

**PSIXOLOG TALABALARDA KASBIY REFLEKSIYANI
RIVOJLANTIRISH: ZAMONAVIY YONDASHUVLAR VA
DETERMINANTLARNING AHAMIYATI**

Shukurova Nargiza Ikramovna

Qarshi xalqaro universiteti o'qituvchisi

**DEVELOPMENT OF PROFESSIONAL REFLECTION IN
PSYCHOLOGY STUDENTS: THE IMPORTANCE OF MODERN
APPROACHES AND DETERMINANTS**

Shukurova Nargiza Ikramovna

Teacher, Karshi International University

Annotatsiya. Ushbu maqola psixolog talabalarda kasbiy refleksiyaning rivojlantirishning zamonaviy yondashuvlari va determinantlarini o'rganishga bag'ishlangan. Maqolada zamonaviy ta'lim metodlari, psixologik yondashuvlar va shaxsiy rivojlanish strategiyalari ko'rib chiqiladi. Shuningdek, kasbiy refleksiyaning asosiy determinantlari, jumladan, shaxsiy motivatsiya, o'qituvchi va mentorlarning roli, shuningdek, ijtimoiy va madaniy omillar tahlil qilinadi. Maqola psixolog talabalarning kasbiy tayyorgarligini oshirish va ularning kelajakdagi professional faoliyatlariga tayyorgarlik ko'rishlariga yordam berishga qaratilgan.

Kalit so'zlar: Kasbiy refleksiya, zamonaviy yondashuvlar, determinantlar, professional rivojlanish, ta'lim metodlari, motivatsiya, mentorlik, ijtimoiy omillar.

Abstract. This article is devoted to the study of modern approaches and determinants of the development of professional reflection in psychology students. The article considers modern educational methods, psychological approaches and personal development strategies. It also analyzes the main determinants of professional reflection, including personal motivation, the role of teachers and mentors, as well as social and cultural factors. The article is aimed at improving the professional readiness of psychology students and helping them prepare for their future professional activities.

Keywords: Professional reflection, modern approaches, determinants, professional development, educational methods, motivation, mentoring, social factors.

Psixologik fanlarning rivojlanishi zamonaviy jamiyatda insonning ruhiy dunyosini chuqur o'rganishga qaratilgan muhim yondashuvlarni taqdim etmoqda. Xususan, psixolog mutaxassislar faoliyatida kasbiy refleksiya jarayonini rivojlantirish dolzarb masalalardan biri hisoblanadi. Kasbiy refleksiya, psixologning o'z faoliyatini baholashi, tahlil qilishi va takomillashtirish uchun amalga oshiriladigan ichki mulohazalar jarayonidir. Bu kompetensiya, nafaqat kasbiy sifatlarning shakllanishi uchun, balki zamonaviy psixologning samarali faoliyat ko'rsatishi uchun ham zarurdir.

Bugungi kunda kasbiy refleksiyaning rivojlanishiga ta'sir etuvchi determinantlarni aniqlash va ular asosida samarali ta'lim texnologiyalarini ishlab chiqish masalasi ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etadi. Shu bilan birga, zamonaviy yondashuvlarni qo'llash orqali talabalarni mustaqil fikrlash, ijodkorlik va mas'uliyatni his qilish kabi fazilatlarni rivojlantirish mumkin. Mazkur maqola psixolog talabalarida kasbiy refleksiyaning rivojlantirishga xizmat qiluvchi yondashuvlar va determinantlarning ahamiyatini tahlil qilishga qaratilgan bo'lib, ushbu jarayonga oid innovatsion texnologiyalar va usullarning samaradorligini o'rganishni maqsad qiladi.

Refleksiya nima? Refleksiya qadimdan falsafa va psixologiya fanlarining asosiy tushunchalaridan biri sifatida tadqiq etilgan. Lotincha "reflexio" so'zi "tushunish uchun qayta qarash" degan ma'noni anglatadi. Psixologik nuqtai nazardan refleksiya – bu shaxsning o'zi va o'z faoliyati haqida o'ylash, ma'lumotlarni qayta ishlash va o'z xatti-harakatlarini anglash jarayonidir.

