



PSIXOLOGIK YORDAM KO'RSATISHDA KAUCHING PSIXOLOGYASINI O'RNI

Tolibjonov Axadjon Farxod o'g'li

Toshkent shahar Jamoat xavfsizligi universiteti

talabasi psixologiya yo'nalish 2-kurs talabasi

+998911141413

<https://doi.org/10.5281/zenodo.7243505>

ARTICLE INFO

Received: 10th October 2022

Accepted: 15th October 2022

Online: 24th October 2022

KEY WORDS

Murabbiylik psixologiyasi,
psixologik subintizom,
murabbiylik konsalting,
psixologik maslahat, mas'uliyat
va xabardorlik.

ABSTRACT

Ta'lim sohasidagi murabbiylik hayotning barcha jabhalarida, jumladan, ta'lim sohasida xam yuqori cho'qqilarga erishishga yordam beradigan ta'lim jarayoni sub'ektlari o'rtasidagi uzoq muddatli hamkorlik sifatida qarladi. Mazkur maqolada Psixologik yordam ko'rsatishda kauching ya'ni murabbiylik psixologiyasining o'rni va vazifalari haqida ma'lumot beriladi.

Murabbiylik psixologiyasi rasmiy ravishda psixologik subintizom sifatida 2000-yilda birinchi "Kauching psixologiyasi" kursi boshlanganda boshlandi Sidney universiteti. O'shandan beri, bilimdon jamiyatlar murabbiylik psixologiyasiga bag'ishlangan shakllantirilgan va ekspertlar tomonidan ko'rib chiqilgan jurnallarda murabbiylik psixologiyasida tadqiqotlar nashr etilgan. Murabbiylik psixologiyasining qo'llanilishi quyidagilardan iborat: tarbiyaviy, kauching, yetakchilik va korporativ murabbiylik.

Psixologik nazariya va amaliyotning murabbiylikka (xususan, sport murabbiylikiga) dastlabki tatbiq etilishi XX-asrning 20-yillariga to'g'ri keladi. 1926 yilda, Koulman Griffit nashr etilgan Murabbiylik psixologiyasi: murabbiylik usullarini psixologiya nuqtai nazaridan o'rganish.[2] Futbol va basketbol jamoalarining kuzatuvlariga asoslanib, Griffit murabbiylikning tomoshabin

effektlari, ortiqcha murabbiylik muammolari, o'rganish tamoyillari kabi turli jihatlarini muhokama qildi. Griffit "sifatida qayd etilgan Amerikadagi birinchi sport psixologi "va psixologiya fanini murabbiylikka tatbiq etuvchi kashshof. Yillar o'tib murabbiylar psixologiyasiga oid ko'proq matnlar paydo bo'la boshladi. 1951 yilda, Jon Loter ning Penn davlat universiteti nashr etilgan Murabbiylik psixologiyasi. Dastlabki kitob WorldCat sarlavhasida "murabbiylik psixologiyasi" atamasi bilan Zamonaviy murabbiylik psixologiyasi Kurtiss Gaylord tomonidan 1967 yilda nashr etilgan.

Hozirgi kunda murabbiylik psixologiyasi bo'yicha adabiyot va tadqiqotlarga bag'ishlangan bir qator jurnallar mavjud. Masalan; misol uchun, Murabbiy psixologi (2005 yildan beri) SGCP tomonidan ta'minlanadi. IGCP va IGCP birgalikda nashr etadi Xalqaro murabbiylik psixologiyasini o'rganish (2006 yildan beri). Xalqaro murabbiylik



psixologiyasi (2009 yildan beri) Xalqaro murabbiylik psixologiyasi jamiyati tomonidan nashr etilgan.

Psixologga murojaat qilganlarning aksariyati psixologik maslahat va kauching haqida kam tasavvurga ega. Ko'pchilik uchun bu so'zlar juda jirkanchdir va ba'zilar uchun nima uchun ular ushbu xizmatlardan foydalanishlari kerakligi aniq emas. Har bir inson munosib hayotni xohlaydi, lekin shunday bo'ladiki, u muammolarga botib, hayotini yaxshilashga intilish istagini yo'qotadi.

Kauching va psixologiya muammoni hal qilishga va hayotingizni yaxshilashga yordam beradi. Ularning vazifasi shaxsiy o'sish va mijozning maqsadiga erishishdir. Ular psixologiya, moliya, menejment va falsafa asosida yaratilgan.

Kauching (ingilizcha- murabbiy degan ma'noni bildiradi). Kouching - bu murabbiy va mijoz o'rtasidagi o'zaro munosabatlar jarayoni bo'lib, unda murabbiy mijozni o'z hayotida mustaqil qarorlar qabul qilishga, mas'uliyatni o'z zimmasiga olishga va shaxsiy salohiyatini ochib berishga undaydi.

Psixologik maslahat - bu hayotiy vaziyatni tushunish va sabablarini topish uchun mijoz tomonidan yo'naltirilgan psixologik amaliyot sohasi bog'langan. Psixologik maslahat mijozga o'zini o'rganishga, boshqa odamlar va butun dunyo bilan shaxsiy munosabatlarini tushunishga yordam berishga qaratilgan.

Psixologga yordam so'rab, o'z his-tuyg'ularida adashgan mijoz, dono, tajribali, kuchli mutaxassis yordam qo'lini cho'zadi. Psixolog mijoz bilan maslahatchi lavozimida ishlaydi.

