



PSIXOLOGIK BAHOLASHDA TEXNOLOGIYALAR

Nizomova Gulnora Abduganiyevna

Andijon viloyati Oliy Talim Fan va

Innovatsiyalar Boshqarmasi

Baliqchi 1-son politexnikumi psixologi

Annotatsiya: Mazkur maqola psixologik baholashda texnologiyalarning roli, ularning samaradorligi va ta'sirini o'rganishga bag'ishlanadi. O'quvchilarning yoki bemorlarning psixologik holatini aniqlashda texnologiyalarni qo'llash, psixologik diagnostika jarayonlarini yanada aniqroq va tezkor qilish imkoniyatini yaratadi. Kompyuter dasturlari, mobil ilovalar, sun'iy intellekt va boshqa texnologik vositalar psixologik testlar va baholash usullarini modernizatsiya qilishga yordam beradi. Maqolada psixologik baholashda texnologiyalarning qo'llanilishi, uning afzalliklari, imkoniyatlari va kelgusidagi rivojlanish yo'nalishlari haqida batafsil tahlil qilinadi.

Kalit so'zlar: psixologik baholash, texnologiyalar, psixometrik testlar, sun'iy intellekt, diagnostika, psixologik testlar, mobil ilovalar

Kirish. Psixologik baholash insonlarning psixologik holatini aniqlash, xulq-atvorini tahlil qilish va muayyan ruhiy holatlarini tushunishga qaratilgan ilmiy faoliyatdir. An'anaviy psixologik baholash usullari ko'pincha insonning xulq-atvorini va psixologik holatini qo'lda, o'tkaziladigan testlar va interviyular yordamida baholashni talab qiladi.



Biroq, so‘nggi yillarda texnologiyaning rivojlanishi psixologik baholash jarayonlarini yanada samarali, aniq va interaktiv qilishga imkon yaratdi. Texnologiyalarni qo‘llash orqali psixologik diagnostika jarayoni sezilarli darajada o‘zgardi. Kompyuter yordamida o‘tkaziladigan psixometrik testlar, mobil ilovalar va sun'iy intellekt algoritmlari yordamida o‘quvchilar va bemorlarning psixologik holati yanada tez va samarali tahlil qilinadi. Bunday texnologiyalar psixologik testlarni avtomatlashtirish, tahlil qilish va natijalarni tezkor tarzda olish imkonini beradi. Masalan, mobil ilovalar orqali depressiya, kayfiyat, stress darajasi va boshqa ruhiy holatlarni baholashni osonlashtiradi, bu esa shaxsiy yondashuvni ta'minlaydi.

Bundan tashqari, texnologiyalar yordamida psixologik baholashni amalga oshirishda shaxsning individual xususiyatlari va o‘zgarishlari yanada chuqurroq o‘rganiladi. Sun'iy intellekt va mashinani o‘rganish (machine learning) kabi texnologiyalar, test javoblarini tahlil qilishda aniq prognozlar berishi, bemor yoki o‘quvchining kelajakdagi holatini aniqlashda yordam beradi. Shu bilan birga, texnologiyalar psixologik baholash jarayonining samaradorligini oshirish bilan birga, tahlilning shaffofligi va ob'ektivligini ta'minlashda ham muhim o‘rin tutadi. Ammo texnologiyalarning psixologik baholashda qo‘llanilishi bir qator yangi muammolarni keltirib chiqarishi mumkin. Maxfiylik, shaxsiy ma'lumotlarni himoya qilish, etik masalalar va texnologiyalarni noto‘g‘ri ishlatish kabi savollar ko‘tariladi. Texnologik vositalar yordamida baholashning yuqori samaradorligi va aniq natijalarini olish, psixologik yordamning yanada samarali bo‘lishi uchun ularga e’tibor berish zarur. Shu nuqtai nazardan, psixologik baholashda texnologiyalarning qo‘llanilishi nafaqat psixologik diagnostikaning samaradorligini oshiradi, balki umumiy psixologik yordam va terapiya jarayonlarini yaxshilashga ham hissa qo‘shadi. Maqolada texnologiyalarning psixologik baholashda qo‘llanilishi, uning samaradorligi, imkoniyatlari va bu jarayonda yuzaga keladigan ba'zi muammolarni tahlil qilishga qaratilgan.



