

**ТАЪЛИМ ТИЗИМИДА ПСИХОЛОГИК ЁРДАМ КЎРСАТИШНИ
ДОЛЗАРБЛАШУВИ****АКТУАЛИЗАЦИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ В
СИСТЕМЕ ОБРАЗОВАНИЯ****ACTUALIZATION OF PSYCHOLOGICAL SUPPORT IN THE
EDUCATIONAL SYSTEM**

Садриддинов С.Р. Амалиётчи психолог, тадқиқотчи
Садриддинов С.Р. Практический психолог, исследователь
Sadriddinov S.R. Practicing psychologist, researcher

Калит сўзлар: психологик ёрдам, ўқувчи, жамоа, ота-оналар, психологик маслаҳат, англаш, анланганлик, “Мен”, муносабат, психологик нуқсон, психологик йўриқ, объект, психологик таълимот, ҳамкорлик, қониқиш.

Аннотация: психологик ёрдам кўрсатишда парадигмавий модел мавжуд эмас. Ҳар бир этнос ўз психологиясига эга бўлганлиги сабабли, ўзига хосликни инobatга олган ҳолда ёндашишни талаб этади. Кўп этносли жамоаларда психологик структурани инobatга олган ҳолда психологик иш олиб бориш самарали ҳисобланади. Мақолада “ўқувчи шахси – психологик ҳолат – ижтимоий организм” шу хусусиятларни инobatга олган ҳолда психологик ёрдам кўрсатиш мақсади ва жараёни кўрсатиб ўтилган.

Ключевые слова: психологическая помощь, ученик, коллектив, родители, психологическое консультирование, осознание, осознанность, «Я», установка, психологический дефект, психологическое руководство, объект, психологическое обучение, сотрудничество, удовлетворенность.

Аннотация: парадигматической модели оказания психологической помощи не существует. Поскольку каждая этническая группа имеет свою психологию, она требует подхода, учитывающего ее уникальность. Психологическую работу эффективно проводить с учетом психологической структуры в полиэтнических сообществах. В статье показаны цель и процесс оказания психологической поддержки с учетом особенностей «личность студента – психологическое состояние – социальный организм».

Key words: psychological help, student of the school, team, parents, psychological counseling, awareness, awareness, "I", attitude, psychological defect, psychological guidance, object, psychological teaching, cooperation, satisfaction.

Abstract: there is no paradigmatic model in the provision of psychological care. Since each ethnic group has its own psychology, it requires an approach that takes

into account the uniqueness. It is effective to conduct psychological work taking into account the psychological structure in multi-ethnic communities. The article shows the purpose and process of providing psychological support, taking into account these features " student of the school personality - psychological state - social organism".

Таълим тизимида психологик ёрдам (psychological help) кўрсатиш мавзуси ўқувчилар шахсида кузатилган психологик нуқсонлардан халос бўлиш, инсоний сифатларни шакллантириш жиҳатидан юқори ижтимоий-маданий аҳамиятдорлик касб этади. Психологик ёрдам кўрсатиш назария ва амалиёт тарзида мақсад ҳамда функциялари жиҳатидан бошқа тур психологик назария ва амалиётдан ажралиб туради. Мактаб шароитида психологик ёрдам кўрсатиш амалиётида уларни ёши, жинси, миллий мансублиги, ижтимоий-демографик кўрсаткичлари, таълим олган мактаби, тарбия топган оиласи, ўсган маҳалласи каби ижтимоий-психологик омиллар уларнинг ҳаёт стратегиясини белгилашда алоҳида таъсир кўрсатади. К.М.Оллвуд ва Ж.У.Берри буни “маҳаллий аҳолининг психологиясини шаклланиши ва ривожланиши” деб эътироф этадилар¹. Аҳоли психологиясининг таркибида “Мен”и барча кўринишида ўзини намоён этиш, шаддодлик ёки босиқликни кўрсатиш жиҳатлари билан ёрдам кўрсатиш усулини белгилашда муҳим ҳисобланади. Бу ўринда темперамент белгилари бўйича ўқувчининг ўз “Мен”ини англаганлиги:

