



## ZAMONAVIY TA'LIMDA PSIXOLOGIK QO'LLAB QUVVATLASHNING AHAMIYATI

Xudoyqulova Maxfuza Zoxidjonovna

Toshkent viloyati Olmaliq shahar MMTB ga qarashli 14-son maktabning amaliyotchi  
psixologi

**Annotatsiya:** Ushbu maqolada zamonaviy ta'lim tizimida psixologik qo'llab-quvvatlashning ahamiyati, uning o'quvchilar va pedagoglar faoliyatidagi o'rni hamda ta'lim samaradorligini oshirishdagi roli yoritilgan. Shuningdek, yoshlarning ruhiy salomatligini saqlash, stress va hissiy zo'riqishlarning oldini olish, motivatsiyani kuchaytirish hamda sog'lom psixologik muhit yaratish masalalari tahlil qilingan. Maqolada ta'lim jarayonida psixologik xizmatning zamonaviy yo'nalishlari, individual yondashuvning ahamiyati va oila, pedagog hamda psixolog hamkorligining zaruriyati haqida fikr yuritilgan.

**Kalit so'zlar:** psixologiya, ta'lim, qo'llab-quvvatlash, motivatsiya, stress, pedagog, o'quvchi, muhit, muloqot, moslashuv, rivojlanish, tarbiya, emotsiya, hamkorlik, inklyuziv ta'lim.

Bugungi globallashuv va axborot texnologiyalari jadal rivojlanayotgan davrda ta'lim tizimi oldiga nafaqat bilim berish, balki shaxsning ruhiy, ijtimoiy va ma'naviy jihatdan barkamol rivojlanishini ta'minlash vazifasi ham qo'yilmoqda. Zamonaviy ta'lim jarayoni o'quvchi, talaba va pedagoglardan yuqori darajadagi intellektual salohiyat, mustaqil fikrlash, tezkor moslashuvchanlik hamda psixologik barqarorlikni talab etadi. Shu sababli ta'lim muassasalarida psixologik qo'llab-quvvatlash tizimini samarali tashkil etish dolzarb masalalardan biriga aylanmoqda. Chunki insonning ruhiy holati uning o'quv faoliyati, bilimlarni o'zlashtirish darajasi, jamoadagi munosabatlari va kelajakdagi kasbiy muvaffaqiyatiga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Hozirgi davr yoshlarida turli xil psixologik muammolar, jumladan, stress, depressiv holatlar, o'ziga ishonchsizlik, kommunikativ qiyinchiliklar, ijtimoiy moslashuvdagi muammolar, oilaviy bosim va virtual muhit ta'sirida yuzaga kelayotgan ruhiy zo'riqishlar tobora ko'payib bormoqda. Ayniqsa, ta'lim jarayonidagi yuqori talablar, baholash tizimi, raqobat muhiti va kasb tanlash bilan bog'liq mas'uliyat o'quvchilarning psixologik holatiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Bunday sharoitda psixologik qo'llab-quvvatlash nafaqat muammoni bartaraf etuvchi vosita, balki shaxsning ichki imkoniyatlarini yuzaga chiqaruvchi, uning motivatsiyasini oshiruvchi va sog'lom ruhiy muhitni shakllantiruvchi muhim pedagogik omil sifatida namoyon bo'ladi.

Zamonaviy pedagogik yondashuvlarda ta'limning insonparvarlik tamoyili alohida o'rin egallaydi. Ushbu tamoyilga ko'ra, har bir o'quvchining individual qobiliyati, ruhiy xususiyatlari, qiziqishlari va ehtiyojlari inobatga olinishi zarur. Psixologik qo'llab-quvvatlash aynan shu maqsadga xizmat qilib, ta'lim oluvchilarning emotsional holatini nazorat qilish, ularda sog'lom motivatsiyani shakllantirish, ijtimoiy faollikni rivojlantirish va shaxsiy muammolarni bartaraf etishda muhim ahamiyat kasb etadi. Shuningdek, psixologik xizmat



pedagoglar faoliyatida ham katta o'rin tutadi. Chunki o'qituvchining ruhiy barqarorligi, kasbiy motivatsiyasi va pedagogik mahorati ta'lim sifatining muhim omillaridan biri hisoblanadi.