Refleksiya orqali inson:

1. O'z-o'zini baholaydi – muvaffaqiyatlari va kamchiliklarini aniqlaydi.
2. Yangi bilimlarni qabul qilishga va mavjud ko'nikmalarni takomillashtirishga qaratilgan qarorlar qabul qiladi.
3. Xatolarni aniqlab, ularni takrorlamaslik yo'llarini ishlab chiqadi.

Refleksiya, shuningdek, ijodiy va tanqidiy fikrlash ko'nikmalarini rivojlantiradi. Bu qobiliyat insonning shaxsiy va professional hayotida muvaffaqiyatli bo'lishga yordam beradi, chunki u insonni doimiy ravishda o'zini yaxshilashga undaydi.

Professional rivojlanish – bu doimiy jarayon bo'lib, u yangi bilim va ko'nikmalarni o'zlashtirish, mehnat samaradorligini oshirish va faoliyatni takomillashtirishni o'z ichiga oladi. Refleksiya bu jarayonda quyidagi sabablar tufayli markaziy rol o'ynaydi:

1. *O'z faoliyatini samarali tahlil qilish*: refleksiya mutaxassisga o'z faoliyatining natijalarini ob'yektiv baholash va xatolarni aniqlash imkonini beradi. Bu jarayon ish sifati va samaradorligini oshirishga xizmat qiladi.

2. *Innovatsiyalarni qabul qilishga tayyorlik*: refleksiya mutaxassisning yangi texnologiyalar va usullarni o'zlashtirishga qanchalik tayyor ekanligini aniqlashga yordam beradi. Bu ayniqsa zamonaviy, o'zgaruvchan mehnat bozorida muhimdir.

3. *Professional o'sishni ta'minlash*: refleksiya orqali mutaxassis o'z kuchli va zaif tomonlarini aniqlaydi, maqsadlarini belgilaydi va o'sishga qaratilgan strategiyalarni ishlab chiqadi.

4. *Qaror qabul qilish ko'nikmalarini takomillashtirish*: refleksiya qarorlar qabul qilish jarayonida tanqidiy va tizimli yondashuvni rivojlantirishga yordam beradi. Bu esa kasbiy muvaffaqiyatga erishishning asosiy omillaridan biridir.

Psixologiya sohasida refleksiya ayniqsa dolzarbdir, chunki psixologning asosiy vazifasi – bu boshqalarga yordam berish va ularning ichki dunyosini tushunishdir. Shu bois, o'z-o'zini anglash va o'z faoliyatini tahlil qilish ko'nikmalari professional samaradorlikning ajralmas qismi hisoblanadi. Psixologiya – bu inson ruhiy holatlarini chuqur tushunishni talab qiluvchi soha. Ushbu sohaga oid faoliyatning murakkabligi sababli, psixolog talabalar uchun refleksiya ko'nikmalarini rivojlantirish alohida ahamiyat kasb etadi. Psixologlar insonning ichki kechinmalari, hissiy holatlari va muammolari bilan ishlaydi. Ularning vazifasi – odamlarning psixologik sog'lig'ini yaxshilash, shaxsiy o'sishiga ko'maklashish va turli xil psixologik muammolarni hal qilishdir. Shu

sababli, bu sohada ishlovchi mutaxassis nafaqat boshqalarning, balki o'zining ham ruhiy holatini chuqur anglab yetishi kerak.

Psixologiya sohasida quyidagi murakkab jihatlar mavjud:

1. *Inson ruhiyatining xilma-xilligi*: har bir insonning o'ziga xosligi psixologlar uchun murakkab tahlil va yondashuvlarni talab qiladi.

2. *Etik mas'uliyat*: psixologlar ish jarayonida maxfiylik, halollik va odob me'yorlariga rioya qilishlari shart.

3. *Tuyg'ularni boshqarish zaruriyati*: psixologlar o'z his-tuyg'ularini nazorat qilishni o'rganishi, professional masofani saqlashi kerak.

Psixolog talabalarga kasbiy refleksiyaning o'rgatish – ularning kelajakdagi professional rivojlanishi uchun muhim ahamiyatga ega. Refleksiya ularga:

1. *O'z imkoniyatlarini anglashga yordam beradi*: talabalar o'z bilimlari va ko'nikmalarini tahlil qilib, kelajakda rivojlantirish zarur bo'lgan sohalarni aniqlaydi.