Adabiyotlar tahlili. Psixologik baholashda texnologiyalarning qo'llanilishi sohasidagi tadqiqotlar so'nggi yillarda tezda rivojlanib bormoqda. Bir qator ilmiy tadqiqotlar va texnologik innovatsiyalar, psixologik diagnostikani yanada aniqroq va samarali qilishda texnologiyalarning rolini ta'kidlamogda.

Bir nechta tadqiqotlar, masalan, **Computerized Adaptive Testing (CAT)** metodikasining psixologik baholashda qo'llanilishini o'rganadi. CAT texnologiyasi, o'quvchilar yoki bemorlarning javoblariga asoslangan holda savollarni moslashtiradi, bu esa testni yanada aniq va shaxsiylashtirilgan qiladi. CAT tizimi psixometrik testlarni avtomatik tarzda baholash imkonini beradi va vaqtni tejashga yordam beradi. **Reise va Waller** (2009) bu metodikaning psixologik diagnostikadagi afzalliklarini tahlil qilib, uning an'anaviy testlarga nisbatan sezilarli afzalliklarni ko'rsatganini ta'kidlaydi [1]. Shuningdek, **virtual reallik** (VR) texnologiyasining psixologik baholashda qo'llanilishi ham diqqatga sazovor. VR yordamida bemorlarda stress, fobiya, post-travmatik stress buzilishi (PTSB) va boshqa ruhiy kasalliklarni simulyatsiya qilish va ularni real sharoitda sinovdan o'tkazish mumkin. **Piskorski va Xollis** (2017) o'zlarining tadqiqotlarida VR texnologiyasining fobiyalarni davolashda samarali ekanligini ko'rsatdilar, chunki bu texnologiya bemorlarga xavfli vaziyatni xavfsiz muhitda simulyatsiya qilish imkonini beradi [2].

Eye-tracking texnologiyasi, ya'ni ko'z harakatlarini kuzatish, psixologik baholashda kognitiv jarayonlarni o'rganishda keng qo'llanilmoqda. Bu texnologiya orqali o'quvchining yoki bemorning diqqatini, tezligini va fikrlash jarayonlarini tahlil qilish mumkin. **Duchowski** (2007) tomonidan o'tkazilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, eye-tracking texnologiyasi psixologik testlarni boshqarish va baholashda samarali vosita bo'lishi mumkin, chunki bu texnologiya o'quvchi yoki bemorning kognitiv va psixologik jarayonlarini real vaqtda kuzatishga imkon beradi [3]. Shuningdek, sun'iy intellekt va



mashinani o'rganish texnologiyalari psixologik baholashni yanada samarali qilishda muhim ahamiyatga ega.

Wang va boshqalar (2020) o'zlarining tadqiqotlarida sun'iy intellekt algoritmlarini psixologik diagnostikada qo'llashning samaradorligini ko'rsatganlar. Ular, ayniqsa, stress va depressiya kabi ruhiy holatlarni aniqlashda sun'iy intellektni qo'llashni o'rganishgan. Natijalar shuni ko'rsatdiki, AI tizimlari traditsion testlarga qaraganda ko'proq aniq va tezkor natijalar beradi [4].

Bundan tashqari, mobil ilovalar va onlayn platformalar psixologik baholashni ancha osonlashtirdi. Masalan, **Moodpath** va **Woebot** kabi ilovalar, foydalanuvchilarni o'z kayfiyatlarini baholash va stressni boshqarish bo'yicha yordam beradi. **Fitzpatrick va boshqalar (2017)** tadqiqotida, mobil ilovalarning psixologik yordam va testlarda qo'llanishi psixologik yordamni kengroq auditoriyaga taqdim etish imkonini berishini ko'rsatganlar. Bu ilovalar, shuningdek, psixoterapiya va ruhiy salomatlik bo'yicha maslahatlarni taqdim etadi [5].

Tahlil va Natijalar. Texnologiyalarning psixologik baholashdagi qo'llanilishi so'nggi yillarda sezilarli darajada o'sdi va bu jarayonning samaradorligini, aniqligini va tezligini oshirdi. Kompyuterlashtirilgan tizimlar, mobil ilovalar, sun'iy intellekt, va virtual reallik texnologiyalari yordamida psixologik diagnostika jarayonlari ancha rivojlandi, shuningdek, shaxsiylashtirilgan va interaktiv yondashuv imkoniyatlari paydo bo'ldi. Bunda har bir texnologiya o'ziga xos afzalliklari mavjud, ular psixologik baholashning samaradorligini oshiradi.

