

PSIXOLOGIYALIQ TRENIN' TARIYXI HÁM KELIP SHÍGIWI HAQQINDA ULIWMA MAĞLIWMATLAR

Turemuratova Aziza Begibaevna

Berdaq atındaǵı Qaraqalpaq mámleketlik universiteti assistenti.

Azizaturemuratova85@gmail.com

Kapuova Nazimxan Sultangaliy qizi

Berdaq atındaǵı Qaraqalpaq mámleketlik universiteti studenti.

Madiyoroova Sevinch Ziyodboy qizi

Berdaq atındaǵı Qaraqalpaq mámleketlik universiteti studenti.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.15232089>

Annotatsiya. *Bul izertlewde psixologiyalıq trenin' tariyxı haqqında bolıp, izertlew dawamında psixologiyalıq trenin' kelip shıǵıwı hám qalıplesiwi haqqında maǵlıwmatlar berilgen.*

Tariyxda psixologiyalıq izertlewlerdi alıp bargan ilimpazlar hám olardıń iskerligi haqqında maǵlıwmatlar bar. Psixologiyalıq trenin' psixoterapiyasi gruppada formasında payda bolıw tariyxı hám psixologiyalıq trenin' maqseti, wazıypaları haqqında mısallar menen maǵlıwmatlar berip ótıledi. Kóp jıllıq pedagogikalıq hám psixologiyalıq tájiriybege iye bolǵan ilimpazlarımızning psixologiyaga tiyisli teoriyalari izertlewler dawamında úyrenip shıǵılǵan.

Gilt sózler: *Psixologiyalıq izertlewler, psixologiyalıq trenin' tariyxı, psixoterapiya, psixologlar metodı, psixolog -trener, psixokorreksiya.*

PSIXOLOGIK TRENING TARIXI VA KELIB CHIQISHI HAQIDA UMUMIY MA'LUMOTLAR

Annotatsiya. *Ushbu tadqiqotda psixologik trening tarixi haqida bo'lib, tadqiqot davomida psixologik trening kelib chiqishi va shakllanishi haqida ma'lumotlar berilgan. Tarixda psixologik tadqiqotlarni olib borgan olimlar va ularning faoliyati haqida ma'lumotlar mavjud. Psixologik trening psixoterapiyasi guruh shaklida paydo bo'lish tarixi va psixologik trening maqsadi, vazifalari haqida misollar bilan ma'lumotlar berib o'tiladi. Ko'p yillik pedagogik va psixologik tajribaga ega bo'lgan olimlarimizning psixologiyaga oid nazariyalari tadqiqotlar davomida o'rganib chiqilgan.*

Kalit so'zlar: *Psixologik tadqiqotlar, psixologik trening tarixi, psixoterapiya, psixologlar metodı, psixolog-trener, psixokorreksiya.*

Toparlıq psixologiyalıq korrekciyanı tek ǵana medicina usılı sıpatında emes, al ámeliy psixologiyanıń usılı sıpatında da qollanıw múmkin.

Topar psixoterapiyası psixologiyalıq trenin'ten aldın payda bolğan bolıp, 1904-1905-jıllarğa tuwrı keledi. Bul shıpkarlıq jumısları menen tikkeley baylanıslı. "Toparlıq psixoterapiya" ataması Dj.Moreno tárepinen usınıs etilgen (1932). Psixologiyalıq trenin' 1950-jıllarda payda bolgan dep esaplanadı. M.Forverg jańa usıl islep shıǵadı, bunda rolı oınlar arqalı iskerlik alıp barıladı. Bul sociallıq psixologiyalıq trenin' dep ataladı. Sociallıq psixologiyalıq trenin' shaxsqa tásiiri anıqlandı. Psixologiyalıq trenin'ti terapiya, korrekciya hám oqıtıwdan parqı tómendegilerden ibarat: Birinshiden, psixoterapiyadan parqı trenin' xızmeti emlewden ibarat emes. Trenerdiń wazıypası psixologiyalıq járdem kórsetiwden ibarat, biraq bunda emlew usıllarınan paydalanıw múmkin. Trenin'te tek ǵana salamat adamlar emes, al, nevrostikler de qatnasıwı múmkin. Sońǵı jaǵdayda psixolog medicinalıq maǵlıwmatqa iye bolıwı usınıs etiledi, yaki klinikalıq psixoterapevttiń birge islesiwı bolıwı kerek.

Ekinshiden, psixologiyalıq trenin'niń psixokorrekcıyadan parqı tek ishki dúnyadaǵı jaǵdaylarǵa ǵana emes, al shaxstıń rawajlanıwına tiykarǵı itibar qaratadı. Bunnan tısqarı, korrekciya psixikalıq rawajlanıwdıń normal jaǵdayı menen tikkeley baylanıslı, trenin'diń ayırım túrlerinde norma túsinikleri ulıwma joq. Úshinshiden, trenin' jumısın tek ǵana oqıtıw jumısı menen baylanıstırıw múmkin emes. Sebebi kognitiv komponent trenin'de tiykarǵı esaplanbaydı, ayırım trenin'lerde ol ulıwma qollanılmaydı. Kópshilik qanıgeler trenin'de emocional tájiriyebeniń ózi jeterli dep esaplaydı. Biraq psixologiyalıq trenin' rawajlandırıwshı oqıtıw menen tikkeley baylanıslı bolıp tabıladı. Soǵan qaramastan trenin'de psixoterapiyalıq, psixokorrekcıyalıq hám oqıtıw usılları qollanıwı múmkin, bunda toparlıq jumıstıń bir forması tańlap alınbaydı. Sociallıq psixologiyalıq trenin'niń tiykarǵı basqıshları. Ótken ásirdiń 50-jıllarına kelip trenin' topar menen islewde eń qolaylı, shólkemlestirilgen usıllardan biri bolıp esaplanadı. Trenin' ózinde arnawlı psixoterapiyalıq hám psixokorrekcıyalıq usıllardan tısqarı, ózinde rolı oınlar, diskussiya usılları, toparlıq qararlar qabıllawdı óz ishine aladı, basqasha aytqanda jańa kónlikpelerdi qollanıwda qollanıladi. Áyne trenin' basqa psixologiyalıq usıllar arasında kásiplik hám jeke adamlar sanasın hám rezervlerin aktuallastırıwdıń psixologiyalıq shárt-sharayatların jaratadı. Adamlardıń ish-háreketlerin ózgeritiw hám dúnyǵa bolǵan múnásibetin anıqlaw imkaniyatın beredi. Trenin'niń ózi bolsa belgisiz bolıp qala beredi. Illyustraciya sıpatında tómendegi waqıyanı mısıl etip keltiriw múmkin:

Bir ataqlı hám tájiriyebeli psixologtan soradı:

- Siz toparıńız benen shuǵıllanıp atırǵanınıızda olardı emleysiz be?
- Álbette, awa, - dep juwap berdi.
- Múmkin siz olardıń jeke rawajlanıwına járdem berersiz?

- Aua, - dep tastıyqladı ol.
- Biraq siziń toparınızdıń qatnasıwshıları sizdiń hesh nárese aytpaytuǵınıńız haqqında ayttı ǵoy.
- Bul da durıs.
- Onda siziń nátiyjeli jumısıńızdıń tiykarı nede?
- Maǵan adamlar qızıq. Men olardıń ózgeriw qábiletlerine isenemen.

