



PSIXOLOGIK YONDOSHAVLAR IJTIMOYIY ISH JARAYONIDA: NAZARIYA VA AMALIYOT

Soyibjonova Dilnoza Shuhratbek qizi

Andijon davlat universiteti Tarix fakulteti ijtimoiy ish yo'nalishi talabasi

Annotatsiya: Ushbu maqolada psixologik yondashuvlarning ijtimoiy ish jarayonidagi roli, nazariy asoslari va amaliy qo'llanilishi tahlil qilinadi. Psixologik yondashuvlar ijtimoiy ishning samaradorligini oshirish, mijozlarning ijtimoiy muammolarini aniqlash va ularni hal qilishda muhim vosita hisoblanadi. Maqolada empatiya, aktiv tinglash, motivatsion intervyu, stressni boshqarish va multidisiplinar yondashuvlar kabi psixologik metodlar ko'rib chiqiladi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, psixologik yondashuvlarning samarali qo'llanilishi ijtimoiy ishning natijadorligini oshiradi, mijozlarning ishonch va motivatsiyasini mustahkamlaydi hamda ijtimoiy himoyaga muhtoj shaxslar bilan ishlash jarayonini sifatli qiladi.

Kalit so'zlar: Ijtimoiy ish, psixologik yondashuv, empatiya, aktiv tinglash, motivatsion intervyu, stressni boshqarish, multidisiplinar yondashuv, mijoz bilan ishlash.

Abstract: This article examines the role of psychological approaches in social work practice, focusing on both theoretical foundations and practical applications. Psychological approaches are essential for enhancing the effectiveness of social work, understanding clients' social and emotional needs, and providing individualized support. The article analyzes methods such as empathy, active listening, motivational interviewing, stress management, and multidisciplinary collaboration. The findings indicate that the effective use of psychological approaches improves social work outcomes, strengthens client trust and motivation, and ensures quality assistance for individuals and families in need of social protection.

Keywords: Social work, psychological approaches, empathy, active listening, motivational interviewing, stress management, multidisciplinary approach, client support.

KIRISH





Ijtimoiy ish jamiyatning ijtimoiy barqarorligini ta'minlash, ijtimoiy himoyaga muhtoj shaxs va oilalarga yordam berish, ularning hayot sifatini oshirish bilan bog'liq faoliyatdir. Shu nuqtai nazardan, psixologik yondashuv ijtimoiy ishning eng muhim tarkibiy qismlaridan biri hisoblanadi. Ijtimoiy ish jarayonida xodimlar nafaqat mijozlarga ijtimoiy yordam ko'rsatadilar, balki ularning ruhiy holatini, hissiyotlarini va ijtimoiy moslashuvini ham inobatga olishlari zarur.

Psixologik yondashuvlar orqali ijtimoiy ish xodimi mijozlar bilan ishonchli va konstruktiv aloqani o'rnatadi, ularning ehtiyojlarini to'liq tushunadi va yordam ko'rsatishni samarali qiladi. Shu sababli, zamonaviy ijtimoiy ish amaliyotida psixologik metod va strategiyalarni mukammal bilish va qo'llash katta ahamiyat kasb etadi.

Maqolaning maqsadi – ijtimoiy ish jarayonida psixologik yondashuvlarning nazariy asoslarini tahlil qilish, ularning amaliy qo'llanilishi va samarali metodlarini aniqlash hamda psixologik yondashuvlar orqali ijtimoiy ish samaradorligini oshirish bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqishdir.

