

TA'LIM MUASSASALARIDA PSIXOLOGIK TRENING QO'LLASHNING AHAMIYATI.

Otamurodov Bekzod Parda o'g'li

Samarqand viloyati Nurobod tumani 50-maktab psixologi

Mamlakatimiz Prezidenti Shavkat Mirziyoyevning mamlakatimiz fuqorolariga qarata “Innovatsiya – bu kelajak degani. Biz buyuk kelajagimizni barpo etishni bugundan boshlaydigan bo’lsak, uni aynan innovatsion g’oyalar, innovatsion yondashuv asosida boshlashimiz kerak” degan fikrlari zamirida yoshlarni keng intellektual salohiyatga ega qilishda ta’limning barcha sohalarida tub burilishlarni taqozo etadi. Ijtimoiy – psixologik trening insonlar o’rtasida sog’lom munosabatlarga erishishni hosil qilish uchun ijtimoiy amaliyotning turli sohalariga kirib bormoqda. Uning diagnostik tahlili, psixokarreksion imkoniyatlari kadrlar faoliyati: mutaxassislarni, psixolog, pedagog, psixaterapevtlar, korxon va tashkilot boshqaruvchilar, tadbirkorlarni ish faoliyatiga samarali ta’sirini ko’rsatadi. Shiddatli bir payitda yoshlarni zamon talabiga mos, teran fikrlovchi, turli vaziyatlarda o’zining oqilona tafakkuri orqali ishtimoiy muhitga ta’sir ko’rsatuvchi, keng dunyoqarashga ega qilib tarbiyalashdek masalalarni psixologiya sohalariga ham yuksak vazifa qilib yuklaydi. Zero, milliy psixologiyamizda psixologik trening predmeti umumpsixologik nazariy va amaliy jihatdan har tomonlama chuqur izlanishlarga muhtoj, dolzarb muammolardan biri sanaladi. Psixologik trening asoslari fani milliy qadriyatlarimizga, etnopsixologik xususiyatlarimizga moslashtirilgan turli mashg’ulotlarni tashkil etish muammosini hal etish yo’llarining psixologikpedagogik, ilmiy va uslubiy jihatlarini o’ziga xosligini yoritishni maqsad qilib olganligi bilan tavsiflanadi. Misol tariqasida hayotdan shunday manzarani tasavvur qilaylik: uzoq ayriliqdan so’ng ona o’z farzandi visoliga yetdi. Tashqi faollikni biz onaning bolasiga intilishi, uni quchoqlashi, yuzlarini siylashi, ko’zlaridan oqqan sevinch yoshlarida ko’rsak, ichki faollik-o’sha ko’z yoshlarini keltirib chiqargan fiziologik

jarayonlar, ichki sog'inchning asl sabablari (ayriliq muddati, nochorlik tufayli ayriliq kabi yashirin motivlar ta'siri), ko'rib idrok qilgandagi o'zaro bir-birlariga intilishni ta'minlovchi ichki, bir qarashda ko'z bilan ilg'ab bo'lmaydigan emotsional holatlarda namoyon bo'ladi.

Lekin shu manzarani bevosita guvohi bo'lsak ham, taxminan qanday jarayonlar kechayotganligini tasavvur qilishimiz mumkin. Demak, ikkala turli faollik ham shaxsiy tajriba va rivojlanishning asosini tashkil etadi. Bir qarashda har bir aniq shaxsga uning ehtiyojlariga bog'liq bo'lib tuyulgan bunday faollik turlari aslida ijtimoiy xarakterga ega bo'lib, shaxsning jamiyat bilan bo'ladigan murakkab va o'zaro munosabatlarining oqibati hisoblanadi. Inson faolligi «harakat», «faoliyat», «xulq» tushunchalari bilan chambarchas bog'qo'lib, shaxs va uning ongi masalasiga borib taqaladi. Shaxs aynan turli faolliklar jarayonida shakllanadi, o'zligini namoyon qiladi ham.