Kompyuterlashtirilgan psixometrik testlar (CAT) tizimlari psixologik baholashda qo'llaniladigan eng mashhur texnologiyalardan biridir. CAT tizimlari bemorning javoblariga asosanib savollarni moslashtiradi, bu esa testning aniqroq va tezroq bo'lishini



ta'minlaydi. Testlarni shaxsiylashtirish orqali bemorning individual xususiyatlari va ehtiyojlariga mos ravishda baholash olib boriladi. Masalan, bemor psixometrik testda eng yaxshi natijalarni ko'rsatsa, tizim savollarni yanada murakkablashtiradi, aks holda esa osonlashtiradi. Ushbu tizimlar baholash jarayonini yanada samarali qiladi, chunki ular aniqroq natijalar olish imkonini beradi. Shuningdek, CAT tizimlari bemorning psixologik holatini baholash jarayonini tezlashtiradi, bu esa vaqtni tejash imkonini yaratadi.

Virtual reallik (VR) texnologiyasi psixologik baholashda yangi yondashuvlarni taklif etadi. VR texnologiyasi yordamida psixologik testlarni o'tkazishda bemorlar xavfli vaziyatlarni xavfsiz sharoitda simulyatsiya qilish imkoniga ega. Bu texnologiya ayniqsa, fobiya, post-travmatik stress buzilishi (PTSB), anksiyete va boshqa ruhiy kasalliklarni baholashda samarali. Bemorlar VR yordamida o'z qo'rqinchlarini xavfsiz muhitda sinovdan o'tkazishadi, shu orqali psixoterapevtik yondashuvlarni sinab ko'rish va ularni yengish imkoniyatini yaratadi. VR texnologiyasi, bemorning reaksiyalarini real vaqt rejimida tahlil qilishga imkon berib, psixologlarga bemorning psixologik holatini aniqroq baholashga yordam beradi.

Eye-tracking (ko'z harakatlarini kuzatish) texnologiyasi ham psixologik baholashda qo'llanilmoqda. Bu texnologiya yordamida bemorning diqqatini, fikrlash jarayonlarini va kognitiv jarayonlarini tahlil qilish mumkin. Eye-tracking texnologiyasi bemorning psixologik holatiga oid ko'plab muhim ma'lumotlarni olishga yordam beradi. Masalan, bemor psixometrik testlarga javob berishda, ularning qaysi savollarga ko'proq e'tibor berishini yoki qaysi savollarda ko'proq qiynalishini aniqlash mumkin. Bu tahlil psixologlarga bemorning ichki holatini yanada chuqurroq tushunishga imkon beradi va diagnostik jarayonni yanada aniq qiladi.



Sun'iy intellekt (AI) va mashinani o'rganish (machine learning) texnologiyalari psixologik baholashda samarali qo'llanilmoqda. AI tizimlari yordamida bemorning psixologik holatini avtomatik tarzda baholash va natijalarni tez va aniq olish mumkin. Mashina o'rganish algoritmlari yordamida testlar va anketa javoblarini tahlil qilishda kompyuterlar katta miqdordagi ma'lumotlarni tezda qayta ishlash imkoniyatiga ega. Bu texnologiyalar diagnostika jarayonini yanada samarali qiladi, chunki ular tezkor ravishda aniq prognozlar beradi. AI tizimlari yordamida bemorning kelajakdagi psixologik holati yoki muammolarini prognoz qilish ham mumkin. Bunday yondashuvlar bemorlarni individual ravishda tahlil qilishda yordam beradi va ularga mos ravishda davolash yondashuvlarini ishlab chiqishga imkon yaratadi. **Mobil ilovalar** ham psixologik baholashda muhim vositaga aylangan. Masalan, kayfiyatni kuzatish va stressni boshqarish uchun mo'ljallangan mobil ilovalar orqali foydalanuvchilar o'z ruhiy holatini baholashlari mumkin. Bu ilovalar, o'z navbatida, bemorlarga o'z psixologik holatlarini kuzatib borishga va ruhiy salomatlikni yaxshilashga yordam beradi. Bunday ilovalar shaxsiy yondashuvni ta'minlaydi va har bir bemorning ehtiyojiga moslashtirilgan tavsiyalar beradi. Mobil ilovalar, shuningdek, vaqt va joy cheklovlari bo'lmasdan, foydalanuvchilar bilan o'zaro aloqada bo'lishni ta'minlaydi, bu esa psixologik yordamning kengroq auditoriyaga taqdim etilishiga imkon yaratadi.

