

AMALIY PSIXOLOGIYANING ASOSIY YO‘NALISHLARI VA ULARNING SHAXS RIVOJLANISHIDAGI O‘RNI

*Qo‘qon universiteti Andijon filiali
Boshlang‘ich ta‘lim yo‘nalishi 2-bosqich talabasi
Maxamadjonova Maxmudaxon Xamidillo qizi*

Annotatsiya: Ushbu maqolada amaliy psixologiyaning asosiy yo‘nalishlari — psixodiagnostika, psixologik maslahat, psixokorreksiya va psixoprofilaktika ilmiy-nazariy va amaliy jihatdan tahlil qilinadi. Shaxs rivojlanishining turli yosh bosqichlarida mazkur yo‘nalishlarning tutgan o‘rni, ularning intellektual, emotsional va ijtimoiy taraqqiyotga ta‘siri yoritiladi. Tadqiqot davomida G‘oziev, Nemov, Anastazi, Eydemiller kabi yetuk olimlarning ilmiy qarashlariga tayanilgan holda amaliy psixologiyaning shaxs kamolotidagi ahamiyati asoslab beriladi. Maqola natijalari ta‘lim muassasalari va psixologik xizmat faoliyatida samarali foydalanish imkonini beradi.

Kalit so‘zlar: amaliy psixologiya, psixodiagnostika, psixologik maslahat, psixokorreksiya, psixoprofilaktika, shaxs rivojlanishi, emotsional barqarorlik, stress.

Annotation: This article provides a scientific analysis of the key branches of applied psychology, including psychodiagnostics, psychological counseling, psychocorrection, and psychoprophylaxis. It examines the role of applied psychological practices in the developmental stages of an individual, emphasizing cognitive, emotional, and social growth. Drawing on the works of scholars such as Goziev, Nemov, Anastasi, and Eidemiller, the research highlights how applied psychology supports personal development and enhances psychological wellbeing. The findings contribute to improving the effectiveness of psychological assistance in practical settings.

Key words: Applied psychology, behavior change, intelligence test, observation, interview, questionnaire, psychological counseling, stress, psychocorrection, emotional, aggression, attention, cognitive, mental disorders.

Аннотация: В данной статье рассматриваются основные направления прикладной психологии: психодиагностика, психологическое консультирование, психокоррекция и психопрофилактика. Анализируется влияние этих направлений на развитие личности на различных возрастных этапах. На основе научных трудов Гозиева, Немова, Анастаси, Эйдемиллера и других исследователей обосновывается значимость прикладной психологии в интеллектуальном, эмоциональном и социальном развитии человека. Полученные результаты могут быть использованы для повышения эффективности психологической помощи в практической деятельности.

Ключевые слова: Практическая психология, изменение поведения, интеллектуальный тест, наблюдение, беседа, анкета, психологическое консультирование, стресс, психокоррекция, эмоциональный, агрессивность, внимание, когнитивный, психические расстройства.

Kirish

Zamonaviy jamiyat taraqqiyoti inson omiliga, xususan, shaxsning psixik salomatligi, ijtimoiy moslashuvi va ichki imkoniyatlarini ro'yobga chiqarishga bo'lgan ehtiyojni kuchaytirmoqda. Bugungi globallashuv, axborot oqimining tezlashuvi va ijtimoiy munosabatlarning murakkablashuvi shaxsdan yuqori darajadagi moslashuvchanlik, stressga chidamlilik va ongli qaror qabul qilishni talab etmoqda. Shu jihatdan psixologiya fanining amaliy yo'nalishlari jamiyat hayotida alohida ahamiyat kasb etmoqda.

Amaliy psixologiya insonning individual-psixologik xususiyatlarini aniqlash, baholash, rivojlantirish va zarur hollarda tuzatishga qaratilgan ilmiy-amaliy soha bo'lib, u ta'lim, sog'liqni saqlash, oila, mehnat va ijtimoiy munosabatlar tizimida faol qo'llanilmoqda. Mazkur maqolaning asosiy maqsadi amaliy psixologiyaning yetakchi yo'nalishlarini tizimli ravishda tahlil qilish va ularning shaxs rivojlanishidagi o'rnini ilmiy asosda yoritishdan iborat.

Amaliy psixologiya masalalari ko'plab mahalliy va xorijiy olimlar tomonidan tadqiq etilgan. O'zbek psixologiya maktabi vakili E.G'. G'oziev o'z asarlarida amaliy psixologiyaning nazariy asoslari va uning ta'lim jarayonidagi ahamiyatini keng yoritgan. Uning fikricha, psixologik xizmat shaxsni har tomonlama o'rganish va rivojlantirishga xizmat qiluvchi muhim mexanizmdir.

Rossiyalik olim R.S. Nemov amaliy psixologiyani shaxs faoliyati samaradorligini oshirishga qaratilgan tizimli faoliyat sifatida talqin etadi. A. Anastazi esa psixodiagnostikani psixologiyaning eng muhim amaliy sohasi sifatida baholab, test metodlarining ilmiy ishonchliligini asoslab bergan. E.G. Eydemiller va V.V. Yustitskisning ishlari psixologik maslahat va oilaviy munosabatlarni psixologik jihatdan tartibga solish masalalariga bag'ishlangan bo'lib, ular amaliyotda keng qo'llanilmoqda.

