



PSIXOLOG MUTAXASISLARDA REFLEKSIYANI RIVOJLANTIRISHNING O'ZIGA XOS XUSUSIYATLARI

Jalilova Munisa Abdurashid qizi
Osiyo Xalqaro universiteti magistranti

Annotatsiya: *Maqolada shaxsda refleksivlikning ma'no va amaliy ahamiyati, ilmiy asoslari, o'rganish usullari va bu ko'niklarni amaliyotga o'tkazishning ahamiyati haqida tushunchalar berildi. Refleksivlik, insonlarga o'zlarini tahlil qilish, o'z hayotlarini tashkil etish va o'zini boshqarishda yordam beradigan muhim bir jarayondir. Bu tahlil, insonlar uchun o'z hayotlarini yanada ma'naviy qilish va o'zgarishlarni kiritishda qanday yordam bera olishi kerakligini ko'rsatdi.*

Kalit so'zlar: *refleksivlik, o'zini tahlil qilish, maqsadni tuzish, xayollar, kommunikatsiya, rivojlanish.*

Zamonaviy jamiyatning iqtisodiy, siyosiy sohalaridagi o'zgarishlar munosabati bilan ijtimoiy sohalaridagi tabiiy o'zgarishlar masalasi paydo bo'lmoqda. Ta'lim zamonaviy voqelikda yashashga tayyor bo'lgan zamonaviy odamni tarbiyalash uchun mo'ljallangan. Bu zamonaviy talablarga javob beradigan, xususan, o'zini o'zi rivojlantirish, o'zini o'zi o'rganish, o'z malakasini muntazam ravishda oshirishga qodir bo'lgan, bolaga zamonaviy jamiyatning to'laqonli a'zosi bo'lishiga yordam beradigan psixolog.

O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Sh. M. Mirziyoyev: "Oldimizda yoshlarga tarbiya berish, psixologika-psixologiya va boshqa turli sohalarida kadrlarni tayyorlash va qayta tayyorlash bo'yicha murakkab vazifalar turibdi. Yana bir muammoni hal etish muhim hisoblanadi: bu – psixologlar va professor-psixologlar tarkibining professional darajasi, ularning maxsus bilimlaridir. Bu borada mashg'ulot olish, ma'naviy-ma'rifiy kamolot masalalari va haqiqiy qadriyatlarni shakllantirish jarayonlariga faol ko'mak beradigan muhitni yaratish zarur.." ⁵⁶ deb ta'kidlab o'tganlar.

Refleksivlikni insonning ichki dunyosi, uning o'zini o'zi anglashi, ma'naviyatni rivojlantirishga olib keladigan g'oyalarni shakllantiradigan qobiliyat sifatida o'rganishning falsafiy va uslubiy asoslari J. Dekart, J. Dyui, I. Kanta, G. Leybnits, J. Lokka, A. G. Asmolova, N. A. Berdyaeva, M. K. Mamardashvili, F. T. Mixaylova, S. L. Frank, F. Shleyermaxer, A. Shopenhauer va boshqa mualliflar. Shaxsiy va kasbiy o'zini o'zi rivojlantirish omili sifatida refleksivlikni rivojlantirishning psixologik va psixologik jihatlari, madaniy-tarixiy va ijtimoiy-madaniy makonda insonning refleksivligini rivojlantirish uchun mohiyat, shart-sharoitlarni anglash mexanizmi sifatida asarlarida mavjud. Maslou, K. Rogers, K. A. Abulxanova-Slavskaya, L. S. Vygotskiy, V. V. Iknova, N. B. Krilova, A. A. Rean, S. L. Rubinshteyn, V. I. Slobodchikov, I. S. Yakimanskaya va

⁵⁶ Mirziyoyev Sh. Tanqidiy tahlil, qat'iy tartib-intizom va shaxsiy javobgarlik – har bir rahbar faoliyatining kundalik qoidasi bo'lishi kerak. T. "O'zbekiston", 2017 y. – 45-b.



boshqa tadqiqotlar. Psixologik aks ettirish psixologning shaxsiy va kasbiy o'zini o'zi rivojlantirish mexanizmi sifatida N. asarlarida ta'limni gumanitarlashtirish g'oyasi kontekstida ko'rib chiqilgan. A. Aminova, A. A. Verbitskiy, S. G. Vershlovskiy, V. G. Vorontsova, G. P. Zvenigorodskaya, A. V. Karpova, L. N. Kulikova, E. A. Klimova, M. I. Lukyanova, T. V. Luchkina, A. K. Markova, E. M. Nikitina, N. A. Prom, I. N. Semenova, V. A. Slastenina, S. D. Stepanova, yu. I. Turchaninova, N. B. Shmeleva va boshqalar.

