

## O‘SPIRINLIK DAVRIDA KASBGA YO‘NALTIRISHDA RUHIY SALOMATLIKNING ROLI

*Yuldasheva Nargizaxon Sa’dullayevna*

*Farg‘ona viloyati Bag‘dod tumani*

*10-umumiy o‘rta ta’lim maktabi amaliyotchi psixologi*

**Annotatsiya:** Maqolada o‘spirinlik davrida kasbga yo‘naltirishda ruhiy salomatlikning psixologik xususiyatlari, o‘rni, ahamiyati, vazifalari tahlil qilingan, ta’lim tizimida olib borilayotgan islohotlar jarayonida psixologiyaning ushbu holatlarda ahamiyati ochib berilgan.

**Kalit so‘zlar:** O‘spirinlik davri, kasbga yo‘naltirish, islohotlar, psixologiya, ruhiy salomatlik, ta’lim jarayonlari.

Hozirgi kunda Respublikamizda amalga oshirilayotgan islohotlarning taqdiri yoshlarning ma’naviy qiyofasiga, shaxsiy barkamolligiga bog‘liq. Bu vazifalarni amalga oshirish insoniy o‘zaro munosabatlarda demokratik tamoyillarni ongga to‘la singdirishni taqozo etadi. Insonlar o‘rtasidagi ijtimoiy munosabatlarni Sharqda o‘ziga xos va har bir millat psixologiyasiga mos holda shakllantirishdir. Prezidentimiz ta’kidlaganlaridek, biz uchinchi renosnsni davrida yashayapmiz, bunday yangilanishi davrida inson ma’naviyati va ruhiyatida ro‘y berayotgan o‘zgarishlarning psixologik tabiatini chuqurroq anglash maqsadga muvofiq. Bugungi kunda o‘spirinlar ichida kasbga yo‘nalishda o‘ziga xos muammolar ham talaygina. Ba’zi bir o‘smirlar bilvosita kasb tanlasa, ba’zilar bevosita, ya’ni ko‘r-ko‘rona kasbga yo‘naladilar. Uchinchi bir toifadagi o‘spirinlar esa ruhiyatidagi muammolar sababli kasb tanlash borasida qiyinchiliklarga duch keladilar. Albatda ruhiyatga doir muammolarni bartaraf qilish uchun psixogigiyenani chuqurroq o‘rganishimiz zarur [ 7.11.b].

Psixogigiyena – odam ruhiy salomatligini saqlash va mustahkamlash haqidagi fandır. Kishi salomatligiga ijtimoiy foydali faoliyat va mehnatning ta’sirini o‘rganish psixogigiyenaning asosiy vazifalaridan biridir. Mehnat faoliyati to‘g‘ri tashkil etilganda

odamning butun qobiliyati to'raligicha yuzaga chiqadi, mehnat sog'liq va baxt garovi bo'lib qoladi. Mehnat rejimi noto'g'ri tashkil qilinganda, ortiqcha charchash nerv tizimining holdan toyishi, turli hil noqulay sharoitlar ta'siri ostida organizm chidamining pasayishi ro'y berishi mumkin. Mehnat va dam olishni bir meyorida olib borish esa muhim psixologik ahamiyat kasb etadi.

Bugungi kunda faoliyat ko'rsatayotgan amaliy psixologlarning vazifalari asosan 6 ta yo'nalish bilan belgilanadi, jumladan:

1. Psixologik xizmat ko'rsatish faoliyatini maktabni hozirga zamon psixologiya fani yutuqlari bilan ilmiy-uslubiyot bo'yicha ta'minlashga;

2. Insonning shaxsiy va intellektual (aqliy) jihatdan rivojlanishini diagnostika qilishga;

3. Ta'lim va tarbiyadagi psixologik nuqsonlarni aniqlashga;

4. Eng muhim mavjud kamchilik va buzilishlarning oldini olish (psixoprofiaktika)ga yo'naltirilgan bo'lishi;

5. Kasbga yo'naltirish;

6. Psixologik maslahatlar berish.

Psixoprofilaktikaning asosiy vazifalari bo'lib:

1. Har bir yosh bosqichida insonning shaxs sifatida shakllanishi aqlan barkamollikni ta'minlashning oqiloni shart-sharoitlarini yaratish.

2. Shaxs kamoloti va intellektual taraqqiyoti bo'sag'asida vujudga kelishi mumkin bo'lgan psixologik buzili shva nuqsonlarning o'z vaqtida oldini olish hisoblanadi [6.47.b].

