



PSIXOLOGIYA SOHASIDAGI DOLZARB MUAMMOLAR

University of Business and Science
oliy ta'lim muassasasi "Ijtimoiy fanlar va
raqamli texnologiyalar" fakulteti
Pedagogika va psixologiya yo'nalishi
PP 22\16-gurux talabasi
Gulamova Namunaxon Maruffjon qizi

Annotatsiya. Mazkur maqolada zamonaviy psixologiya sohasida uchrayotgan dolzarb muammolar, ularning ijtimoiy, pedagogik va klinik jihatlari tahlil qilinadi. Shuningdek, xorijiy psixologlar (A. Bandura, A. Maslou, D. Kahneman) hamda o'zbek psixolog olimlari (K. Shodiev, M. Qodirova, N. G'oiqnazarov va boshqalar)ning qarashlari asosida muammolarning ilmiy yechimlari yoritiladi. Tadqiqot yakunida psixologiya fanining kelgusi rivoji bo'yicha xulosa va takliflar berilgan.

Аннотация. В данную статистику входят представители других социальных сетей, их социальных, педагогических и клинических аспектов. Так что это еще одна странная вещь, когда мы попробовали на "взгляде" за рубежные психологи (А. Бандура, А. Маслоу, Д. Канемана) и узбекских психологов (К. Шодьев, М. Кадирова, Н. Гойпназаров и др.). В заключении прихожан и предлежании по податливости науков и их слогов.

Annotation. This article analyzes the current problems encountered in the field of modern psychology, their social, pedagogical and clinical aspects. Also, foreign psychologists (a. Bandura, A. Maslow, D. Kahneman) as well as Uzbek psychologist scientists (K. Shodiev, M. Kadyrova, N. Based on the views of goipnazarov and others), scientific solutions to problems are covered. At the end of the study, conclusions and suggestions on the further development of Psychological Science were made



Kirish

XXI asr jamiyatida inson psixikasi va ruhiy salomatligi masalasi tobora dolzarb ahamiyat kasb etmoqda. Raqamli texnologiyalarning jadal rivojlanishi, global axborot oqimi, ijtimoiy tarmoqlarning kuchayishi hamda yoshlar o'rtasida stress, xavotir, motivatsiya pasayishi kabi muammolar psixologik xizmatga bo'lgan ehtiyojni yanada oshirdi. Shu bois psixologiya fanida bir qator dolzarb masalalar muntazam ilmiy izlanishni talab qilmoqda.

Psixologiya sohasidagi asosiy dolzarb muammolar

Raqamli muhitning psixikaga ta'siri

Dunyo psixologlaridan A. Bandura (ijtimoiy o'rganish nazariyasi muallifi) raqamli axborotning bola ongiga kuchli ta'siri borligini ta'kidlab, media muhit orqali xulq-atvor modellari shakllanishini ko'rsatadi. Bugungi kunda bolalar va o'smirlar orasida:

diqqatning tarqoqlashuvi;

onlayn bog'liqlik (internet addiction);

agressiv kontentning ta'siri;

virtual muloqot tufayli ijtimoiy ko'nikmalarning pasayishi kabi muammolar kuzatilmoqda.

O'zbek psixologi Prof. K. Shodiev ta'kidlashicha, texnologiya bilan haddan tashqari shug'ullanish yoshlar ongida "sun'iy emosional sovuqlik"ka olib kelmoqda.

Oila muhitida psixologik inqirozlarning ortish.Oila psixologiyasidagi ziddiyatlar, ajralishlar, ota-ona e'tiborining yetishmasligi bolalarda emotsional beqarorlikni kuchaytiradi. Maslou o'zining "Ehtiyojlar piramidasi"da xavfsizlik va mehr-muhabbat ehtiyojlari ta'minlanmasa, shaxs rivoji sekinlashishini qayd etadi.

O'zbek psixologi M. Qodirova esa hozirgi oila tizimida bolaga nisbatan ortiqcha talabchanlik, qattiq tanqid, taqqoslashlarning ko'pligi ruhiy bosimni oshirayotganini aytadi.

Ta'lim tizimidagi psixologik muammolar.D. Kahneman (Nobel laureati) ta'kidlashicha, insonning fikrlash jarayoni "tez" va "sekin" tizimlardan iborat.



Ta'lim jarayonida ko'plab o'quvchilar "tez fikrlash"ga majbur bo'lgani uchun chuqur tahlil qobiliyati rivojlanmaydi. Bu esa:

motivatsiyaning pasayishi;

tashqi bahoga qaramlik;

ijodkorlikning kamayishi kabi muammolarga olib keladi.

O'zbek tadqiqotchisi N. G'oiptazarov ta'lim muhitida psixologik qo'llab-quvvatlash, stressni boshqarish va kommunikativ ko'nikmalarni shakllantirish yetarli emasligini ta'kidlaydi.

