каби табиий илмий фанлар билан ўзаро алоқадорликни таъминлаш.

Умуман, таълим жараёнида ўсмирларга психологик хизмат кўрсатишнинг услубий жиҳатдан тўғри олиб борилиши таълим самарадорлиги ва ўсмир шахсининг ижтимоий тараққиётини таъминлашга хизмат қилади.

Маскур қўлланма юқоридаги вазифалар талқини асосида ёзилган бўлиб, у тегишли таълим муассасаларидаги амалёчи психологлар яқиндан ёрдам беради деб ўйлаймиз.

I боб. ЎСМИРЛАРГА ПСИХОЛОГИК ХИЗМАТ КўРСАТИШНИНГ НАЗАРИЙ ВА УСЛУБИЙ АСОСЛАРИ

1.1. Ўсмирларга психологик хизмат кўрсатишнинг назарий-методологик асослари.

Маълумки, ижтимоий психология фанида айнан психологик хизмат муаммосига бағишланган ва унинг барча йўналишларини батафсил баён этишга қодир илмий адабиётлар етарли бўлмаса-да, бугунги кунда фан оламида ва жамият тараққиётида психологик хизмат муаммосининг зарурлигини кўрсата олувчи ва унинг "методологик илдизларини" асослаб бера олувчи илмий тадқиқотларни алоҳида қайд этиш мумкин.

Мазкур адабиётларни таҳлил қилар эканмиз, улардаги психологик хизмат методологиясига тааллуқли айрим умумий жиҳатларни ижтимоий психология фани нуқтаи назаридан ўрганишимизга тўғри келади.

Илғор психология фани вакиллари ижтимоий, психологиянинг методологик тамойилларига амал қилган ҳолда психологик хизмат учун муҳим бўлган у ёки бу жиҳатни назарий-илмий тарзда асослаб берадилар. Булар ичида психологик хизматнинг муваффақиятли ташкил этилиши учун муҳим назарий-илмий аҳамият касб этувчи ижтимоий психологик вазифаларни аниқлашга қаратилган тадқиқотларни Андреева Г.М., Давлетшин М.Г., Забродин Ю.М., Карнеги Д., Каримова В.М., Паригин Б.Д., Снигирева Т.В., Филиппов А.В., Шихирев Ғ.Б. Шоумаров, Ядов В.А., Ғозиев Э.Ғ.; шахс фаоллиги билан боғлиқ тадқиқотларни Абулханова-Славская К.А., Ануфриев Э.А., Гримак Л.П., Ломов Б.Ф., Лейтес

Н.С.,Голубева Э.А., Қодиров Б.Р., Липкина А.И.,Петровский В.А., Рубинштейн С.Л., Қодиров Б.Р. ; ижтимоий установка билан боғлиқ тадқиқотларни Асмолов А.Г., Надирашвили Ш.А., Узнадзе Д.Н., Шихирев П.Н., Аллпоқт Г.В., ижтимоий эҳтиёжлар ва фаолиятдан қониқиш билан боғлиқ тадқиқотларни Божович Л.И., Братко А.А., Вилёнас В.К., Додонов Б.И., Китвел Т.А. Маслов А.Х; шахсга индивидуал ёндашувнинг таъминланиши билан боғлиқ тадқиқотларни Климов Э.А., Мерлин Б.С., Небилицин В.Д., Пейсахов Н.М., Русалов В.М., Сиавина Л.С.,Стреляу А., Теплов Б.М.; шахсга муносабат тизими асосида ёндашув истиқболларига бағишланган тадқиқотларни Здравомислов А.Г., Кузмин Э.С., Лазурский А.Ф., Муксинов Р.И., Мясисев В.Н., Столин В.В., Сербаков А.И., Богославский В.В.; шахсга ҳиссий-иродавий сифатлар асосида ёндашув истиқболларини тадқиқ қилувчи тадқиқотларни Бассин Ф.В., Василюк Ф.Е., Гиссен Л.Д., Зилберман П.Б., Конопкин О.А., Мажидов Н., Наенко Н.И.,Прихожан А.М., Розелнблат В.В., Хекхаузен Х., Эберлейн Г., Невв Д.О.; талим муассасаларида психологик хизмат моделини тадқиқ қилишга бағишланган тадқиқотларни Бреинштейн М.С., Дубровина Л.В.,Кала У.В., Рудик В.В., Леймец Х.О., Маттес Г.О., Пратуевич Ю.М., Сиерд Ю.Л.; меҳнат жамоаларида психологик хизмат вазифаларини белгилашга қаратилган тадқиқотларни (Герчиков В.И., Зотова О.И., Изард.К., Ишутина Г.А., Ковалев Г.А. Леонова А.Б.Ҳ, Лоос В.Г., Попова И.И., Паригин В.Д., Саксакулм Т.И., Сайлўс С.М.) ва ниҳоят оилавий ҳаётни ташкил этишдаги психологик хизмат учун муҳим жиҳатларни асослашга қаратилган тадқиқотларни (М.Аргой , Бодалев А.А.,Столин В.В.,Каримова В.М.,Ковалев С.В., Соғинов Н.А., Шоумаров Ғ.Б.) алоҳида қайд этиш мумкин. Бу эса психологик хизматнинг бугунги кундаги айрим долзарб жиҳатлари, муаммолари ва унинг ечимлари ҳақида ўйлашга, фикр мулоҳаза ва муайян вазифаларни белгилаб олишга назарий - илмий ва методологик манба сифатида ёрдам беради, деб ўйлаймиз. Ижтимоий психология методологияси, принциплари ва вазифаларини белгилашга қаратилган тадқиқотлар мазмунида психологик хизмат муаммосининг ҳам малум маънода яшириниб ётганлигини кўрамиз.Зеро, бугунги кунгача яратилган барча ижтимоий психологик принципларнинг асосий мезонлари бўлган "шахс ва фаолият бирлиги","онгнинг фаолиятда тараққийси", "муомала", "индивидуал ёндошув" "муносабат","туннуш тарзи",

"ижтимоий установка", "борлиқни объектив ва субъектив акс эттириш", "жамоа", "ижтимоий қониқиш", "ижтимоий хулқ-атвор" кабиларнинг жамиятдаги амалий ўрни ва истиқболлини психологик хизмат тадқиқисиз тўлиқ тасаввур этиб бўлмайди. Айниқса, олимлар томонидан бугунги кунда ижтимоий-психологик ҳодисаларга инсон тараққиёти ва қадриятлари асосида ёндошув муаммосининг М.Г.Андреева, Ю.М.Забродин, Д. Карнеги, Э.Ғозиев, В.М.Каримова, И.С.Кон, С.И. Коралев, Б.Д.Паригин, Э.В.Шорохова, Ғ.Б.Шоумаров ва шахс ва фаолият уйғунлигини таъминлашга хизмат қилувчи психологик ёндашувни таъминлаш муаммосининг Абулханова-Славская, Ж.Брунер, Л.С.Виготский, М.Г. Давлетшин, У.Джемс, А.Г.Ковалев, А.Н.Леонтьев, А.В.Петровский, С.Л. Рубинштейн, В.А.Токарева, Д.И.Фелдштейн, Э.Фромм, Қодиров Б.Р.) ўртага ташланиши психологик хизмат методологияси ҳақида жиддийроқ ўйлашни ва мулоҳаза юритишни тақозо этмоқда.

Бугунги психология фани тараққиёти анъаналари билан боғлиқ инсоннинг амалий психологиясини, унинг жамиятдаги ижтимоий фаоллиги ва ижтимоий табиатидан ажратиб бўлмайди. Шу нуқтаи назардан, инсон омилларини ва унинг жамиятдаги ижтимоий жараёнларини тўғри ва самарали бошқариш жараёни жамиятга ва жамият аъзоларига психологик хизмат кўрсатиш муқаррарлигини талаб қилади. Ваҳоланки, иқтисод, ҳуқуқ, этика, этнография, тарих, социология ва шу каби барча фанларнинг ўзаро мустаҳкам ҳамкорлиги натижасида инсон психологиясининг амалий муаммолари ҳал этилиши лозим.

Ҳозирги замон ижтимоий психологик тадқиқотлар масаласи, айниқса унинг амалий вазифалари социал психология фанининг марказида турувчи психологик ва социологик ёндашув йўналишлари асосида ҳал қилинмоқда. Масалан, Америка ва бошқа барча ғарб давлатларида икки хил ижтимоий психология: "психологик ижтимоий психология" ва "социологик ижтимоий психология" мавжуд. Бу йўналишлар бир-бирига ўхшаса-да, уларнинг бир-биридан фарқли жиҳатлари ҳам мавжуд. Яъни, психологик ижтимоий психология шахс ва фаолият, муомала, шахслараро муносабат, шахснинг ижтимоий-психологик тузилиши, шахснинг когнитив, конатив, хулқ-атвор имкониятларини ўз ичига олган ижтимоий установкалар, шахс ва жамоанинг ижтимоий-руҳий кечинмалари каби муаммолар устида

тадқиқот олиб боришни мақсад қилиб олган бўлса, социологик ижтимоий психологияда эса кўпинча жамиятнинг ижтимоий қатламларини таҳлил қилиш халқлар психологияси, оммавий ҳодисалар психологияси, синфлар, гуруҳлар, гуманистик психология кабиларга алоҳида урғу берилади. Психологик хизмат методологияси эса кўпроқ биринчи йўналиш-"психологик ижтимоий психология" асослари замирида таркиб топтирилади. Гап шундаки, ҳар бир фаннинг ривожланиши янги далиллар асосида илмий йўналишни очиб берувчи методик қурилмаларнинг тузилиши билан бевосита боғлиқдир. Чунки, аниқ методология бўлмаган соҳада аниқ амалий натижалар ҳам бўлмайди. Зеро, ижтимоий психология фанининг яна бир муҳим янги вазифаси психологик хизмат методологияси билан боғлиқ назарий, амалий ва эмпирик йўналишдаги тадқиқотлар кўламини белгилашнинг бугунги кунгача нечоғлиқ ҳал қилинаётганлигини таҳлил қилишга тўғри келади. Бу борада психология оламидаҳанузгача аниқ ва мукамал тарзда ишлаб чиқилган ва расмий тарзда тан олинган ягона илмий йўналиш ёки концепциянинг қабул қилинмаганлиги аён бўлса-да, илғор ғарб психологлари, Марказий ҳамдўстлик Давлатлари психологлари ва Ўзбекистон психологлари томонидан олиб борилган ва олиб борилаётган фан олами учунўзига хос салоҳиятга ва нуфузга эга бўлган тадқиқотлар мавжудки, улар қайсидир жиҳатибилан психологикхизмат модели ва унинг психологик ҳимоя воситаси сифатидаги моҳияти, аҳамияти ва ижтимоий истиқболлари ҳақидаги илмий-амалий тасаввурларимизни шакллантиришга асос бўлиб хизмат қилиши мумкин. Илмий адабиётлардан бизга маълум бўлишича, ижтимоий психологик хизмат методологиясинингумумий йўналишлари Ғарб ижтимоий психология намоёндалари тадқиқотларини қуйидагича изоҳлаш мумкин: В.Вундтнинг 1900 йилда чоп этилган "Халқлар психологияси" номли йирик (ўн томлик) эпик асари ижтимоий психология йўналишларини ёрқинлаштиришга хизмат қилиб, инсон маънавияти, маданияти ва мафкурасини ўрганишнинг мураккаб томонларини очиб берди. Таниқли инглиз ипсихологи Виллям Макдугаллнинг 1908 йилда ёзилган "Ижтимоий психологияга кириш" асаридаги "ижтимоий хулқ-атвор инстинктлари" назарияси фрейдизмга қарши ўлароқ инсон инстинктлари ва фаолият уйғунлигини таъминлаш муаммосини ёритишга илк бор асос бўлиб хизмат қилди. Бинобарин, Э.Фромм, Ж.Саливен, В.Шутц,

Г.Шепарде, В.Баён каби олимлар томонидан гуруҳлар психологияси назариясини яратишга асос солинди. Бунда турли хил ижтимоий психологик тренинглари орқали гуруҳдаги шахслараро муносабатлар билан боғлиқ психологик иқлимни камол топтириш йўллариининг илк бор кўрсатилиши меҳнат жамоаларидаги ижтимоий психологик хизмат вазифаларини белгилаш учун маълум даражадаги эмпирик маълумот сифатида хизмат қилиши мумкин.

Ҳарбда яратилган когнитивизм доирасидаги назариялар психологик хизмат методологияси учун муҳим аҳамиятга эга. Чунончи, Л.Фестингернинг когнитив диссонанслар назарияси (инсоннинг фаолият объектига нисбатан хулқ-атвори ёки муносабатини онгли равишда ўзгартиришга асосланган), Т.Нюхоннинг ҳамкорлик коммуникатив назарияси (ўзгаларгава умумий фаолият объектига ижобий муносабатларни таркиб топтиришга асосланган), Ч.Осгуд ва П.Таненбауманинг "конгруентлик" (инсон когнитив тузилиши асосидаги объектни баҳолашга қаратилган) назарияси, Г.Олпорт, А. Маслау, К.Роджерс каби ижтимоий психологларнинг гуманистик доирадаги қатор тадқиқий изланишлари шулар жумласидандир. Яна шуни қайд этиш керакки, америкалик таниқли психолог Абраҳам Харорд Маслаунинг "Инсонга бир бутун ёндашув концепцияси" психологик хизмат жараёнида инсонни тушуниш ва ижтимоий мотивацион ривожлантириш муаммоси устида тадқиқотлар олиб борилиши учун муҳим аҳамият касб этади. Маслаунинг фикрича, инсоннинг барча туғма потенциал имкониятлари фақатгина ижтимоий шарт-шароитнинг яратилиши билан рўёбга чиқиши ва камол топиши мумкин. Албатта, мазкур фикрларнинг не чоғлиқ ҳақиқат эканлигини бугунги кунда ҳар бир инсоннинг ўзига хос ва унинг ижтимоий - тараққиётини таъминлашга хизмат қилувчи имкониятлари кўламини ўрганиш ва тарбиялашни асосий вазифа қилиб олган психологик хизматнинг ташкил этилишини мунтазам кузатишларимиз натижалари тасдиқлаб турибди.

А.Маслоу фан оламида ўзига хос "мотивацион тизимнинг иерархик модели" ни яратдики, (Маслоу А.Ҳ.) унга мувофиқ индивид хулқ-атворидаги ижтимоий жиҳатдан муҳим бўлган юқори эҳтиёжларнинг йўналиши қуйи эҳтиёжларнинг қай тариқа қондирилиши асосидагина таркиб топиши мумкин. Бу жараён қуйидаги тартибга эга:

1). Физиологик эҳтиёжлар.

- 2).Хавфсизлик эҳтиёжлари.
- 3).Меҳр ва садоқат эҳтиёжлари.
- 4).Тан олиш ва баҳолаш эҳтиёжлари.
- 5).Ўз-ўзини ҳар томонлама ривожлантириш эҳтиёжлари.

Дарҳақиқат, мазкур иерархик тизим мотивациясининг илмий жиҳатдан асослаб берилиши биринчидан, ижтимоий психологиядаги эҳтиёжлар ва мотивлар билан боғлиқ қатор тадқиқотларга ҳамоҳанг бўлса, иккинчидан, мазкур йўналишдаги психологик хизмат методологиясини яратиш учун алоҳида истиқболга эга. Чунки, психологик хизматда инсоннинг ижтимоий эҳтиёжлари муаммоси илмий жиҳатдан тўғри талқин қилиниши ва тўғри йўналтирилиши лозим. Бу борада қатор таниқли социолог, психолог ва файласуфлар томонидан эътироф этилган илмий мулоҳазаларга таяниш мумкин. Масалан, Д.Н.Узнадзенинг "... эҳтиёжтушунчаси ... тирик организм учун зарур бўлган ва айна пайтда қўлга киритилмаган барча нарсаларга тааллуқли" ва М.С.Каган, А.В.Маргулис,Е.М.Эткиндларнинг "эҳтиёж бу-керакли нарсаларнинг етишмаслик оқибати" , В.А.Ядовнинг "эҳтиёж-инсон шахси ва организм фаолияти учун керак бўлган зарурат ва етишмовчилик маҳсули" Л.И.Божовичнинг"эҳтиёж-индивид организми ва у шахс тараққиёти учун муҳим бўлган зарурат". А.В.Петровскийнинг"эҳтиёж – жонли ҳаёт кечиришининг конкрет шарт-шароитларига унинг қарамлигини ифода этувчи ва бу шарт - шароитларга нисбатан унинг фаоллигини вужудга келтирувчи ҳолатдир" каби фикрлари шахс тараққиётини таъминлаш йўлида эҳтиёжларнинг биологик ва ижтимоий уйғунлигини ҳисобга олган ҳолда психологик хизматнинг навбатдаги вазифаларини белгилаш имконини беради.

Психологик хизмат методологиясини яратишда инсоннинг ҳиссий ҳолатини тушуниш ва унинг ўз меҳнати маҳсулларидан ижтимоий қониқиш жараёнини таҳлил қилиш ва ривожлантиришга бағишланган айрим тадқиқотларнинг ўрни ва истиқболига ҳам алоҳида эътиборни қаратиш лозим, деб ўйлаймиз. Масалан, Ф.Херцберг ва унинг издошлари томонидан меҳнат фаолиятини ташкил этишдаги эмоциоген фарқланиш механизмлари тадқиқ қилинди. (Ҳ - 1959). Мазкур изланиш маҳсулига кўра меҳнат фаолиятини ташкил этишда ижодийлик, мустақиллик, ўз-ўзини билиш, ривожлантиришга қаратилган тадбирларга эътибор берилса шахс фаолияти унумдорлигига ижобий таъсир этувчи ҳиссий

кечинмаларни ва аксинча, фақат техник жараёндангина иборат бўлган меҳнат шароити яратилса шахс фаоллигига салбий таъсир этувчи ҳиссий кечинмаларнинг намоён этилиши кузатилади. Дарҳақиқат, фаолиятнинг бажарилишига нисбатан ижобий-ҳиссий кечинмалар шакллантирилмас экан, фаолият маҳсули ҳам инсоннинг ўз фаолиятидан ижтимоий маънодаги қониқиши ҳам ниҳоятда паст савияда бўлади. Психологик хизмат эса, бизнингча, худди ана шу ерда ўз таъсирини, яъни фаолиятдан ижтимоий қониқиш жараёнини маълум даражада юқори савияга кўтара олиш санъатини кўрсатиши лозим.

Ишчи-ходимларнинг меҳнатдан қониқиш муаммоси устида олиб борилган айрим тадқиқотлар натижаси психологик хизматнинг методологик моделини лойиҳалаштиришга хизмат қилса ажаб эмас. Масалан, собиқ совет психологияси олимлари (Н.Ф.Наумова, А.Г.Здравомислав, В.А.Ядов, В.П.Рожин, Т.П.Богданова, Э.А.Климов) меҳнатдан қониқишжараёнини шахснинг муносабатлари мотивлари, ўз-ўзини баҳолаш установакиси: каби ижтимоий психологик мезонлар билан белгиланишини тавсия этадилар ва буни ўзларининг қатор эмпирик тадқиқотларида асослаб берадилар. Ғарб ижтимоий психология оламида, айниқса Америка психологлари наздида эса меҳнатдан қониқиш "қатор ижтимоий установакаларининг ўзаро бир-бирига чамбарчас боғлиқлиги" "меҳнат жараёнини субъектив баҳолаш билан боғлиқ эмоционал ҳолатларнинг намоён бўлиши" сифатида талқин қилинади ва меҳнат фаолиятининг ижтимоий қимматини оширишга қаратилган психологик хизмат учун муҳим илмий-амалий тавсиялар берилади.

Албатта, меҳнатдан қониқиш жараёнини тўлиқ таҳлил қилиш бизнинг вазифамизга кирмайди. Шунинг учун, биз фақат "меҳнатдан қониқиш"ни ижтимоий психологик жараён сифатида тадқиқ қилган айрим психологик тадқиқотларни психологик хизматнинг методологик вазифаларидан келиб чиққан ҳолда қайд этишимиз мумкин. Бинобарин, венгриялик психологлар Балинт ва М.Муранинг тадқиқотларида психологик хизмат вазифасини аниқлашга қаратилган шахсларнинг ўз ишидан қониқишини таъминлаш ва ўз ишидан (яъни ўз фаолиятидан) қониқмаслик ҳолатини бартараф этиш йўллари кўрсатилади. Шунингдек, бу олимларнинг илмий талқинича, ҳар бир ишчи-ходимнинг ўз ишидан қониқиши унинг кайфиятини, фаоллигини таъминласа,

ишдан қониқмаслик эса корхонада юз берувчи айрим фавқулотда бахтсиз ходисаларнинг келиб чиқишига сабаб бўлади. Дарҳақиқат, бугунги кунда деярли барча корхоналарда бахтсиз ходисалар жуда кўп учрамоқда. Уни камайтириш ва олдини олиш эса, ҳамиша ҳам муваффақиятли ҳал қилинаётгани йўқ. Бунинг учун эса муаммонинг ижтимоий психологик илдизлари ҳақида чуқурроқ ўйланса юзлаб, балки минглаб одамлар ҳаёти, саломатлиги ва ижтимоий-руҳий мавқеи сақлаб қолиниши мумкин. Бу ўринда айтиш мумкинки, психологик хизматнинг ташкил этилиши энг биринчи навбатда корхоналарда юз берувчи бахтсиз ходисалардан сақланиш - ҳимояланиш воситаси сифатида ўта муҳим ижтимоий аҳамият касб этади. Афсуски, бундай хизматни ташкил этиш жуда кўпгина меҳнат муассасаларида ҳозиргача ижтимоий муаммо бўлиб келмоқда.

Психологик хизмат методологияси учун индивидуал психологик фарқланиш назариясининг яратилишини ва бу борадаўнлаб йирик тадқиқотларнинг мавжудлигини муҳим манбалардан бири сифатида ҳеч муболағасиз эътироф этиш мумкин. Дифференциал психологиянинг маҳсули бўлган бу йўналиш, даставвал, немис психологи В.Штерн номи билан бевосита боғлиқдир, У ўзининг 1901-йилда ёзган "Индивидуал фарқланиш психологияси ҳақида" номли асарида ҳар бир индивиднинг ўзига хос психологик олами мавжудлигини экспериментал тарзда тадқиқ қилади.

Ф.Гальтон, А.Бине, А.Ф.Лазурский, Д.Кеттелл каби олимлар бу соҳада янги биро йўналишни кашф қилдилар. Шундан сўнг дифференциал психология ҳар бир индивид, ёки гуруҳдаги қизиқишлар, установкалар, ҳиссий қўзғалишларни фарқлаш объекти сифатида майдонга чиқди ва унинг бугунги психологик хизмат методологияси учун аҳамиятли томони шундаки, ҳар бир индивид ёки шахснинг ўзигагина хос психологик параметрларини аниқлаш ва тегишли илмий мулоҳаза юрита олишга хизмат қилувчи комплекс тестлар, усуллар ва методикалар мажмуаси яратилди.

Бинобарин, чет эл илғор психологиясида психологик хизмат методологияси учун муҳим ўрин тутувчи қуйидаги йўналишларга асос солинди:

Ч.Спирмен томонидан "икки омил" назарияси яратилди. Бу назарияга мувофиқ инсоннинг ҳар бир фаолиятида барча фаолиятлар учун умумий бўлган (1-омил) ва айнан мазкур

фаолиятга мос бўлган(2-омил) барча хусусиятлар ўзаро боғлиқликда тадқиқ қилинади. Тадқиқотчи ушбу омилларнинг инсон ва фаолият уйғунлигини таъминлаш учун зарур бўлган психологик моҳияти ва мазмунини очиқ беради

Л.Терстон, Дж.Гилфорд томонидан яратилган "Мультифактор" назариясига биноан бирламчи ақлий қобилиятлар (идрок тезлиги, хотира ассоциациялари ва ҳоказо) нинг ҳар бир индивиддаги таркиб топганлик кўлами тадқиқ қилинди ва шу асосда ҳар бир шахс фаолиятга алоҳида ёндашувни тақозо этувчи психологик хизматнинг методологик принциплари ишлаб чиқилди. Умуман, психологияда индивидуал фарқланишнинг 56 хил йўналишидаги типи маълум ва машҳур. Масалан, объектив ва субъектив тип (А.Бине тажрибаларида қайд этилган) фикрловчи фаол тип , рационалистлар ва эмпириклар (Джемс тадқиқотлари бўйича) "чуқур-тор" ва "майда-кенг" тип, (Г.Гросс , назарий, иқтисодий, эстетик, ижтимоий, сиёсий, диний типлар (Е.Шпрангер тадқиқотлари бўйича); шизоид ва циклоид типлар (Е.Кречмер тадқиқотлари бўйича); экстровеит ва интроверт типлар (К.Т.Юнг ва Г.Ю.Айзенк) ҳақидаги эмпирик маълумотларнинг қайд этилиши шулар жумласидандир.

Б.М.Теплов, В.С.Мерлин, В.Д.Небилицин, Б.Р.Қодиров ва уларнинг шогирдлари томонидан олиб борилган эмпирик тадқиқотлар мазмуни ижтимоий психология ва ижтимоий психологик хизмат учун муҳим бўлган ҳар бир шахснинг (индивиднинг) табиий ва туғма сифатларини, олий нерв фаолиятининг ўзига хос қобилият элементларини ва унга таъсир этувчи таълим-тарбия, ташқи муҳит ва фаолиятнинг нечоғлик ташкил этилиш жараёнини мукамал ўрганиш ва уни ижтимоий мақсадлар асосида ривожлантириш йўллари билан белгилаш учун катта имконият яратди. Мазкур имкониятлар инсондаги у ёки бу фаолиятни бажаришга бўлган иқтидор куртакларини ўрганишни ва шу асосда шахс фаоллигини камол топтириш учун асос сифатида хизмат қилиши мумкин. Шунга мувофиқ махсус тадқиқотлар шуни тасдиқлаётгани, фаолиятни муваффақиятли ташкил этиш учун индивидуал хусусиятлар, - айниқса, ҳар бир шахс темпераменти ва индивидуал услубига ҳам боғлиқ. Айниқса, меҳнат ва ўқув фаолияти жараёнида ушбу ҳолатни кузатиш, таҳлил қилиш ва ривожлантириш билан боғлиқ усуллар мажмуасининг ишлаб

чиқилиши психологик хизматнинг муҳим вазифаси эканлигидан далолатдир.

Шахс фаолиятига индивидуал ёндашув йўналиши билан боғлиқ психологик хизматнинг маълум методологик тамойилларини илмий-татбиқий жиҳатдан асослаб берувчи олим Н.С.Лейтес маълумотларига қараганда, асаб тизими нисбатан кучсиз бўлган кишиларда кўпинча бир хилдаги ишнинг бажарилишида маълум афзалликлар борлиги аниқланган: уларнинг юқори сезгирлиги таъсирчанлик муваффақиятини таъминлайди, лекин у ёки бу фаолият жараёнидаги фавқулотда ва кучли қўзғалувчилар асосида намоён бўлувчи вазиятларда кучсиз типдаги кишилар айнан ўзларининг физиологик хусусиятларига кўра ишни уддалай олмай қолишлари мумкин.

Чунончи, асаб тизими типи анча кучли бўлган кишилар бир хил, анча суст типдаги кишилар эса бошқа хил вазифаларни бир мунча осон ҳал қиладилар. Асаб тизимининг кучи бўйича фарқланадиган кишилар бир хилдаги вазифани ҳал этишга кўпинча ҳар хил йўллар билан боришлари кераклигини Н.С.Лейтес ўз асарларида ҳар томонлама асослаб бердики, бу - психологик хизматда ҳисобга олиниши мумкин бўлган муҳим жараёндир. Зеро, фаолият унумдорлиги инсоннинг ўз потенциал имкониятлари кўлаמידан оқилона фойдаланишнинг маҳсулидир. Э.А.Климов, В.С.Мерлин, В.М.Русалов, Б.М.Теплов тадқиқотларида ҳам шахс темпераменти асосида унинг машғул бўлган у ёки бу фаолиятни муваффақиятли бажаришдаги индивидуал услубнинг белгиланиши зарурлигини илмий жиҳатдан асослаб берувчи маълумотлар бор. Жумладан, Климовнинг эмпирик маълумотлари бир неча станокда ишлашда асаб тизимидаги "ҳаракатчан тип"даги ҳам, "ҳаракатсиз тип"даги ходимлар ҳам бирдек юқори даражадаги ишлаб чиқариш муваффақиятларига эришиш мумкинлигини тасдиқлайди. Бунинг асосий сабаби эса, бир хил меҳнат вазиятида турлича ҳаракат йўналишини танлай билиш ва амалга оширишдир.

Умуман, юқорида қайд этилган олимларнинг умумий фикр-мулоҳазаларига кўра индивидуал услубнинг шахсда дарров пайдо бўлмаслиги, балки кўпинча стихияли тарзда (яъни, индивидуал-ҳиссий асаб сифатлари ёрдамида) пайдо бўлиши қайд этилади. Демак, ҳар бир шахсга психологик хизмат давомида ўз имкониятлари ва фаолият талаби уйғунлигини таъминлаш йўлларини излаш асосида ёндашилса мазкур шахс фаолиятидаги

индивидуал услубнинг таркиб топиши тобора ривожланиб, такомиллашиб боради. Бу эса, ўз навбатида шахс ва жамиятнинг ижтимоий тараққиётига ижобий таъсир этмай қолмайди.

В.М.Русалов тадқиқотларида ижтимоий психология учун муҳим бўлган ҳамкорлик фаолияти муваффақияти маълум жиҳатлари билан индивидуал услуб имкониятларига ҳам боғлиқ эканлиги қайд этилиб, "холерик" темпераментли киши билан шерик бўлиб ишлаганга қараганда" флегматик" ва" меланхолик" билан биргаликда ишлаган ҳолларда анча самарали бўлиши эмпирик маълумотлар асосида тадқиқ қилинади.

Демак, муассасадаги амалий психолог ҳар бир шахс фаолияти ҳамкорлигини ташкил этиш жараёнида ушбу имкониятларни ҳисобга олиши орқали ижтимоий-психологик ютуқларга эришиши мумкин. Мазкур тадқиқотларнинг таълим ва меҳнат фаолияти муваффақиятларини таҳлил қилишга қаратилган кузатишларимиз натижалари ҳам тасдиқлади ва бу эса ҳар бир шахсни фаолиятдагимуваффақиятсизликларга нисбатан муҳофазаланиш(ҳимояланиш) курали сифатида ҳар бир ўқувчи ва ишчи ходим учун характерли бўлган индивидуал услуб мезонларини ишлаб чиқиш ва унинг психологик хизмат жараёнида янада такомиллаштириш йўллари излашга даъват этди.

Шахс индивидуал фарқланишининг ижтимоий қимматини тадқиқ қилиш муаммоси К.К.Платонов асарларида бир қадар кенгрок кўламда қайд этилади. К.Платоновнинг методологик хизмати шундаки, у инсон ижтимоий индивидуал оламини тушунишнинг қуйидаги тўрт мезонини ишлаб чиқди ва шахс ижтимоий индивидуал фарқланиш моҳиятини тушуниш учун муҳим бўлган ушбу ижтимоий мезонларнинг назарий-илмий концепциясини яратди. Яъни, 1 - мезон (категория) асосидаги фарқланишга кўра инсондаги сифатлар ўзгариши билан унинг моҳияти ва ижтимоий йўналишлари ҳам ўзгаради. Бу ўринда шахс атрибутлари унинг онглилиги, динамиклиги, фаоллик ва бетакрорлиги каби барча сифатлар муҳим ўрин тутди. Инсон хусусиятлари ва сифатларини фарқлашнинг 2 - мезони - бошқа объектлар каби унинг моддий, функционал ва интеграл сифатлар мажмуасини ўз ичига олувчи шахсий моҳиятидир.

Фарқланишнинг 3 - мезонига психик ҳодисалар ва психик ҳолатлар тизилмасига кирувчи шахснинг ўзгармас хусусиятлари киритилади.

Фарқланишнинг 4 - мезони - субординацион шахс хусусиятлари ва сифатлари намоён бўлиши билан боғлиқ психик кечинмалар иерархияси ва кординацион умумий иерархиядан қатъий назар турли хил ижтимоий-психологик хусусиятларни бирлаштирувчи ўз ўзини идора қилув ва бошқарув хусусиятларининг таркиб топганлик даражаси билан белгиланади.

Профессорлар: Э.Ғозиев, Л.Турсунов, Ж.Икромовларнинг "ХХаср ва шахс камолоти" мавзусидаги маълумотларида ҳам психологик хизмат кўрсатишда муҳим аҳамият касб этувчи индивид, шахс ва субъект тараққиётининг тадқиқотида қуйидаги ҳолатларга жиддий эътибор бериш зарурлиги уқтирилади:

- инсон ривожланишининг детерминатори ҳисобланган асосий омиллар ва шарт-шароитлар (ижтимоий, иқтисодий, сиёсий, ҳуқуқий, мафкуравий, педагогик ваяшаш муҳити омиллари);

- инсоннинг ўзига тааллуқли, асосий тафсилотлар, унинг ички қонуниятлари, механизмлари, эътиқод босқичлари барқарорлашуви ва инволюция;

- инсон яхлит тузилишининг асосий таркиблари, уларнинг ўзаро алоқалари, шахснинг ташқи таъсирларга жавоби ва муносабати, тараққиёт жараёнида уларнинг такомиллашуви. Дарҳақиқат, ҳар бир инсоннинг ўз индивидуал оламида содир этилаётган барча маънавий ва руҳий кечинмаларини у яшаб турган жамият истиқболларига мос тарзда тадқиқ қилмай туриб шахс ва фаолият, шахс ва жамият, шахс ва индивидуаллик ўртасидаги ижтимоий мутаносибликни таъминлаб бўлмайди. Зеро, психологик муҳофаза воситаси сифатида тадқиқ қилинаётган ижтимоий психологик ҳимоя фалсафаси ҳам шуни тақозо этмоқда.

"Инсоннинг индивидуаллик даражаси яна шу билан ифодаланадики, ундаги фаолиятнинг усуллари ва воситалари ҳеч қачон тайёр ҳолдаги барча учун бир хил умуминсоний тажрибалардан иборат бўла олмайди. Ҳар бир инсон ўз индивидуал сифатлари ва филогенездаги хусусиятлари асосида ижтимоий фаоллик тақозо этган фаолиятнинг мустақил субъектига айланиб боради. Бу билан жамият ҳар бир индивиднинг ўз ҳаётини пойдевори учун муҳим бўлган "ғиштни ўзи барпо этишида ижтимоий шарт-шароит яратиб беради". Бундай шарт-шароит эса ҳар бир шахснинг умумий ва махсус индивидуал имкониятлари кўламини ижтимоий-психологик жиҳатдан таҳлил қилиш ва тобора

камол топтира бориш йўллари излаш асосидагина қарор топтирилиши мумкин.

Яна шуни қайд этиш керакки, психологик хизмат методологияси вазифаларини тадқиқ қилинар экан, ижтимоий психологияда маълум ва машҳур бўлган "Установка", "Ижтимоий установка" муаммоларига бағишланган тадқиқотларга тўхталмай иложимиз йўқ. Чунки, психологик хизмат жараёнининг психологик ҳимоя воситаси сифатидаги асосий вазифаларини ижтимоий установка тадқиқисиз тасаввур этиб бўлмайди.

Бинобарин, установка (психологияда) шахснинг муайян фаоллигини (идрок, тафаккур, мақсадга мувофиқ ҳаракатлар ва ҳоказо) бажаришга қаратилган, аввалги тажрибаси билан белгиланган тайёргарлиги кишининг уни муайян тарзда ҳаракатга ундовчи тайёргарлик формаси ҳисобланади.

Психологик хизматнинг назарий ва методологик асослари ҳақида гап борганда психологик хизмат объекти ва субъекти ҳисобланган шахсга муносабат тизими асосида ёндашув истиқболларини кўрсатиб берувчи тадқиқотларга ҳам алоҳида тўхталишга тўғри келади.