Shaxsning jamiyatda odamlar orasidagi xulqi va o'zini tutishi sabablarini o'rganish tarbiyaviy ahamiyatga ega bo'lgan omil bo'lib, masalani yoritishning ikki jihati farqlanadi: a) ichki sabablar, ya'ni hatti-harakat egasining subyektiv psixologik xususiyatlari nazarda tutiladi (motivlar, ehtiyojlar, maqsadlar, mo'ljallar, istaklar, qiziqishlar va hokozolar); b) tashqi sabablar – faoliyatning tashqi shart-sharoitlari va holatlari. Ya'ni, bular ayni konkret holatlarni kelib chikishiga sabab bo'ladigan tashqi stimullardir.

Shaxs xulq-atvorini ichkaridan, ichki psixologik sabablar tufayli boshqarish odatda shaxsiy dispozitsiyalar ham deb ataladi. Ular shaxs tomonidan anglanishi yoki anglanmasligi ham mumkin. Ya'ni, ba'zan shunday bo'ladiki, shaxs o'zi amalga oshirgan ishi yoki o'zidagi o'zgarishlarga nisbatan shakllangan munosabatning haqiqiy sababini o'zi tushunib yetmaydi, «Nega?» degan savolga «O'zim ham bilmay qoldim, bilmayman», deb javob beradi. Bu anglanmagan dispozitsiyalar yoki ustanovkalar deb ataladi. Agar shaxs biror kasbga ongli tarzda qiziqib, uning barcha sir-asrorlarini egallash uchun astoydil harakat qilsa, bunda vaziyat boshqacharoq bo'ladi, ya'ni,

dispozitsiya anglangan, ongli hisoblanadi. Shu nuqtai nazardan motiv– konkrketroq tushuncha bo'lib, u shaxsdagi u yoki bu xulq –atvorga nisbatan turgan moyillik, hozirlikni tushuntirib beruvchi sababni nazarda tutadi.

Zamonaviy psixologiya sohalarining muammolaridan biri har tomonlama barkamol shaxslarni tarbiyalash va jamiyatda o'z o'rnini topishiga ko'maklashish, malakalarini rivojlantirish hisoblanadi. Bu boradagi ishlarni amalga oshirishda albatta, psixologik treningni o'ziga xos o'rni mavjud bo'lib, hozirda mutaxassislar fanning imkoniyatlaridan keng foydalanib kelmoqdalar desak, mubolag'a bo'lmaydi. Natijada, shaxslararo munosabatlar orasida muloqot uslubining o'zgarishi, muayyan kasbiy sohalaridagi bilim, ko'nikma va malakalarning ortishi, rahbar, menejer, tadbirkor, kadrlar menejeri, psixolog, murabbiyning faoliyati kabilarda, ayniqsa, shiddatli sharoitlarda juda murakkab faoliyat turlarida yoshlarning peshqadamligi fanning asl mohiyatini tahlil qilishga imkoniyat yaratadi. Avvalo, trening - bu odamning muloqot uslubini o'zgartirishga, uyg'unlashtirishga, kerakli ko'nikmalarni singdirishga va boshqa odamlar bilan o'zaro munosabatlarida namoyon bo'ladigan yoki ong osti xarakterga ega bo'lgan 6 qarama-qarshiliklarni hal qilishga qaratilgan yorqin, hissiy jihatdan jadal o'quv faoliyat turi deb ta'kidlasak ham xato bo'lmaydi. Trening - bu turli faoliyat sohalarida keng qo'llaniladigan juda mashhur va keng tarqalgan o'qitish shaklidir. Kasbiy muvaffaqiyat ko'plab tarkibiy qismlardan iborat, shu bilan birga, trening texnologiyasi odamning kayfiyatini, muayyan faoliyat turiga bo'lgan munosabatini o'zgartirishga, o'z-o'zini tarbiyalash va o'zini rivojlantirish zarurligini anglashga yordam beradigan o'quv shakllardan biridir. Hozirgi davrda insonlarni eng tabiiy bo'lgan muloqotga ehtiyoji, uning sirlaridan xabardor bo'lish, o'zgalarga samarali ta'sir eta olishga intilishining kuchayishi, bo'lajak kadrlarni kelgusi faoliyatlarini samarali amalga oshirishga tayyorlash, shuningdek, rahbar kadrlarni samarali boshqarish usuliga

o'rgatish kabi masalalarni echimini topish borasidagi ishlardan biri - bu ijtimoiy psixologiyaning asosiy sohasi bo'lgan psixologik treninglarni tashkil etishdir.