Ruhiy salomatlik bo'yicha stigmaning saqlanib qolishi ko'plab jamiyatlarda, xususan, Markaziy Osiyo hududida psixolog yoki psixoterapevtga murojaat qilish ijtimoiy qo'rquv sifatida qabul qilingan. Bu sababli: ruhiy muammolar kech aniqlanadi, depressiya, tashvish, qo'rquv holatlari chuqurlashadi, shaxsda yashirin agressiya yoki o'ziga zarar yetkazish ehtimoli ortadi.

Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (WHO) ma'lumotiga ko'ra, depressiya XXI asr kasalliklarining yetakchi turi sifatida baholangan. Mutaxassis psixologlarning yetishmasligi, O'zbekiston va ko'plab rivojlanayotgan mamlakatlarda malakali psixologlarga talab ortib borayotganiga qaramay, kadrlar yetishmaydi. Buning asosiy sabablari: psixologiya bo'yicha amaliy maktablarning yetarli emasligi; diagnostika vositalarining zamonaviy emasligi psixologik xizmat tizimi to'liq institutsionalizatsiya qilinmaganligi.

Muammolarning mumkin bo'lgan yechimlari. Raqamli gigiyena madaniyatini shakllantirish. Psixologlar tomonidan media savodxonlik, internetdan sog'lom foydalanish qoidasini o'rgatuvchi treninglar tashkil etilishi zarur. Oilalarda psixologik madaniyatni oshirish

Ota-onalar uchun psixologik seminarlar, emotsional intellekt darslari samarali natija beradi.

Ta'lim tizimida psixolog rolini kuchaytirish. Maktablarda psixologlarning funksional vazifalarini kengaytirish va ularni amaliy diagnostika vositalari bilan ta'minlash lozim. Ruhiiy salomatlik bo'yicha stigmani kamaytirish. Psixologga murojaat qilishni ijtimoiy me'yor sifatida targ'ib etish muhim. Psixologlar tayyorlash



tizimini modernizatsiya qilish. Oliy ta'limda amaliy mashg'ulotlar, superviziya tizimi va xalqaro standartlar keng joriy etilishi kerak.

Xulosa. Psixologiya sohasidagi dolzarb muammolar — zamonaviy jamiyatning ijtimoiy-madaniy o'zgarishlari bilan chambarchas bog'liq. Xorijiy va o'zbek psixologlarining tadqiqotlari shuni ko'rsatadiki, inson ruhiy salomatligi jamiyat barqarorligining eng asosiy omillaridan biridir. Muammolarning aksariyati oila, ta'lim, raqamli muhit va ijtimoiy bosim bilan bog'liq bo'lib, ularni hal etish kompleks yondashuvni talab qiladi. Shuning uchun ham psixologik xizmatni kuchaytirish, aholining psixologik madaniyatini oshirish va malakali mutaxassislar tayyorlash bugungi kunning eng muhim vazifalaridan biridir.

Zamonaviy jamiyatda psixologiya inson hayotining barcha jabhalari bilan bevosita uzviy bog'lanib ketgan. Tahlillar shuni ko'rsatadiki, raqamli texnologiyalar ta'siri, oilaviy munosabatlardagi o'zgarishlar, ta'lim tizimidagi ruhiy bosimlar hamda psixologik madaniyatning yetarli emasligi psixik salomatlikka sezilarli darajada ta'sir ko'rsatmoqda. Maslou, Bandura va Kahneman kabi xorijiy olimlar taklif etgan nazariyalar hamda o'zbek psixologlarining amaliy tadqiqotlari ushbu muammolarni chuqur tahlil qilish va ilmiy yechimlar ishlab chiqishda muhim metodologik asos bo'lib xizmat qiladi.

Bugungi sharoitda psixologik muammolarni hal etish birgina mutaxassisning emas, balki oila, maktab, jamiyat va davlatning hamkorlikdagi sa'y-harakatlarini talab qiladi. Psixologik xizmatni institutsional darajada rivojlantirish, aholining psixologik savodxonligini oshirish, maktab va oliy ta'limda emotsional salomatlikka e'tiborni kuchaytirish dolzarb vazifa bo'lib qolmoqda. Shu bilan birga, zamonaviy psixologiya fanining oldida turgan asosiy maqsad — insonning ruhiy farovonligini ta'minlash, shaxsni har tomonlama rivojlantirish va jamiyatda sog'lom psixologik muhit yaratishdir. Buning uchun fan, amaliyot va innovatsion yondashuvlar uyg'unligida tizimli ishlar olib borilishi zarur



FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Bandura, A. Social Learning Theory. Prentice Hall, 1977.
2. Maslov, A. Motivation and Personality. Harper & Row, 1954.
3. Kahneman, D. Thinking, Fast and Slow. Farrar, Straus and Giroux, 2011.
4. Shodiev K. Psixologiya asoslari. Toshkent, 2020.
5. Qodirova M. Oila psixologiyasi muammolari. Toshkent, 2018.
6. G'oiptazarov N. Pedagogik psixologiya. Toshkent, 2019.
7. WHO. Mental Health Report 2022.
8. Zimbardo, P. Psychology and Life. Pearson, 2014.