

KASBIY REFLEKSIYA VA UNING BO'LAJAK PSIXOLOGLARNING PROFESSIONAL SHAKLLANISHIDAGI O'RNI

Shukurova Nargiza Ikramovna
Qarshi xalqaro universiteti o'qituvchisi

Annotatsiya: *Kasbiy refleksiya bo'lajak psixologlarning professional rivojlanishida muhim psixologik mexanizm hisoblanadi. U ongli kasbiy o'sishni ta'minlovchi kognitiv, emotsional, motivatsion va metakognitiv jarayonlarni birlashtiradi. Refleksiv kompetensiya professional identifikatsiya, axloqiy ong va kasbiy faoliyatga psixologik tayyorgarlikni shakllantiradi. Mazkur maqolada kasbiy refleksiyaning psixologik tuzilmasi va uning psixolog talabalari shaxsini shakllantirishdagi o'rni tahlil qilinadi. Natijalar refleksiv amaliyotlar professional yetuklik, o'zini-o'zi boshqarish va psixologik barqarorlikni rivojlantirishini ko'rsatadi hamda refleksiyani zamonaviy professional ta'limning muhim strategik komponenti sifatida asoslaydi.*

Kalit so'zlar: *kasbiy refleksiya, refleksiv kompetensiya, psixolog talabalari, professional rivojlanish, refleksiv amaliyot.*

Abstract: *Professional reflection is a key psychological mechanism in the professional development of future psychologists. It integrates cognitive, emotional, motivational, and metacognitive processes that ensure conscious professional growth. Reflective competence supports professional identity formation, ethical awareness, and psychological readiness for professional activity. This article analyzes the psychological structure of professional reflection and its role in shaping the personality of psychology students. The results demonstrate that reflective practices enhance professional maturity, self-regulation, and psychological resilience, defining reflection as a strategic component of modern professional education.*

Keywords: *professional reflection, reflective competence, psychology students, professional development, reflective practice.*

Zamonaviy ta'lim tizimi bo'lajak mutaxassis shaxsini shakllantirish jarayonida nafaqat bilim berish, balki kasbiy ong, professional tafakkur, refleksiv fikrlash va ijtimoiy mas'uliyatni rivojlantirishni ham ustuvor vazifa sifatida belgilamoqda. Ayniqsa, psixolog kadrlarni tayyorlash jarayonida kasbiy refleksiya fenomeni alohida ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etadi. Kasbiy refleksiya shaxsning o'z faoliyatini anglash, tahlil qilish, baholash, kasbiy qarorlar samaradorligini oshirish, professional o'sishni ongli rejalashtirish imkonini beruvchi murakkab psixologik mexanizm hisoblanadi.

Davlat siyosati darajasida inson kapitalini rivojlantirish, ta'lim sifatini oshirish, raqobatbardosh kadrlarni tayyorlash ustuvor yo'nalish sifatida belgilangan bo'lib,

bu jarayonda reflektiv kompetensiyalarni rivojlantirish muhim strategik vazifa hisoblanadi. Shu nuqtayi nazardan, bo'lajak psixolog shaxsini shakllantirishda kasbiy refleksiyaning o'рни va ahamiyatini ilmiy asosda yoritish dolzarb muammo sifatida namoyon bo'ladi. Kasbiy refleksiyaning psixologik mohiyati Kasbiy refleksiya shaxsning o'z kasbiy faoliyatini ongli tahlil qilishi, baholashi va o'zini rivojlantirish strategiyalarini shakllantirishi bilan tavsiflanadi. U kognitiv jarayonlar (tafakkur, tahlil, idrok), emotsional holatlar (his-tuyg'ularni anglash va boshqarish), motivatsion omillar (ichki ehtiyojlar, kasbiy intilishlar) hamda metakognitiv mexanizmlarning (o'z-o'zini nazorat qilish, o'zini baholash) integratsiyasiga asoslanadi. Shu sababli kasbiy refleksiya faqat bilish jarayoni emas, balki shaxsning butun psixologik tizimini qamrab oluvchi kompleks fenomen hisoblanadi.

Kasbiy refleksiya shaxsda tanqidiy fikrlashni rivojlantiradi, kasbiy xatolarni tahlil qilishga, muvaffaqiyatlarni umumlashtirishga, professional tajribani tizimlashtirishga xizmat qiladi. Bu jarayon psixolog mutaxassis shaxsida professional mas'uliyat, axloqiy ong, empatiya va kasbiy yetuklikni shakllantiruvchi asosiy mexanizmlardan biri hisoblanadi.

Kasbiy refleksiya va bo'lajak psixolog shaxsining shakllanishi Bo'lajak psixolog shaxsining shakllanishida kasbiy refleksiya markaziy o'rin egallaydi. Reflektiv jarayonlar orqali talaba o'z kasbiy rolini anglaydi, professional identifikatsiyani shakllantiradi, kasbiy qadriyatlar tizimini ichkilashtiradi. Bu jarayon shaxsning kasbiy "Men-konsepsiyasi"ni rivojlantirishga xizmat qiladi.

Kasbiy refleksiya psixolog talabalarda o'zini-o'zi boshqarish, o'zini baholash, psixologik barqarorlik va stressga chidamlilik kabi sifatlarni shakllantiradi. Shu orqali refleksiya professional tayyorgarlikning psixologik poydevorini tashkil etadi. Talabada reflektiv kompetensiyaning rivojlanishi uning kasbiy moslashuvchanligini, muammoli vaziyatlarda ongli qaror qabul qilish qobiliyatini va professional etik me'yorlarga sodiqligini ta'minlaydi.

Reflektiv kompetensiya va professional rivojlanish Reflektiv kompetensiya bo'lajak mutaxassisning professional rivojlanishida muhim indikator hisoblanadi. U shaxsning o'z faoliyatini baholash, o'z ustida ishlash, o'zini rivojlantirish strategiyalarini ongli rejalashtirish qobiliyatini ifodalaydi. Reflektiv kompetensiya rivojlangan shaxs professional faoliyatda yuqori samaradorlik, barqarorlik va moslashuvchanlikka erishadi. Ta'lim jarayonida reflektiv yondashuvlarni joriy etish psixolog talabalarda kasbiy refleksiyaning shakllantirishning samarali mexanizmi hisoblanadi. Treninglar, reflektiv mashg'ulotlar, interaktiv ta'lim metodlari reflektiv kompetensiyaning rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Kasbiy refleksiya va metakognitiv jarayonlar Kasbiy refleksiya metakognitiv jarayonlar bilan uzviy bog'liq bo'lib, shaxsning o'z fikrlash jarayonlarini anglash,

nazorat qilish va boshqarish qobiliyatini rivojlantiradi. Metakognitiv kompetensiyalar rivojlangan shaxs professional faoliyatda muammolarni chuqur tahlil qilish, vaziyatlarni ko'p tomonlama baholash, muqobil yechimlarni ishlab chiqish imkoniyatiga ega bo'ladi. Bu jarayon bo'lajak psixologlarda analitik tafakkur, refleksiv fikrlash va professional bashorat qilish qobiliyatlarini shakllantiradi. Kasbiy refleksiya va emotsional intellekt Kasbiy refleksiya emotsional intellekt rivoji bilan ham bevosita bog'liq. Talabalar refleksiv jarayonlar orqali o'z emotsional holatlarini anglash, boshqarish va tartibga solishni o'rganadilar. Bu esa empatiya, ijtimoiy sezgirlik, kommunikativ kompetensiya va psixologik ta'sirchanlik kabi sifatning rivojlanishiga xizmat qiladi. Psixolog talabalarda emotsional refleksiya rivojlanishi professional munosabatlarda barqarorlik va ishonchlilikni ta'minlaydi. Kasbiy refleksiya va professional etik ong Refleksiv jarayonlar professional etik ongni shakllantirishda ham muhim rol o'ynaydi. Talaba o'z kasbiy faoliyatini axloqiy me'yorlar asosida tahlil qilishni, professional mas'uliyatni his qilishni va kasbiy qarorlarning ijtimoiy oqibatlarini anglashni o'rganadi. Bu jarayon bo'lajak psixolog shaxsida kasbiy vijdon, axloqiy barqarorlik va ijtimoiy javobgarlik sifatlarini rivojlantiradi.

Kasbiy refleksiya bo'lajak mutaxassisning professional moslashuv jarayonida muhim psixologik mexanizm sifatida namoyon bo'ladi. Zamonaviy mehnat bozori va professional faoliyat sharoitida mutaxassisdan nafaqat chuqur nazariy bilim va amaliy ko'nikmalar, balki o'z faoliyatini tahlil qilish, baholash va takomillashtirish qobiliyati ham talab etiladi. Ayniqsa, bo'lajak psixologlar faoliyatida refleksiv kompetensiyaning shakllanganligi ularning kasbiy muvaffaqiyati va professional rivojlanishini belgilovchi muhim omillardan biri hisoblanadi. Chunki psixolog kasbiy faoliyati davomida turli xil insonlar, murakkab emotsional vaziyatlar va psixologik muammolar bilan ishlaydi. Bunday sharoitda mutaxassisning o'z ichki holatini nazorat qila olishi, o'z faoliyatini tahlil qilishi va xatolar ustida ishlashi professional samaradorlikni ta'minlaydi.

Kasbiy refleksiya bo'lajak mutaxassisning yangi professional muhitga moslashuvini yengillashtiradi. Talaba ta'lim jarayonidan real kasbiy faoliyatga o'tayotganda turli psixologik qiyinchiliklarga duch keladi. Masalan, yangi jamoaga moslashish, professional mas'uliyatni his qilish, amaliy faoliyatdagi muammolarni hal etish va kommunikativ munosabatlarni yo'lga qo'yish jarayonlari talaba uchun ma'lum darajada stressli vaziyatlarni yuzaga keltirishi mumkin. Refleksiv kompetensiya rivojlangan mutaxassis esa bunday vaziyatlarni chuqur tahlil qilish, o'z hissiy holatini anglash va muammolarga konstruktiv yondashish orqali professional moslashuv jarayonini samarali tashkil etadi.