Mazkur ilmiy manbalar tahlili shuni ko'rsatadiki, amaliy psixologiya shaxsning ichki imkoniyatlarini ochish va psixologik muammolarni bartaraf etishda muhim ilmiy-amaliy asosga ega.

Tadqiqot jarayonida nazariy tahlil, ilmiy manbalarni o'rganish va umumlashtirish metodlaridan foydalanildi. Shuningdek, psixologik diagnostika, maslahat va korreksiyaga oid mavjud ilmiy qarashlar qiyosiy tahlil qilindi. Metodologik asos sifatida tizimli yondashuv tanlanib, shaxs rivojlanishi uzluksiz va

ko'p bosqichli jarayon sifatida qaraldi. Tadqiqotda empirik natijalar bilan boyitilgan ilmiy adabiyotlarga tayangan holda mualliflik xulosalari shakllantirildi.

Psixodiagnostika va uning shaxs rivojlanishidagi o'rni

Psixodiagnostika amaliy psixologiya bo'limining fundamental yo'nalishi bo'lib, u shaxsning psixik jarayonlari, qobiliyatlari, xarakter xususiyatlari va emotsional holatini aniqlashga xizmat qiladi. Ushbu yo'nalish orqali insonning kuchli va zaif tomonlari aniqlanadi, rivojlanish istiqbollari belgilab olinadi. A. Anastazining ta'kidlashicha, zamonaviy test metodlari qisqa vaqt ichida shaxs haqida keng qamrovli ma'lumot berish imkonini yaratadi. Psixodiagnostika ta'lim jarayonida o'quvchilarning qobiliyatlarini aniqlash, kasbiy yo'naltirish va psixologik muammolarni erta aniqlashda muhim ahamiyat kasb etadi.

Psixologik maslahatning ahamiyati

Psixologik maslahat shaxs o'z muammolarini anglash, ularni tahlil qilish va mustaqil ravishda yechim topishga yordam beruvchi jarayondir. Bu jarayonda psixolog tayyor yechim bermaydi, balki shaxsning ichki resurslarini faollashtiradi. Eydemiller tadqiqotlariga ko'ra, psixologik maslahat insonning emotsional holatini barqarorlashtirish va ijtimoiy munosabatlarini yaxshilashda yuqori samaradorlikka ega. Ayniqsa, oila, ta'lim va kasbiy faoliyat bilan bog'liq muammolarni hal etishda psixologik maslahat muhim rol o'ynaydi.

Psixokorreksiya jarayoni

Psixokorreksiya shaxs xulq-atvori, emotsional holati va ijtimoiy moslashuvidagi og'ishlarni tuzatishga qaratilgan amaliy faoliyatdir. Ushbu yo'nalish orqali agressivlik, qo'rquv, diqqat yetishmovchiligi va depressiv holatlar yumshatiladi. Zamonaviy tadqiqotlar kognitiv-xulqiy yondashuvning yuqori samaradorligini ko'rsatmoqda. Psixokorreksiya shaxsning ijtimoiy moslashuvini kuchaytirib, uning hayot sifatini oshirishga xizmat qiladi.

Psixoprofilaktika va uning ijtimoiy ahamiyati

Psixoprofilaktika psixologik muammolarning oldini olishga qaratilgan tizimli chora-tadbirlar majmuasidir. R.S. Nemovning ta'kidlashicha, profilaktik ishlar orqali stress, konflikt va ruhiy buzilishlar xavfini sezilarli darajada kamaytirish mumkin. Ta'lim muassasalarida olib boriladigan psixoprofilaktik faoliyat sog'lom psixologik muhitni shakllantirishga xizmat qiladi.

Xulosa

Xulosa qilib aytganda, amaliy psixologiya shaxs rivojlanishini ta'minlovchi muhim ilmiy-amaliy soha hisoblanadi. Psixodiagnostika shaxsning individual xususiyatlarini aniqlash imkonini bersa, psixologik maslahat muammolarni ongli ravishda hal etishga yordam beradi. Psixokorreksiya va psixoprofilaktika esa shaxsning emotsional barqarorligini mustahkamlab, ijtimoiy moslashuvini

kuchaytiradi. Ushbu yo‘nalishlarning o‘zaro uyg‘unligi shaxsning har tomonlama kamol topishiga xizmat qiladi va jamiyat taraqqiyotida muhim omil bo‘lib qoladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. G‘oziev E.G‘. Umumiy psixologiya. Toshkent: O‘qituvchi, 2002.
2. G‘oziev E.G‘. Amaliy psixologiya. Toshkent, 2010.
3. Nemov R.S. Psixologiya. Moskva: Vldos, 2005.
4. Anastazi A., Urbina S. Psychological Testing. New York: Pearson, 2007.
5. Eydemiller E.G., Yustitskis V.V. Psixologik maslahat asoslari. Sankt-Peterburg, 2006.

