

JAMIYATDA PSIXOLOG SHAXSINING SHAKLLANISHIDAGI DOLZARB MUAMMOLAR VA ULARNING YECHIMLARI

Jo'rayeva Jumagul Maxkamovna

Buxoro viloyati Peshku tumani 45-maktab psixologi

Ramazonova Dildora Subhonovna

Buxoro viloyati Peshku tumani 6- maktab psixologi

Sayliyeva Maxfuza Ne'matovna

Buxoro viloyati Peshku tumani 43- maktab psixologi

ANNOTATSIYA

Mazkur mavzuda jamiyatda psixolog shaxsining shakllanishi jarayonida uchraydigan dolzarb muammolar, ularning sabablari hamda zamonaviy yechim yo'llari yoritiladi.

Kalit so'zlar: psixolog, kasbiy shakllanish, jamiyat, stress, malaka, imij, psixologik xizmat, rivojlanish.

KIRISH

Psixolog shaxsi jamiyatda muhim o'rin egallaydi, chunki u insonlarning ruhiy holatini o'rganish, muammolarini aniqlash va psixologik yordam ko'rsatish bilan shug'ullanadi. Biroq amaliyotda psixolog shaxsining to'liq shakllanishi va samarali faoliyat yuritishida bir qator muammolar uchrab turadi.

Eng asosiy muammolardan biri — kasbiy tayyorgarlikning yetarli emasligidir. Ba'zi hollarda nazariy bilimlar mavjud bo'lsa-da, amaliy ko'nikmalar yetarli darajada shakllanmagan bo'ladi. Bu esa real vaziyatlarda to'g'ri psixologik yordam ko'rsatishga to'sqinlik qiladi.

Yana bir muammo — jamiyatda psixolog kasbiga nisbatan noto'g'ri qarashlardir. Ko'pchilik psixologni faqat "maslahat beruvchi shaxs" sifatida qabul qiladi, uning ilmiy va professional faoliyatini to'liq tushunmaydi. Bu esa psixolog imijining shakllanishiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Shuningdek, ish yuklamasi va emotsional charchoq psixologlar uchun muhim muammolardan biridir. Doimiy ravishda boshqalarning muammolarini eshitish va tahlil qilish psixologda ruhiy zo'riqish keltirib chiqarishi mumkin.

Yechimlar sifatida birinchi navbatda psixologlarning kasbiy malakasini oshirish tizimini kuchaytirish zarur. Doimiy treninglar, seminarlar va amaliy mashg'ulotlar ularning professional kompetensiyasini rivojlantiradi.

Ikkinchidan, jamiyatda psixolog kasbining ahamiyatini tushuntirish bo'yicha targ'ibot ishlarini olib borish kerak. OAV, ta'lim muassasalari va ijtimoiy tarmoqlar orqali psixologik madaniyatni shakllantirish muhimdir.

Uchinchidan, psixologlar uchun superviziya va psixologik qo‘llab-quvvatlash tizimini yo‘lga qo‘yish lozim. Bu ularning kasbiy charchoq va stressini kamaytirishga yordam beradi.

To‘rtinchidan, ta‘lim tizimida psixologlar uchun amaliyot bazasini kengaytirish, real vaziyatlarda ishlash imkoniyatlarini oshirish zarur. Psixolog — bu psixologiya bilan shug‘ullanadigan va ruhiy holatlarni, idrok etish, kognitiv, hissiy va ijtimoiy jarayonlar va xatti-harakatlarni o‘rganadigan kasb egasi. Ularning ishi ko‘pincha odamlarning bir-biriga va atrof-muhitga qanday munosabatda bo‘lishini tajriba, kuzatish va talqin qilishni o‘z ichiga oladi.

