

PSIXOLOGIK MASLAHAT BERISHDA PSIXOLOG-
KONSULTANTNING SHAXS XUSUSIYATLARI

Olimov Temir Hasanovich

*Osiyo xalqaro universiteti dotsenti, pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori
(PhD)*

Jumaev Erali

Osiyo Xalqaro universiteti pedagogika-psixologiya yonalishi magistranti

Annotatsiya: ushbu maqolada psixolog-maslahatchi tomonidan mijozga beriladigan maslahat va takliflar ko'p hollarda mijoz psixolog-maslahatchi yordamisiz o'z muammosini o'zi to'la hal eta olishiga qaratilganligi haqida fikr yuritilgan.

Kalit so'zlar psixolog, psixologik maslahat, soat, maxsus jihozlangan xona va yakkama-yakka, yuzma-yuz.

Psixologik maslahat deb muhtoj bo'lganlarga maslahat va tavsiyalar sifatida mutaxassis psixolog tomonidan bevosita beriladigan psixologik yordam ko'rsatish bilan bog'liq bo'lgan amaliy psixologiyaning alohida sohasiga aytiladi. Ular psixolog tomonidan mijoz hayotida duch kelgan muammoni dastlab o'rganib chiqish va shaxsiy suhbat asosida beriladi. Ko'pincha psixologik maslahat oldindan belgilangan soatda, buning uchun maxsus jihozlangan xonada, odatda begona odamlardan xoli va yakkama-yakka, yuzma yuz o'tkaziladi. Psixologik maslahat bir soatdan uch soatgacha davom etadigan psixologning mijoz bilan shaxsiy suhbat shaklida o'tkaziladi. Mana shu suhbat davomida mijoz o'z muammolari, o'zi to'g'risida gapirib beradi.

Psixolog o'z navbatida muommoning mohiyatini tushunib yetish, bu muammoni o'zi uchun ham, mijoz uchun ham oydinlashtirishga harakat qilib diqqat bilan tinglaydi, maslahatlar davomida mijozning shaxsi baholanadi, uning shaxsiy xususiyatlarini hisobga olib mijozga uning muammosini qanday qilib amaliy hal etish bo'yicha ilmiy, asosli tavsiyalar beriladi.

Psixolog-maslahatchi tomonidan mijozga beriladigan maslahat va takliflar ko'p hollarda mijoz psixolog-maslahatchi yordamisiz o'z muammosini o'zi to'la hal eta olishiga qaratilgan bo'ladi.

Psixologik maslahat - bu inson hayotida yuzaga keladigm barcha psixologik muammolarni hal eta olishiga, ishonchiga asoslangan odamlarga amaliy psixologik yordam ko'rsatish uchun yuzaga kelgan amaliyotdir. Lekin mijoz har doim ham uning muammosi mohiyati nimadan iborat ekanligini va o'zining kuchi va imkoniyatlariga tayanib, uni qanday qilib hal etishni aniq bilmaydi va tushunmaydi.

Professional tayyorlangan psixolog-maslahatchi mana shu bo'yicha unga yordam ko'rsatishi kerak. Psixologik maslahatning asosiy vazifasi mana shundan iborat. Maslahat berish davomida psixolog odatda qisqa vaqt ichida mijoz muammosini amaliy hal etish usulini topish va aniq ifoda etish uchun qaratilgan maxsus ish uslublari va unga ta'sir ko'rsatish metodlarini qo'llaydi. Shu bilan birga ushbu yechim mijoz amalga oshirishi uchun tushunari va mumkin bo'ladigan qilib amalga oshiriladi.

Psixolog-maslahatchining mijoz bilan uchrashuvi ko'pincha birikki uchrashuv bilan cheklanmaydi. Ko'pchilik hollarda mijoz bilan uch marta va lindan ko'p uchrashib ancha uzoq muddat davomida maslahat berib borish talab etiladi. Bunday uzoq muddatli maslahatlarning zarurligi quyidagi odatiy hollarda yuzaga keladi: - Mijozning muammosi shunday murakkab boladi-ki, birikki soat davomida uni tushunib olish deyarli mumkin emas.

Mijozning bir emas, balki bir necha muammolari mavjud, ularning har birini hal etish alohida maslahatni talab etadi;

1. Taklif etilayotgan muammoning yechimi mijoz tomonidan darhol va to'la mustaqil amalga oshirilishi mumkin emas va maslahatchi tomonidan qo'shimcha yordam ko'rsatishni talab etadi.

2. Mijozning individual xususiyatlari sababli psixolog-maslahatchi uning muammosini darhol va qo'shimcha yordamsiz hal eta olishiga to'la ishonmaydi. Agarda mijoz o'ziga yetarlicha ishonmasa, o'z hayajonlari va xulqini boshqara olmasa, agarda uning intellektual rivojlanish darajasi qiyin vaziyatlarda oqilona, to'g'ri yechimni mustaqil qabul qilish uchun yetarli bo'lmaganda bunday hollar uchrab turadi.

Ko'pincha aholining o'rta qatlami deb ataluvchi jismoniy va sog'lomlik holati bo'yicha yuksak xavf zonasida bo'lgan odamlar psixolog-maslahatchiga murojaat etadilar. Yuksak xavf zonasi deganda nerv, psixik hamda jismoniy kasallanishi oson bo'lgan odamlar va haqiqatdan ham kasal bolib qolishlari mumkin bo'lgan vaziyatlar tushuniladi. Boshqa, jismoniy va psixik jihatdan kuchli, ancha sog'lom odamlar bunday vaziyatlardan faqatgina toliqish yoki noqulaylikni his etish bilan chiqib ketadilar. Psixologik maslahatga murojaat etuvchilar - bu odatda hayotga yetarlicha yaxshi moslashib olmagan va o'z ishida unchalik band bo'lmagan odamlar bo'ladi, chunki psixologning to'la, batafsil maslahatini olish uchun vaqt talab etiladi.

Psixolog-maslahatchiga hayotda va hammadan ham ko'p yordam so'rab murojaat etuvchilar orasida ko'plab omadsiz odamlar bor, aynan omadsizlik o'zini jismoniy nosog'lom deb o'ylovchi mana shu odamlar psixolog tomonidan yordam

kutishga majbur etadi. Psixolog-maslahatchiga murojaat etuvchilar orasida u voki bu emotsional chetlanishga ega odamlar uchraydi, bu chetlanishlar o'z navbatida ko'plab ruhsizlik holati va umidsizlik oqibati hisoblanadi. Bu odamlar qachon psixologdan faol yordam izlashni boshlaydilar. Bu odatda ularda muammo paydo bolishi bilan darhol sodir bo'lmaydi, balki ularning hayotida eng og'ir damlar boshlanganida murojaat etadilar. Odam nima qilishni bilmaganida, yoki o'z muammosini mustaqil hal etish uchun uning imkoniyatlari qolmaganda psixologmaslahatchiga yordam so'rab keladi.

Ruhiy holati yomon bo'lganida, uning xayolida u bilan yoki unga yaqin odamlar bilan qandaydir qo'rqinchli holat sodir bo'layotgandek, yom on oqibatlariga olib kelishi mumkindek tuyulganda odam yordam so'rab psixologga murojaat etishi mumkin. Odamlar psixolog-maslahatchidan nimani kutishadi? Nima uchun unga murojaat etishadi? Bu savollarga quyidagicha javob berish mumkin:

1. Ba'zi mijozlar o'z muammolarini umuman qanday hal etishni biladilar va psixolog-maslahatchidan faqat ruhiy madad izlab boradilar.

2. Boshqalari muammoni qanday qilib hal etishni bilmaydilar va maslahat so'rab boradilar.

3. O'zlariga to'ia ishonmaydiganlar yoki o'z muammolarini hal etish uchun mavjud imkoniyatlaridan qaysi birini tanlashni bilmaydiganlar. Ularni ishontirish va ularning faolliklarini kerakli tomonga yo'naltirish kerak.

4. Bu ko'pincha bir o'zi yakka bo'lgan odamlar - shunchaki kim bilandir yurakdan gaplashib olish kerak, ularda odatda jiddiy psixologik muammolar bolmaydi, lekin vaqti-vaqti bilan diqqat bilan eshitadigan va mehribon suhbatdoshga juda muhtoj bo'ladilar.

Psixologik maslahat mijozlari orasida shunchaki qiziquvchanlik yoki shunchaki u bilan bahslashish istagi psixolog-maslahatchiga olib keladiganlari ham uchrab turadi. Ba'zilar haqiqatan ham psixolog - maslahatchi nima ekanligini va u nima bilan shug'ullanishini bilishni xohlaydilar, boshqalar oldindan ular psixolog-maslahatchiik maslahat davomida mijoz xulqini kuzatish natijaiariga tayanishi kerak.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Olimov, T. H. (2019). SPIRITUAL AND MORAL ASPECTS OF THE FORMATION OF CIVIL CULTURE IN FUTURE SPECIALISTS OF HIGHER EDUCATION. *Theoretical & Applied Science*, (12), 662-665.

