PSIXOLOGIK KONSULTATSIYADA SHAXS TIPOLOGIYASINI TADQIQ ETISHNING O‘ZIGA XOS XUSUSIYATLARI

Aniq va Ijtimoiy Fanlar Universiteti

Magistratura 2-kurs talabasi

Karimqulova Shaxnoza Komil qizi

Annotatsiya: Ushbu maqolada psixologik konsultatsiya jarayonida shaxs tipologiyasini tadqiq etishning nazariy va amaliy jihatlari yoritilgan. Muallif shaxs tipologiyasini nafaqat diagnostika vositasi, balki individual yordam strategiyalarini ishlab chiqishning asosi sifatida tahlil qiladi. Maqolada shaxsning dinamik tuzilishi, klassik va zamonaviy tipologik modellar (psixoanaliz, gumanistik yondashuv, temperament nazariyalari) integratsiyasi hamda ijtimoiy-madaniy muhitning mijoz shaxsiga ta’siri masalalari ko‘rib chiqilgan. Xususan, diagnostika va terapiya o‘rtasidagi bog‘liqlik hamda mijozning ichki resurslarini faollashtirishda individual yondashuvning ahamiyati asoslab berilgan.

Kalit so‘zlar: psixologik konsultatsiya, shaxs tipologiyasi, individual yondashuv, dinamik tahlil, temperament, introvert, ekstrovert, terapevtik strategiya, diagnostika.

Psixologik konsultatsiyada shaxs tipologiyasini tadqiq etishning o‘ziga xos xususiyatlari muhim ahamiyatga ega bo‘lib, bu jarayon mijozning ichki psixologik resurslarini aniqlash va unga mos individual yordam strategiyalarini ishlab chiqish imkonini beradi. Zamonaviy psixologik amaliyotda shaxs tipologiyasi nafaqat diagnostik vosita sifatida, balki terapevtik jarayonni samarali tashkil etishning asosiy kaliti sifatida qaraladi. Ushbu yondashuv mijozning psixologik tuzilishini chuqur tushunishga asoslanib, uning dunyoqarashi, xulq-atvori va hissiy holatini kompleks tarzda o‘rganishni ta’minlaydi. Natijada, konsultant nafaqat muammoning sabablarini aniqlaydi, balki mijozning o‘z salohiyatini ro‘yobga chiqarishiga yordam beradigan shaxsiy rivojlanish yo‘llarini belgilaydi. Bu jarayonning o‘ziga xosligi individualizatsiya, dinamik tahlil va nazariy modellarning integratsiyasida namoyon

bo‘ladi, bu esa psixologik yordamni samarali va uzoq muddatli natijalarga olib keladi Psixologik konsultatsiyaning asosiy printsipi individual yondashuv (individuallik) hisoblanadi, chunki har bir shaxs o‘ziga xos psixologik tuzilishga ega bo‘lib, umumiy tipologik qoliplarga mos ravishda o‘rganiladi, lekin uning takrorlanmas individual xislatlari ham e’tiborga olinadi. Masalan, mijozning dunyoqarashi va xulq-atvori introvert yoki ekstrovert tipga yaqin bo‘lishi mumkin, ammo bu umumiy ramka ichida uning shaxsiy tajribasi, qadriyatlar tizimi va hissiy sezgirligi alohida hisobga olinadi. Konsultant tipologiyani aniqlash orqali mijozning kuchli va zaif tomonlarini ko‘rsatib, ichki resurslarni faollashtirishga yo‘naltirilgan strategiyalarni tanlaydi. Bu yondashuv mijozni passiv ob’ekt sifatida emas, balki faol ishtirokchi sifatida ko‘rishga imkon beradi, natijada u o‘z muammolarini hal qilishda mas'uliyatni o‘z zimmasiga oladi. Shunday qilib, individual yondashuv psixologik konsultatsiyani standartlashtirilgan usullardan farqlab, har bir holatga moslashtirilgan yechimlarni ta’minlaydi Shaxs tipologiyasini tadqiq etishning yana bir o‘ziga xos xususiyati dinamik tuzilishni tushunishdir, ya’ni shaxs xususiyatlari qat’iy va o‘zgarmas tamga emas, balki vaziyatga qarab o‘zgaruvchan va nisbatan barqaror tizim sifatida o‘rganiladi. Masalan, mijoz ish joyida jiddiy va mas'uliyatli ko‘rinishi mumkin bo‘lsa, oilaviy muhitda hazilkash va ochiq tabiatda bo‘ladi; bu holatda konsultant shaxs tipini statik kategoriyaga solmay, uning kontekstual moslashuvchanligini baholaydi. Bunday dinamik yondashuv psixologik jarayonlarni real hayot sharoitlariga yaqinlashtirib, terapiya natijalarini mustahkamlaydi. Konsultatsiya davomida mijozning xulq-atvori kuzatilishi, testlar va suhbatlar orqali tipologik xususiyatlarning o‘zgarishi monitoring qilinadi, bu esa yordam strategiyasini vaqt o‘tishi bilan qayta ko‘rib chiqishga imkon beradi. Natijada, dinamik tahlil mijozning psixologik barqarorligini oshirishga xizmat qiladi va uzoq muddatli ijobiy o‘zgarishlarni ta’minlaydi.