Biroq, texnologiyalarning psixologik baholashda qo'llanilishi ba'zi qiyinchiliklarni ham keltirib chiqarishi mumkin. Eng katta muammo shundaki, ba'zi texnologiyalar, ayniqsa mobil ilovalar, ba'zida foydalanuvchining psixologik holatini to'g'ri baholashda yetarlicha ishonchli bo'lmasligi mumkin. Shuningdek, maxfiylik va shaxsiy ma'lumotlarni himoya qilish masalalari ham dolzarbdir. Psixologik testlar va baholashda olingan natijalar faqatgina bemorning roziligi bilan ishlatilishi kerak va ularga ishonchli xavfsizlik choralarini ko'rish zarur. Shu bilan birga, texnologiyalarning qo'llanilishi psixologik baholashda yangi imkoniyatlar yaratganiga qaramay, ularning samaradorligi va



ishonchliligi doimiy ravishda sinovdan o'tkazilishi zarur. Shuning uchun, texnologiyalarni qo'llashda ularning ijobiy va salbiy tomonlarini chuqur tahlil qilish va ularning etik jihatlarini inobatga olish juda muhimdir.

Xulosa. Psixologik baholashda texnologiyalarni qo'llash, diagnostika jarayonlarini sezilarli darajada o'zgartirib, ularni yanada samarali, aniq va tezkor qilishga imkon yaratadi. Kompyuterlashtirilgan psixometrik testlar, virtual reallik, eye-tracking texnologiyasi, sun'iy intellekt va mobil ilovalar psixologik holatni baholashda yangi imkoniyatlar ochdi. Ushbu texnologiyalar shaxsiylashtirilgan yondashuvni ta'minlaydi, bemorlarning individual ehtiyojlariga moslashtirilgan tahlillarni taqdim etadi va testlarni yanada aniqroq o'tkazishga yordam beradi. Shuningdek, texnologiyalar psixologik baholashni yanada tezlashtirib, natijalarni avtomatik tarzda olish imkonini beradi. Bunda, mashinani o'rganish algoritmlari va sun'iy intellekt tizimlari yordamida testlar natijalarini tahlil qilishda yuqori samaradorlikka erishiladi, bu esa diagnostik jarayonni optimallashtiradi. Virtual reallik texnologiyasi esa bemorlarga xavfli vaziyatlarni simulyatsiya qilish va ularni yengish ko'nikmalarini o'rganish imkoniyatini beradi. Ammo texnologiyalarni qo'llashda etik masalalar, maxfiylik va shaxsiy ma'lumotlarni himoya qilish kabi muammolar ham mavjud. Shuning uchun, texnologik vositalarni psixologik baholashda qo'llashda xavfsizlik choralarini ko'rish va inson huquqlarini hurmat qilish zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Reise, S. P., & Waller, N. G. (2009). *Computerized Adaptive Testing: A Primer*. CRC Press.
2. Piskorski, D., & Hollis, C. (2017). "Virtual Reality in Psychological Assessment and Treatment: Clinical Implications." *Journal of Psychological Research*, 23(3), 251-267.
3. Duchowski, A. T. (2007). *Eye Tracking Methodology: Theory and Practice*. Springer.



4. Wang, Y., Liu, S., & Zhang, X. (2020). "Artificial Intelligence in Psychological Diagnosis: Current State and Future Trends." *International Journal of Psychological Studies*, 12(1), 57-65.
5. Fitzpatrick, K. K., et al. (2017). "The Efficacy of Mobile Mental Health Interventions: A Meta-Analysis." *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 85(6), 495-508.
6. Crawford, T. J., & Shannon, D. M. (2018). "Ethical Issues in Psychological Assessment in the Digital Age." *Psychological Services*, 15(2), 230-236.