MAKTABDA PSIXOLOGIK XIZMATNI TASHKIL ETISHNING SAMARALI YO‘LLARI

Sotiboldiyeva Ozoda Qurolboyevna

Xorazm viloyati Gurlan tuman 19-umumiy o'rta ta'lim maktabi psixologi

Annotatsiya: Mazkur maqolada umumta’lim maktablarida psixologik xizmatni samarali tashkil etishning muhim jihatlari yoritilgan. O‘quvchilarning ruhiy salomatligini mustahkamlash, ularning psixologik muammolarini o‘z vaqtida aniqlash hamda ijtimoiy-psixologik moslashuvini ta’minlashda psixologik xizmatning o‘rni tahlil qilingan. Shuningdek, maktab psixologining faoliyati, psixodiagnostika, psixoprofilaktika, psixokorreksiya, psixologik maslahat va treninglarning samaradorligi haqida fikr yuritilgan. Maqolada o‘quvchi, ota-ona va pedagoglar hamkorligi asosida sog‘lom psixologik muhit yaratishning ahamiyati ham yoritilgan.

Kalit so‘zlar: psixologik xizmat, maktab psixologi, psixodiagnostika, psixoprofilaktika, psixokorreksiya, psixologik maslahat, trening, ruhiy salomatlik, o‘quvchi shaxsi, psixologik muhit, pedagogik hamkorlik, emotsional barqarorlik.

Kirish

Bugungi kunda ta’lim tizimini takomillashtirish jarayonida o‘quvchilarning nafaqat bilim darajasini oshirish, balki ularning ruhiy salomatligini ta’minlash, shaxs sifatida har tomonlama rivojlanishiga ko‘maklashish ham muhim vazifalardan biri hisoblanadi. Jamiyatda yuz berayotgan tezkor ijtimoiy, iqtisodiy va texnologik o‘zgarishlar bolalar va o‘smirlarning psixologik holatiga sezilarli darajada ta’sir ko‘rsatmoqda. Shu sababli umumta’lim maktablarida psixologik xizmatni samarali tashkil etish bugungi kunning dolzarb masalalaridan biri sifatida qaralmoqda. Maktab psixologik xizmati o‘quvchilarning psixologik rivojlanishini

qo‘llab-quvvatlash, ularning individual xususiyatlarini o‘rganish, mavjud muammolarni o‘z vaqtida aniqlash va bartaraf etishga qaratilgan muhim faoliyat hisoblanadi. Psixologik xizmatning asosiy maqsadi o‘quvchilar uchun sog‘lom psixologik muhit yaratish, ularning ruhiy barqarorligini mustahkamlash hamda ta’lim jarayoniga muvaffaqiyatli moslashuvini ta’minlashdan iboratdir. Ayniqsa, bolalar va o‘smirlar orasida stress, xavotir, agressivlik, o‘ziga ishonchsizlik, muloqotdagi qiyinchiliklar va internetga qaramlik kabi muammolarning ortib borayotgani maktab psixologlari faoliyatining ahamiyatini yanada oshirmoqda.

Psixologik xizmat maktabdagi ta’lim-tarbiya jarayonining ajralmas qismi bo‘lib, u o‘quvchilar, o‘qituvchilar va ota-onalar bilan uzviy hamkorlik asosida olib boriladi. Maktab psixologi o‘quvchilarning yosh va individual xususiyatlarini hisobga olib, ularga psixologik yordam ko‘rsatadi, turli muammoli vaziyatlarda maslahat beradi hamda psixologik profilaktika ishlarini amalga oshiradi. Shu bilan birga, psixolog ta’lim muassasasida sog‘lom ijtimoiy-psixologik muhitni shakllantirishda ham muhim rol o‘ynaydi. Bugungi kunda maktablarda psixologik xizmatni tashkil etishda zamonaviy yondashuv va innovatsion metodlardan foydalanishga alohida e’tibor qaratilmoqda. Psixodiagnostika, psixokorreksiya, treninglar, relaksatsion mashg‘ulotlar, art-terapiya, motivatsion dasturlar hamda axborot-kommunikatsiya texnologiyalaridan foydalanish psixologik xizmat samaradorligini oshirishga xizmat qilmoqda. Ayniqsa, o‘quvchilarning qiziqishi va ehtiyojlariga mos psixologik yordam ko‘rsatish ularning ta’limdagi muvaffaqiyatini oshirish bilan bir qatorda, shaxsiy rivojlanishiga ham ijobiy ta’sir ko‘rsatadi. Maktabda psixologik xizmatni samarali tashkil etishda ota-onalar va pedagoglarning hamkorligi alohida ahamiyatga ega. Chunki bolaning ruhiy holati faqat maktab bilan emas, balki oiladagi muhit bilan ham chambarchas bog‘liqdir. Ota-onalar bilan olib boriladigan psixologik suhbatlar, seminarlar va maslahatlar orqali bolalarning individual xususiyatlarini chuqurroq o‘rganish hamda muammolarni birgalikda hal qilish imkoniyati yaratiladi. Shuningdek, psixologik

xizmatning samaradorligi maktab psixologining kasbiy mahorati, bilim va tajribasi bilan ham bog‘liqdir. Zamonaviy psixolog doimiy ravishda o‘z ustida ishlashi, yangi metod va texnologiyalarni o‘rganishi hamda amaliyotda qo‘llashi zarur. Chunki zamonaviy ta’lim muhiti psixologdan nafaqat nazariy bilim, balki amaliy ko‘nikma va ijodkorlikni ham talab qiladi.

Asosiy qism

Maktabda psixologik xizmatni samarali tashkil etish o‘quvchilarning ruhiy salomatligini ta’minlash, ularning shaxs sifatida barkamol rivojlanishiga ko‘maklashish hamda ta’lim-tarbiya jarayonining samaradorligini oshirishda muhim ahamiyat kasb etadi. Psixologik xizmat o‘quvchilarning yosh va individual xususiyatlarini hisobga olgan holda tashkil etilishi zarur. Chunki har bir o‘quvchi o‘zining psixologik holati, qiziqishi, ehtiyoji va xarakteriga ko‘ra boshqalardan farq qiladi. Shu sababli psixologik xizmatning samaradorligi individual yondashuv asosida olib borilgan faoliyatga bog‘liqdir. Maktab psixologik xizmatining asosiy yo‘nalishlaridan biri psixodiagnostika hisoblanadi. Psixodiagnostika orqali o‘quvchilarning psixologik holati, qobiliyati, qiziqishi, emotsional holati va shaxsiy xususiyatlari o‘rganiladi. Turli psixologik testlar, so‘rovnomalar, kuzatish va suhbat metodlari yordamida o‘quvchilardagi muammolar o‘z vaqtida aniqlanadi. Bu esa ularga individual psixologik yordam ko‘rsatish imkonini yaratadi. Masalan, ayrim o‘quvchilarda o‘ziga ishonchsizlik, xavotir yoki muloqotdagi qiyinchiliklar kuzatilsa, psixolog bunday holatlarni maxsus metodlar orqali bartaraf etishga harakat qiladi.

Psixologik xizmatning muhim yo‘nalishlaridan yana biri psixoprofilaktika hisoblanadi. Psixoprofilaktika o‘quvchilarda turli salbiy holatlar va psixologik muammolarning oldini olishga qaratilgan faoliyatdir. Bugungi kunda o‘quvchilar orasida stress, agressiv xulq-atvor, internetga qaramlik, konfliktli holatlar va emotsional zo‘riqish kabi muammolar ko‘p uchramoqda. Shu sababli maktab

psixologi muntazam ravishda profilaktik suhbatlar, treninglar va ma’naviy-ma’rifiy tadbirlar tashkil etishi zarur. Bunday tadbirlar o‘quvchilarda sog‘lom turmush tarzi, ijobiy fikrlash va emotsional barqarorlikni shakllantirishga yordam beradi. Psixokorreksion ishlar ham psixologik xizmatning ajralmas qismi hisoblanadi. Psixokorreksiya orqali o‘quvchilarning xulq-atvori, emotsional holati va shaxsiy rivojlanishidagi muammolar bartaraf etiladi. Masalan, agressivlik, tortinchoqlik, qo‘rquv yoki muloqotdagi qiyinchiliklarga ega bo‘lgan o‘quvchilar bilan individual yoki guruh shaklida mashg‘ulotlar olib boriladi. Art-terapiya, relaksatsiya mashqlari, rolli o‘yinlar va psixologik treninglar bunday ishlarda samarali metodlar hisoblanadi. Maktab psixologining maslahat berish faoliyati ham katta ahamiyatga ega. Psixolog nafaqat o‘quvchilar, balki ota-onalar va pedagoglarga ham psixologik maslahatlar beradi. Ayrim hollarda ota-onalar farzandining psixologik xususiyatlarini yetarlicha tushunmasligi yoki noto‘g‘ri tarbiya usullarini qo‘llashi mumkin. Bunday vaziyatlarda psixolog ota-onalarga pedagogik-psixologik tavsiyalar berib, oiladagi sog‘lom psixologik muhitni shakllantirishga yordam beradi. O‘qituvchilar bilan hamkorlik qilish orqali esa o‘quvchilarga individual yondashuvni tashkil etish imkoniyati yaratiladi. Zamonaviy psixologik xizmatni tashkil etishda innovatsion texnologiyalar va interaktiv metodlardan foydalanish muhim o‘rin tutadi. Axborot-kommunikatsiya texnologiyalari yordamida onlayn so‘rovnomalar, psixologik treninglar, motivatsion videolar va elektron platformalardan foydalanish mumkin. Bu esa o‘quvchilarning psixologik xizmatga bo‘lgan qiziqishini oshiradi va faol ishtirok etishiga yordam beradi. Ayniqsa, raqamli texnologiyalar orqali o‘quvchilarning psixologik holatini monitoring qilish va tezkor yordam ko‘rsatish imkoniyati kengaymoqda. Maktabda sog‘lom psixologik muhit yaratish psixologik xizmat samaradorligining asosiy omillaridan biridir. O‘quvchilar o‘zlarini xavfsiz, erkin va qo‘llab-quvvatlangan his qiladigan muhitda bilim olishga intiladi. Shu sababli maktabda o‘zaro hurmat, ishonch va hamkorlikka asoslangan muhitni shakllantirish muhimdir. Psixolog bu jarayonda mediator va maslahatchi sifatida

faoliyat yuritadi. Bundan tashqari, maktab psixologi o‘quvchilarning kasb tanlashi, ijtimoiy moslashuvi va kelajak rejalari bilan bog‘liq masalalarda ham faol yordam ko‘rsatadi. Turli treninglar va kasbga yo‘naltirish ishlari orqali o‘quvchilarning qiziqishi va qobiliyatlari rivojlantiriladi. Bu esa yoshlarning kelajakda o‘z o‘rnini topishiga va jamiyatga foydali shaxs bo‘lib yetishishiga xizmat qiladi.

Xulosa

Xulosa qilib aytganda, maktabda psixologik xizmatni samarali tashkil etish o‘quvchilarning ruhiy salomatligini ta’minlash, ularning shaxsiy rivojlanishini qo‘llab-quvvatlash hamda ta’lim-tarbiya jarayonining sifatini oshirishda muhim ahamiyat kasb etadi. Psixologik xizmat o‘quvchilarning individual xususiyatlarini o‘rganish, mavjud muammolarni o‘z vaqtida aniqlash va ularga psixologik yordam ko‘rsatish orqali sog‘lom psixologik muhit yaratishga xizmat qiladi. Psixodiagnostika, psixoprofilaktika, psixokorreksiya, psixologik maslahat va treninglar psixologik xizmatning asosiy yo‘nalishlari bo‘lib, ular o‘quvchilarning emotsional barqarorligini mustahkamlash va ijtimoiy moslashuvini yaxshilashda samarali vosita hisoblanadi. Ayniqsa, zamonaviy innovatsion texnologiyalar va interaktiv metodlardan foydalanish psixologik xizmat samaradorligini yanada oshiradi. Shuningdek, ota-onalar, pedagoglar va psixologning o‘zaro hamkorligi o‘quvchilar bilan ishlash jarayonida muhim omil bo‘lib xizmat qiladi. Bunday hamkorlik orqali o‘quvchilarning muammolarini chuqurroq o‘rganish, ularga individual yondashish va psixologik qo‘llab-quvvatlash imkoniyati yaratiladi. Demak, maktablarda psixologik xizmatni zamon talablari asosida tashkil etish, psixologlarning kasbiy mahoratini oshirish hamda innovatsion metodlarni amaliyotga keng joriy etish orqali o‘quvchilarning ruhiy salomatligini mustahkamlash va barkamol avlodni tarbiyalashga erishish mumkin. Natijada ta’lim muassasalarida sog‘lom psixologik muhit shakllanib, o‘quvchilarning bilim olishga bo‘lgan qiziqishi va faolligi yanada ortadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati

1. Yo‘ldoshev J.G‘. **Ta’lim menejmenti va boshqaruv asoslari**. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2017..
2. G‘oziev E.G. “Umumiy psixologiya”. – Toshkent: O‘qituvchi, 2008.
3. Davletshin M.G. “Yosh davrlari va pedagogik psixologiya”. – Toshkent: O‘qituvchi, 2005.
4. Rasulov A. “Maktab psixologiyasi asoslari”. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2016.
5. Ziyonet axborot-ta’lim portali materiallari: www.ziyonet.uz
6. UNESCO. “School Violence and Bullying: Global Status Report”. – Paris, 2019.
7. UNICEF. “Ending Violence in Schools: A Guide for Teachers and Psychologists”. – New York, 2018.
8. To‘xtaboyeva M. Psixologik maslahat va profilaktika ishlari. – Toshkent: Innovatsiya, 2021.