Trening guruhlarda muloqotning madaniy obro'li bo'lishni rivojlantirish maqsadida olib boriladigan psixologik ishlarning faol usuli, ya'ni guruh-guruh bo'lib munozara, bahs, rolli o'yin va boshqa o'yinlarni o'tkazishga qaratiladi. Shuningdek, hozirgi davrda ijtimoiy psixologiyaning dolzarbligi va uning jamiyatdagi sodir bo'layotgan barcha jarayonlarga aloqadorligi uning 7 tadbiiy sohalari doirasini ham kengaytirdi. Psixologik trening avvalo shaxs yoki guruhni samarali muloqot malakalariga o'rgatish va ulardagi kommunikativ bilimdonlikni oshirish usullarini va ularni amaliyotga tadbiq etish chora tadbirlarini ishlab chiqadi. Inson o'z hayotida shaxsiy tajriba, ijtimoiy malaka va ko'nikmalarni ortirib borishi jarayonida hosil bo'ladigan, bevosita shakllanadigan ijtimoiy bilimdonlik yoki kommunikativ sovdxonlikdan farqli psixologiya fanida ushbu jarayonlarni maqsadli shakllantirish, shaxs va yaxlit guruh faoliyatiga taluqli ijtimoiy fazilatlarni zudlik bilan shakllantirish uchun qo'llaniladigan uslublar majmui mavjud. Ularni qisqacha qilib ijtimoiy psixologik trening (IPT) yoki psixologik trening deb ataladi. Trening tushinchasi ingliz tilidan kelib chiqqan bo'lib, "train", "training" ko'plab ma'nolarga ya'ni: o'qitmoq, tarbiyalamoq, (trenirovka) mashq qilmoq kabi ma'nolarga ega. Xuddi shunday ko'p ma'nolilik treningning ilmiy talqiniga ham mos keladi. Xususan, bu turli ijtimoiy faoliyat sohaslariga shaxsni tayyorlashdan iborat bo'lib, bunda shaxs yoki yaxlit guruhning muloqot sohasidagi bilimdonik darajasi maqsadga muvofiq tarzda maxsus mashqlar tizimi orqali rivojlantiriladi. Ya'ni u shaxsni ijtimoiy muloqotga oldindan maqsadli tarzda tayyorlaydi. Jumladan: - bo'lajak mutaxassislarni kelgusi faoliyatlarini samarali amalga oshirishga tayyorlash; - rahbar kadrlarni samarali boshqarish usullariga o'rgatish; - ta'lim-tarbiya maskanlarida o'zaro hamkorlik faoliyatini rivojlantirish; - ijtimoiy muhitdagi barcha shaxslararo munosabatlarda muloqot kompetentligini oshirish; - ijtimoiy shaxslararo muloqot jarayonida yuzaga kelishi kutiladigan emotsional zo'riqishlarni oldini olish va mavjudlarini barqarorlashtirish va hokozolar. Trening

insonlarda mavjud bo'lgan xulq-atvori va faoliyatini boshqaruv modelini qayta dasturlash vositasidir. Shuningdek, trening, tashkilotni rejalashtirilgan faolligini, kasbiy bilimlarini oshiruvchi, ko'nikmalarini yaxshilashga yo'naltirilgan, yoki tashkilotning maqsadli faoliyati talablariga mos keluvchi ustanovkalar modifikatsiyasi va jamoaning ijtimoiy xulq-atvorini korreksiyalash uchun zarurdir.

Foydalanilgan adabiyotlar: :

1. M.N.Salihova."O'smirlilik davri va o'smirlarga psixologik yordam".

2.Shirin Mustafayeva."O'smir psixologiyasi: Biz bilmagan jihatlar"

To'yeva Zulfiya."O'smirlarda inqirozdagi depressiv holatlarni oldini olish va korreksiyalash"

3. Karimova V.Psixologiya. O`quv qo`llanma. Toshkent, A.Qodiriy nomidagi xalq merosi nashriyoti. "O`AJBNT" markazi, 2002.

4. G`oziyev E. Umumiy psixologiya. Psixologiya mutaxassisligi uchun darslik, 1-kitob Toshkent «Universitet» nashriyoti , 2002

5. Psixologik tareninglar o'quv qo'llanma TDPI.