

ПСИХОЛОГИК-КОНСУЛТАНТИНГ ШАХС ХУСУСИЯТЛАРИ ВА КАСБИЙ ДЕФОРМАЦИЯСИ

Жумаев Ерали Еркинович

Осиё Халқаро Университети педагогика ва психология йўналиши магистри

АННОТАЦИЯ: Ушбу мақолада психологик консалтация уақида тушунча, унинг тарихи, узориги кундаги статистик маълумотлар. Психолог узурига бориш одамлар учун қандай уис уйғотади ва қандай қарашади. Шахслар психологга қандай муаммолар билан муурожаат қиладилар шу қаби янгиликлар акс этган.

КАЛИТ СУЗЛАР: Психология, консалтация, муносабат, эутиёж, техника, суубат, шахс, муаммо, миожоз, уислар, алоқа, маслауатчи, психотерапия, амалий психология, маслауат.

Тадқиқодларимиздаги кузатувларимиз натижасида, Ўзбекистон Республикаси буйича мингдан ортик хусусий ва давлат тасарруфидаги психологик хизмат курсатиш марказлари мавжуд. Бундай турдаги хизмат марказларига муурожаат этувчиларнинг сони эса кундан кунга ортиб бормоқда. Аммо, Ўзбекистон микёсида психологга муурожаат қилиш узбекларнинг қадриятларига номуносиб деб ҳам хисобланади афсуски. Нима учун бизнинг жамиятда "Мен психолог хизматидан фойдаланаман" дейиш одатдагидек қабул қилинмайди? Тугри, шундай. Одамлар психолог хузурига ташриф буюрганида: "Менда ҳеч қанда муаммо йук, мен ҳаммасини узим хал қила оламан. Муаммоимни узим еча оламан аммо, психолог ёрдамига мухтожман деб уйлайман" унда нима сабабдан одамлар психолог консалтациясига муурожаат қилишади?

XXI асрнинг бошларига қелиб психолог қасби ҳақидаги тушунча қенгая бошлади ва психологик консалтацияга қасалликни даволаш учун ташриф буюрадиган жой эмаслигини жамият тушуна бошлади. Бирок, юкордаги жумлаларни хали ҳам учратишимиз мумкин. Бунинг учун омманинг фикрини қенгайтириш ва албатта психология ҳақидаги билимларни ошириш зарурдир. Ўзбекистон Республикасида "Психологик хизмат ҳақидаги Низом" 1996-йил 15-мартда қабул қилинган. Бунда 5 та булим, 12 моддадан ташкил топган. Кейинчлаик бунга узгартиришлар қиритилди. 2001-йил, 2002-йил, 2017-йил ва сунггиси 2019-йилда (577-сонли) амалга оширилган. Бундан қузланган мақсад қелгусида жамиятда етакчи қадрларни етқазиб беришдан иборат хисобланади. Бунда психологик хизмат асосан уч босқичда амалга оширилади:

1. Умумий урта таълим микёсида
2. Туманлар ёки шаҳарлар микёсида
3. Вилоят микёсида

Психологик маслахатнинг моҳияти - бу миожоз узининг психологик муаммоларини хал қилишда янги имкониятларни очадиган (реаллаштирадиган) шароитларни яратиш орқали маҳсус қасбий ва илмий билимларга асосланган мутахассис-психолог томонидан бевосита психологик ёрдам курсатишдир. Психологик маслахат амалий психологнинг бошқа фаолиятдан бир қатор хусусиятлари билан фарқ қилади. Хусусан, психологик маслахат психолог ва миожоз уртасидаги шахсий алоқаларнинг қиска муддатли ва эпизодик характерга эга булиб, психотерапиянинг турли усуллари миожоз билан узок вақт ишлашга мулжалланган. Агар психологик маслахат миожозга унинг шахслараро муносабатларини

кайта ташкил этишда ёрдам беришга қаратилган бўлса, психотерапевтик таъсир шахснинг энг чуқур муаммоларини хал қилишга қаратилган. Психологик маслаҳатни утказишда психолог-маслаҳатчи миқозга маслаҳат беради, аммо уларни амалий амалга ошириш миқознинг иши. Психотерапияда эса миқознинг муаммоларини бартараф этишга қаратилган фаол ҳаракатлар психолог томонидан амалга оширилади ва миқоз фақат уларга муносабат билдиради ёки бу таъсирларни сезади. Психологик маслаҳат билан боғлиқ бўлган психокоррекция билан асосий иш купинча миқоз томонидан психолог ёқлигида ёки у билан бевосита ва доимий алоқада бўлмаган ҳолда мустиқ равишда амалга оширилади.

Психодиагностика маслаҳатнинг таркибий қисми сифатида қаралади. Маслоҳат беришда психодиагностика миқозни бевосита қузатиш натижаларига, олинган маълумотларни умумлаштиришга асосланади. Психодиагностика маслаҳатнинг бошида махсус психологик тестлардан фойдаланмасдан амалга оширилади ва психокоррекцияга қараганда анча кам вақт талаб этади. Психологик маслаҳатнинг мақсади миқозга уз шахсиятини урганишда, унинг атрофидаги дунё билан муносабатларини тушунишда, муаммоларини баҳолашда ва уларни бартараф этишнинг муқобил вариантларини топишда ёрдам беришдир. Ушбу мақсад қуйидаги асосий вазифаларни хал қилиш орқали амалга оширилади (Р.С. Немова кура):

1. Миқоз дуч келган муаммони конкретлаштириш (аниқлаштириш). Бу вазифа миқозни тинглаш, уни қузатишдан иборат. Махсус тинглаш усулларини қуллаган ҳолда, маслаҳатчи миқознинг муаммоси нимада деган ҳулосага келади.
2. Миқозни миқоз муаммосининг моҳияти, унинг жиддийлигининг ҳақиқий даражаси ҳақида хабардор қилиш. Яъни, маслаҳатчи миқозга нафақат унинг муаммоси нима эканлигини тушунтирибгина қолмай, балки бу муаммо нима учун пайдо бўлганлиги ва уни амалда қандай хал қилиш мумкинлигини ҳам тушунтиради.
3. Психолог-маслаҳатчи томонидан миқознинг шахсиятини урганиш. Бундай тадқиқот миқознинг уз муаммоларини қанчалик тулик ва чуқур тушунишини ва уларни хал қилишга қанчалик тайёрлигини аниқлаш имконини беради.
4. Муаммони энг яхши тарзда хал қилиш бўйича миқозга маслаҳат ва тавсияларни аниқ шакллантириш. Шу билан бирга, миқознинг индивидуал хусусиятлари ва психологнинг муаммони тушунишининг узига ҳослиги ҳисобга олинади. Маслоҳатлар ва фокуслар миқоз учун содда, қисқа ва тушунарли бўлиши керак, шунингдек, миқознинг реал ҳаётий шароитларига мос келиши ва унинг томонидан тегишли назорат остида бўлиши керак.
5. Миқоз ҳар доим ҳам психологдан олинган маслаҳат ва тавсияларни амалга оширишга зудлик билан ва муваффақият умиди билан бора олмайди. Баъзида, тажрибасизлик ва қобилиятсизлик туфайли миқоз ҳато қилади ва психологнинг тезкор ёрдамига муҳтож. Шу сабабли, психолог-маслаҳатчининг вазифаси миқозга муаммони хал қила бошлаганида тақлиф қилинадиган қушимча амалий маслаҳатлар шаклида ёрдам беришдир.
6. Агар у ёки бу сабабларга кура миқоз психолог томонидан берилган маслаҳат ва тавсияларни бажаришдан бош торқа, у ҳолда иккинчиси психологик маслаҳатнинг якуний амалий натижаси учун жавобгар эмас, балки фақат ушбу тавсияларнинг тугърилиги учун жавобгардир.

7. Мижозни келажакда шунга ухшаш муаммолардан кандай кочиш кераклигини ургатиш. Бу, хусусан, психопрофилактика вазифаларидан биридир. Уни хал килиш, маслахатчи психолог мижознинг мустакил равишда бундай муаммонинг такрорланишини олдини олишига ишонч хосил килади.

8. Психологик консультация жараёнида мижозни психологик ва тарбиявий ахборотлаштириш ҳам амалга оширилади. Бу мижозга бошлангич, хаётий психологик билим ва куникмаларни беришдан иборат булиб, уларни узлаштириш ва тугъри куллаш махсус психологик тайёргарликсиз мумкин.

Психологик маслахат самарадорлигининг мезони, Г. С. Абрамованинг фикрига кура, бошка шахснинг (мижознинг) унинг муаммоси буйича янги тажрибаларнинг пайдо булишидир. Юкорида келтирилган сабаблар психологга мурожаат килувчиларнинг бир парчагина сабаблари холос. Аммо, купчилик муммо булсагина психолог хузурига борилади деб уйлашлари табиий. Шундай саволларга жавоб топпиш максатида "АиФ-Воронеж" мухбири психолог Олга Веселова билан суҳбатда кандай вазиятларда психологга ташриф муносиб эканлиги хақида интервью олади.

Психолог Олга Васелева: Психолог тайёр маслахат бермайди. "Психологга мурожаат килиш учун драматик нарсаларни бошдан кечириш шарт эмас. Баъзан уз калбингизни кашф этиш ва у хақида гапиришни хохлашингиз кифоя, - дейди Олга Веселова. - Психологга мурожаат килишингиз мумкин булган муаммолар доираси жуда катта. Баъзида одамлар маслахат учун келишади ва хатто суровни шакллантира олмайдилар. Бундай холда, мутахассиснинг вазифаси мижоздан унга нима булаётганини сураш, унга дам олишга ёрдам бериш, ишонч муносабатларини урнатишдир. Ва шундай буладик, кариндошлар одамни мутахассисга юборишади. Ва бу шундай, чунки ташки томондан у купрок куринади. Мисол учун, одам вазиятнинг ичида булиши мумкин ва хатто буни сезмайди.

Баъзида одамлар учун мутахассис билан учрашишга қарор килиш осон эмас, дейди Олга Веселова, баъзида эса, аксинча, жуда оддий булади, чунки одам психологдан унга кандайдир маслахат беришини кутади.

"Мижоз келиб сураши мумкин:" Мен нима килишим керак?". Биз тайёр маслахат бермаймиз, бизнинг вазифамиз одамни узига ишонишга, муаммоларни узи хал килишга ургатишдир, - тушунтиради Олга. - У бунга тайёр эмас, кейин бизни хафсаласи пир булиб колдириши мумкин. Шунингдек, сиз психотерапия узок жараён булиши мумкинлигини, унинг уз коидаларига эга эканлигини, бузилмаслигини тушунишингиз керак.

Психологнинг мижоз билан ишлаши учта шартга асосланади: ^ чекланган вақт; мижоз ва психолог учун хавфсиз жойнинг мавжудлиги; ^ тариф буйича хизматлар учун тулов;

Мижоз билан ишлаш қайси режимда утиши биринчи учрашувда аниқ булади. Агар бу психотерапия булса, одам танловга эга булади: ёки узок вақт давомида мутахассис билан ишлаш ёки керакли маълумотни олиш ва уни узи аниқлашга ҳаракат килиш. [4]

Юкоридаги маълумотларга таянган холда қуйидагича хулосага келишимиз мумкин: бугунги кундаги психолог консультациясига ташриф буюрувчилар сони кескин купаймоқда, аммо, жамиятимиздаги шахсларнинг аксар психологик билимлари саёзлиги ва уларни ошириш учун тренинг, дарс ва олиб борилаётган ишларнинг оммалашаётгани ва

улар самарасини асталик билан курсатаётгани таксинга лойик холатлардан деб хисоблашимиз мумкин. Чунки, шахсларда психологик билимларнинг зарурлиги ва хар жабхада уз самарасини курсатиши мумкинлиги доимий аникланиб бормокда. Жамиятимизда хам мутахассис консултант психологларнинг билимларини янада оширишлари, уз шахсиятларини ривожлантиришда тинимсиз машгулотлар оилб боришлари ва уз фойдаларини ахолига тегиши уларни завклантиради.

REFERENCES:

1. Дуткевич Т.В, Савицкая О.В. Практическая психология. Введение в специальность. — Киев, 2010.
2. Назаров А. С. Psychological aspects of managerial decision making //Молодой ученый. - 2020. - №. 44. - С. 45-48.
3. Назаров А. С. Принятие управленческих решений как основная функция современного менеджера //Вопросы экономики и управления. - 2020. - №. 2. -С. 1-5.
4. Nazarov A. S. Psychological foundations of managerial decision-making //Молодой ученый. - 2021. - №. 3. - С. 46-48.
5. Назаров А. С. THE PSYCHOLOGY OF DECISION-MAKING STRATEGIES //Актуальные научные исследования в современном мире. - 2021. - №. 1-7. - С. 79-82.
6. Назаров А. С. и др. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ РАЗРАБОТКИ И РЕАЛИЗАЦИИ УПРАВЛЕНЧЕСКИХ РЕШЕНИЙ //Актуальные научные исследования в современном мире. - 2021. - №. 2-9. - С. 31-35.
7. Назаров А. Scientific and methodological foundations of the influence of the social and psychological properties of the manager on managerial decisions //Общество и инновации. - 2021. - Т. 2. - №. 4/S. - С. 523-532.191
8. Назаров А. Научно-методические основы влияния социальнопсихологических свойств руководителя на управленческие решения //Общество и инновации. - 2021. - Т. 2. - №. 4/S. - С. 523-532.
9. Назаров А. С., Митина О. В. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРИНЯТИЯ УПРАВЛЕНЧЕСКИХ РЕШЕНИЙ //Наука и мир. - 2020. - №. 12-1. - С. 73-75.
10. Тойирова Л. И., Абдуганиева Д. А. ИННОВАЦИИ В ОБРАЗОВАНИИ: С УЧЕТОМ ВОЗРАСТНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ //Перспективные этапы развития научных исследований: теория и практика. -2019. - С. 21-23.