Kasb tanlashdagi muammo va kamchiliklarni bartaraf etishimiz nihoytda zarur masalalardan biriga aylanib bormoqda. Prezidentimiz takror va takror ta'kidlayapdilarki, O'zbekistonda har bir yigit-qiz kafolatlangan ish bilan ta'minlanish huquqiga, shu jumladan, o'zlarining layoqatlariga, qobiliyatlariga, kasb-hunar malakalariga, bilimlariga muvofiq ravishda va jamiyat ehtiyojlarini hisobga olgan holda kasb, mashg'ulot va ish tanlash huquqiga egadirlar [1.77.b]. Kasb tanlash faqat shaxsiy emas, balki katta ijtimoiy ahamiyatga ega bo'lgan ish sifatida qaraladi. Shuning uchun ham kasb tanlanayotganda faqat kim bo'lib yetishish masalasi emas, balki qanday inson bo'lib yetishish masalasi

ham hal qilinadi. Jamiyatning globollashuv jarayonida bu masalalar bilan nafaqat pedagoglar, murabbiylar balki, psixologlar ham muntazam shug'ullanishlari lozim-ki, bunday masalalar hech qanday kechiktirib bo'lmaydigan masala ekanligini Psixologik faoliyat bilan shug'ullanayotgan psixologlar chuqur anglab yetganlar.

Psixologik faoliyat — jamiyatning rivojlanishiga salmoqli hissa qo'shuvchi, yoshlarni, o'spirinlarni katta hayotga qadam qo'yishlarida beminnat yordam beruvchi shaxs, ya'ni psixologning amalga oshiradigan faoliyat turi hisoblanib, o'sib kelayotgan yosh avlodga to'ri yo'nalish berish va kelajakda jamiyatda o'zining munosib o'rini topishga sidqidildan ko'maklashishdir. Psixologning psixologik ish uslubi, texnikasi va mahorati, bu o'quvchilarda mavjud shaxsiy fazilatlar, bilimlar, ko'nikma va malakalarni shakllantirishga qaratilgandir. Masalaning yana bir muhim jihati mavjud-ki, bu o'spirin o'quvchining kasbga yaroqliligini ham albatda hisobga olish zarurlidir.

Kasbga yaroqlilik - mazkur shaxsning ushbu kasb bo'yicha mehnat vazifalarini bajarishi uchun yaroqli yoki yaroqsizligini qayd qilishdangina iborat emas, albatta.

Kasbga yaroqlilikni boshqa jihatdan ham:

1.Odam o'zi tanlagan kasbga yaroqlimi yoki yo'qligi;

2.Hayot yo'lini tanlagan chog'da u nimalarga amal qilishi lozimligi;

3.Uni o'qitish masalasiga qanday qilib bir muncha oqilona yondashish, ya'ni unda kasbga yaroqlilikni qanday qilib maqsadga muvofiq tarzda shakllantirish, tarbiyalash va rivojlantirish mumkinligi jihatidan ham ko'rib chiqish kerak.

Boshqacha qilib aytganda, u yoki bu kasblarni egallashga harakat qilayotgan odamlarning tibbiy ko'rsatkichlari bilan bir qatorda ularda diqqat, tafakkur, psixomotorika va shu kabi psixik funksiyalarni rivojlantirish bilan bog'liq muayyanpsixologik kayfiyatni ham shakllantirish shaxs fazilatidir. Kasbga yaroqlilikni odamning kasbga nisbatan qo'yilgan talablarga mos bo'lgan tug'ma yoki hosil qilingan psixofiziologik xususiyatlari yig'indisi deb qarash yaramaydi. Faqat ba'zi kasblar (sozanda,xonanda, rassom va shu kabilar) uchun muayyan tabiiy qobiliyat talab qilinadi. Shu boisdan psixolog, mehnat o'qituvchisi va boshqalarning vazifasi o'quvchi kasb (mutaxassislik)ni yoki o'quv yurtini to'g'ri yoki noto'g'ri tanlaganini, tanlagan kasbi yoki o'quv yurti uning mayllari yoki qobiliyatlariga mos yoxud mos emasligini, kasbni yoki

o'quv yurtini tanlash vajlari, ota-onalarning, o'qituvchilarning va shu kabilarning fikri qanday ekanligini aniqlashdan iborat.

O'spirinlarning kasbga bo'lgan qiziqishlari va mayllari ana shunday ma'lumotlar asosida aniqlanadi. O'spirinlarning kasbga yo'naltirish ishini muvaffaqiyatli amalga oshirishda o'qituvchilar va sinf rahbarlari, ota-onalar kengashi, to'garaklarning rahbarlari bevosita ish olib boradilar. Maktabdan tashqari muassasalar, odatda, qiziqishlari va mayllari yetarli darajada namoyon bo'lgan o'spirinlarni birlashtiradi. Bunday o'spirinlarda ijodkorlik va tashabbus ruhi ustunlik qilishi va ruhiy jihatdan sog'lom va xotirjam bo'lishlari ham kasbiy faoliyatni bajarishda muayyan ijtimoiy ahamiyat kasb etadi.

#### Foydalangan adabiyotlar

1.Sh.M.Mirziyoyev “Yangi O'zbekiston strategiyasi”.Toshkent. “O'zbekiston” nashriyoti. 2021. 464 b

2.M.G.Davletshin “Umumiy psixologiya”. T. ToshDPU.2002.(o'quv qo'llanma).

3. V.M.Karimova “Ijtimoiy psixologiya va ijtimoiy amaliyot”. T. 1999.