

## PSIXOLOGIYALIQ MASLAHAT PSIXOLOGIYANIŲ AYRIQSHA MASHQALASI SIPATINDA

**Aldjanova Guljahan Amangeldievna**

docent Pedagogika ilimlari boymsha filosofiya doktori, PhD.

Berdaq atındađı Qaraqalpaq mámleketlik universiteti.

**Nızamova Matlyuba**

A`meliy psixologiya qániygeliginin` 4-kurs talabası.

Berdaq atındađı Qaraqalpaq mámleketlik universiteti.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.15478799>

*Annotaciya.* Usı maqalada psixologiyalıq keńes túsiniđi, onıń mazmunı, ámeliy áhmiyeti hám de psixologiya pánindegi ózine tán mashqala sipatında úyreniliwi jarıtılğan. Sonday-aq, másláhátlesiw procesiniń basqışları, psixologiyalıq qatnaslar hám qariydar menen islesiwde júzege keletuđin qıyınshılıqlar da tallanğan.

*Gilt sózler:* psixologiyalıq másláhát, mashqala, shaxs, psixoterapiya, diagnostika, másláhát procesi.

### PSYCHOLOGICAL COUNSELING AS AN URGENT PROBLEM OF PSYCHOLOGY.

*Abstract.* This article discusses the concept of psychological counseling, its content, practical significance, and its study as a specific problem in psychology. The stages of the counseling process, psychological approaches, and difficulties encountered in working with a client are also analyzed.

*Keywords:* psychological counseling, problem, person, psychotherapy, diagnostics, counseling process.

### ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ как актуальная проблема ПСИХОЛОГИИ.

*Аннотация.* В статье рассматривается понятие психологического консультирования, его содержание, практическое значение, а также его изучение как специфической проблемы психологической науки. Также были проанализированы этапы процесса консультирования, психологические подходы и трудности, возникающие в работе с клиентом.

*Ключевые слова:* психологическое консультирование, проблема, личность, психотерапия, диагностика, процесс консультирования.

Psixologiya pániniń rawajlanıwı menen insan ruwxıy jađdayın analiz yetiw, onı túsiniw hám túrli psixologiyalıq mashqalalardı saplastırıwdıń jańa usılları payda boldı. Psixologiyalıq másláhát bul bađdarda eń keń tarqalğan hám ámeliy jaqtan áhmietli bađdarlardan biri bolıp esaplanadı. Ol insanniń mashqalalı jađdayda ózin ańlawına, qarar qabıl etiwine hám stressli jađdaylardan shıǵıp ketiwine járdem beredi. Búgingi kúnde bul bađdar tek klinikalıq jađdaylarda emes, al kúndelikli turmısta da keńnen qollanıлмақта.

Psixologlıq másláhát túsiniđi: Psixologiyalıq másláhát - bul psixolog tárepinen klientke belgili bir mashqala yamasa turmıslıq jađdaydı sheshiwde járdem beriwge qaratılğan ilimiy tiykarlanğan hám maqsetli process. Bul process shaxstıń ózin-ózi ańlawın, ishki resursların jedellestiriwdi hám salamat qararlar qabıl etiwın támiyinleydi.

Adam ne islewdi bilmegeninde, yaki óz mashqalasın óz betinshe sheshiw ushin imkaniyatları qalmaganında psixolog másláhátshige járdem sorap keledi. Ruwxıy jaǵdayı jaman bolǵanda, onıń qıyalında ózi menen yamasa oǵan jaqın adamlar menen qandayda bir qorqınıshlı jaǵday júz berip atırǵanday, jaman aqıbetlerge alıp keliwi múmkindey bolǵanda adam járdem sorap psixologqa múrájat etiwı múmkin hám bul tábiyǵıy jaǵday sıpatında. Mine sol sebepli de joqarı oqıw orınlarında "Psixologiyalıq Máslahat" pání ótıledi. Bul pánniń wazıypası hám maqseti hámmege birdey belgili bolsa kerek, eń áhmiyetlisi bul pán hám bul bilimler bolajaq psixologlarımızǵa hár tárepleme járdem hám kónlikpe bola alıwında. Psixologiya páninde de eń tiykarǵı orınlardı Keńes beriw, motivaciya beriw sıyaqlı túsinikler iyeleydi. Hárbir psixologtıń jeterli dárejede óz tájriybesi hám bilim dárejesinen kelip shıqqan halda óz klientine tuwrı jol kórsete alıwı hám onı qaytadan janlı turmısqa, shıdamlı, sabirli, kúshli bolıwǵa iytermeley alıwında usı pánniń ornı ayrıqsha. Psixologiyalıq keńes beriw tarawı tek keńes beriw menen sheklenbeydi, ol óz ishine psixologiyalıq korrekciya hám psixodiagnostika túsiniklerin de qamtıp aladı. Keńes beriw procesi júdá quramalı bolıp, bul waqıtta eki tárep - keńes beriwshi hám onı alıwshı da belgili bir atmosferaǵa túsedı. Psixologtan klienttiń awırıwı, mashqalası hám ishki keshirmelerin haqıyqıy túsiniw hám qabıl etiwde úlken sabir, kúshli bilim talap etiledi. Bul ushın psixolog ta ózin sóylesiwge fizikalıq hám ruwxıy jaqtan tayarlaw kerek. Eger psixolog-keńesgóy haq bolsa, onda keńesgóy onı isendiriwde dawam yetiwı hám tek ǵana psixologtıń háreketlerine jeńilmes qarsılıq kórsetken jaǵdayda ǵana toqtatıw kerek boladı. Sonnan keyin másláháchi klient ózi qalay durıs dep esaplasa, solay háreket etiwge múmkinshilik beriwı kerek. Klientke isenim bul insanlıq ideyasına tiykarlanǵan bolıp, psixologiyalıq másláhátlesiwde tiykarǵı esaplanadı.