Чунки, шахснинг психологик хизмат жараёнида намоён бўлувчи ва ривожлантириб борилиши муқаррар бўлган ўз-ўзига, ўзгаларга (шахслараро) ва фаолиятга нисбатан таркиб топаётган муносабатларнинг ижтимоий савиясини ўрганмай, таҳлил қилмай туриб унинг ўз-ўзидаги нохуш ҳислардан, ўзгалар билан ҳамкорлик ўрнатиши билан боғлиқ зиддиятли вазиятлардан, фаолиятдаги муваффақиятсизликлардан психологик муҳофаза қилишга қаратилган тадбирлар кўламини белгилаб бўлмайди. Шунуқтаи назардан, муносабатнинг турли соҳаларидаги ижтимоий психологик мезонлари бўйича тадқиқот олиб борган файласуфлар, психологлар, социологлар, психофизиологлар ва педагоглар (Б.Г.Ананьев, Г.М.Андрее ва, А.А.Бадалов, Э.В.Шорохова, Ф.В.Бассин, Л.С.Виготский, А.В.Веденов, Ю.М.Забродин, А.Г.Ковалов, И.С.Кон, Т.А.Китвел, Э.С.Кузмин, М.С.Кагон, И.Т.Левикин, В.С.Мерлин, В.Н.Мясишев, В.С.Магун, И.П.Павлов,, К.К.Платонов, Б.Д.Паригин, С.Л.Рубинштейн, В.В.Столин, В.А.Ядов каби олимларнинг барчаси муносабатнинг маълум соҳаларини илмий жиҳатдан асослаб берадилар. Масалан, мазкур муносабат мезони философлар талқинида шахс ва борлиқ ўртасидаги кўприк сифатида, психологлар талқинида шахснинг

"ички" ва "ташқи" фаолияти ўртасидаги эмоционал, когнитив ва хулқ-атвор компонентлари асосида намоён бўлувчи интилишларнинг маҳсули сифатида, социологлар талқинида шахснинг ижтимоий иқлимига нисбатан хайрихоҳлик ёки норозиликнинг ифодаланиши сифатида, психофизиологлар талқинида шахс олий нерв фаолиятининг акс эттириш воситаси сифатида, педагоглар талқинида эса ўқувчининг ўқув топшириқларини "бажонидил" (ихтиёрий қизиқиш орқали) ёки мажбуран (юзаки) бажаришга • бўлган интилишларнинг маҳсули сифатида эътироф этилади. Психологик хизмат жараёни эса худди шу тадқиқий йўналишларга таянган ҳолда шахснинг фаолият жараёнида таркиб топаётган муносабатларини ўрганишни таҳлил қилишни ва шу асосда тегишли тадбирларни белгилай олишни ўз олдига вазифа қилиб қўяди. Бу ўринда профессор Э.Ғозиевнинг назарий-методологик қимматга эга бўлган қуйидаги фикрларини қайд этиш ўринлидир: "Ҳозирги кунда шахсга субъектив муносабат муаммосини ижтимоий жиҳатдан турмушда қарор топтириш учун: -Одам-инсон-шахс-индивидуаллик-субъект-комиллик иерархиясига риоя қилиш;-шахсга субъектив муносабат, яъни унда робот сифатида барча хусусиятларини бир текис шакллантириш мумкин, деган хато назариядан воз кечиш, "субъект-субъект" алоқасини вужудга келтириш;

-ҳар қандай субъект-шахс, лекин ҳар қайси шахс субъект эмаслиги муаммосини ечиш;

-шахс субъект бўлиши учун мустақиллик, шахсий позиция, дунёқараш ва уларни ҳаётга татбиқ қилиш имконияти мавжудлигини тан олиш" каби муаммоларнинг бартараф этилиши шахснинг ижтимоий муносабатлар мажмуасини камол топтиришга хизмат қилиши тайин.

Зеро, инсон муносабатлари унинг хулқ - атворида ички дунёсининг шаклланишида, барча психологик жараёнларида муҳим бошқарувчилик ролини ўйнайди.(В.Н.Мясишев-1957). Бундай бошқарувчиликнинг юксак ижтимоий савияда таркиб топтирилиши эса инсоннинг ҳаётдаги айрим муваффақиятсизликларига нисбатан психологик ҳимояланиш воситаси сифатида хизмат қилиши мумкин.

Демак, муносабат психологияси бўйича қайд этилган юқоридаги мулоҳазаларнинг ўзига хос методологик асослари (тадқиқотлар)."Муносабатлар тизимини" психологик хизмат

жараёнида жиддий ўрганиш ва уни ҳар бир шахсда такомиллаштириш лозим бўлган ижтимоий психологик муҳофаза омили (кўрсаткичлари) сифатида амалий жиҳатдан тадқиқ қилишга даъват этади.

Психологик хизмат жараёни билан боғлиқ шахс муваффақиятли фаолиятининг 2- йўналишига индивидуал-типологик хусусиятларга асосланган ҳаракатларнинг намоён бўлиши киради. Чунки, ҳар бир инсон у ёки бу ижтимоий топшириқни бажарар экан, аввало ушбу топшириқни қанчалик тез, осон ва сифатли қилиб бажариш имкониятига эга бўлсагина мазкур топшириқ шахс камолотига хизмат қила олиши мумкин. Мазкур йўналишдаги психологик муҳофазанинг моҳияти шундаки, ҳар бир шахснинг фаолиятга нисбатан керагидан бир неча баробар ортиқ куч сарфлашга ва осонгина турли муваффақиятсизликларга учрамасликка қарши ўлароқ шахс истикболни кўзлашга қаратилган тадқиқотлар ва тадбирлар кўлами олдиндан белгиланади. Психологик хизмат жараёни билан боғлиқ шахс муваффақиятли фаолиятининг учинчи йўналиши эса фаолиятга нисбатан фаол ижобий муносабатнинг таркиб топиши ва намоён бўлишидир. Бунда шахснинг фаолиятдан қониқиши, хулқ-атворидаги мотивацион тизимнинг ижтимоий қимматга эга бўлган бошқарувчиликка тааллуқли сифатларини яққол намоён бўлиши кузатилади. Зеро, ҳар жиҳатдан ижтимоий фаолликка хизмат қилувчи сифатлар намоён этилмаган жойда шахс ва жамият уйғунлигининг таъминланиши учун муҳим аҳамият касб этувчи барча имкониятлар қўлдан бой берилди. Ваҳоланки, бундай "имкониятлар"ни ҳамиша "муҳофаза" қилиш нафақат ижтимоий ташкилотларнинг, балки ҳар бир фуқаронинг муқаддас бурчидир. Шундай қилиб, психологик хизматнинг методологик асослари сифатида талқин қилинган мазкур фикр-мулоҳазалар ижтимоий психология фанининг қуйидаги амалий-тадқиқий йўналишларига бугунги куннинг энг долзарб муаммолари сифатида қарашни тақозо этади.

1. Психологик хизмат ҳар-бир шахснинг фаолиятдан ижтимоий ва ҳиссий қониқиш жараёнини тадқиқ қилишга қаратилган усуллар ва услублар мажмуасига асосланиши лозим;

2. Психологик хизмат шахснинг фаолият жараёнидаги ўз-ўзига, ўзгаларга ва фаолиятга бўлган муносабатларидаги иерархик тизим динамикасини тадқиқ қилиши ва шу тизим асосида ижтимоий

психологик муҳитнинг яратилишига замин ҳозирлай олиши билан боғлиқ изланишлар кўламини ўз ичига олади.

3. Психологик хизмат жараёни билан боғлиқ ижтимоий муҳим кўрсаткичларнинг таҳлили ҳар бир шахс фаолияти учун характерли бўлган индивидуал фарқланиш, индивидуал услуб ва ижтимоий установканинг қарор топтирилишини ўрганиш асосида амалга оширилиши мумкин.

4. Психологик хизмат жараёнини таълим самарадорлигини таъминловчи восита сифатида тадқиқ қилиш муаммоси бугунги кунда ижтимоий психологиянинг энг долзарб муаммоларидан бири ҳисобланади ва бу муаммони бартараф этишда маълум психологик тамойилларга таяниш талаб қилинади.

1.2. Ўсмирларга психологик хизмат кўрсатиш услуги.

Ўзбекистонда амалиётчи психологларнинг етишмаслиги сабабли Низомий номли ТДПУда амалиётчи психологлар тайёрлаш факультети очилди. Ўзбекистонда психологик хизматнинг ривожланишида М.Г.Давлетшин, Э.Ф.Ғозиев, Б.Р.Қодиров, Ғ.Б.Шоумаров, В.М.Каримова, Ш.Р.Баратов, Э.Н.Саттаров, Ф.С.Исмагилова, З.Т.Нишанова, Н.С.Сафоев, Ф.И.Ҳайдаров, С.Х.Жалилова ва бошқалар ҳисса кўшганлар жумладан Республикамиздаги таниқли олимлардан бири 1998 йилда Ш.Р.Баратов томонидан Ўзбекистонда психологик хизмат ташкил этилишининг илмий амалий ва ижтимоий психологик хусусиятлари мавзусида докторлик диссертацияси муваффақиятли ҳимоя қилинганлигини алоҳида таъкидлаш мумкин.

Психология фанлари доктори проффесор З.Т.Нишонованинг таъкидлашича психологик хизматни 3 нуқтаи назардан қараб чиқиш мумкин:

1. Илмий нуқтаи назар.
2. Ташвиқот нуқтаи назар.
3. Амалий нуқтаи назар.

Ушбу нуқтаи назарларнинг бирлигини таъминлаш психологик хизматнинг асосини ташкил этади.

Илмий нуқтаи назар психологик хизматнинг методологик муаммоларини ишлаб чиқишни назарда тутди. Бу йўналиш ижрочиларининг асосий функцияси мактаб психологик хизматида ишнинг психоташхис, психокоррекцион ва ривожлантирувчи

методларини ишлаб чиқиш ва назарий асослашга бағишланган илмий тадқиқотларни ўтказишдан иборат.

Ташвиқот нуқтаи назари халқ таълими ходимларининг психологик билимлардан фойдаланишни назарда тутди. Бу йўналишда асосий ҳаракатлантирувчи шахслар бўлиб, педагоглар, методистлар, дидактлар майдонга чиқади.

Хизматнинг амалий нуқтаи назарини мактаб психологлари амалга оширадилар, уларнинг вазифаси - у ёки бу аниқ вазифани ҳал қилиш учун ота-оналар, ўқитувчилар, синф жамоаси, болалар билан иш олиб боришдан иборат.

Психолог ўзининг инсон хулқ атвори ва психик фаолияти, психик тараққиётнинг ёш қонуниятлари ҳақидаги касбий билимларига, уларнинг ўқувчилар ва катталар, тенгдошлари билан ўзаро муносабат хусусиятларига, ўқув – тарбия жараёнини ташкил этишга боғлиқлигига таяниб, болага индивидуал ёндашув имкониятларини таъминлайди, унинг қобилиятларини аниқлайди, нормадан четлашишларнинг бўлиши мумкин бўлган сабабларини психологик-педагогик коррекция қилиш йўллари аниқлайди. Бу билан психологик хизмат мактабда ўқув тарбия ишининг махсулдорлигини оширишга, ижодий фаол шахсни шакллантиришга имкон беради.

Психологик хизмат уч асосий бўғиндан тузилган:

1) Аниқ ўқув муассасасида ишлайдиган болалар амалий психологи

2) Туман халқ таълими қошидаги ташҳис маркази.

3) Республика касб-ҳунарга йўналтириш ва психологик-педагогик ташҳис маркази.

Психологик хизмат ходимлари барча муаммоларни ҳал қилишда болани ҳар томонлама ва гармоник ривожланиш вазифаларига ва унинг қизиқишларига таянадилар. Амалиётчи психолог ўз фаолиятини педагогик жамоа ва ота-оналар билан яқин алоқада амалга оширадилар. Психологик хизмат ўз фаолиятида тиббий, дефектологик ва бошқа хизмат турлари билан, бола тарбиясида ёрдам кўрсатувчи жамоачилик ходимлари билан яқин алоқада иш олиб боради. Барча мутахассислар билан муносабат тенглик асосида ва фикрларнинг бир-бирини ўзаро тўлдириши асосида қурилади.

Ўрта махсус, касб-ҳунар тизимидаги психологик хизматнинг мақсади-шахснинг ҳар томонлама гармоник камолоти, тўлақонли

психологик тараққиётни таъминловчи қулай шарт-шароитлар яратишдан иборатдир.

Психологик хизматда тадқиқот ва таъсир ўтказиш объекти мактабгача ёшдаги болалар, ўқувчилар, махсус ўқув юрти ва олий мактаб, коллеж талабалари, ўқувчилар, ота-оналар бўлиб ҳисобланади, уларни алоҳида ёки гуруҳий шаклда тадқиқ қилиш мумкин.

Психологик хизматнинг мазмуни:

- а) психопрофилактика,
- б) психологик маориф ва маърифат,
- в) психоташхиса,
- г) психик ривожланитириш ва психокоррекция,
- д) психологик консалтация.

Психологик хизмат ҳақида Низом 1996йил Халқ таълими Вазири Ж.Ғ. Йўлдошев томонидан тасдиқланган. 2001 йилда бу Низомга ўзгартириш киритилди.

Психологик хизмат методлари турли туман бўлиши мумкин:

а) халқ таълими ва ўрта махсус касб-ҳунар таълими ходимлари, ўқувчилар, талабалар билан маърузалар туркуми ва тренинг машғулотлари ўтказиш ва аҳолининг психологик маданиятини ўстириш мақсадида, б) илмий оммабоп адабиётларни яратиш ва уларни тарқатиш, в) оммавий ахборот воситаларида чиқишлар, г) психоташхис тадқиқотлар ўтказиш, методикалар ишлаб чиқиш (тест савол варақаси, тажриба, кузатиш, суҳбат ва бошқалар), д) психологик маслаҳат бериш, е) психологик консилиумлар ўтказиш, ж) таълим ва тарбия берувчи дастурлардан фойдаланиб психодрама, психокоррекция тренингларни амалга ошириш, з) психологик тадқиқот объектнинг психологик хусусиятларини ҳисобга олган ҳолда ўқув дастури, ўқув тарбия режаларини таҳлил қилиш ва ҳоказолар.

Психологик хизмат ҳақида Низом 6 бўлимдан иборат. Улар:

1. Умумий қоидалар.
2. Психопрофилактик ишлар.
3. Психоташхис ишлар
4. Ривожлантирувчи ва коррекция ишлар.
5. Психологнинг маслаҳат бериш ишлари.
6. Психологик хизмат ходимларининг масъулияти акс

этган.

Умумий қоидалар қуйидаги бандларни ўз ичига олган.

1. Психологик хизмат халқ таълими ва олий ўрта махсус таълим тизимининг муҳим таркибий қисми ҳисобланади.

2. Психологик хизмат мутахассислари барча муаммоларни ҳал қилишда ҳар қайси шахснинг /педагог, ўқувчи, талаба, ота-она/ манфаати ва унинг ҳар томонлама гармоник ривожланишидан келиб чиққан ҳолда ёндашади.

3. Психологик хизмат мутахассислари ўз фаолиятларини тиббиёт ходимлари, дефектологик хизмат, муҳофаза қилиш ташкилотлари, муайян комиссиялар, балоғатга етмаган ўсмирлар инспекцияси, ота-оналар кўмитаси, ишлаб чиқариш жамоаси, жамоатчилик билан узвий алоқада амалга оширадilar.

Амалиётчи психологлар ўқитувчига берилган барча имтиёзлардан фойдаланиш ҳуқуқига эга. Уларнинг меҳнат таътили муддати барча ўқитувчилар билан баробардир. Ўқувчилар сони 500 гача бўлган мактабларда 1 штат бирлиги психолог ишлаши зарур.

Касб-ҳунарколлеж-ларида ўқувчилар сони 250та бўлса, 1 штат бирлиги психолог ишлаши зарур.

Бугунги кунда барча турдаги таълим муассасаларида психологларнинг фаолияти, психологик маслаҳат ва муаммоланинг ижтимоий-психологик фаол усуллари, психокоррекцион, психоташхиса, ижтимоий, педагогик, болалар психологияси соҳалари бўйича умум психологик тайёргарлик олган, психологик ихтисосга эга бўлган мутахассислар томонидан амалга оширилмоқда. Ўсмирларга психологик хизмат кўрсатиш услуби эса илғор психологик тамойилларга асосланган ҳолда амалга оширилади.

1.3. Ўсмирларга психологик хизмат кўрсатишнинг амалий асослари

Психологик хизмат фаолиятини болалар, ёш ва педагогик психология, психокоррекция, психологик маслаҳат соҳасида умумий психологик ва махсус психологик билимлар олган мутахассислар томонидан амалга оширилади. Психологик хизматга жалб қилинган педагоглар бу мутахассисликни олиш учун махсус қайта тайёргарликдан ўтишлари лозим.

Психолог маслаҳат бериш ишлари қуйидагиларни ўз ичига олади:

Болалар, ўқитувчилар, талабалар таълим ва тарбияси билан шуғулланувчи барча шахсларга, жумладан маъмурият (директор, ректор, мудир) ўқитувчилар, мураббийлар, ота-оналар, ижтимоий ва жамоатчилик ташкилотлари, ходимларига аниқ, яққол маслаҳатлар бериш.

1. Таълим, тараққиёт, тарбия, касб танлаш ва турмуш қуриш, ўзаро муносабат, муомала ва мулоқот сирлари, тенгдошлар ва вояга етмаганлар муносабати, масалан, дунёқараш, қобилият, иқтидор муаммолари юзасидан индивидуал, гуруҳий, жамоавий тарзда маслаҳатлар уюштириш.

2. Маъмуриятга, болалар, ўқувчилар, талабаларга (ётоқхонада, клубларда, кутубхоналарда) қизиқтирувчи масалалар бўйича болалар, ўқувчилар, талабаларнинг психик ўсиши хусусиятларига оид маълумот бериши, ўғил ва қизларни асраб олиш, оналик ва оталикдан маҳрум қилиш, ташкилотларни ғамхўрлик ва васийлик тўғрисидаги қабул қилган қарорга муносабати, шахс тақдирини ҳал қилишда қатнашиши ва маслаҳатли фикр бериши лозим.

3. Ота оналарга боланинг психик ривожланиши хусусиятларини шахс сифатида шаклланиши, ўзаро муносабат мақомлари, бунда фарзандларнинг ёши, жинси, индивидуал-типологик хусусиятлари муаммоси бўйича илмий-амалий маслаҳатлар беради.

4. Янги типдаги мактабларга ўрта-махсус ва касб-хунар коллежи ўқувчилари, академик лицей талабаларига уларнинг имконияти, истиқболи тўғрисида илмий – амалий хусусиятга молик консультатив ишлар олиб бориш: ёшларни саралаш, танлаш, касбга яроқлилик даражасини аниқлаш, танлов комиссиясида маслаҳатчи сифатида иштирок этиш.

5. Мазкур ишлар ўқувчиларни мактабда, коллежда ва лицейларда ўқитиш давомида психологик-педагогик жиҳатдан чуқурроқ ўрганишга йўналтирилган бўлиб, уларнинг индивидуал хусусиятларини, таълим тарбиядаги нуқсонларнинг сабабларини аниқлашга мўлжаллангандир. Ташхис ишлар гуруҳий ёки индивидуал тарзда ўтказилади. Бу аснода амалий психолог қуйидаги вазифаларни бажаради.

Ёш давр тараққиёти мезонларига мувофиқлигини аниқлаш мақсадида психолог болалар, ўқувчилар, махсус мактаб, ўқувчиларини, академик лицей ва касб-хунар коллежлари, олий ўқув юрти талабаларини психологик текширувдан ўтказиши, уларнинг

даражаларини белгилайди. Ўқувчиларнинг касбий яроқлилигини ташхиса қилади, уларнинг шахс хислатлар, иродавий сифатлари, ҳис-туйғулари, ўз-ўзини бошқариш имконияти, интеллектуал даражасини текширади.

Маслаҳат бериш ишлари-амалиётчи психологнинг асосий фаолият турларидан биридир. Маслаҳат бериш ишлари ўқитувчилар, ўқувчилар, ота-оналар учун олиб борилади. Маслаҳат бериш ишлари индивидуал ва гуруҳий бўлиши мумкин. Амалиётчи психологлар иш тажрибасини умумлаштириш шунинг кўрсатадики, ўқитувчилар кўпинча психологга қуйидаги муаммолар бўйича мурожаат қиладилар: турли фанлар бўйича ўқувчиларнинг ўзлаштиришдаги қийинчиликлар, болаларнинг ўқий олмаслиги ва истамаслиги, гуруҳда низоли вазиятлар, шахсий педагогик таъсирнинг натижа бермаслиги, ҳар хил ёшдаги болаларнинг тенгдошлари оила мулоқати ва болалар жамоасининг шаклланиши, касбий малакаларини ошириш йўллари, ўқувчиларнинг қобилиятлари, лаёқатлари, қизиқишларини аниқлаш ва ривожлантириш йўллари, ўқувчилар билан касбга йўналтириш ишларини олиб бориш.

Амалиётчи психологга ўқитувчилар ҳам мурожаат қиладилар:

Катталар ва тенгдошлари билан ўзаро муносабатни яхшилаш масалалари, ўз-ўзини тарбиялаш, касбий ва шахсий ўз-ўзини билиш, ақлий меҳнат ва хулқ-атвор маданияти ва бошқа муаммолар бўйича мурожаат қиладилар.

Психолог ўқувчилар билан бевосита алоқада уларда вужудга келган муаммоларни ҳал қиладилар. Бу тўғридан тўғри маслаҳат бериш деб аталади. Баъзан ўқувчиларга ва ота-оналарга ўқитувчиларнинг у ёки бу муаммолари бўйича маслаҳат беради, бу бавосита маслаҳат беришдир, бунда маълум қоидаларга амал қилишга тўғри келади. Маслаҳат бериш марказида ҳар доим психолог ва маслаҳат берилаётган шахснинг ўзаро таъсир жараёни, улар орасида ишончли ўзаро муносабатни ўрнатиш ётади. Бунда психолог – маслаҳат берувчи, ўқитувчи, ота-она – маслаҳат берилувчи, ўқувчи мижоз ролида бўлади.

Маслаҳат бериш – психологик хизматнинг асосий йўналишларидан биридир. Лекин психологик маслаҳат ўзинималиги ҳақида ягона тушунча йўқ. Коллежлардаги ёки академик лицейлардаги психолог иши бир-биридан тубдан фарқ қилади. Психолог аниқ ўқув муассасасидаги ўқитувчилар ва ўқувчилар

орасидаги муносабатнинг ижобий ва салбий томонларининг, ривожланидиган ижтимоий муҳитнинг ичида бўлади. У ҳар бир ўқувчи ёки ўқитувчининг ўзинигина эмас, шахслараро муносабатнинг мураккаб системасини ҳам кўради, бошқа иш турлари билан биргаликда вазиятни ҳал қилади.

Юқоридаги усулда иш олиб борганда психолог ва ўқитувчи ўз соҳасини яхши билувчи мутахассислар сифатида намоён бўлади.

1. Ўқувчи муаммолари бўйича уларнинг ҳамкорлиги билимларининг бирикувиغا имкон беради ва муаммоларни ҳал қилиш учун кенг ижодий имкониятлар яратади.

2. Психолог ўқувчилар ва талабаларнинг психологик хусусиятлари, уларнинг қизиқиши, майли, илк иқтидори кабиларни ўрганади, мутахассис ва етук шахс сифатида шаклланишига ёрдам кўрсатади.

3. Ўсмирларда учрайдиган ўқув малакалари ва кўникмаларини эгаллашдаги нуқсонлар хулқ-атвордаги камчиликлар, интеллектуал тараққиёт ва шахс фазилатларидаги бузилишларни ташхиса қилади.

4. Бошқа соҳанинг мутахассислари билан биргаликда психик ривожланишдаги нуқсонлар хилма-хиллигини ҳисобга олган ҳолда дифференциал ташхисани амалга оширади. Нуқсонларнинг тиббий ва дефектологик табиатини аниқлайди. Ассоциал хулқ-атвор сабабларини ва шаклларини белгилайди. Гиёҳвандлик ва таксикоманлик, алкоголизм, ўғрилиқ, дайдилиқнинг ижтимоий психологик илдизларини текширади, омилларни таҳлил қилади.

Психологик хизматнинг ушбу йўналиши психологдан инсон шахси ва индивидуаллигини таркиб топтириш жарёнида фаол иштирок этишни тақозо қилади. Халқ таълими тизимидаги психологнинг вазифаси психологик хизматни муайян ҳолда, мезонга асосланиб ташкил қилишдан иборат бўлиб, ёш давр хусусиятларига биноан психиканинг ривожланиши, шахснинг шаклланиши қонуниятларини амалиётга татбиқ этиш, ўқитувчилар жамоасига болалар, ўқувчилар ва талабалар таълим ва тарбиясини индивидуаллаштиришда ёрдамлашиш, уларнинг қобилияти, майлини ўсиш даражасига қараб ўқитувчиларга коррекцион ишларни амалга оширишда кўрсатмалар бериш. Психологик хизматнинг ушбу йўналишида алоҳида аҳамият касб этадиган нарса-бу болалар, ўқувчилар, талабалар ўсишида кечикиш, уларда хулқнинг бузилиши, таълимда ўзлаштиришнинг ёмонлашуви кабиларни ўрганиш ҳисобланади.

Психолог болалар, ўқувчилар, талабаларнинг ёш хусусиятларини ҳамда жадал ривожланишини ҳисобга олувчи, уларни психикасининг барча жабҳаларини қамраб олувчи динамик тараққиётга кафолат берувчи дастур ишлаб чиқаришга бутун фаолиятини йўналтиради, ижтимоий ўсиш талабига жавоб берувчи, умуминсоний, этнопсихологик хусусиятлар муҳитида камолатга интилувчи шахсни таркиб топтиришни бош мақсад деб танлайди.

Амалий психолог болалар, ўқувчилар, талабаларнинг психик тараққиётдаги, хулқ - атвор муомаласидаги нуқсонлар ва ҳамда камчиликларни аста-секин тузатиш, коррекция қилиш дастурини ишлаб чиқаради ва амалиётга уни татбиқ этади. Бунинг учун улар билан махсус машғулотлар ўтказиши, ижодий қобилиятларни ўстириш мақсадида тренинглар олиб боради.

Коррекцион фаолиятнинг психологик қисми мутахассислар томонидан амалга оширилади. Мазкур ишнинг педагогик жиҳати эса психологнинг педагоглар, ота-оналар билан ҳамкорлигида ўтказилади ва бутун масъулият унинг зиммасига тушади.

Ривожлантирувчи ва коррекцион ишлар психолог томонидан ҳар хил шаклларда, вазиятларда ҳал қилинади:

- а) Ўсмирларга амалий ёрдам бериш
- б) Ўсмирлар гуруҳига тарбиявий таъсир ўтказиш.
- в) Ота-оналар педагогик жамоа иштирокида тарбиявий тадбирлар тарзида машғулотлар олиб бориш назарда тутилади.

Ривожлантирувчи психокоррекционишлардастурини шундай тузиш керакки, унда коррекцион ишга жалб қилинувчилар гуруҳининг қадриятга йўналганлиги, этнопсихологик ва этномаданият хусусиятлари ҳисобга олиниши лозим.

Психоташхис тадқиқотлар қуйидаги вазифаларни ҳал қилади.

1. Ташхиса учун маълумотларни олиш. Бунда бола психик ҳолати ва шахси хусусиятлари баъзи белгиларининг кўринишларини ўрганиш мақсадида тадқиқот олиб борилади. Тадқиқотда олинган маълумотлар ёрдамчи характерга эга бўлиб хулқ - атворининг ҳақиқий кузатилган хусусиятлари, унинг психик функциялари, тараққиёт даражаси билан таққослашда фойдаланилади. Масалан, дарсда ўқувчи диққатининг барқарор эмаслиги, диққатини бир жойга тўплашга қийналиши, ақлий иш қобилиятининг пастлиги, тез чалғиши ва бошқалар билан ажралиб туради. Лекин хулқ - атворнинг кўрсатилган белгилари бола хулқ-атвори эҳтиёжлари ва мотивлари иерархиясининг /босқичма-

босқич/ ўзгариши натижаси бўлиши мумкин. Бунда ўқитувчи шахс нормал ҳолати кўринишларидан бирига ёки мия етишмовчилигининг функционал белгиларига дуч келади. Иккала ҳолатда ҳам у ёки бу ўқувчи ўзлаштириши ва интизомнинг пасайиши ташқаридан сезилса-да, психоташхис тадқиқотларда ўрганилаётган ўзгаришлар манбаалари, ривожланиши ва келгусида қандай бўлиши, психологик ҳолат белгилари ҳам ўрганилади.

Психоташхис тадқиқотлар бола психик функциялари ривожланиш даражасининг, ақлий тараққиёт даражаси, ёш ва маълумот билан ўзаро боғлиқлигини ўрганиш учун ҳам ўтказилади. Бу тадқиқотлар болада маълум қизиқишлар, амалий малакалар ва касб танлаш пайти келганда жуда муҳимдир.

2. Психик тараққиёт ўзгаришини ўрганиш учун зарур маълумотларни тўплаш. Агар «кўндаланг кесим» методлари орқали психоташхис тадқиқот маълум босқичда бола психик тараққиёти даражасини, яъни психик функциялар ривожланиши лолзарб зонаси аниқланадиган бўлса, «узунасига кесим» (лонгитюд) психоташхис тадқиқотларда бола психик ҳаёти тараққиёти хусусиятлари ривожланишида, яъни таълим ва тарбия жараёнида ўрганилади.

3. Ақлий заифлик даражасини ёки бошдан кечирган касаллик туфайли психик камчиликларни аниқлашга қаратилган психоташхис тадқиқотлар махсус ёки ёрдамчи мактабда ўқиши ҳақида масала ҳал бўлаётганда тиббий педагогик ҳайъат (комиссия) томонидан фойдаланиши мумкин.

4. Болада пайдо бўлган етарлича ўрганилмаган янги психик ҳолатларни таҳлил қилиш учун илмий мақсадда психологик тадқиқот ўтказиш. Вазифа бундай қўйилганда, тадқиқотчиларни қизиқтирган масала бўйича катта гуруҳларда тадқиқотлар ўтказилади. У ерда олинган натижаларнинг статистик ишончлилиги муҳим аҳамият касб этади.

Психологик хизматда ташхис-ривожлантирувчи йўналишлар ишнинг асосий мазмунини ташкил этади. Д.Б. Элькониннинг таъкидлашича, болаларни танлаш учун, аниқланган четлашишларни тузатиш мақсадида психик тараққиётни назорат қилишга йўналтирилган махсус ташхиса зарур. Унинг таъкидлашича, тараққиётда бўлиши мумкин бўлган четлашишларни эртароқ тузатиш учун психик тараққиётни назорат қилиш зарур. Амалиётчи психолог фақатгина диагноз қўйиш билан

чекланмасдан, кейинги ривожланиш дастурини ишлаб чиқади, ўзи берган тавсияларнинг бажарилишини назорат қилади, коррекцион ва ривожлантирувчи ривожлантирувчи тренингларни олиб боришга алоҳида эътибор қаратади.

Амалиётчи психологнинг ташхис-коррекцион иши мураккаб фаолият турларидан бири бўлиб, махсус психологик тайёргарликни талаб қилади. Бу жараён биринчи бўлиб, тарбияси қийин ва нормал болаларни ўрганишга бағишланган педалогик тадқиқотларда Л.С. Выготский томонидан қўлланган.

Психопрофилактик иш-амалиётчи психологнинг энг кам ишланган фаолият турларидан бири ҳисобланади. *Психопрофилактикада уч босқич ажратиб кўрсатилади:*

Биринчи босқич дастлабки профилактика деб аталади. Бу босқичда психолог соғ болалар билан ишлайди ёки мактабдаги барча ўқувчиларни қамраб олади. Кўпчилик муаллифларнинг таъкидлашича, мактаб психик соғлиқ профилактикаси учун қулай ҳисобланади. Улар мактаб психологлари дастлабки профилактикани ўтказадиган мутахассислар деб тан оладилар.

Иккинчи босқич профилактика муаммолари мавжуд болаларга қаратилади. Унинг мақсади - ўқишдаги ва хулқ - атвордаги қийинчиликларни иложи борица эрта аниқлаб, уларни йўқотишдан иборатдир. Иккинчи босқичда ота-оналар ва ўқитувчиларга маслаҳатни ҳам ўз ичига олади /боланинг ўқиши ўзгариши учун таълим услубини ўзгартириш/.

Учинчи босқич. Психолог ўқишдаги ва хулқ - атвордаги яққол кўриниб турадиган муаммолари бор болаларга ўз диққатини қаратади. Профилактиканинг дастлабки мақсади - жиддий психологик қийинчиликларни ва муаммоларни йўқотиш ва тузатишдан иборат. Психолог олдига келган бола билан алоҳида ишлайди. Мактаб психологининг асосий кучи учинчи босқичга, яъни «тарбияси қийин» болаларга қаратилади ва ўқувчиларнинг асосий қисми психолог эътиборидан четда қолиб кетади.

Ҳозирги америка психологлари мактаблардаги психологик хизматни психик соғлиқ хизмати сифатида фаолият кўрсатишнинг тарафдори бўлиб чиқмоқдалар.

Психопрофилактика амалиётчи психолог фаолиятининг махсус тури бўлиб, мактабдаги барча ўқувчилар учун шарт-шароитларни яратишдан иборат.

Умуман, психолог профилактика ишининг асосий вазифаларига қуйидагиларни киритиш мумкин:

1. Ҳар бир ёш босқичида инсоннинг шахс сифатида шаклланиши, ақлан баркамолликни таъминлашнинг оқилона шарт-шароитларини яратиш;

2. Шахс камолоти ва интеллектуал тараққиёти бўсағасида вужудга келиши мумкин бўлган психологик нуқсонлар ва бузилишларга эътибор қаратиб уларни бартараф этиш чоратадбирларини белгилаш ўз вақтини олдини олиш ҳисобланади.

Таълим тарбия жараёнида ўқувчиларга индивидуал ёндашув зарурлиги ҳамма томонидан тан олинган, лекин ундан амалда фойдаланиш асосан иш эмас. Бунга мактабда ўқитувчиларнинг бола ҳақида кўп гапиришлари далил бўлади. Чунки мактабда ўқувчининг қобилиятлари, шахснинг асосий хислатлари ҳақида чуқур ва ҳар томонлама маълумот берадиган мутахассис йўқ.

Таълим тарбиядаги индивидуал ёндашув, болани бошқалардан ажратиб индивидуал ўқитишни билдирмайди, балки шахснинг у ёки бу хислатларининг шаклланишида махсус шароитларни ҳисобга олиш, ҳар бир ўқувчининг индивидуал психологик хусусиятларини илмий асосда тушунишни аниқлатади.

Психологияда шахснинг индивидуал хусусиятлари деганда бир шахсни иккинчи шахсдан фарқлайдиган хусусиятлар тушунилади.

Индивидуал ёндашувнинг вазифаси – ривожланишнинг индивидуал усулларини аниқлаш, боланинг имкониятларини ҳар бир шахснинг фаоллигини таъминлашдан иборат. Бу нуқтаи назардан олганда индивидуал ёндашув фақатгина «тарбияси қийин» болаларга эмас, барча ўқувчиларга ҳам зарурлиги тушунарли бўлади. Коллеж психологлари бу усулни у ёки бу шаклда қўллайдилар, чунки бу кўзга ташланиб турган қийинчиликлар билан биргаликда, бола шахсий тараққиётининг баъзи яширин нуқсонларини ҳам топишга ёрдам беради.

Бундай ташхис ишининг асосий мақсади - ўқувчи психик тараққиётининг умумий ҳолатини билишдан иборат. Бундай кўп қиррали ва тўлиқ ташхиса натижалари психолог учун ҳам, оналар, ўқувчилар учун ҳам «тарбияси қийин» бола билан олиб бориладиган тузатиш ва ривожлантириш ишларининг йўлларини аниқлаш имконини беради. Бу усул ютуқлар билан бирга, камчиликларга ҳам эга.

Биринчидан, бу усулни қўллаш жуда кўп вақтни олганлиги учун, уни амалга оширишнинг ҳар доим ҳам иложи бўлмайди. Бу усул кўп вақтни талаб қилганлиги учун фақатгина психолог эмас, «тарбияси қийин» ўқувчи ҳам чарчайди, текширувда иштирок этишдан бош тортади, топшириқларни ўзи сезмаган ҳолда номига бажаради. Тажрибадан маълум бўлишича, айниқса оғзаки методикалар қанчалик тўлиқ бўлмасин, қийинчилик туғдиради. Бундан ташқари бундай методиклар шахсни тўлиқ характерлаш учун етарли бўлмайди.

Расмий илтимосга қандай муносабатда бўлиш керак? Коллеж психологи жавоб берадиган биринчи савол мана шу. Расмий илтимосга икки хил муносабат, икки хилма-хил иш услуби мавжуд.

Биринчиси, расмий илтимосга ўзига хос бўлмаган жавоб қайтаришдир. Бу икки усул билан амалга оширилади.

Биринчидан, расмий талабга жавоб тарзида унинг мазмунига боғлиқ бўлмаган ҳолда психоташхис методлар тўплами қўлланилади.

Иккинчидан, расмий талабга ўзига хос жавоб қайтаришнинг усули бўлиб, машҳур америкалик психолог К. Роджерс психология фани ва амалиётига киритган психологик иш тўғри ҳисобланади. Унинг фикрича, «тарбияси қийин» бола билан ишлаш учун, расмий талабнинг мазмуни қийинчиликлар сабабларини тушунишга тенг, лекин бу муҳим аҳамиятга эга эмас. Бола шахсини ривожлантирадиган шундай шароит яратиш керакки, бу шароит уни хулқ-атворнинг салбий шаклларидан воз кечишга ва янги ижобий шаклларини яратишга мажбур қилсин.

Расмий илтимосга ўзига хос бўлмаган жавоб қайтаришга тескари услуб – бу расмий талабга қатъий мос тушадиган ташхис методикаларни танлашдан иборат: Масалан: ёмон ўзлаштириш ҳақида шикоят тушганда, биринчи навбатда билиш жараёнларининг тараққиёти таҳлил қилинади. Бундай ташхиса ўзлаштирамаслик сабабларини аниқлай олмасгина, бошқа кўрсаткичлар қаралади. Ташхиса натижаларига мос равишда, кўпинча тренинг турида амалга ошириладиган тузатиш ишлари олиб борилади. Масалан: хотира кучсиз ривожланганда, уни махсус машқ қилдириш мақсадга мувофиқ, ихтиёрийлик етарли даражада ривожланмаганда, уни шакллантиришнинг махсус дастурлари киритилади.

II боб. ТАРБИЯСИ ҚИЙИН ЎСМИРЛАР ФАОЛИЯТИНИ ТАҲЛИЛ ҚИЛИШНИНГ ЎЗИГА ХОС ХУСУСИЯТЛАРИ

2.1. Ўсмирларда тарбияси қийинликни ўзига хос хусусиятлари.

