

**YOSHLARNI KASB TANLASHLARIDA O‘ZINI
ANGLASH KO‘NIKMALARINI SHAKLLANTIRISHNING
PSIXOLOGIK-PEDAGOGIK OMILLARI**

Shadmanova Muslimaxon Djamaliddinovna
Sirdaryo viloyati Guliston tumani 17-maktab psixologi

ANNOTATSIYA

Yoshlarni kasb-hunarga yo‘naltirish psixologik va pedagogik omillar uyg‘unligiga asoslanadi. Individual yondashuv va to‘g‘ri yo‘naltirish orqali yoshlarning kelajak kasbini ongli ravishda tanlashiga erishish mumkin. Kalit so‘zlar: kasb-hunar, kasbga yo‘naltirish, psixologik omillar, pedagogik omillar, qobiliyat, qiziqish, motivatsiya, o‘quvchi yoshlar.

KIRISH

Kasb-hunarga yo‘naltirish jarayoni murakkab psixologik-pedagogik faoliyat bo‘lib, bunda shaxsning individual xususiyatlari muhim ahamiyatga ega. Har bir yoshning qobiliyati, temperamenti, qiziqishi va dunyoqarashi turlicha bo‘lgani sababli yondashuv ham individual bo‘lishi kerak. Psixologik omillardan biri — qiziqishdir. O‘quvchi qiziqish bildirgan faoliyatga ko‘proq intiladi va unda muvaffaqiyatga erishish ehtimoli yuqori bo‘ladi.

Qobiliyat ham kasb tanlashdagi asosiy omillardan hisoblanadi. Ayrim yoshlar texnikaga, boshqalari esa san‘at, sport yoki ijtimoiy faoliyatga moyil bo‘lishi mumkin. Shu sababli qobiliyatni erta aniqlash muhimdir. Bugungi kunda yoshlarni kasb-hunarga to‘g‘ri yo‘naltirish ta‘lim tizimining dolzarb vazifalaridan biri hisoblanadi. Chunki yoshlarning kelajakdagi muvaffaqiyati ko‘p jihatdan tanlangan kasbning shaxsiy qiziqish va qobiliyatga mos kelishiga bog‘liq. Motivatsiya yoshlarning kasbiy rivojlanishida katta rol o‘ynaydi. Kuchli ichki motivatsiya o‘quvchini o‘z ustida ishlashga va maqsad sari intilishga undaydi.

Pedagogik omillar ham muhim ahamiyatga ega. O‘qituvchining rag‘batlantirishi, darslarni hayot bilan bog‘lab o‘tishi va amaliy faoliyatlarni tashkil etishi o‘quvchilarning kasbiy qiziqishini oshiradi.

Maktab psixologi yoshlarning kasbiy moyilligini aniqlashda muhim vazifani bajaradi. Psixologik testlar, suhbat va kuzatishlar orqali o‘quvchilarning individual xususiyatlari o‘rganiladi.

Oila ham kasbga yo‘naltirish jarayonida katta ta‘sir ko‘rsatadi. Ota-onaning qo‘llab-quvvatlashi va farzandning qiziqishlariga hurmat bilan yondashishi uning to‘g‘ri kasb tanlashiga yordam beradi. Shuningdek, zamonaviy axborot texnologiyalari va kasb tanishtiruv dasturlari yoshlarning kasblar haqidagi bilimni kengaytiradi.

Yoshga bogʻliq psixologik davrlashtirishni hisobga oladigan boʻlsak, 17 yosh oʻsmirlik yoki yoshlik davrining boshlanishi ekanligini koʻrish mumkin, bu odatda oliy oʻquv yurtiga kirishga toʻgʻri keladi. Oʻquvchi boʻlib, shaxs faol ravishda bilimlarni, amaliy kasbiy koʻnikmalarni egallaydi, bu esa shaxsning ichki psixologik resurslarini amalga oshirishni talab qiladi.

Oʻsmirlik davri - bu fiziologik va psixoemotsional rivojlanishning tarkibiy qismlari oʻrtasidagi rivojlanish davri. Oʻsmirlik davridagi etakchi faoliyat taʼlim va kasbiy faoliyatdir. Kasbiy oʻzini oʻzi belgilashga psixologik tayyorlik namoyon boʻladi:

- 1) kognitiv psixik jarayonlarni shakllantirishda;
- 2) shaxsning yoʻnalishi, motivlari, eʼtiqodlari, ideallari tuzilishini rivojlantirish;
- 3) individuallik shakllanishini taʼminlaydigan oʻz qobiliyatlari, moyilliklari, qiziqishlarini bilish;
- 4) oʻz faoliyatiga tanqidiy munosabat, aks ettirish.

Oʻquvchilarning shaxslararo muloqoti oʻziga xos xususiyatga ega - guruhning qadriyat yoʻnalishlari nuqtai nazaridan oʻz «men» ni amalga oshirish istagidir.

Kasb tanlash - inson hayotidagi eng muhim qarorlardan biridir. Bu qaror nafaqat moddiy barqarorlik, balki ruhiy qoniqish, oʻzini anglash va jamiyatda oʻz oʻrnini topish bilan chambarchas bogʻliq. Kasb tanlash jarayoniga psixologik yondashuv insonning shaxsiy imkoniyatlari, qiziqishlari va ichki dunyosi bilan mos kasbni aniqlashga yordam beradi.

1. Oʻzini anglash (self-awareness)

Kasb tanlashdan avval inson avvalo oʻzini yaxshilab tanib olishi lozim.

Bunda quyidagi savollarga javob topish muhim:

- Menga nimalar qiziq?
- Kuchli va zaif tomonlarim qanday?
- Men qanday muhitda ishlashni xohlayman?
- Qanday qadriyatlar men uchun muhim?