Keńesgóydiń klientke isenimi eger klientti túsiniwine hám mashqalanı sheshiw usılın onıń menen birge tabıwǵa járdem berilse, óz mashqalasın klient óz betinshe sheshe alıwına isenimin názerde tutadı. Isenim psixolog-másláháchiniń klient pikirine qosılıwı, eger álbette klient haq bolsa, óz pikirinen bas tartıp, onıń pikirın qabıl etiwın de anlatadı. Hár bir klientke óz aldına waqıt belgilep, klienttiń emociyası hám háreketin baqlawı, sózlerin diqqat penen tırlawı hám olardan kelip shıqqan halda oǵan tuwrı jol-joba kórsete alıwı bul psixologtıń tájriybesi hám ámeliyatta alınǵan bilimlerinde sáwlelenip tabadı. Ullı rus pedagogı K. D. Ushinskiydiń miynetlerinde diqqat haqqında júdá jıllı pikirler ayılǵan. Onıń pikirinshe, diqqat ruwxıy jaǵdayımızdıń sonday jalǵız esigi bolıp, sanamızǵa kiretuǵın barlıq nárseler usı esik arqalı ótip kiredi. Diqqat obektti tolıq hám anıq ańlaw qábitine iye. Onıń kórsetiwinshe, adam óz sezimlerin diqqat arqalı basqaradı, bunda ol ıqtıyarlı bagdarlanadı. Avtor diqqat túrlerin ıqtıyarsız yamasa passiv, ıqtıyarlı yamasa aktiv sıyaqlılarga ajiratadı. Onıń pikirinshe, ıqtıyarlı diqqat biz tárepten kúsh salıw arqalı ózine predmet tańlaydı. ıqtıyarlı diqqattı obyektivlestiriw aktiv xarakterinen biri. Sebebi ol insannıń ózi arqalı baqlanadı hám qollanıladı.

**Psixologlıq másláháttiń arnawlı mashqala sıpatındaǵı ornı :** Psixologiyalıq másláhát psixologiyada ózine tán mashqala sıpatında qaraladı, sebebi tómendegi máseleler elege shekem áhmiyetli bolıp qalmaqta:

- Psixologiyalıq keńes beriw hám psixoterapiya shegaraları;
- Másláhátlesiw procesinde jekelik hám etikalıq normalarga ámel etiw;
- Milliy hám mádeniy faktorlardıń másláhát nátiyjeliligine tásir;
- Klienttiń másláhátke bolǵan tayarlıǵı hám motivaciyası.

- Bul mashqalalardı sheshiw arqalı psixologiyalıq másláhátlesiwdiń nátiyjeliligi asırıldı. Másláhátlesiw procesiniń basqıshları
  1. Baylanıs ornatiw (rapport) - isenimli baylanıstı jolǵa qoyıw, klientti tınlawǵa tayarlı halatta bolıw.
  2. Mashqalanı anıqlaw - shaǵım hám jasırın mashqalalardı anıqlaw.
  3. Analiz - klienttiń psixologiyalıq ózgesheliklerin anıqlaw (testler, sóylesiwler arqalı).
  4. Sheshim islep shigiw - mashqalanı sheshiwge tiyisli másláhátler hám jantasıwları islep shigiw.
  5. Bahalaw hám juwmaq - másláhát nátiyjelerin bahalaw, kerek bolsa, qayta múrájáát etiw usınıs etiledi.

**Ámeliy áhmiyeti bolsa:** Psixologiyalıq másláhát mektep psixologiyasında, shańaraq psixologiyasında, jumıs orınlarında, hátte densawlıqtı saqlaw sistemasında da keń qollanıladı. Ol arqalı shaxstıń emocionallıq turaqlılıǵı, qarar qabıl etiw qábileti, ózin ańlaw hám rawajlanıwǵa bolǵan umtılısı kúsheyedi.