Refleksiya jarayoni mutaxassisning o'z faoliyatiga tanqidiy yondashishiga yordam beradi. Refleksiv fikrlashga ega bo'lgan talaba o'zining kuchli va zaif

tomonlarini anglaydi, mavjud kamchiliklarini aniqlaydi hamda ularni bartaraf etish yo'llarini izlaydi. Bu esa kasbiy o'sish va o'z-o'zini rivojlantirish jarayonini jadallashtiradi. Ayniqsa, bo'lajak psixologlar uchun refleksiya o'z emotsional holatini boshqarish, mijoz bilan samarali muloqot o'rnatish va professional etikaga rioya qilishda muhim ahamiyatga ega. Shuningdek, refleksiv kompetensiya mutaxassisning stressli vaziyatlarda psixologik barqarorligini saqlashiga yordam beradi. Professional faoliyat davomida inson turli emotsional zo'riqishlar, muvaffaqiyatsizliklar yoki konfliktli vaziyatlarga duch kelishi tabiiy holat hisoblanadi. Refleksiv qobiliyati rivojlangan mutaxassis esa bunday vaziyatlarda o'z hissiyotlarini nazorat qilish, vaziyatni obyektiv baholash va oqilona qaror qabul qilish imkoniyatiga ega bo'ladi. Natijada u psixologik bosimlarga bardosh bera oladi va kasbiy faoliyat samaradorligini saqlab qoladi.

Kasbiy refleksiya professional inqirozlarni konstruktiv tarzda yengib o'tishda ham muhim rol o'ynaydi. Ma'lumki, professional faoliyat jarayonida ayrim mutaxassislar kasbiy charchoq, motivatsiyaning pasayishi yoki o'z kasbidan qoniqmaslik kabi holatlarga duch keladilar. Refleksiya esa mutaxassisa ushbu muammolarning sabablarini anglash, ichki resurslarini safarbar qilish va yangi rivojlanish strategiyalarini ishlab chiqish imkonini beradi. Shu sababli refleksiv kompetensiya professional "yonib ketish" sindromining oldini olishda ham muhim psixologik omil sifatida qaraladi. Bundan tashqari, refleksiya bo'lajak mutaxassisning kommunikativ kompetentligini rivojlantirishga ham xizmat qiladi. Refleksiv fikrlash orqali inson o'zining boshqalar bilan munosabatlarini tahlil qiladi, muloqotdagi xatolarini anglaydi va samarali kommunikatsiya usullarini shakllantiradi. Ayniqsa, psixolog kasbida mijoz bilan empatik munosabat o'rnatish, tinglash va tushunish qobiliyati muhim o'rin tutadi. Refleksiya esa ushbu kasbiy sifatlarning rivojlanishiga yordam beradi.

Kasbiy refleksiya bo'lajak mutaxassisning professional shakllanishida muhim psixologik mexanizm hisoblanadi. U professional moslashuvni yengillashtiradi, psixologik barqarorlikni ta'minlaydi, kasbiy inqirozlarni yengib o'tishga yordam beradi hamda mutaxassisning o'z-o'zini rivojlantirishiga xizmat qiladi. Shu sababli oliy ta'lim tizimida bo'lajak psixologlarda refleksiv kompetensiyani shakllantirish va rivojlantirish muhim pedagogik hamda psixologik vazifalardan biri hisoblanadi. Kasbiy refleksiya bo'lajak psixolog shaxsini shakllantirishda fundamental psixologik mexanizm sifatida namoyon bo'ladi. U professional ong, kasbiy identifikatsiya, refleksiv kompetensiya, psixologik barqarorlik va kasbiy yetuklikni rivojlantiruvchi tizimli jarayon hisoblanadi. Kasbiy refleksiyani rivojlantirishga yo'naltirilgan ta'limiy yondashuvlar bo'lajak psixologlarning professional tayyorgarligini sifat jihatidan yangi bosqichga olib chiqadi.

Mazkur tadqiqot natijalari kasbiy refleksiyaning zamonaviy psixolog ta'limidagi strategik ahamiyatini ilmiy asosda tasdiqlaydi hamda uni professional tayyorlash tizimining muhim tarkibiy qismi sifatida belgilaydi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Mezirov, J. (2018). Transformative learning theory. London: Routledge.
2. Schön, D. A. (2017). The reflective practitioner: How professionals think in action. New York: Routledge.
3. Brookfield, S. D. (2017). Becoming a critically reflective teacher. San Francisco: Jossey-Bass.
4. Karpov, A. V. (2020). Psychology of reflection: Modern approaches. Moscow: Institute of Psychology RAS.
5. Leontiev, D. A. (2021). Personal potential and reflective self-regulation. Psychology in Russia: State of the Art, 14(3), 45-59.
6. Abdurahmonov, F. S. (2020). Psixologiyada refleksiya va shaxs rivoji muammolari. Toshkent: Fan va texnologiya nashriyoti.
7. Karimova, M. A. (2022). Kasbiy kompetensiya va refleksiv tafakkur rivoji. Toshkent: O'zbekiston Milliy universiteti nashriyoti.