

KLINIK PSIXOLOGIYA

Sayfullayeva Sojida Saidjanovna

*Toshkent shahar Maktabgacha va maktab ta'limi boshqarmasi O'quvchilarni kasb-hunarga yo'naltirish va psixologik xizmat bo'limi boshlig'i
AIFU psixologiya faoliyat turlari 1-kurs magistranti*

Raximova Indira Igorevna

*Mirzo Ulug'bek nomidagi O'zbekiston milliy universiteti
Umumiy psixologiya kafedrasida dotsenti,Phd*

Annotatsiya

Klinik psixologiya - bu shaxslar, juftliklar, oilalar va guruhlar uchun uzluksiz va keng qamrovli aqliy va xulq-atvor salomatligini ta'minlaydigan psixologik mutaxassislik; idoralar va jamoalar bilan maslahatlashish; o'qitish, o'qitish va nazorat qilish; va tadqiqotga asoslangan amaliyot. Bu keng ko'lamli mutaxassislik bo'lib, u aqliy va xulq-atvor salomatlik muammolarining keng doirasini ko'rib chiqadi va psixologiya ichida va undan tashqarida keng ko'lamli fanlardan bilim va ko'nikmalarning kompleksligi va integratsiyasi bilan ajralib turadi. Klinik psixologiyaning ko'lami barcha yoshdagilarni, ko'p xilma-xillikni va turli xil tizimlarni qamrab oladi.

Kalit so'zlar: kognitiv xulq-atvor, rivojlanish bosqichlari

Asosiy qism

Maxsus bilim:

- Hayot davomida psixopatologiya va ruhiy salomatlikni tushunish
- Kognitiv, xulq-atvor, hissiy va shaxslararo faoliyatni baholash va test ma'lumotlarini kuzatishlar, suhbatlar va boshqa ma'lumotlar manbalari bilan birlashtirish va sintez qilish qobiliyati
- Dalillarga asoslangan keng ko'lamli tadbirlardan foydalangan holda salomatlik va faoliyatni yaxshilash uchun psixologik va xulq-atvor aralashuvini o'tkazish qobiliyati



1-TOM, 12-SON

- Bir qator klinik psixologik jarayonlar bo'yicha tadqiqotlar o'tkazish, tarqatish va amalga oshirish qobiliyati
- Turli xil populyatsiyalar bilan terapevtik aloqalar va aloqalarni o'rnatish va qo'llab-quvvatlash
- Klinik psixologiya amaliyotiga taalluqli axloqiy, huquqiy, tartibga soluvchi muammolarni tan olish va ularga javob berish qobiliyati
- Xulq-atvorni boshqaradigan, o'z-o'zini aks ettirish, halollik va javobgarlikni rag'batlantiradigan professional umidlarni tushunish
- Rivojlanish bosqichlari va hayotiy o'tishlar katta biosotsiomadaniy kontekst bilan qanday kesishishi, o'ziga xoslik bunday kesishmalar funktsiyasi sifatida qanday rivojlanishi va bu turli sotsializatsiya va etuklik tajribalari dunyoqarash va o'ziga xoslikka qanday ta'sir qilishini bilish va tushunish

Muammolar hal qilindi

Klinik psixologiya ixtisosligi inson hayoti davomida duch keladigan xatti-harakatlar va ruhiy salomatlik muammolarini hal qiladi, jumladan:

- Moslashtirish muammolari va travmatik stress reaksiyalari
- Hissiy va psixologik muammolar, shu jumladan jiddiy ruhiy kasalliklar va inqiroz aralashuvi
- Shaxslararo yoki ijtimoiy muammolar va disfunktsiya
- Xulq-atvor muammolari, shu jumladan giyohvandlik va giyohvandlik
- Intellektual, kognitiv va nevrologik sharoitlar

Xizmat ko'rsatilayotgan aholi: Klinik psixologlar butun umr davomida shaxslarga, er-xotinlarga va oilalarga, shuningdek, barcha etnik, madaniy va ijtimoiy-iqtisodiy kelib chiqishi bo'lgan aholiga xizmat ko'rsatadi. Muammolar yoki ehtiyojlar kichik moslashish muammolaridan jiddiy ruhiy salomatlik muammolarigacha. Klinik psixologlar muammolarni hal qilish yoki oldini olish uchun guruhlar va jamoalar bilan ishlaydi va odamlarning samaradorligi va farovonligini oshirish uchun tashkilotlar, muassasalar va jamoalarga aralashadi.