Ta'lim muassasalarida psixologik xizmatni rivojlantirish orqali o'quvchilar o'rtasida sog'lom ijtimoiy-psixologik muhit yaratish, nizoli vaziyatlarning oldini olish, yoshlarning qiziqish va qobiliyatlarini aniqlash hamda ularni to'g'ri yo'naltirish imkoniyati kengayadi. Bundan tashqari, psixologik qo'llab-quvvatlash inklyuziv ta'lim tizimida ham muhim rol o'ynaydi. Turli ehtiyoj va imkoniyatlarga ega bo'lgan bolalarning jamiyatga muvaffaqiyatli moslashuvi, teng ta'lim olish imkoniyatiga ega bo'lishi hamda o'z salohiyatini to'liq namoyon etishi uchun psixologik yordam zarur hisoblanadi. Shu nuqtai nazardan qaraganda, zamonaviy ta'limda psixologik qo'llab-quvvatlashning ahamiyatini ilmiy va amaliy jihatdan o'rganish, uning samarali usullarini ishlab chiqish hamda ta'lim tizimiga keng joriy etish bugungi kunning muhim vazifalaridan biri hisoblanadi.

Zamonaviy ta'lim tizimida psixologik qo'llab-quvvatlash masalasi bugungi kunning eng muhim pedagogik va ijtimoiy yo'nalishlaridan biri hisoblanadi. Chunki insonning bilim olish jarayoni faqat aqliy faoliyat bilan emas, balki uning ruhiy holati, hissiy barqarorligi va ijtimoiy muhiti bilan ham chambarchas bog'liqdir. O'quvchi yoki talaba o'zini ruhiy jihatdan erkin, xavfsiz va qo'llab-quvvatlangan his qilgan taqdiridagina ta'lim jarayonida faol qatnashadi, yangi bilimlarni qiziqish bilan o'zlashtiradi va o'z imkoniyatlarini namoyon eta oladi. Aksincha, doimiy ruhiy bosim, tushkunlik, qo'rquv yoki ichki ziddiyatlar mavjud bo'lsa, bu uning o'qishga bo'lgan qiziqishini pasaytiradi, bilimlarni o'zlashtirish darajasiga salbiy ta'sir qiladi hamda shaxsiy rivojlanishiga to'sqinlik qiladi. Shu sababli zamonaviy ta'limda psixologik qo'llab-quvvatlashni samarali tashkil etish ta'lim sifatini oshirishning muhim omillaridan biri sifatida qaralmoqda.

Hozirgi davr yoshlarining hayoti avvalgi avlodlarga nisbatan ancha murakkab va tezkor axborot oqimi bilan bog'liq holda shakllanmoqda. Internet, ijtimoiy tarmoqlar, virtual muloqot, turli raqobat muhiti va jamiyatdagi yuqori talablar yoshlarning ruhiy holatiga kuchli ta'sir ko'rsatmoqda. Ayniqsa, o'quvchilarda boshqalar bilan o'zini taqqoslash, muvaffaqiyatsizlikdan qo'rqish, tengdoshlar orasida o'z o'rnini topa olmaslik yoki oiladagi muammolar tufayli ruhiy tushkunlik holatlari ko'payib bormoqda. Ba'zi yoshlar o'z muammolarini yashirishga harakat qiladi, natijada ichki zo'riqish kuchayib, agressivlik, befarqlik yoki yolg'izlik hissi paydo bo'ladi. Bunday vaziyatlarda psixologik yordam yoshlarning ruhiy salomatligini saqlash, ularni tinglash, muammolarini tushunish va to'g'ri yo'l ko'rsatishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Ta'lim muassasasidagi psixologik muhit o'quvchilarning nafaqat bilim olishiga, balki ularning xarakteri va dunyoqarashi shakllanishiga ham katta ta'sir qiladi. O'qituvchi tomonidan qo'llab-quvvatlangan, fikri tinglanadigan va qadrlanadigan o'quvchi o'ziga nisbatan ishonchni his qiladi. Bu esa unda mustaqil fikrlash, tashabbuskorlik va ijodkorlikni rivojlantiradi. Zamonaviy pedagogik yondashuvlarda o'quvchining shaxs sifatida qadrlanishi asosiy tamoyillardan biri hisoblanadi. Shu nuqtai nazardan qaraganda, psixologik qo'llab-quvvatlash ta'limning insonparvarlik mohiyatini kuchaytiradi. Chunki insonni tushunish, uning ichki dunyosiga e'tibor qaratish va qiyinchiliklarini yengishda yordam berish orqali sog'lom ta'lim muhiti shakllanadi.



Bugungi kunda o'quvchilar orasida uchrayotgan asosiy muammolardan biri – stress va hissiy zo'riqishdir. Imtihonlar, baholash tizimi, ota-onalarning yuqori talablari, kelajakdagi kasb tanlash mas'uliyati yoshlar ruhiyatiga jiddiy ta'sir qiladi. Ayrim hollarda bu holatlar uyqusizlik, xavotir, asabiylik yoki ta'limdan sovib ketishga sabab bo'ladi. Psixologik qo'llab-quvvatlash esa bunday holatlarning oldini olishga xizmat qiladi. Maxsus treninglar, suhbatlar va motivatsion mashg'ulotlar orqali yoshlarda stressga chidamlilik, hissiyotlarni boshqarish va muammolarga to'g'ri yondashish ko'nikmalari shakllantiriladi. Bu esa ularning nafaqat ta'lim jarayonida, balki kelajakdagi hayotida ham muhim ahamiyat kasb etadi.

Ta'lim tizimida individual yondashuvni ta'minlashda ham psixologik xizmat muhim o'rin tutadi. Har bir bolaning xarakteri, qobiliyati va dunyoqarashi turlicha bo'ladi. Kimdir tez o'zlashtiradi, boshqasi esa ko'proq tushuntirish va rag'batga ehtiyoj sezadi. Ayrim o'quvchilar jamoada faol bo'lsa, boshqalari tortinchoq yoki ichki qo'rquv sabab o'z fikrini erkin ifoda eta olmaydi. Psixologik qo'llab-quvvatlash orqali o'quvchilarning individual xususiyatlari o'rganiladi va ularga mos pedagogik yondashuv tanlanadi. Bu esa o'quvchilarning o'z imkoniyatlarini to'liq namoyon etishiga yordam beradi. Ayniqsa, qobiliyatli yoki alohida yondashuv talab qiladigan bolalarni aniqlash va ularni to'g'ri yo'naltirishda psixologik xizmatning ahamiyati juda katta.

Zamonaviy ta'limda psixologik qo'llab-quvvatlash faqat o'quvchilar bilan ishlashni emas, balki pedagoglarning ruhiy holatini mustahkamlashni ham nazarda tutadi. O'qituvchi ta'lim jarayonining asosiy subyekti bo'lib, uning ruhiy holati dars samaradorligiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. So'nggi yillarda o'qituvchilar orasida emotsional charchoq va kasbiy kuyish holatlari ko'payib borayotgani kuzatilmoqda. Doimiy mas'uliyat, katta yuklama, hujjatlar bilan ishlash va vaqt tanqisligi pedagoglarning ruhiy holatiga salbiy ta'sir qilmoqda. Shu sababli ta'lim muassasalarida pedagoglar uchun ham psixologik treninglar, motivatsion uchrashuvlar va dam beruvchi mashg'ulotlarni tashkil etish zarur hisoblanadi. Ruhiy jihatdan barqaror va o'z kasbidan mamnun pedagog o'quvchilarga ijobiy ta'sir ko'rsatadi hamda sog'lom ta'lim muhitini yaratadi.

Oila va ta'lim muassasasi o'rtasidagi hamkorlik ham psixologik qo'llab-quvvatlashning muhim yo'nalishlaridan biridir. Chunki bolaning ruhiy shakllanishida oiladagi muhit asosiy rol o'ynaydi. Oiladagi mehr-muhabbat, o'zaro hurmat va sog'lom muloqot bolaning o'ziga bo'lgan ishonchini oshiradi. Aksincha, oiladagi nizolar, e'tiborsizlik yoki ortiqcha bosim bolaning ruhiy holatiga salbiy ta'sir qiladi. Shu sababli psixologlar ota-onalar bilan ham muntazam ishlashi, ularga farzand bilan to'g'ri muloqot qilish va ruhiy qo'llab-quvvatlash usullarini tushuntirib borishi muhimdir. Ota-ona, pedagog va psixologning hamkorligi orqali yoshlarning sog'lom ruhiy rivojlanishi uchun qulay sharoit yaratiladi.

Inklyuziv ta'lim tizimida psixologik qo'llab-quvvatlashning ahamiyati yanada yuqoridir. Jismoniy yoki ruhiy imkoniyati cheklangan bolalar ko'pincha ijtimoiy moslashuvda qiyinchiliklarga duch keladi. Ularning jamiyatda o'zini teng his qilishi, ta'lim jarayonida faol qatnashishi va ichki imkoniyatlarini namoyon etishi uchun alohida psixologik yordam zarur bo'ladi. Bunday yordam nafaqat bolaga, balki uning oilasi va atrofidagi insonlarga ham qaratilishi kerak. Inklyuziv ta'limda bag'rikenglik va insonparvarlik muhitini shakllantirish



orqali sog'lom ijtimoiy munosabatlar rivojlanadi hamda jamiyatda mehr-oqibat va o'zaro hurmat kuchayadi.

