PSIXOLOGIYA FANINING ASOSIY VAZIFALARI VA TADQIQOT YO‘NALISHLARI

Jorqinova Sevinch Muhammad qizi
Chirchiq davlat pedagogika universiteti
Jismoniy madaniyat fakulteti Jismoniy madaniyat 1-kurs, 26.2-guruh talabalari
jarkinovasevich5@gmail.com
Ismatullayev G‘anisher Alisher o‘g‘li
ganisherxon2006@gmail.com
https://doi.org/10.5281/zenodo.24445171

Annotatsiya: Ushbu maqolada psixologiya fanining mazmun-mohiyati, asosiy vazifalari, maqsadi va zamonaviy tadqiqot yo‘nalishlari yoritilgan. Inson psixikasining shakllanishi, rivojlanishi, xulq-atvori, hissiy holatlari va individual xususiyatlarini o‘rganishda psixologiya fanining ahamiyati tahlil qilingan. Shuningdek, umumiy psixologiya, yosh davrlari psixologiyasi, pedagogik psixologiya, ijtimoiy psixologiya va sport psixologiyasi kabi yo‘nalishlarning o‘ziga xos xususiyatlari ochib berilgan. Psixologik bilimlarning ta’lim, sport va kundalik hayotdagi amaliy ahamiyatiga alohida e’tibor qaratilgan.

Kalit so‘zlar: psixologiya, psixika, shaxs, ong, xulq-atvor, psixologik tadqiqot, bilish jarayonlari, hissiyot, sport psixologiyasi, individual xususiyatlar.

Kirish

Psixologiya insonni, uning ruhiy olamini, xulq-atvorini, fikrlash jarayonlarini va atrof-muhit bilan munosabatlarini o‘rganuvchi muhim fanlardan biridir. Inson hayoti davomida turli vaziyatlarga duch keladi, qarorlar qabul qiladi, his-tuyg‘ularni boshdan kechiradi va boshqa insonlar bilan munosabatga kirishadi. Ushbu jarayonlarning barchasi muayyan psixologik qonuniyatlar asosida kechadi.

Bugungi kunda psixologiya fanining ahamiyati tobora ortib bormoqda. Chunki jamiyat taraqqiyoti, ta’lim tizimidagi o‘zgarishlar, sport sohasidagi yutuqlar va insonlar o‘rtasidagi ijtimoiy munosabatlar psixologik bilimlardan samarali foydalanishni talab etmoqda. Ayniqsa, yosh avlodni tarbiyalash, ularning qobiliyatlarini aniqlash, motivatsiyasini oshirish va ruhiy barqarorligini shakllantirishda psixologiya muhim o‘rin tutadi.

Psixologiya fanining asosiy maqsadi inson psixikasining rivojlanish qonuniyatlarini o‘rganish, psixik hodisalarning mohiyatini tushuntirish hamda olingan bilimlarni amaliy faoliyatda qo‘llashdan iborat.

Asosiy qism

Psixologiya fanining asosiy o‘rganish obyekti inson psixikasi hisoblanadi. Psixika insonning tashqi olamni idrok etishi, anglash, his qilish, fikrlash va o‘z xatti-harakatlarini boshqarish imkoniyatini ta’minlaydi. Insonning ruhiy hayoti sezgi, idrok, diqqat, xotira, tafakkur, xayol, hissiyot va iroda kabi psixik jarayonlarda namoyon bo‘ladi.

Psixologiya fanining asosiy vazifalaridan biri psixik jarayonlarning yuzaga kelishi va rivojlanish qonuniyatlarini aniqlashdir. Masalan, inson qanday qilib ma’lumotlarni qabul qiladi, ularni xotirasida saqlaydi, tahlil qiladi va muayyan qarorga keladi? Bunday savollarga javob topish psixologik tadqiqotlarning muhim yo‘nalishlaridan hisoblanadi.

Shuningdek, psixologiya insonning individual-psixologik xususiyatlarini o‘rganadi. Har bir insonning temperamenti, xarakteri, qobiliyati, qiziqishi va ehtiyojlari o‘ziga xos bo‘ladi. Ushbu xususiyatlarni

© Ushbu material Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) litsenziyasi asosida tarqatiladi.

o‘rganish orqali shaxsning imkoniyatlarini aniqlash, uning faoliyatini to‘g‘ri tashkil etish va rivojlanishi uchun zarur sharoit yaratish mumkin.

Psixologiya fanining yana bir muhim vazifasi inson xulq-atvoriga ta’sir etuvchi omillarni aniqlashdir. Insonning xatti-harakatlari faqat tashqi sharoitlarga emas, balki uning ichki kechinmalari, maqsadlari, motivlari va ehtiyojlariga ham bog‘liq. Shu sababli psixologiya insonning nima uchun muayyan vaziyatda aynan shunday harakat qilishini ilmiy jihatdan tushuntirishga intiladi.

Psixologik tadqiqotlarda kuzatish, suhbat, anketa, test, eksperiment va faoliyat mahsullarini tahlil qilish kabi metodlardan foydalaniladi. Ushbu metodlar insonning ruhiy holati, qobiliyatlari, qiziqishlari va xulq-atvorini o‘rganish imkonini beradi. Tadqiqot natijalari asosida ilmiy xulosalar ishlab chiqiladi va amaliy tavsiyalar beriladi.

Psixologiya fani ko‘plab mustaqil tadqiqot yo‘nalishlariga ega. Ularning har biri inson faoliyatining muayyan tomonlarini o‘rganadi.

Umumiy psixologiya psixikaning umumiy qonuniyatlari, bilish jarayonlari, hissiy holatlar va shaxs xususiyatlarini o‘rganadi. Ushbu yo‘nalish psixologiya fanining nazariy asoslarini tashkil etadi.

Yosh davrlari psixologiyasi insonning tug‘ilishidan boshlab butun hayoti davomida psixik rivojlanish xususiyatlarini o‘rganadi. Bolalik, o‘smirlik, yoshlik, yetuklik va keksalik davrlarida yuz beradigan psixologik o‘zgarishlar ushbu yo‘nalishning asosiy tadqiqot predmetidir.

Pedagogik psixologiya ta’lim va tarbiya jarayonlarining psixologik qonuniyatlarini o‘rganadi. O‘quvchilarning bilimlarni o‘zlashtirishi, o‘qituvchi va o‘quvchi o‘rtasidagi munosabatlar, ta’lim motivatsiyasi hamda individual yondashuv masalalari ushbu yo‘nalishda tadqiq etiladi.

Ijtimoiy psixologiya insonlarning jamiyatdagi o‘zaro munosabatlari, guruhlar psixologiyasi, muloqot, yetakchilik, ijtimoiy ta’sir va jamoaviy xulq-atvorni o‘rganadi. Bu yo‘nalish insonning boshqa kishilar bilan munosabatda qanday fikrlashi va harakat qilishini tushuntirishga yordam beradi.

Mehnat psixologiyasi insonning mehnat faoliyatidagi ruhiy jarayonlari, kasbiy qobiliyatlari, ishga bo‘lgan munosabati va mehnat samaradorligiga ta’sir etuvchi psixologik omillarni o‘rganadi.

Sport psixologiyasi sportchilarning musobaqaga psixologik tayyorgarligi, motivatsiyasi, irodaviy sifatlari, hissiy barqarorligi va sport faoliyatidagi ruhiy holatlarini tadqiq etadi. Ayniqsa, jismoniy madaniyat yo‘nalishida tahsil olayotgan talabalar uchun ushbu yo‘nalishning amaliy ahamiyati katta. Chunki sportchining natijasi faqat jismoniy tayyorgarlikka emas, balki uning ruhiy tayyorgarligi, o‘ziga ishonchi, sabr-toqati va stressli vaziyatlarda o‘zini boshqara olish qobiliyatiga ham bog‘liq.