Amaliyotda shaxsiyatni tahlil qilish uchun klassik va zamonaviy nazariy modellardan foydalanish muhim o‘rin tutadi, bu jarayonni ilmiy asosga ega qiladi. Psixoanalitik yondashuv introvert va ekstrovert tiplarni ajratish hamda ongsiz

jarayonlarni tahlil qilishga qaratilgan bo‘lib, mijozning ichki konfliktlarini ochib beradi. Gumanistik psixologiya (A. Maslou va K. Rodjers) esa mijozning o‘zini o‘zi anglash va rivojlanish darajasini belgilash orqali uning salohiyatini ro‘yobga chiqarishga yordam beradi, bu yerda tipologiya mijozning ehtiyojlar ierarxiyasiga asoslanadi. Konstitutsional tipologiyalar, masalan, temperament nazariyasi (sangvinik, xolerik, flegmatik, melanxolik tiplar) xarakter xususiyatlarining biologik asosini hisobga olib, ularning irsiy va ekologik omillarni o‘rganadi. Ushbu modellar integratsiyasi konsultantga shaxsni ko‘p qirrali tahlil qilish imkonini beradi, masalan, ekstrovert mijoz uchun guruhli mashg‘ulotlar, introvert uchun esa individual suhbatlar samaraliroq bo‘ladi.

Diagnostika va terapiya o‘rtasidagi bog‘liqlik tipologiyani tadqiq etishning strategik ahamiyatini ta’kidlaydi, chunki u nafaqat tashxis qo‘yish, balki terapevtik uslubni tanlash uchun xizmat qiladi. Masalan, tushkunlikka moyil (melanxolik) mijoz bilan ishlashda ko‘proq emotsional qo‘llab-quvvatlash va motivatsion texnikalar qo‘llaniladi, faol va impulsiv (xolerik) mijoz uchun esa kognitiv topshiriqlar va xulqni boshqarish usullari samaraliroq natija beradi. Bu moslashuv mijozning ichki resurslarini maksimal darajada ishga solishga yordam beradi va terapiya muddatini qisqartiradi. Bundan tashqari, diagnostik vositalar (shaxsiyat testlari, proyektiv metodlar) tipologik xususiyatlarni miqdoriy va sifatli baholashni ta’minlab, terapevtik reja ishlab chiqishni ilmiy asoslaydi Shaxs tipologiyasini tadqiq etishda ijtimoiy-madaniy muhit ta’siri ham katta rol o‘ynaydi, chunki shaxs xususiyatlari faqat irsiyatga emas, balki ijtimoiy-iqtisodiy sharoitlar, tarbiya va madaniy kontekstga bog‘liq holda shakllanadi. Konsultant mijozning ijtimoiy rollari (oilaviy, professional, jamoaviy) uning tipologik xususiyatlariga qanday ta’sir qilganini tahlil qiladi, masalan, kollektivist madaniyatda o‘sgan shaxs ekstrovert xislatlarni ko‘proq namoyon etishi mumkin. Bu omil individual strategiyani madaniy sezgirlik bilan boyitadi va psixologik yordamni universal emas, balki lokal sharoitlarga moslashtiradi. O‘zbekiston kabi post-sovet madaniyatda oilaviy qadriyatlar va ijtimoiy bosim shaxs tipologiyasiga kuchli ta’sir ko‘rsatadi, shuning

uchun konsultant bu omillarni hisobga olib, mijozning ichki resurslarini ijtimoiy muhit bilan uyg‘unlashtiradi.

Xulosa qilib aytganda, psixologik konsultatsiyada shaxs tipologiyasini tadqiq etishning o‘ziga xos xususiyatlari individual yondashuv, dinamik tahlil, nazariy modellardan foydalanish, diagnostika-terapiya bog‘liqligi va ijtimoiy-madaniy ta’sirni kompleks hisobga olishda namoyon bo‘ladi. Bu yondashuv mijozning ichki salohiyatini ochib, samarali individual strategiyalarni ishlab chiqishga asos yaratadi va psixologik yordam sifatini oshiradi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Abramova G.S. Prakticheskaya psixologiya: Ucheb. Dlya stud.vuzov. – M., 2001.

2. Bondarenko A. F. Psixologicheskaya pomoщ: teoriya i praktika. – M., 2000.

3. Umumiy psixologiya: O’quvqo’llanma / N.Sh. Umarova, D.N. Arzikulov; Mas’ul muharrir O.E. Hayitov; O’zbekiston Respublikasi Oliy va o’rta maxsus ta’lim vazirligi. – T.: “Fan va texnologiya”, 2018.

4. Freud, S. (1900). The Interpretation of Dreams. Standard Edition, Vol. 4-5. Hogarth Press

5. Freud, S. (1933). New Introductory Lectures on Psycho-Analysis. Standard Edition, Vol. 22. Hogarth Press.