Raqamli texnologiyalarning ta'lim tizimiga kirib kelishi psixologik xizmat oldiga yangi vazifalarni qo'ymoqda. Masofaviy ta'lim, virtual muloqot va internetga qaramlik ayrim yoshlarning ruhiy holatiga salbiy ta'sir qilmoqda. Ko'plab yoshlar real hayotdagi muloqotdan uzoqlashib, virtual dunyoga haddan tashqari bog'lanib qolmoqda. Bu esa kommunikativ ko'nikmalarning pasayishi, yolg'izlik hissi va emotsional beqarorlikka sabab bo'lishi mumkin. Shu sababli zamonaviy psixologik xizmat yoshlarni axborot madaniyatiga o'rgatish, internetdan oqilona foydalanish va virtual hamda real hayot o'rtasidagi muvozanatni saqlashga yo'naltirilgan faoliyatni ham amalga oshirmoqda. Umuman olganda, zamonaviy ta'limda psixologik qo'llab-quvvatlash insonning bilim olish jarayonini samarali tashkil etish bilan birga, uning ruhiy salomatligi, ijtimoiy faolligi va ma'naviy barkamolligini ta'minlashga xizmat qiluvchi muhim omildir. Psixologik jihatdan sog'lom muhit mavjud bo'lgan ta'lim tizimida o'quvchilar o'z imkoniyatlarini erkin namoyon etadi, pedagoglarning kasbiy faoliyati samarali tashkil etiladi va natijada jamiyat uchun yetuk, mustaqil fikrlovchi hamda ma'naviy barkamol shaxslar voyaga yetadi.

Zamonaviy ta'lim tizimida psixologik qo'llab-quvvatlashning yana bir muhim jihati yoshlarning kommunikativ madaniyatini rivojlantirish bilan bog'liqdir. Hozirgi davrda ko'plab o'quvchilar bilim jihatidan faol bo'lsada, o'z fikrini erkin ifodalash, jamoa bilan ishlash yoki ijtimoiy munosabatlarga kirishishda qiyinchiliklarga duch kelmoqda. Bunga ko'pincha oilaviy muhit, noto'g'ri tarbiya, virtual muloqotning haddan tashqari kuchayishi hamda real ijtimoiy aloqalarning kamayishi sabab bo'ladi. Psixologik qo'llab-quvvatlash orqali o'quvchilarda muloqot madaniyati, jamoada ishlash ko'nikmasi, nizolarni tinch yo'l bilan hal qilish qobiliyati va boshqalarning fikriga hurmat bilan yondashish kabi sifatlar shakllantiriladi. Ayniqsa, turli treninglar, psixologik o'yinlar va guruhli mashg'ulotlar yoshlarning ijtimoiy faolligini oshirib, ularda liderlik va tashabbuskorlik xususiyatlarini rivojlantirishga yordam beradi. Bunday faoliyat natijasida o'quvchilar jamiyatda o'z o'rnini topishga, sog'lom ijtimoiy munosabatlarni shakllantirishga va kelajakdagi kasbiy faoliyatiga psixologik jihatdan tayyor bo'lib boradi.

Psixologik qo'llab-quvvatlashning muhim yo'nalishlaridan biri – bu yoshlarning motivatsiyasini kuchaytirishdir. Ta'lim jarayonida ayrim o'quvchilarda o'qishga bo'lgan qiziqishning pasayishi, o'z oldiga maqsad qo'ya olmaslik yoki muvaffaqiyatsizlikdan qo'rqish holatlari uchrab turadi. Bunday vaziyatlarda psixologik yordam yoshlarning ichki imkoniyatlarini yuzaga chiqarishga xizmat qiladi. Mutaxassislar tomonidan olib boriladigan motivatsion suhbatlar va psixologik mashg'ulotlar o'quvchilarda o'ziga ishonch hissini shakllantiradi, kelajakka nisbatan ijobiy qarashni rivojlantiradi hamda ularni o'z ustida ishlashga undaydi. Ayniqsa, kasb tanlash davrida psixologik maslahatlarning ahamiyati juda katta bo'lib, ular yoshlarning qiziqishi, qobiliyati va xarakteriga mos yo'nalishni tanlashiga yordam beradi. To'g'ri kasb tanlovi esa insonning kelajakdagi hayotidan qoniqish hosil qilishi, kasbiy muvaffaqiyatga erishishi va jamiyatda faol o'rin egallashida muhim omil hisoblanadi. Shuningdek, ta'lim tizimida psixologik qo'llab-quvvatlash orqali turli salbiy holatlarning oldini olish imkoniyati ham kengayadi. So'nggi yillarda yoshlar orasida zo'ravonlik, kiberbulling,



zararli odatlarga moyillik va ijtimoiy befarqlik kabi muammolar ko'payib borayotgani kuzatilmoqda. Bunday holatlar ko'pincha e'tiborsizlik, ruhiy bo'shliq yoki yetarli psixologik yordamning mavjud emasligi natijasida yuzaga keladi. Psixologik xizmat esa yoshlarning ichki dunyosini o'rganish, ularning muammolarini erta aniqlash va salbiy oqibatlarining oldini olishda muhim vazifani bajaradi. Ta'lim muassasalarida profilaktik suhbatlar, ma'naviy-ma'rifiy tadbirlar hamda individual yondashuv asosida olib boriladigan ishlar yoshlarni turli zararli ta'sirlardan himoya qilishga xizmat qiladi. Natijada ta'lim muhitida sog'lom psixologik atmosfera shakllanib, yoshlarning ma'naviy va ruhiy barkamolligini ta'minlash imkoniyati ortadi.

Xulosa qilib aytganda, zamonaviy ta'lim tizimida psixologik qo'llab-quvvatlash o'quvchi va pedagoglarning ruhiy barqarorligini ta'minlash, sog'lom ijtimoiy muhit yaratish hamda ta'lim samaradorligini oshirishda muhim ahamiyat kasb etadi. Bugungi tezkor va murakkab axborotlashgan jamiyat sharoitida yoshlarning ruhiy salomatligini asrash, ularda stressga chidamlilik, mustaqil fikrlash va ijtimoiy moslashuv ko'nikmalarini shakllantirish ta'lim tizimining ustuvor vazifalaridan biriga aylanmoqda. Psixologik yordam orqali o'quvchilarning ichki imkoniyatlari yuzaga chiqadi, o'ziga bo'lgan ishonchi ortadi va bilim olishga bo'lgan qiziqishi kuchayadi. Shuningdek, psixologik qo'llab-quvvatlash pedagoglar faoliyatining samaradorligini oshirish, oilaviy hamkorlikni mustahkamlash hamda inklyuziv ta'lim muhitini rivojlantirishda ham muhim rol o'ynaydi. Ta'lim jarayonida sog'lom psixologik muhitning mavjudligi nafaqat yuqori o'quv natijalariga, balki ma'naviy yetuk, ijtimoiy faol va barkamol shaxslarni tarbiyalashga ham xizmat qiladi. Shu sababli ta'lim muassasalarida psixologik xizmat faoliyatini yanada takomillashtirish, zamonaviy metod va texnologiyalar asosida rivojlantirish hamda pedagog, ota-ona va psixolog hamkorligini kuchaytirish dolzarb vazifalardan biri hisoblanadi.

### Foydalanilgan adabiyotlar

1. Karimova V.M. Psixologiya, O'qituvchi nashriyoti, Toshkent, 2019, 320 b.
2. G'oziev E.G'. Umumiy psixologiya, O'zbekiston faylasuflari milliy jamiyati nashriyoti, Toshkent, 2018, 356 b.
3. Davletshin M.G., Do'stmuhamedova Sh.A. Yosh davrlari va pedagogik psixologiya, TDPU nashriyoti, Toshkent, 2020, 280 b.
4. Nishonova Z.T. Pedagogik psixologiya, Fan va texnologiya nashriyoti, Toshkent, 2021, 304 b.
5. To'xtaboyeva D.A. Ta'lim tizimida psixologik xizmatni tashkil etish masalalari, Zamonaviy ta'lim jurnali, 2022, №4, 45–52-betlar.
6. Xasanboyeva O.U. Oila psixologiyasi va tarbiya asoslari, Tafakkur nashriyoti, Toshkent, 2017, 240 b.



Date: 30 May 2026

7. Abdurahmonov F.R. Yoshlar psixologiyasi va ijtimoiy moslashuv muammolari, Ilm ziyo nashriyoti, Toshkent, 2021, 276 b.