Masalan, musobaqa oldidan hayajonlanayotgan sportchi o‘z diqqatini jamlashda qiynalishi mumkin. Sport psixologiyasi bunday holatlarni boshqarish, sportchida ijobiy motivatsiyani shakllantirish va musobaqa vaqtida ruhiy barqarorlikni saqlash usullarini ishlab chiqadi.

Tibbiyot psixologiyasi insonning ruhiy holati bilan jismoniy salomatligi o‘rtasidagi bog‘liqlikni, kasalliklarning psixologik jihatlarini va bemor bilan ishlashning psixologik asoslarini o‘rganadi.

Zamonaviy sharoitda psixologiya fanining tadqiqot yo‘nalishlari yanada kengayib bormoqda. Raqamli texnologiyalar, sun’iy intellekt, virtual muhit va ijtimoiy tarmoqlarning inson psixikasiga ta’sirini o‘rganish ham dolzarb masalalardan biriga aylangan. Xususan, yoshlarning internetdan foydalanish odatlari, diqqat va xotira jarayonlari, virtual muloqotning shaxslararo munosabatlarga ta’siri zamonaviy psixologik tadqiqotlarda muhim o‘rin egallaydi.

Psixologiya fanining amaliy ahamiyati shundaki, u insonning o‘zini anglashiga, shaxsiy imkoniyatlarini rivojlantirishiga, muammolarni hal qilishiga va boshqalar bilan sog‘lom munosabat o‘rnatishiga yordam beradi. Shu bois psixologik bilimlarni faqat mutaxassislar emas, balki pedagoglar, murabbiylar, talabalar va turli kasb egalari ham egallashi muhimdir.

© Ushbu material Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) litsenziyasi asosida tarqatiladi.

Xulosa

Xulosa qilib aytganda, psixologiya insonning ichki dunyosi, psixik jarayonlari, xulq-atvori va shaxsiy xususiyatlarini o‘rganuvchi muhim ilmiy sohadir. Uning asosiy vazifalari psixik hodisalarning qonuniyatlarini aniqlash, inson xatti-harakatlarini tushuntirish, individual xususiyatlarni o‘rganish va psixologik bilimlarni amaliyotga tatbiq etishdan iborat.

Psixologiyaning umumiy, pedagogik, ijtimoiy, yosh davrlari, mehnat, tibbiyot va sport psixologiyasi kabi yo‘nalishlari inson faoliyatining turli jabhalarini chuqur o‘rganish imkonini beradi. Ayniqsa, jismoniy madaniyat sohasida sport psixologiyasining o‘rni katta bo‘lib, sportchilarning ruhiy tayyorgarligi va yuqori natijalarga erishishida muhim ahamiyat kasb etadi.

Demak, psixologiya fanini o‘rganish insonni chuqurroq anglash, uning imkoniyatlarini to‘g‘ri baholash va jamiyatda sog‘lom psixologik munosabatlarni shakllantirish uchun zarur ilmiy asos hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. G‘oziyev, E. G‘. (2010). *Umumiy psixologiya*. Toshkent.
2. Rubinstein, S. L. (2002). *Osnovy obshchey psikhologii*. Piter.
3. Nemov, R. S. (2003). *Psikhologiya: Kniga 1. Obshchiye osnovy psikhologii*. Vlados.
4. Myers, D. G., & DeWall, C. N. (2018). *Psychology* (12th ed.). Worth Publishers.
5. Weinberg, R. S., & Gould, D. (2019). *Foundations of Sport and Exercise Psychology* (7th ed.). Human Kinetics.
6. James, W. (1890). *The Principles of Psychology*. Henry Holt and Company.

© Ushbu material Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) litsenziyasi asosida tarqatiladi.