Маълумки, шахснинг шаклланиши динамик хусусиятга эга. Шунинг учун унинг ривожланишида гоҳо илгарилаб кетиш, гоҳо тараккиётдан орқада қолиб кетиш ҳолатлари кузатилади. Оқибатда, баъзан ўсмирларнинг хатти-ҳаракатларида ўзини ўзи маҳкум қилувчанлик белгилари намоён бўлиши кузатилади. Улар ўзларининг жисмоний ва рухий саломатликлари билан борлик, хотиржамликнинг қадрига этмайдилар, турли жисмоний шикастланишлар, рухий тушкунликлар натижаси ўлароқ ўз истикбол режаларини тўза олмайдилар, худди шу боис, ўзларининг ижтимоий мавкеларига путур етказдилар. Хулқ-атвордаги оғишларнинг ҳам маънан, ҳам жисмонан таназзули улар турмуш тарзининг носоғлом кечишига, уларни алкоголизм ва наркомания иллатлари сари етакяйди, баъзан суицидал (ўзини ўзи улдириш) ҳолатига олиб келади. Биз ўзини ўзи маҳкум қилувчи хулқ-атвор деганда, нафақат организмнинг жисмонан носоғломлиги, балки ўсмир шахси ривождаги ахлоқсизлик, маънавий қашшоқлик, турли даражадаги дезадаптацияга олиб келувчи шахс дисфункцияларини тушунамиз. Ўсмир шахсида дисфункциялар кечиши патологик ва нопатологик кўринишга эга. Ўсмирларга ўзини ўзи маҳкум қилувчи хулқ-атвор ва унинг таснифлари куйидагича ифодаланиши мумкин.

I. Ўсмир шахси бузилиши даражаси: а) олд патологик; б) нопсихотик; в) психотик.

II. Маҳкум қилувчи хулқ-атвор типлар: а) ҳаётий талофат; б) жисмоний зиён-заҳмат; в) маънавий-ахлоқий камолотга зиён-заҳмат; г) ижтимоий мавқега зиён-заҳмат.

III. Ижтимоийлашув адаптация босқичлари: а) барқарор адаптация б) парциал адаптация; в) беқарор адаптация; г) дезадаптация.

Ўсмир шахсидаги бузилиш даражаларини қуйидаги мисол орқали яққол ифодалаш мумкин. Масалан, алкогольга нисбатан мойилликни олайлик. Ҳар замонда ичиб туриш, яъни алкогольга эпизодик хусусиятли мойиллик, байрамларда, дўстлар даврасида, вақт-ни к.изик, арли, мароқли утказиш билан боғлиқ ҳолатлар гарчи ушбу ҳолат ҳам ўсмир шахси шаклланишига маълум даражада таъсир қилсада, албатта патология эмас. Алкоголни тез-тез қабул қилиш оқибатида унга боқланиб қолиш эса патология, лекин психотик даража эмас.

Агар алкогольга ёки наркотик моддаларга ружу қуйиш ҳақиқий касаллик симптоми даражасига етганда, улар билан борлик чуқур ўзгаришлар («ок.алахлаш» ва «ломка») руй берса, бу психотикдаража хисобланади.

Маҳкум қилувчи хулқ-атвор типлари психологияда қуйидаги-ларга ажратилади: а) шундай хатти-ҳаракат ва хулқ-атвор мавжудки, бу индивидуум учун зарарли хисобланиб, у ўзини ўзи улдириш (суицидал ҳолат) билан тугаши мумкин. Лекин таваккалчилик билан боғлиқ спорт турлари, жумладан, авто ва мото пойгалар, альпинизм, бокс ёинки, ҳаёт учун хавфли касб-кор; ўт учирувчи, каскадер, жамоат тартиби ва миллий хавфсизликни саклаш бўлинмалари баъзи вакилларининг фаолияти (гарчи улар нимага кетаётганларини чуқур англаган тақдирда ҳам, баъзан ўз хатти-ҳаракатларининг охири ўлим билан тугасада), албатта бундан мустасно. Чунки бундай масъулиятли касб эгаларида ўзига ишонч, ҳар қандай вазиятда ўзини синаб кўриш ва ғалаба нашидаси

устиворлик қилади; б) ўз организмига жисмонан зарар етказиш билан борлиқ бўлган, депрессив ҳолат (рухий азобланиш) натижасида ўзига ўзи тажовуз ҳилиши билан кечади; в) маҳкум қилувчи хулқ-атворнинг типичамият томонидан қабул қилинган умуминсоний меъёрларга зид бўлган делинквент хулқ-атвор хусусиятларини ўзида мужассамлаштиради. Бунда нафакат умумбашарий меъёрлар, балки умуминсоний қадриятлар, диний меъёрларни саклаш назарда тутилади. Акс ҳолда инсоният ўзининг ибтидоий аждодларидан фарқ, қилмай колар эди. Гарчи инсон давр утиши билан биологик тузилиши нуктаи назаридан чуқур ўзгаришларга учрамаган бўлсада, лекин ўзининг миллий анъаналарига, миллий маданиятига, миллий ахлоқ меъёрларига қарши тутар экан, у маънавий кашшокдир. Зеро, тўрт муччаси СОҒЛОМ ўсмирнинг асоқил (аксижтимоий) гуруҳлардаги иштирокини, ахлоқтўзатиш муассасаларига тушиб қолишини, турли экстремистик гуруҳлардаги фаолиятини, ўзининг ҳаётини барбод қилишини фақат унинг ўзини ўзи маҳкумқилувчи хулқ-атворидангина излаш мумкин; г) маҳкум қилувчи хулқ-атворнинг кейинги типини ижтимоий мавкега зиён-захмат ет-казиш, деб аташ мумкин. Оддий бир мисол, ўсмир ўз ота-онасига қунгилсиз ташвиш келтириш мақсадида ўқишни ташлайди. Бу билан у ўзини ўзи тасдиқлашга уринида ва хрказо. Қайд этилган ҳолатларнинг барчасида ижтимоий дезадаптацианинг у ёки бу даражалари изохланади.

Хулоса қилиб айтганда, ўсмир шахсини урганишга қаратилган барча ендашувларга, тамойилларга, йул-йуриқларга замон рухи орқали назар ташлаш талаб этилади. Бизни қизиқтираётган психик бузилишнинг бошланиши ва намоён бўлиш жараёни, уни ташкил қилувчи хусусиятлари ҳамда кечишининг асосий вариацияларини чухур таҳлил қилиш маҳкум қилувчи хулқ-атвор ривожланишининг назарий "намунаси"ни тўзиш, сунгра шакллантирувчи тажриба мажмуасини яратиш, психокоррекцион рухий тузатиш ва тарбиявий таъсирлар тимизининг асоси бўлиб ҳисобланади.

Шундай қилиб, ўсмир ҳаётининг кечишида баъзан «кўз илгамас ўзгаришлар», баъзан эса фавқулоддаги «янгиликлар», «ёрқинликлар» умумий таъсирида унинг тақдирини ўзгартирувчи маънавий тушкунликлар ҳам руй беради. Шулардан бири — ўсмирнинг ўз жонига қасд қилиши билан борлиқ хатти-ҳаракатидир. Сир эмаски, ўз жонига суиқасд қилиш жамиятга ҳамда оилага маънавий ва моддий жихатдан жуда катта зарар келтиради. Чунки ўз жонига қасд қилган ўсмир: а) маълум муддат ўқишга (ишга) яроқсиз бўлиб қолишлари; б) сурункали давом этувчи оғриқлар сабаб турли асабий зуриқишларнинг ортиши; в) ҳам жисмоний, ҳам рухий мажрухлик, ноғиронлик; г) ўз жонига қасд қилишга уринишнинг янада кучайиши ҳолатларини бошидан кечирадилар. Ўз жонига қасд қилиш генезисида оиланинг, оила аъзолари, улар орасидаги шахслараро муносабатнинг ўрни бекиёс. Оиладаги НОСОҒЛОМ психологик муҳид шахс ривожланишида ижтимоий-психологик деформация омили сифатида юзага чиқади ва уни ўз жонига қасд қилишга «ундайди».

Ўз жонига қасд қилиш ва ўз жонига қасд қилишга уриниш муаммолари билан шугулланган бир катор олимлар М.Г. Давлетшин, Ғ.Б.Шоумаров, С.А. Охунжонова, А.Г. Амбрумова, Л.И. Пуставаловаларнинг фикрича, ушбу ҳолат содир этилишидаги оилавий омиллар ўрнини қуйидагилар билан изохлаш мумкин:

- илк болалик даврида оилада отанинг йўқлиги;
- оилада фарзандга она меҳрининг этишмаслиги;
- оилада ота-оналик нуфўзининг етарли даражада эмаслиги;
- оилада матриархал услуб муносабатларнинг етакчилиги;
- оилавий муносабатларда ўз ўрнини топа билмаган катта ёшли оила аъзоларининг «ўзлигини» тасдиқлаш максадидаги турли хил уринишлари: а) эмоционал «портлаш», б) болагажазо усулларини қўллаш, в) хатто, болага тан жароҳати етказиш;
- ажрашган оилалар;
- оилада ёки оила шажарасида ўз жонига қасд қилган ёинки қасд қилишга уринган кимсанинг мавжудлиги ва хоказолар.

Шу билан бир каторда ўз жонига касд қилиш учун катта имконият яратувчи ижтимоий-психологик оила типлари қуйидагиларга ажратилади:

Ўзаро узвий боғлиқ бўлмаган оила тип — оила аъзоларининг ўзаро муносабатлари фаҳатгина расмий хусусиятга эга, улар бирор-бир оилавий муаммоларни ўзаро маслахатлашиб, ўзаро келишув асосида амалга оширмайди. Уларнинг муносабатларида ХИССИТЁ боғлиқдир этишмайди. Оқибатда оила аъзоларидан бири доимо ўзини ёлғиз ҳис этади, унда оила аъзоларининг барчаси менга қарши деган фикрнинг устунлиги билан тавсифланади.

Ўзаро муносабатлари ута жипслашган оила. Бу оила тип

юқорида қайд этилган типнинг бутунлай акси. Оила аъзолари бир-бирларига ҳам қалбан, ҳам жисмонан жуда борлиқ бўладилар. Оила аъзоларидан бирининг муаммоси, унинг шахсий муаммоси эмас, бу умумоилавий муаммо тарзида қабул қилинади. Унинг ечимида барча оила аъзолари баробар иштирок этадилар. Улар бир-бириларисиз «хеч ким» ва «хеч нарсага қодир эмасдек». Шундай оила аъзоларидан бирининг «йукотилиши» бошқалар учун талофатхисобланади.

Ўзаро қовушмаган оила тип. Оила аъзоларнинг қизиқишлари, эҳтиёжлари, мақсадларининг ўзаро мос келмаслиги, умумий хошиш-истакларнинг этишмаслиги, оилада умум қабул қилинган меъёр-ларнинг фақат мажбурият юзасидангина бажарилиши, ушбу меъёрларга бўйсунмаган аъзонинг доимий тарз датазйик.остида ушланишга, ўзи хохламаган хулқ-атвор, одатларини бажаришига зурлик билан ундаш оқибатида хатарли вазиятни юзага келтириши билан изохланади.

Маълумки, танглик ҳолатида ўсмирнинг билиш жараёни ва хулқ-атворда турли «оғиш»лар учрайди:

- а) диққат хажмининг торайиши;
- б) ахборотлар қабул қилинишининг издан чиқиши;
- в) хотира билан боғлиқ функциялар қийинлашуви;
- г) фикрларини баён этишдаги ноаниклик;

- д) тафаккур фаолиятининг сусайиши;
- е) ўсмир шахсида ўзининг «Мен»ига нисбатан муносабатнинг ўзгариши;
- ё) ўз-хатти-ҳаракатига атрофлича танкидий карай билмаслик;
- ж) ўз хиссиётини ақл, онг бошқарувида ушлай билмаслик, ўз жонига қасд қилиш учун кулай фурсат ҳозирлайди.

Мутаносиб оила тип. Ташқи муҳит ўзгаришига мослаша олмаслик бундай оиланинг асосий хусусияти ҳисобланади. Мабодо оила аъзоларидан бири оиладан ташқаридаги қандайдир низоли вазиятнинг иштирокчиси сифатида муаммога дуч келса, оиланинг қолган аъзолари унга ёрдам кулини чўзиш ўрнига уни жазолайдилар, яъни ундан узоқлашадилар, гоҳо «душман» томон фикрларини уринли эканлигини таъкидлаб, уни «махкум» этадилар. Бу ҳолатни қабул қила олмаган жабрланувчининг эса гуё ўз жонига қасд қилишдан бошқа иши қолмайди. Таъкидлаш жоизки, ҳозир ҳам ўз жонига қасд қилиш хавфи сакланиб қолган. Бундай инсонлар психологлар, юристлар, педагоглар, тиббиёт ходимлари ёрдамига мухтождирлар.

Мисол. Мижоз Е. қиз бола 13 ёш. Ўз жонига қасд қилиш мақсадида, ўзи яшайдиган кўп каватли ўйининг 3 каватидаги хонаси деразасидан ўзини ташлаган. У булимда ўзининг интизомсизлиги, кайфиятининг тез-тез ўзгариб туриши, катталар билан муносабатда кескинлик, кичикларни менсимай, «какшатиш» каби хатти-ҳаракатлари билан ажралиб туради. Психологик тадқиқотлар натижасига кўра: ўзаро муносабатлар доирасидаги номута-носиблик, аффектив реакциянинг ўзгарувчанлиги унда аччикланишнинг устунлиги, кайфиятининг кайгули ғамгинлиги кузатилди. У оилавий ахволи-инг оғирлиги, ёмонлигидан, хиссий кечинмаларини ҳеч ким билан ўртоқлаша олмаслигидан шикоят қилди. Унинг фикрича: «онасининг тили заҳар, уни бесабаб жазолайди», «ўгай отасидан жуда қўрқади, чунки у шафқатсиз»,... «уриш жанжал вақтида ўз онамни уриб юборгим келади, баъзан у менинг онамлигини ҳам унитиб қўяман», «ўзимни йўқотиб қўяман, менга тазйиқ утказишларини ёқтирмайман», «мен кўпроқ каратэ,

самбога қизиқаман, умуман «ур-сур»ларга тула фильмларни кўраман» ПДС (патохарактерологик суровнома) натижаларига кўра, суст мурасозлик (турмушдаги ходисаларга мослашишни хохламаслик), эмансипация реакциясининг, яъни ҳар қандай уғитлардан, хомийликлардан, назоратлардан холи бўлишга интилишининг ёрқин ифодаланиши, доимий низоли вазиятларда устунликка эришиш уруниши мавжудлиги аниқланди.

Индивидуал хусусиятларида: газабкорлик, ўзининг муваффақиятсизликларида кимнидир айбдор деб билса, албатта ундан уч олиш хиссининг юқорилигини тан олиб, «мени хаттоки майда-чуйда танбех. ва инкорлар ҳам ранжитади, кутара олмайман» дея жавоб кайтарди.

Тадқиқотлардаги шахсий хавотирланиш ва реакция кўрсатиш шкаласи бўйича суёт реактив хавотирлик ва юқори шахсий хавотир, яъни доимий ва барқарорлиги билан ажралиб турувчи шахсий хавотирга асосланган вазиятни «тахдид», деб идрок қилиш ҳолати аниқланди.

Психолог хулосаси. Касалнинг турмуш тарзи агрессив ҳимоя ҳулки шаклланишига олиб келган. Унда катъий эътироз реакциясининг устунлик қилишига кўра, эпилептик ва истерик характер хислатлари бор деб хулоса чиқаришга имкон беради. Унда интеллект сакланган. Оила ва мактабдаги вазиятларнинг таҳлилига кўра, бир-бирини ҳақоратлашгача ушиб утувчи низоли муносабатлар, ўқишга лаёқатлилиқ мавжуд бўлсада, лекин унга нисбатан қизиқишнинг йуклиги, жамоат ишларидаги фаолсизлик, кўполлик, дўст орттиришга интилиш ўрнига ёлғизликни хуш куришлик аниқланди. Шу маълумотларга асосланиб, унга эпилептик психопатия диагнозини қуйиш мумкин.

2.2. Ўсмирлардаги психопатик бузилишларни ўрганиш ва олдини олишнинг ўзига хос хусусиятлари

I. Клиник-бузулишлар.

1. Ўткир аффектив реакциялар.

2. Патохарактерологик реакциялар.
3. Ўсмир шахси шаклланишидаги психоген патология:
 - а) ўсмир шахсининг патохарактерологик шаклланиши;
 - б) жисмоний дефект (нуқсон) ва сурункали касаллик оқибатида ногиронликка олиб келувчи касаллик типлари сабаби туфайли шахсда патологик ҳолатларнинг шаклланиши.
4. Психопатия:
 - а) конституционал;
 - б) органик.
5. Экзоген-органик (турли шикастлар, тутқаноқ, нейроинфекциялар ва бошқалар) генезисга асосланган психопатия кўринишидаги бузилишлар.
6. Психотик генезисга асосланган психопатия кўринишидаги бузилишлар (шизофрения, маниакал-депрессив синдром, эндореактив психоз):
 - а) психопатия кўринишидаги эндоген психозлар дебюти;
 - б) психопатия кўринишидаги суёт кечувчи шизофрения;
 - в) аффектив психозлардаги психопат кўринишнинг эквивалентлари (депрессиянинг делинквент эквивалентлари, гипоманиакал ҳолатлар);
 - г) эндоген психозларда психопатия кўринишидаги ремиссия типи;
 - д) психопат резидуал ҳолатларнинг психопатия кўринишидаги типлари.

II. Синдромал ҳолат

1. Аффектив кўзгалувчанлик синдроми.
2. Гипердинамик синдром.
3. Демонстратив хулқ-атвор синдроми.
4. Суицидал хулқ-атвор синдроми.
5. Токсикоман ва алкоголь хулқ-атвор синдроми.
7. Жинсий девиацияни уйғотиш синдроми.
8. Ўта қимматли қизиқишлар ва майллар синдроми.
9. Психик инфантилизм синдроми.
10. Депрессиянинг эквиваленти синдроми.
11. Гипоманиакал ҳолатнинг эквиваленти синдроми.

12. Диморфобик ва диморфоман синдромлар.
13. Ортиб борувчи шизоид синдроми.
14. Метафизик интоксикация синдроми.
15. Эпилептоид синдроми.

III. Психопатик бузилишлар

1. Психопатик.
2. Нопсихопатик.

IV. Патохарактерологик

1. Гипертим.
2. Циклоид.
3. Лабил.
4. Астено-невротик.
5. Сензетив.
6. Психоастеник.
7. Шизоид.
8. Эпилептоид.
9. Истероид.
10. Беқарор.

V. Психопат бузилишлар динамикасининг намаён бўлиши

1. Транзитор бузилишлар.
2. Бошланғич кўринишлар.
3. Структуралаштириш.
4. Шаклланишнинг тўхташи.
03. Адаптив утказиш (трансформация)
02. Силлиқланиш (депсихотизация жараён сифатида)
01. Қисман ёки тулиқ депсихопатизация (хотима сифатида) .
0. Амалий соғайиш.

VI. Ижтимоий адаптация қирраси

0. Барқарор адаптация.
1. Парциал адаптация.
2. Беқарор адаптация.
3. Дезадаптация

Ўйлаймизки, ўсмирлар муаммоси билан шуғулланувчилар учун уларнинг тарбиясидаги «қийин»лик омилларини доимий

тарзда қайд қилиб бориш улар билан амалга ошириладиган амалий фаолиятни енгиллаштиради.

Ўсмирлик даврига хос бузилишларнинг динамикасини аниқлаш эса турли масалаларни ечиш, жумладан, эксперт хулосасини тўзиш, улар билан олиб бориладиган реабилитацион чора-тадбирларнинг индивидуал режасини тўзишга имкон беради. Қайд этилган классификациядан амалиётда фойдаланилганда, ҳар бир мижозга мос келувчи асосий таснифларни назарга олиб, диагноз қуйиш керак.

2.3. Хулқи оғишган болаларнинг ўзига хослиги

Айрим тадқиқотчилар болалар ва Ўсмирларга хулқи оғишнинг келиб чиқишида ижтимоий муҳит, оилавий муносабатлар ва тенгдошлар гуруҳининг таъсири каттадир деб таъкидлайдилар. Жумладан В.В.Ковалев ўсмирлар хулқи ўзгариши психоген вазиятнинг ситуацион таъсирланишларини келтириб чиқариши ва бундай вазиятларнинг хулқ оғишининг келиб чиқишига таъсири ҳақида гапириб, хулқ ўзгаришини келтириб чиқарувчи психологик, патологик реакциялар ҳақида алоҳида тўхталади. У психологик ситуацион таъсирланишларни характерологик таъсирланишлар ўсмирлар хулқ-атвори ва характеридаги ўзгаришларни келтириб чиқаришлари мумкин деб уқтиради. Бундай таъсирланишлар асосан оила, мактаб ёки турли хил уюшган гуруҳлар таъсири туфайли вужудга келиб, маълум шахсга йўналтирилган бўлади.

Ўсмирлар ва ўспиринлар хулқи оғишига бағишланган тадқиқотларда кўрсатилишича ижтимоий мослашишнинг издан чиқиши асосий сабаб сифатида кўрсатилиб ўтилади. Жумладан ўсмир хулқи бузилиши механизмининг ривожланишида адаптация (мослашиш) ва дезадаптация (мослашишнинг издан чиқиши)нинг ўрни катта эканлигини таъкидлайди. Муаллифнинг фикрича бир-бирига қарама-қарши бўлган бу икки тушунча инсон организмнинг ички мезанизми билан ташқи муҳит ўртасидаги

ўзоро мураккаб боғланишни таъминлашда хизмат қилади. Ижтимоий-психологик мослашишнинг издан чиқиши дейилганда.

Организм ва ташқи муҳит ўртасидаги мураккаб боғланишнинг издан чиқишига айтилади. Шунингдек, хулқи оғишнинг келиб чиқиши ҳақида ғарбда социогенитик назария деб номланган, ўзимизда эса «насли бузук» деб таърифланадиган таълимотнинг хато эканлигини алоҳида кўрсатиб ўтиш керак.

Хулқи оғиш хусусиятларини ўрганишга бағишланган манбаалар таҳлилидан маълум бўлишича хулқи оғиш бир қанча турларга бўлинади.

Жумладан В.В.Ковалевнинг фикрича хулқи оғишнинг тўрт хил кўриниши мавжуд:

1. Мавжуд тартиб, талаб ва қоидаларга бўйсинмаслик кўринишидаги оғма хулқ.
2. Ижтимоий муҳитга, жамият нормаларига нисбатан норозилигини намоён қилиш мақсадидаги оғма хулқ.
3. Мавжуд ҳуқуқий нормаларга, қонун қоидаларга бўйсинмаслик замирида юзага келадиган оғма хулқ.
4. Шахснинг ситуацион вазиятда ўзини бошқара олмай қолишлик ва ўзига шикаст етказишга йўналтирилган оғма хулқ.

2.4. Агрессив хулқли бола билан олиб бориладиган психокоррекция ишлар кўлами ва имкониятлари

Агрессив хулқни «ёмон» билан бир хил ҳисоблаш мумкин эмас. Оғир, хавфли вазият пайдо бўлганида агрессивлик ҳимоя, баъзида эса вазиятни бартараф этувчи функцияни бажаради. Агрессивхулқ айниқса болада ёшга хос бўлган ўтиш даврида кузатилади. Бу шундан далолат берадики, ёш давлари қозиси пайтида боланинг яшаши қийинлашади, ҳар қандай мураккаб вазиятда бола қийинчиликни ҳис қилади ва шу сабабли агрессив хулқнинг элементлари кузатиш мумкин. Бу нормадаги болага ҳам, агрессив хулқли болага ҳам бирдек тегишли. Аффектив бузилиш бўлганида агрессия одатий ҳодисага айланади, ҳатто хулқ-

атворнинг бирдан бир шакли бўлиб қолади. Бироқ бунга қарамасдан, бола хулқида агрессивликнинг бор бўлиши улар билан ўзaro муносабатда қийинчилик туғдиради. Агрессив тенденцияларни тасодифий салбий ҳолат деб баҳолаб бўлмайди.

Шуни эсда тутиш керакки, аффектив тараққиёт жараёнида бола активлиги қонуний равишда ошиши мумкин. Одатда, катталар ёрдамида ўтказилган психокоррекциянинг бу зарурий босқичида бола ўзини қуршаган реаллик билан нисбатан адекват турдаги мулоқотни ўзлаштириши мумкин.

Бола агрессиясини коррекция қилишни унинг сабабини аниқлашдан бошлаш лозим. Агар агрессия эмоционал мотивацион сферанинг бузилиш сабабли бўлмаса коррекцион фаолиятни уни йўқотишга эмас, балки салбий оқибатларга олиб келувчи агрессив хулқни юмшатиш ва унинг намоён бўлишига йўл қўймасликка қаратиш лозим. Шу билан бирга катталарни унинг агрессив реакциясига адекват идрок қилишга тайёрлаш лозим.

Бошқа ҳолатда, яъни агрессия эмоционал мотивацион сферанинг бузилишини намоён бўлиши бўлса, психолог ёки тарбиячи ҳаракати боланинг мустаҳкамланмаган агрессив ҳаракатига йўналтирилиши лозим.

Коррекцион методиканинг қўлланиши тўлиқлигича агрессив хулқнинг сабабига боғлиқ бўлади. Коррекция методи конқоет ҳодиса ва конқоет болани ҳисобга олган ҳолда танланади. Бу қуйида шарҳланган коррекция методларини диққат билан кўриб чиқишни тақозо этади.

1. Агрессияга мойилликни эътиборга олмай қўйиш, унга атрофдагиларнинг диққат қаратмаслиги..

2. Агрессив ҳаракатларни ўйин мазмунига киритиш ва унга янги эмоционал мазмун бериш. Бу орқали боланинг атрофдагиларга зарар етказмаган ҳолда агрессив мойиллигини чиқариб юбориш (масалан, қароқчи ва казаклар ўйинида агрессив хулқли болага қароқчи ролини бериш).

Одамовилик ва унинг коррекцияси.

Одамовилик – оғиш бўлиб, мулоқот доирасининг торайиши, атрофдагилар билан эмоционал муносабатда бўлиш имкониятининг камайиши, янги ижтимоий муносабатларни ўрнатишда ёш даврларига хос бўлган қийинчиликлар билан намоён бўлади.

Бу оғишнинг сабаби қуйидагилар бўлиши мумкин: Узоқ давом этган стресс (масалан ота-онанинг ажрашиши), эмоционал мулоқотнинг етишмаслиги (масалан, узоқ вақт касалхонада бўлиш, ёки баъзан боланинг ота-она учун кутилмаган ёки исталмаганлиги, ота-онанинг болага меҳр кўрсатмаслиги), эмоционал сферанинг ўзига хос индивидуал паталогик хусусияти (психик жараёнларнинг сустлиги ва ҳ к).

Одамовилик боланинг муносабат ўрнатиши ва унинг давом эттириш имкониятини камайтиради, тез-тез ота-онаси ва тенгдошларига, одамларга салбий муносабат чақиради. Бу боланинг ахволини янада чуқурлаштириб, оғирлаштириб юборади. Одамови бола ёлғизликда яшашга ўрганиб қолади ва бу унинг шахс сифатида шаклланишига тўсқинлик қилади. Мулоқотга эҳтиёжни эмоционал контакт босади, одамовилик болани ижтимоий таъсирлардан ҳимоя қилади. Агар бола жуда таъсирчан бўлса одамовилик унинг психикасини зўриқишдан ҳимоялайди.

Одамови бола қовоғи солинган, норози бўлиб кўринади. Шу сабабли ота-она «Биз унга барча шароитни яратиб берганмиз, у яна нимадан норози» деб хафа бўлишади. Бу ҳолатда ота-онанинг «миннатдорликка муносибликни» даъво қилишлари боланинг ахволини баттар оғирлаштириб юбориши мумкин. Бола бу нарсани ўзининг оламига бостириб кириш деб баҳолайди. Боланинг «Нимага мен билан гаплашмайсиз, нимага менинг кўзимга қарамайсиз» каби саволлари улар билан муносабат ўрнатишга тўсқинлик қилади. Одамовилик уятчанликдан сифат даражаси билан фарқ қилганидек аутизмдан ҳам фарқланади. Уятчанлик ижтимоий мулоқотга киришишнинг яхши шаклланмаганлиги натижаси. Шу сабабли унинг коррекцияси бола таълимига мулоқот малакасини қўшиш, ўзгалар ҳаракатини таҳлил қилиш ва

ўзлаштиришни эплай олиш холос. Одамовилик учун бунга ўхшаш ҳаракат коррекцион ишнинг якуний босқичи холос. Баъзида ижтимоий компесеторнистликнинг ошиши параллел ҳолатда коррекциянинг бошқа турини ўтказишни талаб қилади (тугалловчи босқичда лекин бу ҳеч қачон асосий коррекцион ҳаракатдан илгарилаб кетмаслиги керак.

Одомови бола билан коррекцион иш

Одомови бола билан коррекцион ишнинг моҳияти болани атрофдагилар билан эмоционал муносабат ўрнатишига ёрдам беришдан иборат. Бунинг учун ота-оналарнинг биттаси бола билан эмоционал алоқа ўрнатишда

Одомови бола биттагина ойнаси очик қолган хонага ўхшайди (масалан, ота-оналарнинг биттаси билан муносабат). Коррекцияда бу имкониятдан фойдаланиши керак, аммо унитмаслик керакки, агар у ижтимоий самара бермаса ҳам муносабат ўрнатишнинг охирги йўли ёпилишига йўл қўймаслик психологнинг бурчи.

Коррекциянинг бу қоидалари одомови бола билан ишлашнинг асосий йўналишларини беради:

1. Бузилишга олиб келган сабабларини бартараф этиш.
2. Боланинг мулоқотга бўлган эҳтиёжини, катталар ва тенгдошлар билан муносабатини тиклаш ёки қайта қуриш.
3. Боланинг оила ва тенгдошлар гуруҳи билан муносабатларини тартибга солиш (нафақат болани бошқаодамларга «ўгириш», балки бола улар ўйлаганидек, ёмон ёки ёвуз эмаслигини кўрсатиш).
4. Боланинг мулоқот малакаси таълими ва алоқа ўрнатиш.

Бола таъсирчанлигининг юқорилиги сабабли коррекция жуда қийин кечади, шу сабабли у секин-аста олиб борилиши керак.

Одомови бола билан қуйидаги психоташхис ишлар олиб борилиши мумкин:

1. Биринчи учрашувда психолог болага тўғридан-тўғри савол беришдан (Сенинг отинг нима? каби), болага кўз ташлаб қўйишдан, унинг «ўйчанлигини» аниқлаш учун «ёпишиб» олишдан, кучли сезги уйғотишдан қочиш керак. Бола билан муносабат ўрнатишнинг бошланишида босим ўтказмаслик лозим.

Муносабатда салбий тажрибага эга бўлган бола уни яна ўзи учун ёқимсиз бўлган вазиятга тортаётганларини тушинмаслиги лозим.

2. Психолог қилаётган ҳаракат боланинг ўзи қилаётган ҳаракат рамкасида чикмаслиги лозим. Унга ўзининг ўйинини таклиф қилиш эмас, балки бола нима қилаётганлигини кузатиб, у билан бирга шуғулланиши лозим.

Кўрқув предмети билан ўйин

Бу метод шахс тараққиёти билан боғлиқ эмоционал бузилиш коррекциясида махсус методлардан бири ҳисобланади. Ўйинда кўрқувни енгиб ўтиш нафақат шахс муносабатини ўзгартиради, балки кўрқувдан қолган ҳиссиётларни чиқариб юболади. Ўйин учун бола кўрқадиган нарсага ўхшаш ўйиноқни топиш керак.

Эмоционал таъсир ўтказиш

Ота-оналарнинг қилган насиҳатлари кўп ҳолларда ҳеч қанақа ёрдам бермайди, аммо катталарнинг кўрқув объектига бўлган муносабати болага таъсир қилади. Кўрқув эмоционал ўтказиш механизми ёрдамида катталар муносабати орқали ўтказилади. Баъзан катта одам тасодифан болага қанақадир кўрқувни ёқтириши мумкин (масалан, бола итга яқин турганида қичқириб юбориш). Шу механизм ёрдамида ўтказилган кўрқув орқага қайтарилиши мумкин. Камроқ кўрқитувчи объектга қисқа жумла билан таъкидлаб, таъсирли имо-ишора билан кўрқувни олиб ташлаш мумкин. Масалан, бола қўнғиздан кўрқса: «Кет қўнғиз, халақит берма, биз жуда бандмиз», ёки водаправод трубаси гувилласа: «Гувиллашни бас қил, бу беҳуда». Бунда фикр муҳим эмас, балки интонация, шу сўзнинг айтилиши болага ишонч ва хотиржамликни юқтириши керак.

Боланинг умумий эмоционал ҳиссиётларининг даражасини
ошириш

Агар бола доимий равишда эзилган, салбий эмоцияларни ҳис қилаётган бўлса, болани ижобий эмоцияларни ҳис қилишга ўргатиш асосий вазифа ҳисобланади. Бунга ҳар хил ўйин методлари билан эришиш мумкин. Агар бола ўйин фаолиятининг тараққиётидан ортда қолган бўлса, қоқоқ бўлса, тенгдошлари каби

ўйнай олмаса, бола билан унинг имкони етгунча ўйнаш керак. У билан бир ўйинни ўтказиш, айти дақиқада боланинг эмоционал тонусини ошириш, у билан эртанги кунги ўйин ҳақида келишиб олиш керак.

Кутиш ўтказилган ўйиндан ижобий самара олишга ёрдам беради ва ҳатто уни кучайтиради. Кутишда боланинг одатдаги ҳолатидан эмоционал тони юқори бўлади. Ҳар бир янги ўйин, сайр ва шу қабилар самарадорликка эришишни мустаҳкамлайди. Ўйинни кенгайтириш, унга янги элементларни қўшиш болада ижобий эмоция вужудга келтиради. Бу метод фақатгина кўрқувнинг коррекциясига тегишли эмас, уни деярли барча бола шахсининг эмоционал мотивацион сфераси бузилишида қўллаш мумкин.

Бола умумий кечинмалари даражасини ўйин методи ёрдамида оширишнинг яна бир вазифаси коррекция олиб бораётган психологнинг болани ишончини қозониши талаб қилинади. Чунки ишонч коррекциянинг самарадорлиги эҳтимолини кучайтиради. Ишончни ҳис қилиш бола психикасига яхши таъсир қилади.

Тақлид қилиш ва юқтириш

Бола нафақат катталарнинг хатти-ҳаракатларига тақлид қилади, балки уларнинг баҳо беришларини юқтиради ҳам. Агар катта одам овозида кўрқув билан бирор нарса ҳақида гапирса бу эмоционал ҳолат болага ҳам ўтади ва у ҳам бирор нарсдан кўрқишни бошлайди. Шу сабабли боланинг атрофидан ҳаяжонли, асабий кишиларни узоқлаштириш керак, ёки улар ўзларининг психик ҳолати билан шуғулланиши лозим. Уйда катта одам бемор бўлганида болани даволаш бефойда бўлгани каби бола атрофида эмоционал беқарор одам бўлганида болага ёрдам бериш самарасиз.

2.5. Ўсмирлик давридаги аффектив жабҳа бузилишлари

Ўсмир шахсининг ҳар томонлама етук шаклланиши, унинг қизиқишлари ижгимоийлашуви (социализация), эҳтиёжлар тизими, меҳнат установакаларига боғлиқжиатларни тўғри тарбиялаш керак. Ўсмирлик давридаги мактабдан бешиш (дезадаптация) га сабаб

булувчи аффектив рухий хаяжон, кучли эхтирос, жушкин ва нисбатан киска муддатли эмоционал кечинмалар тарикасида руй берадиган психик ҳолат жабхаларини урганиш лозим. Айникса, ушбу ходисанинг тўзиши, унинг келиб чиқиш сабаблари ва шароитларини урганиш ўсмирлар билан амалга ошириладиган профилактик ва коррекциоқ ишларнинг самарадорлигини белгилайди. Тадқиқотчилар изланишларининг кўрсатишича, ўсмирлар хулқ-атворидаги ўзгаришлар этиологияси улардаги асаб тизимидаги (хусусият ва унинг ифодаланиш даражасига кўра) нотукислик, жинсий етилишдаги асинхрон (бир-бирига боғлиқжараёнлар ривожланишининг ўзаро номуносиблиги) ҳолат, қеребрал-эндо-қоин тизимидаги дисгармония биологик шартланган ўсмирлик даври қоизислари учун асос яратишни кўрсатади. Тўғри, психологлар, педагоглар, соқиологлар, криминалист-лар ўсмир хулқ-атворидаги ўзгаришларда турли хил ижтимоий омиллар ўрни борлигини тасдиқдовчи кўплаб тадқикотлар олиб борганлар.

Лекин ўсмирлик давридаги аффектив бузилишларнинг биологик асослари:

а) хулқ-атворнинг бузилиши ва унинг типла-ри; б) уларнинг ифодаланиш жараёнлари; в) шу бузилишларда ижтимоий ҳамда биологик омиллар ўзаро боғлиқлигининг ўзига хос жихатлари ва бошқдлар нисбатан кам урганилган. Зеро, аффектив-иродавий жабха декомпенсациясида биологик ва жинсий етилиш дисгармониясининг ўрни бекиёс. Ўз вақтида Л.С. Виготский (1983) тарбияси «кҳйинлик» муаммосини тадқ.ик, қилишда етилишнинг физиологик ҳолатига алоҳида аҳамият бериш лозимлигини таъкидлаган эди. Ушбу мақсадни амалга ошириш учун қуйидаги вазифаларни бажариш мақсадга мувофиқ

1. Ўсмирнинг мактабга мослаша олишлигига халакит берувчи асосий хулқ-атвор бузилишларини клиник-психологик тавсифини яратиш.

2. Хулқ-атвор бузилишларининг патологик ва нопатологик шаклларининг дифференқациясини амалга ошириш.