2. Olimov, T. H. (2020). The image of a modern teacher in the formation of civic culture among future highly educated specialists. *Pedagogical skill-*

Bukhara, 5.

3. Olimov, T. H. (2019). Development issues of civil society and culture in the work of Eastern thinkers. *Pedagogical skill-Bukhara*, 2.

4. Olimov, T. H. (2016). Formation of self-awareness in youth. *Social and humanitarian sciences in the educational system.-Tashkent*, 4.

5. Olimov, T. (2020). BO'LAJAK OLIY MA'LUMOTLI MUTAXASISLARDA FUQAROLIK MADANIYATINI SHAKLLANTIRISHNING AYRIM YO'NALISHLARI. *FAN, TA'LIM VA AMALIYOTNING INTEGRASIYASI*, 1(1), 20-27.

6. Xolboyeva, G., & Olimov, T. (2023). O 'SMIRLAR MA'NAVIYATINI SHAKLLANTIRISHNING IJTIMOY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI. *Ilm-fan va ta'lim*, 1(7).

7. Xolboyeva, G., & Olimov, T. (2023). O 'SMIRLARDA STRESSLI VAZIYATLARDA KOPING XULQ-ATVOR STRATEGIYALARI NAMOYON BO 'LISHINING IJTIMOY PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI. *Ilm-fan va ta'lim*, 1(7).

8. Olimov, T. THE ROLE OF NATIONAL SPIRITUALITY AND VALUES IN THE DEVELOPMENT OF CIVIL CULTURE IN FUTURE SPECIALISTS WITH HIGHER EDUCATION.

9. Olimov, T. THE ROLE OF NATIONAL SPIRITUALITY AND VALUES IN THE DEVELOPMENT OF CIVIL CULTURE IN FUTURE SPECIALISTS WITH HIGHER EDUCATION.

10. Сайфуллаева, Н. Б. (2021). ВАЖНЫЕ АСПЕКТЫ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В СИСТЕМЕ КЛАССНЫХ УРОКОВ. *Вестник науки и образования*, (15-3 (118)), 40-42.

11. Sobirovna, S. Y. (2023). Maktabgacha ta'lim yoshidagi bolalarga ekologik tarbiya berish. *SAMARALI TA'LIM VA BARQAROR INNOVATSIYALAR*, 1(4), 160-166.

12. Сайфуллаева, Н. Б. (2022). ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ДИДАКТИЧЕСКОГО ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ В ОБУЧЕНИИ МАТЕМАТИКЕ. In *НОВЫЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ* (pp. 10-12).

13. Сайфуллаева, Н. Б. (2023). РОЛЬ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ОБУЧЕНИИ КОМПЬЮТЕРНЫМ НАУКАМ. *Universum: технические науки*, (4-1 (109)), 41-43.

14. Сайфуллаева, Н. Б. (2023). ВАЖНОСТЬ МАТЕМАТИКИ И ЕСТЕСТВЕННЫХ НАУК ДЛЯ УЧАЩИХСЯ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ:

Сайфуллаева Нозима Баходировна, преподаватель кафедры “Теория начального образования”, Бухарский государственный университет. Город Бухара. Республика Узбекистан. Образование и инновационные исследования международный научно-методический журнал, (1), 305-307.

15. Сайфуллаева, Н. Б. (2023). Методы Организации Уроков Математики В Начальных Классах С Использованием Цифровых Технологий. *Miasto Przyszłości*, 35, 388-390.

16. Сайфуллаева, Н. Б. (2023). РОЛЬ МАТЕМАТИКИ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ. *PEDAGOGS journali*, 1(1), 292-292.

17. Сайфуллаева, Н. Б. (2019). Роль дидактических игр в умственном развитии учащихся в математике начального класса. In *INTERNATIONAL SCIENTIFIC REVIEW OF THE PROBLEMS OF PHILISOPHY, PSYCHOLOGY AND PEDAGOGY* (pp. 102-106).

18. Сайфуллаева, Н. Б., & Марданова, Ф. Я. (2021). НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОРГАНИЗАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ПО ВЫСШЕЙ МАТЕМАТИКЕ. *Проблемы науки*, 84.

19. Сайфуллаева, Н. Б. (2020). Важные особенности дидактических игр в процессе обучения математике в начальных школах. In *ИННОВАЦИОННЫЕ МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ* (pp. 60-62).

20. Сайфуллаева, Н. Б., & Мурадова, Я. М. (2020). Пути эффективного использования методов обучения математике в начальных классах. In *EUROPEAN RESEARCH* (pp. 121-123).

21. Сайфуллаева, Н. Б. (2022). Методы определения потребностей обучающихся в процессе использования облачных технологий в образовании. *Universum: технические науки*, (2-1 (95)), 57-59.

22. Сайфуллаева, Н. Б., & Саидова, Г. Э. (2019). Повышение эффективности занятий, используя интерактивные методы в начальном образовании. *Научный журнал*, (6 (40)), 101-102.

23. Bahodirovna, S. N. (2023). KINDERGARTEN, SCHOOL AND FAMILY PARTNERSHIP IN TEACHING CHILDREN IN MATHEMATICS. *American Journal of Public Diplomacy and International Studies* (2993-2157), 1(10), 383-388.

24. Bahodirovna, S. N. (2023). FORMING CHILDREN'S IDEAS ABOUT THE SIZE OF OBJECTS AND THEIR MEASUREMENT. *Oriental Journal of Academic and Multidisciplinary Research*, 1(3), 102-107.

VOLUME-2, ISSUE-2

25. Bahodirovna, S. N. (2023). Organization Forms of the Development of Primary Mathematical Concepts in Children. *American Journal of Public Diplomacy and International Studies (2993-2157)*, 1(10), 138-143.

26. Сайфуллаева, Н. Б. (2023). ЭФФЕКТИВНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ДИДАКТИЧЕСКИХ ИГРОВЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ ПО МАТЕМАТИКЕ В НАЧАЛЬНЫХ КЛАССАХ. *Проблемы педагогики*, (2 (63)), 15-17.

27. Умурзоков, Д. (2023). МИЛЛИЙ ЎЗИНИ ЎЗИ АНГЛАШНИНГ ПСИХОЛОГИК МЕХАНИЗМЛАРИ. *Interpretation and researches*, 1(6).

28. Умурзоков, Д. Х. (2023). МИЛЛИЙ МАНСУБЛИК БОРАСИДАГИ ИЛК ЎСПИРИНЛАРНИНГ ТАСАВВУРЛАРИДА ИЖТИМОЙ РОЛЛАРНИНГ ЎРНИ. *Academic research in educational sciences*, 4(TMA Conference), 567-572.

29. Умурзаков, Д. Х. (2014). ЭТНОПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ОБРАЗОВ НАЦИОНАЛЬНОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ В СОЗНАНИИ РАННИХ ПОДРОСТКОВ. Человеческий фактор: Социальный психолог, (1), 110-116.

30. Умурзоков, Д. Х., & Расулова, Ю. Б. ИЛК ЎСПИРИНЛАРНИНГ ЁШГА ОИД ПСИХОЛОГИК ХУСУСИЯТЛАРИ ВА УЛАРНИ МИЛЛАТГА МАНСУБЛИКНИ АНГЛАШНИ ШАКЛЛАНТИРИШДАГИ ЎРНИ. *PSYCHOLOGIYA* Учредители: Бухарский государственный университет, (S2), 130-132.

31. Kholmurodovich, U. D., & Nuralievna, R. Z. (2021, February). CAUSES AND MOTIVATIONS OF CONFLICTS. In *E-Conference Globe* (pp. 26-28).

32. Kholmurodovich, U. D., & Nuriddinovich, S. A. (2021, February). SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL CAUSES OF MINOR CRIMES. In *E-Conference Globe* (pp. 23-25).

33. Умурзаков, Д. Х., & Жураева, Н. А. (2020). Женщины как объект управленческой деятельности. *European science*, (4 (53)), 45-47.

34. Ruziyeva, M. Y. (2020). About color symbols in folklore. *Journal of critical reviews. ISSN-2394-5125 VOL*, 7.

35. Ruziyeva, M. Y., & Aslonova, S. S. (2021). Theoretical and Practical Foundations of Teaching Folklore In Primary School. *Middle European Scientific Bulletin*, 10.

36. Ruziyeva, M. Y., & Lobar, S. (2023). Lyro-epic literary fairy tales in uzbek children's literature.

VOLUME-2, ISSUE-2

37. Yoqubovna, R. M. (2017). Expression of Attitude to Colors in Turkic National Ritual Songs. *ANGLISTICUM. Journal of the Association-Institute for English Language and American Studies*, 6(1), 54-68.
38. Yokubovna, R. M. (2020). About color symbols in folklore. *JCR*, 7(17), 461-466.
39. Ruziyeva, M. Y., & Lobar, S. (2023). Lyro-epic literary fairy tales in uzbek children's literature.
40. Bahrievna, P. N., & Ro'ziyeva, M. Y. (2023). Reforms and Innovations in the Educational System in Uzbekistan. *American Journal of Public Diplomacy and International Studies (2993-2157)*, 1(6), 47-51.
41. Ro'ziyeva, M. Y. (2020). COLOR SYMBOLISM IN UZBEK FOLKLORE. *Theoretical & Applied Science*, (5), 277-284.
42. Ruzieva, M. Y. (2022). SYMBOLISM OF MYTH, SYMBOL AND COLOR. *Ann. For. Res*, 65(1), 2719-2722.
43. Ruzieva, M. (2016). Colour and its psychoanalytical interpretation in folklore. *Язык и культура (Новосибирск)*, (23), 127-130.
44. Ro'ziyeva, M. Y. (2020). Color symbolism in Uzbek folklore. *ISJ Theoretical & Applied Science*, 05 (85), 277-284.
45. Bahrievna, P. N., & Ro'ziyeva, M. Y. (2023). Reforms and Innovations in the Educational System in Uzbekistan. *American Journal of Public Diplomacy and International Studies (2993-2157)*, 1(6), 47-51.
46. Ro'ziyeva, M. Y. (2021). O'qish darslarida fasllar bilan bog'liq matnlar va ularning ahamiyati: DOI: 10.53885/edinres. 2021.86. 66.011 Ro 'ziyeva MY, Boshlang 'ich ta'lim nazariyasi kafedrası mudiri, fffd (PhD) Madinabonu Xayrulloeva, BuxDU, boshlang'ich ta'lim yo'nalishi 4 kurs talabasi. In *Научно-практическая конференция* (pp. 23-24).
47. Ro'ziyeva, M. (2021). FOLKLORSHUNOSLIKDAGI YANGI BOSQICHLAR VA ULARNING TA'LIM JARAYONIDAGI AHAMIYATI: Mohichehra Ro'ziyeva, BuxDu Boshlang'ich ta'lim nazariyasi kafedrası mudiri, PhD, dotsent. In *Научно-практическая конференция* (pp. 21-22).
48. Ikromova, S. (2023). INTERPRETATION OF THE PSYCHOLOGICAL SAFETY FACTOR IN RELATION TO DESTRUCTIVE INFORMATION IN ADOLESCENTS. *Modern Science and Research*, 2(9), 390-394.
49. Ikromova, S. (2023). CONCEPT OF IDEOLOGY AND FORMATION OF IDEOLOGICAL IMMUNITY IN YOUTH STUDENTS. *Modern Science and Research*, 2(6), 1223-1226.

VOLUME-2, ISSUE-2

50. Ikromova, S. (2023). FORMATION OF IDEOLOGICAL IMMUNITY TO DESTRUCTIVE INFORMATION IN TEENAGERS. Modern Science and Research, 2(5), 1009-1014.

51. Ikromova, S. A. (2022). MILLIY VA DINIY QADRIYATLARNING INSON TARBIYASIDAGI O'RNI. Экономика и социум, (12-2 (103)), 675-678.

52. Ikromova, S. A. (2023). SHAXS OG 'ISHGAN XULQINING KO 'RINISHLARI VA DESTRUKTIV AXBOROTLARNING KO 'RINISHLARI. Educational Research in Universal Sciences, 2(10), 528-532.

53. Akbarovna, I. S. (2023). YOSHLARDA DESTRUKTIV G'OYALARGA QARSHI IMMUNITET HOSIL QILISH OMILLARI.

54. Akbarovna, I. S. (2023). TALABA YOSHLARDA MAFKURA TUSHUNCHASI VA MAFKURAVIY IMMUNITETNI SHAKLLANTIRISH.

55. Akbarovna, I. S. (2023). O'SMIRLARDA DESTRUKTIV AXBOROTLARGA NISBATAN MAFKURAVIY IMMUNITET SHAKLLANTIRISH.

56. Akbarovna, I. S. (2023). DESTRUKTIV AXBOROTLARGA NISBATAN MAFKURAVIY IMMUNITET SHAKLLANTIRISH IJTIMOY MUAMMO SIFATIDA. Barqaror Taraqqiyot va Rivojlanish Tamoyillari, 1(6), 26-29.

57. Akbarovna, I. S. (2023). MILLIY HARAKATLI O'YINLARNING BOLALAR TARBIYASIDAGI IJTIMOY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI.