

## ZAMONAVIY PSIXOLOGIYA FANINING BUGUNGI KUNDAGI AHAMIYATI

*Andijon davlat pedagogika instituti  
Pedagogika va psixologiya kafedrasi o'qituvchisi*

***Shukurova Ilimnur Bahtiyorjon qizi.***

*Andijon davlat pedagogika instituti  
Musiqiy ta'lim yo'nalishi 1-kurs talabasi*

***Satimov Muhammadali***

**Annotatsiya:** Ushbu maqola zamonaviy inson hayotida Psixologiya faninig tutgan o'rni, amaliy ahamiyati, turli davrlarida kuzatiladigan psixologik o'zgarishlarni tahlil qilib, bu o'zgarishlarning insonlarning hayoti va sifatiga bo'lgan ta'sirini ko'rib chiqadi. Ushbu maqolada inson hayoti davomidagi psixologiya fanining dolzarb va hali yechilmagan muammolarining ta'siri va sabab oqibatlarini hamda psixologiya fanining kelajagi haqida so'z boradi.

**Kalit So'zlar:** Zamonaviy psixologiya, psixoterapiya, neyropsixologiya, kognitiv psixologiya, psixologiyaning yangi yo'nalishlari, yangi tendensiyalar.

Psixologiya - so'nggi o'n yilliklarda jadal rivojlanib, yangi ufqlarni qamrab oldi va inson ongining ilgari noma'lum qirralarini kashf etdi. Bugungi kunda u odamlarga o'zini va boshqalarni yaxshiroq tushunishga, shaxsiy muammolarni hal qilishga va uyg'un munosabatlar o'rnatishga yordam beradigan fundamental tadqiqotlar va amaliy dasturlarni birlashtirgan ko'p qirrali soha sifatida paydo bo'ladi.

Psixologiya bizning ruhiy holatimizni boshqarish uchun juda muhimdir. Bizda yomon kunlar, ko'tarilishlar va pasayishlar, qiyin his-tuyg'ular, holatlar va qiyinchiliklar bilan kurashish uchun vositalarimiz yo'q. Psixologiyani o'rganuvchilar ko'pincha bu omillarning barchasida boshqalarga yordam beradigan muayyan kasblarga kirish haqida fikrlarga egadir.

### **Yangi tendensiyalar**

Zamonaviy psixologiya jadal rivojlanmoqda, doimiy ravishda yangi bilim va yondashuvlar bilan boyib bormoqda. Hozirgi tendensiyalar quyidagilarni sanab o'tsak bo'ladi:

- Neyropsixologiya: psixik jarayonlar va miya faoliyati o'rtasidagi munosabatlarni o'rganish bizga xulq-atvor mexanizmlarini yaxshiroq tushunish va ruhiy kasalliklarni davolashning yangi usullarini ishlab chiqish imkonini beradi.

- Kognitiv psixologiya: odamlarning ma'lumotni qanday idrok etishi, qayta ishlashi va eslab qolishini o'rganish, samaradorlik va hayot sifatini yaxshilashga yordam beradi.

• Ijobiy psixologiya: insonning kuchli tomonlari, salohiyati va baxt va farovonlikka erishish imkoniyatlarini o‘rganishga e’tibor qaratadi.

• Transmadaniy psixologiya: turli madaniyatlarning psixologik xususiyatlarini o‘rganish, boshqa mamlakatlardan kelgan odamlar bilan samarali muloqot qilish, tushunmovchilik to‘siqlarini bartaraf etish imkonini beradi.

### **Ziddiyatli vaziyatlarni hal qilish usullari:**

Axborotning haddan tashqari ko‘pligi va cheklangan resurslar sharoitida odamlar bir-biri bilan tobora ko‘proq o‘zaro aloqada bo‘lgan zamonaviy dunyoda nizolarni hal qilishning samarali usullarining roli ortib bormoqda. Psixologiya ziddiyatli vaziyatlarda ishlash uchun keng ko‘lamli vositalarni taklif etadi:

• Muzokaralar: konstruktiv muloqot san‘ati, barcha tomonlar manfaatlarini hurmat qilish, kelishmovchiliklarni tinch yo‘l bilan hal qilishning kalitidir.