V.I.Slobodchikov hám E.I.Isaevlar ámeliy psixologiyada eki túsinikti ajıratadı: 1) ámeliy psixologiya ámeliy tártip-intizam sıpatında, onıń tiykarı bolsa tábiyiy ilimiy tiptegi psixologiyanı izertlew; 2) ámeliy psixologiya "ulıwma psixologiyalıq tájiriybe sıpatında" bunda tiykarǵı izertlew psixikanı izertlew emes, al psixika menen islew esaplanadı (V.I. Slobodchikov, E.I. Isaev, 1995, 113-115-betler). Trenin' basqa túsiniq penen de túsindiriliwi múmkin. Birinshi jaǵdayda trenin' ózine tán izertlew usılı sıpatında tallanadı, olar shaxslar aralıq múnásibetlerdi yamasa sociallıq fenomenlerdi úyrenedi. Ekinshi jaǵdayda bolsa trenin' ámeliy jumıs sıpatında tallanadı, bunda anıq adamlardıń psixologiyalıq xarakteristikası úyreniledi. Trenin' túsiniǵı hám onıń sebepleri psixolog trener ushın hám bul jerge jıynalǵan tıńlawshılar ushın túrlishe bolıwı múmkin.

Mashqalalı boladı, qashan trener hám tıńlawshılardıń dúnya qarasları hár qıylı bolǵan jaǵdaylarda. Trenin'te tiykarǵı wazıypa ne degen sorawǵa juwap beriw ushın "trenin'" túsiniǵı neni ańlatatuǵının tallap alıw maqsetke muwapıq bolar edi. Trenin' sózi inglis tilinen alınǵan bolıp, shınıǵıw islew túsiniǵın ańlatadı. Shınıǵıwdıń tiykarı nede? Shınıǵıw waqtında insan shınıǵıwı múmkin bolǵan háreketlerdi ámelge asıradı. Mısalı, insan júziwdi úyreniwı ushın ol aldın suwda tura alıwdı úyreniwı kerek, olardı qurǵaq basseynde shınıǵıwı júdá qızıq. Sonnan kelip shıqqan halda ayırımlardıń sózlerine qarsılıq bildiriw orınlı, olardıń pikirinshe: "trenin' bul turmıstıń qanday da bir modeli, reallıqtı shınıqtırıw usılı, ol haqıyqıy turmısqa uqsaydı." Bul naduris kózqaras. Jasawdı úyreniw ushın insan jasawı kerek. Demek trenin' qatnasıwshılar turmısınıń bir bólegi bolıp qalıwı kerek. Trenin'niń quramı neden ibarat? Bul sorawǵa juwap beriwden aldın ámeliy psixologtıń maqset wazıypaların anıqlastırıw hám analizlew kerek boladı.

Álbette bul haqqında kóplegen jaǵdaylar keltirilgen. Psixologtıń bilimlendiriwdegi wazıypası: psixologiyalıq járdem kórsetiw, psixologiyalıq járdem beriw, bala rawajlanıwınıń optimal varianttı jaratıw hám basqalar. Barlıq baǵdarlarda tiykarǵı maqsetler bar desek asıra aytqan bolmaymız. Barlıq psixologiyalıq xızmetlerde bala rawajlanıwı hám onıń ómirindegi unamlı ózgerislerdiń analizi bar. Bunda psixolog baladan uzaǵıraq iskerlikte turǵanday kórinedi, oǵan uzaǵınan járdem berip turǵanday seziledi. Áyne úlkenler hám balalar psixologtıń qatnasına onnan keńes sorawǵa baradı.