Zamonaviy ta‘lim tizimida o‘quvchilarning nafaqat intellektual, balki emotsional va ijtimoiy rivojlanishi ham muhim ahamiyat kasb etmoqda. Bu jarayonda maktab psixologi — o‘quvchilarning ruhiy salomatligini ta‘minlovchi, konfliktlarni hal qiluvchi, o‘qituvchi va ota-onalar bilan hamkorlikda ishlaydigan mutaxassis sifatida markaziy o‘rin tutadi.

O‘zbekistonda maktab psixologlari 2010-yillardan boshlab tizimli ravishda joriy etila boshlagan bo‘lsa-da, ularning faoliyati hali ham ko‘plab muammolar bilan kechmoqda. Yosh avlod orasida o‘z joniga qasd qilish holatlari, zo‘ravonlik (bulling), stress va emotsional charchash kabi muammolar keskinlashgan bir paytda maktab psixologining roli yanada dolzarb bo‘lib qoldi. Ushbu maqola maktab psixologining vazifalari, ta‘limdagi ahamiyati va O‘zbekiston sharoitidagi dolzarb muammolarini tahlil qilishni maqsad qiladi.

Bugungi kunda yoshlar ruhiy salomatligi global muammo sifatida tan olingan. O‘zbekistonda o‘smirlar orasida depressiya, tashvish va ijtimoiy izolyatsiya holatlari ortib bormoqda. Statistika ko‘ra, 2022-yilda maktab yoshidagi bolalarning jinoyatchilikdagi ulushi 3,5% ni tashkil etgan, shuningdek, o‘z joniga qasd qilish holatlari haqida xabarlar tez-tez chiqmoqda. Bunday vaziyatda maktab psixologi — bolalarning psixologik xavfsizligini ta‘minlovchi asosiy shaxs hisoblanadi.

Xorijiy tajribada (AQSh, Yevropa) maktab psixologlari o‘quvchilarning emotsional rivojlanishini baholash, profilaktika va korreksiya ishlarini olib boradi. O‘zbekistonda esa bu lavozim 2021-yildan boshlab “inspektor-psixolog” shaklida joriy etilgan bo‘lib, ammo ko‘plab maktablarda psixologlarning ishi rasmiy xarakterda qolmoqda. Dolzarblik shundaki, yuqori malakali psixologlarning yetishmasligi, moddiy-texnik bazaning zaifligi va ish yuklamasining ortiqchaligi tufayli samarali yordam ko‘rsatish qiyinlashmoqda.

Maktab psixologi quyidagi vazifalarni bajaradi:

1. Psixodiagnostika — o‘quvchilarning psixologik holatini baholash (tashvish, tajovuzkorlik, motivatsiya etishmasligi, disleksiya va boshqa o‘quv muammolari). Birinchi sinfga qabulda va yil davomida rejalashtirilgan tarzda o‘tkaziladi.

2. Psixokorreksiya — individual va guruh mashgʻulotlari orqali muammolarni bartaraf etish (oʻyinlar, treninglar, ijodiy topshiriqlar).

3. Psixokonsultatsiya — oʻquvchilar, ota-onalar va oʻqituvchilar bilan individual yoki guruh maslahatlari. Emotsional holatni barqarorlashtirish, konfliktlarni hal qilish.

4. Psixoprofilaktika — zararli odatlar (chekuv, giyohvandlik), zoʻravonlik va oʻz joniga qasd qilish xavfini oldini olish. Ota-onalar yigʻilishlarida maʼruzalar, dars soatlarida mashgʻulotlar.

5. Oʻqituvchilar va ota-onalar bilan hamkorlik — pedagogik muammolarni hal qilish, kasbiy charchash (burnout) ni oldini olish.

Psixolog ish rejasi yillik dastur asosida tuziladi: gadget qaramligi, eʼtibor etishmasligi, tashvish kuchayishi kabi dolzarb mavzular qamrab olinadi. U oʻquvchilar bilan individual kabinetda, guruhlarda va sinf tadbirlarida ishlaydi.