• Mediatsiya: nizolashayotgan tomonlarga o‘zaro maqbul yechim topishga yordam beradigan neytral vositachining jalb etilishi keskinlikni kamaytirishga va boshi berk ko‘chadan chiqish yo‘lini topishga yordam beradi.

• Mediatsiya: tomonlarning pozitsiyalarini bir-biriga yaqinlashtirish va murosaga erishishga qaratilgan uchinchi tomonning faol roli, ayniqsa, murakkab nizolarda samarali bo‘lishi mumkin.

• Psixoterapiya: psixolog yoki psixoterapevt bilan ishlash ishtirokchilarning shaxsiy xususiyatlari bilan bog‘liq nizoning asosiy sabablarini tushunishga va o‘zaro ta‘sirning konstruktiv usullarini topishga yordam beradi.

### **Sohani rivojlantirish muammolari:**

Muhim yutuqlarga qaramay, psixologiya fan va amaliyot sohasi sifatida bir qator muammolarga duch keladi:

• Stigma: ruhiy salomatlik xizmatlarini izlashga salbiy munosabat ko‘plab jamiyatlarda keng tarqalgan va bu odamlarga kerakli yordamni o‘z vaqtida olishiga to‘sqinlik qiladi.

• Moliya yetishmasligi: tadqiqot va malakali psixologlarni tayyorlash katta sarmoya talab qiladi, bu har doim ham mavjud emas.

• Teng bo‘lmagan foydalanish: ruhiy salomatlik xizmatlari ko‘pincha daromadi past bo‘lgan, chekka hududlarda yashovchi yoki davlat tilda gapirmaydigan odamlar uchun mavjud emas.

• Axloqiy muammolar: Psixologiyada sun‘iy intellekt va virtual reallik kabi yangi texnologiyalardan foydalanish shaxsiy hayot, xavfsizlik va kasbiy mas‘uliyat haqida savollar tug‘diradi.

### **Zamonamizning taniqli psixologlari:**

Ko‘plab iste‘dodli olimlar va amaliyotchilar zamonaviy psixologiya rivojiga bebaho hissa qo‘shmoqda. Ular orasida:

- Daniel Kaneman: Iqtisodiyot bo'yicha Nobel mukofoti sovrindori, kognitiv tarafkashlik va qaror qabul qilish bo'yicha tadqiqotlari bilan tanilgan.
- Martin Seligman: ijobiy psixologiya asoschisi, nochorlik nazariyasi va uni bartaraf etish usullari muallifi.
- Stiven Pinker: evolyutsion psixolog, fanni ommalashtiruvchi, til, tafakkur va inson tabiatiga oid kitoblar muallifi.
- Lisa Fair: ijtimoiy psixolog, gender stereotiplari va noto'g'ri qarashlar tadqiqotchisi.
- Viktor Frankl: Xolokost dahshatlaridan omon qolgan avstriyalik psixolog, eng og'ir sharoitlarda hayot ma'nosini izlashga bag'ishlangan "Insonning ma'no izlashi" kitobi muallifi.

Zamonaviy psixologiya inson ongini tushunishda yangi ufqlarni ochadigan jadal rivojlanayotgan fandır.

U shaxsiy muammolarni hal qilish, aloqa o'rnatish va hayotiy maqsadlarga erishish uchun samarali usullarni taklif qiladi.

### **Psixologiyaning yangi yo'nalishlari va qo'llanilishi:**

An'anaviy qo'llanadigan sohalaridan tashqari, psixologiya hayotning turli jabhalarida ham tobora ko'proq foydalanilmoqda:

- Ta'lim: Psixologiya o'qituvchilarga o'quvchilarning individual xususiyatlarini hisobga oladigan, shuningdek, ijobiy sinf muhitini yaratadigan samarali o'qitish usullarini ishlab chiqishga yordam beradi.
- Biznes: Psixologik tushunchalar xodimlarning motivatsiyasini oshirish, jamoalarda muloqotni yaxshilash, yetakchilik qobiliyatlarini optimallashtirish va korporativ madaniyatni yaratish uchun ishlatiladi.
- Sport: Sport psixologiyasi sportchilarga o'z faoliyatini yaxshilashga, diqqatini jamlashga, jang oldidan hayajonga dosh berishga va stressga chidamlilikni rivojlantirishga yordam beradi.

Sog'liqni saqlash: Psixoterapiya ko'plab kasalliklarni davolashning ajralmas qismidir va psixologik maslahat bemorlarga og'riq, qo'rquv va boshqa psixo-emotsional muammolarni yengishga yordam beradi.

- Yurisprudensiya: Sud-tibbiyot psixologiyasi sudlanuvchilar va guvohlarning ruhiy holatini baholash, shuningdek, psixologik va lingvistik ekspertizalarni o'tkazish uchun ishlatiladi.

### **Psixologiyaning kelajagi**

Kelajak psixologiyasi nevrologiya, sun'iy intellekt va robototexnika kabi boshqa fanlar bilan yanada yaqinroq integratsiyalashishi kutilmoqda. Bu quyidagilarga imkon beradi:

- Ruhiiy kasalliklarni tashxislash va davolashning yangi usullarini ishlab chiqish.

- samaraliroq ta'lim dasturlarini yaratish.
- nogironlarning hayot sifatini yaxshilash.
- Turli sohalarida xavfsizlik va operatsion samaradorlik darajasini oshirish.
- Inson ongi va xulq-atvorining yangi qirralarini o'rganish.

Umumiy qilib aytganda, “Zamonaviy psixologiya” - bu juda ko'p tarmoqli fan. Psixologiya sohaları ilmiy psixologik tadqiqotning nisbatan mustaqil rivojlanayotgan sohalaridir. Bundan tashqari, psixologiya fanining jadal rivojlanishi tufayli har to'rt-besh yilda yangi yo'nalishlar paydo bo'ladi. Psixologiya bo'limlarining paydo bo'lishi, birinchidan, psixologiyaning ilmiy va amaliy faoliyatning barcha sohalariga keng joriy etilishi, ikkinchidan, yangi psixologik bilimlarning paydo bo'lishi bilan bog'liq. Psixologiyaning ba'zi bo'limlari boshqalardan birinchi navbatda u yoki bu ilmiy yo'nalish hal qiladigan muammolar va vazifalar majmuasi bilan ajralib turadi.

Zamonaviy psixologiya - bu odamlar hayotini yaxshilash uchun ulkan salohiyatga ega bo'lgan qiziqarli va jadal rivojlanayotgan fan. Inson ongining qanday ishlashini tushunish bizga ko'p muammolarni hal qilish, hayot sifatini yaxshilash va boshqalar bilan yanada uyg'un munosabatlarni o'rnatish imkonini beradi.

#### Adabiyotlar ro'yxati:

1. F.I.Xaydarov, N.I.Xalilova.: Umumiy psixologiya.-Toshkent. 2010.-7b.
2. Barotov Sh.R.Ta'limda psixologik xizmat.Oquv qo'llanma Buxoro 2007y.
3. Karimova V. Ijtimoiy psixologiya va ijtimoiy amaliyot. Toshkent.1999y
4. Tadjieva S.X., Sabirova D.G'. “Tanglik vaziyatida qolgan bolaga psixologik yordam ko'rsatish”. T.: RBIMM, 2011 y. 142 b
5. Shukurova, I. (2023). CHILDREN WITH DEVIANT BEHAVIOR. *International journal of advanced research in education, technology and management*, 2(12), 274-279.
6. Shukurova, I. (2024). PSYCHOLOGICAL DEVELOPMENT OF SOCIAL INTELLIGENCE IN ADOLESCENCE. *Multidisciplinary and Multidimensional Journal*, 3(1), 65-69.
7. www.ziyouz.com kutubxonasi.