Olar mashqalalarğa dus kelse, psixologtan onıń sheshimin sheship beriwin soraydı. Olar psixologtan nelerdi kútedi? Birinshiden, kliyent psixologtan óziniń qarar qabıl etiwı ushın áhmiyetli bolǵan psixologiyalıq maǵlıwmatlardı sorawı múmkin, onda usı jaǵdaylardı ámelge asırıw ushın erkinlik jetispewı múmkin. Pedagoglar hám joqarı klass oqıwshılarınıń tiykarǵı sorawı: "Psixologlar bul haqqında qanday pikir biledi?" Mısalı, firma jumısshısı psixologtan: "Men sońǵı waqıtları kásipleslerim menen jánjellerge aralasıp qalıp atırman. Jánjelge aralaspaw ushın ne islewim kerek?" Bul jaǵdaylarda psixologtıń tiykarǵı usıllarınan biri bul kliyentke maǵlıwmat beriwden ibarat boladı. Ekinshiden, kliyent psixologtıń tek maǵlıwmat beriwine emes, al onıń belgili bir jaǵdayda jaǵdaylardı anıqlastırıwǵa járdem beriwin, psixologiyalıq diagnoz qoyıw, kliyent penen birgelikte ózgeriwı kerek bolǵan joybarlardı islep shıǵıwın kútiwı múmkin. Máselen, biziń kliyentti tómendegiler qızıqtırıwı múmkin. Máselen, "Men qalayınsha biziń bólimimizdegi kásipleslerim menen shaxslar aralıq múnásibetlerdi jaqsılawım múmkin. Bul jaǵdayda psixologtıń tiykarǵı usıllarınan biri bul másláhát beriw esaplanadı. Úshinshiden, kliyent psixologtan óziniń joybarına ózgerisler kirgiziwde járdem beriwin sorawı múmkin, hám olardı tómendegishe anlatıwı múmkin: "Maǵan jaqsı bolsın, maǵan járdem beriń!" Aytayıq, psixolog ata hám onıń kishi perzenti ortasında dálalshı bolıwı talap etiledi. Hátteki bwl iske sociallıq qorǵaw uyımların da tartıw talan etiledi, máselen, shańaraqta balaǵa qarata zorlıq jaǵdayları baqlansa. Bul jaǵdayda psixologtıń xızmeti kliyenttiń turmısına tikkeley aralasıw esaplanadı. Hám tórtinshiden, kliyent ol yaki bul mashqaladan qutilıwdı emes, al bul mashqalanı ózi sheshiwın qálewı múmkin.

Kútilip atırǵan nátiyje bolsa tómendegiden ibarat: "Házir ámelge asıra almay atırǵan jumısmındı, ózim isley alatuǵın imkaniyat beriwinińizdi hám úyretiwinińizdi qáleymen. Meyli, biziń qarıydarımız bizge mınanı aytıp atır: "Siz maǵan qalay tuwrı múnásibette bolıwdı úyrettińiz, biraq men buni házir isley almayman, siz maǵan usını úyretiń!" Bunday jaǵdayda psixologtıń metodi sıpatında shınıǵıw usılı qalıpleseı. Sonda ǵana kliyent ol yamasa bul iskerlikke shınıǵıwlar arqalı úyreniwı múmkin boladı.

Joqarıdaǵı jaǵdaylardan kelip shıǵıp, kliyentlerdiń talaplarına qaray tórt tiykarǵı jaǵdaydı meta usıl sıpatında kórsetiw múmkin, bul usıllar psixologıń tiykarǵı usıllarınan biri esaplanadı, bular tómendegilerden ibarat: 1) maǵlıwmat beriw, 2) keńes beriw, 3) intervenciya (tuwrı aralasıw); 4) trenin'. Birinshi úsh meta usıllar áhmiyetli mashqalalardı sheshiwde qolaylı boladı hám bunnan artıq háreket etpeydi. Tórtinshi meta usıldı trenin'ge keletuǵın bolsaq, olardıń tiykarǵı ayırmashılıǵı tómendegilerde kórinedi, ol qatnasıwshılardıń mashqalaların sheshiwge emes, al keleshekte usınday waqıyalardıń júz beriwiniń aldın alıwǵa da qaratılǵan. Bunda kliyentler mashqalanı sheshiwdi úyrenedi.

Trenin' ishinde ma'g'lwmat beriw, masláhát beriw, intervenciya usılların da qollanıwı m'umkin. Biraq bul usıllar jetekshi bolmawı kerek. Eger bul ja'gday j'uz berse, trenin' metod sıpatında óziniń ózgesheligin jo'galtadı.

