

**O‘SMIRLARLIK DAVRIDA O‘QUVCHILARNI KASBGA YO‘NALTIRISH  
HAMDA ULARNI QO‘LLAB-QUVVATLASHNING PSIXOLOGIK  
MASALALARI**

*Sharopova Mohinur Shavkatovna*

*Buxoro viloyati Buxoro tumani 35-umumta'lim maktabi psixologi*

**Annotatsiya:** Mazkur maqolada o‘smirlarni kasbga yo‘naltirish jarayonining psixologik jihatlarini, kasb tanlashga ta’sir etuvchi omillar hamda ularni qo‘llab-quvvatlash masalalari yoritiladi. O‘smirlik davrida qiziqish, qobiliyat va motivatsiyani to‘g‘ri aniqlash kelajakdagi muvaffaqiyatli kasbiy faoliyatning muhim omili ekanligi tahlil qilinadi.

**Kalit so‘zlar:** kasbga yo‘naltirish, o‘smir, qobiliyat, motivatsiya, psixologik yordam, kasb tanlash, qiziqish, qo‘llab-quvvatlash.

**KIRISH**

O‘smirlik davri inson hayotidagi eng muhim bosqichlardan biri bo‘lib, aynan shu davrda kelajak kasbi haqida dastlabki qarashlar shakllana boshlaydi. Kasb tanlash o‘smirning kelajak hayotiga, jamiyatdagi o‘rniga va ruhiy qoniqishiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Shu sababli o‘smirlarni kasbga to‘g‘ri yo‘naltirish va ularni psixologik jihatdan qo‘llab-quvvatlash muhim vazifa hisoblanadi.

Kasb tanlash jarayonida o‘smirlarning psixologik xususiyatlarini hisobga olish zarur. Har bir o‘smirning qiziqishi, qobiliyati, xarakteri va temperament turi turlicha bo‘ladi. Shu sababli barcha o‘quvchilarga bir xil yondashuv samarali natija bermaydi.

Ko‘pincha o‘smirlar kasb tanlashda ikkilanish, o‘ziga ishonchsizlik yoki qo‘rquvni boshdan kechiradi. Bu holat ularda emotsional zo‘riqish va xavotirni yuzaga keltirishi mumkin. Aynan shunday vaziyatlarda psixologik qo‘llab-quvvatlash katta ahamiyatga ega.

Kasbga yo‘naltirishning asosiy psixologik omillaridan biri — qiziqishni aniqlashdir. O‘smir qaysi faoliyat turiga ko‘proq qiziqsa, o‘sha yo‘nalishda muvaffaqiyat qozonish ehtimoli yuqori bo‘ladi. Shu sababli maktab psixologi turli diagnostik metodlar orqali o‘quvchilarning qiziqishlarini o‘rganadi.

Qobiliyatni aniqlash ham muhim ahamiyatga ega. Ayrim o‘quvchilar texnik fanlarga, boshqalari esa ijodiy yoki gumanitar yo‘nalishlarga moyil bo‘lishi mumkin. To‘g‘ri aniqlangan qobiliyat o‘smirning kasbiy rivojlanishiga yordam beradi.

Ota-onalarning roli ham bu jarayonda juda katta. Ba’zan ota-onalar farzandning qiziqishini emas, o‘z istagini ustun qo‘yadi. Bu esa o‘smirning noto‘g‘ri kasb tanlashiga sabab bo‘lishi mumkin. Shu sababli ota-onalar farzandning qobiliyat va qiziqishlarini inobatga olishi zarur.

Maktab psixologi va o'qituvchilar tomonidan motivatsion suhbatlar, treninglar va kasblar haqidagi ma'lumotlar berilishi o'quvchilarning ongli tanlov qilishiga yordam beradi. Turli kasb egalari bilan uchrashuvlar tashkil etish ham foydali hisoblanadi.

Psixologik jihatdan qo'llab-quvvatlangan o'smir o'ziga ko'proq ishonadi va kelajakka ijobiy qaraydi. Rag'batlantirish va mehrlil munosabat uning ichki motivatsiyasini oshiradi.

O'smirlik davri inson hayotidagi eng murakkab va mas'uliyatli bosqichlardan biri hisoblanadi. Bu davrda shaxsning psixologik, emotsional va ijtimoiy rivojlanishi faol tarzda kechadi. Shu sababli o'smirlarning psixologik salomatligi turli ijtimoiy-iqtisodiy, ekologik, madaniy va psixologik omillar ta'sirida shakllanadi. Psixolog olimlar L.I.Bojovich, V.S.Muxina va boshqalarning tadqiqotlariga ko'ra, o'smir shaxs tashqi muhit ta'siriga juda sezgir bo'lib, turli salbiy omillarga tez ta'sirchanlik ko'rsatadi.

