

PSIXOLOGIK MASLAHAT BERISHGA USULLARI

Po'latov O'lmasjon O'tkir o'g'li

Qashqadaryo viloyati Koson tumani 89-maktab psixologi

***Anotatsiya:** Ushbu maqola maktab psixologlarini maslahat berishdagi muhim tomonlari va maslahat berishning qonun-qoidalari haqidagi ma'lumotlar bilan boyitilgan.*

***Kalit so'zlar:** Psixologik maslahat, tavsiya, xulosa, psixolog, psixologik xizmat, kasbiy sir, inson huquqlari, majburiyat*

Maslahat berish — bu psixolog-maslahatchi va mijozlarning ikkala tomonning shaxs sifatida tengliklari jarayonidir. Ushbu tenglik doimiy hisoblanadi va maslahat berishning barcha bosqichlari uchun taalluqlidir. Agarda psixolog-maslahatchi haq bo'lsa, unda maslahatchi uni ishontirishda davom etishi kerak va faqatgina psixologning urinishlariga yengib bo'lmas qarshilik ko'rsatgan holdagina to'xtatish kerak bo'ladi. Shundan keyin maslahatchi mijoz o'zi qanday to'g'ri deb hisoblasa, shunday harakat qilishga imkon berishi kerak.

Psixologik maslahatga va psixolog-maslahatchi amaliy ishiga qo'yiladigan umumiy, kasbiy va ma'naviy-axloqiy talablar tizimi nizomlarda juda yaxshi aks ettirilgan. Mana shu Nizomning ko'pchilik qoidalari psixolog-maslahatchi ishiga bevosita qo'llanilgan. Ularning «psixolog» iborasi o'rniga «psixolog maslahatchi» so'z birligini kiritib, ushbu qoidalarni eslatib o'tamiz. Psixolog-maslahatchining kasbiy faoliyati u taklif etgan tavsiyalari uchun mijoz oldida mas'uliyati bilan ifodalanadi. Psixolog-maslahatchining kasbiy faoliyati ma'naviy-axloqiy va yuridik asoslarga muvofiqlikka tayanishi kerak. Psixolog-maslahatchining faoliyati mijozning intellektual va shaxsiy rivojlanishi yo'lida har qanday cheklanishlarni olib tashlashni ko'zda tutuvchi insonparvarlik maqsadlariga erishishga qaratilgan. Psixolog-maslahatchi o'z ishini mijoz shaxsini so'zsiz hurmat qilish va daxlsizligi asosida tashkil etadi. Psixolog-

maslahatchi inson huquqlari deklaratsiyasi bilan belgilangan inson huquqi asoslarini hurmat qiladi. Mijozlar bilan ishlashda psixolog-maslahatchi halollik va ochiqlik tamoyillariga amal qiladi. Shu bilan birga u mijozga maslahat va tavsiyalarni berganda puxta o'ylashi va ehtiyot bo'lishi kerak. Psixolog-maslahatchi mijoz huquqlari buzilishini sezganda o'z kasbiy birlashmalari a'zolari, hamkasblariga xabar berish, mijozlar bilan insonparvarlik munosabatlari buzilayotgani holatlarini aytishi kerak. Psixolog-maslahatchi mijozlarga kerakli ma'lumoti, malakasi, bilimlari va ixtisosi mavjud bo'lgan xizmatlarni ko'rsatishi mumkin. O'zishida psixolog-maslahatchi faqat zamonaviy umumfan standartlariga javob beradigan sinovdan o'tgan metodikalarni qo'llashi kerak. O'zining bilimlari va malakalarini doimiy ravishda yuksak darajasini ta'minlab turish psixolog-maslahatchining majburiy tarkibiy qismi hisoblanadi. Ilmiy tajribalarga to'la javob bermaydigan, yetarlicha sinovdan o'tmagan psixologik metodlar va tavsiyalarni qo'llashga majbur bo'lganida psixolog-maslahatchi bu haqida o'z mijozlarini ogohlantirishi va o'z xulosalarida juda ehtiyot bo'lishi kerak. Psixolog-maslahatchi o'z mijozni to'g'risida ma'lumotni oshkor qilishga yoki maslahatlar natijasi to'g'risida ma'lumotni uchinchi shaxsga aytishga haqqi yo'q. Psixolog-maslahatchi huquqi bo'lmagan, kasbiy tayyorgarlikka ega bo'lmagan shaxslarning psixologik maslahatlar va psixologik ta'sir ko'rsatish metodlaridan foydalanishlariga to'sqinlik qilishi hamda shunday «mutaxassislarning» xizmatlaridan foydalanayotganlarni bu haqda ogohlantirishi kerak. Psixolog-maslahatchi huquqi bo'lmagan odamlarga mijozlar bilan psixologik ishlar metodlarini o'rgatishi mumkin emas. Psixolog-maslahatchi mijoz tomonidan nookrini ishonch va umid yuzaga keltirmaslik uchun, ehtiyot bo'lishi kerak, unga bajarib bo'lmaydigan va'dalar, maslahatlar va tavsiyalar bermasligi kerak. Psixolog-maslahatchi mijozlarga taalluqli axborotlarni sir saqlash uchun shaxsiy javobgarlikni bo'yniga oladi. Odob normalariga amal qilish psixolog-maslahatchi amaliy ishida majburiy hisoblanadi. Bundan tashqari kasbiy tayyorlangan yaxshi psixolog-maslahatchining kasbiy tola tayyorlanmagan psixolog-maslahatchidan

ajratib turadigan yana bir qator muhim farqlar bor. Bu farq psixolog-maslahatchining mijozga bo'lgan munosabati, psixologik maslahatlar davomida uchrab turadigan qiyin vaziyatlardan u qanday chiqa olishiga bogliq. Psixolog maslahatchining asosiy qobiliyat va xususiyatlari quyidagilar bo'lishi lozim.