Qo'llaniladigan ko'nikmalar va protseduralar:

- Suhbat, xulq-atvorni baholash, psixologik test choralarini boshqarish va talqin qilishdan foydalangan holda baholash
- Shaxslar, oilalar va guruhlar uchun bir qator dalillarga asoslangan yondashuvlardan foydalangan holda aralashuv
- Nazariya va tadqiqotlar asosida talabalar va boshqa tinglovchilarni nazorat qilish va o'qitish



1-TOM, 12-SON

- Bir qator sog'liqni saqlash va xulq-atvor sog'liqni saqlash mutaxassislari va tashkilotlari bilan maslahat

Baholash: Ruhiiy salomatlikni tiklashga yordam berishda, klinik psixologlar shifokorlar jismoniy salomatlikni tiklashda kuzatadigan jarayonga amal qilishadi. Ular birinchi navbatda muammo nima ekanligini va unga nima sabab bo'lganini aniqlashlari kerak. Shunday qilib, klinik psixolog ruhiy salomatlik muammosini tashxislash uchun mijozni baholaydi. Bu bir necha usulda amalga oshiriladi.

- **diagnostik suhbat**da klinik psixolog mijozga o'zi haqida gapirish imkoniyatini beruvchi savollar beradi. Bu savollar mijozning nimani o'ylayotgani, his qilayotgani va nima qilayotgani, o'tmish hozirgi kunga qanday ta'sir qilishini tekshiradi.

- A **xulq-atvorni baholash** klinik psixologga mijozning xatti-harakatlarini kuzatish va baholash imkonini beradi. Bu baholash ruhiy buzulqik va kasallik mavjudligini ko'rsatadigan xatti-harakat namunasini ko'rsatishi mumkin.

- Standartlashtirilgan **psixologik testlar** ruhiy buzilishni aniqlash uchun maslahatchi psixolog tomonidan berilishi mumkin. Bular ko'pincha nazorat ro'yxati va so'rovnomalar shaklida beriladigan rasmiy testlardir.

Intervensiya :Baholash natijalariga asoslanib, shifokor psixologik aralashuvni yoki davolanishni tavsiya qiladi. Davolashda turli xil yondashuvlar mavjud. Ba'zi klinik psixologlar bir usulni boshqalarga nisbatan afzal ko'rishadi, ammo mijozni davolashda bir nechta yondashuvlardan foydalanish mumkin. Qaysi yondashuv qo'llanilishidan qat'i nazar, davolanish bir necha seanslarni talab qiladi. Vaqti-vaqti bilan kuzatuv tashriflari ko'pincha davolanish tugaganidan keyin ruhiy salomatlikni saqlash rejalarining bir qismidir.

- **kognitiv xulq-atvor** yondashuviga ko'ra, ko'plab ruhiy kasalliklar insonning salbiy fikrlari va xatti-harakatlaridan kelib chiqadi. Ular ko'pincha "nutq terapiyasi" halol suhbat orqali potentsial noqulay va og'riqli o'tmishdagi mavzularga qarshi turishni o'z ichiga olgan ruhiy salomatlik bo'yicha maslahatchi bilan. Maqsad - mijozga hissiy qo'zg'atuvchilarni tanib olishga yordam berish va ularga ijobiy javob berishni o'rgatish⁵

- **psixodinamik** yondashuv ham mijozga salbiy fikrlardan xabardor bo'lishga yordam beradi, lekin ongsiz onga urg'u beradi. Psixoanaliz orqali klinik psixolog mijozga o'tmishdagi yashirin mojarolarni o'rganish va saralashda yordam beradi.



1-TOM, 12-SON

- **gumanistik** yondashuv “mijozlarga asoslangan terapiya” sifatida ham tanilgan. Bu qabul qilish, empatiya va mijoz o'zini boshqalardan ko'ra yaxshiroq bilish g'oyasini targ'ib qiladi. Shuningdek, u o'tmishdagi voqealarni qazib olishdan ko'ra, hozirgi kunga e'tiborni qaratish muhimroq, deb hisoblaydi

Konsalting: Mijozlarni davolashdan tashqari, klinik psixologlar ba'zan boshqa sog'liqni saqlash mutaxassislari va tashkilotlari tomonidan bog'lanadi. Ulardan sog'liqni saqlash sohasidagi tashabbuslarda hamkorlik qilish yoki boshqa yo'l bilan tajriba taqdim etish so'ralishi mumkin.

Klinik psixologiya va psixiatriya o'rtasidagi farq nima? Psixologiya va psixiatriya sohalari ko'pincha chalkashib ketadi, chunki ikkalasi ham ruhiy va hissiy kasalliklarni davolashadi. Klinik psixologiyani psixiatriyadan yaxshiroq aniqlash uchun ushbu fanlarda qo'llaniladigan mashg'ulotlar va usullardagi farqni ta'kidlash kerak. Psixologlar, shu jumladan maslahat psixologiyasi va klinik neyropsixologiya bo'yicha ixtisoslashganlar, ruhiy kasalligi o'tmishdagi hissiy travmalar yoki boshqa salbiy ta'sirlarning natijasi bo'lishi mumkin bo'lgan mijozlarni davolashadi. Davolash odatda ruhiy salomatlik bo'yicha maslahatchi sifatida nutq terapiyasi va boshqa tibbiy bo'lmagan usullardan foydalangan holda muammolarni hal qilishni o'z ichiga oladi. Psixologlar tibbiyot shifokorlari emas, balki psixologiya (PsyD) yoki falsafa (PhD) bo'yicha doktorlik darajasiga ega. Agar universitetda bo'lsa, bu mutaxassislar tadqiqot va o'qitishga hissa qo'shib, psixologiya bo'limining bir qismi bo'lishi mumkin.

Xulosa

Klinik psixolog hayotlarining istalgan vaqtida yuzaga kelishi mumkin bo'lgan turli xil qiyinchiliklarni boshdan kechirayotgan odamlar bilan ishlaydi. Bu ular bolalar, yoshlar, kattalar va kattalar bilan ishlashni anglatadi. Ular ruhiy salomatlik, jismoniy salomatlik yoki nogironlik bilan bog'liq qiyinchiliklarga duch kelishi mumkin bo'lgan odamlar bilan ishlaydi.

Ushbu qiyinchiliklar quyidagi muammolar bilan bog'liq bo'lishi mumkin:

- hissiyotlar
- munosabatlar
- salbiy hayot hodisalari
- xulq-atvor



1-TOM, 12-SON

- haqoratli
- g'ayrioddiy tajribalar
- giyohvand moddalar va / yoki spirtli ichimliklarni iste'mol qilish

Foydalanilgan adabiyotlar:

1.“Raqamlar bo‘yicha ruhiy salomatlik”, Ruhiy kasalliklar bo‘yicha milliy alyans (NAMI), [https://www.nami.org /ko'proq ma'lumot oling/raqamlar bo'yicha ruhiy salomatlik](https://www.nami.org/ko'proq_ma'lumot_oling/raqamlar_bo'yicha_ruhiy_salomatlik)

2.“Apa haqida tez-tez so‘raladigan savollar”, Amerika Psixologik Assotsiatsiyasi (Amerika Psixologiya Assotsiatsiyasi), 2021-yil 3-noyabrda kirilgan, <https://www.apa.org/support/about-apa?item=7>.

3.Kendra Cherri, "Psixologiyaning turli sohaları miya va xulq-atvorni qanday o'rganadi", Verywell Mind (Verywell Mind, 2020 yil 13 oktyabr), <https://www.verywellmind.com/major-branches-of-psychology-4139786>.

4.“Klinik psixologiya insonning murakkab muammolarini hal qiladi”, Amerika Psixologik Assotsiatsiyasi (Amerika Psixologiya Assotsiatsiyasi), 2021-yil 3-noyabrda <https://www.apa.org/education-career/guide/subfields/clinical>