3. Хулқ-атвор бузилишларининг биологик омиллар билан боғлиқ, (мия нотекислиги, дисгармония) лигини аниқлаш.

4. Миқоомуҳит омил (тарбия шароитлари ва муҳит) ларининг алокадорлигини урганиш.

Ўсмирлик даври хусусиятларини Д. Б. Эльконин (1960, 1974), Л.И. Божович (1968), А.В. Мудрик (1971), В.А. Сухомлинский (1978,1980), Е.А. Шумилина (1979), И.А. Невский (11 а,б, 1982), Л.С. Виготский (1983, 1984) ва хулқ-атвор реакциялари билан шугул-ланган олимлар МюБеап Ы. (1964), В.В. Ковалев (1969, 1979), А.Е. Личко (1983) ўсмирлик даврига хос бўлган муайян умумий си-фатлар - психологик хусусиятлар, хулқ-атвор моделлари, яъни ўсмир хулқ-атворининг, ижтимоий муҳитнинг, айник.са як.инла-рининг ўзаро таъсирига нисбатан хулқ-атвор реакцияси ҳам муҳим аҳамият касб этишини таъкидлайди.Ғлар. Ўсмирлик хулқ-атворининг ўзига хос реакцияларига куйидагилар тааллуқдидир.

Эмансипация реакцияси. Бу ўсмирнинг катталар карамогадан, назоратидан ва ХОМИЁЛИГИ-дан озоддикка интилиш учун х.аракат қилишида намоён бўлади.Реакция катталар томонидан белгаланган тартиб, коида, конун ва умуман жорий қилинган «стандарт» ва «қадрият»га қарши йуналтирилади. «Озод бўлиш» эҳтиёжи мустақил ҳаётга интилиш билан боғлиқ бўлиб, бу реакция ўғил болаларда кҳзларга нисбатан кучлироқ, ифода-ланади. Ушбу реакция ўсмирликнинг кичик ва ўрта босқҳичларида ижтимоий-психологак омиллар таъсирида кенфок тарҳалади. Психопатия шароитларида эмансипация реакцияси ашаддий кўринишга эга бўлиб, ўсмирнинг уйидан кочиб кетишида руёбга чиқади.

Тенгқурлари билан гуруҳлашиш реакцияси. Ўсмирлар учун ўз тенгқурлари билан гуруҳларга бирлашиш ва жипслашиш каби реакция инстинктлик даражаси хос жараёндир. Одатда иккитурдаги Ўсмирлар гуруҳини ажратиб кўрсатиш мумкин. **Биринчиси,** бир жинсга асосланган бўлиб, унда доимий лидер мавжуд ва гуруҳни барча аъзоларининг вазифалари, уларнинг гуруҳдаги Ўрни

катъий белгилаб куйилгандир. Бундай турдаги гуруҳда «лидер адъютанти», «антилидер», «иккиюзламачи» каби роллар мавжуд бўлиб, улардан биринчиси одатда етарли интеллектуал қобилиятга эга эмас, лекин жисмонан кучли ўсмир бажаради. **Иккинчиси**, лидер ўрнини эгаллашга ҳаракат қиладиган, **учинчисини** эса у томонга ҳам, бу томонга ҳам утиб юрадиган ўсмир амалга оширади. Бундай гуруҳнинг «ўз худуди» мавжуд бўлиб, унга «бегоналар» яқинлаштирилмайди. Гуруҳнинг таркиби барқарор бўлганлиги туфайли янги аъзоларни қабул қилиш фак.атгина муайян «синовлар» асосида амалга оширилади.

Иккинчи турдаги гуруҳ эса ролларни катъий таксим этилмагани ва унда доимий лидернинг йукдиги билан изоҳланади. Лидер функцияларини одатда гуруҳнинг турли аъзолари амалга ошириши, вазифани эса мақсадга мувофик. бажариши мумкин. Гуруҳ аъзолари икки жинс вакилларида ташкил топганда унинг таркиби барқарор бўлмайди, чунки бири кетади, иккинчиси эса келиб кушилади.

Қизиқиш - хобби реакцияси. Ўсмирлик даври учун қизиқиш - хобби ўзига хос хусусиятни мужассамлаштиради. Худди бола учун ўйин зарур хусусиятга эга бўлганидек, Ўсмирнинг шахс сифатида шаклланиши учун қизиқиш ҳам шундай муҳим аҳамият касб этади. Бахтга қарши, замона-вий психологик адабиётларда ушбу муаммо чуқур татбиқ. этилма-ган. Қизиқиш психологик хрдисаларнинг алоҳида категориясини ташкил этиб, у бир томондан майл, бошқа томондан иштиёқ. ва хаваснинг Ўртасида жойлашади. Қизиқишларни муайян тизимга жойлаштириш жуда мураккабдир.

Бизнингча ҳам қуйидаги таснифни шартли равишда қабул қилиш мумкин.

1. Интеллектуал-эстетик қизиқишлар предметга (мусикд тасвирий санъат, радиотехника, адабиёт ва х..к.) нисбатан чуқур қизиқишда ифодаланади. Шунингдек, кашфиёт, лойихалашлар ҳам шуларга тааллуқлидир. Атрофдагилар учун бундай қизиқишлар аҳамиятсиз,

хатто ғалати туйўлиши мумкин, лекин ўсмир учун уларнинг аҳамияти бекиёсдир.

2. Жисмоний камолотга қизиқишларга ўз кучи, чидамлилиги, чакдонлиги ва мохирлигини оширишга нисбатан ҳаракатлар киради. Бунга шунингдек, турли жисмоний қизиқишлар, автомобиль ёки мотоциклни бошқаришга қизиқишлар тааллуқлидир.

3. Лидерликка қизиқиш бошқаларга раҳбарлик қилишга интилиш учун хизмат этадиган ходиса ва ҳолатларни излашда намоён бўлади. Бундай қизиқиш кучли мужассамлашган ҳисмрлар турлича гуруҳ манфаатларига эришиш учун тўғри йуналтирилган шароитларда ижтимоий фойдали фаолият кўрсатишлари мумкин.

4. Йиғишга қизиқиш: турли хилдаги коллекцияларни йиғишда намоён бўлади. Ҳар бир коллекция муайян моддий аҳамиятга эга бўлиншни хис қилиш туфайли ушбу қизиқишнинг асосини моддий фаровонликка эришишга йуналтирилган ҳаракат ташкил этади.

5. Эгоцентрик қизиқишлар. Атрофдагиларнинг диққат марказида бўлишга туртки ҳисобланади. Бу ерда энг муҳими - бадий хаваскорлик ёки спорт мусобакаларида қатнашиш ёки охириги мода бу тушунча кийим воситасида ҳизиғини намоён қилишдир.

6. Жўшқин қизиқиш. Доимо жўшқинликнинг ўзига хослигига асосланади ва карта ўйини, кимор ва гаровга интилишда намоён бўлади. Бундай ютук. албатта жозибадор бўлса ҳам, лекин қалтис таваққал қилиш хис-туйғуси муайян лаззат бахш этади.

7. Информацион коммуникатив қизиқиш янги енгил ахборотларни эгаллашга интилишда учрайди. Ушбу хобби тасодифан учраб қолган суҳбатдош билан бўлиб утадиган кўп соатлик, қуруқ гапга асосланган суҳбатда акс этади. Шунингдек, саргузашт детектив фильмларни кўриш орқали ҳам вужудга келиши мумкин.

4. «Салбий имитация» (тақлид) реакцияси.

Бу мустақиллик учун курашишнинг бир кўриниши сифатида эмансипация реакцияси шаклланишининг давомидир. Оилааъзоларининг номақбул хатти-ҳаракатларига нисбатан қарама-қарши муносабат тарзидаги хулқ-атвор ифодаланиши;

5.Жинсий майл шаклланишининг шартланганлик (сабабий) реакцияси — ононизм, эрта жинсий турмуш, жинсий муаммоларга қизиқишнинг барвақт уйғонишидир. Кичик ўсмирлик ёшида хулқ-атвор реакцияларига лаёқат сақланади. Масалан:

1. Инкор қилиш реакцияси - бу ўқиш, оддийгина уй юмушлари билан тукнашувдаги к.очиш бўлиб, унинг сабаби оиладан узоқлашиш, мактабни алмаштиришда ўз ифодасини топади. Бундай реакцияни вужудга келиш асоси — психик ноетуклик, асабийлашиш ва ўзини тухтата олмаслик;

2. Қаршилик, эътироз реакцияси. Қуйиладиган талабларга ўз хулқ-атворининг қарши қуйилиши бўлиб, булар: намойишкорона мағрурлик, сайр қилиш, қочиш, ўғирлик каби ҳаракатлар орқали ифодаланади;

3. Тақлид реакцияси. Ўсмир ўз яқинларининг, катталарнинг юриштириши, гапириши, ўзини тутишига тақлид қиладилар. Айниқса, ўз идеалларига. Улар театр, кинофильм қахрамонларининг ижрочилари (актёрлар) бўлиши мумкин. Тақлид асосан аксил-ижтимоий муҳитга тушиб қолган, камолотга эришмаган ўсмир томонидан амалга оширилади.

4. Компенсация реакцияси. Ўсмир томонидан бирон соҳадаги ўқувсизлигини (камчилигини) бошқа соҳадаги муваффақият билан хаспўшлаши, масалан нимжон, жуссаси кичик ўсмирнинг «ўзи»ни бирор фанда ёки фаолиятнинг бирон турида муваффақиятга эришиши;

5. Гиперкомпенсация реакцияси. Бу ўсмирнинг ўз имкониятларидан ортиқча хатти-ҳаракатларидир. Ушбу орттирма реакцияни турли терминлар билан ифодаланишига кўра фарқлашади. Француз психиатри А. Рочо (1952) буни «орттирма реакция» деб номлайди. Бундай ўсмирлар ўзларининг «буш» соҳаларида муваффақиятга эришиш учун фаол ҳаракат қиладилар. Масалан, нуткида нуқсони (дудук) бўлган ўсмир барча имкониятларини ишга солиб, бадий ўқиш билан турли чиқишларда қатнашади ва бунинг уддасидан чиқади. Ута таъсирчан ўғил болалар бокс, самбо, каратэ, эркин

кураш каби машаккатли спорт турлари билан қизлар эса жамоат ишларида фаоллик (жонбозлик) кўрсатишга интиладилар.

В.В. Ковалев (1979) буни «бўрттириш реакцияси» термини билан ифодалайди ва унга қуйидагича таъриф беради. Агар бушанг, нимжон, заиф ўсмир зўр хикоя айтиб берса ва ўртоқлари олқишига сазовор бўлса - бу компенсация реакцияси хисобланади. Агар у сўзлаб беришда хаддан ортиқ, хаёлотга берилса, у холда — гиперкомпенсация реакциясидир. Лекин барча хулқ-атвор реакциялари ёшга хос меъёрий, ҳамда патологик кўринишга эга бўлиши мумкин. Характерологик реакция ўсмир характеридаги тасодифий шартланган уткинчи ўзгаришлари бўлиб, маълум бир микромуҳитда (оила, мактаб, куча гуруҳи ва хрказолар) вужудга келади, аниқ бир шахсга йунал-тирилган, соматовегетатив бузилишларсиз ва ижтимоий адаптация ўзгаришларсиз юз беради.

Патохарактерологик реакциялар эса турли соматовегетатив бузилишлар, ижтимоий адаптация ўзгаришлари (баъзан муваккат хусусиятга эга) хулқ-атвор оғишларининг стереотип ҳайтарилиши ва миқоомуҳит билан аниқ, боғлиқланишларга эга бўлмайди (В. В. Ковалев 1979) .

Шундай қилиб, юқорида таъкидлаб ўтилган ўсмир реакциялари муайян шароитларда вужудга келиб, улар ўсмирлик даврининг кечишида ўзининг маълум бир «хиссаси»ни қўшади.

Таяч иборалар:

Хулқи оғир ўсмирлар, ахлоқан тубанлашув, адаптация, дезадаптация , суицид, ўз жонига қасд қилиши, ўсмирлик даври тақлидчанлиги.

Назорат саволлари

- 1) Қандай тарбия усуллари биласиз? Изоҳланг.
- 2) Болалар темпераменти ва характеридаги нормал сифатлар ҳақида гапиринг?

- 3) Нима учун тарбияси «қийин»ликни - ўзини ўзи маҳкум қилувчи хулқ детерминанти деб аташади?
- 4) Ўсмирлик давридаги аффектив жабха бузилишлари ҳақида нималар биласиз?

III-БОБ. ЎСМИРЛАРГА ПСИХОЛОГИК МАСЛАҲАТ-ЁРДАМ БЕРИШНИНГ АМАЛИЙ АСОСЛАРИ

3.1. Ўсмирлага психологик маслаҳат беришнинг босқичлари.

Психология психик ҳолатлар, психик фактлар, психиканинг намоён бўлиши ва тараққиёти қонуниятларини ўрганади. Инсонни тараққиётга бошловчи тўрт омил мавжуд, булар ирсият, муҳит, таълим-тарбия ва шахснинг ўз фаоллиги бўлиб ҳисобланади. Ўсмирлик даврида, психологик ёрдамнинг зарурлиги тобора сезилмоқда. Психологик маслаҳат бериш соҳасидаги инсонлар: психолог, ўқитувчи илмий бўлим мудирлари тарбиявий ишларни ташкил қилувчилар ҳам маълум даражада психологиядан хабардор бўлмоқлари лозим, чунки санаб ўтилган касб эгалари индивидуал хусусиятлари билан бир-биридан фарқ қиладиган турли ёшдаги болалар билан ишлайдилар. Ҳар бир бола фақат ўзига хос билиш рухий жараёнлари, яъни сезги, идрок, диққат, хотира, тафаккур, тасаввурлари, индивидуал-психологик хусусиятлари, характери, темпераменти, қобилиятлари, эмоционал-иродавий соҳаси, хиссиёти, эмоциялари, иродавий хулқ атвор хусусиятлари, фаолият мотивациясига эга бўлади. Маълум ёшдаги болаларнинг психологик хусусиятларини билмай туриб, уларга мақсадга мувофиқ равишда таълим ва тарбия бериб бўлмайди. Боланинг ҳар бир ёши ўз қийинчиликларига эга бўлади ва ўзига нисбатан махсус муносабатда бўлишини талаб қилади. Кичик мактаб ёшидаги болаларга нисбатан психологик жиҳатдан тўғри келадиган ва яроқли бўлган усул кўпинча ўсмирларга нисбатан яроқсиз ва хато бўлиши мумкин. Ўқитувчининг билиши мутлоқо зарур бўлган индивидуал фарқлар ҳар бир ёш даврида турлича ёндашувларни талаб қилади.

Психологик маслаҳат беришда индивидуал муносабатда бўлишнинг асосий шарти тарбиячининг уз тарбияланувчисининг сезгиси, идроки, диққати, хотираси, тафаккури, тасаввури, характери, темпераменти, қобилияти, хиссиётлари, эмоциялари, иродаси, фаолиятининг мотивацияси ҳақида чуқур ва атрофлича билишидан иборатдир. Шу билан бирга ўқувчининг руҳий дунёсидан хабардор була билишни, психологик жихатдан тўғри кузатиш ташкил қила билишни ва табиий эксперимент уюштиришни билиши лозим. Ҳозирги вақтда психологик маслаҳат беришнинг амалиёти ва бола тарбияси ва психик тараққиётнинг мураккаблаштирилган қатор нотўғри фикрларини кучайганлиги кўзга ташланмоқда. Улар орасида қатор ижтимоий иқтисодий омилларни қарама-қарши таъсир кўрсатиши сезиларли ўрин эгаллайди. Масалан: ота-онанинг айниқса, оналарнинг ишлаб чиқаришда бандлиги сезиларли таъсир кўрсатмоқда. Бундан ташқари, кўпчилик болаларнинг болалар муассасида тарбияланиши ота-оналар психологиясига таъсир кўрсатади. Ота-оналар ўзларининг функцияларини таълим муассасаларига, коллеж, мактаб, лицейларга ағдариб қўймоқдалар. Ота-оналарнинг ажралиши бола психологиясига таъсир қилади. Мутахассисларнинг фикрича, оиланинг бузилиши болани қийин вазиятга солиб қўядиган жуда кучли психоген омил бўлиб, унга кўникиш учун болага камида икки йил керак бўлади.

Хилма-хил психологик муаммолар манбалари ичида мактаб ҳам муҳим ўрин эгаллайди. Масалан: тиббиёт мезонларига қараганда, мактаб ёшидаги болаларнинг 18-20% га қисқа муддатли ёки доимий психотерапияга мухтождирлар. Мактаб, коллежда кенг тарқалган муаммолар жуда кўп: ўқув мотивацияси йўқлиги, паст ўзлаштириш, ўқитувчи ва тенгдошлари билан низоли муносабатлар, ўз-ўзини паст баҳолаш, жамиятга қарши группаларда иштирок этишга лаёқатлилик ва бошқалар. Юқорида санаб ўтилган муаммоларнинг кўпайиши ҳозирги мактаб, коллежларда шахс ривожланиши босқичларини етарлича ҳисобга олмаслик, барчага бир-хилда талаб қўйиш натижасида уларнинг индивидуал психологик ва психофизиологик хусусиятларни эътиборга олмаслик сабаб бўлмоқда. Боланинг кўпгина нисбий хусусиятлари, масалан, меҳнатга, математикага, мусиқага, ва бошқаларга нисбатан эрта кўринган муваффақият ёки психологик тараққиётни, жуда олдинда бўлиши кўпгина психологик ва

педагогик вазифаларнинг муаммосини келтириб чиқаради.. Шунга қараб психологик маслаҳат беришнинг умумий вазифаси бола психик тараққиётининг боришини, бу жараёндаги даврларга бўлиш ва белгиланган нормага мувофиқ тасаввурлар асосида назорат қилишдан иборат.

Бу умумий вазифа ҳозирги кунда қуйидаги **конкрет вазифаларни ўз ичига олади.**

1. Ота-оналарни, ўқитувчиларни ва бола тарбиясидаги иштирок этадиган бошқа шахсларни бола психик тараққиётининг ёш ва индивидуал хусусиятларига қараб жалб қилиш.

2. Психик тараққиёт бузилишларини ва ҳар-хил нормадан четга чиқишларини ўз вақтида аниқлаш ва уларни тиббий, педагогик маслаҳатларга йўллаш,

3. Жисмоний ёки нерв психик соғлиги кучсизланган болаларда икки марта психологик асоратларнинг олдини олиш ва уларнинг психогигиенасининг ва психопрофилактикаси буйича тавсиялар бериш.

4. Патопсихология ва врачлар, педагогик-психологлар билан биргаликда ўқитувчилар, ота-оналар ва бошқа шахслар учун таълимдаги қийинчиликларни педагогик ва психологик коррексия қилиш буйича тавсияномалар тузиш,

5. Оилада бола тарбияси буйича тавсияномалар тузиш (оила, психотерапияси мутахассислари билан биргаликда),

6. Болаларга ва ота-оналарга маслаҳатлар беришда махсус гуруҳлар билан махсус тузатиш ишларини олиб бориш,

7. Маърузалар ва ишнинг бошқа шакллари билан аҳолини психологик билимлар билан таништириш.

Маслаҳат бериш вазифаларини ечишда Виготский мактаби психологларининг бола психикаси индивидуал тараққиёти муайян муаоммолари буйича умумий фикрларидан фойдаланиш мумкин. Ирсият ва мухитнинг таъсирини тан оладиган ғарб қарашларидан фарқли равишда собиқ совет ёш психологиясида бола психик тараққиёти жараёни тахлилида тарраққиётнинг шароитини, ҳаракатга келтирувчи кучлари, манбалари ҳам эътиборга олинади. Психик тараққиётнинг индивидуал шароитлари бола инсоният тажрибасини ўзлаштириши жараёни, асосида вужудга келади, Инсоният тажрибаларини ўзлаштириш боланинг фаолиятдан, мулоқотидан, ўйинидан, ўқишидан ташқарида бўлиши мумкин эмас.

Индивидуал маслаҳат фаолияти психологик текширув бола тарбиясини аниқлаш ва ёрдам дастурини тузишдан иборат. Психологик олдиндан айтишнинг зарурий мезонлари сифатида Виготский турли даврларга булинганлик, кетма-кет ёш босқичларида кенглик ва даражаланган характеристикаларини кўрсатади, Маслаҳат бериш амалиётида шартли вариантни олдиндан айтиш ҳақида ҳам тўхталиб ўтиш мумкин, шартли вариантни олдиндан айтиш ҳар хил шароитларни амалга оширганда бола тараққиётининг кейинги боришида мумкин бўлган вариантларни тушунамиз. Бошқача айтганда, у ёки бу ноқулай шароитлар сақланганида, олинганида болани қандай эҳтимолли тараққиёт кутишини айтиб берилади.

Индивидуал психологик маслаҳат бериш психолог амалий фаолиятининг энг маъсулиятли турларидан биридир. Маслаҳатчининг фикри, психик тараққиёт буйича ҳар бир баҳоси боланинг кейинги тараққиётига, ўқитувчиларнинг, ота-оналарнинг болага нисбатан муносабатига катта таъсир кўрсатиши мумкин, Шунинг учун индивидуал психологик маслаҳат бола ривожланишини бошидан диққат билан таҳлил қилишни, ҳар хил манбалардан олинган маълумотларга асосланади.

Маълумотлар манбаси сифатида ота-оналар билан суҳбат, ўқитувчининг ота-оналар боланинг ўзи билан суҳбат, боланинг ўзи билан суҳбат, болани уйда, мактабда ва бошқа ҳолларда кузатиш психологик тажриба орқали текшириш, ота-оналар билан танишиш тиббий хужжатлар билан танишиш ва бошқалардан фойдаланиш мумкин, кўпчилик муаллифлар аниқ ходисага маслаҳат беришда қуйидаги кетма-кетликни афзал кўради:

1. Ота-оналар билан дастлабки суҳбатда олинган маълумотни таҳлил қилиш ҳамда врачлардан, педагоглардан олинган маълумотларни ҳам эътиборга олиш,

2. Боланинг илгариги ривожланиш босқичлари, оиладаги муносабат ҳақида, соғлиги ҳақида маълумот олиши учун ота-оналар билан суҳбат,

3. Бошқа мусасалардан маълумот йиғиш, Соғлиги ҳақида маълумот, Болани мактабда уйда бошқа ҳолларда кузатиш, Психологик методлар билан текширувга муҳим қўшимча сифатида боланинг фаолиятини (расмлари, қизиқадиган нарсаларини таҳлил қилиш киради).

Болани мактабда, уйда бошқа холларда кузатишда, психолог олинган маълумотлар асосида бола ривожланишининг умумий даражасига баҳо бериш бола қийинчиликлари мохиятини тавсифлаши, анализ қийинчиликлардан келиб чиққан омилларини аниқлаши ва психокоррекцион дастурини ишлаб чиқиши керак. Маслаҳат бериш амалиётида жуда кўп методлар бор. Психолог олдида турган вазифа биринчидан бола билан яхши муносабат ва ўзаро тушунишидан иборат. Муаммоли вазиятларни шошилмасдан, аниқ хал қилиш керак. Саволни бир неча марта такрорламаслик керак. Тест олинаётган вақтда болага ўргатиш, танқид қилиш, хатто макташ ҳам мумкин эмас, танқид болани чалғитади, дилини оғритади, кўпинча болани топшириққа бўлган қизиқишини пасайтиради.

Психологик муаммоларни хал этишда шахсдан тест олишда ёки диагностика қилиш учун тажриба ўтказишда унинг эмоционал холатига, ўзини яхши хис қилаётган, чаршаш белгилари йўқ вақтда, ортиқча асабийлашиш, қайсарлик йўқ вақтда ўтказиш керак. Ёш даврида болани психологик текшириш муаммоси асосий вазифаларни ўз ичига олади.

Психологик муаммоларни хал этишда психологга қийин масалаларни хал қилиш учун диагностик методикалар билан текширувни амалга ошириш керак.

Ҳозирги вақтда **маслаҳат бериш амалиёти** бола тарбияси ва психик тараққиётини мураккаблаштирадиган қатор нотўғри фикрларнинг кучайганлиги билан дуч келмоқда. Улар орасида қатор ижтимоий-иқтисодий омилларнинг қарама-қарши таъсир кўрсатиш сезиларли ўрин эгаллайди. Масалан, ота-оналарнинг, айниқса оналарнинг ишлаб чиқаришда бандлиги сезиларли таъсир кўрсатмоқда. Бундан ташқари, кўпчилик болаларнинг болалар муассасаларида тарбияланиши ота-оналар психологиясига таъсир кўрсатади. Ота-оналар ўзларининг функцияларини боғчаларга, кейинчалик мактабларга ағдариб қўймоқдалар. Ота- оналарнинг ажралиши бола психикасига катта таъсир кўрсатади. Мутахассисларнинг фикрича, оиланинг бузилиши боланинг аҳволини қийинлаштириб қўядиган кучли психологик омил бўлиб, унга кўникиш учун болага камида 2 йил керак. Хилма-хил психологик муаммолар манбалари ичида мактаб ҳам муҳим ўрин эгаллайди. Мисол учун тиббиёт мезонларига қараганда мактаб ёшидаги болаларнинг 15-20 фоизи қисқа муддатли ёки доимий

психотерапияга мухтожлар. Мактабда кенг тарқалган психологик муаммолар жуда кўп: ўқув мотивациясининг йўқлиги, паст ўзлаштириши, ўқитувчилар ва тенгдошлари билан низоли муносабатлар, ўз-ўзини паст баҳолаш, жамиятга қарама-қарши гуруҳларда иштирок этишга лаёқатлилиқ ва бошқалар. Юқорида санаб кўрсатилган муаммоларнинг кўпчилиги хозирги мактабларда ва жамиятимизда шахс ривожланиш босқичларда, эҳтиёжларни ва чуқур қонуниятларни, етарлича ҳисобга олмаслик, барча болаларга бир хил талаб қўйиш натижасида уларнинг индивидуал-психологик ва психофизиологик хусусиятларни эътиборга олмаслик сабаб булмоқда.

Индивидуал маслаҳат беришнинг муҳим амалий қисми сифатида Л.С.Виготский психологик-педагогик тавсиялар беришни кўзда тутуди. Тавсияномалар тузишда маслаҳат сўраб мурожаат қилган ўқитувчига ёки ота-онага улардан олинган маълумотни мавхум, ноаниқ ва мазмунсиз-маслаҳатлар билан узларига қайтаришдан сақланиш керак. Шундай қилиб, бола тараққиётининг ёш-психологик характеристикасини қуйидаги 3 асосий таркибий қисмларни таҳлил қилиб, ҳосил қилиш мумкин:

1. Ижтимоий вазият тараққиётини (кимлар билан гаплашади, оилада катталар билан ва тенгдошлар билан ўзаро муносабат характери) баҳолаш;
 2. Берилган ёш учун муҳим фаолият турининг тараққиёти даражаси (ўйин, ўқиш, расм чизиш ва бошқалар), ёш нормаларига мослиги;
 3. Ўз-ўзини англаш бола психик тараққиётининг билиш ва шахсий хиссий сохаларида берилган ёшга мансуб ўзгаришларни аниқлаш.
- Лекин бу тавсиянома бола умумий тараққиётининг илгариги ўсишисиз етарли эмас, шунинг учун унинг тарихий тараққиётига катта эътибор бериш керак. Болалар психологи уз ишида ўқитувчилар, патопсихологлар, психотерапевтлар ёки дефектологлар билан ҳамкорликда ишлаб, ўзининг маслаҳат бериш вазифаларини бажариши керак. Улар бола тарбияси ва тараққиёт шароитларини хар томонлама таҳлил қилиш, унинг шахси ва билиш фаолиятида ёш ва индивидуал хусусиятларини аниқлаш, шартли-вариантли олдиндан айтиб беришларни тузиш ва психологик-педагогик тавсияномалар тузиш билан боғлиқдир.

Психологик маслаҳат билан мурожаат қилган ишларни кундалиқ сифатида ёзишга тўхталиб ўтамиз. Бу усулда ким мурожаат қилгани маслаҳат бериш зарур бўлган боланинг шахсий-

хиссий хусусиятлари келтирилади. Масалан: Оля С. билан бўлган маслаҳат бериш жараёни қисқартирилиб берилади. Оля тўлиқ оилада ягона фарзанд. Қизнинг онаси маслаҳат беришга қизнинг паришонхотирлиги, ўзини тута олмаслиги, секин ҳаракат қилиш, янги нарсани идора қилишда фаросатсизлик ва бошқа хислатларидан нолиб, муурожаат қилади. Қизнинг онаси мактабдаги қийинчиликлар, айниқса математикада, умумий ҳаётда келажакда қийналиши мумкинлиги учун кучли хавотирланади. Ҳозирги вақтдаги ўртача билим даражасига она билан ҳар куни тинмай шуғулланиш орқали эришган. У 4 ёшида ўқишни ўрганиб олган. Онаси хавотирланишига қарамадан, қизни текширувдан ўтказиш боланинг билиш тараққиётининг умумий даражаси, фикрлаши, нутқи, сабаб-оқибат натижаларини ўргатиш ва бошқаларда ёш нормаларининг юқори кўрсаткичини кўрсатади. Шу билан бир вақтда қизча кенг ҳаёл юрита олиш, ўйин фаолияти ва бадиий иқтидорлилик (расм чизишда ва пластилин яшаш) яхши ривожланган. Қизча юмшок, кўнгилчан характерли бўлиб, оилада ва боғчадаги ўртоқлари билан бир хил, низоларсиз муносабатга киришарди. Шу билан бир вақт шахсий-хиссий соҳада ўзига ишончсизлик, хавотирланиш, хафа бўлиб қолишлик каби хислатлар кўринди. Олянинг онаси қизи ҳақида ёзган иншосида: кўришиш мумкин эмас, дарров йиғлашга тушади,-деб ёзади. Баъзи кечалар кўрқиб чиқади, кайфияти тушиб кетган бўлади. Бўлиши мумкин бўлган сабабларни таҳлил қилиш шуни кўрсатдики, бу ерда асосий ўринни она ва қизнинг шахс ва характер хислатларидан ифодаланган фарқлар ўйнаган, яъни онаси-хиссий, очик, ҳаракатчан бўлса, қиз эса- аксинча ичимдагини топ дейдиган бўлган. Қизнинг секин ҳаракат қилишидан, онаси уни бефаросат деб ҳисоблаган. Шундай қилиб, онанинг нолиши тасдиқланмади, унинг вазиятидан нолиши асоссиз бўлиб чиқди. Муаммонинг асосий сабаби қизнинг индивидуал хусусиятлари ва ота-онаси томонидан ана шунта мос равишда муносабатда бўлмаслиги билан боғлиқ. Уч йилдан сўнг бу қиздан хабар олганимизда, у мактабда аълога ўқиётган, оиладаги муносабати яхшилигининг гувоҳи бўлди. Онасининг сўзларига қараганда, психологик маслаҳат бериш боланинг ақлий етишмовчилиги ҳақида гумони умуман йўқотди. Кейинчалик эса қизига бўлган муносабатини аста-секин ўзгартиришга, характерининг ўзига хос яхши фазилатларини кўришга, унинг секин ҳаракат қилишларини хотиржам бардош

беришига ёрдам берди. Бу ҳолда ота-онанинг бола психик тараққиёти нормалари ҳақидаги юқоридаги мос бўлмаган тассаввур ҳам маълум ўрин эгаллайди.

Ўсмирнинг онгли фаолиятида психологик нуқсонлар пайдо бўлиши касаллик пайдо бўлишидан илгари унинг олди олинса, у ҳолда инсоннинг баркамол шахс бўлиб етишига шарт-шароит яратилади. Бу эса амалий психологиянинг вазифасидир. Қуйида чет эл амалий психологиясининг йўналишлари юзасидан қисқача мулоҳаза юритамиз.

Машхур йўналишлардан бири веналик психолог З.Фрейд томонидан ишлаб чиқилган **психоанализдир**. Психоанализ таълимоти бўйича инсоннинг асосий эҳтиёжи – бу сексуал (шахвоний) эҳтиёжлардир. Жамият ахлоқ нормаларининг бу эҳтиёжларга қарама-қаршилиги натижасида инсон шахсида турли хил руҳий камчиликлар пайдо бўлади, деб ҳисоблайди. З.Фрейднинг фикрича, бу жараён онгсиз ҳолда кечади, яъни одам ўзида бу нарсалар кечаётганлигини англаб этмайди. Инсоннинг ҳар бир хатти-ҳаракати «У», «мен», «Менинг менлигим»лар ўртасидаги конфликтлар (зиддиятлар) натижаси деб тахмин қилинади. «У» - биологик эҳтиёжлар, «У»нинг табиати асосан онгсиздир. «МЕН» - ташқи муҳит билан мулоқотдан ҳосил бўлган руҳий тузилмадир. «Менинг менлигим» - ижтимоий муҳит ва бу муҳит таъсирларининг тўсиқларидир. Шу нарсалар орасидаги қарама-қаршилиқлар, З.Фрейднинг фикрича, касалликларни келтириб чиқаради.

Психоанализ назарияси психодинамик йўналиш қаторига киради. Психодинамик йўналиш таркибига яна Адлернинг индивидуал психологиясини ва Юнгнинг аналитик психологиясини киритиш мумкин. Адлер Т. – Фрейднинг шоғирди, кейинчалик эса ундан ажралиб, уз назариясини ишлаб чиққан олимдир. Унинг фикрича, одамда асосан ҳукмдорликка интилиш ҳисси устун туради. Болалиқдаги бундай интилиш унда ўзини тўлиқ англамаслик ҳиссини пайдо қилади. Натижада у катталарга нисбатан ўзини камситилган деб ҳисоблайди. Мазкур психологик ҳолат одамнинг бундан кейинги ҳаётида кўплаб муаммолар келиб чиқишига сабабчи бўлади. Айрим одамларда бу хис камситилганлик мажмуасини (комплексини) келтириб чиқарса, бошқаларда эса устунлик мажмуасини (комплексини) келтириб чиқаради.

Адлернинг фикрича, бу икки мажмуа инсон фаолиятининг асосидир.

Психолог Юнг ҳам Фрейднинг шогирдларидан бири эди. У ҳам алохида бир йўналиш, яъни аналитик психологияни ишлаб чиққан. Юнгнинг фикрича, либидо (жинсий алокага интилиш) инсон яшаши, турмуш кечириши учун зарурий эҳтиёжлар энергиясидир. Унингча, либидо фақат сексуалликдан иборат эмас. Чунки Юнг коллектив онгсизлик мавжуд бўлишини кўрсатиб утади. Коллектив онгсизлик мазмуни асосан тушда пайдо бўлувчи бошланғич образлардаги архетипларда куринади. Ижтимоий онги ва миллатидан келиб чиққан ҳолда архетиплар асосида фаолият кўрсатади. Юнгнинг фикрича, шахс индивидуализация, яъни узоқ давом этувчи психологик ривожланиш жараёни орқали ўзини англайди.

Психоанализнинг терапия сифатида қўлланилиши мураккаб ва узоқ кечадиган жараён ҳисобланади.

Психоаналитик терапияда 5 та асосий ҳолатни ажратиб кўрсатиш мумкин:

1. Мижоз билан чуқур хиссий муносабатга киришиш. Мижоз бу ҳолат кечишида ўзининг ижобий ва салбий хисларини терапевтга йўналтириши учун имконият пайдо бўлади. Бунинг натижасида мижоз терапевтга ўзининг хаёт тажрибасини проекция қилади. Масалан, онасини рашк қилган бўлса, терапевтни уз отаси деб, онгсиз равишда ёмон куриб қолиши мумкин.

2. Тушларни талқин қилиш. Тушлар, Фрейднинг фикрича, онгсизлик зонасига йўлдир.

3. Эркин ассоциациялар – мижоз бир-бири билан боғланмаган фикрларни билдиради. Терапевт уни ёрқин ҳолда эшитиб туриб хулоса чиқариши лозим.

4. Терапевт мижоз қаршиликларини аниқлаб, унинг сабабини тушуниб етиши керак.

5. Терапевтнинг тушунтириши натижасида мижоз болалигида бўлган ходисани объектив равишда бошидан кечиргандай хис этиб, катарсис оқибатида касаллик йўқ бўлиб кетишига олиб келиш жараёнидир.

Бихевиористик йўналиш. Мазкур йўналиш «Инсон фаолияти С-Р (стимул-реакция) орқали кечади» деган назариянинг Дж.Б.Уотсон томонидан ривожлантирилиши асосида юзага келди.

Кейинчалик бу формула C-i-R (стимул-индивид-реакция) сифатида ўзгартирилган.

Бу йўналиш бўйича шахс – индивиднинг қобилиятлари, хаёт тажрибаси, кутишлари ва атроф-мухит таъсирида уз хулқ-атворларини намоён қилиш натижасидир.

Юқорида таҳлилқилинган интерпсихик терапия, фрейдизм ва хоказолар мижозга унинг муаммолари сабабини кўрсатиб, хал этиш йўллари кўрсатмаган бўлса, бихевиористик йўналиш хулқ-атвор терапиясининг вакиллари инсоннинг муаммолари ногўғри реакция билдиришининг натижаси деб, унинг хатти-харакатларини ўзгартириш муаммони хал қилади, деган фикрни илгари сурганлар.

Ушбу фикрнинг негизида мижоз билан ишлашнинг методлари ривожлантирилган. Бу йўналишнинг ютуқлари мижозни даволашга кам вақт сарф этиш ва самарадорлигидадир.

Психологик маслаҳатда таъсир ўтказиш методлари

Психологик таъсир - бу турли воситалар ёрдамида инсонларнинг фикрлари, ҳиссиётлари ва хатти - ҳаракатларига таъсир кўрсата олишдир.

Ижтимоий психологияда психологик таъсирнинг асосан уч воситаси фарқланади.

1. Вербал таъсир - бу сўз ва нутқимиз орқали кўрсатадиган таъсиримиздир. Бундаги асосий воситалар сўзлардир. Маълумки, нутқ - бу сўзлашув, ўзаро муомала жараёни бўлиб, унинг воситаси - сўзлар ҳисобланади. Монологик нутқда ҳам, диалогик нутқда ҳам одам ўзидаги барча сўзлар заҳирасидан фойдаланиб, энг таъсирчан сўзларни топиб, шеригига таъсир кўрсатишни хоҳлайди.

2. Паралингвистик таъсир - бу нутқнинг атрофидаги нутқни безовчи, уни кучайтирувчи ёки сусайтирувчи омиллар. Бунга нутқнинг баланд ёки паст товушда ифодаланаётганлиги, артикуляция, товушлар, тўхташлар, дудуқланиш, йўтал, тил билан амалга ошириладиган ҳаракатлар, нидолар киради. Шунга қараб, масалан, дўстимиз бизга бирор нарсани ваъда бераётган бўлса, биз унинг қай даражада самимийлигини билиб оламиз. Куйиб - пишиб, очик юз ва дадил овоз билан “Албатта бажараман!”, деса ишонамиз, албатта.

3. Новербал таъсирнинг маъноси “нутқсиз”дир. Бунга суҳбатдошларнинг фазода бир - бирларига нисбатан тутган ўринлари, холатлари (яқин, узоқ, интим), қилиқлари, мимика, пантомимика, қарашлар, бир - бирини бевосита хис қилишлар,

ташқи қиёфа, ундан чиқаётган турли сигналлар (шовқин, хидлар) киради. Уларнинг барчаси мулоқот жараёнини янада кучайтириб, суҳбатдошларнинг бир - бирларини яхшироқ билиб олишларига ёрдам беради. Масалан, агар учрашувнинг дастлабки дақиқаларида ўртоғингиз сизга қарамай, атрофга аланглаб, “Кўрганимдан бирам хурсандман”, деса, ишонасизми?

Мулоқот жараёнидаги характерли нарса шундаки, суҳбатдошлар бир - бирларига таъсир кўрсатмоқчи бўлишганда, даставвал нима дейиш, қандай сўзлар воситасида таъсир этишни ўйлар экан. Аслида эса, ўша сўзлар ва улар атрофидаги ҳаракатлар муҳим роль ўйнарган. Масалан, машҳур америкалик олим Мехрабян формуласига кўра, биринчи марта кўришиб турган суҳбатдошлардаги таассуротларнинг ижобий бўлишига гапирган гаплари **7%**, паралингвистик омиллар **38%**, ва новербал ҳаракатлар **58%** гача таъсир қиларкан. Кейинчалик бу муносабат ўзгариши мумкин албатта, лекин халқ ичида юрган бир мақол тўғри : “Уст - бошга қараб кутиб олишади, ақлга қараб кузатишади”.

Мулоқотнинг қандай кечиши ва кимнинг кўпроқ таъсирга эга бўлиши шерикларнинг ролларига ҳам боғлиқ.

Таъсирнинг ташаббускори - бу шундай шерикки, унда атайлаб таъсир кўрсатиш мақсади бўлади ва у бу мақсадни амалга ошириш учун барча юқорида таъкидланган воситалардан фойдалади. Агар бошлиқ иши тушиб, бирор ходимни хонасига таклиф этса, у ўрнидан туриб кутиб олади, илтифот кўрсатади, хол - аҳволни ҳам қуюқроқ сўрайди ва сўнгра гапнинг асосий қисмига ўтади.

Таъсирнинг йўналтирилганлиги - таъсир йўналтирилган шахс. Лекин ташаббускорнинг суҳбатга тайёргарлиги яхши бўлмаса, ёки адресат тажрибалироқ шерик бўлса, у ташаббусни ўз қўлига олиши ва таъсир кучини қайта эгасига қайтариши мумкин бўлади.

Ўз-ўзини назорат қилиш методи. Мақсадга мос ҳаракат учун ташқаридан эмас, балки шахснинг ўзи томонидан мукофотлаш юзага келади. Мижоз уз хулқидаги ўзгариши учун ўзини-ўзи ёқимли мукофот билан тақдирлайди.

Юқорида хулқ-атвор терапияси методлари билан қисқача танишиб чиқдик. Энди яна бир интерпсихик терапия мажмуасига кирувчи гуманистик йўналишнинг асосчиси Роджерс ғояларига

тўхталиб ўтамиз, «**мижозга марказланган терапия**» методи билан танишамиз.

Гуманистик йўналиш гуманистик фалсафага асосланган бўлиб, у 50-йилларда Калифорнияда вужудга келган. Бу йўналиш вакиллари фикрича одам ўзича ўсиши, камол топиши мумкин. Агарда инсонга уз тақдирини ўзи ечишга шароит яратиб берилса, **Роджерснинг** фикрича, хар бир одамда ўзининг имкониятларини амалга ошириш учун тугма асос фақат мос ижтимоий мухитдагина ривожланиши мумкин. Боланинг «Мен» концепцияси ижтимоий тажрибалардан келиб чиқиб шаклланади. Идеал сифатида уз имкониятлари чегарасида ўзининг мавжудлиги ҳақидаги фикр идеал «Мен» концепциясининг туғилишига олиб келади. Реал «Мен» идеал «Мен»га яқинлашишга ва идеал «Мен» даражасида ривожланишга харакат қилади. Одамдаги ўзини хурмат қилишга интилиш, бошқалар кўзи ўнгида обрўли (нуфузли) бўлишга интилиш тўсқинлик қилади. Бинобарин, одам узлигини йўқотади. Ўзини англаб етишга ёрдам қилиш орқалигина мижоз олдидаги муаммоларни ечиш мумкин, чунки реал «Мен»ни идеал «Мен»га яқинлаштириш орқали ўртадаги ораликни камайтириш мумкин, деган ғоя илгари сурилади.

Мижозга марказлашган терапиянинг асосий усулларини куйида таҳлилқиламиз. Мижоз ўз-ўзига ёрдам бериш имкониятига эга, терапевт эса йўналтирувчидир, деган тамойилга асосланиб, у ўзига нисбатан хурмат даражасини оширишга харакат қилиши лозим.

Роджерс энг муҳим 4 та шартни илгари сурган:

1. Терапевт ўз установакаларига қарши чиқиб бўлса-да, клиент хисларига шартсиз ижобий муносабатда бўлиши керак.
2. Клиентнинг эмпатия хисларини терапевт уз тажрибасига таянган ҳолда хис қилиб кўриши, оламга унинг нигоҳи биланқараши лозим.
3. Аутентлик – ўзининг ички жавобларини никобламасдан клиент билан муносабатга киришиш.
4. Терапевт клиент муаммосини тушунтиришга, уни ечишга харакат қилмаслиги керак. У фақат акс эттирувчи ойна сингари хизмат қилиши ва клиент айтганларини эшитиб утириши лозим. Клиент фикр билдириши давомида унинг муаммосини терапевтик шаклдаги аксини кўриб, унга янгича мантиқий таҳлилқилиб ечиши мумкин. Роджерснинг фикрича, одам ўз реал «Мен»и ҳақида тасаввурга эга бўлганидагина ўз муаммосини хал қилиш йўлини

топади. Терапевт одамнинг реал «Мен»ини кўришга ёрдам бериши зарур.

Бу метод асосан хисларини ва фикрларини очиқ-ойдин айта оладиган клиентларга самарали ёрдам беради.

Трансакцион анализ назарияси. Бу назария Э.Брен томонидан ишлаб чиқилган. У асосан ижтимоий муаммолар ва муносабатларни ижобийлаштиришга қаратилган. Э.Бреннинг фикрича, одам хаётида уч хил позициядан иборат ролни уйнайди: «ота-она», катта одам ва ёш бола. Одам хаётда шу позициялардан бирига асосланиб фаолият кўрсатишга урганган. Вазиятга қараб бу позициялар ўзгариб боради. Чунончи, болада ёшлигидан катта одам ҳақидаги тасавури асосида «катта одам» позицияси, ота-онанинг таъсири натижасида эса «ота-она» позицияси вужудга келади.

Болалигидан тупланган тажриба боланинг шахсий позициясини вужудга келтиради ва бу нарса унинг муносабатларида намоён бўлиши мумкин. Масалан, бир одам бошқа одамга ота-она позициясидан туриб маслаҳат килса, бошқаси эса бола позициясидан туриб жавоб қилиши ёки қарама-қаршилик мавжуд бўлса, у ҳолда бошқа позицияларнинг биридан жавоб бериши эҳтимол. Қарама-қаршилик, яъни трансакцияларнинг қарама-қарши келиши конфликт (низоларнинг олдини олиш ролларини ижро этмасдан туриб, яшаш учун ўзидаги «катта одам» позициясини англаб этганидагина ривожлантириши мумкин. Бу метод одамнинг муносабатларини англашга ёрдам беради.

Гештальттерапия методи. Гештальттерапия Фредерик Перес томонидан асосланган бўлиб, ушу метод гештальтпсихологиянинг «шакл-фон» назарияси замирида ишлаб чиқарилган, яъни бирор объект шакл бўлса, бошқа объектлар шу шаклни англашга ёрдамчи фон сифатида хизмат қилади. Гештальттерапияда бирорта англанилган шакл бўлса, бошқа хислар англамай қолади, деган тамойилга таянилади.

Гештальт «яхлитлик» деган маънони англаиб, фон вужудга келувчи шакл бўлиши мумкин. Одам руҳий муаммоларининг келиб чиқишида англамай қолган тузилма гештальт сифатида хизмат қилиши мумкин. Бу муаммони ечиш учун гештальт вужудга келиши, мижоз эса ўзини англаб етиши шарт. Бунинг учун терапевт «шу ерда ва hozir» тамойилини куллайди. Масалан, вербализация орқали «Шу ерда ва hozir англаяпман» деб бошланувчи сўзлар билан мурожаат қилади.

Кейин бу ҳолатларнинг яхши ёки ёмонлиги, кулай ёки нокулайлиги англанади. **Гештальттерапевт** мижозга ўзини англашига ёрдам бериш учун унинг хатти-харакатларига диққатини қаратиши, яъни хатти-харакатни англаш орқали хисни англашга, хисни англаш орқали эса гештальт тузилишига, муаммо ечилишига ёрдам бериши мумкин. Мижоздаги химояланиш механизмларини унинг ўзига англатиш ҳам гештальттерапиянинг йўлидир, яъни одам ташқи олам йўналтирган эҳтиёж энергиясининг ижтимоий қарама-қаршилик натижасида ўзига қайтарилишидир. Бу нарса рэтрофлексия деб аталиб, у «ўзига қайтариш» маъносини англатади. Бу энергия кейинчалик шу йўналишдаги бошқа эҳтиёжлар вужудга келишига тўсиқбўлиши мумкин. Масалан, бировни уришга эҳтиёж туғилиши натижасида одам кулида оғрик пайдо бўлиши ва бунинг сабабини англаш оғрик зарбини йўқотиш мумкин. Кейинчалик Перес одам ўзини ўзи қийнашини, «бу нарсани қиламан ва буни қилмайман» деган мулоҳазасини «юқори ва пастки» деб номлаган.

Интеракция – одамнинг ташқи оламдаги нарсаларни бировлар обрўйига асосланиб қабул қилиб олиши. «Интеракт сингмай қолган, чайналмаган овқатга ухшайди»,-деб ёзади Перес. Интерактни англаш ҳам муаммони ечишга ёрдам беради. Масалан, «Қиз боланинг сочи узун бўлиши керак» деган фикр интеракт бўлиши мумкин. Бу нарсани англамасдан қабул қилган қиз чиройли бўлиши учун сочини кестиради ва виждон азобида қолади. Буни тушуниб етиши уни виждон азобидан қутқаради.

Проекция – интрекцияга қарама-қарши, уз фикрини бошқаларнинг фикрлари деб қабул қилиш. Масалан, ҳаммага қарама-қарши турадиган одам «Бошқалар ҳам менга қарши» деган фикрда бўлиши мумкин. Бошқалар бундай фикрда бўлмаса-да, у ўз фикрларидан кайтмайди. Перес проекциясининг олдини олиш учун «Ўз фикрига жавобгар қилинг» деган ғояни илгари суради. Жавобгарликни қабул қилиш орқали, яъни муаммо ўзиники эканлигини қабул қилиш натижасида мижоз етукликка этиши мумкин. **Гештальттерапия–шахснинг ўзлигини англашга, ана шу орқали ўз муаммоларини «хозир ва шу ерда» хал қилишга ёрдам берувчи метод.**

«Нейролингвистик программалаштириш» (қисқача қилиб айтганда НЛП) энг замонавий ва кенг тарқалган терапевтик йўналиш бўлиб, у мижознинг ўзини англашга, хатти-харакатлари ва

сўзлари ўртасидаги қарама-қаршилиқни тушуниб етишга ва бошқа одам бегона эканлигини тушунишга ёрдам беради.

НЛП юқорида таҳлилқилинган методларнинг энг самаралиларини танлаб қўллаш натижасидир. НЛПда асосан лингвистикага, яъни сўзларнинг тузилиши руҳий оламнинг кўрсаткичи сифатида кулланишига асосланилади. НЛПда одам уз сезги аъзоларининг ишлашидан келиб чиқиб, уч хил жавоб бериши тан олинади. Репрезентив системада ташқи олам 1) аудиал, 2) визуал, 3) кинестик, яъни асосий масофали ва ички харакат рецепторлари асосида қабул қилиниб, шу асосда ташқи оламга нутқ орқали жавоб қайтарилади, деб тушунтирилади.

Юқорида кўриб ўтилган терапевтик методлар оптимал ишлаши учун хозирги вақтда ижтимоий психологик терапевтик гуруҳлар билан ишлаш йўналиши ривожлантирилган. Қуйида психодрама ҳақида қисқача тухталиб, гуруҳий терапия йўллари кўриб ўтамыз.

Психодрама—20-йилларда Морено томонидан ишлаб чиқилган метод бўлиб, у гуруҳий психотерапиянинг шаклланишига асосий туртки бўлиб хизмат қилган. Мижознинг руҳий оламини ўрганиш учун психодрамада гуруҳий драматик импровизация қўлланилади. Психодрамада мижоз ўз долзарб муаммосини гуруҳбилан ўйнаб куриши мумкин. Масалан, мижознинг муаммоси отаси билан гаплашиш бўлиши мумкин. Терапевт режиссёр сифатида ролларни бўлади. Шароитга қараб одамлар, предметлар ролида стол, стул, лампа ва бошқалар ота ролида чиқиши мумкин. Ота ролини ўйновчи мижозга отасининг хусусиятлари айтилади ва у вазиятни ўйнаб кўради, кейин бошқа кузатиб турган гуруҳ аъзолари ўз вариантларини кўрсатишади ёки бўлиб утган воқеанинг мижозда кучли хис уйготган томонини ўйнаб кўрсатишади. Шуниси қизиқарлики, бу ходиса ўйналаётганда мижозда уша хис бошдан кечирилиши, хатто у хушидан кетиб қолиши мумкин.

Психодраманинг мақсади ҳам, Морено фикрича, мижозда кучли туйғу ва хислар кечишини уйғотиш орқали тажрибани янада такомиллаштиришдир. Психодрамада ролли ўйин услуби қўлланилади. Бунда ўйин спонтан ва ижодий кечади. Бу нарсалар ўз ичига адекват жавоб беришни ва янгиликни олади. «Теле психодрама» проекция сифатида кўринувчи тушунчадир, яъни роллар ўйналиши давомида оламга бошқа одам кўзи билан қараш ғояси ётади.

Катарсис – кучли хисни бошдан кечириш бўлиб, унинг натижасида инсайт йўли билан муаммони янгича тушуниш келиб чиқади. Кўпинча «Монолог» ва иккинчи «Мен» методлари ишлатилади. Роллар алмаштириб борилади ва охирида фикр алмашиш орқали янги билим олинади.

Гуруҳий психотерапия термини ҳам Якоб Морено томонидан психология фанига олиб кирилган. Гуруҳий йўналишда, юқорида курилган терапевтик йўналишларнинг аксариятидан фойдаланилади. Гуруҳий йўналиш фақатруҳий касаллар билан эмас, балки соғлом, ўзини шахсан ривожлантиришга ва англашга, муаммосини ечишга интиладиган одам билан ишлашга ҳам қаратилган. Гуруҳий йўналишнинг устун томони шуки, унда терапевт эмас, балки гуруҳ аъзолари муаммони ечишга ёрдамлашади, яъни бошқалар муаммосини хал қилиш орқали уз руҳий оламини бойитишади. Бизда гуруҳий йўналиш социал психологик тренинг деб номланади.

Ўзбекистонда тренинг гуруҳлари билан ишлаш аста-секинлик билан ривожланмоқда, бироқ бу хали етарли эмас. Яхшиси, чет элда бу жараён қай даражага етганлигига қисқача тўхталиб ўтайлик. **Гуруҳий тренинг** одамнинг бошқалар ҳақидаги тасаввурини ўзгартириб, янги – ҳаракат шаклларини, яъни жамиятнинг кичик моделини гуруҳда ўрганиш методидир.

Асосий нарса гуруҳда либализация, яъни доимий ўрганилган ҳаракатлардан кучли хислар натижасида воз кечиш ва янги хатти-ҳаракат шаклларини қабул қилиши, бошқача қилиб айтганда, оламини тор қобикдан чиқибўрганишдир.

Гуруҳий машғулот ўтказишда асосан доира шаклида ўтириш қабулқилинган. Доирада ҳамма одам бир-бирини кўриб туради. Шунинг ўзи одатда янгиликни идрок қилиш учун ўзгаришни вужудга келтириши мумкин. Одам ҳар бир группа аъзоси тенглигини идрокқилади ва англайди. Унинг асосий принциплари «шу ерда ва ҳозир», «активлик» ва «конфиденциаллик»дан иборат. Уз хатти-ҳаракатлари ҳақида салбий гапларни эшитишни хохламаган гуруҳ аъзоси «техника», «ТОР» сўзини ишлатиши мумкин.

Бу нарсалар бизда социал психологик тренинг ўтказишда қўлланилади. Гуруҳий меъёрлар қабул қилиш чет элларда бир мунча бошқачароқ. Масалан, баъзи бир психогимнастик машқларни Ўзбекистон шароитида тарбияланган одам бажаришни ўзига

ноқулай деб билиши мумкин. Россия шароитида эса бутунлай бошқача бўлиши мумкин. Худди шу сабабли, бизнингча, чет элда ишлатилаётган гуруҳий тренингни Ўзбекистон шароитига мослаштирмасдан туриб, тўғридан-тўғри қўллаш мумкин эмас. Моренодан кейин гуруҳбилан ишлашга қизиқиш **Курт Левин** ишларида кўринади. Унгача ҳам бир қанча одамлар бу йўналишда иш олиб боришган, лекин Курт Левинни тренинг гуруҳларининг отаси деб атасак арзийди.

К.Левин ўз тадқиқотларини 30-йилларда бошлаган. Биринчи **Т-гуруҳ** тасодифан вужудга келган. К.Левин бизнесменлар билан ишлашда гуруҳий муаммонинг тезда хал бўлишини кузатган ва шу асосда бу йўналиш Т-гуруҳлари сифатида дунёга келган. Тренинг гуруҳий ўқитиш лабораториясидир. Шу сифати билан тренинг гуруҳлари хар хил мақсадга эга бўлиши мумкин. Масалан, сензитивликни ривожлантириш гуруҳларида тренинг гуруҳлари катнашчилари сони 12 та одам чегарасида бўлиши керак. Шу асосда «миллий Хареннинг лабораторияси» тузилади ва бу лаборатория янги гуруҳий йўналишлар ривожланишига негиз бўлиб хизмат қилади. Тажрибалар натижасида «учрашув гуруҳлари» номини олган гуруҳлар вужудга келади. Бу Карл Роджерснинг инсонпарвар миқозга йўналган группаларидан иборат бўлиб, одамни бошқа одамлар билан муаммоси аутэнтик бўлишга ёрдам беришини уз олдиға мақсадқилиб қўяди. Унинг асосий белгилари: учрашув катнашчиларининг узлигини очиш хисларини англаш, жавобгарлик, уз «Мен»ини англаш, «шу ерда ва хозир» тамойилига асосланганликдир. Учрашув гуруҳлари бир кунлик ва бир неча кунлик бўлиши мумкин.

Гештальт гуруҳлар юқорида кўрилган гештальттерапия методлари ва тамойилларига асосланади. Бошқа гуруҳлардан фарқли ўлароқ, гуруҳмашғулотларини тренер хар бир аъзо билан алоҳида ўтказиши мумкин. Бошқалар эса «бўш иссиқ стул» техникаси бўйича кузатувчи хисобланади. Уз муаммосини ечишни хохлаган одам бўш стулга келиб ўтириб, бошқалар кузатувчилигида уз муаммосини оптимал йўл билан англашға харакат қилади. Бу гештальттерапиянинг гуруҳий кўринишидир. Одатда икки стул техникаси ҳам ишлатилади. Бу Моренонинг иккинчи «Мен» методига ўхшайди.

Бундан фарқ килувчи яна бир йўналиш – бадан билан ишлаш гуруҳларидир. Бу йўналишга биоэнергэтика, фельденкрайса методи, структуравий интеграция, бошланғич терапия ва хоказо бадан билан ишлаш гуруҳлари киради. Бадан терапияси асосида ретролексия, мускул броняси хосил бўлиши, «зажимлар» тананинг яхлитлиги хис қилишга қаратилган бўлиши ҳақидаги Вильгэльм Райх назарияси ётади.

Нафас олиш харакати машқлари орқали «мускул броня»сида қотган энергия чиқарилади ва шу орқали одам уз «Мен»ини, танасини тўлалигича англашга ўрганади.

Шунга ухшаш йўналишлардан бири **«ракс терапияси»** гуруҳларидир. харакат орқали, ракс орқали хисларни англаб, энергияни чиқариш – бу йўналишнинг мақсадидир.

Санъат терапияси гуруҳлари ҳам мавжуд. Улар сублимацияга асосланган бўлиб, ички онгсизликдаги ортикча энергияни образлар орқали яратиб, сувратини солиб ёки хайкал ишлаш орқали чиқариб ташлашни уз олдиға мақсадқилиб олади. Булардан ташқари, бихевиористик назарияға асосланган гуруҳлар ҳам мавжуд.

Юқорида биз хозирги замон психологиясида мавжуд бўлган ва инсон шахсини ривожлантиришға қаратилган индивидуал ва гуруҳий методларни қисқача таҳлилиниқилибўтдик. Хозирги иқтисодий қийинчилик шароитида ўзига ишончни йўқотиш ва ижтимоий мухитдан қочишға интилиш каби салбий туйғулардан қутулиш учун Ўзбекистонда мазкур психологик методларға таяниб иш кўрадиган гуруҳий тренинг лабораториясига ухшаш бирор марказ очилса, янги хаёт бўсағасига қадам ташлай деб турган инсонлар учун фойдадан ҳоли бўлмайди. Жамият одамлардан, одамлар эса руҳият ва тана яхлитлигидан ташкил топади. Одам қанча руҳан соғлом бўлса, ўзига ишонса, шунча кўп меҳнат қила олади. Демак, чет эллардаги психологлар фан ютуқларига асосланиб жамият ривожига ўз хиссасини қўшаётган экан, бизда ҳам тез орада ана шундай силжиш юзаға келади деган умиддамиз.

3.2. Психологик маслаҳатда таъсир ўтказиш методлари

XX аср бусағасида психология фани ва унинг илғор вакиллари ўзларининг навбатдаги жаҳоншумул илмий мақсадлари - инсонға, айни пайтда, жамиятға психологик хизмат кўрсатиш тизимининг муқаррарлигини назарий-илмий жиҳатдан асослаб беришға

муваффақ бўлдилар. Умуман, психологик хизмат кўрсатиш муаммоси маълум маънода, илмий психологиянинг етакчи йўналишларидан бири сифатида кўп бор мунозаралар манбаи бўлган. Бу ҳақда қадимги ва дастлабки психологик тасаввурлар макони булмиш Хиндистон, Хитой, Миср, Вавилон, Ўрта Осиё, Грециядан, шунингдек, жон (руҳ) ҳақидаги I- китобнинг муаллифи Аристотелдан ва темперамент (мижоз) таълимотининг асосчилари Галень, Гиппократ ва Ибн Синолардан тортиб, то ҳозирга қадар психологлар ўз фикр-мулоҳазаларини билдирганлар ва билдириб келмоқдалар.

Тарих ва ижтимоий ҳаёт тамойиллари шуни кўрсатмоқдаки, жамиятнинг ҳар томонлама ривожланиши ва унда юксак даражадаги ҳаёт, турмуш тарзининг қарор топтирилиши, аввало ҳар бир фаолият кўрсатувчи шахсдаги ўзига хос психологик салоҳиятнинг не чоғлик тўла-тўқис намоён этилаётганлиги билан белгиланади. Зеро, ҳар бир мамлакатнинг порлоқ келажагини одамлардаги ижодий, интеллектуал ва маънавий тараққиёт йўлига хизмат қилувчи давлат механизмисиз тасаввур қилиб бўлмайди. Шу боисдан бўлса керак, ҳозирги кунда барча ривожланган ва ривожланиш йўлидан бораётган мамлакатлар биринчи галда ўз фуқароларининг маънавий ва интеллектуал, жисмоний ва руҳий баркамоллигига ва ундан ижтимоий манфаатлар учун самарали фойдаланиш йўллариини излашга жиддий эътиборни қаратмоқдалар. Шу нуқтаи назардан, ҳар бир мамлакатда инсон ва унинг фаолияти ўртасидаги уйғунликни таъминлашга қаратилган ижтимоий-психологик хизмат тизимининг жорий этилиши алоҳида аҳамият касб этади. Қолаверса, Президент И.А.Каримовнинг "Маънавият ва маърифат жамоатчилиқ Маркази фаолиятини янада такомиллаштириш ва самарадорлигини ошириш тўғрисида"ги фармойиши орқали қатъий таъкидланганидек, бугунги кунда "одамларнинг ўзликларини чуқур англашини, мустақилликнинг қадрини тобора теран тушунишни, миллий тафаккурнинг кенгайиши ва такомиллашувини, тарихий ҳурлик, мустақиллик руҳининг уйғонишини таъминлаш маънавият соҳасидаги сиёсатимизнинг асосий мақсадига айланиши лозим».

Президентимиз Ўзбекистоннинг бугунги истиқлол ва истиқбол йўлини ифодаловчи бошқа қатор маърузалари ва асарларида ҳам иқтисодиёт билан маънавият, инсон руҳиятининг баркамоллиги, ҳаётнинг ўзаро ажралмас, бир-бирини тўлдирадиган, ўзаро таъсир

ва акс таъсир этадиган муҳим омиллари эканлигини ва айни пайтда бугунги иқтисодий ўнгланиш, иқтисодий тикланиш, иқтисодий ривожланишни, маънавий ўнгланиш, маънавий покланиш, маънавий юксалиш ҳаракатлари билан тамомила уйғун бўлишини таъминлашнинг муқаррар ижтимоий зарурат эканлигини қайта-қайта таъкидлайди. Шунингдек, Президент И.А.Каримовнинг Республика Олий Мажлиси IX сессиясидаги "Баркамол авлод Ўзбекистон тараққиётининг пойдевори" мавзусидаги сўзлаган нутқидан келиб чиққан ҳолда қабул қилинган "Таълим тўғрисида"ги Қонун ва Кадрлар тайёрлаш Миллий дастур (1997 йил 29 август) нинг амалда қўлланилиши бугунги шахс фаолиятдан, унинг ижтимоий тараққиётига хизмат қилувчи омилларидан янада унумлироқ фойдаланиш йўллари излашга даъват этади. Бу эса, аввало инсон маънавияти, руҳияти ва ижтимоий камолоти билан шуғулланувчи психологлар олдига бир мунча жиддий ва масъулиятли вазифаларни қўяди. Бу вазифаларнинг бажарилиши эса ҳар бир шахс ва унинг фаолиятини бугунги ижтимоий-иқтисодий тараққиёт тамойиллари қўйган талаблар асосида қарор топтиришга кўмақлашувчи психологик хизмат жараёнининг муваффақиятли татбиқ этилишига ҳам боғлиқ эканлиги шубҳасиздир. Зеро, шахс ва унинг фаолиятини ҳар томонлама ривожлантириш муаммосига психологиянинг амалий-тадбиқий йўналишлари асосида ёндашиш зарурлиги ҳақидакўпгина олимлар ўз фикр-мулоҳазаларини билдирганлар ва билдириб келмоқдалар.

Психология фани нимадан баҳс юритади - деган савол мавжуддир, бироқ ҳозирги замонда коррекцион психология фани нимани ўргатади, қанақа предмет деган савол туғилмоқда. Маълумки психология фани шахсни ўрганадиган ягона фан эмас, чунки унинг айрим жиҳатларини фалсафа, педагогика, логика, социология, хатто кибернетика тадқиқ қилмоқда. **Коррекцион психологияда-чи? Бунда психолог болалар, ўқувчилар, талабаларнинг психик тараққиётидаги хулқи ва муомаласидаги нуқсон ва камчиликларни аста -секин тузатиш коррекция қилиш дастурини ишлаб чиқаради ва амалиётга уни тадбиқ этади. Бунинг учун улар билан махсус машғулотлар ўтказди ва ижодий қобилиятларни устириш мақсадида тренинглар олиб боради.**

Коррекцион ишларда гуруҳнинг кадриятларга йўналганлиги этнопсихологик ва этномаданияти хусусиятлари, элат тарихи , миллат одати, усули, расм-русмлари ва бошқа этнос уз аксини топиши лозим.

Коррекцион психология фанида эса инсон шахси ва индивидуаллигини таркиб топтириш жараёнига фаол таъсир кўрсатишни тақозо қилади. Психологик хизматнинг ушбу йўналишида алоҳида ахамият касб этадиган нарса бу -болалар, ўқувчилар, талабалар хулқининг бузилиши, таълимда ўзлаштиришнинг ёмонлашуви кабиларни ўрганади.

Бугунги кунда мутахассис кадрларни тайёрлаш, таълим ва билим бериш тизими ҳаётимизда, жамиятимизда булаётган ислохот, янгиланиш жараёнлари талаблари билан яқиндан боғланмаганлиги ҳар томонлама сезилмоқда. Шундан келиб чиққан ҳолда, бугунги таълим муассасаларида, меҳнат жамоаларида бўлажак кадрларни ҳар жиҳатдан тайёрлаш билан боғлиқ психологик хизматнинг илмий-ташкилий жиҳатларига ва айниқса, ижтимоий-психологик муҳофаза имкониятларини тадқиқ қилишга оид махсус ўтказилган тадқиқотларнинг ниҳоятда танқислиги; ижтимоий психология, этнопсихология фанларида бугунги психологик хизмат татбиқини қамраб олувчи вазифаларнинг аниқ ва батафсил белгиланганмаганлиги; бир неча йиллардан буён талайгина таълим ва меҳнат жамоаларида психологик хизмат кўрсатиш жараёни амалга оширилиб келсада ва айна пайтда, ўзбекистонлик психолог-олимлар томонидан илғор психология илмининг ҳаётга, амалиётга татбиқига оид қатор яқунланган тадқиқотлар, кўрсатмалар, тавсиялар мавжуд бўлса-да, Ўзбекистондаги психологик хизмат самарадорлигини алоҳида тадқиқ қилинмаганлиги; таълим ва меҳнат муассасаларида ташкил этилган психологик хизмат тажрибалари мисолида ўқувчи ва ишчи-ходимлар муваффақиятли фаолиятини таъминлашдаги ижтимоий психологик муҳофаза имкониятларини ўрганиш ва камол топтириш билан боғлиқ бугунги Ўзбекистоннинг ўз истиқлол ва истиқбол йўли, ижтимоий - иқтисодий тараққиёти талабларига жавоб берувчи илмий-амалий тавсияларнинг ишлаб чиқилмаганлиги кабиларни бугунги долзарб муаммолардан бири сифатида қайд этиш мумкин.

Психокоррекция фанининг мақсади талабаларни психологик коррекция соҳасидаги ҳозирги замон ютуқлари билан

таништириш, олган билимларини амалда ишлата билишни ривожлантиришдир. Шунингдек психокоррекция инсоннинг психик ривожланишидаги камчиликларни тузатиш усулларини қўланнадиган жараёнини ҳам ўрганади. Психологик ишлар мажмуаси ўқувчиларни мактаб, коллеж ва лицейларда ўқитиш давомида психологик, педагогик жиҳатдан чуқурроқўрганишга йўналтирилган бўлиб, уларнинг индивидуал хусусиятлари, таълим-тарбиясидаги нуқсонларни аниқлашга мўлжаллангандир. Ташхис ва коррекцион ишлар гуруҳий ёки якка (индивидуал) тарзда ўтказилади. Бу аснода **психолог якқол вазифаларни бажаради:**

- Ёш давр тараққиётининг муайян мезонларига мувофиқлигини аниқлаш мақсадида психолог болалар, ўқувчилар, махсус мактаб ва билим юрти тингловчиларини, олий ўқув юрти талабаларини психологик текширувдан ўтказди, уларнинг камолот даражаларини белгилайди. ўқитувчиларнинг касбий яроқлиги ва лаёқатини ташхиса қилади, уларнинг шахс хислатлари, иродавий сифатлари, ҳис-туйғулари, уз-ўзини бошқариш имконияти, интеллектуал (ақлий) даражаси ва педагогик қобилиятини текширади;

-Психолог ўқувчилар ва талабаларнинг психологик хусусиятлари, уларнинг қизиқиши, майли, илк иктидорлиги кабиларни ўрганади, уларга яккахол (индивидуал) муносабат ва ёндашишни йулга қуяди, мутахассис ва етук шахс сифатида шаклланишига муайян ёрдам кўрсатади, тренинг (махсус машқ) ўтказди.

-Мактабгача ёшдаги болалар, ўқувчилар, коллеж-лицей тингловчилари, олий ўқув юрти талабларида учрайдиган ўқув малакалари ва куникмаларини эгаллашдаги нуқсонлар, хулқ-атвордаги камчиликлар, ақлий тараққиёт ва шахс фазилатларидаги бузилишлар сабабларини ташхиса қилиб коррекцион ишлар олиб боради.

-Болаларнинг вояга етган одамлар ва уз тенгқурлари (тенгдошлари) билан муомаласи хусусиятини текширади. Уларнинг этнокиёфаси ва этномаданияти хусусиятини ҳисобга олган ҳолда психофизиологик методикаларни муайян шароитга мослаштиради (адаптациялаштиради). Бошқа соҳанинг мутахассислари билан биргаликда руҳий ривожланишдаги нуқсонлар хилма-хиллигини ҳисобга олиб, табакалашган дифференциал ташхисани амалга оширилади;

-Нуқсонларнинг тиббий ва деффектологик табиатни аниқлайди;

-Девиант (қонунбузарлик) аксил ижтимоий хулқ-атвор сабаблари ва уларнинг шакллари белгилайди;

-Гиёхвандлик, таксикоманлик, алькоголизм, ўғирлик, дайдиликнинг ижтимоий-психологик илдизларини текширади, уларнинг омилларини таҳлилқилади ва бошқалар;

-Рахбар кадрлар ва ўқитувчиларнинг касбга яроқлилигини илмий асосда текшириш ва аниқ тавсияномалар ишлаб чиқиш;

-Олий мактаб ходимлари синов (адаптация) муддатини (стажер, ёш мутахассис, ўқитувчи, аспирант ва бошқаларни) ўрганиш ва амалий кўрсатмалар бериш.

