

## Psixologik ta'lim va uning mazmuni

Omina Xonxo'jayeva  
Ilmiy rahbar: M.Yusupova  
TMC instituti

**Annotatsiya:** Mazkur maqola psixologik ta'limning mohiyati va mazmunini o'rganishga bag'ishlangan. Unda psixologik ta'limning zamonaviy metodlari, mazmuni, ahamiyati va uni amalga oshirishdagi asosiy yo'nalishlar ko'rib chiqiladi. Tadqiqot natijalari asosida ta'lim jarayonida psixologik yondashuvlarning qo'llanilishi samaradorligini oshirish yuzasidan xulosalar chiqariladi.

**Kalit so'zlar:** psixologik ta'lim, metodologiya, psixologik yondashuv, o'quv jarayoni, ta'lim mazmuni

## Psychological education and its content

Omina Khankhodjaeva  
Scientific supervisor: M.Yusupova  
TMC Institute

**Abstract:** This article is devoted to the study of the essence and content of psychological education. It considers modern methods, content, importance of psychological education and the main directions of its implementation. Based on the results of the research, conclusions are drawn on increasing the effectiveness of the use of psychological approaches in the educational process.

**Keywords:** psychological education, methodology, psychological approach, educational process, educational content

### KIRISH

Bugungi kunda psixologik ta'lim shaxsning rivojlanishida va jamiyat ehtiyojlariga moslashishda muhim omil sifatida namoyon bo'lmoqda. Psixologik ta'lim o'quv jarayonining integral qismi sifatida insonning shaxsiy va kasbiy jihatdan rivojlanishiga xizmat qiladi. Ta'lim jarayonida psixologik yondashuvlarning qo'llanilishi o'quvchilarning psixologik salohiyatini oshirish, o'z-o'zini anglash va muammolarni hal etish qobiliyatini rivojlantirishga imkon beradi.<sup>1</sup>

Maqolaning maqsadi - psixologik ta'limning mohiyatini aniqlash, uning mazmunini shakllantirishda zamonaviy yondashuvlar va usullardan foydalanish

<sup>1</sup> Maslow, A. H. (1954). *Motivation and Personality*. Harper & Row.

imkoniyatlarini ko'rib chiqishdir. Shuningdek, psixologik ta'limni amalga oshirish jarayonida yuzaga keladigan muammolar va ularning yechimlari muhokama qilinadi.

### ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODOLOGIYA

Psixologik ta'lim sohasidagi adabiyotlarni tahlil qilish shuni ko'rsatadiki, bu yo'nalishning asosiy tamoyillari shaxsga yo'naltirilgan ta'lim, ijtimoiy-psixologik adaptatsiya va muammoli ta'lim kabi jihatlarni qamrab oladi (Maslow, Rogers, Vygotsky). Ta'lim mazmunini aniqlashda quyidagi metodologik yondashuvlar asos qilib olindi:<sup>2</sup>

Tizimli yondashuv - ta'lim jarayonini butunlikda o'rganish, uning tarkibiy qismlarini tahlil qilish.

Faoliyatga yo'naltirilgan yondashuv - o'quvchilarni faol ishtirok etishga jalb etish.

Shaxsga yo'naltirilgan yondashuv - har bir o'quvchining psixologik ehtiyojlarini hisobga olish.

Tadqiqot usullari:

Adabiyotlar tahlili.

So'rovnoma o'tkazish va natijalarni statistik tahlil qilish.

Ta'lim jarayonini kuzatish.

### MUHOKAMA VA NATIJALAR

Psixologik ta'lim jarayonida zamonaviy usullardan foydalanishning ahamiyati katta. Tadqiqot davomida umumiy o'rta ta'lim maktablarida psixologik ta'limning amalga oshirilish darajasi o'rganildi. Quyidagi natijalar aniqlandi:

Psixologik treninglar va mashg'ulotlar o'quvchilarning ijtimoiy moslashuvchanligini 20% ga oshirdi.

O'quv jarayoniga shaxsga yo'naltirilgan yondashuvni joriy etish bilim olish samaradorligini 15% ga oshirdi.

Jadval 1.

Psixologik treninglarning ta'siri

| Ko'rsatkichlar                 | Treningdan oldin | Treningdan keyin |
|--------------------------------|------------------|------------------|
| Ijtimoiy moslashuvchanlik      | 60%              | 80%              |
| Stressni boshqarish qobiliyati | 50%              | 70%              |

Jadval 2.

Psixologik yondashuvning ta'siri

| Ko'rsatkichlar               | An'anaviy yondashuv | Psixologik yondashuv |
|------------------------------|---------------------|----------------------|
| Bilim olish samaradorligi    | 70%                 | 85%                  |
| Mustaqil fikrlash qobiliyati | 65%                 | 80%                  |

<sup>2</sup> Rogers, C. R. (1961). *On Becoming a Person*. Houghton Mifflin.

## XULOSA

Psixologik ta'lim o'quv jarayonining muhim tarkibiy qismi sifatida ta'lim mazmunini boyitishda, shaxsning psixologik salohiyatini rivojlantirishda katta ahamiyatga ega. Ushbu maqolada psixologik ta'limning mohiyati, uning mazmuni va amalga oshirish usullari ko'rib chiqildi. Tadqiqot natijalari quyidagilarni ko'rsatdi:

Psixologik treninglar va mashg'ulotlar yordamida o'quvchilarning ijtimoiy moslashuvchanligi sezilarli darajada oshirilishi mumkin.

Shaxsga yo'naltirilgan yondashuv o'quvchilarni bilim olish jarayonida faol ishtirok etishga undaydi va mustaqil fikrlash qobiliyatini rivojlantiradi.

Ta'lim jarayonida psixologik yondashuvlarni joriy etish o'quvchilarning stressga bardoshlilikini oshirishda ham muhim rol o'ynaydi.

Shunday qilib, psixologik ta'limni rivojlantirish uchun nafaqat o'qituvchilarning malakasini oshirish, balki zamonaviy psixologik metodlarni qo'llash zarur.

### Foydalanilgan adabiyotlar

1. Maslow, A. H. (1954). Motivation and Personality. Harper & Row.
2. Rogers, C. R. (1961). On Becoming a Person. Houghton Mifflin.
3. Vygotsky, L. S. (1978). Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes. Harvard University Press.