Bu savollarga javob izlab topish orqali inson oʻziga mos, ichki ehtiyojlariga javob beradigan kasblarni belgilay oladi.

Oʻzini anglash (self-awareness) - bu shaxsning oʻz fikrlarini, his-tuygʻularini, xatti-harakatlarini va ularning sabablarini anglay olish qobiliyatidir. Bu psixologiyada shaxsiy rivojlanishning eng muhim bosqichlaridan biri hisoblanadi.

Oʻzini anglash nima?

Bu - **Men kimman?, Nega shunday his qilyapman?, Mening kuchli va zaif tomonlarim nimalardan iborat?** degan savollarga javob topishga urinishdir.

Oʻzini anglagan inson:

- Oʻz his-tuygʻularini tan oladi va ularni boshqara oladi.

- Qarorlarini ongli ravishda qabul qiladi.
- O‘zini baholay oladi va rivojlantiradi.
- Boshqalar bilan sog‘lom munosabatlar o‘rnatadi.

O‘zini anglash turlari

Turi	Tavsifi
Ichki o‘zini anglash	O‘z his-tuyg‘ularini, qadriyatlarini, fikrlarini tushunish.
Tashqi o‘zini anglash	Boshqalar meni qanday ko‘radi - degan savolga javob izlash.

O‘zini anglash qanday rivojlanadi?

Refleksiya qilish

Kunning oxirida o‘zingizdan so‘rang:

- Bugun nima his qildim?
- Nima meni quvontirdi yoki ranjitti?
- Shunday qilishimga nima sabab bo‘ldi?

Jurnal yuritish (yozish)

Kunlik fikrlaringizni yozish sizga o‘zingizni yaxshiroq tushunishga yordam beradi.

Fikr-mulohazalarni qabul qilish

O‘zingiz haqidagi tashqi fikrlarni qabul qilib, ularni tahlil qilish o‘z-o‘zini anglashni kuchaytiradi.

Psixologik testlar

Shaxsiy xususiyatlar, temperament, qadriyatlar bo‘yicha testlar yordamida o‘zingiz haqingizda bilib olishingiz mumkin.

O‘zini anglashning foydasi

- Emotsional barqarorlik.
- To‘g‘ri kasb tanlovi.
- Sog‘lom ijtimoiy munosabatlar.
- Yetakchilik salohiyatining ortishi.
- Stressni boshqarish qobiliyati.

Kasbiy o‘zini anglash insonning o‘z qobiliyati, qiziqishi va imkoniyatlarini anglab, kelajak kasbini ongli ravishda tanlash jarayonidir. Bu jarayon shaxsning hayotiy maqsadlarini belgilash va jamiyatda o‘z o‘rnini topishida muhim ahamiyatga ega.

Kasbiy o‘zini anglash o‘spirinlik davrida ayniqsa faol shakllanadi. Bu davrda yoshlar o‘z qiziqishlarini tahlil qiladi, turli kasblar haqida ma’lumot to‘playdi va o‘z kelajagini tasavvur qilishga harakat qiladi.

Psixologik jihatdan kasbiy o'zini anglash shaxsning ichki ehtiyojlari va motivlari bilan bog'liq. O'quvchi o'ziga mos kasbni tanlaganda o'z faoliyatidan qoniqish hosil qiladi va muvaffaqiyatga erishish imkoniyati ortadi.

Kasbiy o'zini anglashda qiziqish muhim omillardan biridir. Inson qiziqqan faoliyat bilan shug'ullanganda unda ijodkorlik va faollik kuchayadi.

Qobiliyat ham kasbiy shakllanishning asosiy ko'rsatkichlaridan hisoblanadi. Har bir insonning individual imkoniyatlari turlicha bo'lgani sababli kasb tanlashda shaxsiy xususiyatlarni hisobga olish zarur.

Motivatsiya kasbiy rivojlanishda muhim rol o'ynaydi. Kuchli ichki motivatsiya insonni o'z ustida ishlashga va maqsad sari intilishga undaydi.

Kasbiy o'zini anglash jarayonida maktab psixologi va o'qituvchilarning roli katta. Psixologik testlar, suhbat va treninglar orqali o'quvchilarning kasbiy moyilligi aniqlanadi.

Oila ham bu jarayonda muhim ta'sir ko'rsatadi. Ota-onaning qo'llab-quvvatlashi va farzandning qiziqishlariga hurmat bilan yondashishi uning mustaqil qaror qabul qilishiga yordam beradi.

Shuningdek, zamonaviy axborot texnologiyalari, kasb tanishtiruv dasturlari va amaliy mashg'ulotlar yoshlarning kasblar haqidagi tasavvurini kengaytiradi.

XULOSA

Xulosa qilib aytganda, kasbiy o'zini anglash shaxsning kelajak hayotidagi muvaffaqiyatini belgilovchi muhim psixologik jarayondir. To'g'ri yo'naltirish va qo'llab-quvvatlash orqali yoshlarning ongli kasb tanlashiga erishish mumkin.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни. М.: Мысль, 1991. 155 с.
2. Ананьев Б.Г. К психофизиологии студенческого возраста // Современные психолого-педагогические проблемы высшей школы. 1974. Вып. 2. Л.: ЛГУ. С. 3-15.
3. Афанасьева Т.М. Семья. М.: Просвещение, 1988. 286 с.
4. Выготский Л.С. Проблемы развития психики // Выготский Л.С. Собр. соч.: в 6 т. М., 1983. Т. 3. 368 с
5. <https://cyberleninka.ru/article/n/>