-Иш юритиш, сайлов, саралаш, танлов, қабулбўйича илмий-психологик прогноз қилиш, содир бўлиши мумкин бўлган хавфдан маъмуриятни огоҳ этиш ва аттестация, ижтимоий талаб ва буюртмалар юзасидан ижтимоий-психологик ахборотлар тўплаш ва уларни умумлаштириб, тавсия ишлаб чиқиш;

-Мактаб ўқувчилари, ўқитувчилари, ходимлари ва талабаларида давлат маблагини тежаш туйғусини аниқлаш, тежамкорлик, мол-мулкни асраш ҳиссини, нохуш кечинмаларни жамоа орасида ёппасига текшириш, уларда меҳнатни кадрлаш бурчини шакллантириш бўйича тадбирлар ишлаб чиқиш, миллий ғурур, миллатлараро муносабатлар маданиятини таркиб топтириш мажмуасини ишлаб чиқиш;

-ўқувчилар, ўқитувчилар ва мактаб ходимлари, талабаларда ишбилармонлик қобилиятини ривожлантириш юзасидан илмий-психологик дастур яратиш ҳамда унинг моддий бойлик ишлаб чиқаришдаги улушини таҳлил қилиш;

-Мактабгача ёшдаги болалар, ўқувчилар коллеж ва лицей тингловчилари, янги типдаги мактаб ўқувчилари, олий ўқув юрти талабаларида учрайдиган ўқув малакалари ва кўникмаларини эгаллашдаги нуқсонлар, хулқ – атвордаги бузилишлар сабабларини ташхиса қилади ва уларни бартараф қилиш, коррекция қилиш усулларини ахтаради;

-Болаларнинг вояга етган одам ва уз тенгкурлари билан муомаласи хусусиятини текширади. Уларнинг этноқиёфаси ва этномаданияти хусусини ҳисобга олган ҳолда психофизиологик методикаларни муайян шароитга мослаштиради, яъни «адаптация», бошқа сохани мутахассислари билан биргаликда руҳий

ривожланишдаги нуқсонларни ҳисобга олиб табақалашган дифференциал ташхисани амалга оширади. Нуқсонларнинг табиий ва диффектологик (лотинча сўздан олинган бўлиб, етишмаслик деган маънони билдиради) табиатини аниқлайди;

-Девиант (қонунбузарлик ижтимоий хулқ- атвор сабаблари ва уларнинг шакллари белгилайди. Гиёхвандлик, таксикомания, алкоголизм, угрилик, дайдиликнинг ижтимоий психологик илдизларини текширади. Уларнинг омилларини таҳлилқилади. Шунингдек раҳбар кадрлар ва ўқитувчиларнинг касбга яроқлилигини илмий асосда текшириб ва тавсияномалар ишлаб чиқиш;

-Олий мактаб ходимлари, синов, адаптация муддатини (стажёр, ёш мутахассис, ўқитувчи, аспирант ва бошқаларни) ўрганиш ва амалий кўрсатмалар бериш, иш юритиш, сайлов, саралаш, танлов, қабулбўйича илмий психологик прогноз қилиш, содир бўлиши мумкин бўлган «хаво»дан маъмуриятни огоҳ этиш;

-Аттестация ижтимоий талаб ва буюртмалар асосида ижтимоий психик ахборотлар туплаш ва уларни туплаб яққол психологиялар яратиш, чет эл муассасалари билан алоқа қилиш, кадрларнинг малакасини ошириш уларнинг интеллектуал потенциалини аниқлаш, фан ва техникани ривожлантириш имконияти ва олий мактабнинг нуфузи тўғрисида материаллар йиғиш, уларни психик жиҳатдан таҳлил қилиш ва маслаҳатлар бериш, ўқув қўлланмаларнинг сифати, китобхонлилик муаммоси, ходимлар, талабаларнинг Давлат мулкига муносабати ҳақида маълумотлар туплаш ва уларни умумлаштириш, маъмуриятга ва касаба уюшмасига ахборот тайёрлаш, ётоқхонада ўқувчилар ва талабаларнинг талаби, қизиқиши, ижтимоий қараши, нуқтан назари, мослашиши, турмушга нисбатан муносабати тўғрисида маълумотлар тўплаш ва уларнинг фаоллигини ошириш юзасидан тавсиялар ишлаб чиқариш;

- Иқтидорли ўқувчилар, талабалар, ёш мутахассислар, аспирантларни танлашда иштирок қилиш, илмий психологик тавсиялар ишлаб чиқиш ва шуларга асосланиб уларга нафақалар бериш;

- Ўқувчилар, ўқитувчилар, ходимлар, талабалар ўртасида буш вақтни таъминлаш ва ундан омилкорлик билан фойдаланиш муаммосини, ижтимоий психологик нуқтан назаридан текшириш ва бўш вақтни мақсадга мувофиқлаштириш қилиш йўллари

хамда улардан этнопсихологик билимлар, маънавий кадриятларни эгаллашда фойдаланиш имкониятини психологик жиҳатдан таҳлил қилиш;

- Мактаб ўқувчилари, ўқитувчилари, ходимлари ва талабаларда ишбилармонлик қобилияти юзасидан илмий психологик дастур яратиш ҳамда унинг моддий бойлик ишлаб чиқаришдаги улушини таҳлил қилиш;

Психологик хизматнинг мазкур йўналиши, психологдан инсон шахси ва индивидуаллигини таркиб топшириш жараёнига фаол таъсир кўрсатишни тақозо қилади. Халқ Таълими соҳасида фаолият кўрсатаётган психологнинг вазифаси муайян қоида, мезонга асосланиб, ўз фаолиятини ташкилқилиб, ёш давр хусусиятларига биноан болалар, ўқувчилар, талабалар психикасини ривожлантириши, шахснинг шаклланиши қонуниятларини амалиётга тадбиқ этиши, ўқитувчилар жамоасига ўқувчилар, болалар ва талабалар таълим тарбиясини индивидуаллаштиришда ёрдам бериш, уларнинг қобилияти, майлининг даражасига қараб ўқитувчиларга коррекцион тузатиш ишларини амалга оширишда кўрсатмалар бериш, коррекцион ишда алоҳида аҳамият касб этадиган нарса бу болалар, талабалар, ўқувчилар ўсишида, ривожланишда орқада қолиш, унда хулқнинг бузилиши, таълимда ўзлаштиришни ёмонлашуви ҳисобланади.

Ривожлантирувчи ва психокоррекцион ишлар психолог томонидан ҳар хил шаклларда, вазиятларда ва ҳолатларда ташкилқилинади:

а) амалий психологнинг махсус иши, машғулоти айрим болалар, ўқувчилар ва талабалар билан алоҳида ўтказилиши режалаштирилади;

б) психологларнинг бошқа бир фаолияти махсус равишда амалга оширилиб, болалар, ўқувчилар, талабалар гуруҳларига тарбиявий таъсир ўтказишга йўналтирилган бўлади;

в) ота-оналар, педагогик жамоа иштирокида тарбиявий тадбирлар тарзида машғулотлар олиб бориш назарда тутилади.

Ривожлантирувчи ва психокоррекцион ишлар дастурини шундай тузиш керакки, унда коррекцион ишга жалб қилинувчилар гуруҳининг қадриятга йўналганлиги, этнопсихологик ва этномаданият хусусиятлари ўз аксини топсин: дастурни халқ, этнос, миллат, элат тарихи, анъаналари, расм-русумлари, удуми, одати, стереотипи кабиларни ҳисобга олган ҳолда тузиш мақсадга

мувофик, ўрта махсус таълимиёқувчилари билан мураббийлар ўртасидаги номутаносибликни йўқотиш мақсадида махсус машғулотлар ўтказиш: улардаги ўқишдан, ижтимоий мухитдан, эгаллаган ўрнидан, мавқеидан қоникмаслик ҳиссини камайтириш учун тренинг, ишчанлик ўйинлари, психодрамадан фойдаланилади, эмоционал зўриқишнинг олдини олиш ва уни камайтириш ниятида махсус хоналар жихозлаш (хона жахон стандартларига жавоб бериши, бошқарув пульти, экран воситалари, аудиотренинг, социал тренинг, техник воситаларига, илмий-амалий методикаларга эга бўлиши лозим).

Коррекцион ишлар маълум тартибда, илмий танлов асосида, муайян сеанс бўйича ўтказилиши шарт. Бунда эмоционал зўриқишга учраган шахс миллати, ёши, жинси, индивидуал-типология хусусияти, таъсирланиш даражаси ҳисобга олиниши керак; тузатиш ишлари машғулот, фаолият, касб хусусиятига мос, мутаносиб бўлиши таъсир ўтказиш самарадорлигини оширади; унда япон услубларини қўллаш ҳам зарур маълумотлар тўплаш ва тангликни йўқотиш имконини яратади.

Хал қилишнинг психологик шартлари, таълим –тарбиядаги нуқсонларнинг олдини олиш омиллари, йўллари юзасидан ёрдам кўрсатиш зарур. Болалар, ўқувчилар, талабаларнинг шахсий муаммоларини хал қилишда баҳоли қудрат кўмак бериши даркор. Ота-оналарга тарбиявий ишларни амалга оширишда маслаҳатлар бериш, низоли вазият ва психологик ҳолатларни биргаликда таҳлил қилиш ва амалий тавсиялар берилади. Ота-оналарга фарзандларнинг тиббий ёрдамга мухтожлиги ёки бошқа муассасаларга мурожаат қилиш зарурият эканлигини айтсак-педагогик одоб билан тушунтириш, берилаётган кўрсатмаларга уларни ишонтириши шарт. Барча қоидаларга ва тасдиқланган ҳужжатларга риоя қилинган ҳолда ўтказиладиган ишларни қайд қилиш ва белгилаши лозим.

Ўз фаолиятининг (ютуқ, нуқсон, низо, хамкорлик) натижалари юзасидан юқориташкилотларга ўз муддатида ахборот бериб бориши, қабулқилинган ҳисобот шаклларига ҳеч оғишмасдан риоя қилиши керак. Боғча, мактаб, янги типдаги ўқув юрти ва олий ўқув юртларида махсус талабларга жавоб берувчи, жихозланган психологик кабинетни ташкил қилиши мақсадга мувофиқ. Амалий психологларнинг семинарлари ва илмий-амалий анжуманларида фаол иштирок қилиши керак. Ўзбекистон Республикасининг

мафкурасига, Конституциясига, ижтимоий, этнопсихологик, ахлоқ-
одоб қоидаларига зид бўлган текширишлар ўтказмаслиги керак.
Ижтимоий психологик ҳолатларни ўрганишда маҳаллий
хокимиятга ёрдам бериш ва оммавий ҳаракатларни
барқарорлаштиришда олдинги сафда бўлиши даркор.

IV-БОБ. ПСИХОЛОГИК ХИЗМАТ ЖАРАЁНИДА ЎСМИРЛАР ФАОЛИЯТИНИ ЎРГАНИШ УЧУН ҚЎЛЛАНИЛАДИГАН МЕТОДИКАЛАР

4.1. Ўсмирлар фаолиятини ўрганиш усулларининг классификациялари К.Томас тести саволномаси

Мазкур методика шахснинг зиддиятли вазиятлардан чиқиб кетиш , шахс–хулқ атворидаги бахс мунозарага, ўзаро ҳамкорликка, ўзаро келишувга, ўзини четга олишга, ўзини мослаштиришга қаратилган ички етакчи ҳаракат даражаларига шартли равишда аниқликлар киритиши мумкин.

Методикани қўллаш тартиби:

Синовчига 30 жуфтликдан иборат саволнома тақдим этилади ва ҳар бир саволномадаги жуфтликдан фақат биттасини яъни ўз хошишларига мос келадиганини танлаш ва белгилаш тавсия қилинади. Ундан сўнгра ҳар бир танланган жуфтликдаги савол (“а” ёки “б”) методика калити асосида баҳоланади.

Методика калити:

№	Бахс-мунозара	Ҳамкорлик	Келишув	Ўзини четга олиш	Мослашув
1				А	Б
2		Б	А		
3	А				Б
4			А		Б
5		А		Б	
6	Б				А
7			Б	А	
8	А	Б			

9	Б			А	
10	А		Б		
11		А			Б
12			Б	А	
13	Б		А		
14		А			
15				Б	А
16	Б				А
17	А			Б	
18			Б		А
19		А		Б	
20		А	Б		
21		Б		А	
22	Б		А		
23		А		Б	
24			Б		А
25	А				Б
26		Б	А		
27				А	Б
28	А	Б			
29			А	Б	
30		Б			А

К.Томас тести саволномаси

1. а). Гоҳида мен бошқаларга бахсли саволларни ечиш жавобгарлигини ўз зиммаларига олишга имкон бераман.

б). Нима ҳақида келиша олмаслигимизни муҳокама қилишдан олдин, нима ҳақида келиша олишимизга диққатни қаратаман.

2. а). Мен зиддиятли ечимларни топишга ҳаракат қиламан.

б). Гоҳида мен бошқаларнинг барча қизқишларидан келиб чиққан ҳолда ишларни бажаришга ҳаракат қиламан.

3. а). Асосан ўз айтганимга эришишга интиламан.

б).Гоҳида мен бошқаларнинг қизиқиши учун ўз қизиқишларимдан кечаман.

4. а). Мен зиддиятли ечимларни топишга ҳаракат қиламан.

б).Мен бошқаларнинг ҳиссиётларига тегмасликка ҳаракат қиламан.

5. а).Мен бахсли вазиятларда бошқаларнинг қўллаб-қувватлашларини хоҳлайман.

б). Мен ортиқча ҳаракатлардан, зўриқишлардан қутилиш мақсадида барча ишни бажаришга ҳаракат қиламан.

6. а). Мен хомуш ҳолатлардан қутулишга интиламан.

б). Мен сўзимни ўтқозишга ҳаракат қиламан.

7. а). Мен бахсли саволларни тўлиқ хал қилиш мақсадида кейинга қолдираман.

б). Мен нимагадир эришиш учун, нимадандир воз кечишни маъқул топаман.

8. а). Мен асосан ўзим хоҳлаганимдек бўлишга интиламан.

б). Мен биринчи бўлиб қизиқарли ва бахсли бўлган саволларни аниқлашга ҳаракат қиламан.

9. а). Мен ўйлайманки доим ҳам айрим бир келишмовчиликлар учун хаяжонланиш керак эмас...

б). Мен ўзим айтганим бўлиши учун қаттиқ тиришаман.

10. а). Мен хоҳишларимга эришиш учун қаттиқ интиламан.

б). Мен низоли қарорларни топишга ҳаракат қиламан.

11. а). Биринчи бўлиб, бахсли ва қизиқарли саволларга интиламан ва аниқлик киритаман.

б). Мен муносабатларимизни сақлаб қолиш мақсадида бошқаларни тинчлантиришга ҳаракат қиламан.

12. а). Бахсли вазиятларни келтириб чиқарувчи шароитлардан қочишга интиламан.

б). Мен бошқаларга айрим тортишувларда ўз фикрларида қолишга имкон бераман.

13. а). Мен оралиқ вазиятни таклиф қиламан.

б). Мен ўзим хохлагандек бўлишни талаб қиламан.

14. а). Мен бошқаларга ўзимнинг қарашларим ҳақида хабар бериб, уларнинг фикрларини сўраб оламан.

б). Мен ўз қарашларимнинг мохияти ва устунлигини ўзгаларга кўрсатишга интиламан.

15. а). Мен бошқаларни тинчлантиришга ва муносабатларимизни сақлашга интиламан.

б). Мен зўриқишдан қочиш мақсадида барча имкониятларни яратишга ҳаракат қиламан.

16. а). Мен бошқаларнинг ҳиссиётларига таъсир этмасликка ҳаракат қиламан.

б). Мен бошқаларни ўзимнинг вазиятимдан устунликларига ҳосил қилишларига ҳаракат қиламан.

17. а). Асосан мен ўз хохишларимга эришишга қаттиқ интиламан.

б). Фойдасиз зўриқишлардан қочиш учун барча ишларни бажаришга интиламан.

18. а). Агарда бу бошқа бировни бахтли қилса унга ўз фикрида қолишга имкон яратган бўлардим.

б). Мен бошқаларга имконият бераман, агарда у менга рўпара келса.

19. а). Мен биринчи навбатда бахсли ва қизиқарли саволларга тегишли бўлган ишларни аниқлашга интилардим

б). Мен бахсли саволларни батамом ечишни кейинчалик қолдиришга ҳаракат қиламан.

20. а). Мен тушунмовчиликларни зудлик билан бартараф этишга интиламан.

б). Мен иккаламиз учун қулай ва ноқулай жихатларни топишга интиламан.

21. а). Шартномага киришувда бошқаларга нисбатан эътиборли бўлишга интиламан.

б). Мен муаммоларни тўппадан-тўғри муҳокама қилишга интиламан.

22. а). Мен ўзимнинг ва бошқа бир инсон вазиятининг оралиғида турувчи вазиятни топишга ҳаракат қиламан.

б). Мен ўз вазиятимда қоламан.

23. а). Мен ҳар биримизнинг эҳтиёжларимизни қондиришга ҳаракат қиламан.

б). Айрим пайтда бошқаларга бахсли саволларни ҳал қилишга интиламан.

24. а). Агарда бировнинг вазияти ўзи учун жуда муҳим туюлса, мен унга қарши боришга ҳаракат қиламан.

б). Мен бошқаларни зиддиятли бўлишга ишонтиришга ҳаракат қиламан.

25. а). Мен бошқаларни ҳақлигига ишонч ҳосил қилишига ҳаракат қиламан

б). Келишувларга, бошқаларнинг аргументларига эътиборли бўлишга ҳаракат қиламан

26. а). Мен асосан ўрта вазиятни таклиф қиламан.

б). Мен деярли ҳамма вақт ҳар бир кишининг қизиқишларини кондиришга ҳаракат қиламан.

27. а). Асосан бахслардан қочишга ҳаракат қиламан.

б). Агарда бу бошқани бахтли қилса, мен унга ўз сўзида туришида имкон берар эдим.

28. а). Асосан мен ўз мақсадимга эришишдан тап тортмайман.

б). Вазиятни барқарорлаштириб мен бошқалардан кўмак излайман.

29. а). Мен ўрта вазиятни таклиф қиламан.

б). Ўйлайманки доим ҳам келишмовчиликлардан хаяжонланмаслик лозим.

30. а). Мен бошқаларнинг хиссиётларини аяшга ҳаракат қиламан.

б). Мен бахсда шунча вазиятни эгаллайманки, қачонки биргаликда муваффақиятга эришайлик.

ҚАДРИЯТЛАР ЙЎНАЛИШЛАРИ САВОЛНОМАСИ (И.Г.Сенин)

Кишининг ҳар хил истак ва хохишларини акс эттирадиган саволлар диққатингизга ҳавола этилади. Ҳар бир саволни яхшилаб ўқинг ва унинг мазмунини ўзингизга қиёслаб кўринг. Жавоб вариантлари қуйидагича:

1. Мен учун ҳеч қандай аҳамияти йўқ.
2. Унчалик муҳим эмас.
3. Маълум аҳамиятга эга.

4. Муҳим, зарур.

5. Жуда муҳим, эҳтиёжий зарур.

Билингки, бу ерда яхши ёки ёмон, тўғри ёки нотўғри жавоблар йўқ. Энг тўғри жавоб чин кўнгилдан, холисона берилган жавобдир. Шу сабабли барча саволларга ўйлаб, ҳаққоний жавоб берасиз, деган умиддамиз.

Марҳамат бошладик.

1. Бирор ишига атрофдагиларнинг юқори баҳо бериши.
2. Иш жойим орқали ҳар хил камёб нарсаларга эга бўлиш.
3. Барчанинг ҳурматига сазовор бўлиш учун ўқиб, илм олиш.
4. Иш фаолиятимда ихтирочи бўлиш, янгиликка интилиш.
5. Кўп ўқиш, кўпроқ маълумотга эга бўлиш эвазига фаровон ҳаёт манбаига эришиш.
6. Оилам аъзоларининг мени ҳурмат қилишлари.
7. Ҳамкасбларим билан бажарилаётган иш хусусида тез-тез маслаҳат олиб, суҳбатлашиб туриш.
8. Ўрагнаётган билим соҳамда бирор бир янгилик яратиш.
9. Оиламнинг бой – бадавлат ҳаёт кечириши.
10. Атрофдагиларнинг назарига тушадиган даражада ижтимоий-сиёсий воқеалардан хабрдор бўлиш.
11. Касбий маҳоратимни доимий равишда ошириб бориш.
12. Ҳар хил одамлар билан фаол мулоқотда бўлиш учун юқори маълумот даражасига эга бўлиш.
13. Уй шароитимнинг кўринишини доимо ўзгартириб, янгилаб туриш.
14. Жамоат ишларида фаол қатнашиб, моддий мукофотлар олиш.
15. Ҳавас ва қизиқишларим билан атрофдагиларни ҳайратга солиш.
16. Касбий фаолиятимда катта ютуқларга эришиш.
17. Олган билимларимни тинимсиз ривожлантириш, кенг доирадаги илмий маълумотга эга бўлиш.
18. Оилада етакчи бўлиш, мулоқотчанлик муҳитини яратиш.
19. Жамият ҳаётига ҳар хил янгиликлар киритиш, одамлар янгича онг, янгича фикрни шакллантириш.
20. Бўш вақтларимда даромад келтирадиган ишлар билан шуғулланиш.
21. Обрў-эътибор келтирадиган касб соҳасида ишлаш.
22. Бирор ишни бошлагач, унга чин қалбдан, берилиб ишлаш.

23. Бирор соҳада таълим олиб, катта муваффақиятларга эришиш.
24. Оиламда ҳар хил тушунмовчиликларга йўл қўймаслик учун бошқа оилалардаги воқеаларни синчковлик билан ўрганиш.
25. Ижтимоий ҳаётнинг янада қизиқарлироқ бўлиши учун одамларни бир-бирига бирлаштириш, ҳамжиҳатликни йўлга қўйиш.
26. Бўш вақтимда илгари мавжуд бўлмаган бирор янги нарсани ихтиро этиш.
27. Иш шароитидан фойдаланиб, шахсий тадбиркорлик фаолияти билан шуғулланиш.
28. Илмий даражалар ва унвонларга эга бўлиб, обрў-эътибор қозониш.
29. Бошқа касблардан ижобий фарқ қиладиган ўзига хос касб соҳасида ишлаш.
30. Чин юракдан берилиб ўқиш, илм олиш.
31. Фарзандларимнинг ҳар томонлама ривожланиши, тенгдошларидан устун бўлиши.
32. Жамоат ишлари билан шуғулланиб, ташкилотчилик қобилиятимни ривожлантириш.
33. Қизиқишларим доирасида ўртоқларим билан биргаликда бирор бир тўгаракка, клубга аъзо бўлиш.
34. Касбий фаолиятимда ҳар хил иш услубларини синаб кўриш.
35. Ўқиган соҳам бўйича қўшимча моддий таъминланиш имконияти (масалан, ҳар хил пуллик мукофотлар, грантлар ёки танқис моллар учун алоҳида имтиёзлар).
36. Турмуш ўртоғимнинг обрў-эътиборли оилада бўлишлиги.
37. Оддий кишилардан фарқ қилиш учун тинмай ўқиб, илм олиш.
38. Фарзандларимни маънавияти бутун ва тўғрисиўз инсонлар қилиб тарбиялаш.
39. Аниқ мақсадлар билан жамият ҳаётида фаол иштирок этиш.
40. Бўш вақтлардаги қизиқишларимдан бутун қобилиятларимни намоён қилиб, ўз устимда ишлаш.
41. Одамлар билан тез-тез мулоқотда бўлиш имконияти бўлган касб соҳасида ишлаш.
42. Илм-фанда янги, қизиқарли кашфиётлар қилиш, илмий унвонлар олиш.
43. Турмуш ўртоғимнинг оладиган маошининг юқори бўлиши.
44. Бирор ташкилотга раҳбарлик қилиб, обрў-эътиборли бўлиш.

45. Кўпчиликнинг фикрига қарши бўлса ҳам оилавий ҳаётда ўз қарашларимга таяниш.
46. Жамоат ишида фаол иштирок этиб, маънавий озуқа олиш.
47. Қизиқишларим доирасидаги мақсадларимга тезроқ эришиш.
48. Касбий вазифамни юқори савияда бажариш.
49. Турли илмий муаммоларни ҳал этишга қаратилган анжуманларда фаол қатнашиш.
50. Оилани бошқариш, бола тарбиялашнинг ҳар хил усулларини ўйлаб топиш.
51. Жамиятда ўз ўрнимни топиб, бадавлат яшаш.
52. Ҳавас ва қизиқишларим доирасида эришган ютуқларим билан мағрурланиб юриш.
53. Ижтимоий-сиёсий дунёқарашимда ўзгаларнинг таъсирига берилмаслик, ўз қарашларимга эга бўлиш.
54. Бўш вақтлардаги машғулотларим билан бутунлай берилиб шуғулланиш.
55. Касбий фаолиятимда аниқ мақсадлар сари интилиб, тез орада уларга эришиш.
56. Ўқиш, таълим олиш жараёнида ақлий қобилиятларимни ривожлантириш
57. Оилам аъзоларининг тўй-маъракаларида, турли байрам ва маросимларда фаол қатнашиши.
58. Жамиятимиз тараққиётига, унинг иқтисодий ва маънавий юксалишига янги таклиф ва ғояларим билан ҳисса қўшиш.
59. Шахсий қизиқишларимни моддий бойлик келтирадиган фаолиятга қаратиш.
60. Менинг ҳавас ва қизиқишларим ўзимга хос хислат ва қобилиятларимни акс эттириши.
61. Қайси касб эгаси бўлмайин, у мазмунли, одамлар учун фойдали, ҳалол бўлсин.
62. Илмий даража ва унвон олиш учун аниқ режа асосида ҳаракат қилиш.
63. Аҳил ҳаёт кечириш учун турмуш ўртоғимнинг феъл-атворини тушуниш ва унга мослашиш.
64. Жамият ҳаётида фаол қатнашиш, тажрибали одамлар билан ҳамкорлик қилиш.
65. Бўш вақтларимда ҳар қизиқарли, ижодий ишлар билан шуғулланиш.
66. Иш фаолиятимда ўзимнинг услубимга эга бўлиш.

67. Маънавий дунёмни бойитиш учун илм билан шуғулланиш.
68. Оилавий ҳаётимни обдон режалаштириш.
69. Жамоат ишлари жараёнида одамларни ўз фикрларимга иқроп этишни, ишонтира олишни ўрганиш.
70. Бўш вақтларда дўстлар билан ҳамкорликда қизиққан машғулотларим билан банд бўлиш.
71. Ўқиш ва таълим олишда бошқа кишилар билмаган, “теша тегмаган” билимларни эгаллаш.
72. Оилага нисбатан ҳалол ва садоқатли бўлиш.
73. Ижтимоий ва ташкилотчилик фаолиятимда катта ютуқларга эришиш.
74. Ҳавас ва қизиқишларимнинг доимий равишда кўпайиб, ривожланиб туриши.
75. Фарзандларимда мустақил дунёқараш, ўзларига хос феъл-атворнинг мавжуд бўлиши.
76. Жамият ҳаёти учун фойдали инсон бўлиш.
77. Бўш вақтларимдаги машғулотларимни обдон ўйлаб, аниқ режалаштириш ва муваффақиятларга эришиш.
78. Жамоатчилик орасида ўзимга хос мавқега, ўз феъл-атворимга эга бўлиш.
79. Бўш вақтимнинг кўпроқ қисмини ёқтирган машғулотларим билан ўтказиш.
80. Яқин-атрофда ҳеч ким шуғулланмаган ўзига хос ва ноёб машғулотлар билан банд бўлиш.

ЖАВОБ ВАРАҚАСИ

Фамилия _____ Исм _____

1							
2	3						
4	5	6					
7	8	9	10				
11	12	13	14	15			
16	17	18	19	20	21		
22	23	24	25	26	27	28	
29	30	31	32	33	34	35	36

1. Ҳеч қандай аҳамияти йўқ
2. Унчалик муҳим эмас
3. Маълум аҳамиятга эга
4. Муҳим, зарур
5. Жуда муҳим, эҳтиёжий зарур

1	37	38	39	40	41	42	43	44		
	2	45	46	47	48	49	50	51	52	1
		3	53	54	55	56	57	58	59	2
			4	60	61	62	63	64	65	3
				5	66	67	68	69	70	4
1-6					6	71	72	73	74	5
	2-7					7	75	76	77	6
		3-8					8	78	79	7
			4-9					9	80	8
				5-10					10	

Олинган натижаларнинг талқини

I. МАҚСАДЛИ ҚАДРИЯТЛАР БЎЙИЧА

1.Олий нуфузга эга бўлиш. Ушбу кўрсаткичлардан юқори баллга эга бўлган киши хурмат-эътибор қозонишга, бошқаларда ўзига нисбатан яхши тасаввур пайдо қилиш илинжида бўлади. Айниқса, ўзи хурмат қилган ва энг кўп аҳамият берган шахслар олдида “уялиб қолмаслик” учун ўз ҳатти-ҳаракатларида, қарашларида зийраклик, эҳтиёткорлик, юқори тоифадаги кииларга боғлиқлик каби аломатларни намоён қилади. Кўпинча, бу йўналиш бўйича юқори балга эга бўлган синалувчилар бошқаларнинг улар ҳақидаги шахсий фикрларини билишга жуда қизиқадилар. Чунки бундай кишилар ўз ҳатти-ҳаракатларининг жамоатчилик томонидан қўллаб-қувватланишидан манфаатдор бўладилар.

2.Юқоридаги моддий таъминланганлик. Бу кўрсаткич бўйича юқори балл эгалари – асосан, моддий аҳволларнингмумкин қадар кўтаришга интилган кишилар. Бундай кишилар кўпинча, моддий фаровонликни ҳаётнинг асосий мазмуни деб биладилар. Тўкин-сочин ҳаёт кўп ҳолларда бу тоифадаги одамларда ўзларига юқори баҳо бериш, бошқа (айниқса, камтарин ҳаёт кечирадиган) кишиларни назар-писанд қилмаслик каби салбий хислатларни ривожлантиради.

3.Ижодкорлик. Бу кўрсаткич бўйича юқори баллга эга бўлган шахслар ўз ижодий имкониятларини юзага чиқаришга, ҳаётнинг барча соҳаларида ҳар хил ўзгаришлар, киритишга интиладилар.

4. Фаол ижтимоий муносабатлар. Бу кадрият йўналиши бўйича юқори кўрсаткич кишининг бошқалар билан ўзаро илиқ муносабатларни ўрнатига доир интилишларини акс эттиради. Одатда бундай кишилар инсонлараро муносабатларнинг барча кўринишларини кадрлайдилар, кўпинча, бошқалар билан ҳамкорлик қилиш имкониятини ҳаётда энг қимматли деб биладилар.

5. Ўз устида ишлаш. Бу йўналишдан юқори кўрсаткичга эга бўлган кишилар ўз характерларининг хусусиятлари, қобилиятлари ва бошқа шахсий фазилатлари ҳақида кўпроқ маълумотга эга бўлишга қизиқадилар. Бундай кишилар одатда ўзларини ҳар томонлама ривожлантиришга, барча фазилатларини камол топтиришга интилиб, иносн чексиз имкониятларга эга эканлигига ишонадилар ва уларни тўлиқ рўёбга чиқаришга эришишни ҳаётнинг мазмуни деб биладилар.

6. Ютуқларга йўналганлик. Бу йўналиш бўйича юқори балга эга бўлган кишилар ўзларининг турли ҳаётий даврларида аниқ ва сезиларли натижаларга, муайян ютуқларга эришишдан манфаатдор бўладилар. Бундай кишилар одатда ўз ҳаёт йўналиларини обдон режалаштириб, унинг ҳар бир босқичида ўз олдиларига муайян мақсадларни кўядилар ва бу мақсадларга эришиш йўлида қатъий ҳаракат қиладилар. Бундан ташқари, бундай кишилар кўплаб ҳаётий ютуқлари туфайли, кўпинча, мағрур бўлиб ўзларига керагидан юқори баҳо беришга мойил бўладилар.

7. Маънавий қониқиш. Бундай кишилар, одатда, ўзларини рухий-маънавий жиҳатдан қониқтирадига ҳаётий соҳаларни танлашга интиладилар. Улар кўпинча, ўзларига қизиқ бўлган, маънавий озуқа, ички қониқиш бахш этадиган фаолият билан машғул бўлишини жуда зарур деб биладилар.

8. Ўзликни сақлаш. Бу кўрсаткич бўйича юқори балл одамнинг бошқалардан мустақил бўлишга доир интилишларини ифода этади. Бундай кишилар одатда ҳаётда энг муҳим нарса деб, ўз шахсининг бетакрорлигини ва ўзига хослигини, ўзига хос ҳаёт тарзига, дунёқарашга эга бўлишни тушунадилар. Атрофдагиларнинг таъсирига камроқ берилиб, мустақил фикрларига биноан иш юритишга мойил бўладилар, ўзига хос ҳаёт тарзига эга бўладилар.

II. ҲАЁТИЙ СОҲАЛАР БЎЙИЧА

1.Касбий фаолият. Бу кўрсатгичдан юқори баллга эга бўлган киши ўз касбий фаолият соҳасига катта аҳамия беради. Бундай кишилар кўп вақтини ўз ишларига сарфлайдилар, ишлаб чиқаришдаги барча муаммоларни ҳал этига тезда кириб кетадилар. Улар касбий фаолиятни ҳаётнинг асосий мазмуни деб биладилар.

2.Ўқув таълим соҳаси. Бу кўрсатгичдан юқори баллга эга бўлган киши ўқимишли бўлишга, ўз дунёқарашини кенгайтиришга интилувчан бўлади. Бундай кишилар ўқишни, янги-янги билимларни эгаллашни, ҳаётдан орқада қолмасликни энг муҳим нарса деб ҳисоблайдилар.

3.Оилавий ҳаёт. Бу кўрсатгичдан юқори баллга эга бўлган киши ўз оиласи билан боғлиқ бўлган барча воқеликларга катта аҳамият бериши билан ажралиб туради. Бундай кишилар оилавий муаммоларни ҳал эти йўлида кўп куч ва вақт сарфлашга мойил бўладилар, бахтли оила қуришни энг муҳим нарса деб биладилар.

4.Ижтимоий ҳаёт соҳаси. Бу кўрсатгич бўйича юқори баллга эга бўлган кишилар жамият ҳаётига доир муаммоларга катта аҳамият беришлари билан ажралиб турадилар. Одатда, бундай кишилар ижтимоий-сиёсий ҳаётга тезда киришиб кетадилар ва ўзларининг ижтимоий-сиёсий қараларини иносият учун жуда муҳим деб ҳисоблайдилар.

5.Қизиқишлар олами. Бу кўрсатгич бўйича юқори баллга эга бўлган кишилар ҳаётида уларнинг шахсий қизиқишлари асосий ўринни эгаллайди. Одатда бундай кишилар бўш вақтларини тўлалигича муайян қизиқиш соҳалари учун сарфлайдилар ва бўш вақтларда бирор бир соҳа билан машғул бўлишни ҳавас қилмаган кишилар ҳаётини зерикарли, кўп жихатдан мазмунсиз деб ҳисоблайдилар.

III. ҲАЁТИЙ СОҲАЛАР ДОИРАСИДА МАҚСАДЛИ ҚАДРИЯТЛАРНИНГ ТАЛҚИНИ

1.Касбий фаолият

Олий нуфузга эга бўлиш. Бу қадрият одамнинг жамият томонидан юқори баҳоланадиган касб соҳасини танлашга интилишларида ўз аксини топади. Бу йўналишдан юқори кўрсатгичга эга бўлган кишилар одатда ўзлари танлаган касб-корга нисбатан одамларда қандай фикрда эканлигини билишга

қизиқадилар ва обрўлироқ бирор касбга эга бўлиш орқали обрў-эътибор қозонишга интиладилар.

Юқори моддий таъминланганлик. Бу йўналиш бўйича юқори кўрсаткичга эга бўлган киилар юқори маошни ёки бошқа моддий таъминотни кафолатлайдиган касб-корни танлашга мойил бўладилар. Агар танланган касб соҳалари ўзлари кутган даражада моддий рағбатлантиришни таъмин этмаса, улар ўз мутахассисликларини ўзгартиришлари ҳам ҳеч гап эмас.

Ижодкорлик. Кишининг ўз касбий фаолиятига ижодийлик намуналарини киритишга интилишларида ўз аксини топади. Бу кўрсаткич бўйича юқори баллга эга бўлган кишилар меҳнат фаолиятини одатдаги тарзда юритишдан, ҳар кун бир хил усулда иш қилишдан, тезда зерикиб қоладилар. Шунинг учун доимий равишда ўз касбий фаолиятига турли янгиликлар, ўзгаришлар киритишга бўлган интилиш уларга хос хислатлардандир.

Фаол ижтимоий муносабатлар. Кишининг ўз касбдошлари билан илиқ, дўстона муоммалада бўлишга интилишларида ўз аксини топади. Бу йўналишдан юқори баллга эга бўлган кишилар учун касбдошлар ўртасидаги ўзаро ишонч ва ҳамкорлик муҳитининг ҳукмронлиги муҳим аҳамиятга эга.

Ўз устида ишлаш. Ўз имкониятларини касбий ҳаётда юзага иқариш, касбий маҳоратини тобора ошириш каби интилишларда ўз аксини топади. Бу йўналиш бўйича юқори кўрсаткичга эга бўлган кишилар ўз касбий қобилиятлари ва уларни ривожлантириш имкониятлари ҳақида кўпроқ маълумот олишга қизиқувчан бўладилар.

Ютуқларга йўналганлик. Ўз касбий фаолиятларида аниқ ва сезиларли натижаларга, ютуқларга эга бўлишга интилиш ва кўп ҳолларда ўзига ортиқча баҳо бери хислати. Бу йўналиш бўйича юқори кўрсаткичга эга бўлган кишига ўзи бажарган иш жараёнида эмас, балки унинг натижасидан қониқига мойиллик хос фазилатлардандир. Шу билан бирга бундай кишиларга ўз ишларининг оқибатини аниқ режалатириш ҳам характерлидир.

Маънавий қониқиш. Кишининг касб-кори, фаолиятини маънавий қониқиш олиб келишига қаратиши, қизиқарли, мазмунли иш ёки касб эгаси бўлишга интилишида ўз аксини топади. Бу йўналиш бўйича юқори кўрсаткичга эга бўлган кишилар ўзмеҳнатини мазмунан чуқур англашга интилиб, ўзлари бажарган ишнинг натижасидан эмас, балки кўпроқ ишнинг боришидан,

жараёнида завқ оладилар. Бундай одамларга ўзлари қилган ишдан хавотирланмаслик, унинг сифатли бажарилганига ионч билан, маълум маънода мағрурлик билан муносабатда бўлиш хосдир.

Ўзликни сақлаш. Меҳнат фаолиятида ўзига хос усулдан фойдаланиб, боқалардан қандай бўлмасин фарқ қилишга интилишларидан ўз аксини топади. Бу йўналиш бўйича юқори кўрсаткичга эга бўлган кишилар ўзларига хослигини, бетакрорлигини чертиб кўрсати учун ноанъанавий, ноёб ва нодир мутахассисликларни танлашга мойил бўладилар.

2. Ўқув таълим соҳаси

Олий нуфузга эга бўлиш. Кишининг жамиятда юқори баҳоланган маълумот даражасига эга бўлишга интилишларида ўз аксини топади. Бу йўналиш бўйича юқори кўрсаткичга эга бўлган кишилар ўзларининг ёки ўзлари эришмоқчи бўлган маълумотлилик даражаси билан бошқалардан ажралиб туриш, шахсий мавқеларини ўз устларид янада кўпроқ ишлаш, кенг қамровли билимдонлик эвазига кўтариш пайида бўладилар.