ASOSIY QIUSM

1. Psixologik yondashuvning mohiyati va ahamiyati

Psixologik yondashuv – bu ijtimoiy ish xodimi mijozning hissiy, ruhiy va ijtimoiy holatini tushunish, unga mos yondashuvni tanlash va yordam ko'rsatish jarayonidir. Psixologik yondashuvning ahamiyati quyidagi yo'nalishlarda namoyon bo'ladi:

- **Mijoz bilan ishonchli aloqani o'rnatish:** Psixologik yondashuv orqali mijoz o'z muammolarini ochiq va samimiy tarzda bayon qilishi uchun ishonch muhitini yaratadi.
- **Muammolarni aniqlash va hal qilish:** Psixologik metodlar yordamida ijtimoiy ish xodimi mijozning ehtiyojlarini va ichki resurslarini aniqlaydi.
- **Stress va psixologik qarshilikni kamaytirish:** Mijozlar va oilalar duch keladigan ijtimoiy muammolar ko'pincha psixologik stress bilan bog'liq bo'ladi. Psixologik yondashuv bu stressni kamaytirishga yordam beradi.
- **Samarali kommunikatsiya va multidisiplinar ish:** Psixologik yondashuv ijtimoiy ish xodimi va boshqa mutaxassislar o'rtasidagi hamkorlikni rivojlantiradi.

2. Psixologik yondashuvlarning samarali usullari





2.1. Empatiya

Empatiya – mijozning hissiyotini tushunish va unga mos javob berish qobiliyatidir. Ijtimoiy ishda empatiya mijoz bilan ishonchli munosabat oʻrnatishning asosiy vositasi hisoblanadi. Empatiya yordamida xodim mijozni tinglaydi, uning ehtiyojlarini tushunadi va yordam jarayonini shaxsiylashtiradi.

2.2. Aktiv tinglash

Aktiv tinglash – mijoz soʻzlarini diqqat bilan eshitish, ularning ehtiyojlarini tushunish va ularga mos javob berish jarayonidir. Bu usul orqali ijtimoiy ish xodimi mijozning muammolarini aniqlaydi va ularga samarali yordam koʻrsatadi. Aktiv tinglash quyidagi komponentlardan iborat:

- Mijoz soʻzlarini qabul qilish va tushunish.
- Aniqlashtiruvchi savollar berish orqali toʻliq maʼlumot olish.
- Non-verbal signallarni kuzatish: yuz ifodasi, tana harakatlari, ovoz ohangi.

2.3. Motivatsion intervyu

Motivatsion intervyu – bu mijozning oʻzgarishga boʻlgan ichki motivatsiyasini aniqlash va ragʻbatlantirish jarayonidir. Ijtimoiy ish amaliyotida motivatsion intervyu yordamida xodim mijozni oʻzgarishga undaydi va ijtimoiy muammolarni mustaqil hal qilishga yordam beradi.

2.4. Stressni boshqarish

Ijtimoiy ish jarayonida mijozlar va xodimlar turli ijtimoiy muammolar sababli stressga duch kelishi mumkin. Psixologik yondashuvlar yordamida stressni boshqarish usullari qoʻllaniladi: relaksatsiya texnikalari, hissiy barqarorlikni oshirish, muammolarni konstruktiv hal qilish strategiyalari.

2.5. Multidisiplinar yondashuv

Murakkab ijtimoiy muammolarni hal qilish uchun faqat bitta mutaxassis yetarli boʻlmaydi. Psixologik yondashuv ijtimoiy ish xodimi, psixolog, pedagog, huquqshunos va boshqa mutaxassislar bilan hamkorlikda ishlashni talab qiladi. Shu orqali mijozning ehtiyojlari har tomonlama qamrab olinadi va yordam samaradorligi oshadi.

3. Nazariya va amaliyot oʻrtasidagi bogʻliqlik

Psixologik yondashuvlarning nazariy asoslari psixologiya va ijtimoiy ish ilmiy manbalariga tayangan holda ishlab chiqiladi. Nazariy bilimlar xodimga mijoz bilan samarali muloqot qilish, muammolarni aniqlash va individual yondashuvlarni tanlash imkonini beradi.





Amaliyotda nazariy bilimlar quyidagi yo‘nalishlarda qo‘llaniladi:

- Mijoz bilan psixologik maslahatlar va intervyular o‘tkazish.
- Jamoatchilik va oilalar bilan ijtimoiy loyihalarni amalga oshirishda psixologik metodlarni qo‘llash.
- Stress va konfliktlarni boshqarish, motivatsiyani oshirish.