ўтмишдаги “Мен”и (психологик ёрдам олгунча, яъни ўтмишдаги “Мен”);
долзарбланишган “Мен”и (психологик ёрдам олиш давридаги, яъни ҳозирги “Мен”);

истикболдаги “Мен”и (психологик ёрдам олгандан кейинги, яъни келажакдаги “Мен”);

яқинларим (ота-онам, дўстларим) орзусидаги “Мен”и (психологик нуқсондан холи бўлган, яъни яқинларим фахраланадиган “Мен”) кўринишидаги муносабатлар тарзи амалий-психологик ёрдам кўрсатишда “Ўқувчи шахси – Реал ижтимоий дунё – Амалий психологик ёрдам кўрсатиш жараёни – Амалий психологик ёрдамдан кутиладиган натижа (кутув) – Психокоррекциявий фаолият самарадорлиги” тарзидаги муносабат мазмундорлигини таъминлаш учун муҳим саналади.

Ўқувчи томонидан “Мен”ни англаганлиги турли ҳаётий вазиятларда ўзини кўрсатишни назорат қила билиш, диққатини вужудга келган вазиятга йўналтиришни билдиради. Бу ўринда диққатли бўлиш (cognitive attention) ва англаганлик (mindfulness)ни ажрата олиш психолог учун ресурсларни

¹ Allwood C.M., Berry J.W. Origins and development of indigenous psychologies: An international analysis // International Journal of Psychology. 2006, № 41. –Pp. 243–268.

(психологик билим, кўлланиладиган метод ва воситаларни) мақсадли йўналтиришни таъминлайди. Англинганлик, амалий психологик ёрдам олиш субъекти сифатида борлиқни идрок этиш давомида ўзининг диққатини назоратга олиб, шошилиш ижтимоий баҳо беришдан тийишни таъминлайди. Шарқ психологиясида англинганлик деб, маънавий анъаналарга асосланган ҳаракатларни амалга ошириш давомида вужудга келадиган алоҳида ҳолат тушунилади. “Ўзида англинганликни ривожлантириб, у (Инсон - муаллифлар) ўз гојларининг асосида ҳаракатни амалга ошириш ёки амалга оширмасликни ҳал қила олади²”. Англинганлик, “психологик билишни билиш” саналиб, инсонни ички дунёси ва атрофида қандай жараёнлар кетаётганлигини ифодалайди. Агарда, ўқувчи амалий-психологик ёрдам олиш давомида ўзининг “Мен”ини англаса психокоррекциявий таъсир кўрсатиш самарадорлиги ошади. Англаш, нейтрал ва диний бўлмаган мазмунда, жисмоний, маънавий ва психологик соғлиққа фойда келтиради. Араб тилида психология “илми нафс”, яъни инсон жасаддан, рух ва нафасдан иборатлигини ўрганувчи фан эканлигига эътибор қаратсак, “ўқувчи шахси – психологик ҳолат – ижтимоий организми” мажмуасини англаш мураккаб психологик жараён саналади. Бу ўринда, Грузиялик олим, психология профессори Н.И.Сарджвеладзени инсонни буюмларга, бошқа бир инсонга ва инсонни ўзига бўлган муносабат тузилиши классификацияси амалий-психологик ёрдам кўрсатиш амалиётида психолог учун услубий кўрсатма мазмунини ифода этади. Инсонни:

буюмларга бўлган “субъект-объект”ли муносабати;
инсонларга бўлган “субъект-объект”ли муносабати;
ўзига бўлган “субъект-объект”ли муносабати;
буюмларга бўлган “субъект-субъект”ли муносабати;
инсонларга бўлган “субъект-субъект”ли муносабати;
ўзига бўлган “субъект-субъект”ли муносабати³.

Психологик амалиёт давомида муносабатлар шакли ва мазмуни мутахассис учун ўқувчини қадриятли жабҳаларини аниқлаш имконини бериб, **когнитив, эмоционал ва конатив таркибларни** белгилаш учун хизмат қилади.

Когнитив таркиб, инсонни буюмларга, бошқа бир инсонга ва инсонни ўзига бўлган муносабатининг аҳамиятдорлигига, кераклилигига, маданий ва маънавий эҳтиёжларини қондириш учун шарт ёки шарт эмаслигини таъминлашга қаратилган. Субъект-Объектли муносабатда билиш фаоллиги субъектни объектга нисбатан устун туришида ифодаланади. Восита ва имкониятлар эса, ташқи-вазиятли ва ичкипсихологик кабиларга ажратилиб,

² <https://quran-sunna.ru/put-k-osoznannosti/>

³ Сарджвеладзе Н.И. Личность и ее взаимодействие с социальной средой. - Тбилиси: Мецниереба, 1989. – С.56. - http://lib.ysu.am/open_books/236530.pdf

валентлик муносабатининг когнитив жиҳатини таъминлайди. Шу тариқа, инсонни буюмларга, бошқа бир инсонга ва инсонни ўзига бўлган муносабатининг аҳамияти-қадри белгиланади.

Эмоционал таркиб, реал ёки потенциал қониққанликни таъминлаб, қайғуриш, ҳамдард ва маслақдош бўлиш, завқланиш – завқланмаслик, қабул қилиш – инкор этиш, эътироф этиш – эътироф этмаслик, ҳамдард бўлиш-ҳамдард бўлмаслик кўринишида намоён бўлади. Инсонни буюмларга, бошқа бир инсонга ва инсонни ўзига бўлган муносабати эмоционал жиҳатдан жалб этувчи ёки эмоционал жиҳатдан жалб этаолмаслиги мумкин. Бунда, субстанционаллиги асосида ижобий эмоционал қайғуриш терминал қадриятлар билан назорат қилинади. Терминал қадриятларга инсон характерининг барча сифатлари (жавобгарлик, жасурлик, талант, мантиқийлик, юмшоқлик, кечираолишлик кабилар) унинг ҳаёт ва фаолиятини таъминлашда муҳим саналади.

Конатив таркиб, инсонни буюмларга, бошқа бир инсонга ва инсонни ўзига бўлган муносабатига истеъмомчи, манипулятор, амалий мақсадга етувчи тарзида хулқ-атвор намунасини кўрсатишни таъминлайди.

Амалий психологик фаолиятда мижоз, бизнинг мисолимизда ўқувчи юқорида кўрсатилган “Мен”ларни иккитасига урғу бериши мумкин. Психотерапевтик амалиётда Н.И.Сарджвеладзе “ўтмишдаги “Мен”” ва “долзарбланишган “Мен””ни марказлашуви кузатилишини кўрсатиб ўтган⁴. Агарда, психологик ёрдам олиш амалиёти субъект (мижоз) томонидан анланган тарзда ёрдам олишган бўлса, Н.И.Сарджвеладзенинг кўрсатмалари ўринли ҳисобланади. Ўқувчиларни этномаданий мансублиги ва ижтимоий муносабатлар динамикасини таъминлашда ижтимоий фикрни (синф жамоасининг, ўқитувчиларнинг, ота-оналарнинг фикри) таъсирини инобатга олсак, амалий-психологик ёрдам олиш (кўрсатиш) ўқувчининг яқинларини кўрсатмаси ёки йўриғи асосида кечадики, бу этнопсихологик хусусиятни ифодаланиши саналаниб, С.Н.Савинков психологларни тайёрлашда бу масалага алоҳида тўхталиб ўтмаган⁵. Бизнинг таълим муассасаларимизнинг ўқувчилар жамоаси турли этнос вакилларида иборатлигини инобатга олсак, “аҳолининг психологияси” (К.М.Оллвуд ва Ж.У.Берри) бўйича таълим муассасасида ўқитувчи-устозлар ёки ўқувчилар жамоасининг йўриғи бўйича психологик ёрдам олишни тақозо этади. Тошкент шаҳар, Мирзо Улуғбек туманидаги 27-мактабда 2023 йилнинг сентябрь ойидан то декабрь ойигача 80 дан ортиқ

⁴ Сарджвеладзе Н.И. Личность и ее взаимодействие с социальной средой. - Тбилиси: Мецниереба, 1989. – С.59. - http://lib.ysu.am/open_books/236530.pdf

⁵ Савинков С. Н. Психологическая служба в образовании: учебное пособие для вузов. -Москва: Издательство Юрайт, 2023. - 169 с.

Ўқувчилар ўзлари психологга мурожаат қилган бўлсалар, 25 нафар ўқитувчи аниқ ўқувчига амалий-психологик ёрдам кўрсатиш юзасидан психологга мурожаат қилган. Ўқувчиларнинг ота-онаси ва бошқа яқинлари томонидан мурожаат қилганлар 15 нафарни ташкил этди. Бу ҳолат, жамиятда психологик маданиятни шакллانганлик даражаси ва амалий-психологик ёрдам кўрсатиш амалиётида мутахассиснинг компетентцияларга эга эканлигига боғлиқдир. Агарда, мурожаат мавзусига назар солсак, бунда:

ўқиш фаолияти юзасидан;

тенгқурлари билан муносабатлар юзасидан;

оғишли (чекиш ва бошқалар) хулқ-атвор юзасидан;

ота-оналар билан салбий муносабатлари юзасидан мурожаат қилиш кузатилади.

Биринчи қабулда, психологик ёрдам олувчи (ўқувчи) психолог билан мулоқотга киришиши қийин кечиб, психодиагностик суҳбат давомида:

кундалик ижтимоий ҳаёт давомида муаммоларни тез-тез ёки баъзан ифодаланиши;

ёрдам олувчининг ҳаёти давомида аниқ муаммо безовта қилиб келинаётганлиги аниқланади.

Ўқувчини ўзига, атрофдагиларга, буюмларга ва ҳодисаларга бўлган муносабатлари ўзгариб борилаётганлигини инобатга олсак, психологик ёрдам кўрсатиш соҳавийлашиб (тармоқлашиб) борилаётганлигини кузатиш мумкин. Чунки, “функционаллиги (вазифадорлиги) жиҳатидан психологик ёрдам кўрсатиш психологик маслаҳат, психодиагностика, психокоррекция, психологик кузатув, психотерапиядан иборат бўлсада, амалиётда психологик ёрдам олувчининг ёши, ҳаётий тажрибага эгаллиги, қайси вазиятда психологик муаммони ифодаланиши ва психологик соғлигининг жорий ҳолати каби омилларни инобатга олган ҳолда муносабатда бўлишни талаб этади”⁶. Психологик хизмат самарадорлиги таълим муассасасида фаолият юритаётган психологнинг касбий тайёргарлигига, психотехникаларни эгаллаганлигига ҳамда психологик ёрдам олувчида психологик маданиятни шаклланганлиги кабиларга бевосита боғлиқ.

Маълум бир цивилизация ва тарихий давр давомида шаклланган маданият олий психик мавжудлик шаклида - этносада ўзига хос хусусиятларни шакллантиради. Бу, ўз навбатида амалий-психологик ёрдам кўрсатишда илмий ёндашувларни танлаш, психологик методика ва техникалардан фойдаланиш ёки фойдаланмаганликни белгилаш имконини беради. Психологик амалиётга доир

⁶ Самаров Р., Садриддинов С. Психологик ёрдам кўрсатиш: илмий муаммо ва ёндашувлар // Таълим тизимида ижтимоий-гуманитар фанлар. 2014, 3-сон. 74-80–бетлар.

“маданий мужассамлашган ёндашув” асосида “бурч”, “бахт”, “хаёт”, “хаёт мазмуни”, “кайфият”, “завқ”, “этикод” каби базавий тушунчалар Ж.Жим ва Н.Пистрангни кўрсатиб ўтишича ахлоқий кадрият сифатида амал қилади⁷. Амалий-психологик ёрдам кўрсатиш фаолиятини таҳлили шуни кўрсатмоқдаки, ахлоқий кадрият фарзандларни мактабга тайёрлашда мужассамлашади. Натижада, ота-оналарга фарзандларини мактабга тайёрлашга кўмакдошликни таъминлаш, ўқувчини мактаб ҳаётига мослашувини таъминлаш, ўқувчини ўқув фаолиятини психологик кузатиш, ўқитувчиларни ўқувчиларга бўлган муносабатини психологик баҳолаш, таълимий вазифаларни ўқувчиларни ёш ва физиологик хусусиятларини инобатга олган ҳолда тақсимлаш каби вазифаларни психолог бажаришига тўғри келади. Ҳар бир ўқувчини психологик камолотининг динамикасини аниқлаш мақсадида психологик характеристикасини тайёрлаб бориш лозим. Бу вазифаларни бажариш учун, таълим муассасасининг психологи психодиагностика (шу жумладан аудиал ва визуал психодиагностикани), психокоррекция, тезкор психологик маслаҳат ҳамда турли кўринишдаги низоларни бартараф этиш учун мураккаб вазиятларда фаолият юритишига тўғри келади. Шу билан бирга, психологик ёрдам кўрсатиш жараёнида субъектнинг психологик соғлиги ва психологик муаммони келтириб чиқарган вазият долзарбланиши мумкин. Негаки, инсонни табиатига ва касаллик этимологиясига оид барча психотерапевтик тизимлар ўз концепциясига эга. Психологик соғлиқ маданий кадрият касб этиб, ундаги мувозанат жуда нозик⁸. Шу сабабли, бу масалага турлича назарий қарашлар мавжуд ва уларни қамровлилиги, мақсадга йўналтирилганлигини инобатга олган ҳолда **тўртта гуруҳга ажратиш мумкин:**

Биринчи гуруҳ таълимотининг ғояси бўйича, “инсон асли табиатан ахлоқсиз, ёмон ҳисобланади”.

Иккинчи гуруҳ таълимотининг ғояси бўйича, “инсон туғилганидан ахлоқи ҳамида (яхши ахлоқ) соҳиби ҳисобланади”.

Учинчи гуруҳ таълимотининг ғояси бўйича, “инсон табиати, уни моҳиятини белгилайди”, бунда “*tabula rasa*” концепцияси асос ҳисобланади.

Тўртинчи гуруҳ таълимотининг ғояси бўйича, “инсон туғулганидан яхши, моҳиятан илоҳийлик ва коинотни мужассам этган бўлади”.

Келтирилган назарий талқинларда Карл Юнгнинг “Индивидуллашув”, Отто Ранкнинг “Креативлик”, Абрахам Маслоунинг “Ўзини намоён этиш”, Жозеф Нюттенинг “Маънавий инсон”, Муртаза Мутаххарининг “Такводор

⁷ Jim J., Pistrang N. Culture and the therapeutic relationship: perspectives from Chinese clients // *Psychotherapy Research*. –2007, № 17(4). –Pp. 461–473.

⁸ Каширский Д.В. Психология личностных ценностей // Автореф...дис... доктора психологических наук. - Москва: Российский государственный гуманитарный университет, 2014. – С. 27.

инсон” концепциялари келтирилмаган бўлсада, психологик ёрдам кўрсатишга оид бўлган таълимотларда қуйидаги мазмундаги ғоялар ифодаланган:

а) инсонни, ўзига бўлган муносабатини намоён этишга интилиши (ўзини яхши кўриши, ўзини ёмон кўриши ва б.);

б) инсонни ўзини идрок этиши натижасида турлар ва даражаларга ажратилиши (мен ҳаммадан илғор, мен қоқоқ, мен ўрта даражали ва б.);

в) инсонни шахсий интеграцияга эришганлик ҳолати (интеллектуал, эмоционал-иродавий ва бошқа сатҳларда ифодаланадиган ижобий хоссаларни хулқини ифодалай олиши ва б.);

г) инсонни мустақил ҳаёт тарзини юритишга эришилганлик даражаси (рационал ва эмоционал (ассоциатив), когнитив, аффектли, регулятив каби компонентларни эгаллаганлиги);

д) инсонни бошқаларга, атроф - муҳитга бўлган реал муносабати (мен яхши ҳамма яхши, мен ёмон ҳамма яхши, ҳамма ёмон мен яхши каби тарзида ифодаланиши мумкин);

е) инсонни ижтимоий борлиқни ўзлаштирганлик даражаси (мослашувчанлиги ижобий ёки салбий кечганлиги ва б.) кабилар шулар жумласидандир.

Таълим муассасаси шароитида психологик ёрдам кўрсатиш амалиётида мавжуд бўлган илмий назарияларнинг ғоясини инобатга олган ҳолда танлаш ва қўллаш, психологик хизмат кўрсатиш сифатини таъминлаш учун муҳим шартлардан ҳисобланади.

Психологик ёрдам кўрсатишда қўлланилиши мумкин бўлган услубларни билиш, уларни қўллай олиш техникасига эгаллик қилиш, миллий маданият ва психологни касбий ахлоқ меъёрларига риоя этишини тақозо этади. Психологик ёрдам кўрсатиш амалиётида қўлланиладиган оммавийлашиб бораётган услублар сифатида психологик тренинг (назарий жиҳатдан психологик тренинглар шакллантирувчи, ривожлантирувчи, ўргатувчи каби турларга ажратилади), эркин ассоциациялар, туш талқини, йўналтирувчи интервью, видеоёзувлар шарҳи, ҳазил, аудио мулоқот, кўмаклаш, дилдан суҳбат, яхши кўрган жонзот, чалкашлаштириш, ҳиссий кечинмаларни жонлаштириш, ижтимоий ролни мустаҳкамлаш, тасаввур этиш, психодрамма, психологик моделлаштириш, жисмоний фаоллик, арт-терапия, учлик самараси, библиотерапия кабиларни кўрсатиб ўтиш мумкин. Бу ўз навбатида “Психолог → Ўқувчи шахси → Вужадга келган психологик ҳолат → Ижтимоий организмга ёрдам кўрсатиш (силлиқлаш) = Ўқувчининг “Мен”и психологик ёрдам кўрсатиш натижаси сифатида” мотивациявий, психотехник ва аналитик мезонларнинг даражавий кўрсаткичини инобатга олган ҳолда таълим муассасаларида психологик фаолиятни ташкил этишни тақозо этади.

Адабиётлар рўйхати:

1. Александер Ф., Селесник Ш. Человек и его душа. Познание и врачевание от древности и до наших дней. – М.: Прогресс, 1995. – 610 с.
2. Джига Н.Д. Психолого-акмеологическая концепция созидания продуктивного субъекта образования // Автореф...дис....доктора психологических наук. – Кострома: Университет, 2014. – 68 с.
3. Самаров Р., Садриддинов С. Психологик ёрдам кўрсатиш: илмий муаммо ва ёндашувлар // Таълим тизимида ижтимоий-гуманитар фанлар. 2014, 3-сон. 74-80-бетлар.
4. Сарджвеладзе Н.И. Личность и ее взаимодействие с социальной средой. - Тбилиси: Мецниереба, 1989. – С.59. - http://lib.ysu.am/open_books/236530.pdf
5. Савинков, С. Н. Психологическая служба в образовании: учебное пособие для вузов. - Москва: Издательство Юрайт, 2023. – 169 с.
6. Каширский Д.В. Психология личностных ценностей // Автореф...дис ... доктора психологических наук. - Москва: Российский государственный гуманитарный университет, 2014. – 35 с.
7. Смыслов М.О. Как лучше понять себя и других: Популярная теория личности. – М., 1999. – 186 с.
- a. Allwood C.M., Berry J.W. Origins and development of indigenous psychologies: An international analysis // International Journal of Psychology. 2006, № 41. – Pp. 243–268.
8. Jim J., Pistrang N. Culture and the therapeutic relationship: perspectives from Chinese clients // Psychotherapy Research. 2007, № 17(4). –Pp. 461–473.