Юқори моддий таъминланганлик. Юқори маош ёки боқа моддий даромад келтирадиган маълумотга эга бўлишга интилишда ўз аксини топади. Бу йўналиш бўйича юқори кўрсаткичга эга бўлган киши ўз моддий имкониятларини кўтаришда бажариб турган касб-коридан қаноатланмаса, янада юқори савиядаги маълумотга эришиш истаги билан характерланади.

Ижодкорлик. Кишининг ўрганаётган билим соҳасида бирор бир янги нарса топишга, шу соҳада ўзининг ҳиссасини кўшишга интилишида ўз аксини топади. Бу йўналиш бўйича юқори кўрсаткичга эга бўлган киши ўзи ўрганаётган билим соҳасига бирор бир янгилик киритиш мақсадида уни чуқурроқ ўрганишга, янги-янги қирраларини ўзлаштиришга мойил бўладилар.

Фаол ижтимоий муносабатлар. Кишининг муайян бир ижтимоий гуруҳ билан уйғунлашишга, у билан ҳамнафас бўлишга интилишида ўз аксини топади. Бу йўналиш бўйича юқори кўрсаткичга эга бўлган кишилар бирор бир ижтимоий гуруҳга тааллуқли инсонлар билан қалин муносабатларда бўлиш учун ўз маълумотларини муайян савияга етказишга интиладилар.

Ўз устида ишлаш. Кишининг ўз қобилиятларини ривожлантириш мақсадида билим олишга, янги-янги касбий ёки билим соҳаларини ўзлаштиришга, маълумотини оширишга

интилишларида ўз аксини топади. Бу йўналиш бўйича юқори кўрсаткичга эга бўлган кишилар ўзларининг ўқий олиш, ўргана олиш қобилиятлари ва шу билан ўзларини ривожлантири имкониятлари билан ажралиб турадилар.

Ютуқларга йўналганлик. Таълим жараёнида кишининг муайян натижаларга эришишга (ўқишга кириш, диссертация ёклаш, моддий камолотга етишиш) ёки боқа ҳаётий мақсадларга эришишга интилишларида ўз аксини топади. Бу йўналиш бўйича юқори кўрсаткичга эга бўлган кишилар таълим жараёнининг ҳар бир босқичини обдон режалаштириш, оқибатини ўйлаш, ҳар бир босқичда аниқ мақсадларни ўз олдиларига қўйиш хислати билан ажралиб турадилар. Шу билан бирга ўзларига юқори баҳо беришга мойил бўладилар.

Маънавий қониқиш. Кишининг маълум бир билим соҳасини чуқурроқ ўрганишга, айниқса, унинг мазмунига қизиқишида ифодаланади. Бу йўналиш бўйича юқори кўрсаткичга эга бўлган кишилар билим олишга кучли эҳтиёж сезадилар, ўз маълумот савияларини оширига, тегишли билим соҳасини чуқурроқ эгаллашга интиладилар ва шундан қониқи оладилар.

Ўзликни сақлаш. Кишининг таълим олида ўзига хос, ўз шахсий хислатларига мос тамойилларга риоя қилишида ўз аксини топади. Бу йўналиш бўйича юқори кўрсаткичга эга бўлган кишилар таълим олишда ўз йўналишларига эга бўлиб, бошқалардан нима биландир фарқ қилиш, ўз ҳаётий принципларига аксиз амал қилиш истаги билан ажралиб турадилар.

3. Оилавий ҳаёт

Олий нуфузга эга бўлиш. Кишилар назарига тушадиган оилавий ҳаёт кечиришга интилиш. Бу йўналиш бўйича юқори кўрсаткичга эга бўлган кишилар кўпинча, ўз оилавий ҳаёт тарзлари ҳақида бошқа кишиларнинг қандай фикрда эканлигини билишга қизиқувчан бўладилар.

Юқори моддий таъминланганлик. Ўз оиласининг моддий таъминотини мумкин қадар оширишга интилиш хислати. Бу йўналиш бўйича юқори кўрсаткичга эга бўлган кишилар одатда оиланинг бахти, мустаҳкамлиги, биринчи галда унинг моддий таъминотига боғлиқ деб ҳисоблайдилар.

Ижодкорлик. Кишининг ўз оилавий ҳаётига қандайдир ўзгаришлар, янгиликлар киритишга доир интилишларда ўз аксини

топади. Бу йўналиш бўйича юқори кўрсаткичга эга бўлган доимий равишда ўз оиласидаги ҳаётни ранг-баранг қилишга интилиши билан ажралиб туради (масалан, уй-жиҳозларининг ўринларини янгилаб туриш, оилавий дам олишнинг янгича, ноанъанавий усулларини ўйлаб топиш ва ҳ.)

Фаол ижтимоий муносабатлар. Кишининг оила аъзолари билан ўзаро муносабатларига аҳамият беришида ўз аксини топади. Бу йўналиш бўйича юқори кўрсаткичга эга бўлган кишилар ўз оила аъзоларининг муайян ижтимоий вазифани бажаришларига аҳамият беришлари билан ажралиб турдилар.

Ўз устида ишлаш. Кишининг турли характер хислатларининг оилавий ҳаёт жараёнида ижобий томонга ўзгартириб боришга интилишида ўз аксини топади. Бу йўналиш бўйича юқори кўрсаткичга эга бўлган кишилар ўз шахсларининг характер хислатлари, қобилиятлари ҳақида кўпроқ маълумотга эга бўлишга қизиқадилар, оила талабларидан келиб чиқиб у ёки бу фаолият турларини бажаришга тайёрдилар.

Ютуқларга йўналганлик. Кишининг оилавий ҳаётда аниқ натижаларга эришишга (масалан, ўз фарзандларига тезроқ ўқиш-ёзишни ўргатиш, янги уй-жой қуриш, янада мукамалроқ оилавий ҳаёт шароитини яратишга) интилишларида ўз аксини топади. Бу йўналиш бўйича юқори кўрсаткичга эга бўлган кишилар кўпинча, бошқа кишиларнинг оилавий ҳаётлари ҳақида маълумотга эга бўлишга қизиқадилар, бошқаларнинг оилавий ҳаётда эришган ютуқларига нисбатан ўз оилаларида эришган ютуқларнинг қанчалик муҳимлигини билишга интиладилар.

Маънавий қониқиш. Кишининг барча оила аъзолари билан руҳан яқин бўлишга, уларни тушунишга интилишида ўз аксини топади. Бу йўналиш бўйича юқори кўрсаткичга эга бўлган кишилар оилавий ҳаётда чин севгини, оилавий тинчлик, осойишталик, ўзаро ҳурматни жуда қадрлайдилар ва буларни оила бахтининг энг муҳим шarti деб ҳисоблайдилар.

Ўзликни сақлаш. Кишининг шахсий қарашлари, истаклари, ғояларига таянган ҳолда ўз турмуш тарзини яратишга интилишида ўз аксини топади. Бу йўналиш бўйича юқори кўрсаткичга эга бўлган кишилар кўпинча, шахсий ўзига хослигини намоён қилиб ҳатто ўз оилаларидан ҳам мустақил бўлишга, (масалан таътилни яқка ҳолда ўтказишга ва ҳ.) интиладилар.

4.Ижтимоий ҳаёт соҳаси

Олий нуфузга эга бўлиш. Кишининг сиёсий-ижтимоий ҳаётида кенг тарқалган қарашларга риоя қилишга уларни қабул қилишга интилишларида ўз аксини топади. Бу йўналиш бўйича юқори кўрсаткичга эга бўлган кишилар ижтимоий-сиёсий мавзуларда фаол итирок этишлари мумкин. Лекин улар одатда ўз фикрларини эмас балки кўпчилик қадрлаган, эътиқод қилган шахсларнинг ғояларини илгари сурадилар. Шу билан ўзларини юқори тоифадаги шахсларга тенглаштиришга, ўшалар доирасидаги кишиларга интилган бўладилар.

Юқори моддий таъминланганлик. Кишининг бирор бир моддий рағбатлантириш эвазига ижтимоий фаолият билан шуғулланишга интилишида ўз аксини топади. Бу йўналиш бўйича юқори кўрсаткичга эга бўлган кишилар моддий манфаатдорлик, фойда олиш мумкин бўлган ижтимоий фаолият тури ташкилотчилик, раҳбарлик билан шуғулланишга интиладилар.

Ижодкорлик. Кишининг ўз ижтимоий фаолият соҳасини ёки тарзини ўзгартириб, янгилаб туришга интилишида ўз аксини топади. Бу йўналиш бўйича юқори кўрсаткичга эга бўлган кишилар одатда, ижтимоий-сиёсий ҳаётда содир бўлаётган ҳар қандай ўзгаришларга ҳозиржавоблик билан ёндашадилар. Ижтимоий фаолиятда эскича услублардан воз кечишда, янги-янги йўналишларни ўйлаб топишга мойил бўладилар.

Фаол ижтимоий муносабатлар. Кишининг мулоқотга йўналганлигини фаол ижтимоий ҳаёт орқали намоён қилишга интилишида ўз аксини топади бу йўналиш бўйича юқори кўрсаткичга эга бўлган кишилар муайян ижтимоий гуруҳ вакиллари билан яқин муносабатлар ўрнатишга, ҳамкорлик қилишга, тарғибот ишларига ёрдам берадиган ижтимоий мавқега эга бўлишга интиладилар.

Ўз устида ишлаш. Кишининг ижтимоий ҳаёт соҳасидаги қобилиятларини юзага чиқариш ва ривожлантиришга интилишларида ўз аксини топади. Бу йўналиш бўйича юқори кўрсаткичга эга бўлган кишилар ижтимоий ҳаёт соҳасидаги қобилиятлари (мулоқотчанлик, ташкилотчилик ва ҳ.) ҳамда уларни ривожлантириш йўллари тўғрисида кўпроқ маълумот олишга қизиқишлари билан ажралиб турадилар.

Ютуқларга йўналганлик. Кишининг ижтимоий-сиёсий ҳаётда аниқ натижаларга ютуқларга эришишга интилишида ўз

аксини топади, лекин бу йўналиш кўпинча ўзига юқори баҳо бериш, ўз кадрини ошириш каби истаклар билан йўғрилган бўлади. Бу йўналиш бўйича юқори кўрсаткичга эга бўлган одатда, ўз ижтимоий фаолиятларини аниқ режалаштирадилар, ҳар бир босқичда алоҳида-алоҳида мақсадлар қўядилар ва уларга қандай бўлмасин эришишга интиладилар.

Маънавий қониқиш. Кишининг жамият ҳаётини чин кўнгилдан бахтиёр ва гўзал қилиш истагида ижтимоий фаолият билан машғул бўлишга интилишида ўз аксини топади. Бу йўналиш бўйича юқори кўрсаткичга эга бўлган кишилар одамлар билан боғлиқ фаолиятлари натижаларидан эмас, балки кўпроқ бу фаолият жараёнидан завқ олишлари билан ажралиб турадилар.

Ўзликни сақлаш. Кишининг ҳар хил ижтимоий-сиёсий қарашлари таъсирига берилмасликка интилишида ифодаланади. Бу йўналиш бўйича юқори кўрсаткичга эга бўлган кишилар жуда кам учрайдиган ижтимоий-сиёсий ғояларни қадрлайдилар, кўпинча эса бундай синалувчилар ўз ижтимоий-сиёсий қарашларига эга бўладилар.

5. Қизиқишлар олами.

Олий нуфузга эга бўлиш. Кишининг бўш вақтларида ўзи севган машғулоти билан банд бўлишга интилишида ўз аксини топади. Бу йўналиш бўйича юқори кўрсаткичга эга бўлган киши бўш вақтини ўзи қадрлаган, унга намуна бўладиган шахсларнинг фикр ва ғояларига мос машғулотлар устида ўтказди ёки улар машғул бўлган ишларга тақлид қилиб ўтказди ёки улар машғул бўлган ишларга тақлид қилиб, ўзини ривожлантиради, малакасини оширади.

Юқори моддий таъминланганлик. Кишининг бўш вақтларида моддий фойда келтирадиган ҳамда шахс учун қизиқ машғулотлар билан банд бўлишга интилишида ўз аксини топади. Бу йўналиш бўйича юқори кўрсаткичга эга бўлган кишилар бўш вақтда соф амалий аҳамиятга эга бўлган (масалан паррандачилик, каптарбозлик каби қизиқиш маҳсулотларини сотиш, айирболаш мумкин бўлган) ишлар билан банд бўладилар.

Ижодкорлик. Кишининг ўз қизиқиш соҳасига ижодийлик намуналари, янгиликлар киритишга кенг имкониятлар очадиган машғулотлар билан шуғулланишга интилишларида ўз аксини топади. Бу йўналиш бўйича юқори кўрсаткичга эга бўлган кишилар

доимо ўзлари қизиққан соҳага ижодий ёндашиб, бирон бир ўзгариш, янгилик киритишга ҳаракат қиладилар.

Фаол ижтимоий муносабатлар. Кишининг одамларга йўналганлик хислатини ўз қизиқишлари воситасида юзага чиқаришга интилишида ўз аксини топади. Бу йўналиш бўйича юқори кўрсаткичга эга бўлган кишилар жамоатчилик асосида амалга ошириладиган машғулотлар билан шуғулланишга, ўзларига ҳам фикр инсонларни излашга ва улар билан ҳамкорлик қилига мойил бўладилар.

Ўз устида ишлаш. Кишининг ўз қобилиятлари ва имкониятларидан мумкин қадар самарали фойдаланишга интилишида ўз аксини топади. Бу йўналиш бўйича юқори кўрсаткичга эга бўлган кишилар турли соҳаларни ўзлатириш, ҳар хил мағулотларда ўз кучларин синаб кўришга ҳаракат қиладилар.

Ютуқларга йўналганлик. Кишининг ўз қизиқишлари доирасида аниқ мақсадларни кўзлаб, уларга эришига интилишида ўз аксини топади. Бу йўналиш бўйича юқори кўрсаткичга эга бўлган кишилар ўз қизиқишлари соҳасида реал натижаларга эришиш, эришган ютуқларининг муҳимлик даражасини ҳис этиш ва шундан рағбатланиб янги марраларни белгилашга мойил бўладилар.

Маънавий қониқиш. Кишининг бўш вақтларида бирор бир севган машғулоти билан чин кўнгилдан, берилиб шуғулланишга, унинг мазмунини чуқурроқ англашга интилишида ўз аксини топади. Бу йўналиш бўйича юқори кўрсаткичга эга бўлган кишилар одатда ўзлари бажарган ишларнинг натижасидан эмас балки кўпроқ мағулотнинг ўзидан жараёндан завқланадилар руҳий озуқа оладилар.

Ўзликни сақлаш. Кишининг шахсий хислатларини чертиб кўрсатадиган соҳалари билан машғул бўлишга интилишида ўз аксини топади. Бу йўналиш бўйича юқори кўрсаткичга эга бўлган кишилар нодир, ноанъанавий мағулотлар билан интилиб, ўзига хос тафаккур тарзи, касб-корга бўлган қобилиятларини тобора чуқурлаштиришга мойил бўладилар.

Ўсмирларга Агрессив ҳолатлар диагностикаси

1 Мен узгаларга ёмонлик қилишдан узимни тухтатолмайман

- 2 Мен узим ёмон курган одамлар хакида миш-миш таркатаман
- 3 Мен тез жиззакилик килиб тез совийман
- 4 Мен яхшилик билан илтимос килмаса бировнинг айтганини килмайман
- 5 Узимга тегишли нарсани хар доим ололмайман
- 6 Мен хакимда оркадан гапирадиганлар хам бор
- 7 Мен айрим уртокларимнинг хулкини ёктирмаслигимни узларига билдириб куяман
- 8 Бировни алдаганим учун виждонан кийналаман
- 9 Мен бировни уролмайман
- Менинг идишларни синдириб юборадиган даражада жахлим чикмайди
- 11 Мен бировларнинг камчиликларини кечиролмайман
- 12 Мен турли хил коидаларни бузишни ёктираман
- 13 Бошкалар темирни кизигида босишни билишади мен билмайман
- 14 Мен билан яхши муносабатда булганлар билан хам сал хуркиброк муомала киламан
- 15 Мен куп холда бошкаларнинг гапига кирмайман
- 16 Баъзан менга шундай фикрлар келадики улардан уяламан
- 17 Агар мени биров урса унга жавоб беролмайман
- 18 Жахлим чикганда эшикни тараклатиб ёпиб кетаман
- 19 Мен бировлар уйлаганидан хам ортикрок жиззакиман
- 20 Ким узини катта тутса уша билан олишгим келади
- 21 Мен уз такдиримдан ичим куймайди
- 22 Мени купчилик ёктирмайди
- 23 Агар биров гапимга тескари гапирса у билан охиригача тортишаман
- 24 Ишдан узини олиб кочадиган одам узини айбдор сезиши керак
- 25 Агар биров менинг оиламни кадрини ерга урса у билан муштлашаман
- 26 Мен купол хазил килолмайман
- 27 Агар биров менинг устимдан кулса уни улдиргим келади
- 28 Ким узини катта тутса мен уни жойига куйиб-куя оламан
- 29 Мен доим узим ёктирмаган одамни куриб тураман
- 30 Купчилик менга ичикоралик килади
- 31 Мен бировлар мени хурмат килишини хохлайман
- 32 Мен ота-онамга куп яхшилик килолмаганимдан афсусдаман
- 33 Йулдан адаштириб турадиган одамларнинг бурнига каттик чертиб юборгим келади

- 34 Мен ёмонликдан ҳеч қачон қовоғимни солиб утирмайман
- 35 Менга сузимга ва қилмишимга яраша жавоб беришса хафа булмайман
- 36 Биров менинг жонимга тегса унгаахамият бермайман
- 37 Мен ҳеч қачон бировга ҳасад қилганимни сездирмайман
- 38 Баъзан одамлар менинг устимдан қулаётганини сезиб тураман
- 39 Жаҳлим чикса ҳам суқинмайман
- 40 Менинг гуноҳларимни кечиришларини хоҳлардим
- 41 Агар мени биров урса баъзан жавоб қайтараман
- 42 Агар менинг айтганим булмаса хафа буламан
- 43 Баъзи кишиларни курсам жаҳлим қузгайди
- 44 Мени ҳақиқатдан ҳам жуда ёмон қурадиган одамим йук
- 45 Менинг принципим-беғоналарга ишонма
- 46 Мен жонимга тегса аяб утирмайман
- 47 Мен қупинча қилган ишларимдан афсусланиб юраман
- 48 Жаҳлим чикса бировни уришим ҳам мумкин
- 49 Болалигимда жаҳлим чиқиб ут олиб қетмаганман
- 50 Мен портлаб қетадиган порох тула бочкага ухшайман
- 51 Мен билан ишлаш қийинлигини одамлар билади
- 52 Одамлар менга турли сабабларга қура тавозе қурсатади
- 53 Агар менга бақиршса мен ҳам бақираман
- 54 Омадсизлик мени хафа қилади
- 55 Мен ҳам биров билан уришиб тураман
- 56 Жаҳлим қикқан пайтда қулимга қирган нарсени отиб юборган пайтларим булган
- 57 Муштлашишга тугри қелса биринчи булиб бошлагим қелади
- 58 Мени ҳаёт нотугри тақдирларгарупара қияпти
- 59 Илғари ҳамма одамлар тугри гапиради деб уйлардим ҳозир эса ишонмайман
- 60 Жаҳлим қикганда захримни бировга соча оламан
- 61 Агар нотугри иш қилсам виждоним қийналади
- 62 Агар уз ҳулқимни ҳимоялаш учун жисмоний қуч ишлатишга тугри қелса қуч ишлата оламан
- 63 Мен баъзан столга уриб гапиришим мумкин
- 64 Узимга ёқмаган кишига қупол гапираман
- 65 Менга зиён қиладиган душманларим йук
- 66 Мен бировнинг бемаза гапини эшитиб тураман лекин жавоб беролмайман

- 67 Мен нотугри яшаяпман бошкача яшашим керак эди деб куп уйлайман
- 68 Мени муштлашишгача олиб борадиган одамлар дустларим орсида борлигини биламан
- 69 Мен майда-чуйдадан хафа булмайман
- 70 Мени бировлар менсимаиди деб кам уйлайман
- 71 Мен куп дук-пуписа киламан лекин ушани амалга оширмайман
- 72 Кейинги пайтларда мен мингир-мингир киладиган булиб колганман
- 73 Агар биров билан уришсам овозимни баландлата оламан
- 74 Бировни улгудай ёмон курсам хам билинтирмайман
- 75 Мен тортишиб утиргандан кура хуп деб куйишни афзал кураман

Жисм оний агрес сия		Билво сита Агрес сия		жахлд орлик		негат ив		Хафа були ш		Ёлгон гумон сираш		Вербал агрес сия		Гунох корлик хисси	
Х	й	ха	й	ха	й	ха	й	ха	й	ха	й	ха	й	ха	й
а	ук	2	ук	3	ук	4	ук	5	ук	33	ук	7	ук	8	ук
1	9	10	26	19	11	12	36	13	-	66	6	15	33	6	-
2	7	18	49	27	35	20		21	-	74	14	23	66	24	-
5		34		43	69	29		29	-	75	22	31	74	32	-
3		42		50				37	-		30	46	75	40	-
1		56		57				44	-		38	53		47	-
4		63		64				51	-		45	60		54	-
1				72				58	-		52	71		61	-
4									-		59	73		67	-
8															-
5															
5															
6															
2															
6															
8															

Ўсмир шахсининг муваффиқиятга эришиш мотивациясини ўрганиш методикаси.

Қуйида сизга 41 та савол берилади. Сиз уларга «ҳа» ёки «Йўқ» деб жавоб беринг.

1. Иккита вариантдан биттасини танлаш имконияти бўлганда, номаълум вақтга чўзиб ётгандан кўра, биттасини тезроқ бажаришга киришган маъқул.

2. Мен 100 фоизга ишни яхши бажара олишимга ишончим бўлмаса, жуда тез аччиқланаман.

3. Мен ишлаётган чоғимда шундай бўладики, мен бутун вужудим билан унга киришиб кетгандайман.

4. Муаммоли вазият пайдо бўлганда, мен охиригилардан бўлиб, қарор қабул қиламан.

5. Агар икки кун қаторасига ишсиз қолсам, мен ўзимни қўярга жой топа олмайман.

6. Баъзи кунлари менинг ютуқларимни ўртачадан паст деб баҳолаш мумкин.

7. Мен ўзимга бошқаларга нисбатан талабчанроқман.

8. Мен бошқаларга нисбатан меҳрибонроқ ва ғамхўрроқман.

9. Мен қийин бир ишдан бош тортганимдан сўнг, кўпинча афсусланиб, ўзимни қийинман, чунки биладанки, агар шу ишни қилганимда, албатта, муваффиқиятга эришган бўлардим.

10. Иш жараёнида мен биров хордиқ чиқаришларга мухтож бўламан.

11. Тиришқоқлик — мендаги асосий сифат эмас.

12. Менинг ишдаги ютуқларим ҳар доим ҳам бир хил бўлавермайди.

13. Мени ўзим шуғулланаётган ишдан бошқа ишлар ўзига ром этади.

14. Мен мақташганидан кўра, танбеҳ беришса, киришиброқ ишлайман.

15. Мен ҳамкасбларим мени ишчан одам дейишларини биладан.

16. Пайдо бўлган тўсиқлар қарорларимни қатъийроқ қилади.

17. Менинг иззат — нафсимга тегиш осон.

18. Кўтаринкиликсиз ишлаган чоғларимни тезда сезишади?

19. Ишни бажариш жараёнида мен бошқаларнинг ёрдамига таянмайман.

20. Баъзан мен ҳозир бажаришим лозим бўлган ишни кейинга қолдираман.

21. Одам фақат ўзига ишониши керак.

22. Ҳаётда пулдан ҳам муҳимроқ бўлган нарсалар кам.
23. Мен муҳим ишни бажаришим бўлган пайтларда бошқа ҳеч нарсани ўйламайман.
24. Мен бошқа кўпчиликка нисбатан иззатталаб эмасман.
25. Таътил ниҳоясида мен одатда ишга қайтишимни ўйлаб, қувонаман.
26. Ишлагим келган пайтларда, мен ишни бошқаларга нисбатан яхшироқ ва сифатлироқ бажараман.
27. Мен тиришиб, сидқидилдан ишлайдиган одамлар билан тез киришиб кетаман.
28. Мен бекорчилик пайтларимда, ўзимни беҳаловат ҳис қиламан.
29. Мен бошқаларга нисбатан кўпроқ масъулиятли ишларни бажараман.
30. Мен ўзим қарор қабул қилишим керак бўлганда, буни ситқидилдан яхши бажаришга интиламан.
31. Менинг дўстларим мени баъзан дангаса, деб койишади.
32. Менинг ютуқларим маълум маънода касбдошларимга ҳам боғлиқ.
33. Раҳбарнинг раъйини қайтариш бесамара иш.
34. Баъзан қандай ишни бажараётганлигингни ҳам билмайсан.
35. Ишим юришмаганда, мен бетоқат бўлиб қоламан.
36. Мен одатда ўз ютуқларига кам аҳамият бераман.
37. Бошқалар билан ҳамкорликда ишлаганимда, менинг ишим бошқаларникидан самаралироқ бўлади.
38. Кўпгина бошлаб қўйган ишларимни охирига етказмаганман.
39. Мен иш билан унчалик банд бўлмаган одамларга ҳавас қиламан.
40. Мен хукмронликка ва амалга интилган одамларга ҳавас қилмайман.
41. Мен ўзимнинг ҳақлигимга ишонсам, ҳақиқатни исбот қилиш учун ҳар нарсага боришга тайёрман.

Калит:

Сиз қуйидаги саволларга «ҳа» деб жавоб берган бўлсангиз, 1 балдан оласиз:

- 2, 3, 4, 5, 7, 8, 9, 10, 14, 15, 16, 17, 21, 22, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 32, 37, 41.

Яна 1 балдан қуйидаги саволларга «Йўқ» деб жавоб берган бўлсангиз оласиз:

6, 13, 18, 20, 24, 31. 36, 38, 39. Тўплаган балларни ҳисоблаб чиқинг.

Натижа:

1 балдан 10 балгача: Сиздаги муваффақиятга мотивация паст;

11 балдан 16 гача: мотивация даражангиз ўртача;

17 балдан 20 балгача: мотивация даражангиз анчагина юқори;

21 балдан ортиқ бал: ютуққа нисбатан мотивация Сизга жуда юқори.

***4.2. Ўсмирларга психологик хизмат кўрсатишида
психотренинглари ташкил этиши.***

Одамларнинг жамиятда ҳамкорликдаги иш фаолиятлари жараёни давомида уларда ҳосил бўладиган тасаввурлар, фикрлар, эътиқодлар, ғоялар, ҳис-туйғулар, кечинмалар, турли хил хулқ атвор шакллари психологиянинг асосий соҳаси бўлган социал психология ўрганади ва тушунтириб беради. Ҳар бир шахснинг жамиятда яшashi унинг социал нормаларга риоя қилган ҳолда ўзига ўхшаш одамлар билан ўрнатадиган мураккаб ўзаро муносабатлари ва уларнинг таъсирида ҳосил бўладиган ҳодисаларнинг табиатини ва қонуниятларини тушунтириб бериш – социал психологиянинг асосий вазифасидир.

Социал психологик тренинг ана шундай мураккаб психик воқеликларни ўрганувчи социал психологиянинг Амалий татбиқий соҳаси ҳисобланади.

Ҳозирги даврда социал психологиянинг долзарблиги ва унинг жамиятдаги содир бўлаётган барча жараёнларга алоқадорлиги унинг татбиқий соҳалари доирасини ҳам кенгайтирди. Социал тренинг аввало шахс ёки гуруҳни самарали мулоқот малакаларига ўргатиш ва улардаги коммуникатив билимдонликни ошириш усуллари ва уларни амалиётга тадбиқ этиш чора тадбирларини ишлаб чиқади.

Психологияда социал тренинг ва шунга ўхшаш фаоллик психологик методларнинг пайдо бўлиши психология фанида шахс ва унинг имкониятларини ўрганишга нисбатан қарашларнинг ўзгариши билан боғлиқ. Чунки психология тарихидан маълумки бу

Фан XIX асрнинг охирларигача ҳам алоҳида шахс психологиясини ўрганувчи атомистик Фан сифатида қаралган. Унинг шаклланиши, тараққиёти ва турли фазилатларнинг пайдо бўлишига сабаб бўлган омиллар орасида социал психологик омилларнинг роли ва ўрни шу давргача тан олинмаган ва махсус тарзда тадқиқ этилмаган эди.

Социал психологик фикрлар шаклланиши тарихидан шу нарса маълумки XIX аср охири ва XX асрнинг бошларига келиб психологик тадқиқотлар жараёнида социал психологик омиллар ҳам аста-секин ҳисобга олина бошланди. Масалан: кейинги йилларда (халқлар психологияси, омма психологияси, хулқнинг социал мотивлари назарияси) ва бошқалар каби социал психологик соҳалар тадқиқ этила бошланди. Бунга сабаб қуйдагича эди: шахс фаолияти жараёнида унинг ёнида бошқа шахсларнинг бўлиши, ёки яқинлиги уларнинг хулқ-атворида таъсир қиладими, агар бундай таъсир мавжуд бўлса у ижобийми, ёки салбийми? Каби саволларга жавобнинг ечимини топиш зарурати туғилди.

Маълумки, янгилик доимо айрим қийинчиликлар ва кишилар онгидаги тўсиқлардан ўтиб, ҳаётда ўз аксини топади. Социал психологик тренингнинг шахс тарбияси, унинг социал вазиятларга тўғри мослашиши, мулоқот маданияти ва техникасининг ҳосил бўлишидаги аҳамияти чексиз. Лекин бунга ўхшаш технологиялар инсоний муносабатлар соҳасида янги бўлиб, уларни кенг амалиётга жорий этишда халқнинг психологияси, унинг минг йиллар мобайнида шаклланиб, халқ онги ва хотирасида сақланиб, мустаҳкам ўрнашиб кетган анъаналар, расм-русумлар ва одатлар қаторида ўз ўрнини топишига алоқадор маҳаллий ҳамма миллий ўзига хосликни ҳисобга олиш зарур.

Бу ўринда китобхон диққатини икки нарсага қаратиш ўринлидир. Биринчидан, ўзбек халқи ва Ўзбекистонда яшаётган бошқа миллат вакилларида асрлар давомида шаклланиб, сайқал топган муомала маданияти, одоб-ахлоққа алоқадор фазилатлар ва қадриятлар борки, улар дунё цивилизацияси доирасида жуда юқори баҳоланиб келинмоқда. Лекин, ана шу олижаноб инсоний муносабатларда айрим жиҳатлар борки, улар айнан социал психологик тренингни ташкил қилиш ва ўтказишда ўзига хос хусусиятларни келтириб чиқаради. Масалан, ўзгалар фикрига эргашиш, шахс ёши ва ҳаётий тажрибасини, жамиятдаги обрў-эътиборни ҳар қандай шароитда ҳам ҳисобга олиш, танқид ёки ўзини танқид қилишда юз-хотирлик фазилатлари, ўз ҳиссий

кечинмаларини ўзгалар олдида очик-ойдин изҳор қилмаслик, Европа стандартлари бўйича социал психологик тренингни ташкил қилиш ва ўтказишга монелик қилиши мумкин. Иккинчидан, халқнинг, айниқса, ёшларнинг янгиликларга интилувчанлиги, янги инновацион технологиялар, хорижий тилларни ўрганишга интилувчанлиги ва бу борадаги ёшлар иқтидорини ҳисобга оладиган бўлсак, уларда жаҳон талаблари даражасида тренингларни фақат ёшлар аудиториясида ташкил этиш мақсадга мувофиқмикин, деган табиий савол пайдо бўлади.

Бизнинг фикримизча, ҳар қандай вазият ёки омил доирасида ҳам этнопсихологик ва ҳудудий ўзига хосликлар ҳисобга олиниши зарур. Бу ўринда шу нарса ҳеч қандай эътирозсиз қабул қилиниши лозимки, ҳозирги даврда ўқитиш ва таълим-тарбия тизимининг барча жабҳаларида фаол социал психологик тайёргарлик усулларидан фойдаланиш ва фойдаланилганда ҳам унинг энг самарали, миллат психологиясига мос услубларни кенг тарғиб этиш ва амалиётларда жорий этиш лозим. Ўзбекистон Республикасида кадрлар тайёрлаш бўйича миллий дастурни амалга оширишда ҳам узлуксиз таълимнинг барча босқичларида фаол методлардан кенг кўламда фойдаланиш ўзининг самарасини бериши шубҳасиз. Зеро, бугунги кунда билимдонликнинг энг муҳим жиҳатларидан бири ҳам социал психологик билимдонликдир. Бу нарса, айниқса, катталар фаолиятини тўғри ташкил этиш ва уни ўзгартириш борасида ўз ўрнига эга.

Социал психологик тренингни ташкил этишнинг ҳудудий ва миллий жиҳатларини ҳисобга олиш деганда нималарни тушунамиз?

Биринчидан, ҳар бир тренингнинг мақсадига ойдинлик киритилаётганда, унинг қайси тоифали кишиларга мўлжалланганлигига қараб таҳлил қилиш. Масалан, айрим психодрамматик ўйинларда катталар ва кичиклар, эркаклар ва аёллар, хаттоки, турли касб эгалари ва насаб вакиллари аралаш иштирок этилаверган. Лекин бизнинг шароитимизда агар катта ёшлилар билан ёшларни, мансабдорлар билан оддий фуқароларни, эркаклар билан аёлларни қўшиб тренинг ўтказиш режалаштирилса, у ўзининг яхши самарасини бермаслиги мумкин. Бизнинг тажрибалардан шу нарса аён бўлдики, тренингни бошлашдаги кириш қисмида иштирокчилар ўртасидаги психоэмоционал тангликнинг олдини олиш учун эркин мулоқот ёки хушомадлар қилиш машқлари ҳам аралаш жинсли аудиторияларда жуда

қийинчилик билан кечди. Ёки бошлиқ билан ходим бирга бўлган ҳолларда, ташаббус негадир доимо бошлиқ қўлида қолаверади. Одатда роллар алмашинуви мавжуд бўлиб, улар сунъий равишда ўзгартирилганда ҳам, улар хулқида тортинчоқлик, кўнглидаги бор гапларни айта олмасликларни учратиш мумкин. Шунинг учун қисқа вақт оралиғида ўтказилган тренингларда гуруҳ аъзоларини ўзига мос тоифаларга қўшиш жонлироқ мулоқотларга сабаб бўлди.

Иккинчидан, тренингда иштирокчиларнинг яшаш шарт-шароитлари, яшаш ҳудуди ҳам ҳисобга олиниши зарур. Масалан, шаҳар ва қишлоқ, ишчилар шаҳарчаси вакили билан деҳқонлар ўртасидаги мулоқотлардан тез самара олиш ҳам осон эмас. Ҳаттоки, бундай тоифали инсонлар "тилига" хос жиҳатлар ҳам мавжудки, улар мулоқот пайтида қийинчиликлар ва руҳий англашилмовчиликларни келтириб чиқарди.

Учинчидан, ўйин усулларини Т-гуруҳларда қўллашда ҳам кутилган натижага эришиш учун миллий кадриятлар, миллий таъб ва дид ҳисобга олиниши керак. Катталар гуруҳида ўйинни ташкил этиш учун гуруҳ иштирокчиларини кўпроқ психоэмоционал кўникишларига имкон яратиш, бир-бирларини янада яхши таниб олишларига шароитлар яратиш зарур. Чунки бизнинг халқимизда бегоналар олдида ўз ҳиссиётларини яшириш, тортинчоқлик, истиҳола қилиш сифатлари борки, шу сабабли одам сунъий ўйин шароитига кўникиш учун маълум вақт талаб қилинади. Бундан ташқари, ўтказилган кузатишлардан шу нарса маълум бўлдики, бир сеансда ўйнаган ролга тақлид қилиб, уни қайтариш ҳоллари ҳам миллий психологияда шахсан маъқул бўлган хулқ шаклига тақлид қилиш ва таъсирланишдан келиб чиқади. Шунинг учун бу ҳолатнинг олдини олиш учун ўйинчиларга олдиндан турли вариантли хулқ-атвор шакллари ҳақидаги сценарийлар билан таништирилгани маъқул, акс ҳолда, кутилганидек, кўп вариантли ҳаракатлар модели вужудга келмайди.

Тўртинчидан, азалдан ўзбек оиласи ва маҳаллалар фаолиятида устувор бўлган жиҳат шуки, аёллар ва эркеклар алоҳида эталонлар билан тарбияланган ва кўп ҳолларда улар фаолияти алоҳида-алоҳида ташкил этилган. Шунинг таъсирида бўлса керак, Т-гуруҳларда жинслараро аралашув рўй берганда, эркин фикрлаш ёки ҳаракатлар ўз-ўзидан чеклана бошлайди. Шунинг учун мунозара, баҳс ёки ролли ўйинлар ташкил этишда ҳам жинсий ўзига хосликлар инобатга олиниши ёки ўйинчиларни максимал тарзда фаоллик кўрсатишлари

мақсадида гуруҳлараро жинсий бўлинишларни ҳам ҳисобга олиш даркор. Экспериментал кузатишлар шуни кўрсатдики, масалан, қизлар гуруҳи алоҳида ўйин шароитига қўйилганда, бемалол, эмоционал жиҳатдан бой тренинглар кўрсатдилар, унда улар ҳам эркак, ҳам аёл, ҳам катта, ҳам кичик ролларига бемалол кира олдилар. Йигитларнинг соф гуруҳида ҳам иккала ролни уддалаш ҳоллари кузатилди. Лекин аралаш гуруҳлар шароитида бундай самарага эришиш учун кўпроқ вақт, психологик маҳорат ва қайтаришлар талаб қилинди.