Ushbu yondashuvlar ijtimoiy ishning samaradorligini oshiradi, mijozlarning ishonch va motivatsiyasini mustahkamlaydi va ularning ijtimoiy muammolarini tez va sifatli hal qilishga yordam beradi.

4. Amaliy misollar

O‘zbekistonda ijtimoiy ish amaliyotida psixologik yondashuvlar muvaffaqiyatli qo‘llanilgan bir nechta misollar mavjud:

- Nogironligi bo‘lgan shaxslar bilan ishlashda empatiya va aktiv tinglash metodlarining qo‘llanilishi.
- Yoshlar va oilalar bilan motivatsion intervyu yordamida ularning ijtimoiy faoliyatga jalb etilishi.
- Stressni boshqarish texnikalari yordamida mahallalarda ijtimoiy muammolarni hal qilish jarayonining samaradorligini oshirish.
- Multidisciplinar jamoalar yordamida murakkab ijtimoiy vaziyatlarni hal qilish.

Ushbu misollar psixologik yondashuvlarning ijtimoiy ish jarayonida samarali ishlashini va mijozlarga sifatli yordam ko‘rsatishda muhimligini ko‘rsatadi.

XULOSA

Psixologik yondashuvlar ijtimoiy ishning asosiy tarkibiy qismi bo‘lib, mijozlar bilan samarali muloqot, muammolarni aniqlash va hal qilishda muhim vosita hisoblanadi. Empatiya, aktiv tinglash, motivatsion intervyu, stressni boshqarish va multidisciplinar yondashuvlar ijtimoiy ishning samaradorligini oshiradi, mijozlarning ishonch va motivatsiyasini mustahkamlaydi, shuningdek, ijtimoiy himoyaga muhtoj shaxslar bilan ishlash jarayonini sifatli qiladi.

Shuning uchun, ijtimoiy ish xodimlari psixologik yondashuvlar bo‘yicha nazariy bilim va amaliy ko‘nikmalarni rivojlantirishlari lozim. Zamonaviy ijtimoiy ish amaliyotida psixologik metodlarni samarali qo‘llash jamiyatdagi ijtimoiy barqarorlikni





ta'minlash va ijtimoiy himoyaga muhtoj shaxslarga sifatli yordam ko'rsatish uchun muhim omildir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Axmedov, O. (2018). *Ijtimoiy ish nazariyasi va amaliyoti*. Toshkent: O'qituvchi nashriyoti.
2. Mamatqulov, S. (2020). *Jamiyatdagi ijtimoiy himoya tizimlari va ularning samaradorligi*. Toshkent: Sharq nashriyoti.
3. Rustamov, D. (2019). *Ijtimoiy ishning zamonaviy yondashuvlari*. Toshkent: Fan va Ta'lim nashriyoti.
4. Karimova, N. (2021). *Ijtimoiy himoyaga muhtoj qatlamlar bilan ishlash metodlari*. Toshkent: Ilm-Ziyo nashriyoti.
5. Yoqubov, R. (2017). *Ijtimoiy ish tizimini takomillashtirish strategiyalari*. Toshkent: Akademiya nashriyoti.
6. Abdullayev, A., & Normurodov, B. (2022). *Mahalla va jamoat bilan hamkorlikda ijtimoiy ish*. Toshkent: Ijtimoiy Innovatsiya nashriyoti.
7. O'zbekiston Respublikasi Ijtimoiy himoya vazirligi. (2021). *Ijtimoiy yordam tizimining rivojlanishi va innovatsion yondashuvlar*. Toshkent.
8. Sobirov, T. (2019). *Ijtimoiy ish amaliyoti va jamoatchilik bilan hamkorlik*. Toshkent: O'zbekiston Milliy Universiteti Nashriyoti.