Kauching - bu insonning haqiqiy orzu qilingan maqsadlarini amalga oshirish, shakllantirish va unga erishish, uning

shaxsiy imkoniyatlarini ochib berish va amalga oshirishga qaratilgan jarayon. Mijoz bilan o'zaro munosabatlar davomida "teng asosda" pozitsiyani egallang. Psixolog va murabbiy o'rtasidagi farq nima degan savol tug'iladi.

Murabbiylik konsaltingdan farq qiladi, chunki mijoz va murabbiy o'rtasidagi o'zaro hamkorlik mijozning qo'yilgan maqsadga erishish uchun salohiyatini ochishga qaratilgan. Murabbiy mijoz bilan teng sharoitda ishlaydi, uning salohiyatiga ishonadi, har bir mijozga ishonadi. Murabbiy va mijoz o'rtasida masofa bo'lmagan savol-javob shaklida suhbat mavjud. Murabbiy mashg'ulotlarda mijoz maqsadlarga erishish jarayonini, o'ziga va umuman hayotiga nisbatan mas'uliyat va xabardorlikni o'rganadi.

Kauching odamni o'z muammosini mijozning o'zi tomonidan aniq belgilangan maqsadga muvofiq hal qilishga olib boradi. Murabbiylik ongli mehnat (ya'ni ong darajasida ishlash) va shaxs o'zi bajarishi kerak bo'lgan bosqichlar ketma-ketligini o'z ichiga oladi, murabbiy esa ustoz va ustoz vazifasini bajaradi.

Murabbiylik ma'lum bir natijaga erishishni anglatadi. Murabbiy mashg'ulotlarning davomiyligi va soni mijoz tomonidan qo'yilgan maqsadga bog'liq bo'lib, murabbiy bilan birinchi uchrashuvda muhokama qilinadi. Murabbiy bir mashg'ulotda kichik va oson maqsad bilan natijalarga erisha oladi va global maqsadlar bilan bir necha oygacha ishlashi mumkin. Barcha murabbiylik mashg'ulotlari natijalariga ko'ra, mijoz mustaqil ravishda ijobiy fikrlashni va belgilangan vazifaga erishishni o'rganadi. Kouching quyidagilar uchun qo'llaniladi:

✓ oqilona rejalashtirish (maqsadlarni belgilash, harakatlar rejasini tuzish);



- ✓ murabbiy tomonidan ko'rsatmalarning bajarilishini qo'llab-quvvatlash va nazorat qilish;
- ✓ natijani birgalikda tahlil qilish.
- ✓ Va natija: o'ziga nisbatan hurmatli munosabat;
- ✓ o'z-o'zini hurmat qilishning ortishi;
- ✓ to'liq maxfiylik (bu devorlar ichida eshitilgan hamma narsa ular ichida qoladi);
- ✓ qo'rquv va tashvishlardan xalos bo'lish;
- ✓ o'z-o'zini anglashning yangi usullarini topish;
- ✓ hayotga yangicha qarash va kichik narsalardan zavqlanish imkoniyati;

- ✓ fikrlash stereotiplarini o'zgartirish.

Muxtasar qilib aytganda, kauchingning ishi har doim mijoz bilan hamkorlikka asoslangan va shuning uchun konsalting bilan solishtirganda ba'zi cheklovlar mavjud. Murabbiylik va psixologik maslahatlar psixologiya, neyrofiziologiya, kognitiv fanlar va qonuniyatlarning ongsiz jarayonlari bilan ishlash ko'nikmalariga oid istisno bilimlarga asoslanadi. Va bu ikki usul bir xil psixologik qonuniyatlar va yondashuvlarga asoslanganligi bilan o'xshashdir.

References:

1. Салихов, Т. (2021). Psychological Characteristics Of Increasing Cognitive Activity In Elementary School Students. ЦЕНТР НАУЧНЫХ ПУБЛИКАЦИЙ (buxdu. uz), 7(7).
2. Гайбуллаев, А. А. Психология: происхождение и структура научного факта. Вестник интегративной психологии, 19(19), 115-119.
3. Allen, Kimberli (2016), Allen, Kimberli (tahr.), Oilaviy hayotda murabbiylik qilish nazariyasi, tadqiqotlari va amaliy ko'rsatmalari, Springer International Publishing, doi:10.1007/978-3-319-29331-8_2, ISBN 9783319293318
4. Griffit, Koulman (1926). Murabbiylik psixologiyasi. Nyu-York, Nyu-York: Charlz Skribnerning o'g'illari.
5. Palmer, Stiven; Whybrow, Alison (2007). Murabbiylik psixologiyasi bo'yicha qo'llanma: amaliyotchilar uchun qo'llanma. Sharqiy Sasseks: Routledge.
6. Adams, Mark (2016-03-17). "Murabbiylik psixologiyasi: ta'lim psixologlari uchun amaliyotga yondoshish". Amaliyotda ta'lim psixologiyasi. 32 (3): 231-244. doi:10.1080/02667363.2016.1152460. ISSN 0266-7363.
7. https://uz.zahn-info-portal.de/wiki/Coaching_psychology
8. <https://online-psychoanalyst.ru/courses/kouching/psixologicheskoe-konsultirovanie-i-kouching/>