Бешинчидан, маҳаллий шароитда шахснинг эркин ўз фикрини охиригача баён этишга ўргатиш маълум қийинчиликлар билан рўй беради. Чунки халқ онгида ўзгалар фикри билан ҳисоблашиш, "обрули бировнинг" ишига тақлид, ўқитувчи айтган фикрни танқидсиз қабул қилиш . анъаналари мавжуд. Бу жиҳат ҳам самарали тренингни мақсадга мувофиқ тарзда ташкил этишга кўпинча тўсиқ бўлади.

Шунинг учун ҳам Ўзбекистон шароитида социалпсихологик тренингни ташкил этишга жуда пухта тайёргарлик кўриш, гуруҳларни шакллантиришда ёш, жинс ва мавқега боғлиқ жиҳатларни ҳисобга олиш, машқлантиришни (тренировкаларни) маълум маънода узоқроқ муддатли қилиб ташкил этишга эътибор бериш зарур. Айниқса, бу ўринда бошловчи-тренер шахсига бериладиган эътибор катта. Чунки, агар у кўпроқ ташаббускорлик қилиб, ўз "эрудициясини" намоён қилиб қўйса, мунозара қисқа бўлиши, ёки тажрибасизлиги аён бўлиб қолса ҳам мулоқот самарасиз яқунланиши мумкин. Шунинг учун ҳам у жиддий тайёргарликдан ўтган, тренинг тажрибасига эга бўлган малакали мутахассис бўлиши мақсадга мувофиқ. У нафақат айрим шахслар ва гуруҳлар психологиясини, балки миллий психологияни махсус равишда ўрганган, ўта кузатувчан ва билимдон шахс бўлиши жоиз.

Ўзбекистонда мавжуд бўлган психологлар тайёрловчи олийгоҳлар ўз дастурлари доирасида ана шундай назарий ҳамда амалий малакаларга эга бўлган мутахассисларни тайёрлашга алоҳида эътиборни қаратмоқлари, педагогика олийгоҳлари ва бошқа йўналишдаги ўқув юртларида ҳам социал психологик тренернинг ўша ихтисосликка алоқадор машқларини ўқув дастурларига киритиш лозим.

Фақат шундагина, биз синфга кириб ўқувчилардан чўчимайдиган, балки улар фаолиятини илмий жиҳатдан тўғри ташкил эта оладиган билимдон ўқитувчиларни, ўз жамоасидаги ҳар

бир аъзо билан, бошлиқ ёки бўйсунувчи ходим (тобе одамлар) билан тўғри муносабатлар ўрната оладиган зиёли шахсларни социал фаолиятнинг турли соҳаларига олдиндан қисман тайёрлаган бўламиз. Шу нарсани яна ҳисобга олиш лозимки, ИПТлар меҳнат жамоаларидаги социал ходимлар - психолог, социолог ва бошқаларнинг ҳам одатий ишларидан бирига айланиши, жойлардаги мутахассисларни психологик коррекция қилишда тренинглардан унумли фойдаланиш керак. Ана шундагина, мамлакатимизда демократик жараёнларга одамларни ва яхлит гуруҳларни тайёрлаш иши янада жадаллашади ва шарқона демократик тамойиллар ҳар бир шахснинг онги (шуури)га айланади.

Ўсмирларга низоли вазиятларни бартараф қилишга мўлжалланган ўйинлар:

«Низоли вазиятларни ҳал этиш».

Мақсад: Низони бартараф этувчи ҳаракатлар намунасини ҳавола этишдан иборат (айни ҳолатда бу - ўз-ўзига ишончли ҳулқ-атвор кўринишидир). Иштирокчиларни «ичи пуч» низоларнинг сабаблари билан таништириш. «Ижтимоий хавфли» вазиятлардан конструктив (ижобий ечим топган ҳолда) чиқиб кета олиш ва низодан четда қолиш малакаларини шакллантириш.

Материаллар: Вазиятлар баён этилган 3 хил рангли қоғозлар.

Вазиятлар:

N1: «Тенгқурларинг ҳали бирор марта сигарет чекиб кўрмаганингни мазах қилиб устингдан кулишаяпти. Улардан бири сенга: «Сен ҳали ёш боласан ва бундай жиддий ишлар билан шуғулланиш сенга эрталик қилади», - деди. Унинг гапи сенга жуда оғир ботди ва Сен унга жавоб беришга қарор килдинг.

N2: Хулқи яхши бўлмаган тенгқурларингдан бири кечқурун қаердадир ўтадиган кечага сени таклиф қилаяпти. У бола (қиз) спиртли ичимлик истеъмол қилади ва ҳатто сигарет ҳам чекади. У сенга: «Юр, бир дам олиб келамиз, сен ахир катта йигитсан-ку (қизсан-ку), уйингдагилар сенга рухсат беришади-ку», - деяпти. Бу вазият сени безовта қиляпти ва сен унга рад жавобини бермоқчисан.

N3: Агрессив ҳолатдаги киши иккинчи - ўзига ишонган ва эътироз билдираётган одамни спиртли ичимлик ичишга ундаяпти.

Ўйиннинг бориши: Ўйин 20 минут давом этади.

1. Бошловчи кўпинча учрайдиган низоли вазиятларнинг сабабларини айтади ва уларнинг олдини олиш ёки улардан чиқишнинг қадам-бақадам босқичларини санаб ўтади.

«Ичи пуч» низоларнинг сабаблари:

Кўпинча одамлар ўртасидаги низоли муносабатларнинг сабаби - улар бир-бирларини ёки бирон муаммога нисбатан шеригининг муносабатини охиригача яхши тушунмаслигидадир. Бундай вазиятларда суҳбат келишиш йўналишида эмас, балки ўзаро талаблар қўйиш даражасида олиб борилади. Кўп жихатдан, бу хил ҳаракат услубини танлашнинг сабаби низоли вазиятлардан чиқиш тажрибасининг йўқлиги ва низоларни конструктив ҳал эта олмаслиқдир.

Низони конструктив ҳал этиш учун ҳар икки томонни нима қониқтирмаётганлигини аниқлаб олиш зарур. Бунинг учун эса бир неча қадамдан иборат бўлган қуйидаги алгоритмни ўзлаштириб олган маъқул:

***Муаммонинг моҳиятини ва айти пайтда нимани ҳис этаётганлигини тушунтиринг. Муаммо ҳақидаги ўз фикрингизни тўла баён этинг.

Ушбу вазиятдан чиқиш ечимини, ўз талабингиз ва илтимосингизни айтинг.

***Сизнинг талабингиз юзасидан шерингизнинг фикрини аниқланг.

*** Шерингизнинг самимий гаплари ёки у таклиф этган ечим учун унга ташаккур билдиринг.

2.Бошловчи иштирокчилар орасидан N3 вазиятни ижро этиш учун кўнгиллиларни чақиради ва бу ўйин орқали низоли вазият келиб чиқишининг олдини олиш имконияти намоён этилади. Муҳокама.

3. Гуруҳ учликларга бўлинади.

Ҳар бир учликда учта вазият ўйин тариқасида ижро этилади(ҳар бир иштирокчи агрессив, низодан чиқа олувчи ва ўзига ишонган одам ролида ҳамда кузатувчи ролида иштирок этиши шарт).

4.Ҳар бир вазият ижро этилганидан кейин кузатувчилар ўз таассуротлари билан ўртоқлашадилар.

5. Ўйин ниҳоясида иштирокчилар ўз кечинмалари ҳақида фикр алмашадилар, қандай ижобий натижаларга эришилганлиги ёки муваффақиятсизликларнинг сабаблари муҳокама қилинади.

Психотренинг-1 (қисқартирилган матн)

Машғулот мақсади: Руҳий дам олиш, олий асаб тизимини мустаҳкамлаш, ҳиссий толиқишни бартараф этиш, кайфиятни кўтариш... (машғулот психологик хизмат хонасида олиб борилади).

Кўкрак қафаси бўйлаб...

Хотиржам бўлинг, бўшашинг. Маслаҳатим, фақат менинг ишорам билан ҳаракат қилинг. Ниҳоятда, чуқур-чуқур нафас олинг. Яна бир маротаба. Чуқур, чуқурроқ, янада чуқурроқ нафас олинг. Нафас олинг ва уни бир оз чиқармасдан туринг...

Марҳамат, энди нафасингизни бемалол чиқарсангиз бўлади, бўшашинг. Енгил-енгил нафас олинг, ўз нормал ҳолатингизга қайтинг...

Ўйлаб кўрингчи, чуқур нафас олганда кўкрак қафасингизда бир оз оғриқ сездингизми? Шунингдек, чуқур нафас олганда ўзингизни бир оз енгилроқ ҳис этдингизми? Яна бир маротаба шуларни эсланг... Машқни такрорлаймиз: чуқур нафас олинг, чуқурроқ, янада чуқурроқ, бутунлай чуқурроқ...

Зудлик билан олдинги нормал нафас олиш ва нафас чиқариш ҳолатига қайтинг. Бу сафар эътибор берган бўлсангиз кекрак қафасингиздаги барча оғриқлар йўқолди, ўзингизни бир мунча

енгилроқ ҳис эта бошляяпсиз. Кўнгилда тугиб кўйган яхши орзуларингизни эсланг. Яна, батафсилроқ эсланг...

Энди олдингидек чуқурроқ нафас олинг, бўшашинг, ўзингизни нормал ҳолатда сақлаб нафас олинг...

ОЁҚ КАФТЛАРИ .

Келинлар, оёқ ости кафтларига бир эътибор берайлик. Биласизлар, бутун асаб фаолияти ҳужайралари оёқ ости кафтида жойлашган ва у жуда катта ижобий имкониятларга эга.

Руҳий машқни бошлашдан олдин икки оёғингиз кафтини ҳам пол устига маҳкам босиб кўйинг. Аста секинлик билан оёқ бармоқларингиз устида туриб оёқ пошнасини баланд кўтаринг!, баландроқ, янада баландроқ, мумкин қадар баландроқ...!

Аста-секин, юмшоқлик билан пошнангизни туширинг нормал ҳолатга қайтинг, бўшашинг... Эсланг: оёқ бармоқлари учида турганда миянгизда бир оз енгиллик пайдо бўлди. Сизни қийнабқўйган баъзи оғриқлар бутун вужудингизни бир сония бўлсада тарк этгандек бўлди... Бўшашинг: ... ҳеч нарсани ўйламанг, ҳеч нарсани эсламанг.

Эндиги машқ- иккала оёғингизни полга кўйинг. Оёқ панжаларини баланд кўтариб пошна учида туринг. Пошнада туриб оёқ панжаларини баландроқ кўтаринг, баландроқ..., янада баландроқ...

Бўшашинг: нормал ҳолатга қайтинг. Эсланг- ўзингизни бир оз яхши ҳис этмоқдасиз, қолаверса пошна устида турганда оғриқлар ҳар томонга тарқаб кетди. Миянгиздаги баъзи шовқинлар

сизни тарк этмоқда. Юрак томирларингизни тез-тез уриши эса буни тасдиқламоқда...

Оёқларни тез-тез ҳаракатга келтиринг, яъни дам пошна учида, дам оёқ панжаси учида туришни бир неча маротаба такрорланг: 1, 2, 3, ва ҳоказо...

Энди, бўшашинг: ўзингизни эркин тутинг, нормал ҳолатга қайтинг, ҳеч нарсани ўйламанг, ҳеч нарсани эсламанг ...

ҚЎЛ БАРМОҚЛАРИ

Энди, машқни қўл бармоқлари орқали бажарамиз. Даставвал, сиздан бир вақтнинг ўзида иккала қўл бармоқларингизни мумкин қадар маҳкам қисишингизни сўрайман...

Тайёрмисизлар?! (ҳа, жавобидан сўнг) Бошладик: муштингизни қаттиқ қисинг, қаттиқ, янада қаттиқроқ, яна ҳам мустаҳкамроқ... худди шундай ушлаб туринг. Санайман: бир, икки, уч, тўрт, беш, олти, етти...

Энди, бир оз бўшашинг, илгариги нормал ҳолатга қайтинг... Сезяпсиз: ёзишдан ниҳоятда чарчаган бармоқларингиз бир оз дам олгандек бўлди. Ушбу ҳолатни яна бир бор такрорлаймиз: Тайёрмисизлар?! (ҳа, жавобидан сўнг) бошладик: илгаригидек муштингизни қаттиқ қисишга ҳаракат қилинг, қаттиқроқ, янада қаттиқроқ... Энди бўшашинг... нормал ҳолатга қайтинг. Қўл мускулларингиз дам олиши учун қарама-қарши ҳаракат қилишга шайланинг. Яъни, бармоқларни очиб бир қўлингизни бошқасининг устига қўйишингиз лозим. Бошладик (намуна сифатида кўрсатилиб борилади). Қўл панжаларингизни мумкин қадар кенгроқ ёзинг.

Кенгроқ, яна ҳам кенгроқ, мумкин қадар кенгроқ... бир ҳолатда тутинг. Бўшашинг: нормал ҳолатга қайтинг. Эътибор берган бўлсангиз бармоқларингизда иссиқлик, тафт, ҳаяжонланиш ва мускулларнинг ўзгача бир ҳолати, ҳаракати намоён бўлди... Бўшашинг: илгариги нормал ҳолатга қайтинг. ҳеч нарсани эсламанг, ҳеч нарсани ўйламанг-ўзингизни ниҳоятда эркин ҳис этишга ҳаракат қилинг.

КИФТЛАРИМИЗ

Энди, келинглар, кифтларимиз бўйича ҳам ишлаб кўрайлик. Хаммангизга маълумки, ҳаётдаги барча оғирликларни ва қаттиқ ҳаяжонларни инсон рамзий маънода кифтида, қадди-қоматида сақлаб юради. Ҳозирги машқ кифтларни кулоққа томон вертикал ҳолатида ҳаракатга келтиришни талаб қилади. Кифт мускуллари билан бирга ижобий ҳис-туйғулар ҳам ҳаракат қилади. Шунга мувофиқ, айрим муолажаларни олиб борамиз (саволлар туғилмаслиги учун қўшимча тушунтиришлар ҳам олиб борилади).

Агарда тайёр бўлсангизлар бошлаймиз: Кифтларни кўтаринг. Янада юқорироқ кўтаринг, яна ҳам юқорироқ, энг юқори кўтаришга ҳаракат қилинг. Худди шундай ҳолатда етти сония ушлаб туринг: бир,икки, уч,тўрт,беш,олти, етти. Бўшашинг: нормал ҳолатга қайтинг. Шу ҳолатни яна бир бор такрорлаймиз. (такрорланади). Жуда яхши, кифтларингизни ўз ҳолига қўйинг- майли илгаридагидек эркин ҳолатда турсин... Лекин, сизнинг руҳий ҳолатингиз назарингизда илгаридагидек эмас: кифтлардаги чарчоқ,

толиқиш, ҳорғинлик, кучли безовталиклар батамом баргараф этилган кўринади сиз буни жуда яхши ҳис этиб турибсиз.

РЕЛАКСАЦИЯ

(2 қисқартирилган)

Кўзингизни маҳкам юминг...

Энди, сизни ўраб турган оламни сиз қандай идрок қилаётганингизни ва ҳис этаётганингизни билмоқчиман:

Мен бирдан ўнгача санайман. Ҳар бир рақамни айтганимда онгингиздаги ўйлар янада ойдинлашиб боради, жисмингиз ва руҳиятингиз эса янада ижобий кучларга тўлиб боради. Ўнгача санаганимдан сўнггина кўзингизни очасиз. Шунда Сиз ҳар кунгига нисбатан бугун ўзингизни ниҳоятда яхши, енгил ва тетик ҳис этасиз. Ҳаётга, одамларга ишонч, гўзалликни ҳис этиш, ҳаётда, ишда ва оилада алоҳида ютуқларга эришиш учун ўзгача бир куч ва хоҳишни сезиб турасиз. Тайёрланинг, санашни бошлаяпман:

"1-2" - сиз уйғона бошладингиз...;

"3-4-5"- сизда маълум жараёнлар билан боғлиқ тетиклик, бардамлик, яхши кайфият ва яхши дам олиш билан боғлиқ ҳолатлар қарор топмоқда;

"6-7"- ўзингизни ниҳоятда енгил ҳис этмоқдасиз;

"8"- ўз чарчокларингизни унитган ҳолда ва ўзингизда энг яхши кайфиятларни уйғотган ҳолда ҳаётга интилмоқдасиз;

"9-10"- энди, кўзингизни бирдан ёки аста-секин очишга ҳаракат қилинг. Сиз яхши ҳаракатлар қилиш учун тайёр ҳолда уйғондингиз. Сизнинг миянгиз бир оз бўлсада енгил тортди - бутун вужудингиз мириқиб дам олди.

(машғулот тугади)

Психотренинг-2 (аутотренинг) (қисқартирилган матн)

Ушбу психотерапевтик усул ўз-ўзига таъсир этиш ва ўз-ўзини идора қилиш жараёнини ташкил этиш билан бевосита боғланган.

Бу сиз га ўз ҳис-туйғуларингизни бошқаришга, вужудингиздаги куч ва ишлаш қобилиятини янада яхшилашга рухий жиҳатдан ёрдам беради иш фаолиятингизда содир этилиши мумкин бўлган айрим стресс ҳолатларидан сизни муҳофаза қилади. Бинобарин, ўз фикрингизни маълум йўналишга қарата олишни ўрганиш, сизга ўз яширин имкониятларингиз кўлаמידан унумли фойдаланишда кўмаклашади.

Аутотренинг пайтида тинч, хотиржам ва осойишта ҳолат яратилиши лозим. Кийимларингиз шинам, илиқ, оддий ва қулай бўлиши, ҳамиша эркин чуқур нафас олиниши лозим.

Психологик хизмат хонасидаги белгиланган ўриндиқларга қулай тарзда ўтириб олинг, кўлингизни белга тутинг. Кўзингизни юминг (хоҳламасангиз юмманг). Барча мушакларингизни бўшаштиринг. Ҳар бир менинг айтган сўзимдаги фикрларни ичингизда бир неча бор такрорлайсиз ва айнан шу фикрларга мос равишда иш тутасиз. Тайёрланинг... Бошладик.: Аста-секинлик билан ўзингизни нисбатан қулай, шинам, илиқ ва энг яхши шароитда, деб ҳис қилишга тўлиқ ишонтиринг. Жуда ҳам диққат қилиш шарт эмас, ҳаммаси ўз-ўзидан аста-секинлик билан сизнинг вужудингизда намоён бўлади. Энг муҳими, сизнинг ички нигоҳингиз олдида - фақат менинг фикрларим ўрнашиб

олганлигини яна бир бор эсланг ва хотирангизда сақлашга ҳаракат қилинг...

Диққатингиз вужудингиздаги бир жойдан иккинчи бир жойга аста-секинлик билан кечмоқда...

Икки-уч дақиқа давомида секин нафас олишга ҳаракат қилинг. Алоҳида қониқиш билан нафас олиб нафас чиқаринг, шу ҳолатни яна бир бор такрорланг, энди ўзингизни енгил, хотиржам ва оҳиста ҳис эта бошланг...

Мускулларни бешаштирганда бутун вужудингиз бўйлаб уларнинг ўз қиёфасини йўқотганлигини тасаввур қилинг.

Юз тузилишингизни эркин, хотиржам тутишга ҳаракат қилинг, бир оз бўшаштиринг. Қош, киприк, лабларингизни аста-секин бўшаштиринг...

Диққат! аста секин пастга қараб бошдан бармоқларгача ҳаракат қилинг, сўнгра пастдан юқорига қараб мускул ҳаракатларини бажаринг. Худди шу ҳолатни бир неча бор такрорланг...

Энди, иссиқлик, илиқлик босқичига етамиз: Ўзингизни аста секинлик билан ўзига хос илиқлик бераётган ваннада ёки қуёш тафтида, деб тасаввур қилинг. Томирларингиз бўшашяпти ва кенгаяпти. Ўнг қўлингизда иссиқлик тафтини ҳис этаяпсиз, аниқроғи иссиқлик бутун қўл мускулларингизни қизитаяпти... Образли қилиб айтганда, қўлингиз - бир идиш, унда бутун иссиқликлар тўпланиб ётибди. Иссиқ ваннада дам оляпсиз, сизни безовта қилган ҳисларни шу иссиқлик сиқиб чиқараяпти. ҳар бир оғриқ бор жойдаги мускулларингиз кенгаймоқда. Ушбу ҳолатга

қаратилган диққатингиз кучаймоқда. Диққат кучайган сари у иссиқлик билан оғриқ ва чарчоқни сиқиб чиқараётгани аниқ. Сиз эса буни сезишингиз ёки сезмаслигингиз мумкин...

... Аста секин олдинги ҳолатга қайтинг. (1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 ва шу сонларнинг тескараси санаб турилади).

Ўз-ўзингизга қайта-қайта таъкидланг: Мен яхши дам олдим, бир оз ҳордиқ чиқардим, бир оз бўлсада чарчоқларим ёзилди...

Ўзингизни хотиржам, бардам, тетик ҳис эта бошланг ва бунга эришгач оҳисталик билан кўзингизни очинг...

...Кейинги босқичга ўтамиз: .(айрим ҳолатлар тўлиқ изоҳланади).

Тайёргарлик кўринг: Бошладик.

1.Қулай ўрнашиб олинг;

2.Мумкин қадар қулайроқ ўрнашинг;

3.ҳеч қаерга шошилманг-ўзингизни ниҳоятда эркин тутинг;

4.Мени яхши кайфият кутаяпти, деб ўз-ўзингизни ишонтиринг;

Ўз-ўзингизга қуйидагича буйруқ беринг:

1. Мен анча тинчландим;

2.Мен жуда хотиржамман, менга хозирги ҳолат жуда маъқул;

3.Юз тузилишим жуда яхши ҳолатда;

4.Менинг бутун жисмимда хотиржамлик ҳукмрон;

5.Нигоҳларимда бир қадар осойишталик мавжуд;

6.Қўл мускулларим бир оз бўшашмоқда;

7.Бармоқлар бўшашмоқда;

8.Вужудимни ниҳоятда иссиқлик тафти қопламоқда;

9.Кифт ва кўкракларим бўшашиб исиб бормоқда;

- 10.Кафтларим бўшашиб исиб бормоқда;
- 11.Сезаяпман, кўлларим бутунлай бўшашган ва ўзига хос иссиқлик тафти билан қопланган;
- 12.Бутун вужудим тинч- хотиржам;
- 13.Оёқларим негадир бўшашяпти ва исиб боряпти;
- 14.Оёқ панжалари бўшашмоқда ва исиб бормоқда;
- 15.Оёқларим ўзини жуда яхши ҳис этаяпти;
- 16.Бутун вужудим тинч-хотиржам;
- 17.Юз тузилишимда тинч-хотиржамлик ҳукмрон;
- 18.Оёқларим бўшашмоқда;
- 19.Белим бўшашмоқда ва исиб бормоқда;
- 20.Бутун вужудим тўла-текис хотиржам бўлди ва ҳордиқ чиқарди;
- 21.Жисмимда ўзига хос ёқимли ҳислар ва қулайликлар пайдо бўлди ва у дам оляпти.

Ҳолатдан чиқиш:

(вазиятга қараб бошланади)

1. Мен ниҳоятда яхши дам олдим;
- 2.Хис этилган чарчоқ, толиқиш, айрим оғриқлар аллақачон кўлларимдан, белимдан ва оёқларимдан чиқиб кетди;
- 3.Бошим дам олган, ҳордиқ чиқарган ва анча енгил тортган ҳолатга қайтди;
- 4.Ўзимни ниҳоятда яхши ва бахтиёр ҳис этаяпман;
- 5.Кайфиятим жуда яхши;
- 6.Мен хотиржамман, ўзимга ўзим ишонаман;
- 7.Аста-секин ва бемалол кўзимни оча оламан;

ЎСМИРЛАРНИ МУЛОҚОТГА ЎРГАТИШГА ОИД ЎЙИН МАШҚЛАР ТИЗИМИ:

Таянч сўз ва ибора: Муомала, мулоқотмандлик, мулоқотмандлик машғулоти, психологик контакт, психодрамма, самимийлик, хайрихоҳлик, ўзаро ишонч, мулоқот усуллари, тренинг қоидалари.

Ўйинга оид социал тренинг-бу инсонни мулоқотга ўргатиш учун бажариладиган ўйин машқлари ва ҳатти-ҳаракатлари тизимидир. Тренинг жараёни-бу ҳар бир ўйин машқида унинг раҳбари қандай установа беришидан иборатдир. Тренингнинг асосий мақсади - шахсни психологик (руҳий) жиҳатдан озод қилиш, унда табиий эркинликни ҳис этиши ҳамда ўз гуруҳида ва ундан ташқарида ўзаро муносабат ва алоқа ўрната олишни шакллантириш.

Тренингда унинг раҳбари ё тренер ёки дирижёр сифатида иштирок Тренинг мақсадини аниқ ва ниҳоятда тушунарли даражада тушунтириш мақсадга мувофиқ. Масалан, бошқа кишиларни ёки ўзини ўзи тушунишга ўргатиш. Ўзгаларни ва ўзини ўзи ўрганиш, ўзига-ўзи баҳо беришни таъминлайди, бошқалар фикрини ўқий олиш ва уларни идрок қила олиш аҳамиятини тушунтиради.

Мулоқотда ўзини ўзи бошқаришга зикран эътиборни тўплашни амалга ошириш мақсадида тавсия қилинаётган схемага ролли ўйин ва мунозараларташқил этиш орқали тренинг вазифасини мураккаблаштириш мумкин

Тренинг 3 қисмдан ташқил топган бўлиб қуйидагилардан иборатдир.

1. Психофизиологик контакт ўрнатиш
2. Психологик контакт
3. Психодрамма

Тренингнинг асосий установакиси: ролли ўйин шаклида ролли вазиятни ташқил қилиш мутлақо зарур, чунки тренинг унинг қатнашчиларидан тренернинг ёрдамида ўйинда яратилган вазиятларга нисбатан индивидуал муносабатини уйғотиш зарур.

Тренингни ўтказиш давомида унинг қатнашчиларининг шахсий мулоқот усуллариининг ўзининг бошқаларга нисбатан позициясини яққол англаштирувчи вазиятни рағбатлантириш жоиз.

Тренингнинг фаолияти 8-10 машғулоти ўз ичига қамраб олади холос.

Тренингнинг ҳамма машғулоти унинг иштирокчилари билан фақат дўстона, самимий ҳис-туйғулар асосида ва ихтиёрий тарзда ўтказилади.

Тренинг иштирокчиларининг сони 7-15 нафар бўлиши мумкин, лекин бундай ортмаслиги лозим. Гуруҳ билан машқларни ўтказишдаги мажбурий шартлар бўйича қоидаларга риоя қилинмаса, у ҳолда ўйинли тренинг ижобий натижа бермаслиги тўғрисида олдиндан келишиб олиш керак. **Жумладан,**

1. бир-бирига самимийлик хайрихоҳлик;
2. бир-бирига ишониш (ўзаро ишонч);
3. машқларни бажариш давомида шахсга баҳо бермаслик, балки унинг фаолиятига ва мулоқот усулларига баҳо беришлик;
4. иштирокчилар ўйиндан қай даражада қаноатланганлиги ҳақидаги таассуротларини шу заҳотиёқ тренерга маълум қилишлик;
5. топшириқларни бажариш фақати жобий гипотезага мўлжалланганлик;
6. жисмоний нуқсонларга нисбатан эътиборни қаратмаслик;
7. тренингнинг бориши жараёнида ҳеч кимга ҳеч қандай маслаҳат бермаслик;
8. "Бу ерда ва ҳозир"-деган шартни бажариш яъни тренинг пайтида руй берган ҳамма нарса ташқарига олиб чиқилмасликка ва ҳозирги мулоқотда нималарни ҳис этаётганлигини маълум қилмаслик;
9. томошабинлар тренернинг рухсати билан эмас, балки гуруҳнинг барча аъзоларининг розилигига биноан қатнашишлик кабилар.

Тренигни муваффақиятли ўтказишнинг ва унинг сермахсуллиги жиҳатдан тренер билан иштирокчилар ўртасидаги ўзаро бир-бирини тушуниш даражасига боғлиқдир.

Ўйин тренингини уюштиришда қуйидаги энг қийин ҳолатларни инобатга олиш ва уларни изчил равишда назарда тутиш мақсадга мувофиқ:

1. Ўзишнинг шахсий ички сиқиклигини енгил, барча иштирокчиларининг кўзларига тўғридан-тўғри ва очиқ чеҳра билан, дадил қарай олиш:

2. Ўйин фаолиятининг бошида яратилган вазият-энг омилкор ва қулай бўлиши керак:

3.Тренингни муваффақиятли ўтказиш тренердан катта (психик) руҳий, интеллектуал, ташкилий жиҳатидан катта куч сарфлашни, биоқувват талаб қилади:

4.Тренинг ўзаро иштирокчиларни бир-бирига ишонган ҳолда ўзаро самарали таъсир этиш муҳотида ўтказилади:

Юқорида таъкидлаб ўтилган талабаларга риоя қилмасдан туриб, асло ўйновчи гуруҳ ҳосил қилиб бўлмайди. Ва бунга тренинг ижобий таъсир кўрсата олмайди.

Машғулоти катта, кенг яхши шамоллатиш имкониятига эга бўлган шинам хонада ўтказиш лозим. Хонада иштирокчилар сонига тенг миқдорда стуллар бўлиши керак. Машғулотда қулай, роҳатбахш этадиган, кўнгил (дил) очадиган осойишта, сокин шароит яратилган яхши (яхши лирик ва минор овозли) мусиқа, деразаларга нозик, нафис дарпардалар тутилгани маъқул ва ҳоказо.

Ҳар бир иштирокчи ўзини ўйинга ва ўйин юзасидан импровизация қилишга (тайёргарлик бажаришга) тайёрлаши, руҳий жиҳатдан тайёрланмоғи даркор.

Барча гуруҳ талабалари психологик-педагогик консилиум ҳақидаги назарий билимларни, унинг аҳамияти ва мақсадини чуқур ўргангандан кейин улар билан ролли ўйин ўтказиш таклиф қилинади.

Фойдаланилган адабиётлар рўйхати:

1. Каримов И.А. Асарлар тўплами.1-19 жилдлар. - Тошкент, “Ўзбекистон”, 1996-2011.
2. Каримов И.А. Юксак маънавият – енгилмас куч. – Тошкент, “Маънавият”, 2008.
3. Ўзбекистон Республикаси Президенти И.Каримовнинг БМТ Мингйиллик ривожланиш мақсадларига бағишланган Саммити ялпи мажлисидаги нутқи // Халқ сўзи, 2010 йил 22 сентябрь.
4. Каримов И.А. Мамлакатимизда демократик ислохотларни янада чуқурлаштириш ва фуқаролик жамиятини ривожлантириш концепцияси. Ўзбекистон Республикаси Олий Мажлиси Қонунчилик палатаси ва Сенатининг қўшма мажлисидаги маъруза // Халқ сўзи, 2010 йил 13 ноябрь
5. Каримов И.А. Мамлакатимизни модернизация қилиш йўлини изчил давом эттириш – таррақиётимизнинг муҳим омилидир. Ўзбекистон Республикаси Конституциясининг қабул қилинганининг 18 йиллигига бағишланган тантанали маросимдаги маъруза // Халқ сўзи, 2010 йил 8 декабрь.
6. Каримов И.А. Ўзбекистон мустақилликка эришиш остонасида. – Т.: “Ўзбекистон”, 2011. – 440 б.
7. Абрамова Г.С. Практическая психология. – М.,2000
8. Алешина Ю.Е. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование. - М., 1994.
9. Алешина Ю.Е., Данилин К.Е., Дубовская Е.М. Спецпрактикум по социальной психологии: опрос, семейное и индивидуальное консультирование.М., 1989
10. Аминов Н.А., Молоканов М.В. Социально-психологические предпосылки специальных способностей школьных психологов//ВП, 1992, № 1-2. С. 74-84
11. Баротов Ш.Р. Ўқувчи шахсини ўрганиш усуллари. Ўқитувчи 1995. – 120 бет
12. Баротов Ш.Р. Таълимда психологик хизмат асослари. Монография. Т. Маънавият.1999 й.
13. Баротов Ш.Р. Психологик хизматнинг назарий ва амалий муаммолари. Бухоро, 2008.

14. Баратов Ш.Р. Социально психологические и научно практические основы создания психологической службы Узбекистане (Автореферат. докт. психолог наук.) т. 1998 г.
15. Баратова Д.Ш. Дезадаптациялашган ўсмирлар хулқини коррекция қилишда педагогнинг психологик компетентлиги. (Автореферат психология фанлар номзоди) Тошкент.2012 й.
16. Баратов Ш.Р., Мухторов Э.М. Ўсмирларда психологик муҳофаза. Т. Фан нашриёти.2008 й.
17. Баратов Ш.Р. психологик хизматнинг назарий-методологик асослари.Бухоро 2013 й.
18. Бодалев А.А., Ломов Б.Ф., Лучков В.В. Психологическую науку на службу практике. ВП, 1979, № 4. С. 17-23.
19. Бондаренко А.Ф. Психологическая помощь: теория и практика. - М.: Изд-во "Института психотерапии", 2000. - 368 с.
20. Братченко С.Л. Экзистенциальная психология глубинного общения: Уроки Джеймса Бюджентала. М.: Смысл, 2001.
21. Бурменская Г.В., Карабанова О.А., Лидерс А.Г. Возрастно-психологическое консультирование. Проблемы психического развития детей. М.: Изд-во МГУ, 1990.
22. Василюк Ф.Е. От психологической практики к психотехнической теории. Московский Психотерапевтический Журнал, 1992, № 1. С.15-32.
23. Винер Дж., Майзен Р., Дакхем Дж. Супервизия супервизора: практика в поиске теории. М.: Когито-Центр, 2006.
24. Дубровина И.В. Школьная психологическая служба. М., 1991.
25. Дубровина И.В. Рабочее книга школьного психолога: Под. Ред. М. "Просвещение" 1984 г.
26. Дубровина И.В. Научно методологические основы использования в школьной психологической службы конкретных психодиагностических методик: ст. научных тр. отв.ред. М.1988 г.
27. Дубровиной. М Практическая психология образования/Под ред. И. В., 1998
28. Мейер В., Чессер Э. Методы поведенческой терапии. СПб, 2001
29. Нельсен-Джоунс Р. Теория и практика консультирования. СПб.: Питер, 2000.
30. Немов Р.С. Психология. В 3-х книгах/ Психологическая служба в образовании. Кн. 2. С. 506-526.
31. Овчарова Р. Практическая психология образования. М., 2003.

32. Овчарова Р.В. Технологии практического психолога образования. М., 2000.
33. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога в образовании. Учебное пособие. М.: ВЛАДОС, 1996.
34. Хухлаева О.В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции. – М.: Издательский центр «Академия», 2001. – 208 с.
35. Ғозиев Э.Ғ., Хасанов Б. Психология муаммолари. Т., “Университет”, 1999.
36. Ғозиев Э.Ғ. Методологические проблемы в психологической науке. Чимкент, 2005.
37. Ғозиев Э.Ғ. “ Умумий психология”.Т.2010 й.
38. Ғозиев Э.Ғ. “Психология методологияси”.Т.” Университет”. 2002й.
39. Полская О.Я. психологическиу практикум в школе Москва просвещение.1984 г.

Интернетресурслари

1. <http://www.psychology-online.net>
2. <http://www.mediasphera.ru/journals/practik/1/253/>
3. <http://flogiston.ru/>
4. <http://www.koob.ru>

Мундарижа

Кириш	
I боб. ЎСМИРЛАРГА ПСИХОЛОГИК ХИЗМАТ КЎРСАТИШНИНГ НАЗАРИЙ ВА УСЛУБИЙ АСОСЛАРИ	
<i>1.1. Ўсмирларга психологик хизматни кўрсатишнинг назарий-методологик асослари.</i>	
<i>1.2. Ўсмирларга психологик хизмат кўрсатиш услуби.</i>	
<i>1.3. Ўсмирларга психологик хизмат кўрсатишнинг амалий асослари</i>	
II боб. ТАРБИЯСИ ҚИЙИН ЎСМИРЛАР ФАОЛИЯТИНИ ТАҲЛИЛ ҚИЛИШНИНГ ЎЗИГА ХОС ХУСУСИЯТЛАРИ	
<i>2.1. Ўсмирларда тарбияси қийинликни ўзига хос хусусиятлари.</i>	
<i>2.2. Ўсмирлардаги психопатик бузилишларни ўргани ва олдини олишнинг ўзига хос хусусиятлари</i>	
<i>2.3. Хулқи оғишган болаларнинг ўзига хослиги</i>	
<i>2.4. Агрессив хулқи бола билан олиб бориладиган психокоррекцион ишлар кўлами ва имкониятлари</i>	
<i>2.5. Ўсмирлик давридаги аффектив жабха бузилишлари</i>	
III БОБ. ЎСМИРЛАРГА ПСИХОЛОГИК ЁРДАМ БЕРИШ	
<i>3.1. Ўсмирлага психологик маслаҳат беришнинг босқичлари</i>	
<i>3.2. Психологик маслаҳатда таъсир ўтказиш методлари</i>	
IV боб. IV-БОБ. ПСИХОЛОГИК ХИЗМАТ ЖАРАЁНИДА ЎСМИРЛАР ФАОЛИЯТИНИ ЎРГАНИШ УЧУН ҚЎЛЛАНИЛАДИГАН МЕТОДИКАЛАР	
<i>4.1. Ўсмирлар фаолиятини ўрганиш усуллариининг класификациялари</i>	
<i>4.2. Ўсмирларга психологик хизмат кўрсатишда психотренингларни ташкил этиши.</i>	
Фойдаланилган адабиётлар рўйхати	