2. *Shaxsiy chegaralarni belgilashni o'rgatadi*: refleksiya yordamida talaba o'z imkoniyatlarini, kuchli va zaif tomonlarini aniq baholaydi va professional chegaralarni belgilashni o'rganadi.

3. *Professional etika me'yorlarini tushunadi*: refleksiya orqali talabalar kasbiy etikaning ahamiyatini chuqurroq anglab yetadi va uni o'z faoliyatida qo'llashga tayyor bo'ladi.

4. *Stress va charchoqni boshqarish ko'nikmalarini rivojlantiradi*: refleksiya jarayoni stress va charchoqni kamaytirishga yordam beradi, bu esa psixologlar uchun muhimdir.

Pedagogik qo'llab-quvvatlash talabalarning psixologik va intellektual rivojlanishiga yordam beradi. Bu qo'llab-quvvatlash o'qituvchilarning talabalarga ta'lim jarayonida to'g'ri yo'nalishlar berish, ularga motivatsiya yaratish, ishonchni oshirish, va individual ehtiyojlarga asoslangan yondashuvlarni o'z ichiga oladi. Bu talabalar o'zlari uchun aniq maqsadlar belgilab olishlariga va bu maqsadlarga erishishda o'zlariga ishonch hosil qilishlariga imkon yaratadi. Ijtimoiy muhit talabaning psixologik holatiga katta ta'sir ko'rsatadi. O'zaro aloqalar, guruh

muhitidagi faoliyat, va ijtimoiy ta'sirlar talaba psixikasining shakllanishida muhim omillar hisoblanadi. Shaxsiy omillar esa har bir talabaga xos individual xususiyatlar, qobiliyatlar va qiziqishlarga asoslanadi. Bu omillar talabaning o'z-o'zini anglashini, o'z qobiliyatlariga ishonch hosil qilishini va o'qishdagi muvaffaqiyatlarini ta'minlaydi.

Innovatsion usullar o'qitish jarayonida talabalarning ijodiy fikrlashini, mustaqil o'rganishni va yangi bilimlarni o'zlashtirishni rag'batlantiradi. Masalan, interaktiv usullar, o'quv texnologiyalarini qo'llash, va kreativ mashg'ulotlar talabalar uchun qiziqarli va samarali bo'lishi mumkin. Zamonaviy o'qitish metodlari talabalar uchun o'qish jarayonini yanada ko'proq qiziqarli va samarali qiladi.

Xulosa o'rnida shuni takidlash lozimki, psixolog talabalarida kasbiy refleksiyaning rivojlantirish zamonaviy psixologiya ta'limining ajralmas qismidir. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, bu jarayon faqatgina individual faoliyatni yaxshilash uchun emas, balki jamiyatdagi psixologik xizmatlar sifatini oshirish uchun ham muhim ahamiyatga ega. Zamonaviy yondashuvlar va determinantlarni to'g'ri qo'llash orqali talabalarni nafaqat nazariy, balki amaliy jihatdan ham puxta tayyorlashga erishish mumkin. Kasbiy refleksiyaning rivojlanishi, bir tomondan, talabalar o'rtasida professional mas'uliyatni oshirishga, boshqa tomondan, ularning ijtimoiy moslashuvchanligi va ijodkorligini yuksaltirishga yordam beradi. Kelajakda mazkur yo'nalishda olib boriladigan ilmiy tadqiqotlar psixologiya ta'limining yanada rivojlanishi va amaliyot bilan uyg'unlashuvini ta'minlash uchun zarur ilmiy asoslarni yaratadi.

Adabiyotlar ro'yxati:

1. Moon, J. (1999). Reflection in Learning and Professional Development: Theory and Practice. RoutledgeFalmer.
2. Brookfield, S. (2017). Becoming a Critically Reflective Teacher. Jossey-Bass.
3. Eraut, M. (2004). Developing Professional Knowledge and Competence. Routledge.

4. Korthagen, F., & Vasalos, A. (2005). Levels in Reflection: Core Reflection as a Means to Enhance Professional Growth. *Teachers and Teaching*, 11(1), 47-71.
5. Mezirow, J. (1991). *Transformative Dimensions of Adult Learning*. Jossey-Bass.