



Munisa Xodjixonova

*Muxammadjon Husainov nomidagi Islom
Instituti va Qozon Islom Instituti talabasi
Dr.GD med markazi psixolog-konsultanti
E-mail: Nisakhodjikhonova@gmail.com*

https://doi.org/10.57033/Peshqadam_Karvoni-2026/1/26

NIYAT TUSHUNCHASINING PSIXOLOGIYADAGI O'RNI: NAZARIY-USLUBIY TAHLIL

Annotatsiya. Mazkur ilmiy maqolada niyat tushunchasi psixologik korreksiya jarayonining konseptual asosi sifatida nazariy va metodologik jihatdan tahlil qilinadi. Tadqiqotda niyat shaxs psixik faoliyatining integrativ regulatori sifatida talqin etilib, uning kognitiv, effektiv va irodaviy tarkibiy qismlari ruhiy buzilishlarning etiologiyasi hamda ularni bartaraf etish mexanizmlari bilan o'zaro bog'liqlikda o'rganiladi. Niyatga yo'naltirilgan psixologik yondashuvlar shaxsning ichki resurslarini safarbar etuvchi, ongli o'zini boshqarish jarayonlarini faollashtiruvchi va ruhiy rehabilitatsiyani ta'minlovchi ilmiy konsepsiya sifatida asoslanadi. Tadqiqot natijalari psixoterapiyada shaxsning faol subyekt sifatidagi rolini kuchaytirishga qaratilgan nazariy-amaliy xulosalarni taqdim etadi (Muhammad Sodik Muhammad Yusuf, 2014).

Kalit so'zlar: niyat, psixologik korreksiya, ongli regulatsiya, motivatsiya, kognitiv jarayonlar, psixoterapiya.

Abstract. This scientific article provides a theoretical and methodological analysis of the concept of intention as the conceptual foundation of the psychological treatment process. The study interprets intention as an integrative regulator of an individual's psychic activity, examining its cognitive, affective, and volitional components in relation to the etiology of mental disorders and the mechanisms of their treatment. Intention-oriented psychological approaches are substantiated as a scientific concept that mobilizes internal personal resources, activates conscious self-regulation processes, and facilitates psychological rehabilitation. The research findings present theoretical and practical conclusions aimed at strengthening the role of the individual as an active subject in psychotherapy (Frankl V., 2006).

Keywords: intention, psychological treatment, conscious regulation, motivation, cognitive processes, psychotherapy.

KIRISH

So'nggi yillarda psixologiya va psixoterapiya fanlarida inson ruhiy salomatligini tushuntirish va uni tiklashga oid ilmiy qarashlar tubdan yangilanib, reduksion va simptomga

yo'naltirilgan yondashuvlardan shaxsga yo'naltirilgan, integrativ modellarga o'tish jarayoni kuzatilmoqda (Beck A.T., 2011). Zamonaviy ilmiy paradigmalarda inson psixikasi faqat patologik belgilar majmui sifatida emas, balki ongli tanlovlar, subyektiv tajriba va maqsadga yo'naltirilgan faoliyat orqali shakllanuvchi murakkab tizim sifatida talqin qilinmoqda. Mazkur jarayonda shaxsning ongli faolligini belgilovchi niyat tushunchasi psixologik davolashning muhim nazariy kategoriyalaridan biri sifatida ajralib chiqmoqda.

Ilmiy manbalarda niyat shaxs faoliyatining boshlanish nuqtasi, maqsadga yo'naltirilgan xulq-atvorning ichki determinanti sifatida izohlanadi. Niyat ongda shakllanib, bilish jarayonlari, emotsional kechinmalar va irodaviy harakatlarni yagona funksional tizimga birlashtiradi. Shu bois niyatni faqat motivatsion hodisa sifatida emas, balki psixik jarayonlarni muvofiqlashtiruvchi va yo'naltiruvchi integrativ regulyativ mexanizm sifatida ko'rib chiqish ilmiy jihatdan asosli hisoblanadi. Niyatning aniqligi, barqarorligi va yo'nalishi shaxsning ruhiy muvozanati, stressga moslashuvi hamda psixologik farovonligi bilan bevosita bog'liqdir.

Globallashuv, axborot oqimining tezlashuvi va ijtimoiy rollarning murakkablashuvi sharoitida inson psixikasi yuqori darajadagi stress, emotsional zo'riqish va ichki konfliktlarga duch kelmoqda (WHO, 2023). Natijada tashvishli buzilishlar, depressiv holatlar va psixosomatik muammolar keng tarqalmoqda. Bunday vaziyatda psixologik korreksiyaning samaradorligi ko'p jihatdan shaxsning o'z ruhiy holatiga bo'lgan ongli munosabati hamda sog'ayishga qaratilgan ichki niyatining mavjudligiga bog'liq ekanligi tobora ko'proq ilmiy tadqiqotlar orqali tasdiqlanmoqda.

Shunga qaramay, psixoterapiya amaliyotida uzoq vaqt davomida tashqi ta'sirlar, texnikalar va metodlarga ustuvor ahamiyat berilib, shaxsning ichki niyati ko'pincha ikkilamchi omil sifatida qarab kelindi. Mazkur holat niyat tushunchasining psixologik korreksiya dasturidagi o'rnini tizimli, chuqur va metodologik jihatdan asoslangan tarzda o'rganish zaruratini yuzaga keltiradi. Ayniqsa, niyatning kognitiv, effektiv va irodaviy jihatlari ruhiy buzilishlarning shakllanishi va ularni bartaraf etish jarayonlarida qanday funksional rol o'ynashi masalasi alohida ilmiy ahamiyatga ega.

Mazkur tadqiqotning asosiy maqsadi niyat tushunchasini psixologik korreksiya jarayonining nazariy-metodologik poydevori sifatida tahlil qilish, shuningdek, niyatga yo'naltirilgan psixologik yondashuvlarning ilmiy mohiyatini ochib berishdan iboratdir. Tadqiqot doirasida niyatning psixik regulyatsiya mexanizmlaridagi o'rni, ruhiy tiklanish jarayonidagi funksional ahamiyati va psixoterapevtiki samaradorligi kompleks tarzda yoritiladi (Rothman A., 2021).

Mazkur ilmiy izlanish natijalari psixologiya nazariyasini boyitish, shuningdek, psixologik korreksiya amaliyotida shaxsning ongli faolligini kuchaytirishga qaratilgan innovatsion yondashuvlarni ishlab chiqishda muhim ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etishi kutilmoqda (Badri M., 2000).

Niyat tushunchasining nazariy asoslari

Psixologiya fanida niyat shaxsning ongli faoliyatini boshlovchi va boshqaruvchi asosiy mexanizm sifatida talqin qilinadi. U ongli rejalashtirish, harakatni amalga oshirish va natijani baholash jarayonlarini ta'minlaydi. Nazariy tahlil natijasida niyat quyidagi tarkibiy komponentlardan tashkil topganligi aniqlanadi:

Kognitiv komponent – vaziyatni anglash, maqsadni aniqlash va kutilayotgan natijani prognoz qilish;

Motivatsion komponent – ehtiyojlar, qadriyatlar va ichki turtkilar tizimi;

Affektiv komponent – niyat bilan uyg'unlashgan emotsional holatlar;

Irodaviy komponent – qarorni amalga oshirishdagi qat'iyat, barqarorlik va mas'uliyat.

Mazkur komponentlarning o'zaro uyg'unlashuvi shaxsning ongli faoliyatini ta'minlaydi. Niyatning yetarli darajada shakllanmaganligi esa ichki ziddiyatlar, psixik disbalans va ruhiy beqarorlikka olib kelishi mumkin.

Niyat va psixik regulatsiya mexanizmlari

Niyat psixik jarayonlarning muhim regulyatori sifatida diqqat, xotira, tafakkur va emotsional reaksiyalarni muayyan yo'nalishga soladi. Empirik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ongli va aniq shakllangan niyat:

stress omillarining salbiy psixik ta'sirini kamaytiradi;

emotsional holatning barqarorlashuviga yordam beradi;

moslashuvchan va adaptiv xulq-atvorni faollashtiradi.

Aksincha, noaniq yoki salbiy yo'naltirilgan niyatlar psixik resurslarning noto'g'ri taqsimlanishiga olib kelib, tashvish, depressiya va psixosomatik buzilishlarning kuchayishiga zamin yaratadi.

Niyatga asoslangan psixologik davolash yondashuvlari

Ongli niyatni terapevtik shakllantirish. Mazkur yondashuvda psixologik korreksiya jarayoni shaxsning o'z ruhiy holatini chuqur anglash va sog'ayishga qaratilgan ongli niyatni shakllantirishdan boshlanadi. Refleksiya va introspektiv tahlil asosiy metodik vositalar sifatida qo'llaniladi.

Kognitiv-niyatli qayta tuzilish. Ushbu yondashuv salbiy avtomatik fikrlar va destruktiv ichki dialoglarni konstruktiv va ijobiy niyatlar bilan almashtirishga qaratilgan bo'lib, shaxsning psixologik moslashuvchanligini oshiradi.

Motivatsion-niyatli psixoterapiya. Bu yondashuvda niyat shaxsning ichki harakatlantiruvchi kuchi sifatida talqin qilinadi. Terapevtik jarayon shaxsning hayotiy ma'nolari va qadriyatlarini aniqlash orqali ongli niyatni mustahkamlashga yo'naltiriladi.

Niyatga asoslangan yondashuvlarning samaradorligi

Ilmiy kuzatuvlar shuni ko'rsatadiki, niyatga yo'naltirilgan psixologik davolash:

ruhiy tiklanish jarayonini tezlashtiradi;

ichki nazorat fokusini kuchaytiradi;

o'z-o'zini boshqarish qobiliyatini rivojlantiradi;

uzoq muddatli terapevtik barqarorlikni ta'minlaydi.

Mazkur yondashuvlar shaxsni passiv davolanuvchi emas, balki faol va ongli subyekt sifatida shakllantiradi (Rothman A., 2021).

XULOSA

Niyat tushunchasi psixologik korreksiya nazariyasida fundamental ilmiy kategoriya bo'lib, shaxs ruhiy salomatligini tiklash jarayonida muhim determinant sifatida namoyon bo'ladi. Ongli, ijobiy va maqsadga yo'naltirilgan niyat psixik jarayonlarni muvofiqlashtirib, shaxsning ichki resurslarini safarbar etadi (Muhammad Sodiq Muhammad Yusuf, Hadis va hayot, 1-juz). Shu bois niyatga asoslangan psixologik korreksiya yondashuvlari zamonaviy psixoterapiyaning istiqbolli va ilmiy jihatdan asoslangan yo'nalishlaridan biri hisoblanadi.

MANBA VA ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Muhammad Sodiq Muhammad Yusuf. Xislatli hikmatlar sharhi. – Toshkent: Hilol-Nashr, 2014.
2. Frankl V. Man's Search for Meaning. – Boston: Beacon Press, 2006.
3. Beck A.T. Cognitive Therapy of Depression. – New York: Guilford Press, 2011.
4. WHO. Mental Health Guidelines. – Geneva, 2023.
5. Badri M. Contemplation: An Islamic Psychospiritual Study. – IIIT, 2000.
6. Rothman A. Developing a Model of Islamic Psychology and Psychotherapy: Islamic Theology and Contemporary Understandings of the Soul. – Routledge, 2021.
7. Muhammad Sodiq Muhammad Yusuf. Hadis va hayot (1-juz). – Toshkent: Hilol-Nashr.