Refleksivlikning ilmiy-nazariy tahlili insonning ma'naviy rivojlanishini ta'minlashda katta o'rin o'ynaydi. Bu ko'niklar insonlarga o'zlarini boshqarish, o'z xayollarini, o'ylayotganlarini va hissiyotlarini tahlil qilishda yordam beradi. Bu bilan birga, shaxsda refleksivlikni rivojlantirish shu yerga qarab o'tkazilishi lozim bo'lgan bir necha amallarni o'z ichiga oladi: O'zini tahlil qilish va o'zini boshqarishni mustahkamlash: Shaxsda refleksivlikni rivojlantirishning boshlang'ich qismi o'zini tahlil qilish va o'zini boshqarishning keyinchalik hayotni qanday o'zgartirishini aniqlashdir. Buning uchun inson o'z tajribalarini va o'zining qarashlari bilan tanishini va ularni tahlil qilish uchun vaqtni ajrating. O'z hayollarini chuqurroq tahlil qilish: Refleksivlikni rivojlantirish o'zining o'ylayotganlarni chuqurroq tahlil qilishni o'rgatadi. Bu, o'zining xayollari va o'ylayotganlarini tahlil qilish orqali yangi maqsadlarni o'rnatish uchun yordam bera olishadi. O'zini o'rganish va tanish: Shaxsga o'z-o'zini tahlil qilish orqali o'zini o'rganish va o'z hayotini aniqlashning ahamiyatini tushuntirish. Bu, o'zining qadriyatlari, maqsadlari va hayoti haqida tushuntiradi. O'zini mustahkamlashtirish va yangi maqsadlarni qo'yish: Refleksivlikni rivojlantirish insonning o'z hayoti va qarashlari haqida yangi maqsadlarni aniqlashga yordam beradi. Shaxs o'z-o'zini chuqurroq tahlil qilishi va o'z hayoti uchun istalgan o'zgartirishlarni boshlashga imkon beradi.

Inson haqidagi psixologik ma'lumotni qo'llagan holda boshqa insonga ta'sir ko'rsatish amaliyoti psixolog kasbiy faoliyatining, ta'sir ko'rsatish darajasi va psixolog insonning shaxsiy hayotini kechishiga javobgarligi darajasiga ko'ra farq qiluvchi bir necha turlariga bo'linadi. Psixologik tashxis, psixologik tuzatish, psixologik maslahat, psixoterapiya va boshqalar psixologning kasbiy faoliyati turlari sifatida nafaqat turli vazifalari bilan, balki boshqa insonga ta'sir ko'rsatish vositalari bilan ham farq qiladi. Kasbiy faoliyatning barcha turlarida ham psixolog olingan psixologik ma'lumot va kasbiy ta'sir ko'rsatishning aniqligiga shaxsan mas'ul va javobgardir. Javobgarlik darajasi va uning to'liq anglanishi uning kasbiy refleksiyasining zaruriy shartlaridan hisoblanadi. "Amaliyotchi o'z shaxsiy amaliyotini refleksiyalashtirsa, hech bo'lmaganda uni anglash uchun atayin tirishib harakat qilsagina haqiqiy mutaxassisga aylanadi. Aks holda biz "boshsiz chavandoz" kabi psixologik amaliyotga duch kelamiz". Bundan tashqari, refleksiv faoliyat kasbiy jihatlarni rivojlanishini barqarorlashtiradi, boyitadi, kuchaytiradi. Refleksiya faqatgina insonda mavjud tafakkur, ong, o'zini o'zi anglash, iroda va boshqa psixik hodisalarga bog'lanmaydi. U barcha psixik funktsiya va mexanizmlarni rivojlantiradi. Refleksiyada jarayonlarni amalga oshirishning quyidagi ketma-ketligi ajartib ko'rsatiladi: faoliyatdagi qiyinchiliklarni qayd etish, faoliyatdan



refleksiya maydoniga chiqish, vazifani qayta qurish, qiyinchiliklar sabablarini aniqlash, harakatni qayta loyihalashtirish, refleksiya maydonidan faoliyat maydoniga o'tish, faoliyatni amalga oshirish va boshqalarni kiritish mumkin. Refleksiv jarayonlar faoliyatni tashkillashtirish turiga ko'ra, harakatning avvalgi usulini saqlab qolinishini, yoki uning o'zgartirilishini ta'minlashi mumkin. Kasbiy faoliyat va refleksiya bir-biri bilan ajralmas birlik holatida bo'ladi: faoliyatdagi o'zgarishlar ertami kechmi refleksiyadagi o'zgarishlarga olib keladi, refleksiyadagi o'zgarishlar esa faoliyatdagi o'zgarishlarga olib keladi. Kasbiy faoliyatdagi o'zgarishlar refleksiyaga madaniy shakl berilganda tezroq yuz beradi. Refleksiyaning rivojlanishi bu jarayonga madaniyatning ta'sirisiz amalga oshishi mumkin emas. Madaniyat mavjud bo'lishining mezonga oid shakli mohiyatni faoliyatni tashkillashtirish, baholash, his qilish, boshdan kechirishning kelgusidagi omillarini qayd qilishdan iborat bo'ladi. Refleksiyaga madaniy asosni olib kirish bilan birga insonda o'z manfaatlariga erishishning avvalgi mantig'i bilan madaniy birliklar, mezonga oid asos mohiyatini bo'ysundirish mantig'i o'rtasida ziddiyatlar vujudga keladi. Ziddiyat subyektivlikning o'zining o'zgartirilishi yordamida hal etiladi. Avval inson madaniy predmet mohiyatini va uning asosida shakllanayotgan me'yorlarni, u o'z manfaatlarini va avvalgi meyorlarni amalga oshirishga tayyorligi mos kelmaganligi sababli, shuningdek, yangi meyorlarni amalga oshirish qobiliyatining mavjud emasligi sababli tushunmaydi va qabul qila olmaydi. Avvalgi ehtiyojlarni qondirish yangi meyorlarni amalga oshirishga bog'liqligi faoliyat uchun ichki holat bo'lgan sababni qayta qurishga majbur qiladi. Inson sabablarning yangi mohiyatiga, qadriyatlarni qabul qilishga ochiladi, so'ngra ularni "o'ziniki"ga aylantirgan holda interiorizatsiyalashtiradi. Shunday qilib, refleksivlik- bu kriterial (mezonga oid) asos mohiyatidan kelib chiquvchi refleksiv jarayonlarni amalga oshirishning vosita (jihat) va meyorlari tizimidir. Vosita va meyorlarning ushbu tizimi refleksiv jarayonlarning ahamiyatini aks ettirishi, har qanday murakkablikdagi refleksiv jarayonlarni tasodifiy bo'lmagan tashkillashtirilishi uchun to'liq va yetarli bo'lishi va unga qarama-qarshi bo'lmasligi lozim. Bundan tashqari u inson psixikasining buzilishiga olib kelmasligi, insonga nisbatan "ekologik" bo'lishi zarur

Ma'lumki, psixologning kasbiy fikrlash xususiyati sifatida refleksivlik uning faoliyatidan tashqarida tashqi kuzatuv uchun ochiq emas. Ko'pgina psixologik vaziyatlar orasida psixologni ularga nisbatan aks ettiruvchi pozitsiyaga kirishga ko'proq "qo'zg'atadigan" holatlar mavjud. Bularga muammoli, ziddiyatli vaziyatlar kiradi, bunda psixolog "bu erda va hozir"rejimida qaror qabul qilish zarurati bilan duch keladi. Afsuski, bunday sharoitda har doim ham to'g'ri yechimlar mavjud emas. Biroq, hozirgi vaziyatda psixologning xatosi emas, balki uning keyingi xatti-harakati alohida ahamiyatga ega. A. A. Bizyayeva psixologlarning kasbiy refleksivligi yetishmasligidan dalolat beruvchi belgilar qatoriga boshqalarga aniq bo'lgan har qanday professional xatoga yo'l qo'ygan psixologning har qanday holatda ham o'z pozitsiyasini isbotlab, o'z xatolarida davom etish istagi kiradi.



Psixologning bunday taktikasi o'zining "men" ini, o'zi uchun muammoli vaziyatda o'zining professional mag'rurligini himoya qilishga qaratilgan. Biroq, u psixologning xatti-harakatlari to'g'risida past darajadagi xabardorligini aniqlaydi. Psixologning kasbiy xatolariga reflektiv yondashuvi ularni shaxs sifatida o'zidan ajratishga imkon beradi ("men insonman. Men xato qilyapman, lekin bu mening xatolarim men ekanligimni anglatmaydi"). O'z muammolarini o'zidan ajratish ularni tan olish va tahlil qilishga olib keladi. Bu, o'z navbatida, psixologni, bir tomondan, haddan tashqari professional mag'rurlikdan, o'zining xatosizligini his qilishdan, boshqa tomondan, u haqidagi boshqa odamlarning fikriga nisbatan zaiflikdan xalos qiladi. Psixologda kasbiy refleksivlikning yetishmasligi, shuningdek, psixolog talabalar bilan to'g'ridan-to'g'ri o'zaro munosabatlar sharoitida qabul qilishi kerak bo'lgan qarorlar sifatida namoyon bo'ladi. Ko'pgina tadqiqotchilar interaktiv sharoitda qaror qabul qilish muammolarini tan olishadi, bu vaziyatda psixologlar refleksiv emas, balki impulsiv harakat qilishadi, aql-idrokka emas, sezgi asosida, ma'lum bir vaziyatda odatiy va oqilona bo'lmagan yondashuvni tanlaydilar.

Shaxsda refleksivlik, inson tajribalarining, o'ylayotganlarining va o'zini tahlil qilishining quyidagi asosiy jihatlari bo'yicha tushuntiriladi. Refleksivlik nima? Refleksivlik, insonning o'z-o'zini tahlil qilish, o'z xayollarini, g'amginlarini, o'ylashlarini va hissiyotlarini chuqurroq tushuntirish qobiliyatiga aytiladi. Bu, o'z-o'zini tahlil qilish, o'z-o'ziga qarashlarini va tajribalarini chuqur ko'rgan yoki nazorat qilgan holda o'zini ko'rib chiqishi bilan bog'liqdir.

Xulosa qilib aytganda shaxsda refleksivlik muammosining ilmiy-nazariy tahlili, insonning o'zini tahlil qilish, o'z hayotini tashkil etish va o'zini boshqarishning ilmiy asoslari haqidagi jarayon bo'ldi. Bu tahlil, insonlarni o'z-o'zlarini boshqarishda, o'z hayotlarini o'zgartirishda va o'zaro aloqalarda yaxshi natijalarga erishishda yordam beradi. Refleksivlikning ilmiy-nazariy tahlili insonlarga o'z xayollarini va o'ylayotganlarini chuqurroq tahlil qilishni o'rganish, yangi maqsadlarni qo'yish va ularga erishishni osonlashtirishga imkon beradi. Shu bilan birga, shaxsda refleksivlikni rivojlantirish, o'zini tahlil qilish, o'zini boshqarish va o'zaro aloqalarni rivojlantirish uchun muhim bir vosita sifatida xizmat qiladi. So'nggi so'zda, shaxsda refleksivlik muammosining ilmiy-nazariy tahlili insonlarga o'z-o'zlarini boshqarishda va o'zaro aloqalarda yaxshi natijalarga erishishlari uchun kerakli bo'lgan bir qo'llanma sifatida xizmat qiladi. Bu tahlil orqali insonlar o'zlarini o'zlashtirish va o'z hayotlarini yangi o'ylayotganlariga qarashlarini o'zgartirish orqali mustahkam va rivojlangan insonlar bo'lishlari mumkin.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. David G. Mayers Psychology, © 2010 by Worth Publishers.
2. Djeys U, Kalat. Psychology. 2013.



3. Ivanov P.I., Zufarova M.E. Umumiy psixologiya. Darslik. -T.: O'zbekiston faylasuflari milliy jamiyati. 2008. -480 b.

4. G'oziyev E.G'. Umumiy psixologiya. Darslik. -T.: O'zbekiston faylasuflari milliy jamiyati, 2010.- 488 b.