Oʻzbekiston sharoitida maktab psixologlari quyidagi toʻsiqlarga duch kelmoqda:

- Malaka va tayyorgarlik yetishmasligi — Koʻplab psixologlar bakalavr darajasiga ega, ammo bolalar psixologiyasi boʻyicha maxsus qayta tayyorlovdan oʻtmagan. Magistratura yoki ilmiy daraja ustunlik beriladi, lekin amalda kam.

- Ish yuklamasi va sharoitlar — Uzoq ish soatlari, koʻp hujjat ishi, kabinetning yoʻqligi yoki mos jihozlarning kamligi. Baʼzi tumanlarda psixologlar bir necha maktabga birlashtirilgan.

- Stigma va ishonchsizlik — Oʻquvchilar va ota-onalar psixologga murojaat qilishdan uyaladi yoki uning malakasiga ishonmaydi. Tadqiqotlarda faqat 17% oʻsmirlar psixologga yordam soʻrab murojaat qilishini aytgan.

- Kadrlar tanqisligi — Maktablarda psixolog lavozimi rasmiy, ammo samarali ishlamayotgani haqida shikoyatlar koʻp. Oliy taʼlimda psixologlarni tayyorlash tizimi yetarli emas.

Bu muammolar tufayli psixologlarning faoliyati koʻpincha profilaktik mashgʻulotlar bilan cheklanib qolmoqda, chuqur korreksiya ishlari kam.

Maktab psixologi — taʼlim tizimining ajralmas qismi boʻlib, oʻquvchilarning ruhiy salomatligini taʼminlash, zoʻravonlik va emotsional muammolarni oldini olishda hal qiluvchi rol oʻynaydi. Oʻzbekistonda bu lavozimning dolzarbligi ortib bormoqda, ammo samaradorlikni oshirish uchun quyidagi chora-tadbirlar zarur:

- Psixologlarni maxsus bolalar va oʻsmirlar psixologiyasi boʻyicha qayta tayyorlash dasturlarini kuchaytirish.

- Har bir maktabda alohida kabinet va jihozlar bilan taʼminlash.

- Onlayn psixologik yordam platformalarini (Telegram-botlar, mobil ilovalar) joriy etish.

- Ota-onalar va o‘quvchilar orasida psixologik savodxonlikni oshirish bo‘yicha targ‘ibot ishlarini kuchaytirish.
- Ish haqi va mehnat sharoitlarini yaxshilash orqali malakali kadrlar jalb qilish.

Natijada, maktab psixologlarining samarali faoliyati nafaqat bolalarning shaxsiy rivojlanishini, balki butun jamiyatning ma’naviy salomatligini ta’minlaydi.

XULOSA

Xulosa qilib aytganda, jamiyatda psixolog shaxsining to‘liq va samarali shakllanishi uchun kasbiy tayyorgarlik, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash va to‘g‘ri imij shakllantirish muhim ahamiyatga ega. Bu esa jamiyatda sog‘lom psixologik muhit yaratishga xizmat qiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. G‘oziev E.G‘. Umumiy psixologiya. – Toshkent: Universitet, 2018.
2. Karimova V.M. Psixologiya va shaxs rivojlanishi. – Toshkent: O‘qituvchi, 2019.
3. Davletshin M.G‘. Pedagogik psixologiya asoslari. – Toshkent: Fan, 2017.
4. Shoumarov G‘.B. Psixologiya va tarbiya masalalari. – Toshkent: Sharq, 2016.
5. Rubinshteyn S.L. Osnovy obshchey psixologii. – Moskva, 1989.
6. Vygotsky L.S. Mind in Society. – Cambridge, 1978. .
7. Abdullayev R.R. Umumiy o‘rta ta’lim muassasalarida psixologning o‘rni va vazifalari. Pedagoglar.org, 2024.
8. Abdurahmonov D.X. Maktabda psixologik xizmat samaradorligini oshirish yo‘llari. In-academy.uz, 2023.
9. Maktab psixoglari: samarali ishlashlari uchun ularga nimalar xalal bermoqda? Kun.uz, 2020.