REFERENCES

1. Turemuratova, Aziza, Rita Kurbanova, and Barno Saidboyeva. "EDUCATIONAL TRADITIONS IN SHAPING THE WORLDVIEW OF YOUNG PEOPLE IN FOLK PEDAGOGY." *Modern Science and Research* 2.10 (2023): 318-322.
2. Turemuratova, Aziza, and Kamola Yoldasheva. "PSYCHOLOGICAL CONFIDENTIALITY OF THE FORMATION OF STUDENTS'COLLABORATIVE SKILLS BASED ON MULTI-VECTOR APPROACHES IN EDUCATION." *Modern Science and Research* 4.4 (2025): 262-269.
3. Turemuratova, Aziza, Shahlo Matmuratova, and Nargisa Tajieva. "THE DEPENDENCE OF MULTI-VECTOR APPROACHES ON PEDAGOGICAL METHODS AND PSYCHOLOGICAL TRAINING IN IMPROVING STUDENTS'COLLABORATIVE SKILLS BASED ON THE EDUCATIONAL PROGRAM." *Modern Science and Research* 4.4 (2025): 50-55.
4. Turemuratova, Aziza, and Marhabo Kenjayeva. "KO'P VEKTORLI YONDASHUVLAR ASOSIDA TALABALARNING KOLLOBORATIV KO'NIKMALARINI RIVOJLANTIRISHNING PSIXOLOGIK TRENING USLUBI." *Modern Science and Research* 4.4 (2025): 252-261.
5. Turemuratova, Aziza, Umida Uzakbaeva, and Dilafró'z Nuriyeva. "BASIC CONCEPTS OF FAMILY PSYCHOLOGY AND OVERCOMING PSYCHOLOGICAL PROBLEMS." *Modern Science and Research* 4.4 (2025): 104-109.
6. Begibaevna, Turemuratova Aziza. "RESEARCH ON IMPROVING STUDENTS'COLLABORATIVE SKILLS BASED ON MULTI-VECTOR PSYCHOLOGICAL TRAINING APPROACHES."
7. Begibaevna, Turemuratova Aziza, Kushbaeva Indira Tursinbaevna, and Dawletmuratova Raxila Genjemuratovna. "THE MAIN ESSENCE OF DEVELOPING STUDENTS'COLLABORATIVE SKILLS BASED ON MULTI-VECTOR PEDAGOGICAL APPROACHES IN MODERN EDUCATION."

8. Jarilkapovich, Matjanov Aman. "Program Technology for Choosing an Effective Educational Methodology Based on Modern Pedagogical Research in The Educational System." *CURRENT RESEARCH JOURNAL OF PEDAGOGICS* 6.02 (2025): 30-33.
9. Jarilkapovich, Matjanov Aman. "USE OF PEDAGOGICAL METHODS BASED ON THE MODERN EDUCATIONAL PROGRAM TO INCREASE THE EFFECTIVENESS OF EDUCATION." *European International Journal of Pedagogics* 4.06 (2024): 26-33.
10. Turemuratova, Aziza, Rita Kurbanova, and Barno Saidboyeva. "EDUCATIONAL TRADITIONS IN SHAPING THE WORLDVIEW OF YOUNG PEOPLE IN FOLK PEDAGOGY." *Modern Science and Research* 2.10 (2023): 318-322.
11. Kurbanova, R. J., and B. E. Saidboeva. "MAKTAB VA OILADA ESTETIK TARBIYANI SHAKLLANTIRISH JARAYONIDA O'QUVCHILARNING AKSIOLOGIK DUNYOQARASHINI RIVOJLANTIRISH." *Inter education & global study* 9 (2024): 114-121.
12. Jarasovna, Kurbanova Rita. "The Role of National Values in Shaping the Aesthetic Worldview of Schoolchildren." *International Journal of Pedagogics* 5.03 (2025): 55-58.
13. Asamatdinova, J., and B. Saidboeva. "Diagnosis and Correction of the Development of Value Orientation in Students in the Process of Moral and Aesthetic Education." *JournalNX* 9.6 (2023): 274-277.
14. Muratbayevna, Dauletova Gozal, and Madaminova Nargiza Qurbanbayevna. "BOLANING RIVOJLANISH DAVRI PSIXOLOGIYASI." *Scientific Impulse* 1 (2022): 33-35.
15. Jansulu, Tursinbaeva, and Mambetiyarova Venera. "SOTSIAL PSIXOLOGIYADA SHAXS MUAMMOSI." (2024).