Psixologiyalıq másláhát - bul ápiwayı sáwbet emes, al quramalı, ilimiy tiykarlangan hám shaxstıń rawajlanıwına xızmet etetuǵın sistemalı qatnas bolıp esaplanadı. Bul baǵdarda nátiyjeli islew ushin psixolog teoriyalıq bilim, ámeliy kónlikpe hám etikalıq juwapkershilikti ózinde birlestiriwi zárúr. Psixologiyalıq másláháttiń psixologiya pánindegi arawlı mashqala sıpatında úyreniliwi bolsa bul tarawdıń rawajlanıwına xızmet etedi.

#### REFERENCES

1. Abulxanova-Slavskaya K.A. Aktivnost i soznanie lichnosti. - M.: Nauka, 1973.
2. Karvasarskiy B.D. Klinik psixologiya va psixoterapiya. - St.Peterburg, 2001
3. Abramova G.S. Prakticheskaya psixologiya. - M.: Akademicheskiy proyekt, 2000.
4. Bekmurodova N. Psixologiyalıq másláhát beriw teoriiyası hám ámeliyatı. - Tashkent: Ózbekstan, 2018.
5. Xolmatova D. Ámeliy psixologiya tiykarları. - Tashkent: TDPU, 2020.
6. Dryden W., Neenan M. Counselling in Practice. London: SAGE Publications, 2010.
7. Kori G. Teoriya i praktika konsultirovaniya i psixoterapii. - AQSH: Cengage Learning. 2016-jil.
8. Ózbekstan Respublikası "Psixologiyalıq xızmet haqqında"gi Nizamı, 2022-jil.
9. Aldjanova G., Bekmurodova G. ÓSPIRIMLER XARAKTERINDE TOLERANTLIQTIŃ ORNI //Modern Science and Research. – 2025. – T. 4. – №. 5. – C. 39-42.
10. Aldjanova G., Yernazarova G. " MEN HÁM MENIŃ DENEM": DENESINE BOLǵAN QATNAS ÓSPIRIMNIŃ ÓZIN-ÓZI BAHALAW ÁHMIYETLI FAKTOR SIPATINDA //Modern Science and Research. – 2025. – T. 4. – №. 5. – C. 43-46.
11. Aldjanova G., Qosbawlieva Q. SOCIAL-PSYCHOLOGICAL TRAINING AS A WAY TO CHANGE PERSONAL AND BEHAVIORAL FEATURES //Modern Science and Research. – 2025. – T. 4. – №. 4.
12. Aldjanova G., Qosbawlieva Q. SOCIAL-PSYCHOLOGICAL TRAINING AS A WAY TO CHANGE PERSONAL AND BEHAVIORAL FEATURES //Modern Science and Research. – 2025. – T. 4. – №. 4.

13. Aldjanova G. A. TYPES OF LEARNING ACTIVITIES IN THE CREDIT-MODULAR TRAINING SYSTEM //Modern Science and Research. – 2023. – Т. 2. – №. 9. – С. 15-21.
14. Didenko I. A., Frantseva E. N. Features of interaction between preschool teachers and “special” children and their parents //Procedia-Social and Behavioral Sciences. – 2016. – Т. 233. – С. 459-462.
15. Aljanova G. A. Development of creative thinking in the process of learning in higher school. – 2021.
16. Aljanova G. A. Formation of Young Teacher Professionalism Through Mentoring //European Scholar Journal. – 2021. – Т. 2. – №. 11. – С. 128-130.
17. Альджанова Г. А. ЭФФЕКТИВНЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ ПСИХОДИАГНОСТИКИ В ПОДГОТОВКЕ БУДУЩЕГО УЧИТЕЛЯ //Путь науки. – 2017. – №. 4. – С. 66-67.
18. Альджанова Г. ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ МӘДЕНИЯТ КОНЦЕПЦИЯСЫ НЕГИЗЛЕРИ //ВЕСТНИК КАРАКАЛПАКСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА ИМЕНИ БЕРДАХА. – 2018. – Т. 38. – №. 1. – С. 53-56.
19. Альджанова Г. А. ЭФФЕКТИВНОСТЬ ЗНАКОВО-КОНТЕКСТНОЙ ТЕХНОЛОГИИ В ПОДГОТОВКЕ БУДУЩЕГО УЧИТЕЛЯ В ВЫСШИХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ //Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. – 2018. – №. 11. – С. 89-92.
20. Альджанова Г. А. МОДЕЛЬ ФОРМИРОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ В УСЛОВИЯХ ПРОЕКТНО-КОНТЕКСТНОГО ОБУЧЕНИЯ