So'nggi yillarda olib borilgan tadqiqotlar o'smirlar orasida ayniqsa kasb tanlash bilan bog'liq xavotirlanish va qo'rquv holatlari keng tarqalganligini ko'rsatmoqda. I.V.Dubrovina, A.I.Zaxarov, R.S.Nemov kabi tadqiqotchilar o'smirlik davrida kasbiy o'zini anglash jarayonida emotsional zo'riqlarning kuchayishini alohida ta'kidlaydilar. Kasb tanlash inson hayotidagi muhim qarorlardan biri bo'lib, noto'g'ri tanlov qilishdan qo'rqish, muvaffaqiyatsizlikdan xavfsirash hamda kelajakka nisbatan noaniqlik o'smirlarda kuchli xavotirlanish holatini yuzaga keltiradi.

Psixologiyada xavotirlanish insonning ma'lum vaziyatlarga nisbatan ichki bezovtalik, qo'rquv va noaniqlik hissini boshdan kechirishi sifatida talqin qilinadi. Z.Freyd birinchilardan bo'lib xavotirlanishni emotsional holat sifatida izohlab, uni ichki ziddiyatlar va noaniqlik bilan bog'lagan. Keyinchalik A.Adler, K.Xorni, Ch.Spilberger, K.Rojers kabi olimlar ushbu tushunchani yanada kengroq o'rganib, xavotirlanishning shaxs rivojlanishiga ta'sirini ilmiy asoslab berganlar.

Xavotirlanishning ma'lum darajasi inson faoliyatini rag'batlantiruvchi omil bo'lishi mumkin. U diqqatni jamlash, tafakkur va xotirani safarbar etishga yordam beradi. Ammo xavotirlanish me'yoridan oshib ketganda, insonda vahima, o'ziga ishonchsizlik va emotsional charchoq paydo bo'ladi. O'smir kasb tanlash jarayonida muvaffaqiyatsizlikdan qo'rqib, ayrim kasblardan voz kechishi yoki aksincha haddan tashqari zo'riqlash bilan harakat qilishi mumkin. Bu esa ruhiy va fiziologik charchoqqa olib keladi hamda kelgusida qo'rquv va xavotirlanishning yanada kuchayishiga sabab bo'ladi.

Kasbiy qiziqishlarning shakllanishi va kasb tanlash muammolari ko'plab xorijiy va mahalliy olimlar tomonidan o'rganilgan. E.Klimov, N.Pryajnikov, D.Syuper, L.Bojovich, I.Kon kabi tadqiqotchilar kasbiy o'zini anglashning yoshga xos xususiyatlarini ilmiy jihatdan asoslab berganlar. O'zbekistonlik olimlardan

R.Z.Gaynutdinov, E.G'oziyev, V.M.Karimova, Sh.R.Barotov va boshqalarning ilmiy ishlarida o'quv va kasbiy faoliyat motivatsiyasi, shaxsning hissiy-emotsional holatlari hamda kasb tanlashdagi psixologik omillar tahlil qilingan.

Shuningdek, o'smirlik davrida hissiy-emotsional holatlar muhim ahamiyatga ega. K.Izard tasnifiga ko'ra, inson hissiyotlari orasida qiziqish, quvonch, qayg'u, g'azab, qo'rquv, sharmandalik va aybdorlik kabi fundamental emotsiyalar mavjud bo'lib, ular shaxsning xulq-atvori va psixologik holatiga kuchli ta'sir ko'rsatadi. Ayniqsa qo'rquv va xavotirlanish o'smirlarning ijtimoiy faolligi, o'ziga bo'lgan ishonchi va kasbiy tanloviga sezilarli darajada ta'sir qiladi.

O'smirlarning kasbiy qiziqishlarini to'g'ri shakllantirishda ota-onalar, pedagoglar va psixologlarning o'rni katta hisoblanadi. O'smirning qiziqishlari, qobiliyatlari va individual psixologik xususiyatlarini inobatga olgan holda kasbga yo'naltirish ishlari olib borilishi zarur. Bu jarayonda psixologik maslahatlar, kasbiy diagnostika, motivatsion treninglar va emotsional qo'llab-quvvatlash muhim ahamiyat kasb etadi.

O'smirlik davrida kasb tanlash bilan bog'liq xavotirlanish va qo'rquv holatlari shaxsning psixologik rivojlanishiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Shu bois o'smirlarning psixologik salomatligini mustahkamlash, ularda o'ziga ishonchni shakllantirish va kasbiy yo'nalishini to'g'ri belgilashga ko'maklashish bugungi kun psixologiyasi oldidagi dolzarb vazifalardan biridir. A. M. Prixojanning ta'kidlashicha, xavotirlanish - bu muammoni kutish bilan bog'liq bo'lgan hissiy noqulaylik, yaqinlashib kelayotgan xavfni oldindan bilish bilan bog'liq.

Xavotirlanish hissiy holat sifatida va barqaror xususiyat, shaxsiy xususiyat yoki temperament sifatida ajralib turadi. R. S. Nemoj ta'rifiga ko'ra, "xavotirlanish - bu odamning doimiy yoki situatsion ravishda namoyon bo'ladigan xususiyati bo'lib, xavotirlanishning kuchayishi, muayyan ijtimoiy vaziyatlarda qo'rquv va xavotirni boshdan kechirish".

A.V. Petrovskiy ta'rifiga ko'ra "Xavotir - bu xavotirlanish reaksiyasining boshlanishi uchun past chegara bilan tavsiflangan shaxsning xavotirlanishga moyilligi bilan aniqlansa, albatta individual farqlarning asosiy parametrlaridan biri hisoblanishi tabiiy jarayondir.

Xavotir odatda nevropsikiyatrik va og'ir somatik kasalliklarda, shuningdek, sog'lom

odamlarda kuchayadi. psixotravma oqibatlarini boshdan kechirayotgan odamlar, ko'p guruhlarda shaxsiyatning buzilishining deviant sub'ektiv ko'rinishi bo'lgan odamlar.

Zamonaviy psixologiyada xavotirlik ruhiy holat, xavotirlanish esa genetik, ontogenetik yoki vaziyat bilan belgilanadigan ruhiy xususiyat sifatida tushuniladi. Xavotirlanish - bu odamning xavotirlik holatini tez-tez va kuchli boshdan kechirishga

moyilligi, shuningdek, uning paydo bo'lishining past chegarasida namoyon bo'ladigan individual psixologik xususiyat. Bu asabiy jarayonlarning zaifligi tufayli shaxsiy shakllanish yoki temperamentning xususiyati sifatida qaraladi. Xavotirlanish aniq yoshga xos xususiyatga ega. Barqaror ta'lim sifatida real tahdid yoki xavotirlanish mavjudligidan qat'iy nazar, ko'pchilik bolalar uchun ortib borayotgan xavotirlanishga sabab bo'ladigan muayyan sohalar, haqiqat ob'ektlari mavjud. Kasbiy o'zini-o'zi belgilash - bu insonning kasblar olamidagi o'z o'rniga hissiy jihatdan rangli munosabati. Shaxsning kasbiy o'zini-o'zi belgilashiga ijtimoiy-iqtisodiy sharoitlar, professional jamoadagi shaxslararo munosabatlar, kasbiy rivojlanish, yoshga bog'liq va kasbiy inqirozlar ta'sir qiladi. Kasbiy maslahat bo'yicha psixologik va pedagogik adabiyotlarni tahlil qilib, biz tanlov muammosidagi xavotirlanish sxemasini tuzdik:

- 1) ularning moyilligi va manfaatlarini aniqlashdagi xavotirlanishi;
- 2) har qanday ish turiga qarshi ko'rsatmalar mavjudligini aniqlash uchun o'z sog'lig'ini aniqlashdagi xavotirlanishi;
- 3) o'smir yashayotgan va ishlamoqchi bo'lgan hududda qiziqqan kasbga ehtiyoj va uni rivojlantirish istiqbollarini aniqlashdagi xavotirlanish;
- 4) kerakli kasbni egallash yo'li va yo'llarini aniqlashdagi xavotirlanish.

#### **XULOSA**

Xulosa qilib aytganda, o'smirlarni kasbga yo'naltirish murakkab psixologik jarayon bo'lib, bunda oila, maktab va psixolog hamkorligi muhim o'rin tutadi. To'g'ri yo'naltirish va psixologik yordam orqali o'smirlarning o'z imkoniyatlarini ro'yobga chiqarishiga yordam berish mumkin.

#### **FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:**

1. P.U.Otamuratov., Ўқувчиларда касбий мотивациялар шаклланишининг психологик омиллари. Ўзбекистонда психологияни ривожлантириш муаммолари: назария ва амалиёт уйғундиги. 2021., - 282 б.
2. R.U.Otamuratov., Kasbiy motivatsiyalarda qo'rquv va xavotirlanish psixokorreksiyasi., y.,diss.magistrlik ilmiy dar. Toshkent: 2022 y., - 3,12 b.
3. Otamuratova S.A. PSIXOLOGIYADA XAVOTIRLANISH MUAMMOSINI O'RGANILISH DARAJASI., ГЛОБАЛ ДУНЁДА ПСИХОЛОГИЯ ФАНИ: НАЗАРИЯ ВА АМАЛИЁТ, ЧАҚИРУВЛАР ВА ИСТИҚБОЛЛАР Профессор Эргаш Ғозиевич Ғозиев хотирасига бағишланган Республика илмий-амалий конференцияси материаллари 16 феврал 2022 йил., - 286 б.
4. Ziyo.net