Empatiya - bu psixolog-maslahatchi ega bo'lishi kerak bolgan asosiy shaxsiy sifatdir. Bu sifatda odamning boshqa odamni psixologik his etishga va tushunishga, o'z dunyoqarashini vaqtincha esdan chiqarib uning ko'zi bilan dunyoga qarashga tayyorligidir. Bu sifatni psixolog-maslahatchi butun maslahat berish jarayoni davomida namoyon etadi va shuning hisobiga mijozni yaxshiroq va chuqurroq tushunadi, unga samarali yordam bera oladi.

Ochiqlik — shaxs xislati bo'lib, bir necha ko'rinishlarga ega bo'ladi. Birinchidan, psixolog-maslahatchining shaxssifatida mijoz uchun ochiq bo'lishga tayyorligi (lekin mijoz bilan maslahatchi o'zini almashib va mijoz maslahatchining muammolari to'g'risida bilib olib, uning o'ziga rahmi keladigan, hamdardlik qiladigan darajada emas). Rollarni almashish odatda psixolog-maslahatchi mijozga o'z muammolarini gapira boshlab, unda maslahatchiga yordam berish istagi paydo bolganida sodir bo'ladi. Ochiqlik me'yori mijozning sezgisi bilan belgilanadi: Agarda u psixolog maslahatchini ochiq inson deb hisoblasa va uning oldida ochiqlikdan qoniqsa - demak, maslahatchining mijoz oldidagi ochiqlik masalasida hammasi joyida hisoblanad. Ikkinchidan, ochiqlik —bu psixolog-maslahatchining mijoz bilan muloqotda faqat o'z ustunliklarini emas, balki imkoniyatlarini va kamchiliklarini mijozga tabiiy namoyon etib, qanday bo'lsa shundayligicha qolishga intilishidir. Ochiq inson bo'lib psixologmaslahatchi o'zining kamchiliklarini mijozga namoyon etib, uni o'ziga tortish yoki hayron qoldirishni, uning tomonidan hamdardlik yuzaga keltirishni xohlamaydi, balki maslahatchining o'zi ham oddiy tirik odam, barcha kabi ekanligini ko'rsatishni, kamchiliklari ham borligini va maslahat berish jarayonida hayotda unga xos bo'lmagan rolni o'ynashga harakat qilmasligini ko'rsatishga harakat qiladi.

Uchinchidan, ochiqlik maslahatchining mijozga u bilan har qanday masalalarni muhokama etishga tayyorligini ko'rsatishida namoyon bo'ladi. Empatiya ochiqlikni keltirib chiqaradi, biri ikkinchisiz deyarli mavjud bo'lishi mumkin emas. Maslahatchining mijoz to'g'risida chin ko'ngildan qayg'urishi, psixolog-maslahatchining mijoz to'g'risidagi shaxsiy g'amxo'rliqi ifodasi deb tushuniladi. Bunday g'amxo'rlik ham haddan tashqari bo'lishi kerak emas. Mijozning psixologik holatiga haya jonlanuvchi ta'sir ko'rsatmaslik uchun psixolog-maslahatchi mijoz bilan muloqotda haddan tashqari ta'sirchan odam bo'lmasligi tavsiya etiladi.

Do'stonalik — bu ham maslahatchining muhim psixologik sifati hisoblanadi. Ushbu sifat deyarli yuqorida aytib o'tilgan barcha shaxs xislatlari bilan aloqador bo'lsa ham, u o'zining shaxsiy individual ko'rinishiga ega. Ularga masalan har qanday vaziyatlarda, nima bo'lsa ham va mijoz o'zini qanday tutishiga qaramay psixolog maslahatchining u bilan do'stona muloqot usulini saqlab qolishini bildiradi.

Psixologik maslahat amaliyotida psixolog-maslahatchining mijozga baho bermaslik deb ataluvchi munosabati alohida o'rin egallaydi. Bu nimani anglatishini tushuntirib o'tamiz. Psixolog-maslahatchining mijoz bilan muloqot davomida uning harakatlari va shaxsini to'g'ridan to'g'ri baholamasligi zarur. Uning muammolarini iloji boricha chuqurroq tushunishi va ushbu muammoni hal etishda unga yordam berishdan iborat hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Psixologik maslahat va korreksiyaga oid ma'ruzalar.
2. V.M.Karimova, R.Sunnatova. «Mustaqil fikrlash» o'quv qo'llanmasi bo'yicha mashg'ulotlarni tashkil etish uslubiyoti. Toshkent «SHarq» 2000
3. Ye.G'oziev, SH.V.Azizova "Tashkiliy psixologiya" Toshkent-1999y.
4. M.Rajabov "Eksperimental psixologiya metodlari to'plami". Farg'ona 2012
5. SHEvandrin N.I. Psixodiagnostika, korreksiya i razvitie lichnosti. — M.: