

ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ
ОЛИЙ ВА ЎРТА МАХСУС ТАЪЛИМ ВАЗИРЛИГИ
САМАРҚАНД ДАВЛАТ ЧЕТ ТИЛЛАР ИНСТИТУТИ

ФАКУЛЬТЕТЛАРАРО
ПЕДАГОГИКА ВА ПСИХОЛОГИЯ КАФЕДРАСИ

УМУМИЙ ПСИХОЛОГИЯ

фани бўйича тайёрланган

ЎҚУВ-УСЛУБИЙ МАЖМУА

5111400 – Хорижий тил ва адабиёти (инглиз тили) таълим йўналишининг
1-босқич талабалари учун

Самарқанд - 2016

Мазкур ўқув-услугий қўлланма 5111400 – Хорижий тил ва адабиёти (инглиз тили) таълим йўналишининг 1-босқич талабалари учун мўлжалланган.

Тузувчилар:

М.Х.Нурматова

СамДЧТИ “Педагогика ва психология” кафедраси
ўқитувчиси

А.Р.Жўракулов

СамДЧТИ “Педагогика ва психология” кафедраси
ўқитувчиси

Такризчилар:

С.Т.Юлдашева

СамДЧТИ Педагогика ва психология кафедраси
катта ўқитувчиси, п.ф.н.

Кафедра мудири в.в.б.

Б.З.Шарафов

ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ
ОЛИЙ ВА ЎРТА МАХСУС ТАЪЛИМ ВАЗИРЛИГИ
САМАРҚАНД ДАВЛАТ ЧЕТ ТИЛЛАР ИНСТИТУТИ

Рўйхатга олинди:

“ТАСДИҚЛАЙМАН”

№ _____

Ўқув ишлари бўйича проректор

2016 йил “__” _____

_____доц. Ф.Ш. Рўзиқулов

2016 йил “__” _____

ФАКУЛЬТЕТЛАРАРО
ПЕДАГОГИКА ВА ПСИХОЛОГИЯ КАФЕДРАСИ

Умумий психология

фани бўйича тайёрланган

СИЛЛАБУС

Билим соҳаси: 100 000 – Гуманитар соҳа

Таълим соҳаси: 110 000 – Педагогика фанлар

Таълим йўналиши: 5111400 – Хорижий тил ва адабиёти (инглиз тили)

Самарқанд – 2016

Ушбу силлабус Ўзбекистон Республикаси Олий ва ўрта махсус таълим вазирлигининг 2016 йил 22 январдаги 26-сонли буйруғи билан тасдиқланган фан дастури асосида ишлаб чиқилди.

Тузувчилар:

М.Х.Нурматова

СамДЧТИ “Педагогика ва психология” кафедраси
ўқитувчиси

А.Р.Жўракулов

СамДЧТИ “Педагогика ва психология” кафедраси
ўқитувчиси

Такризчилар:

С.Т.Юлдашева

СамДЧТИ Педагогика ва психология кафедраси
катта ўқитувчиси, п.ф.н.

Фаннинг силлабуси Самарқанд давлат чет тиллар институти “Педагогика ва психология” кафедраси йиғилишининг 2016 йил “26” августдаги 1-сон мажлисида муҳокамадан ўтган.

Кафедра мудири в.в.б.

Б.З.Шарафов

Келишилди:

Ўқув-услубий бўлими бошлиғи

М.Б.Холиков

Ўқув фан дастурининг қисқача тавсифи: “Умумий психология” фанининг 2016/2017 ўқув йили учун мўлжалланган силлабуси

Фаннинг қисқача тавсифи				
ОТМнинг номи ва жойлашган манзили:	Самарқанд Давлат Чет Тиллар Институти			Бўстонсарой шох кўчаси, 93-уй
Кафедра:	“Педагогика ва психология”, ауд: 1/13 хона			Факультетлараро
Таълим соҳаси ва йўналиши:	5111400 – Хорижий тил ва адабиёти (инглиз тили)	Бакалавриат таълим йўналишининг 1 ва 3 босқич талабалари учун мўлжалланган		
Ўқитувчи тўғрисида маълумот:	Ўқитувчи: Нурматова Мамлакатхон Химматовна	e-mail:	nurmatova.m@inbox.uz	
Дарс машғулоти ўтказишнинг вақти ва жойи:	Маъруза – дарс жадвалига асосан Амалиёт – дарс жадвалига асосан	Курсни ўқитиш муддати:	Таълим йўналишлари ўқув режасига мувофиқ биринчи курснинг иккинчи ва учинчи курснинг биринчи семестрида	
Индивидуал график асосида профессор-ўқитувчининг талабалар билан ишлаш вақти:	Ҳафтанинг сешанба ва жума кунлари тушдан сўнг соат 14.30-16.00 гача “Педагогика ва психология” кафедрасида 1/13-хона			
Фаннинг бошқа фанлар билан узвий алоқаси (пререквизитлари):	“Умумий психология” фани асосий умумқасбий фан ҳисобланади. Дастурни амалга ошириш учун ўқув режасида режалаштирилган гуманитар ва ижтимоий-иқтисодий (фалсафа, педагогика ва ҳ.к.), математика ва табиий-илмий блокадаги фанлар билан алоқада ўрганилиб, бу фанлардан етарли билим ва кўникмаларга эга бўлишлик талаб этилади.			
Ўқитувчининг талабага қўядиган асосий талаблари:	- ўқитувчига ва гуруҳдошларга нисбатан ҳурмат билан муносабатда бўлиш; -институт ички тартиб - интизом қоидаларига риоя қилиш; - уяли телефонни дарс давомида ўчириш; - берилган уй вазифаси ва мустақил иш топшириқларини ўз вақтида ва сифатли бажариш; - кўчирмачилик (плагиат) қатъиян ман этилади; - дарсларга қатнашиш мажбурий ҳисобланади, дарс қолдирилган ҳолатда қолдирилган дарслар қайта ўзлаштирилиши шарт; - дарсларга олдиндан тайёрланиб келиш ва фаол иштирок этиш; -талаба ўқитувчидан сўнг, дарс хонасига - машғулотга киритилмайди; - талаба рейтинг баллидан норози бўлса эълон қилинган вақтдан бошлаб 1 кун мобайнида апелляция комиссиясига мурожат қилиши мумкин			
Фанга ажратилган ўқув соатларининг ўқув турлари бўйича тақсимоли	Аудитория соатлари			Мустақил таълим:
	Маъруза:	18	Амалиёт	20

Фаннинг қисқача мазмуни:	Умумий психология фанининг моҳияти, психикани ривожланиши, шахс психологияси, билиш жараёнлари, шахснинг ҳиссий-иродавий соҳаси, индивидуал психологик хусусиятлар, психологик ҳолатлар ҳамда шахснинг шаклланиши жараёнида юзага келадиган психологик, физиологик ва жисмоний ўзгаришлар, шунингдек шахсга хос сифат хусусият, ҳолатлар, таълим-тарбия жараёнини тўғри ташкил қилишнинг ёшга боғлиқ жиҳатларининг психологик механизмларини ўз ичига камраб олади. Фанни ўқитишдан асосий мақсад: Талабаларга “Умумий психология” фани, психика, шахс, фаолият, мулоқот, билиш жараёнлари, иродавий сифатлар, ҳиссий ҳолатлар индивидуал-хусусиятларга доир билим, кўникма ва малакаларни шакллантиришдир. Бўлажак педагог мутахассислар томонидан психик тараққиёт қонуниятлари, даврлари механизмлари, омиллари ва шарт-шароитлари ҳақидаги замонавий илмий билимнинг ўзгартирилишини ташкил этишдир. Курсни ўрганишнинг асосий вазифалари: Талабаларга “Умумий психология”нинг моҳияти, психик ва онг тушунчалари, психик жараёнлар, ҳолатлар, хусусиятлар, психик ривожланиш ва унинг ўзига хос хусусиятлари ёш даврлари таснифи, психик тараққиётнинг турли босқичлари учун хос бўлган психо-физиологик ва психологик хусусиятлар ҳақидаги билимлар билан қуроллантиришдан иборат.
Фанни ўргатиш натижасида ҳосил бўладиган билим, малака ва кўникмалар:	“Умумий психология” ўқув фанини ўзлаштириш жараёнида амалга ошириладиган масалалар доирасида бакалавр: - психологиянинг табиий ва ижтимоий фан сифатида талқин қилиниши; - психологиянинг соҳалари; - психика ва онг муносабати; - Шарқ мутафаккрларининг психологик қароашлари; - психологияни ўрганиш методлари; - фаолият ва мотивлар, фаолиятнинг асосий турлари; - мотивация соҳалари: психик ҳолатлар, шахснинг ҳиссий-иродавий соҳаси; - иродавий ҳаққаратлар ва уни бошқариш; - индивид, шахс, индивидуаллик; - шахс фаолияти; - мулоқот ва унинг кўп мақомли характери; - билиш жараёнлари: диққат, сезги, идрок, хотира, ҳаёл, тафаккур; - темперамент назарияси ва типлари; - характер ва унинг бошқа психологик ҳодисалар билан

	боғлиқлиги; - қобилиятнинг сифат ва миқдор характеристикаси бўйича билимга; - Талаба-шахс, мулоқот, фаолият, билиш жараёнлари, шахснинг индидвидуал хусусиятлари юзасидан тушунча, тасаввурга эга бўлиш билан бирга, психик ривожланишга таълим-тарбия жараёнларининг таъсири юзасидан олинган билимларни амалий фаолиятга татбиқ этиш бўйича кўникмасига; - шахснинг психологик хусусиятларини ўрганувчи метод ва технологиялар; - билиш жарпаёнлари ва индивидуал хусусиятларнинг диагностикаси ва коррекцияси; - педагогик жараённи бошқариш; -ўқув экспериментлар ўтказиш; - шахс психикасининг ўзига хос хусусиятларини кузатиш; - ўқув жараёнида турли анкета ва бошқа усулларни қўллай олиш; - психологик, маърифий ишларни ташкил этиш малакасига эга бўлиш лозим.
--	--

Электрон почта орқали муносабатлар тартиби	Профессор-ўқитувчи ва талаба ўртасидаги алоқа электрон почта орқали ҳам амалга оширилиши мумкин, телефон орқали баҳо масаласи муҳокама қилинмайди, лекин оралиқ, жорий ва якуний баҳолаш фақатгина институт ҳудудида, ажратилган хоналарда ва дарс давомида амалга оширилади. Электрон почтани очиш вақти соат 16.00 дан 21.00 гача.
---	--

Фан мавзулари ва унга ажратилган соатлар тақсимои:					
Т/р	Мавзуларноми	Жами соат	Маъ-руза	Семи нар	Мустакил таълим
1	Умумий психология фанининг предмети. Ҳозирги замон психология фанининг тузилиши ва тадқиқот методлари	8	2	2	4
2	Психика ва онгнинг тараққиёти	6	2	2	2
3	Фаолият ва мотивация. Мулоқот	8	2	2	4
4	Шахс ҳиссий-эмоционал соҳаси	6	2	2	2
5	Шахс. Шахснинг ўз-ўзини англаши	8	2	2	4
6	Дикқат. Сизги. Идрок	8	2	2	4
7	Хотира. Хаёл. Тафаккур	8	2	2	4
8	Ирода. Темперамент	10	2	4	4
9	Характер. Қобилият	8	2	2	4
	ЖАМИ	70	18	20	32

Талабалар билимини баҳолаш тизими:			
т/р	Назорат туридаги топшириқларнинг номланиши	Максимал йиғиш	ЖН ва ОН баллар тақсимои

		мумкин бўлган балл				
I. Жорий назоратдаги баллар тақсимооти		40 балл	1-ЖН (12 б)	2-ЖН (12 б)		
Маъруза машғулотларда						
1.	Талабанинг маъруза машғулотларда фаоллиги, мунтазам равишда конспект юритиши учун	3	2	1		
2.	Мустақил таълим топшириқларининг ўз вақтида ва си фатли бажарилиши (кейс-стадилар, эссе, реферат, тақдимот ва бошқа турдаги мустақил таълим топшириқлари)	7	4	3		
Тажриба (Амалий семинар) машғулотларда						
1	Талабанинг машғулотларда фаоллиги, саволларга тўғри жавоб берганлиги, амалий топшириқ (масала, мисол) ларни бажарганлиги учун	30	Семестр давомида			
II. Оралиқ назорат		30 балл				
1.	Биринчи оралиқ назорат (маърузачи томонидан қабул қилинади)	30	Семестрнинг -ҳафтаси			
III. Якуний назорат		30 балл	Семестрнинг охириги икки ҳафтасида			
Жами:		100 балл	Семестрнинг охириги икки ҳафтасида			

Изоҳ: якка тартибда ва гуруҳ бўйича топшириқлар куйидагича бўлиши мумкин: кейс-стади, тақдимот, эссе, вазиятли масалалар, вариантлар асосида савол-жавоб.

Талабанинг фан бўйича ўзлаштириш кўрсаткичининг намунавий мезонлари:

Балл	Баҳо	Талабанинг билим даражасини ифодаловчи ҳолатлар
86-100	Аъло	-ўтилган мавзулар бўйича тўлиқ ва етарли даражада назарий ҳамда семинар билимларга эга эканлигини намойиш эта олиши; -муҳим топшириқ ва масалалар бўйича тўғри ҳулоса ва қарорлар қабул қилиши; -муаммоларни ҳал этишга ижодий ёндаша олиши; -мустақил фикрлаши ва мушоҳада юритиши; -фаннинг моҳиятини аниқ тушуниш орқали унинг асосий қоидаларини тўлиқ баён эта олиши; -мамлакатимизда руй бераётган ижтимоий-иқтисодий ўзгаришлар тўғрисида тасаввурга эга бўлиши ва х.к.
71- 85	Яхши	-ўтилган мавзулар бўйича деярли тўлиқ даражада назарий ҳамда семинар билимларга эга эканлигини намойиш эта олиши; -муҳим топшириқ ва масалалар бўйича маълум даражада ҳулоса ва қарорлар қабул қилиши; -мустақил фикрлаши ва мушоҳада юритишга ҳаракат қилиши;
55 -70	Қониқарли	-фаннинг моҳиятини аниқ тушуниш орқали унинг асосий қоидаларини маълум даражада баён эта олиши; -ўтилган мавзулар бўйича назарий ҳамда семинар билимларни қисман ўзлаштириши;

		-муҳим топшириқ ва масалалар бўйича қабул қилинган ҳулоса ва қарорларнинг тўлиқ ва аниқ билмаслиги.	
55 дан паст	Қони-қарсиз	-фаннинг моҳиятини тушуниш орқали унинг асосий қонунларини қисман баён этиши ва ҳ.қ. -ўтилган мавзулар бўйича назарий ҳамда семинар билимларни ўзлаштиришнинг паст даражаси; -муҳим топшириқ ва масалалар бўйича ҳулоса ва қарорларни қабул қила олмаслиги; -фаннинг моҳиятини тушунмаслиги ҳамда унинг қоидаларини баён эта олмаслиги ва ҳ.қ.	
Ахборот ресурс базаси:			
Асосий адабиётлар:	1. Иванов П.И., Зуфарова М.Е. Умумий Психология // Дарслик. – Тошкент: “Ўзбекистон файласуфлари миллий жамияти”, 2008. – 480 б. 2. Xaydarov F.I., Xalilova N. Umumiy psixologiya. – T.: “Fan va texnologiyalar” markazining bosmaxonasi, 2009. 3. Рубенштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб: Питер, 2007. 4. Ғозиев Э.Ғ. Онтогениз психологияси. – Т.: “Ношир”, 2010. 5. Дўсмухамедова Ш.А., Нишонова З.Т., Жалилова С.Х., Каримова Ш.К., Алимбаева Ш.Т. Ёш ва педагогик психология. – Т.: ТДПУ, 2013. 6. Nishonova Z.T., Alimbayeva Sh.T., Sulaymonov M. Psixologik xizmat. – T.: “Fan va texnologiyalar” nashriyoti, 2014.		
Қўшимча адабиётлар	1. Климов Э.А. Общая психология. – СПб., Питер, 2001. 2. Maxsudova M.A. Muloqot psixologiyasi. – T., 2006. 3. Немов Р.С. Психология. – М.: «Владос», 2003, 1-2-т. 4. Фридман Л.М. Психология воспитания. Книга для тех, кто любит детей. – М.: ТТС «Сфера», 1999. 5. Шелихова И.И. Техника педагогического общения. – М.: Изд.-во «Институт практической психологии», 1998. 6. Радугина А.А. Педагогика и психология. – М., 2007. 7. Рубенштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб: Питер, 2007. 8. Safayev N.S., Mirashirova N.A., Odilova N.G. Umumiy psixologiya nazariyasi va amaliyoti // O’quv qo’llanma. – T.: TDPU, 2013.		

1- МАЪРУЗА

Умумий психология фанининг предмети. Ҳозирги замон психология фанининг тузилиши ва тадқиқот методлари

Режа:

1. “Психология” фани ҳақида. “Психология” табиий ва ижтимоий илмий фан сифатида.
2. Психология фанининг предмети. Психик акс эттириш- объектив оламнинг субъектив образи эканлиги. Психиканинг акс эттириш ва бошқарувчанлик вазифалари.
3. Психология фани ҳақидаги тасаввурлар тараққиётининг асосий босқичлари.
4. Ҳозирги замон психологиясининг тузилиши, тармоқлари ва унинг тамойиллари.
5. Психология фанининг илмий тадқиқот методлари, ҳамда назарий ҳамда амалий вазифалари.

Таянч сўз ва иборалар:

Психология, фан, қобилият, метод, тафаккур қилиш, ўз - ўзини билиш, конкрет шахс, умумий қонуниятлар, принциплар, дифференциация, тармоқлар, этнопсихология, оилавий ҳаёт, психодиагностика.

Психологиянинг предмети. “Психология” сўзи икки грек сўзларидан - “псюхе” - жон, руҳ ва “логос”- таълимот, илм сўзларидан иборат бўлиб, анъанавий маънода инсон руҳий дунёсига алоқадор барча ҳодисалар ва жараёнлар унинг предмети ташкил этади. Бошқача қилиб айтганда, психологиянинг предмети ҳар биримизнинг ташқи олами ва ўз - ўзимизни билишимизнинг асосида ётган жараёнлар, ҳодисалар, ҳолатлар ва шаклланган хислатлар ташкил этади. Психология бўйича адабиётларда унинг предмети қисқача қилиб, психикадир, деб таъриф беришади. Психика - бу инсон руҳиятининг шундай ҳолати, у ташқи олами (ички руҳий олами ҳам) онгли тарзда акс эттиришимизни, яъни билишимиз, англашимизни таъминлайди. Лекин бу қисқа таърифлардан психикага алоқадор жараёнлар онгнинг акс эттириш шакллари экан деган юзаки хулосага келиш нотўғри бўлади. Чунки инсон психикаси ва унинг руҳий оламига алоқадор ҳодисалар ва жараёнлар шу қадар мураккаб ва хилма - хилки, баъзан ўз - ўзимизни ҳам тушунмай қоламиз. Шунинг учун ҳам одамларнинг билимдонлиги нафақат ташқи оламда рўй бераётган объектив ҳодисалар моҳиятига алоқадор билимлар мажмуига эга бўлиш билан балки ҳаётда муносиб ўрин эгаллаш, ўз ички имкониятлари ва салоҳиятидан самарали фойдаланган ҳолда фаолиятини оқилона ташкил этишнинг барча сирларидан бохабар бўлиш, ўзига ва ўзгаларга таъсир кўрсатишнинг усуллари билиш ва улардан ўз ўрнида унумли фойдаланишни назарда тутати. Психологик билимдонликнинг мураккаблиги айнан шундаки, атрофимиздаги нарсалар ва ҳодисаларнинг моҳиятини бевосита ҳис қилиб билишимиз мумкин, лекин психик ҳаётга алоқадор бўлган жараёнларни,

Ўзимизда, миямиз , онгимизда рўй бераётган нарсаларнинг моҳиятини билвосита биламиз. Масалан, ўртоқларимиздан бири бизга ёқади, доимо бизда яхши, ижобий таассурот қолдира олади, лекин унинг у ёки бу ҳатти - ҳаракатларини бевосита кўриб, баҳолаб, таҳлил қилолсак-да, унга нисбатан ҳис қилаётган меҳримизни, узоқ кўришмай қолганимизда уни соғинаётганлигимиз билан боғлиқ ҳисни бевосита кўриб, идрок қилиш имкониятига эга эмасмиз. Айнан шунга ўхшаш ҳолатлар психология ўрганадиган ҳодисалар ва ҳолатларнинг ўзига хос табиати ва мураккаблигидан дарак беради.

Шундай қилиб, психология фани ўрганадиган жараёнлар ва ҳодисалар мураккаб ва хилма-хил, уларни ўрганишнинг икки жиҳати бор: бир томондан, уларни ўрганиш қийин, иккинчи томондан осон ҳам. Охирги жиҳати хусусида шунини айтиш мумкинки, бу ҳодисалар бевосита бизнинг ўзимизда берилган, уларни узоқдан қидириш, мавҳум аналогиялар қилиш шарт эмас, бошқа томондан, улар ўзаро бир - бирлари билан боғлиқ ва умумий қонуниятлар ва принципларга бўйсунди.

Демак, қисқа қилиб, психологиянинг предмети конкрет шахс, унинг жамиятдаги ҳулқ - атвори ва турли фаолиятларининг ўзига хос томонларидир, деб таърифлаш мумкин.

Психологиянинг тармоқлари. Психологиянинг алоҳида тармоқларини дифференциация қилиш энг аввало ишлаб чиқаришдаги инсон фаолияти кечадиган соҳалар ва уларнинг вазифаларидан келиб чиқади. Ҳозирги даврга келиб психологияни инсон шахси ҳақидаги энг муҳим фанлардан бири сифатидаги аҳамиятини ҳамма тан олмоқда. Психология иқтисод, педагогика, фалсафа, мантиқ, социология ва бошқа ижтимоий-гуманитар фанлар билан алоқадор фан ҳисобланади. Чунки ҳамма соҳада инсон шахси фаолият кўрсатар экан, ҳар бир соҳада ишни самарали ташкил этиш, олиб бориш учун кишилар психологиясини, шахслараро муносабатлар психологиясини, одамларнинг турли вазиятлардаги ҳулқ-атвор меъёрларини билиш ва шунга кўра иш олиб бориш муҳимдир. Шунинг учун ҳозирги давр мутахассислари психологик билимлардан бохабар бўлишлари лозимдир.

Психологиянинг 300 дан ортиқ тармоқлари фан сифатида ривожланаётганлиги ҳозирги кунда психологиянинг фанлар тизимида янада мустақамланаётганлигидан далолат беради:

- умумий психология - психологиянинг барча масалаларининг ўзига хос жиҳатларини ўрганадиган махсус соҳаси;
- педагогик-психология - кишига таълим ва тарбия беришни психологик қонуниятларини ўрганишни ўз предмети деб билади;
- ёш давр психологияси - турли ёшдаги одамларнинг туғилгандан то умрининг охиригача психик ривожланиш жараёнини, шахснинг шаклланиши ва ўзаро муносабатлари қонуниятларини ўрганади;
- ижтимоий психология - одамларнинг жамиятдаги биргаликдаги иш фаолиятлари натижасида уларда ҳосил бўладиган тасаввурлар, фикрлар, эътиқодлар, ҳиссий кечинмалар ва ҳулқ-атворларини ўрганади;
- меҳнат психологияси - киши меҳнат фаолияти психологик хусусиятларини, меҳнатни илмий асосда ташкил этишнинг психологик

жиҳатларини ўрганади;

- инженерлик психологияси - автоматлаштирилган бошқарув системалари операторнинг фаолиятини, одам-техника ўртасида функцияларни тақсимлаш ва мувофиқлаштиришнинг хусусиятларини ўрганади;

- юридик психология - ҳуқуқ системасининг амал қилиши билан боғлиқ масалаларнинг психологик асосларини ўрганади;

- ҳарбий психология - кишининг ҳарбий ҳаракатлар шароитида намоён бўладиган хулқ-атворини, бошлиқлар билан ижро этувчилар ўртасидаги муносабатларнинг психологик жиҳатларини ўрганади;

- савдо психологияси - жамиятда тижоратнинг психологик шароитлари, эҳтиёжнинг индивидуал, ёшга оид, жинсга оид хусусиятларини, харидорга хизмат кўрсатишнинг психологик омилларини аниқлайди каби масалаларини кўради;

- тиббиёт психологияси - шифокор фаолияти психологиясини, бемор хулқ-атворининг психологик жиҳатларини ўрганади.

Шунингдек, психологияда этнопсихология, оилавий ҳаёт психологияси, бошқарув психологияси, шахс психологияси, раҳбар психологияси, психодиагностика ва бошқа кўплаб соҳалари мавжуд.

Психологиянинг объекти. Психологиянинг фан сифатидаги хусусиятлари қуйидагилардан иборат:

1. Психология инсониятга таниш бўлган энг мураккаб илм ҳақидаги фандир. Психология психикани ўрганади.

2. Психология вазифалари бошқа фан вазифаларидан анча мураккаброқ, чунки психологияда билишнинг объекти ва субъекти ўзаро бир бирига кириб кетади.

3. Психология энг ёш фанлардан биридир. Фаннинг илмий шаклланиши 1879 йил билан боғлиқ. Бунда Лейпциг шаҳрида дунёда биринчи марта В. Вундт томонидан экспериментал психология лабораторияси очилган эди.

4. Психология такрорланмас амалий аҳамиятга эга. Чунки психология:

- Ўз-ўзини билишга ва ўзгартиришга;
- Ўз психологик функцияларини, хулқ-атворини бошқаришга;
- Бошқаларни тушунишга ва улар билан ҳамкорлик қилишга ёрдам беради.

Психологиянинг фан сифатидаги хусусиятлари. Психология фан сифатида ҳаётий психологиядан фарқ қилади.

1. Илмий билимларга кўра ҳаётий билимлар конкрет, илмий психология эса умумлаштиришга ҳаракат қилади, шахс ва гуруҳларнинг ривожланиш қонуниятларини ўрганади;

2. Ҳаётий психологик билимлар амалиётда олинади, илмий психологик билимлар эса онгли ўзлаштирилади;

3. Психология фан сифатида жуда бой материалга эга;

4. Психологияда фан сифатида билим олиш учун фундаментал ва ҳар ҳар хил турдаги усуллар мавжуд.

Энг аввало психологиянинг методологик асосларини ажратиш мумкин. Инсон ўз ҳаёт мазмунини топишга ҳаракат қилади.

В. Франклиннинг айтишича, ҳар бир инсон ўз ҳаёти мазмуни ўзи топиши керак.

Бу масала турли даврларда турлича кечган.

Бугун дунёнинг тўрт кўриниши ҳақида гапириш мумкин:

1. Ажралмаган дунё. Инсон ўзини дунёда ажратмаган. Рух ва тана муаммоси бир бўлган.

2. Ажралган дунё. Бунда инсон ва оламни алоҳида кўрсатишга ҳаракат қилинган. Платондан (428-347 эрамиздан олдин) бошлаб икки субстанция – инсон ва олам ажралган.

3. Инсон ҳаёт субъекти сифатида. Инсон ўз ҳаётини ўз манфаатларига кўра ўзгартириши. Бунда атрофдаги оламни ўзгартириш эҳтиёжи намоён бўлади.

4. Инсон табиий оламнинг устувори сифатида. Бу эртанги куннинг кўриниши.

Шундай қилиб, оламнинг кўриниши ва фан у ёки бу ўқув предметининг характери, олимнинг қарашлари, дунёқарашини, ўз вазифаларини белгилаб беради.

Психологиянинг предмети сифатида турли даврларда қуйидагилар ажратилган:

-руҳ;

-ҳодиса;

-онг;

-хулқ-атқор;

-онгсизлик;

-ахборотни қайта ишлаш ва бу жараёнларнинг натижалари;

-инсоннинг шахсий тажрибаси.

Бу соҳаларнинг барчаси ҳар хил илмий йўналишлар, назария ва концепцияларда ўз аксини топган.

Психологиянинг асосий методлари. Аниқ изланиш предметига эга бўлган ҳар қандай фан, ўша предметининг моҳиятини ёритиш ва материаллар тўплаш учун махсус усуллар ва воситалардан фойдаланади. Фаннинг салоҳияти ва обрўси ҳам биринчи навбатда ўша методлар ёрдамида тўпланган маълумотларнинг ишончлилиги ва далиллигига боғлиқ бўлади. Бу фикрлар бевосита психологияга ҳам алоқадор бўлиб, методлар масаласи бу фанда жуда катта аҳамиятга молик масала сифатида қаралади. Чунки юқорида таъкидлаганимиздек, психик ҳодисаларни бевосита қўл билан ушлаб, кўз билан илғаб, қулоқ билан сезиш қийин. Лекин жуда кўплаб фанлар билан фаол ҳамкорлик шунга олиб келганки, психологиянинг ҳар бир тармоғи ўз вазифаларини ечиш ва маълумотларга эга бўлиш учун кўплаб методларни синовлардан ўтказиб, энг ишончли ва мукамалларини сақлаб қолган.

Математик статистика ва эҳтимоллар назариясининг психология соҳасида қўлланилиши ва унда эришилган муваффақиятлар аввало ҳар бир методнинг ишончлилиги даражасини аниқлаш, қолаверса, тўпланган маълумотларнинг қай даражада асосли эканлигини исботлашга ёрдам беради.

1-жадвалда асосий психологик методлар ва уларни қўллаш шакллари

келтирилган.

Жадвалда келтирилган методлар ёрдамида тадқиқотчи ёки шу соҳага қизиқувчи шахс у ёки бу психик жараён, ҳолат ёки шахс хусусиятлари тўғрисида бирламчи маълумотлар тўплайди, тўпланган маълумот яна таҳлил қилинади ва махсус тарзда ишлатилиши мумкин.

1-жадвал

Психологиянинг асосий методлари

Асосий методлар	Асосий методларнинг вариантлари
КУЗАТИШ МЕТОДИ	Ташқи (объектив кузатиш) Ички (субъектив, ўз-ўзини кузатиш) Эркин кузатув Стандартлаштирилган Гуруҳ ичида кузатиш Гуруҳ ташқарисида кузатиш
СЎРОҚ МЕТОДЛАРИ	Оғзаки сўроқ Ёзма сўроқ Эркин сўроқ (суҳбат) Стандартлаштирилган сўроқ
ТЕСТЛАР МЕТОДИ	Тест - сўров Тест - топшириқ Проектив тест Социометрик тест
ЭКСПЕРИМЕНТ	Табиий эксперимент Лаборатория эксперименти
МОДЕЛЛАШТИРИШ	Математик моделлаштириш Мантикий моделлаштириш Техник моделлаштириш Кибернетик моделлаштириш

Кузатиш методи табиий методлар жумласига киради. Ташқи кузатув моҳиятан кузатиловчи хулқ-атворини бевосита ташқаридан туриб, кузатиш орқали маълумотлар тўплаш усулидир. Ўз - ўзини кузатиш эса одам ўзида кечаётган бирор ўзгариш ёки ҳолатни ўзи ўрганиш мақсадида маълумотлар тўплаш ва қайд этиш усулидир.

Эркин кузатув кўпинча бирор ижтимоий ҳодиса ёки жараёни ўрганиш мақсад қилиб қўйилганда қўлланилади. Масалан, байрам арафасида аҳолининг кайфиятини билиш мақсадида кузатув ташкил қилинса, олдиндан махсус режа ёки дастур бўлмайди, кузатув объекти ҳам қатъий бўлиши шарт эмас. Ёки дарс жараёнида болаларнинг у ёки бу мавзу юзасидан умумий муносабатларини билиш учун ҳам баъзан эркин кузатиш ташкил этилиши мумкин. Стандартлаштирилган кузатув эса, бунинг акси бўлиб, нимани, қачон, ким ва кимни кузатиш қатъий белгилаб олинади ва махсус дастур доирасидан чиқмасдан кузатув олиб борилади.

Ижтимоий ҳамда педагогик психологияда гуруҳий жараёнларнинг шахс

хулқ - атворига таъсирини ўрганиш мақсадида бевосита ичкаридан кузатув ташкил қилинади, бунда кузатувчи шахс ўша гуруҳ ёки оила ҳаётига табиий равишда қўшилади ва зимдан кузатиш ишларини олиб боради. Бу бир қарашда жосусчилик фаолиятини ҳам эслатади. Шу йўл билан олинган маълумотлар бир томондан табиийлиги ва муфассаллиги билан қимматли бўлса, иккинчи томондан, агар кузатувчида конформизм хислати кучли бўлса, ўзи ҳам гуруҳ ҳаётига жуда киришиб кетиб, ундаги айрим ходисаларни субъектив равишда қайд этадиган бўлиб қолиши ҳам мумкин. Гуруҳий феноменларни ташқаридан кузатиш бунинг акси, яъни кузатувчи гуруҳга ёки кузатилаётган жараёнга нисбатан четда бўлади ва фақат бевосита кўзи билан кўрган ва эшитганлари асосида хулосалар чиқаради.

Умуман кузатиш методининг ижтимоий ҳаёт, профессионал кўрсаткичларни қайд қилишда сўзсиз афзалликлари бор, лекин шу билан бирга кузатувчининг профессионал маҳорати, кузатувчанлиги, сабр - қаноатига боғлиқ бўлган жиҳатлар, яна тўпланган маълумотларни субъектив равишда таҳлил қилиш хавфи бўлгани учун ҳам биров ноқулайликлари ҳам бор, шунинг учун ҳам у бошқа методлар билан биргаликда ишлатилади.

Сўров методи ҳам психологиянинг барча тармоқларида бирламчи маълумотлар тўплашнинг анъанавий усулларида хисобланади. Унда текширилувчи текширувчи томонидан қўйилган қатор саволларга мухтасар жавоб қайтариши керак бўлади.

Оғзаки сўроқни ёки баъзан уни оддийгина қилиб, суҳбат методи деб аталади, ўтказадиган шахс унга маълум даражада тайёргарлик кўргач сўроқ ўтказади. Агар мабодо унинг профессионал маҳорати ёки тажрибаси бунга етарли бўлмаса, сўров ўз натижаларини бермаслиги мумкин. Лекин маҳоратли сўровчи ушбу метод ёрдамида инсон руҳий кечинмаларига алоқадор бўлган ноёб маълумотларни тўплаш имконига эга бўлади.

Ёзма сўроқ ёки анкетанинг афзаллиги шундаки, унинг ёрдамида бир вақтнинг ўзида кўпгина одамлар фикрини ўрганиш мумкин бўлади. Унга киритилган саволлар, улардан кутиладиган жавоблар (ёпиқ анкета), ёки эркин ўз фикрини баён этиш имкониятини берувчи (очиқ анкета) сўровномалар аниқ ва раво тилда жавоб берувчилар тушуниш даражасига монанд тузилган бўлса, шубҳасиз, қимматли бирламчи материаллар тўпланади.

Сўроқнинг ҳам эркин ва стандартлаштирилган шакллари мавжуд бўлиб, биринчисида олдиндан нималар сўралиши қатъий белгилаб олинмайди, иккинчи шаклида эса, ҳаттоки, компьютерда дастури ишлаб чиқилиб, минглаб одамларда бир хил талаблар доирасида сўроқ ўтказилиши назарда тутилади.

Тестлар охирги пайтда ҳаётимизга дадил кириб келган текширув усуллари сирасига киради. Улар ёрдамида бирор ўрганилаётган ҳодиса хусусида ҳам сифат, ҳам миқдор характеристикаларини олиш, уларни кўпчиликда қайта - қайта синаш ва маълумотларни коррекцион анализ орқали ишонччиликка текшириш мумкин бўлади. Айни тестга қўйилган талаб ҳеч қачон ўзгармайди, ҳаттоки, шундай тестлар борки, улар турли миллат ва элат вакилларида, турли даврларда ҳам ўзгармаган ҳолда ишлатилаверади. Масалан, Равеннинг ақлий интеллектни ўлчаш, Кэттелнинг ва Айзенкнинг шахс

тестлари шулар жумласидандир.

Тест - сўров олдиндан қатъий тарзда қабул қилинган саволларга бериладиган жавобларни тақозо этади. Масалан, Айзенкнинг 57 та саволдан иборат тести шахсдаги интроверсия - экстрроверсияни ўлчайди, саволларга “ҳа” ёки “йўқ” тарзида жавоб бериш сўралади.

Тест - топшириқ одам хулқи ва ҳолатини амалга оширган ишлари асосида баҳолашни назарда тутди. Масалан, шахс тафаккуридаги креативлиликни аниқлаш учун кўпинча бир қарашда оддийгина топшириқ берилади: берилган 20 та доира шаклидаги шакллардан ўзи хоҳлаганча расмлар чизиш имконияти берилади. Маълум вақт ва тезликда бажарилиш суръати, расмларнинг ўзига хос ва бетакрорлигига қараб шахс фикрлаши жараёнининг нақадар ностандарт, ижодий ва креативлигига баҳо берилиб, миқдорий кўрсаткич аниқланади. Бу методларнинг умумий афзаллиги уларни турли ёш, жинс ва касб эгаларига нисбатан қўллашнинг қулайлиги, бир гуруҳда натижа бермаса, бошқа гуруҳда яна қайта текширув ўтказиш имкониятининг борлиги бўлса, камчилиги - баъзан текширилувчи агар тестнинг моҳиятини ёки калитини билиб қолса, сунъий тарзда унинг кечишига таъсир кўрсатиши, фактларни квалификация қилиши мумкинлигидир.

Тестлар ичида проектив тестлар деб номланувчи тестлар ҳам борки, тестнинг асл мақсади текширилувчига сир бўлади. Яъни, шундай топшириқ бериладик, текширилувчи топшириқни бажараётиб, нимани аниқлаши мумкинлигини билмайди. Масалан, машҳур Роршахнинг “сиёҳ доғлари” тести, ёки ТАТ(тематик апперцепцион тест), тугалланмаган ҳикоялар каби тестларда бир нарсанинг проекциясидан гўёки иккинчи бир нарсанинг моҳияти аниқланади. Ўша 1921 йилда кашф этилган “сиёҳ доғлари” ва уларга қараб текширилувчининг нималарни эслаётганлиги, доғлар нималарга ўхшаётганлигига қараб, унинг шахс сифатидаги йўналишлари, ҳаётий тамойиллари, қадриятларига муносабати, ишни бажариш пайтидаги эмоционал ҳолатлари аниқланади. Бу тестлар жуда ноёб, қимматли, лекин уни фақат профессионал психологгина қўллаши ва натижаларни моҳирона таҳлил қилиши талаб қилинади.

Психологик экспериментнинг моҳияти шундаки, унда атайлаб шундай сунъий бир вазият шакллантирилади ва ташкил этиладики, айнан шу вазиятда қизиқтираётган психик жараён ёки ҳодиса ажратилади, ўрганилади, таъсир кўрсатилади ва баҳоланади. Агар табиий эксперимент ўша қизиқтираётган феномен текширилувчи учун табиий ҳисобланган шароитларда (масалан, меҳнат жараёнида, таътилда, ёзги лагерда, лицей аудиториясида ва шунга ўхшаш) мақсадли ташкил этилиб, ўрганилса, лаборатория эксперименти махсус жойларда, махсус асбоб - ускуналар воситасида атайлаб ўрганилади. Масалан, диққатингизнинг хусусиятларини билиш керак бўлса, психология лабораториясида махсус тахистоскоп деб аталган мослама ёрдамида ёки “Ландольт халқачалари” деб номланган жадваллар ёрдамида ўрганиш мумкин бўлади. Хаттоки, ижтимоий муносабатлар борасида ҳам ўзаро ҳамжиҳатлик, лидерлик ва конформлилик ҳодисаларини текшириш учун жамоавий турли хил ҳолат ва ҳодисалар ўлчанган.

Моделлаштириш методи кузатиш, сўроқ, эксперимент ёки бошқа усуллар ёрдамида ўрганилаётган ҳодисанинг туб моҳияти очилмаган шароитларда қўлланилади. Бунда ўша ҳодисанинг умумий хоссаси ёки асосий параметрлари моделлаштирилиб, ўша модель асосида тадқиқотчини қизиқтирган жиҳат ўрганилади ва хулосалар чиқарилади.

Моделлар техник, мантиқий, математик ёки кибернетик бўлиши мумкин. Математик модел асосида ўрганилган ҳодисага машҳур тадқиқотчилар Вебер - Фехнерларнинг сезгирликнинг қуйи ва юқори чегарасини аниқлашга қаратилган математик формуласи ва шу асосда тўпланган маълумотлар таҳлилини мисол қилиш мумкин. Мантиқий моделлар ёрдамида кўпинча инсон ақли ва тафаккури жараёнлари, ҳисоблаш машиналари, иш принциплари билан қиёслаш орқали тузилган ғоялар ва символлар ишлатилади. Кибернетик моделлаштиришда эса ғоялар психологиясини ЭХМ даги математик программалаштириш тамойилларига мослаштириш назарда тутилади. Ҳозир кўпгина мураккаб шахс хусусиятлари ҳам программалаштирилган бўлиб, улар алгоритмлар асосда қисқа фурсатда кўпгина сифатларни кўплаб параметрлар нуктаи назаридан ҳисоблаб, натижаларни умумлаштиришга имкон бермоқда. Кўпинча математик ўйинлар ғояси одамлар ўртасидаги ўзаро муносабатлар соҳасини ўрганишда ҳам қўлланилмоқда. Маълум бўлишича, одамнинг фикрлаш операциялари билан ЭХМ ларнинг ишлаш принциплари ўртасида маълум уйғунлик бор экан, бу эса мураккаб психик жараёнларни моделлаштириш орқали инсон ақлу - заковати чегарасини янада кенгайтириш истикболини беради.

Умуман, психологиянинг ва унинг ҳар бир алоҳида тармоқларининг ўзига хос методлари бор. Улар ижтимоий ҳуқ ва алоҳида индивид ички дунёсини комплекс тарзда ўрганиш имконини беради. Гап шундаки, уларни ўз вақтида ва профессионал тарзда қўллай билиш ва олинган натижалардан тўғри хулосалар чиқара олишдир.

Назорат саволлари:

1. Психология фанининг хусусиятлари.
2. Психология фанининг шаклланиши тарихи.
3. Психологиянинг амалий аҳамияти.
4. Психология фани билан ҳаётий психологиянинг фарқи.
5. Психологиянинг асосий методлари.
6. Психологик экспериментнинг моҳияти.
7. Кузатиш методининг аҳамияти.
8. Сўроқ методларининг турлари.
9. Тестлар методининг аҳамияти.
10. Эксперимент моделлаштиришнинг асоси.

2- МАЪРУЗА. Психика ва онгнинг тараққиёти

Режа:

1. Психика хақида тушунча
2. Онг хақида тушунча
3. Онг даражалари

Барча тирик организмларда бўлганидек, одам организми ҳам теваарак атроф-муҳити билан ҳамиша алоқада бўлади. Одам организмнинг ташқи олам билан муносабатлари нерв системаси ёрдамида амалга оширилади. Организмнинг энг муҳим қисми бўлган мия одамнинг ҳамма ҳаракатларини назорат қилади, бошқаради. Шунинг учун ҳам миянинг тузилиши ва функцияларини ўрганиш учун уринишлар узоқ тарихдаёқ бошланган. Натижада нерв системасининг тузилиши ва вазифаларини тадқиқ этишда маълум ютуқлар қўлга киритилган.

Ҳозирги кунда нерв системасининг тузилиши, вазифалари, ишлаш тамойилларини психологик жиҳатдан илмий асослаш, одам психик фаолиятининг физиологик асосларини батафсил ёритиш ҳам илмий, ҳам амалий жиҳатдан муҳим аҳамият касб этади.

Психология фанида психик жараёнлар шахснинг психологик хусусиятлари асосида ётган физиологик асосларини ишлаб чиқишда Россиянинг машҳур психологлари М.М.Сеченов, И.П.Павлов, В.М.Бехтерев ва П.К.Анохин кабиларнинг хизматлари каттадир. Булар олий нерв фаолиятининг асосий қонуниятларига доир таълимотни кашф этдилар. Бу таълимотга мувофиқ одам миясига узлуксиз равишда ташқи муҳитдаги нарса ва ҳодисалар таъсир этиб туради. Натижада олий нерв фаолиятининг асосий жараёнлари бўлиш қўзғалиш ва тормозланиш вужудга келади. Бунинг маъноси шуки, қўзғалиш миядаги нерв марказларини ишга солади, уларни фаол ҳаракатга келтиради. Маълум фурсат ўтгандан кейин бу жараён тормозланиш билан алмашинади, яъни миядаги нерв марказларининг фаолияти секинлашади, маълум муддат ишламайди ва бунинг натижасида сарфланган энергия қайтадан тикланади.

Одамда нерв системасининг ўзига хос тараққиёт йўли бор. Нерв системаси одам организмнинг барча функцияларини тартибга солади. Унда моддалар алмашинувини таъминлайди, юрак, мускуллар ва қон томирлари фаолиятини бошқаради, организмнинг турли шароитларига мослашувига хизмат қилади.

Умуман олганда, одамнинг нерв системаси организмдаги барча аъзоларнинг ўзаро мувофиқлашган фаолиятини амалга оширишда асосий ролни бажаради. Шу сабабли одам психик ҳаётининг моддий асоси бўлган нерв системаси ав унинг етакчи қисми - бош миянинг тузилиши ва ишлаш тамойилларини мукамал билмай туриб, психологик ҳодисаларнинг ҳақиқий моҳиятини тушуниб бўлмайди. Демак, одамда кечадиган барча психологик ҳолатларнинг моҳиятини нерв системасининг назоратсиз тасаввур этиш мумкин эмас. Шунинг учун нерв системасининг психик функциялар фаолиятидаги ролини қисқача таҳлил қиламиз. Уни анатомик ва физиологик

жиҳатдан тўла тадқиқ этишни ушбу тадқиқот муаллифи ўз зиммасига олмайди. Чунки бизнинг мақсадимиз нерв системаси ва унинг етакчи қисми бўлган бош миянинг одам руҳий ҳаётидаги аҳамиятини психологик жиҳатдан ёритишдан иборатдир холос.

Одам психик ҳаётининг асоси бош мия бўлиб, бош мия нерв системаларининг бирлашган жойи - марказидир. Нерв системаси организм билан ташқи муҳит ўртасидаги ўзаро таъсирни ва тўқималар фаолиятини тартибга солиб туради.

Нерв системаси ҳужайралардан иборат. Бу ҳужайралар ўзларининг узун ва калта ҳажмдаги ўсимталари орқали организмнинг барча қисмларига тарқалади. Нерв системасидаги ҳужайралар ва уни қопловчи оқ пардалар ҳамма ўсимталари билан бирга нейронлар дейилади.

Нейрон анатомик тузилиши ва физиологик хусусиятларига кўра нерв системасининг тузилиш бирлиги ҳисобланади.

Нерв ҳужайрасининг бевосита нерв учларигача бориб етадиган ўсимтаси нейрит деб аталади. Нерв толалари системасининг элементларидир.

Нерв системасини ташкил этувчи нейронлар ўртасида анатомик жиҳатдан бевосита боғланиш йўқ. Улар ўртасидаги қўшилиш битта нейроннинг нейрити охириги тармоқларининг бошқа нейронларнинг ҳужайрасига нозик тегиб туришидан иборатдир.

Нормал одам миясида 16 миллиардга яқин нейронлар бор. Бу нейронлар организмга кўрсатадиган хизмати жиҳатидан иккига бўлинади;

1. Рецепторлар
2. Эффекторлар.

Рецепторлар ташқи таъсиротни қабул қилиб мияга ўтказди. Шунинг учун рецепторларни сезги нерв марказлари деб ҳам юритилади. Эффекторлар эса ташқи таъсирот натижасида ички органларга буйруқ беради ва уларни ҳаракатга келтиради. Шунинг учун эффекторларни ҳаракат нерв марказлари деб ҳам юритилади.

Рецепторлар ва эффекторлар бирликда биринчи сигнал системаларидир.

Биринчи сигнал системаси одамда ташқи дунёнинг сезги аъзолари томонидан қабул қилиб олинadиган акси бўлиб, одам воқеликни энг аввало биринчи сигнал системаси орқали идрок қилади.

Ташқи муҳитдаги воқеа-ҳодисаларнинг сезги аъзоларимизга таъсири орқали онгда акс этиши биринчи сигнал системаларидир. Биринчи сигнал системалари одамнинг сезгилари, идроки ва тасаввурларига боғлиқ бўлади. Ташқи муҳит воқеа-ҳодисаларининг сўзлар (ўша нарсаларнинг номлари) орқали онгда акс этиши иккинчи сигналлар системасини ташкил этади. Бу сифат фақат одамларгагина хос бўлиб, бошқа жонзотда йўқ. Одам ташқи таъсиротларни сўзлар орқали акс эттиради ва билиб олади - ўзлаштиради.

Иккинчи сигнал системалари ёрдамида одам фикрлайди, хотирлайди, хаёл суради ва , энг муҳими , сўзлайди . Сўз - сигналларнинг сигналидир (И.П.Павлов). Иккинчи сигнал системалари фақат одамлардагина мавжуддир.

Одамнинг нерв системаси уч қисмдан иборат ;

1. Марказий нерв системаси.

2. Перифириядаги нерв системаси.

3. Вегетатив нерв системаси.

Марказий нерв системаси орқа мия ва бош миядан иборат.

Орқа мия умуртқа поғонасида жойлашган бўлиб, нерв тўқимасидан тузилган. У чамаси 45 см узунликдаги чилвирдир.

Орқа мия бўғим-бўғим тузилган бўлиб, 31 та бўғими бор. Ҳар бир бўғимдан шу бўғимга мос келадиган умуртқаларо тешикларга қараб йўналувчи орқа мия нерв илдизлари чиқади.

Орқа мия қўл, оёқ, кўз, тана мускулларини идора қилади, томир ҳаракатлари, организмдан тер чиқиш ҳолатларини бошқаради.

Орқа миянинг узунлиги эмбрион ҳаётининг дастлабки ойларида умуртқа поғонасининг узунлигига тенг келади. Аста-секин орқа мия ўсишда умуртқа поғонасидан орқада қолади. Шу сабабли, бел, думғаз ва дум нервларининг илдизи умуртқа поғонаси канали ичида анчагина масофагача чўзилиб боради.

Психологик жиҳатдан ҳозирги шароитда одам умрини узайтиришнинг қуйидаги шартлари мавжуддир;

- ижтимоий фойдали меҳнат билан доимо шуғулланиш;
- ақлий ва жисмоний меҳнатни қўшиб олиб бориш;
- фаол дам олиш;
- оқилона овқатланиш;
- ичмаслик, чекмаслик;
- ширин оилавий ҳаёт кечириш;
- фарзандларни меҳр билан тарбиялаш;
- ҳаётда ҳаммавақт хушчақчақ бўлиш;
- нохуш кечинмаларни тоқат билан енгиш;
- ҳаяжонланмаслик ва ҳоказо.

Юқоридаги шарт - шароитларга амал қилинса, шахс ўзини яхши англаб, ҳаётини оқилона ўтказса, миянинг 60 ёшдан кейинги вазн камайиш жараёнини янада секинлаштиришга эришади.

Мия фаолиятини фаоллаштириш, унинг ишлаш қобилиятини ошириш учун вақти-вақти билан дам олдиришнинг муҳим аҳамияти бор. Одам ўз танасини доимо тоза тутса; вақти-вақти билан массаж қилиб турса; фарзандларини, невараларини эркалатса, ўйнатса; кино, театр, музей томошаларига чиқиб турса; меъёрида ва содиқ дўстлар билан овқатланса; сеvimли китоб ва жарида ҳамда рўзнома ўқиса; ёқимли ашула, музика тингласа; узлуксиз равишда тоза ҳавода юрса, жисмоний ҳаракат қилса; ўз касби, кундалик бажарган юмушидан рози бўлиб, роҳатланса, ўзини яқин дўстлари даврасида хушчақчақ тутса, табассумни ўзига доимо ҳамроҳ қилиб юрса мия дам олади, унинг толиқишига имкон берилмайди.

Бош мия бир қанча қисмлардан иборат бўлиб, бу қисмларнинг ҳар қайсисидан ўзига хос функцияни бажаради. Масалан,

ўрта мия

оралиқ мия

олдинги мия

орқа мия

кичик мия

катта мия ва унинг ярим шарлари.

Юқоридаги ҳар бир қисмнинг ўз вазифаси бор. Нафас олиш, юрак ишлаши, қон айланиши, чайнаш, ютиш, сўлак ажратиш, организмнинг тўғри ҳаракатини кетинги мия идора қилади. Мураккаб бўлмаган ақлий фаолиятни (ёзув, чизув ва ҳ.к.) кичик мия бошқаради. Организмнинг ёруғлик, товуш, оғирлик кучига нисбатан жавобини ўрта мия, организмнинг умумий сезувчанлигини оралиқ мия идора қилади.

Кетинги мия узунчоқ мия, варолий кўприги ва миёчадан иборат. Ўзунчоқ мия билан варолий кўприги орқа миёянинг давоми ҳисобланади. Узунчоқ мия эмиш, чайнаш, ютиш, сўлак ажратиш, қусиш каби мураккаб физиологик жараёнларда қатнашади. , қусиш каби мураккаб физиологик жараёнларда қатнашади. Нафас олишни, юрак ишини идора этадиган, қон томирлар тонусини сақлайдиган марказлар ҳам узунчоқ миёдадир.

Миёча марказий нерв системасининг пастдаги ҳамма бўлимларига маҳкам боғланган. Миёча организм ҳаракатларининг яхлитлигини таъминлашда муҳим роль ўйнайди.

Гавданнинг умумий сезувчанлигини ўрта мия таъминлайди. Ўрта мия вегетатив марказ ишини мувофиқлаштириш вазифасини бажаради. Шунинг учун оралиқ мия, ўрта мия, варолий кўприги ва узунчоқ мия бирликда мия стволи деб юритилади.

Бош мия бўлақларининг етакчи қисмини (қарийб 80 фоизини) катта мия ва унинг ярим шарлари ташкил этади. Катта миёянинг ўнг ва чап шарлари қадок модда орқали бир-бири билан туташган.

Бош мия ярим шарларининг ҳар қайсиси миёянинг пешона қисми, тепа қисми, энса қисми ва чакка қисми каби тўрт паллага бўлинади.

Бош мия пўстининг қалинлиги бир миллиметрдан беш миллиметргача бўлиб, юзаси ўртача ҳисоб билан 2000 квадрат сантиметрга тенг. Бош мия пўстида 52 та майдон бўлиб, бу майдонлар ўн бир соҳага бўлинади.

Бош миёянинг қисмлари ва уларнинг функциялари ҳақидаги таълимотни академик И.П.Павлов яратди. И.П.Павлов тажрибаларининг натижаларига кўра, бош мия қисмларининг функциялари соҳасида одам ва ҳайвонлар миёяси ўртасида жуда катта тафовутлар бор. Баъзи ҳайвонларда олдинги миёя олиб ташланганда ҳам ҳаёт давом этган. Масалан, олдинги миёяси олиб ташланган Сака ўз ҳаётини давом эттирган. У одатдагича ўтирган, ўзига хос ҳаракатларни бажарган.

Олдинги миёяси олиб ташланган каптар овқат еган, туртиб юборилса, юрган ва қисман уча олган. Шу тажриба маймунлар билан ўтказилганда бутунлай бошқача ҳулосалар аниқланган. Олдинги миёяси олиб ташланган маймунда психик функциялар ва ҳаракатлар тамомила бузилган.

Худди шу тажриба одамлар билан ҳам ўтказилган. Олдинги миёяси олиб ташланган қизча фақат ётган, туришга ҳаракат қилмаган, энг оддий нарсаларни ҳам ўрганмаган, уч йилу тўққиз ойдан сўнг вафот этган.

Кўп тажрибаларнинг хулосалари шуни тасдиқлайдики, одамда бош миянинг қисмлари бутун бўлмаса, унда тананинг нормал ҳолати, ҳаракати бузилади, психик функциялар тубдан ўзгаради ва ниҳоят ҳаёт давом этмайди.

Шуни таъкидлаш лозимки, сўнгги йилларда психология фанининг қўлга киритган ютуқларига кўра, одам миясининг ўнг ва чап ярим шарлари турлича вазифани бажаради. Ўнг ва чап ярим шарлар бир-биридан шунчалик фарқ қиладики, ҳатто ҳис қилиш даражаси турлича бўлади.

Текшириш ва ўрганишлар натижасида чап ярим шар асосий, ўнги эса тобеъ, иккинчи даражали эканлиги аниқланди.

Тажрибалар кўрсатишича, ўнг ярим шар фаолиятига барҳам берилганда чап томоннинг сезгирлиги ошади, кайфият ўзгаради, хушчақчақлик, ёқимтойлик, сергаплик, келажакка умид билан қараш ҳоллари вужудга келади. Чап ярим шар фаолияти тўхтатилганда ўнг ярим шарнинг сезгирлиги ошади. Аммо кайфият ёмонлашади, умидсизлик, жирканиш ҳоллари пайдо бўлади.

Шундай қилиб, чап ярим шар одамнинг қувониши, хурсандчилигига хизмат қилса, ўнг ярим шар одамда нохушлик кайфиятини вужудга келтиради. Ўнг ва чап ярим шарларнинг турлича функциялари ҳиссий ҳолатлар бобида ҳам турличадир. Тажрибалардан, чап ярим шар мавҳумий тафаккур билан боғлиқ ҳолда ижобий ҳиссиётларни, ўнг ярим шар образли тафаккур билан боғлиқ ҳолда салбий ҳиссиётларни вужудга келтиришга хизмат қилади.

Перифириядаги нерв системасининг организм учун хизмати шундан иборатки, унинг нервлари организмнинг қисмларини орқа мия ва бош мия билан боғлайди, организмни орқа мия ва бош миянинг ички қисмлари билан туташтиради. Орқа миядан 31 жуфт, бош миядан 12 жуфт нерв толаси чиқади ва бутун организмга тарқалади.

Перифириядаги нерв толалари организмга хизмати жиҳатидан иккига бўлинади;

1. Сезувчи нервлар - бу нервлар кўриш, эшитиш ва ҳид билиш органларининг фаолиятига хизмат қилади.

2. Ҳаракатлантирувчи нервлар - бу нервлар организмдаги мускуллар ҳаракатини бошқаради.

Вегетатив нерв системалари бош миядан ажралиб умуртқа орқали ички органларга тарқалади. Ўпка, юрак, буйрак, талоқ каби ички органларнинг ҳар бирига вегетатив нерв системасидан иккитадан нерв толаси боради.

Нерв системасининг вегетатив қисми силлиқ мускулларни, безларни, юрак ва томирларни нерв толалари билан таъминлайди, ички органлар ва томирлар фаолиятининг тартибли, нормал ишлашини, безларнинг суюқлик ажратишини ва юрак ишини идора қилади.

Шундай қилиб, нерв системаси организмда ҳаётий жараёнларни бошқарувчи асосий тизим бўлиб хизмат қилади. Айни вақтда нерв системаси бир бутун тизим бўлиб, организмнинг ажралмас ва етакчи қисми ҳисобланади.

Организмдаги физиологик процессларда секреция безларининг роли каттадир. Секреция безлари ташқи ва ички кабиларга бўлинади. Ташқи безларнинг ишлаб чиқарган суюқликлари организмдан ташқарига чиқиб кетиш

учун танада махсус йўллар бор. Кўздан ёш, бадандан тер, оғиздан тупук чиқиши безлар фаолиятининг натижасидир.

Ички безларнинг ишлаб чиқарган суюқлик моддалари гармонлар дейлиб, улар организмдан ташқарига чиқиб кетмайди, балки қонга аралашиб, организмнинг умумий саломатлигини таъминлашга хизмат қилади.

Ички безлар қуйидагилардан иборат ;

1. Гипофиз беи. Одам гипофизи олдинги ва орқа паллалардан иборат бўлиб, бу паллалар ўртасида оралик қисм бор. Гипофиз бир неча хил гормон ажратади. Гипофиз беи кулранг бўртиқ ўсимтадан иборат бўлиб, вазни 0,5 граммга яқиндир.

Бу безнинг гормонлари организмнинг ўсишига, семиришига хизмат қилади. Гипофиз беи бош миянинг пастки қисмида жойлашган. Гипофиз безининг гормонлари қон босимига ижобий таъсир этади. Агар бу без нотўғри ишласа, организм ўсишдан тўхтади ва уни ёғ босади, суяк учун зарур бўлган фосфор моддалар етишмай қолади (лилипутларда гипофиз безининг фаолияти бузилган). Умуман гипофиз безининг функцияси жуда хилма-хил бўлиб, унинг организм фаолияти учун аҳамияти каттадир.

2. Эпифиз беи. Бу без ўрта мияда жойлашган. Унинг ишалб чиқарган суюқликлари жинсий безлар фаолиятига хизмат қилади. Эпифиз безининг фаолияти бузилса, организм бевақт балоғатга этади.

3. Бўқоқ ёки томоқ безлари. Бу безлар организмнинг умумий тараққиётига хизмат қилади. Бу безлар нотўғри ишласа, организм ўсмайди, унда турли касалликлар пайдо бўлади, ҳаракат сусаяди, ҳаяжонланиш аломатлари вужудга келади, одам уйқусизлик ҳолатига учрайди, меҳнат қобилияти йўқола боради ва энг муҳими, организм оталик ва оналик қобилиятидан маҳрум бўлади.

4. Жинсий безлар. Бу безлар ҳар бир жинс учун хос бўлган махсус жинсий гормонлар ишлаб чиқаради. Эркакларда мускулларнинг кучли ривожланиши, эркаклар ва аёлларга хос товуш тембрининг фарқланиши кабилар жинсий безлар фаолиятининг натижасидир. Жинсий гормонлар бошқа жинсга бўлган майлликка сабаб бўлади ҳамда одам организмда умумий моддалар алмашинувига кучли таъсир кўрсатади.

5. Умуман, жинсий безлар организмга чиройли, ёқимли тус беради ва насл кўпайишига хизмат қилади.

4-Маъруза: **Фаолият ва мотивация. Мулоқот**

Режа:

1. **Шахс ва унинг фаоллиги.**
2. **Фаолият турлари.**
3. **Жисмоний ва ақлий ҳаракатлар. Мотивация**
4. **Мулоқот тўғрисида тушунча ва мулоқотнинг кўп қиррали характери.**
5. **Мулоқотда қайтарма алоқа, мулоқот тренинги.**
6. **Педагогик мулоқот. Тил.**
7. **Нутқ ҳақида тушунча, унинг турлари, функциялари.**

Мавзу бўйича таянч тушунчалар: Фаолият, мотивация, мулоқот, мия, нутқ, коммуникатив мулоқот, интерактив мулоқот, перцептив мулоқот, педагогик мулоқот, мулоқот тренинги, мулоқот маданияти.

Шахснинг структурасига, биринчи навбатда, унинг индивидуаллигининг киши эҳтиросининг, ички қиёфасининг, қобилиятларининг тузилишида мужассамлашган, шахс психологиясини англаб етиш учун зарур, лекин етарли бўлмаган системали тарзда тузилиши киради. Шу тариқа шахс структурасининг **биринчи таркибий қисми** – унинг индивид ичкарасидаги (интериндивид) кичик система алоҳида намоён бўлади.

Шахс ўзи бирикиб кетган жамият билан, гуруҳлар билан ҳақиқий муносабатлар системасида субъект бўлиб, индивиднинг органик гавдаси ичидаги аллақандай епиқ бўшлиқдагина жойлашган бўлиши мумкин эмас, балки у ўзини индивидлараро муносабатлар бўшлиғида намоён қилади. Индивид ўз холича эмас, балки шахслараро ўзаро биргаликда ҳаракатнинг ҳеч бўлмаганда иккита индивид жалб этиладиган жараёнлари ана шу ўзаро биргаликдаги ҳаракат иштирокчиларидан ҳар бирининг шахси намоён бўлиши сифатида талқин қилиниши мумкин.

Шахс структурасининг **иккинчи таркибий қисми** – шахснинг интериндивид кичик системасини ташкил этадиган индивиднинг органик тарздаги гавдасидан ташқаридаги “бўшлиқ” да намоён бўлади.

Шахс структурасининг **учинчи таркибий қисми**. Метандивид (индивиднинг устки кўриниши) кичик тузилишини ҳам алоҳида кўрсатиш имконияти мавжуддир. Бунда ичкарасидаги (интериндивид) кичик система алоҳида намоён бўлади. Бунда шахс индивиднинг органик гавдасидан ташқарига чиқарилиб қолмасдан, балки унинг бошқа индивидлар билан “шу ерда ва эндиликда” мавжуд бўлган алоқаларидан ҳам ташқарида жойлаштирилади.

Шахс ва унинг фаоллиги.

Кишининг теварак-атрофда муносабат, биргаликдаги фаолият ва ижодий иш жараёнида намоён бўладиган ижтимоий аҳамиятга молик ўзгаришлар қилиш лаёқати шахснинг фаоллиги сифатида тушинилади.

Инсон фаоллиги “ҳаракат”, “фаолият”, “хулқ” тушунчалари билан чамбарчас боғлиқ бўлиб, шахс ва унинг онги мас, Шахс ва унинг фаоллиги.

Жамият билан доимий муносабатни ушлаб турувчи, ўз-ўзини англаб, ҳар бир ҳаракатини мувофиқлаштирувчи шахсга хос бўлган, энг муҳим ва умумий хусусият - бу унинг фаоллигидир. Фаоллик (лотинча “астус” - ҳаракат, “астивус” - фаол сўзларидан келиб чиққан тушунча) шахснинг ҳаётдаги барча хатти - ҳаракатларини намоён этишини тушунтирувчи категориядир. Бу - ўша оддий қўлимизга қалам олиб, бирор чизикча тортиш билан боғлиқ элементар ҳаракатимиздан тортиб, токи ижодий уйғониш пайтларимизда амалга оширадиган мавҳум фикрлашимизгача бўлган мураккаб ҳаракатларга алоқадор ишларимизни тушунтириб беради. Шунинг учун ҳам психологияда шахс, унинг онги ва ўз-ўзини англаши муаммолари унинг фаоллиги, у ёки бу фаолият турларида иштироки ва уни уддалаши алоқадор сифатлари орқали баён этилади.

Фанда инсон фаоллигининг асосан икки тури фарқланади:

А. Ташқи фаоллик - бу ташқаридан ва ўз ички истак-хоҳишларимиз таъсирида бевосита кўриш, қайд қилиш мумкин бўлган ҳаракатларимиз, мушакларимизнинг ҳаракатлари орқали намоён бўладиган фаоллик.

Б. Ички фаоллик - бу бир томондан у ёки бу фаолиятни бажариш мобайнидаги физиологик жараёнлар, (моддалар алмашинуви, қон айланиш, нафас олиш, босим ўзгаришлари) ҳамда, иккинчи томондан, бевосита психик жараёнлар, яъни аслида кўринмайдиган, лекин фаолият кечишига таъсир кўрсатувчи омилларни ўз ичига олади.

Мисол тариқасида ҳаётдан шундай манзарани тасаввур қилайлик: узок айрилиқдан сўнг она ўз фарзанди висолига етди. Ташқи фаолликни биз онанинг боласига интилиши, уни кучоқлаши, юзларини сийлаши, кўзларидан оққан севинч ёшларида кўрсак, ички фаоллик - ўша кўз ёшларини келтириб чиқарган физиологик жараёнлар, ички соғинчнинг асл сабаблари (айрилиқ муддати, ночорлик туфайли айрилиқ каби яширин мотивлар таъсири), кўриб идрок қилгандаги ўзаро бир-бирларига интилишни таъминловчи ички, бир қарашда кўз билан илғаб бўлмайдиган эмоционал ҳолатларда намоён бўлади. Лекин шу манзарани бевосита гувоҳи бўлсак ҳам, уни ифодалаган расмни кўрсак ҳам, тахминан қандай жараёнлар кечаётганлигини тасаввур қилишимиз мумкин. Демак, иккала турли фаоллик ҳам шахсий тажриба ва ривожланишнинг асосини ташкил этади. Бир қарашда ҳар бир конкрет шахсга ва унинг эҳтиёжларига боғлиқ бўлиб туюлган бундай фаоллик турлари аслида ижтимоий характерга эга бўлиб, шахснинг жамият билан бўладиган мураккаб ва ўзаро муносабатларининг оқибати ҳисобланади.

аласига бориб тақалади. Шахс айнан турли фаолликлар жараёнида шаклланади, ўзлигини намоён қилади ҳам. Демак, фаоллик ёки инсон фаолияти пассив жараён бўлмай, у онгли равишда бошқариладиган фаол жараёндир. Инсон фаоллигини мужассамлаштирувчи ҳаракатлар жараёни фаолият деб юритилади. Яъни, фаолият - инсон онги ва тафаккури билан бошқариладиган, ундаги турли-туман эҳтиёжлардан келиб чиқадиган, ҳамда ташқи оламни ва ўз-ўзини ўзгартириш ва такомиллаштиришга қаратилган ўзига хос фаоллик шаклидир. Бу - ёш боланинг реал предметлар моҳиятини ўз тасаввурлари доирасида билишга қаратилган ўйин фаолияти, бу - моддий неъматлар

яратишга қаратилган меҳнат фаолияти, бу - янги кашфиётлар очишга қаратилган илмий - тадқиқотчилик фаолияти, бу - рекордларни кўпайтиришга қаратилган спортчининг маҳорати ва шунга ўхшаш. Шуниси характерлики, инсон ҳар дақиқада қандайдир фаолият тури билан машғул бўлиб туради.

Фаолият турлари. Жисмоний ва ақлий ҳаракатлар. ҳар қандай фаолият реал шарт-шароитларда, турли усулларда ва турлича кўринишларда намоён бўлади. Қилинаётган ҳар бир ҳаракат маълум нарсага - предметга қаратилгани учун ҳам, фаолият предметли ҳаракатлар мажмуи сифатида тасаввур қилинади. Предметли ҳаракатлар ташқи оламдаги предметлар хусусиятлари ва сифатини ўзгартиришга қаратилган бўлади. Масалан, маърузани конспект қилаётган талабанинг предметли ҳаракати ёзувга қаратилган бўлиб, у аввало ўша дафтардаги ёзувлар сони ва сифатида ўзгаришлар қилиш орқали, билимлар захирасини бойитаётган бўлади. Фаолиятнинг ва уни ташкил этувчи предметли ҳаракатларнинг айнан нималарга йўналтирилганига қараб, аввало ташқи ва ички фаолият фарқланади. Ташқи фаолият шахсни ўраб турган ташқи муҳит ва ундаги нарса ва ҳодисаларни ўзгартиришга қаратилган фаолият бўлса, ички фаолият - биринчи навбатда ақлий фаолият бўлиб, у соф психологик жараёнларнинг кечишидан келиб чиқади. Келиб чиқиши нуқтаи назаридан ички - ақлий, психик фаолият ташқи предметли фаолиятдан келиб чиқади. Дастлаб, предметли ташқи фаолият рўй беради, тажриба орттириб борилган сари, секин-аста бу ҳаракатлар ички ақлий жараёнларга айланиб боради. Буни нутқ фаолияти мисолида оладиган бўлсак, бола дастлабки сўзларни қаттиқ товуш билан ташқи нуткида ифода этади, кейинчалик ичида ўзича гапиришга ўрганиб, ўйлайдиган, мулоҳаза юритадиган, ўз олдига мақсад ва режалар қўядиган бўлиб боради.

Ҳар қандай шароитда ҳам барча ҳаракатлар, ҳам ички-психологик, ҳам ташқи - мувофиқлик нуқтаи назаридан онг томонидан бошқарилиб боради. ҳар қандай фаолият таркибида ҳам ақлий, ҳам жисмоний - мотор ҳаракатлар мужассам бўлади. Масалан, фикрлаётган донишмандни кузатганмисиз? Агар ўйланаётган одамни зийраклик билан кузатсангиз, ундаги етакчи фаолият ақлий бўлгани билан унинг пешоналари, кўзлари, хаттоки, тана ва қўл ҳаракатлари жуда муҳим ва жиддий фикр хусусида бир тўхтамга келолмаётганидан, ёки янги фикрни топиб, ундан мамнуният ҳис қилаётганлигидан дарак беради. Бир қарашда ташқи элементар ишни амалга ошираётган, мисол учун, узум кўчатини ортиқча барглардан халос этаётган боғбон ҳаракатлари ҳам ақлий компонентлардан холи эмас, у қайси баргнинг ва нима учун ортиқча эканлигидан англаб, билиб туриб олиб ташлайди.

Ақлий ҳаракатлар - шахсинг онгли тарзда, ички психологик механизмлар воситасида амалга оширадиган турли-туман ҳаракатларидир. Экспериментал тарзда шу нарса исбот қилинганки, бундай ҳаракатлар доимо мотор ҳаракатларни ҳам ўз ичига олади. Бундай ҳаракатлар қуйидаги кўринишларда бўлиши мумкин:

- перцептив – яъни, булар шундай ҳаракатларки, уларнинг оқибатида атрофдаги предметлар ва ҳодисалар тўғрисида яхлит образ шаклланади;
- мнемик фаолият-нарса ва ҳодисаларнинг моҳияти ва мазмунига

алокадор материалнинг эслаб қолиниши, эсга туширилиши, ҳамда эсда сақлаб турилиши билан боғлиқ мураккаб фаолият тури;

- фикрлаш фаолияти - ақл, фаҳм - фаросат воситасида турли хил муаммолар, масалалар ва жумбоқларни ечишга қаратилган фаолият;

- имажитив - (“имаге” -образ сўзидан олинган) фаолияти шундайки, у ижодий жараёнларда ҳаёл ва фантазия воситасида ҳозир бевосита онгда берилмаган нарсаларнинг хусусиятларини англаш ва ҳаёлда тиклашни тақозо этади.

Юқорида таъкидлаганимиздек, ҳар қандай фаолият ҳам ташқи ҳаракатлар асосида шаклланади ва мотор компонентлардан иборат бўлиши мумкин. Агар ташқи фаолият асосида психик жараёнларга ўтиш рўй берган бўлса, бундай жараённи психологияда интериоризация деб аталади, аксинча, ақлда шаклланган ғояларни бевосита ташқи ҳаракатларда ёки ташқи фаолиятга кўчирилиши экстериоризация деб юритилади.

Фаолият турлари яна онгнинг бевосита иштироки даражасига кўра ҳам фарқланади. Масалан, шундай бўлиши мумкинки, айрим ҳаракатлар бошида ҳар бир элементни жиддий равишда, алоҳида-алоҳида бажаришни ва бунга бутун диққат ва онгнинг йўналишини талаб қилади. Лекин вақт ўтгач, бора-бора унда онгнинг иштироки камайиб, кўпгина қисмлар автоматлашиб боради. Бу оддий тилга ўгирилганда, малака ҳосил бўлди дейилади. Масалан, ҳар биримиз шу тарзда хат ёзишга ўрганганмиз. Агар малакаларимиз қатъий тарзда биздаги билимларга таянса, фаолиятнинг мақсади ва талабларига кўра ҳаракатларни муваффақиятли бажаришни таъминласа, биз буни кўникмалар деб атаймиз. Кўникмалар - доимо биздаги аниқ билимларга таянади. Масалан, кўникма ва малакалар ўзаро боғлиқ бўлади, шунинг учун, ҳам ўқув фаолияти жараёнида шаклланадиган барча кўникмалар ва малакалар шахснинг муваффақиятли ўқишини таъминлайди. Иккаласи ҳам машқлар ва қайтаришлар воситасида мустаҳкамланади. Агар, фақат малакани оладиган бўлсак, унинг шаклланиш йўллари қуйидагича бўлиши мумкин:

- оддий намоёиш этиш йўли билан;
- тушунтириш йўли билан;
- кўрсатиш билан тушунтиришни уйғунлаштириш йўли билан.

Ҳаётда кўникма ва малакаларнинг аҳамияти катта. Улар бизнинг жисмоний ва ақлий уринишларимизни енгиллаштиради ва ўқишда, меҳнатда, спорт соҳасида ва ижодиётда муваффақиятларга эришишимизни таъминлайди.

Фаолиятни классификация қилиш ва турларга бўлишнинг яна бир кенг тарқалган усули - бу барча инсонларга хос бўлган асосий фаоллик турлари бўйича табақалашдир. Бу - мулоқот, ўйин, ўқиш ва меҳнат фаолиятларидир.

Мулоқот - шахс индивидуал ривожланиши жараёнида намоён бўладиган бирламчи фаолият турларидан бири. Бу фаолият инсондаги кучли эҳтиёжлардан бири - инсон бўлиш, одамларга ўхшаб гапириш, уларни тушуниш, севиш, ўзаро муносабатларни мувофиқлаштиришга қаратилган эҳтиёжларидан келиб чиқади. Шахс ўз тараққиётини айнан шу фаолият турини эгаллашдан бошлайди ва нутқи орқали (вербал) ва нутқсиз воситалар

(новербал) ёрдамида бошқа фаолият турларини мукаммал эгаллашга замин яратади.

Ўйин - шундай фаолият турики, у бевосита бирор моддий ёки маънавий неъматлар яратишни назарда тутмайди, лекин унинг жараёнида жамиятдаги мураккаб ва хилма-хил фаолият нормалари, ҳаракатларнинг символик андозалари бола томонидан ўзлаштирилади. Бола токи ўйнамагунча, катталар хатти-ҳаракатларининг маъно ва моҳиятини англаб етолмайди.

Ўқиш фаолияти ҳам шахс камолотида катта роль ўйнайди ва маъно касб этади. Бу шундай фаоллики, унинг жараёнида билимлар, малака ва турли кўникмалар ўзлаштирилади.

Меҳнат қилиш ҳам энг табиий эҳтиёжларга асосланган фаолият бўлиб, унинг мақсади албатта бирор моддий ёки маънавий неъматларни яратиш, жамият тараққиётига хисса қўшишдир.

Ҳар қандай касбни эгаллаш, нафақат эгаллаш, балки уни маҳорат билан амалга оширишда фаолиятнинг барча қонуниятлари ва механизмлари амал қилади. Оддийгина бирор касб малакасини эгаллаш учун ҳам унга алоқадор бўлган маълумотларни эслаб қолиш ва керак бўлганда яна эсга тушириш орқали уни бажариш бўлмай, балки ҳам ички (психик), ҳам ташқи (предметга йўналтирилган) ҳаракатларни онгли тарзда бажариш билан боғлиқ мураккаб жараёнлар ётишини унутмаслик керак. Лекин ҳар бир шахсни у ёки бу фаолият тури билан шуғулланишига мажбур қилган психологик омиллар, сабаблар муҳим бўлиб, бу фаолият мотивларидир.

Ижтимоий хулқ мотивлари ва шахс мотивацияси. Юқорида биз танишиб чиққан фаолият турлари ўз - ўзидан рўй бермайди. Шахснинг жамиятдаги ижтимоий хулқи ва ўзини қандай тутиши, эгаллаган мавқеи ҳам сабабсиз, ўз - ўзидан рўй бермайди. Фаолиятнинг амалга ошиши ва шахс хулқ - атворини тушунтириш учун психологияда “мотив” ва “мотивация” тушунчалари ишлатилади.

“Мотивация” тушунчаси “мотив” тушунчасидан кенгроқ маъно ва мазмунга эга. Мотивация - инсон хулқ-атвори, унинг боғланиши, йўналиши ва фаоллигини тушунтириб берувчи психологик сабаблар мажмуини билдиради. Бу тушунча у ёки бу шахс хулқини тушунтириб бериш керак бўлганда ишлатилади, яъни: “нега?”, “нима учун?”, “нима мақсадда?”, “қандай манфаат йўлида?” деган саволларга жавоб қидириш - мотивацияни қидириш демакдир. Демак, у хулқнинг мотивацион таснифини ёритишга олиб келади.

Шахснинг жамиятда одамлар орасидаги хулқи ва ўзини тутиши сабабларини ўрганиш тарбиявий аҳамиятга эга бўлган нарса бўлиб, масалани ёритишнинг икки жиҳати фарқланади: а) ички сабаблар, яъни хатти-ҳаракат эгасининг субъектив психологик хусусиятлари назарда тутилади (мотивлар, эҳтиёжлар, мақсадлар, мўлжаллар, истаклар, қизиқишлар ва ҳоказолар); б) ташқи сабаблар - фаолиятнинг ташқи шарт-шароитлари ва ҳолатлари. Яъни, булар айни конкрет ҳолатларни келиб чиқишига сабаб бўладиган ташқи стимуллардир.

Шахс хулқ-атворини ичкаридан, ички психологик сабаблар туфайли бошқариш одатда шахсий диспозициялар ҳам деб аталади. Улар шахс

томонидан англаниши ёки англанмаслиги ҳам мумкин. Яъни, баъзан шундай бўладики, шахс ўзи амалга оширган иши ёки ўзидаги ўзгаришларга нисбатан шаклланган муносабатнинг ҳақиқий сабабини ўзи тушуниб етмайди, “Нега?” деган саволга “Ўзим ҳам билмай қолдим, билмайман”, деб жавоб беради. Бу англанмаган диспозициялар ёки установкалар деб аталади. Агар шахс бирор касбга онгли тарзда қизиқиб, унинг барча сир-асрорларини эгаллаш учун астойдил ҳаракат қилса, бунда вазият бошқачароқ бўлади, яъни, диспозиция англанган, онгли ҳисобланади.

Шу нуқтаи назардан мотив - конкретроқ тушунча бўлиб, у шахсдаги у ёки бу хулқ-атворга нисбатан турган мойиллик, ҳозирликни тушунтириб берувчи сабабни назарда тутди. Машҳур немис олими Курт Левин мотивлар муаммоси, айниқса, шахсдаги ижтимоий хулқ мотивлари борасида катта кенг қамровли тадқиқотлар олиб бориб, шу нарсани аниқлаганки, ҳар бир одам ўзига хос тарзда у ёки бу вазиятни идрок қилиш ва баҳолашга мойил бўлади. Шуниси ажабланарлики, ўша бир конкрет вазият хусусидаги турли шахсларнинг баҳолари ҳам турлича бўлади. Бундан ташқари, бир шахснинг ўзи ҳам ўзидаги ҳолат, кайфиятга боғлиқ ҳолда бир хил вазиятни алоҳида ҳолларда турлича идрок қилишга мойил бўларкан. Шунинг учун ҳам одамнинг айни пайтдаги реал ҳаракатларини ўша маълум шароитдаги ички ва ташқи стимулларга унинг берган баҳоси ёки реакцияси сифатида қарамай, балки унда шунга ўхшаш ҳолатларни идрок қилишга ички бир ҳозирлик - диспозициянинг мавжудлиги билан тушунтириш тўғрироқ бўлади. Шу маънода шахс хулқининг мотивацияси турли шароитлардан орттирилган тажрибага таянган, онгли таҳлиллар, ҳаттоки, ижтимоий тажриба нормаларининг таъсирида шаклланадиган сабаблар комплексини ўз ичига олади. Масалан, техника олийгоҳларида: “Материалларнинг қаршилиги” номли курс бор дейлик. Шу курсни ўзлаштириш ва ундан синовдан ўтиш кўпчиликка осонликча рўй бермайди. ҳали курс бошланмасданок, ёш талабаларда шу курс ва унинг талабларига нисбатан шундай установка шаклланадики, албатта, бу курс қийин, уни олиб боровчи ўқитувчи ўта талабчан, қаттиққўл ва хоказо деган. Бундай мотивация мана неча авлод талабалар бошдан кечираётган ҳолат. Энди конкрет шахснинг дарс жараёни бошланган кейинги ҳаракатлари конкрет мотивлар билан изоҳланади ва тиришқоқ талаба учун бу фан ҳам бошқа фанлар қатори тинимсиз изланиш, ўз вақтида дарсларни тайёрлашни талаб қилса, бошқаси учун (дангасароқ талаба учун) бу дарсдан кейин дарс йўқ ва у қачон шу семестр тугашини кутиб ҳаракат қилади.

Ҳар қандай мотивларнинг орқасида шахснинг эҳтиёжлари ётади. Яъни, мақсадли ҳаётда шахсда аввал у ёки бу эҳтиёжлар пайдо бўлади ва айнан уларнинг табиати ва заруратига боғлиқ тарзда хулқ мотивлари намоён бўлади. Мисол учун талабанинг ўқув фаолиятини олиш мумкин. Билим олиш мақсади билим, илм олиш, қизиқувчанлик эҳтиёжини пайдо қилади. Бу эҳтиёж тараққиётнинг маълум бир даврида, масалан, боғча ёшидан бошлаб қониқтирила бошлайди. Болага сотиб олиб берилган китоблар, дафтар ва бошқа ўқув қуроллари, маълум таълим масканида ташкил этилган шарт - шароитлар ва у ердаги бевосита билим олишга қаратилган фаолиятнинг ўзи, бола учун

мотив ўрнини босади. Яна бир оддий мисол: кўлингизда китоб бор. Сиз хали уни ўқишни бошламадингиз. Лекин ўқиш истаги бор, шу истакнинг ортида эса, ўша мазмунни билиш ва унинг тагига етиш эҳтиёжи туради. Рус олими Р. Немов шахсдаги мотивацион соҳани қуйидагича тасаввур қилади. Умуман, ҳар қандай шахсдаги мавжуд эҳтиёжларни икки гуруҳга бўлиш мумкин:

Биологик эҳтиёжлар - бу - физиологик (ташналик, очлик, уйқу), жинсий, мослашув эҳтиёжлари.

Ижтимоий эҳтиёжлар - бу - меҳнат қилиш, билиш, эстетик ва ахлоқий-маънавий эҳтиёжлар.

Эҳтиёжларни биологик ҳамда ижтимоий турларга бўлганимиз билан шу нарсани унутмаслигимиз лозимки, шахсдаги ҳар қандай эҳтиёжлар ҳам ижтимоийлашган бўлади, яъни, улар ўша жамият ва муҳитдаги қадриятлар, маданий нормалар ва инсонларо муносабатлар характериға боғлиқ бўлади. Масалан, энг табиий ва тушунарли ҳисобланган бизнинг емишға - овқатға бўлган эҳтиёжимизни олсак, у ҳам конкрет муҳитға қараб турлича ҳаракатларни келтириб чиқаради. Яна мисол учун, тўй маросимлари ёки жуда тўкин дастурхон атрофида ўтирган одам нима учун шунчалик кўп овқат истеъмол қилиб юборганини билмай қолади. Агар бу табиат қўйни ёки пахта даласидаги хашар бўлса-чи, бир бурда иссиқ нон ҳам бутун танаға роҳат бахш этувчи малҳам бўлиб, очликни билинтирмайди. Камтарона дастурхондан овқат еб ўрганган киши оз-оз ейишға ўрганса, ёшлигидан нормадан ортиқ еб ўрганган одам врач олдиға бориб, ўзи учун оздирувчи дори-дармон сўраса сўрайдики, лекин уйда ўзи емишини назорат қилиши кераклигини билмайди. Демак, бу ҳам маданиятға, этикаға, оила муҳитиға бевосита боғлиқ нарса экан -да.

Умуман шахс ижтимоий хулқи мотиви ҳақида гап кетганда, унинг икки томони ёки элементи ажратилади: ҳаракат дастури ва мақсад. Ҳаракат дастури мақсадға эришишинг воситалариға аниқлик киритади. Шунинг учун ҳам дастурда назарда тутилган воситалар мақсадға эришишни оқлаши керак, акс ҳолда дастур ҳеч нарса бермайди. Масалан, баъзи ота-оналар фарзандларини яхши тарбиялаш ва ундан идеалларидаги шахс етишиб чиқишини орзу қилиб, унинг олдиға жуда оғир тарбиявий шартларни қўядилар, бола эркинлиги бўғилади, у қатъий назорат муҳитида ушланади. Оқибатда бола кейинчалик бошқариб бўлмайдиган, қайсар, унча-мунча ташқи таъсирға берилмайдиган бўлиб қолиб, ҳар қандай бошқа ижтимоий шароитда қийналадиган бўлиб қолади. Шунинг учун ҳам мотив ҳар доим англанган, эҳтиёжлар мувофиқлаштирилган ва мақсадлар ва унга етиш воситалари аниқ бўлиши керак. Шундагина ижтимоий хулқ жамиятға мос бўлади.

Мотивларнинг турлари. Турли касб эгалари фаолияти мотивларини ўрганишда мотивлар характери́ни билиш ва уларни ўзгартириш муаммоси аҳамиятға эға. Шундай мотивлардан бири турли хил фаолият соҳаларида муваффақиятға эришиш мотиви бўлиб, бундай назариянинг асосчилари америкалик олимлар Д. Макклелланд, Д. Аткинсон ва немис олими Х. Хекхаузенлар ҳисобланади. Уларнинг фикрича, одамда турли ишларни бажаришини таъминловчи асосан икки турдаги мотив бор: муваффақиятға эришиш мотиви ҳамда муваффақиятсизликлардан қочиш мотиви. Одамлар ҳам

у ёки бу турли фаолиятларни киришишда қайси мотивга мўлжал қилишларига қараб фарқ қиладилар. Масалан, фақат муваффақият мотиви билан ишлайдиганлар олдиндан ишонч билан шундай иш бошлайдиларки, нима қилиб бўлса ҳам ютукқа эришиш улар учун олий мақсад бўлади. Улар ҳали ишни бошламай туриб, ютукни кутадилар ва шундай ишни амалга оширишса, одамлар уларнинг барча ҳаракатларини маъқуллашларини биладилар. Бу йўлда улар нафақат ўз куч ва имкониятларини, балки барча ташқи имкониятлар - таниш - билишлар, маблағ каби омиллардан ҳам фойдаланадилар.

Бошқача ҳулқ - атворни муваффиқиятсизликдан қочиш мотивига таянган шахсларда кузатиш мумкин. Масалан, улар биринчилардан фарқли, ишни бошлашдан аввал нима бўлса ҳам муваффиқиятсизликка дучор бўлмасликни ўйлайдилар. Шу туфайли уларда кўпроқ ишончсизлик, ютукқа эришишга ишонмаслик, пессимизмга ўхшаш ҳолат кузатилади. Шунинг учун бўлса керак, охир - оқибат улар барибир муваффиқиятсизликка учраб, “Ўзи сира омадим юришмайдиган одамман-да” деган ҳулосага келадилар. Агар биринчи тоифали шахслар бир ишни муваффиқиятли тугатгач, кўтаринки руҳ билан иккинчи ишга киришишса, иккинчи тоифа вакиллари, ҳар қандай ишни якунлагандан сўнг, унинг натижасидан қатъий назар, руҳан тушкунликка тушадилар ва оғриниш ҳисси билан бошқа ишга киришадилар. Бу ўринда талабчанлик деган сифатнинг роли катта. Агар муваффиқиятга йўналган шахсларнинг ўзларига нисбатан қўйган талаблари даражаси ҳам юқори бўлса, иккинчи тоифа вакиллариининг талаблари аксинча, паст бўлади. Бундай ташқари ҳар биримиздаги ўзимиздаги реал қобилиятлар тўғрисидаги тасаввурларимиз ҳам ушбу мотивларнинг фаолиятдаги ўрнига таъсир кўрсатади. Масалан, ўзидаги қобилиятларга ишонган шахс хаттоки, мағлубиятга учраса ҳам, унчалик қайғурмайди, кейинги сафар ҳаммаси яхши бўлишига ишонади. Ишончсиз шахс эса кичкина берилган танбеҳ ёки танқидни ҳам жуда катта руҳий азоб билан қайғуриб бошдан кечиради. Унинг учун ҳам шахснинг у ёки бу вазиятларда қайғуриш сифати ҳам маълум маънода мотивлар характерини белгилайди.

Шундай қилиб, мотивлар тизими бевосита шахснинг меҳнатга, одамларга ва ўз - ўзига муносабатларидан келиб чиқади ва ундаги характер хусусиятларини ҳам белгилайди. Уларнинг ҳар биримизда реал шарт-шароитларда намоён бўлишини бирор масъулиятли иш олдида ўзимизни тутишимиз ва муваффақиятларга эришишимиз билан баҳоласак бўлади. Масалан, масъулиятли имтиҳон топшириш жараёнини олайлик. Баъзи талабалар имтиҳон олдида жуда қайғурадилар, хаттоки, қўрқадилар ҳам. Улар учун имтиҳон топшириш жуда катта ташвишдай. Бошқалар эса бу жараёни босиқлик билан бошдан кечириб, ичидан ҳаяжонланаётган бўлсалар ҳам, бунини бошқаларга билдирмайдилар. Яна учинчи тоифа кишилари умуман беғам бўлиб, сира қийнамайдилар. Табиий, шунга мувофиқ тарзда, ҳар бир тоифа вакиллари ишининг муваффақияти ва фаолиятнинг самараси турлича бўлади. Бунга ҳар бир шахсдаги даъвогарлик даражаси ҳам таъсир қилади. Даъвогарлик даражаси юқорироқ бўлганлар билган - билмаганини исбот қилишга уринсалар, ана шундай даражаси пастлар бор билганини ҳам яхши айтиб беролмай, яна

ўқитувчи билан тортишмайдилар ҳам.

Шунинг учун ҳам ҳар биримиз ижтимоий фаолият мотивларидан ташқари, шахсий хислатларимизни ҳам билишимиз ва онгли тарзда хулқимизни бошқара олишимиз керак.

Мотивларнинг анланганлик даражаси: ижтимоий установка ва уни ўзгартириш муаммоси. Юқорида таъкидлаганимиздек, мотивлар, яъни хатти-харакатларимизнинг сабаблари биз томонимиздан англаниши ёки анланмаслиги ҳам мумкин. Юқорида келтирилган барча мисолларда ва ҳолатларда мотив аниқ, яъни шахс нима учун у ёки бу турли фаолиятни амалга ошираётганлигини, нима сабабдан муваффақиятга эришаётганлиги ёки мағлубиятга учраганини билади. Лекин ҳар доим ҳам ижтимоий хулқимизнинг сабаблари бизга аён бўлавермайди. Анланмаган ижтимоий хулқ мотивлари психологияда ижтимоий установка (инглизча “аттитуд”) ходисаси орқали тушунтирилади.

Ижтимоий установка шахснинг ижтимоий объектлар, ходисалар, гуруҳлар ва шахсларни идрок қилиш, баҳолаш ва қабул қилишга нисбатан шундай тайёргарлик ҳолати, у бу баҳо ёки муносабатнинг аслида қачон шаклланганлигини аниқ англамайди. Масалан, Ватанимизни ҳаммамиз севамиз, байроғимиз муқаддас, немис инвесторларга ишонамиз, негрларга раҳмимиз келади, тижорат ишлари билан шуғулланадиганларни албатта пулдор, бадавлат, деб ҳисоблаймиз ва ҳақозо. Бу тасаввурлар, баҳо ва ҳиссиётлар қачон ва қандай қилиб онгимизда ўрнашиб қолганлигига эътибор бермасдан юқорида санаб ўтган ҳиссиётларни бошдан кечираверамиз. Мана шуларнинг барчаси ижтимоий установкалар бўлиб, уларнинг мазмун моҳияти аслида ҳар бир инсон ижтимоий тажрибаси давомида шаклланади ва узоқ муддатли хотирада сақланиб, конкрет вазиятларда рўёбга чиқади.

Америкалик олим Г. Оллпорт ижтимоий установканинг уч компонентли тизимини ишлаб чиққан:

А. Когнитив компонент - установка объектига алоқадор билимлар, ғоялар, тушунча ва тасаввурлар мажмуи;

Б. Аффектив компонент - установка объектига нисбатан субъект ҳис қиладиган реал ҳиссиётлар (симпатия, антипатия, лоқайдлик каби эмоционал муносабатлар);

В. ҳаракат компоненти - субъектнинг объектга нисбатан реал шароитларда амалга ошириши мумкин бўлган ҳаракатлари мажмуи (хулқда намоён бўлиш).

Бу уччала компонентлар ўзаро бир - бирлари билан боғлиқ бўлиб, вазиятга қараб у ёки бу компонентнинг роли устиворроқ бўлиши мумкин. Шунинг айтиш лозимки, компонентлараро монандлик бўлмаслиги ҳам мумкин. Масалан, айрим талабалар талабалик бурчи ва тартиб - интизом билан жуда яхши таниш бўлсаларда, ҳар доим ҳам унга риоя қилавермайдилар. “Тасодифан дарс қолдириш”, “жамоатчилик жойларида тартибни бузиш” каби ҳолатлар когнитив ва ҳаракат компонентларида уйғунлик йўқлигини кўрсатади. Бу бир қарашда сўз ва иш бирлиги принципining турли шахсларда турлича намоён бўлишини эслатади. Агар одам бир неча марта била туриб, ижтимоий хулққа

зид ҳаракат қилса, ва бу нарса бир неча марта қайтарилса, у бу ҳолатга ўрганиб қолади ва установкага айланиб қолиши мумкин. Шунинг учун ҳам биз ижтимоий нормалар ва санкциялар воситасида бундай қарама - қаршилиқ ва тафовут бўлмаслигига ёшларни ўргатиб боришимиз керак. Бу шахснинг истиқболи ва фаолиятининг самарадорлигига бевосита таъсир кўрсатади.

Мулоқот – одамлар ўртасида биргаликдаги фаолият эҳтиёжларидан келиб чиқадиган боғланишлар ривожланишининг кўп қиррали жараёнидир. Мулоқот биргаликда фаолият кўрсатувчилар ўртасида ахборот айирбошлашни ўз ичига олади. Бундай ахборот айирбошлаш муносабатининг коммуникатив шакли сифатида таърифланади. Одамлар мулоқотга киришаётганда улар тилдан фойдаланадилар. Мулоқотнинг иккинчи жиҳати – мулоқотга киришувчиларнинг ўзаро биргаликдаги ҳаракати – нутқ жараёнида фақат сўзлар билан эмас, балки ҳаракатлар, ҳатти-ҳаракатлар билан ҳам бир-бирини тушунишдан иборат.

Нихоят, мулоқотнинг учинчи жиҳати мулоқотга киришувчиларнинг бир-бирларини идрок этишларида намоён бўлади. Шундай қилиб, ягона мулоқот жараёнида шартли равишда учта томонни – коммуникатив /ахборот узатиш/, ўзаро биргаликдаги ҳаракат қилишни ва ўзаро бир-бирини идрок қилишни кўрамыз.

Киши биргаликда фаолият кўрсатаётганда заруратга кўра бошқа одамлар билан бирлашиши, улар билан мулоқотга киришиши, яъни алоқа ўрнатиши, ўзаро ҳамжиҳатликка эришиши, керакли ахборот олиши ва жавоб тариқасида ахборот бериши лозим ва ҳоказо. Бу ўринда мулоқот фаолиятнинг бир томони, бир қисми, унинг энг муҳим информатив коммуникация сифатида намоён бўлади.

Инсоний муносабатлар психологияси. Шахс — ижтимоий муносабатлар маҳсули дейилишининг энг асосий сабаби — унинг доимо инсонлар даврасида, улар билан ўзаро таъсир доирасида бўлишини англатади. Бу шахснинг энг етакчи ва нуфузли фаолиятларидан бири мулоқот эканлигига ишора қилади.

Мулоқотнинг тури ва шакллари турличадир. Масалан, бу фаолият бевосита «юзма-юз» бўлиши ёки у ёки бу техник воситалар (телефон, телеграф ва шунга ўхшаш) орқали амалга ошириладиган; бирор профессионал фаолият жараёнидаги амалий ёки дўстона бўлиши; субъект-субъект типли (диалогик, шериклик) ёки субъект-объектли (монологик) бўлиши мумкин.

Инсоний муносабатлар шундай ўзаро таъсир жараёнларики, унда шахсларо муносабатлар шаклланади ва намоён бўлади. Бундай жараён дастлаб одамлар ўртасида рўй берадиган фикрлар, ҳис-кечинмалар, ташвиш-у — қувончлар алмашинувини назарда тутати. Одамлар мулоқотда бўлишгани сари, улар ўртасидаги муносабатлар тажрибаси ортган сари улар ўртасида умумийлик, ўхшашлик ва уйғунлик каби сифатлар пайдо бўладики, улар бир-бирларини бир қарашда тушунадиган ёки «яримта жумладан» ҳам фикр аён бўладиган бўлиб қолади, айрим ҳолларда эса ана шундай мулоқотнинг тиғизлиги тесқари реакцияларни — бир-биридан чарчаш, гапирадиган гапнинг қолмаслиги каби вазиятни келтириб чиқаради. Масалан, оила муҳити ва ундаги муносабатлар ана шундай тиғиз муносабатларга киради. Фақат бундай тиғизлик

оиланинг барча аъзолари ўртасида эмас, унинг айрим аъзолари ўртасида бўлиши мумкин (она-бола, қайнона-келин ва ҳ.к.).

Ўзаро муносабатларга киришаётган томонлар муносабатдан кўзлайдиган асосий мақсадлари — ўзаро тил топишиш, бир-бирини тушунишдир. Бу жараённинг мураккаблиги, керак бўлса, «жозибаси», бетакрорлиги шундаки, ўзаро бир хил тил топишиш ёки томонларнинг айнан бир хил ўйлашлари ва гапиришлари мумкин эмас. Агар ана шундай вазиятни тасаввур қиладиган бўлсак, бундай мулоқот энг самарасиз, энг бетаъсир бўлган бўлар эди. Масалан, тасаввур қилинг, узок вақт кўришмай қолган дўстингизни кўриб қолдингиз. Сиз ундан ҳол-аҳвол сўрадингиз, лекин у ташаббусни сизга бериб, нимаики деманг, сизни маъқуллаб, гапингизни қайтариб турибди. Бундай мулоқот жуда бемаза бўлган ва сиз иккинчи марта ўша одам билан иложи борица расман салом-аликни бажо келтириб ўтиб кетаверган бўлардингиз. Яъни, мулоқот фаолияти шундай шарт-шароитки, унда ҳар бир шахснинг индивидуаллиги, бетакрорлиги, билимлар ва тасаввурларнинг хилма-хиллиги намоён бўлади ва шуниси билан у инсониятни асрлар давомида ўзига жалб этади.

Ҳар қандай фаолиятдан зерикиш, чарчаш мумкин, фақат одам мулоқотдан, айниқса, унинг норасмий самимий, бевосита шаклидан чарчамайди, яхши суҳбатдошлар доимо маънавий жиҳатдан рағбатлантириладилар.

XXI аср бўсағасида одамнинг энг табиий бўлган мулоқотга эҳтиёжи, унинг сирларидан хабардор бўлиш ва ўзгаларга самарали таъсир эта олишга бўлган интилиши янада ошди ва бунинг қатор сабаблари бор.

Биринчидан, индустриал жамиятдан ахборотлар жамиятига ўтиб бормоқдамиз. Ахборотларнинг кўплиги айнан инсон манфаатига алоқадор маълумотларни саралаш, у билан тўғри муносабатда бўлишни тақозо этди. Ахборот XXI асрда энг нодир капиталга айланади ва бу ўз навбатида инсонларга зарур ахборотлар узатилиши тезлиги ва темпини ўзгартиради.

Иккинчидан, турли касб-фаолият соҳасида ишлаётган одамлар гуруҳининг кўпайиши, улар ўртасида муносабатлар ва алоқанинг долзарблиги ахборотлар тизим шароитда оддийгина мулоқотни эмас, балки профессионал, билимдонлик асосидаги мулоқотни талаб қилади. Умуман, XXI асрнинг корпорациялар асри бўлади, деб башорат қиладиган иқтисодчилар ҳам бу корпорация инсонларнинг ўзаро тил топишларига қаратилган малакаларнинг ривожланган, мукамал бўлиши ҳақида гапирмоқдалар. Ундан ташқари, бу каби корпоратив алоқа кўп ҳолларда бевосита юзма-юз эмас, балки замонавий техник воситалар — уяли алоқа, факслар, электрон почта, Интернет кабилар ёрдамида аниқ ва лўнда фикрларни узатишни назарда тутди. Бу ҳам ўзига хос мулоқот малакаларининг атайлаб шакллантирилишини тақозо этади.

Учинчидан, охириги пайтларда шундай касб-ҳунарлар сони ортдики, улар социономик гуруҳ касблар деб аталиб, уларда «одам-одам» диалоги фаолиятнинг самарасини белгилайди. Масалан, педагогик фаолият, бошқарув тизими, турли хил хизматлар (сервис), маркетинг ва бошқалар шулар жумласидандир. Бундай шароитларда одамларнинг атайлаб мулоқот билимдонлигининг оширилиши меҳнат маҳсулини белгилайди.

Шунинг учун ҳам мулоқот, унинг табиати, техникаси ва стратегияси, мулоқотга ўргатиш (социал психологик тренинг) масалалари билан шуғулланувчи фанларнинг ҳам жамиятдаги ўрни ва салоҳияти кескин ошди.

Инсоний муомала ва мулоқотнинг психологик воситалари. Одамлар бир-бирлари билан муомалага киришар экан, уларнинг асосий кўзлаган мақсадларидан бири — ўзаро бир-бирларига таъсир кўрсатиш, яъни фикр-ғояларига кўндириш, ҳаракатга чорлаш, установкаларни ўзгартириш ва яхши таассурот қолдиришдир. Психологик таъсир — бу турли воситалар ёрдамида инсонларнинг фикрлари, ҳиссиётлари ва ҳатти-ҳаракатларига таъсир кўрсата олишдир.

Ижтимоий психологияда психологик таъсирнинг асосан уч воситаси фарқланади.

1. Вербал таъсир — бу сўз ва нутқимиз орқали кўрсатадиган таъсиримиздир. Бундаги асосий воситалар сўзлардир. Маълумки, нутқ — бу сўзлашув, ўзаро муомала жараёни бўлиб, унинг воситаси — сўзлар ҳисобланади. Монологик нутқда ҳам, диалогик нутқда ҳам одам ўзидаги барча сўзлар заҳирасидан фойдаланиб, энг таъсирчан сўзларни топиб, шеригига таъсир кўрсатишни ҳоҳлайди.

2. Паралингвистик таъсир — бу нутқнинг атрофидаги нутқни безовчи, уни кучайтирувчи ёки сусайтирувчи омиллар. Бунга нутқнинг баланд ёки паст товушда ифодаланаётганлиги, артикуляция, товушлар, тўхташлар, дудуқланиш, йўтал, тил билан амалга ошириладиган ҳаракатлар, нидолар киради. Шунга қараб, масалан, дўстимиз бизга бирор нарсани ваъда бераётган бўлса, биз унинг қай даражада самимийлигини билиб оламиз. Куйиб-пишиб, очик юз ва дадил овоз билан «Албатта бажараман!», деса ишонамиз, албатта.

3. Новербал таъсирнинг маъноси «нутқсиз»дир. Бунга суҳбатдошларнинг фазода бир-бирларига нисбатан тутган ўринлари, ҳолатлари (яқин, узоқ, интим), қилиқлари, мимика, пантомимика, қарашлар, бир-бирини бевосита ҳис қилишлар, ташқи қиёфа, ундан чиқаётган турли сигналлар (шовқин, ҳидлар) киради. Уларнинг барчаси мулоқот жараёнини янада кучайтириб, суҳбатдошларнинг бир-бирларини яхшироқ билиб олишларига ёрдам беради. Масалан, агар учрашувнинг дастлабки дақиқаларида ўртоғингиз сизга қарамай, атрофга аланглаб, «Кўрганимдан бирам хурсандман», деса, ишонасизми?

Мулоқот жараёнидаги характерли нарса шундаки, суҳбатдошлар бир-бирларига таъсир кўрсатмоқчи бўлишганда, даставвал нима дейиш, қандай сўзлар воситасида таъсир этишни ўйлар экан. Аслида эса, ўша сўзлар ва улар атрофидаги ҳаракатлар муҳим рол ўйнарган. Масалан, машҳур америкалик олим Меграбян формуласига кўра, биринчи марта кўришиб турган суҳбатдошлардаги таассуротларнинг ижобий бўлишига гапирган гаплари 7%, паралингвистик омиллар 38%, ва новербал ҳаракатлар 58% гача таъсир қиларкан. Кейинчалик бу муносабат ўзгариши мумкин албатта, лекин халқ ичида юрган бир мақол тўғри: «Уст—бошга қараб кутиб олишади, ақлга қараб кузатишади».

Мулоқотнинг қандай кечиши ва кимнинг кўпроқ таъсирга эга бўлиши шерикларнинг ролларига ҳам боғлиқ. Таъсирнинг ташаббускори — бу шундай

шерикки, унда атайлаб таъсир кўрсатиш мақсади бўлади ва у бу мақсадни амалга ошириш учун барча юқорида таъкидланган воситалардан фойдаланади. Агар бошлиқ иши тушиб, бирор ходимни хонасига таклиф этса, у ўрнидан туриб кутиб олади, илтифот кўрсатади, ҳол-аҳволни ҳам қуюқроқ сўрайди ва сўнгра гапнинг асосий қисмига ўтади.

Таъсирнинг адресати — таъсир йўналтирилган шахс. Лекин ташаббускорнинг суҳбатга тайёргарлиги яхши бўлмаса, ёки адресат тажрибалироқ шерик бўлса, у ташаббусни ўз қўлига олиши ва таъсир кучини қайта эгасига қайтариши мумкин бўлади.

Мулоқот ва уни ўрганиш муаммолари. Охирги йилларда «профессионализм» тушунчаси тез-тез ишлатиладиган бўлиб қолди. Чунки жамиятда туб ислохотларни амалга ошириш, меҳнат унумдорлигини «инсон омили»ни такомиллаштириш ҳисобига ошириш давр талаби бўлиб қолди. Айниқса, одамларни бошқариш соҳасидаги профессионализмга катта эътибор қаратилмоқда. Жуда кўпчилик мутахассислар барча бажарадиган функциялари орасида одамлар билан тил топишиш, уларга таъсир кўрсатиш, улар фаолиятини тўғри ташкил қилиш ва бошқариш энг мураккабларидан эканлигини эътироф этмоқдалар. Одамлар билан нормал муносабатларни ўрната олмаслик, айниқса, бизнес соҳасида амалий шерикларнинг ҳолатлари, кутишларини аниқлай олмаслик, ўз нуктаи-назарига ўзгаларни профессионал тарзда кўндира олмаслик, «биров»ни, унинг ички кечинмалари ва ўзига бўлган муносабатини аниқ тасаввур қила олмаслик амалий психологияда *коммуникатив уқувсизлик*, ёки *дискоммуникация* ҳолатини келтириб чиқаради. Бунда одамлар оддий тил билан айтганда, бир-бирларини тушунолмайд қоладилар, шунинг оқибатида пишиб турган лойиха ёки яхши режа амалга ошмаслиги, бир неча ойларга чўзилиб кетиши мумкин.

Шунинг учун ҳам ҳозирги замон ижтимоий психологиясининг тадбиқий йўналишида, бошқарув психологиясида катта ёшли одамларни коммуникатив билимдонликка ўргатиш, уларда зарур коммуникатив малакаларни ҳосил қилишга катта аҳамият берилмоқда. Ҳар бир корхона, хусусий фирма ёки давлат муассасасини бошқарувчи менежер, раҳбар тайёрлаш муаммоси ана шу раҳбарларни, бошқарувчиларни психологик жиҳатдан одамлар билан ишлашга ўргатиш муаммосини четлаб ўтолмайди. Умуман, ҳозирги даврда ҳар қандай мутахассис — врач, муҳандис, ўқитувчи, иқтисодчи, агроном, қурувчи, журналист, маданиятшунос ёки бошқалар ҳам коммуникатив малакаларга эга бўлмагунча, бозор муносабатлари шароитида тезда жамоага киришиб, кўпчилик билан тил топишиб, ўз профессионал маҳоратини кўрсата олмайди. Ҳар бир зиёли инсон бошқалар билан ҳамкорлик қилиш маҳорати ва санъатига эга бўлиши керак.

Бу вазифа одамларни муомала ва мулоқот этикасига ўргатишни ҳар қачонгидан ҳам долзарб қилиб қўймоқда. Тўғри, мулоқотга киришиш — ижтимоийлашув жараёнида барча сифатлардан олдинроқ шаклландиган қобилиятлардан, у табиий ва ҳаётий нарса. Бола тили жуда яхши чиқиб улгурмай, атрофидагилар билан актив мулоқотга кириша бошлайди. Лекин масаланинг парадоксал томони ҳам шундаки, йиллар ўтган сари онгли, ақлли

одам ҳар бир гапини ўйлаб гапирадиган, ҳар бир қадамини ўйлаб босадиган бўлиб қолади, бу унинг жамиятдаги мавқеини белгиловчи воситадир. Бу мулоқотга киришишга руҳан тайёрланишнинг аҳамиятини ҳам одам англашини тақозо этади. Шундай қилиб, ана шу энг табиий ва бир қарашда оддий инсон фаолияти шу қадар мураккаб ва серқирраки, унинг механизмларини ўрганиш, гуруҳларда тўғри муносабатларни ташкил этиш ва одамларни самарали мулоқотга ўргатиш муаммоси бугунги ижтимоий психологиянинг муҳим масалаларидандир.

Маълумки, гаплашаётган одамлар бири гапиради, иккинчиси тинглайди, эшитади. Мулоқотнинг самарадорлиги ана шу икки қирранинг қанчалик ўзаро мослиги, бир-бирини тўлдиришига боғлиқ экан. Нотўғри тасаввурлардан бири шуки, одамни муомала ёки мулоқотга ўргатганда, уни фақат гапиришга, мантиқан асосланган сўзлардан фойдаланиб, таъсирчан гапиришга ўргатишади. Унинг иккинчи томони — тинглаш қобилиятига деярли эътибор берилмайди. Машҳур америкалик нотиқ, психолог Дейл Карнеги «Яхши суҳбатдош — яхши гапиришни биладиган эмас, балки яхши тинглашни биладиган суҳбатдошдир» деганда айнан шу қобилиятларнинг инсонларда ривожланган бўлишини назарда тутган эди.

Мутахассисларнинг аниқлашларича, ишлаётган одамлар вақтининг 45%и тинглаш жараёнига кетар экан, одамлар билан доимий мулоқотда бўладиганлар 35 — 40% ойлик маошларини одамларни «тинглаганлари» учун оларканлар. Бундан шундай хулоса келиб чиқадики, коммуникациянинг энг қийин соҳаларидан ҳисобланган тинглаш қобилияти одамга кўпроқ фойда келтираркан.

Шунинг учун бўлса керак, немис файласуфи А. Шопенгауэр «Одамларни ўзингиз тўғрингизда яхши фикрга эга бўлишларини хоҳласангиз, уларни тингланг» деб ёзган экан. Дарҳақиқат, агар сиз куюниб гапирсангизу, суҳбатдошингиз сизни тингламаса, бошқа нарса билан овора бўлаверса, ундан ранжийсиз, нафақат ранжийсиз, балки у билан алоқани ҳам узасиз. Ўқитувчи гапираётган пайтда уни тингламаслик одобсизликнинг энг кенг тарқалган кўриниши деб баҳоланишини биласизми?

Нима учун биз кўпинча яхши гапирувчи, сўзловчи бўла оламиз-у, яхши тингловчи бўла олмаймиз? Психологларнинг фикрича, асосий ҳалақит берувчи нарса — бу бизнинг ўз фикр—ўйларимиз ва хоҳишларимиз оғушида бўлиб қолишимиздир. Шунинг учун ҳам баъзан расман шеригимизни тинглаётгандай бўламиз, лекин аслида ҳаёлимиз бошқа ерда бўлади. Тинглашнинг ҳам худди гапиришга ўхшаш техникаси, усуллари мавжуд. Уларнинг тури ҳам кўп, лекин асосан биз кундалик ҳаётда унинг икки усулини қўллаймиз: *сўзма-сўз қайтариш* ва *бошқача талқин этиш*. Биринчиси, суҳбатдош сўзларининг бир қисмини ёки яхлитича қайтариш орқали, шерикни қўллаб-қувватлашни билдиради. Иккинчи усул эса — шеригимиз сўзларини тинглаб, ундаги асосий ғояни мухтасар, ўзимизнинг талқинимизда ифода этиш. Иккала усул ҳам шерик учун муҳим, чунки у сизнинг тинглаётганингизни, ҳаттоки, ундаги ғояларга қарши эмаслигингизни билдиради. Бундан ташқари, биз яхши тинглаётган бўлиб, «Йўғ-э?», «Наҳотки?», «Қара-я?», «Яша!» луқмалари билан ҳам

суҳбатдошимизни гапиришга, янаям ўз фикрларини ойдинлаштиришга чақириб турамиз.

Демак, аслида биздаги гапираётган шахс етакчи, у суҳбатнинг мутлоқ ҳокими, деган тасаввур унчалик тўғри эмас. Яхши тинглашда ҳам шундай куч борки, у суҳбатдошни Сизга жуда яқинлаштиради, ишончни туғдиради. Чунки мулоқот жараёнидаги энг қимматли нарса — бу ахборотнинг ўзи. Тинглаётган одам маънили, яхши диалогдан фақат яхши, фойдали маълумот олади. Гапирган эса аксинча, ўзидаги борини бериб, гапирмайдиган суҳбатдошдан «тескари алоқани» олиб улгурмай, ҳеч нарсасиз қолиши ҳам мумкин. Шунинг учун мулоқотга ўргатишнинг муҳим йўналишларидан бири — одамларни фаол тинглашга, бунда барча паралингвистик ва новербал омиллардан ўринли фойдаланишга ўргатишдир.

Профессионал тинглаш техникасига қуйидагилар киради:

- *актив ҳолат.* Бу — агар кресло ёки диван каби мебел бўлса, унга бемалол ястаниб ёки ётиб олмаслик, суҳбатдошнинг юзидан ташқари жойларига қарамаслик, мимика, бош чайқаш каби ҳаракатлар билан унинг ҳар бир сўзига қизиқаётганлигининг билдиришни назарда тутати;

- *суҳбатдошга самимий қизиқиш билдириш.* Бу нафақат суҳбатдошни ўзига жалб қилиб, балки кейин навбат келганда ўзининг ҳар бир сўзига уни ҳам кўндиришнинг самарали йўлидир.

- *ўйчан жимлик.* Бу суҳбатдош гапираётган пайтда юзда масъулият билан тинглаётгандай тасаввур қолдириш орқали ўзининг суҳбатдан манфаатдорлигининг билдириш йўли.

Агар биз суҳбатдошимизни яхши, диққат билан тингласак, бу билан биз унда ўз-ўзига ҳурматни ҳам тарбиялаймиз. Демак, тинглаш жараёни кўпчилик тасаввур қилгани каби унчалик пассив жараён эмас экан. Унинг мулоқотнинг самарали бўлишидаги аҳамияти ниҳоятда катта. Чунки тинглаш қобилияти гапирувчини илҳомлантиради, уни руҳлантиради, янги фикрлар, ғояларнинг шаклланишига шароит яратади. Шунинг учун маърузачи профессорнинг ҳар бир чиқиши ва маърузаси агар талабалар томонидан диққат билан тингланса, бу педагогик мулоқотдан иккала томон ҳам тенг ютади.

Агар мулоқот жараёнида иштирок этувчи икки жараён — гапириш ва тинглашнинг фаол ўзаро таъсир учун тенг аҳамиятини назарда тутсак, бу жараён қатнашчиларининг психологик саводхонлиги ва мулоқот техникасини эгаллашининг аҳамиятини англаш қийин бўлмайди. Шунинг учун ҳам ижтимоий психологияда одамларни самарали мулоқотга атайлаб ўргатишга жуда катта эътибор берилади. Бу борадаги фаннинг ўз услуби бўлиб, унинг номи ***ижтимоий психологик тренинг*** (ИПТ) деб аталади. ИПТ — мулоқот жараёнига одамларни психологик жиҳатдан ҳозирлаш, уларда зарур коммуникатив малакаларни махсус дастурлар доирасида қисқа фурсатда шакллантиришдир. Энг муҳими ИПТ мобайнида одамларнинг мулоқот борасидаги билимдонлиги ортади.

Амалий мулоқот тренинги — ИПТнинг бир кўриниши бўлиб, у ёки бу профессионал фаолиятни амалга ошириш жараёнида зарур бўладиган коммуникатив малака, кўникма ва билимларни ҳосил қилишга қаратилган

тадбирдир. Гуруҳ ва жамоаларда мулоқот тренинги воситасида музокаралар олиб бориш, иш юзасидан ҳамкорлик қилиш йўл-йўриқларини биргаликда топиш, катта аудитория олдида сўзлашга ўргатиш, мажлислар ўтказиш, жанжалли, конфликтли ҳолатларда ўзини тўғри тутиш малакалари ҳосил қилинади. Бундаги асосий нарса — тренинг қатнашчилари онгига бировларни тушуниш, ўзини ўзга ўрнига қўя олиш, бошқалар манфаатлари билан ўзиникини уйғунлаштира олиш ғоясини сингдиришдир. Тренинглар мобайнида *гуруҳий мунозаралар, ролли ўйинларнинг* энг оптимал вариантлари синаб, машқ қилинади.

Педагогик мулоқот. Таълим – бу аввало мулоқот жараёнидир. Ўқитувчи ўқувчига билимларни маълум қилади /тегишли ахборот беради/ ва ўз навбатида тескари алоқа тарзида ундан баён қилинган билимлар қандай ўзлаштирилганлиги ҳақида тасаввур ҳосил қиладиган ахборот олади. Бу ахборот ўқувчиларнинг диққат билан ўтиришларида, ўқитувчига қараб туришларида, юз ифодаларида ўз аксини топади. Агар тескари алоқа бўлмаганда эди ўқитувчи берган ахборотининг ўқувчилар томонидан қандай қабул қилинаётганини билмаган бўлур эди. Тескари алоқа ўқитувчига ўз нутқини давом эттириш ёки тўхтатиш, иш турини ўзгартириш, умуман фаолиятини корректура қилиш имконини беради.

Педагог болаларга ахборот узатиш жараёнида уларга тарбиявий таъсир этиб ҳам боради, яъни ўзининг идеаллари, қарашлари, одоби, ҳаракат усуллари уларга ўтказиб ҳам боради. Мулоқотнинг учинчи вазифаси – бу кишининг киши томонидан идрок этилиши, тушунилиши ва бажарилиши демакдир. Киши бошқа одамларни ўрганар экан, улар билан биргаликда фаолият кўрсатади, истиқболларини яхшироқ ва янада ишончлироқ аниқлаб олиш имкониятига эга бўлади. Келишиб олинган ҳаракатларнинг муваффақияти улар ички дунёсининг аниқ ўқиб чиқилганлигидир. Кишиларда мулоқот маданиятини таркиб топтириш ҳам муҳим аҳамиятга эгадир. Мулоқот маданияти кишиларда тасодифан ёки мактаб таълими таъсирида шаклланади. Масалан, ўқитувчи биринчи синфданок ўқувчиларга тўғри гапиришни, саволларга кенг ва батафсил жавоб беришликни, сўраганда ўрnidан туриб гапириш лозимлигини ўргатиб боради. Болалар ёши улғайгач, масалан, катта мактаб ёшида ўқувчилар бадиий адабиёт ёки махсус педагогик адабиётларни ўқиш орқали муомала маданияти ҳақида яна ҳам кенгрок тушунчага эга бўладилар. Лекин муомала маданиятини махсус машқ қилиш орқали ўрганишнинг зарурлиги ҳеч кимга сир эмас. Психологик тренинг, яъни муомалани машқ қилиш икки хил вазифани бажаришни назарда тутаяди, биринчидан муомаланинг, айниқса педагогик муомаланинг умумий қонуниятларини ўрганишни, иккинчидан, педагогик коммуникациянинг «технологиясини» эгаллаш, яъни профессионал педагогик муомала кўникма ва малакаларини шакллантиришни назарда тутаяди.

Психологик тренинг назарий ва амалий томонларга эга. Амалий томони ўқувчилар билан бўладиган муомала кўникмалари ва малакаларини эгаллашга ҳамда уларни чиниқтиришга қаратилган машқлар: дарснинг барча босқичларида изчиллик билан ҳаракат қилиш кўникмаларини, педагогик иш

давомида мушакларнинг зўриқишини сундириш малакаларини, ихтиёрий диққатни тақсимлаш малакасини шакллантиришга, кузатувчанликни ўстиришга қаратилган машқларни тақозо қилади. Мулоқот маданиятини эгаллашни машқ қилишда магнитофон ёзувлари, видеотасвирлардан фойдаланиш ҳам катта аҳамиятга эга. Чунки бундай ёзувлар бўлажак ўқитувчининг ўз нутқини такомиллаштириш, овозини созлаш, гапираётганда қоматини тўғри, тик тутиш, ортиқча, кераксиз ҳаракатлар, мимикалардан холи бўлиш имконини беради. Шунинг учун бўлажак педагоглар нутқ маданиятини, муомала маданиятини эгаллашда ана шунга ўхшаш машқлардан фойдаланиш керак.

Нутқ тўғрисидаги тушунча. Нутқнинг турлари ва функциялари.

Юқорида айтганимиздек, мулоқотда биз тилдан фойдаланамиз. Тил мулоқотга киришувчилар ўртасида алоқа боғланишини таъминлайди. Негаки, тил шу мақсад учун танланган сўзлар моҳиятига кўра ***кодлаштирган*** ҳолда ахборотни бераётган киши ҳам, унинг кодини очган, яъни унинг маъносини тушунган ва шу ахборот асосида ўз хулқ–атворини ўзгартирган, бу ахборотни қабул қилаётган киши ҳам тушунади. Агар кодни тушунмаганда эди, томонлар бир–бирини тушунмас ва нотўғри хатти–ҳаракатлар қилган бўлур эди. Масалан, қадимги Вавилондаги минора қурилиши.

Нутқ – бу оғзаки коммуникация, яъни тил ёрдамида мулоқот ўрнатиш жараёни демакдир. Ижтимоий тажрибада бирон–бир мазмунни англатадиган сўзлар оғзаки коммуникация воситаси ҳисобланади. Сўзлар эшиттирилиб ёки овоз чиқармасдан айтилиши, ёзиб қўйилиши ёки кар–соқов кишиларда маълум бир мазмунга эга бўлган имо–ишоралар воситасида алмаштирилиши мумкин.

Куйидаги нутқ турлари фарқ қилинади: ёзма ва оғзаки нутқ. Ўз навбатида оғзаки нутқ диалогик ва монологик нутқларга бўлинади. Оғзаки нутқнинг энг содда тури ***диалог***, яъни бирор нарсани муҳокама қилаётган суҳбатдошлар нутқидир. Оғзаки нутқнинг иккинчи тури ***монолог*** нутқ бўлиб, уни бир киши бошқасига ёки уни тинглаётган кўплаб кишиларга қарата гапиради. Бунга ўқитувчининг ҳикояси, ўқувчининг кенггайтирилган жавоби, маъруза ва шу кабилар киради. Диалог нутқда тил қоидаларига унчалик риоя қилинмаса ҳам суҳбатдошлар бир–бирларини тушунаверади.

Ёзма нутқ инсоният тарихида оғзаки нутқдан анча кейин пайдо бўлган. Ёзув туфайли одамлар тўпланган тажрибаларни авлоддан-авлодга тўласича етказиш имкони туғилди. Борди-ю бу тажрибалар оғзаки нутқ тарзида ўтказилганда бузилиши, ўзгариши, ҳатто йўқолиб кетиши мумкин эди. Масалан, бобоколониимиз Имом ал-Бухорий томонидан «Ҳадис»ларни ёзма тўплашга ўтилганлиги. Ёзма нутқ ҳам диалог ва монолог шаклларида учрайди. Нутқнинг нерв – физиологик механизмини эшитиш ва ҳаракат анализаторлари ташкил этади. Чунки ахборотни қабул қилиш ва уни бошқаларга бериш учун аввало эшитиш анализаторлари яхши ишлаши керак. Гапираётганда эса ўпка, оғиз мускуллари фаол ҳаракатга келади. Айниқса, артикуляцион аппарат яхши ишлаши керак. Бунинг фаолиятсиз бирорта ҳарф ёки сўз ҳосил бўлмайди. Нутқнинг нерв–физиологик механизмларини бош миёдаги нутқ марказлари ҳам ташкил этади. Олимларнинг, айниқса, А.Р.Луриянинг тажрибалари шуни кўрсатадики, бош миёдаги нутқ марказлари ишдан чиқса, нутқни тушуниш ёки

нутқ сўзлаш бирданига издан чиқар экан. Биз ўзаро мулоқотда тил, нутқнинг ўзидангина фойдаланиб қолмасдан, балки қўл, бармоқ ва юз ҳаракатлари, имо-ишора, оҳанг, пауза, кулгу, кўз ёши қилиш ва шу кабилардан ҳам фойдаланамиз. Булар оғзаки коммуникация воситалари – сўзларни тўлдирувчи ва кучайтирувчи, баъзан эса ўрнини босувчи белгилар тизимини ташкил этади.

Энг муҳими, киши нутқни тарбиялаш бўйича олдига аниқ мақсад қўйиши ва ана шу мақсад асосида қатъий машқлар олиб бориши лозим. Масалан, киши адабий тилда сўзлашга ўрганишни ўз олдига мақсад қилиб қўйган бўлса, фақат дарс пайтидаги жавобларидагина эмас, ҳар қандай шароитда, ҳар бир киши билан бўлган мулоқотда ҳам ўзини гапларини назорат қилиб бориши, шевачиликка йўл қўймаслиги лозим. Ўз–ўзини назорат қилиш бўлмаса киши ҳеч қачон нутқ маданиятини, муомала маданиятини эгаллай олмайди, у нотик бўла олмайди.

Назорат саволлари:

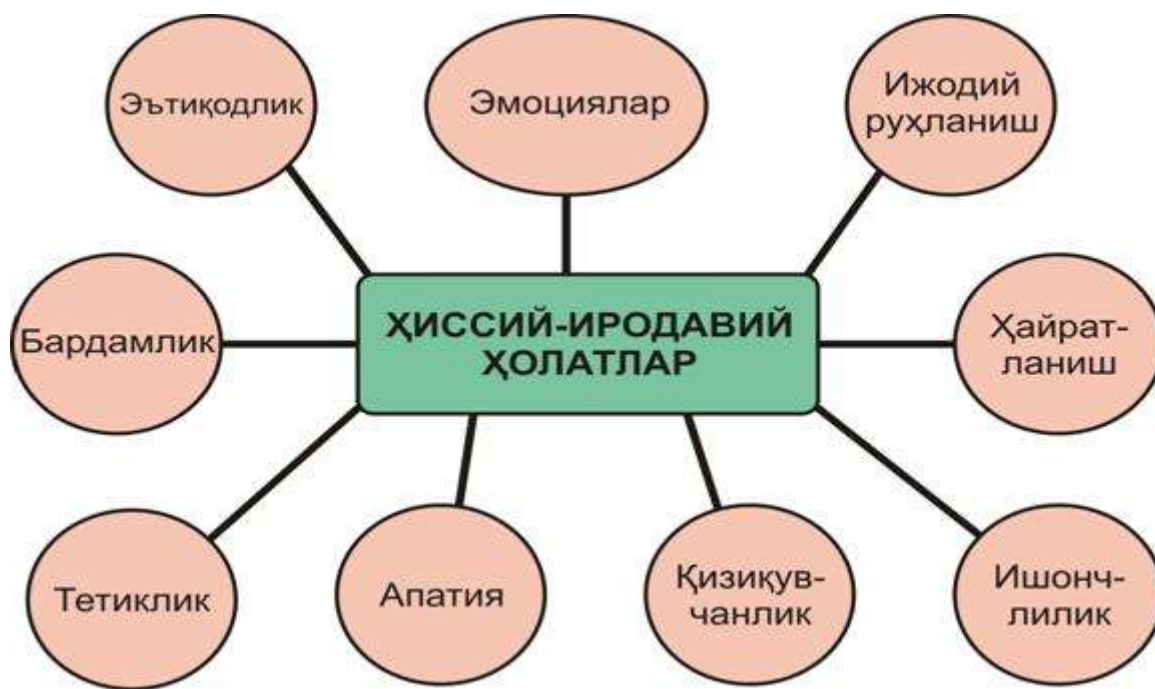
1. Инсон фаолияти ва унинг психологик тузилиши.
2. Фаолият ва ижтимоий хулқ мотивацияси.
3. Малака, кўникма ва одатлар ва уларнинг шаклланиши.
4. Ўз - ўзини баҳолаш ва хулқ мотивлари.
5. Мотив ва мотивация асослари.
6. Ўз - ўзини баҳолаш ва хулқ мотивлари.
7. Шахс ва унинг мотивлари: муваффақиятга эришиш ва мағлубиятлардан қочиш мотивлари.
8. Ижтимоий установка нима?
9. Ўзгартириш муаммоси нима?
10. Талабчанлик ва установка ҳақида гапириб беринг.
1. Шахс ва ижтимоий муҳит масаласи.
2. Хулқ нормалари.
3. Ижтимоий санкциялар ва шахс хулқининг мувофиқлаги.
4. Шахснинг ўз-ўзини англаши. “Мен” образи.
5. Шахс, унинг ижтимоийлашуви омиллари.
6. Ижтимоийлашув ўчоқлари ва шароитлар.
7. Мулоқот ҳақидаги фикрингиз қандай?
8. Мулоқотда тинглаш маҳоратининг турларини келтириб ўтинг.

4-маъруза. Шахс ҳиссий-эмоционал соҳаси

Режа:

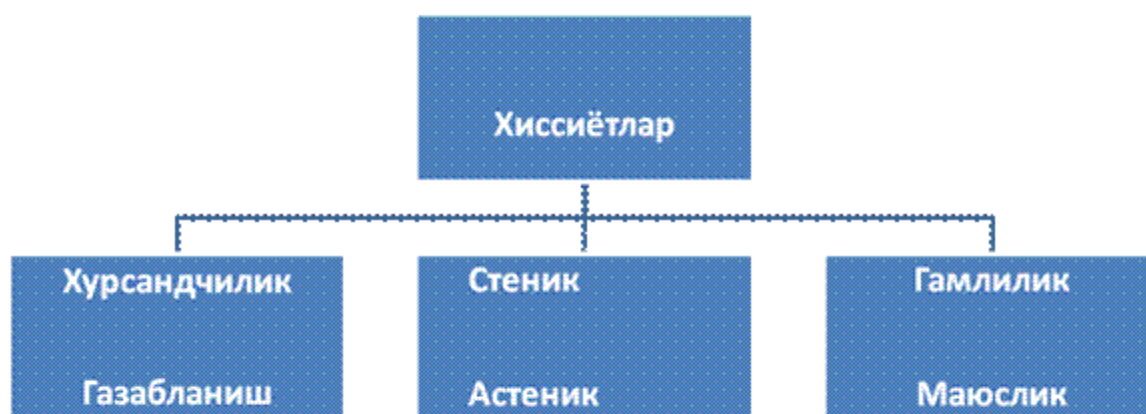
- 1.Шахснинг ҳиссий-эмоционал ҳолатлари тушунчаси.
- 2.Ҳиссий-эмоционал ҳолатларнинг юзага келиши ва уларнинг турлари.
- 3.Шахсларда ҳиссий-эмоционал ҳолатларнинг намоён бўлиши ва келиб чиқиш сабаблари.

Ҳиссиёт сўзи лотин тилидан киритилган бўлиб, «ҳаяжонлантираман», деган маънони англатади. «Ҳиссиёт» кўп ҳолларда эмоция сўзи билан бир маънода ишлатилади. Ҳиссиёт шахснинг воқеликка бўлган муносабати ва уни ҳис қилишдан келиб чиқадиган, унинг эҳтиёж ва қизиқишлари билан боғлиқ ёқимли ёки ёқимсиз кечинмалардир. Бирор нарсадан хузурланиш баъзан бэхузур бўлиш, суюниш, қайғуриш, муҳаббат, қаҳру ғазаб, ғайрат ва шижоат, кўрқиш, изтироб чэкиш, ташвиш, хотиржамлик каби ҳолатларнинг ҳар қайсиси ҳиссиёт ёки эмоцияга мисол бўла олади. Бу туйғулар кишида ҳар қандай ижтимоий шароитда ҳам бўлади. Биз ҳис билан сзги ўртасидаги фарқни ўқувчиларга аниқ тушунтиришимиз зарур. Кўпинча «Ҳидини ҳис қилдим», «Кўнглим алланечук хавотирни сезаяпти» дейишади. Аммо ҳақиқатда хид билиш – сезишдир, хавотирланиш – ҳиссиётнинг маҳсулидир.



Сезги инсон хоҳишидан ташқари мавжуд нарса ва ҳодисалар хоссасини акс эттиради. Ҳиссиёт эса одамнинг нарса ва ҳодисаларга бўлган муносабатидан туғилган туйғулардир. Демак, кишининг сзгиси, нарса ва ҳодисаларнинг ўзидан хабар бэради, ҳиссиёт бўлса шахснинг нарса ва ҳодисаларга қандай муносабатда бўлганидан дарак бэради. Шунинг учун ҳиссиётни одамнинг онгидан ташқарида деб бўлмайди. Шахснинг онги, қарашлари, маслағи, мушоҳадалари, дунёқараши ўзгарар экан, унинг маънавият билан боғлиқ бўлган ҳиссиёти ҳам ўзгариб боради. Ҳиссиётнинг хиллари

ниҳоятда кўп бўлса, сифат ва хусусиятлари ҳам жуда ранг-барангдир. У ҳам бўлса ҳиссиётни кўпинча бир-бирига тескари бўлган жуфт ҳисларга ажратиш мумкинлигидир. Жумладан, ҳузур-беҳузур, шодлик-хафалик, ҳаяжон-ором ва бошқалар. Ҳиссиётнинг бу хусусияти ҳисларнинг қарама-қаршилиги дейилади. Хулоса қилиб айтадиган бўлсак, ўқувчиларнинг муҳим эмоционал хусусиятлари бу ҳиссиётларнинг барқарорлик даражасидир. Баъзилар муваффақиятсизлик ёки нохушликдан сўнг дарҳол ўзларига келадилар, бошқалар эса узоқ вақт, гарчи кечинма сабаблари бартараф қилинган бўлсада, унинг таъсирида юрадилар.



Ҳаёт фаолияти таъсирига кўра барча эмоциялар икки гуруҳга – **стеник** (организм ва инсоннинг ҳаёт қобилиятини оширувчи) ва **астеник** (уларни пасайтирувчи) эмоцияларга ажратилади. Яхши уюштирилган ўқув машғулотлари учун эмоцияларнинг стеник хусусиятлари хосдир, бироқ маълум шароитларда ҳамда айрим ўқувчиларда астеник эмоциялар ҳам пайдо бўлиши мумкин. Эмоционал тонус ҳамда стеник ёки астеник ҳиссиётларнинг устунлиги баъзан ўқувчилар характерига хослиги билан ҳам қонуний намоён бўлиши мумкин. Енг содда эмоционал кечинмаларнинг уч жуфтини: қониқиш норозилик, зўриқиш енгилланиш, қўзғалиш тинчланишни фарқлаш лозим.

Қониқиш ёки норозилик ҳиссиётлари организмнинг ташқи муҳит билан алоқасининг акс этиши ва организмни муҳитга нисбатан талабларининг борган сари мураккаблашиб бориши ёки қарор топишининг биологик кўринишидир. Эмоциялар хотира қониқишини норозиликдан кўра яхшироқ сақлайди, шунинг учун ҳам тарбиявий ҳиссиёт жазолаш ҳиссиётдан кучлироқдир. Зўриқиш ҳиссиёти доимо янгининг яратилиши ёки аввалги фаолият тарзининг парчаланиши билан боғлиқдир. Мия пўсти тонусининг пасайишига олиб келувчи ушбу «асабий меҳнатнинг» тугатилиши енгиллашиш ҳиссиёти тарзида бошдан кечирилади.

Қўзғалиш эмоциялари мия пўстига мия пўсти остидан келувчи импульслар билан аниқланади, чунки «Мия пўсти ости марказлари, у ёки бу даражада катта

ярим шарларининг фаолият ҳолатини бэлгилашига кўра организмнинг атроф-муҳитга муносабатини шунчалик кўп ўзгартиради» Пўст остидан келаётган импульсларнинг пўст билан тормозлатиш тарзида субектив кечирилади. Инсоннинг хавф-хатарни англаши унда турли шаклдаги эмоционал реакцияларни келтириб чиқариши мумкин.

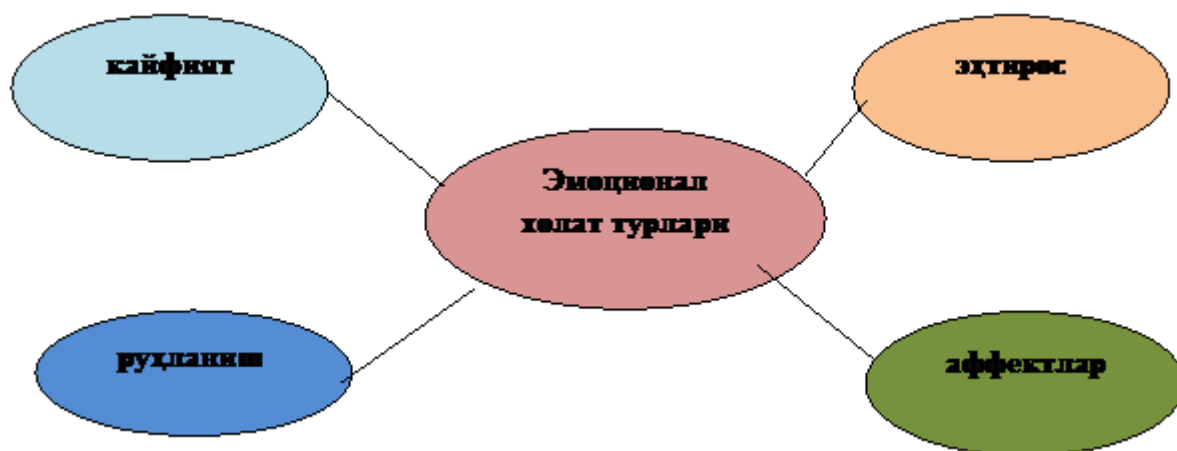
Бундай реакциялардан бири кўрқув бўлиб, ўз навбатида келиб чиқишининг турли форма, даража ҳамда хилма-хилликлари мавжуд. Бу довдираш, заифлик, мақсадга мувофиқ келмайдиган хатти-ҳаракатларда кўринувчи астеник кўрқувнинг бир шаклидир. «Психологик жиҳатдан кўрқув, кўрқоклик, юраксизлик деб аталадиган психологик ҳолатнинг физиологик субстрати катта ярим шарларнинг тормозланган ҳолати бўлиб, заиф ҳимоя рэфлэкслари-нинг турли даражаларидир. Хавфга нисбатан реакциянинг бундай формаси ўқувчиларни ўқитиш жараёнида ва мураккаб ишлаб чиқариш фаолиятида ҳам салбий кўриниш бэради»

Эмоционал ҳолат ва ҳиссий туйғулар. Инсоннинг эмоционал ҳолатлари, психик хусусиятлари ва унинг муҳит билан ўзаро алоқасини таъминлайдиган эмоциялар, сэнзи, идрок, хотира, тафаккур, хаёл, ҳиссиёт ва ироданинг психологик шарти ҳисобланиб, маълумотлар олиш, уни қайта ишлаш ва шу орқали алмашилиш жараёнларини инсон миясида билиш (акс эттириш) орқали ўзлаштиришдир. Турмуш шароитида янги ижтимоий боғланишлар, ижтимоий ҳаёт ҳодисалари ва ўзаро муомала муносабатлари, хатти-ҳаракатларга нисбатан янги муносабатлар вужудга келадики, улар асосида янги турдаги эмоционал кечинмалар, ўзгарувчан ҳолатлар пайдо бўлади, авваллари одамнинг ўзи учун аҳамиятсиз, эътиборсиз бўлган янги кечинмалар нарса ва ҳодисаларга нисбатан одамда ҳиссий-эмоционалли ҳолатлар туғдиради. «Юқорида айтганимиздек, мураккаб психик ҳолатлар одатда эмоциялар таъсирида ва уларнинг ўзаро психологик тузилишига кўра у ёки бу даражада барқарор ёки беқарор кайфиятга айланади. Бироқ эмоциялар қисқа муддатли ёки узок муддатли психик ҳолатлар, жараёнлар тарзида кечиши ҳам мумкин. Ҳам билиш, ҳам муносабат тарзидаги анчагина содда эмоциялар ва анча мураккаб ҳиссиётлар асосида ётувчи кечинма бу мавжуд дунёни психик акс эттириш хусусиятидир. Агарда сэнзи ва идрок мавжуд дунёни сэнзи аъзоларига бэвосита таъсир этиб, тафаккур эса нарса ҳамда рэал дунё ҳодисалари ўртасидаги алоқа ва муносабатларни билвосита акс эттирса, эмоция ва ҳиссиётлар кечинма формасида бу предмет ҳамда ҳодисаларнинг ўзини эмас, балки уларнинг инсонга бўлган муносабатини акс эттиради. Бунда эмоция ва ҳиссиёт кечинмалари уларнинг иэрархияси эҳтиёжлар кечинмалари ва иродавий зўр бериш орасидаги ўртача ўринни эгаллайди».

Шахс кечинмалари кўриниши ва босқичлари. Эмоциялар – физиологик акс эттириш чэгарасида турувчи ва одамга эҳтиёжлари билан боғлиқ қўзғатувчилар таъсир қилганда ўз-ўзини бошқаришни амалга оширувчи психик акс эттиришнинг содда формасидир. Эмоциялар мавжуд дунёнинг нарса ҳамда ҳодисаларини эмас, балки обэктив муносабатларини акс эттиради, унда мазкур прэдмэт ҳамда ҳодисалар инсон эҳтиёжи учун организм хизматида бўлади.

Ҳали тўлиқ образли бўлмаган эмоциялар онгда нарса ёки ҳодисанинг акс этишини эмас, балки кечинмани келтириб чиқаради. «Баъзан ўқувчи ўзига эркин фикрлаш имконияти бэрилишини, атрофдагиларнинг унга жиддий муносабатда бўлишини хоҳлайди. Ўқувчининг бундай хоҳишлари кўпинча эътиборсиз қолиб кэтади. Шунинг натижасида ўқувчида тэварак-атрофдаги оламга, айниқса яқинларга нисбатан норозилик, ғазабланиш каби ҳис-туйғулар ҳам пайдо бўлади. Мактабда кўп ўсмирлар катта ишлар қилиш, ўрни келганда қаҳрамонликлар кўрсатишни, энг яхши кишилардек бўлишни орзу қиладилар, катта кишиларнинг яхши ишларидан орзу қиладилар, уларнинг ҳаяжонлари жуда хилма-хил бўлиб, баъзан гумонсираш, иккиланиш, қувонч, иқрор бўлиш ва яширин шодликлардан иборат бўлади».

Ҳиссиётлар фақат инсонга хос ҳолат бўлиб, эмоционал акс этиш тушунчаларни умумлаштирувчи акс эттиришнинг мураккаб формасидир. Улар нарса ва ҳодисаларнинг юксак эҳтиёжларга ҳамда инсоннинг шахс сифатидаги фаолияти стимулларига муносабатини акс эттиради. Бу ўринда у энди организмни эмас, балки шахснинг жамият билан ўзаро муносабатда бўлиб ўзини-ўзи бошқаришни амалга оширади. Масалан, мактаб врачининг нотўғри ташхиси туфайли, уколдан азият чеккан ўқувчи фақат оғриқнигина эмас, балки уни даволашда масъулиятсиз, ёки билим савияси, тажрибаси этишмаган тиббиёт ходимидан хафа бўлиш ҳиссини бошидан кечириши мумкин. Ҳиссиётлар маълум ижтимоий муносабатларни акс эттиради ва шунинг учун ҳам у барча меҳнат турлари учун умумийдир. Жумладан, ўз меҳнатидан рухланиш, фахрланиш, меҳнатга муҳаббат, қизиқиш, мусобақада дўстона ҳамжиҳатлик ва бардамликни ҳис қилиш, хуллас меҳнатнинг маънавий эмоционал мазмунини ташкил қилувчи барча ҳис-туйғулар шу соҳага тааллуқлидир. Агарда эмоциялар одамнинг меҳнат билан ўзаро муносабатини организм тарзида бошқарса, ҳиссиётлар унинг муносабатини бошқа одамлар, жамият билан муносабати тарзида бошқарадилар.



Инсон эмоция ва ҳиссиётларни фақат бошидан кечирибгина қолмайди, балки нутқ ифодалилигининг ўзгариши, бир қатор вегетатив ҳодисалар (юррак уриши тэзлиги, нафас олиш жараёнидаги ўзгаришлар, юзнинг қизариб ёки оқариб кетиши, мушак тонусининг ўзгариши, титраш, қон таркибининг

ўзгариши ва бошқалар), шунингдек организмдаги хилма-хил у ёки бу даражада чуқур бўлган биофизиологик ўзгаришларда ҳам акс этади. «Эмоция жараёнида ўқув ёки меҳнат фаолиятининг аниқ ҳолатлардаги роли ўрганилар экан: а) ўқувчида кечинмани келтириб чиқарган ҳолатни; б) вазиятнинг унинг эҳтиёжлари, фаолиятининг мақсад ва мотивларига таъсирини; в) кечинманинг интэнсивлик даражасини; г) кечинмалар пайтида ўқувчиларнинг фаоллик даражаларини; д) кечинмани ўқувчи фаолиятига таъсир даражасини иложи борида тўлиқроқ таҳлил қилиниши мақсадга мувофиқдир»

«Эмоциялар – пайдо бўлиш кучига кўра, фаолиятга доимо ҳам сезиларли таъсир қилмайдиган, бироқ бошқа ҳолатларни умумлаштирувчи ҳамда ўз навбатида бу бошқа ҳолатларни ўз тузилишига киритувчи эмоционал ҳолат бўлган анчагина давомли, кайфиятга таъсир этадиган суствликдан бошлаб, қисқа муддатли қизғин, одамни баъзан бэхуш (аксиз) қиладиган аффектив ва кучли, бироқ давомли эҳтиросларгача кўтарадиган бўлиши мумкин. Ҳар бир ўқувчига хос бўлган эмоциянинг кучи унинг ўта эмоционал кўзғалувчанлигидан тортиб то эмоционал қобилиятсизликкача бўладиган тонусини характерлайди»

Халқимиз орасидан этишиб чиққан ва жаҳон илм-фани хазинасига муносиб ҳисса қўшган мутафаккирлар, даҳолар (Ал-Фаробий, Бэруний, Абу Али ибн Сино, Ибн-Рашид, Умар Хай-ём, Улуғбек, Алишёр Навоий ва бошқалар) ўз фаолиятларига зўр эҳтирос билан бэрилган шахслар ҳисобланади.

Аммо эҳтирос даражасигача этган эмоционал ҳолатлар салбий тус олмағи ҳам мумкин. Қиморга, диний экстремизм оқимида, наркотик моддалар истэъмол қилишга бутунлай бэрилиб кэтиш ҳолатлари шулар жумласидандир. Бу каби эҳтирослар одамнинг ўзига, атрофидагиларга, кэнг жамоатчиликка катта зарар бўлиб, одамни ҳалокатга, тубанликка олиб боради.

Ижобий эҳтирослар эса шахснинг жамиятда ўз ўрнини топишида катта имконият бэради. Шунинг учун болаларда кичик ёшдан бошлаб ижобий ҳис-туйғулар уйғотишга ҳаракат қилмоқ ва уларга маънавий-ахлоқий қоидаларни сингдириш, улар онгида истиқлолимиз тўғрисидаги дунёқарашни шакллантириш учун доимий ғамхўрлик ва уни назорат қилиб бормоқ лозим.

Хуллас, ҳиссиётнинг бойлиги ёшлар ички дунёсининг юксалиб, ҳар жиҳатдан шаклланиши учун энг керакли шартдир. Кишининг ҳиссий туйғуси заиф бўлса унинг ҳаёти ҳам завқсиз, мазмунсиз бўлади, бундай одам ҳар қандай меҳнат фаолиятига ҳафсаласиз, ҳаракатсиз, журъатсиз бўлади ва одамлар орасида эътибор топмайди.

Бепарво ва ҳиссиётсиз одам чинакам курашувчи бўла олмайди, чунки курашиш учун нима учун курашаётган бўлсанг, ўшани севмоқ керак, нимага қарши курашаётган бўлсанг, уни бутун туйғуси билан ёмон кўрмоқ керак. Масалан, Ватан хоинини бутун туйғу билан ёмон кўрмагунча уни энгиб бўлмайди, ожиз, бепарво, дардсиз, ҳиссиётсиз одам ижодда ҳам ҳеч қандай ютуққа эриша олмайди. Рус олими И.П. Павлов вафот этмасидан бир неча вақт олдин дунё ёшларига бағишлаб ёзган бир хатида бундай деган эди: «Илм одамдан катта ғайрат ва улуг ҳиммат талаб қиладди. Ишингизда ва ижодий изланишларингизда буюк эҳтирос бўлсин». Бу гаплар инсониятнинг фаолиятига доир бўлган барча ишларига тэгишлидир. Ўз ишингизга оташин

муҳаббат қўймагунингизча, бу ишингизга ижобий илҳом билан қарай олмайсиз. Ғайрат, шижоат ва эҳтирос бўлмагунча, ҳеч бир ишда катта натижага эришиб бўлмайди.

Эмоциянинг физиологик асослари. Ҳисларнинг физиологик асоси вэгатив нерв системаси фаолияти билан боғлиқдир. Вэгетатив нерв системаси барча ҳаёт жараёни ва ички аъзолар ишини идора қилиб туради. Туйғу ҳисларининг нерв марказлари миёна пўсти остидадир. Шундай экан, физиологик жиҳатдан қараганда, ҳиссиётнинг бошқа психик жараёнлардан фарқи нимада? Қачонки бирор психик жараён сзғи, идрок, тасаввур фикрга алоқадор бўлган нерв жараёнлари миёна пўстидан ўтиб, миёна пуст марказларига қуриш ва бошқа нерв марказларига бориб эца шундагина сезиш, идрок қилиш, тасаввур ва фикрлаш каби психик жараёнлар эмоция тусига қиради, яъни баъзи ҳиссиётларни кўзғатади. Ҳаддан ташқари ҳаяжонланиш, кўрқиш-ғазабланиш, буйрак ости бэзларининг адрэналин моддасини кўп ишлаб чиқаришга сабаб бўлади. Натижада, қонда ўзгариш ҳосил қилади ва вэгетатив нерв системасининг ҳолатига фаол таъсир этади. Йиғлаш, кулги, қажқаж, таъсирланиш ва шу кабилар ҳиссиётнинг физиологик ўзгаришига таъсир қилувчи ташқи аломатлардир. Кишининг нутқи ҳам туйғу ҳисларига узвий боғланади. Жумладан, баъзи кишилар ҳаяжонланиб тез, шошиб, баланд овоз билан гапиради, баъзилар эса секин, шивирлаб гапиради. Демак оҳанг, интонация ва нутқ киши кечираётган эмоционал ҳолатни акс эттиради. Организмнинг ҳаёт жараёнларини сусайтирадиган, ғайратни бўшаштирадиган ҳисни астеник эмоциялар дейилади. Аксинча, одамни тетик ва чаққон, ғайратли қиладиган туйғулар стеник эмоциялар деб аталади. Бу жараёнда ички аъзоларнинг ва ички секреция безларининг ишларига таъсир қилувчи вегетатив нерв системаси миёна пўсти фаолиятига бўйсунганлигини алоҳида кўрсатиб ўтиш лозим. Баъзи ҳолларда ҳиссиётнинг туғилиши ва кечиши барқарор ва маҳкам ўрнашган боғланишлар системасининг бузилган маҳалида ва аксинча, қувватланганида воқеа бўладиган нерв жараёнларига хос хусусиятлар билан боғлиқдир. И.П. Павлов динамик стеротипнинг ўрнашуви ва алмашуви масаласи муносабати билан бундай деб ёзган эди: «Менинг фикримча, катта миёна ярим шаридаги ҳалиги баён қилинган физиологик жараёнларни ўзимизча субъектив тарзда, одатда ҳиссиёт деб атайдиган нарсага мувофиқ келади, деб ўйлаш учун етарлича асос бор ... Булар қийинчилик ва енгил тортиш ҳисси, тэтиклик ва чарчаш ҳисси, манманлик ва норозилик, суюниш, тантана ва хафалик ҳисси ва ҳоказо». Ҳиссиётнинг туғилишида ва ўзгаришида иккинчи сигнал системасидаги боғланишларнинг муҳим таъсири бор. Биринчи сигнал системасига маҳкам боғланган ва миёна пўсти ости нерв марказларининг ишига таъсир қиладиган иккинчи сигнал системасининг фаолиятига суянган ҳолда, киши ўзидаги ҳисларини идора қила олади. Хулоса қилиб айтганда, ҳиссиётнинг ниҳоятда муҳим хусусиятларидан бири шуки, инсон организми фаолиятини ўзгартиради ва ташқи кўринишига таъсир этади, бир қанча жисмоний-физиологик аломатларни ифодалайди. Ҳиссиётнинг турлари. «Инсоннинг эҳтиёжлари, муносабатлари ва уни ўраб олган ижтимоий муҳит турли-туман бўлганидек, унда пайдо бўладиган туйғу-ҳисларнинг ҳам турли

кўринишда бўлиши табиийдир. Кишида маълум даражадаги ҳисни кўзғовчи физиологик сабабни ҳиссиёт манбаи дейилади. Ҳиссиёт манбаи унинг мазмунини бэлгилайди». Шунинг учун инсоннинг туйғу ва эмоционал ҳисларини келиб чиққан манба ва мазмунига қараб, қуйидаги хилларга ажратиш мумкин.

Биринчиси, **ўз-ўзини сақлаш туйғулари** организмнинг ўз-ўзини сақлаш эҳтиёжига боғлиқ бўлиб, ҳаётимиз, саломатлигимиз ва тинчлигимиз учун хавфли бўлган нарсалар таъсири билан вужудга келадиган алоҳида хуш ёки нохуш туйғулардир. Масалан, тинчликни ҳис қилиш, бирор нарсадан енгил тортиш, хотиржам бўлиш ёки хавотирланиш, кўркиш, ташвишланиш, ғазабланиш каби туйғулардир. Ўз-ўзини сақлаш туйғулари органик туйғулар сифатида ҳайвонларга ҳам хосдир. Шунинг учун бу туйғуларни оддий туйғулар дейилади. Аммо ижтимоий табиатга эга бўлган одамларда бу туйғулар ижтимоий моҳиятга эга бўлади ва жамиятдаги маънавий-ахлоқий қоидаларга бўйсунди.

Иккинчиси, **ақл туйғулари** инсоннинг маърифатга, маънавиятга, дунёни билишга бўлган эҳтиёжларидан пайдо бўладиган ва унга маънавий завқ бағишлайдиган алоҳида интэллектуал туйғулардир. Масалан, билимга ҳавас, иштиёқ, ҳайрон қолиш, ажабланиш, ҳақиқатга эришишдан мамнун бўлиш, илмга чанқоқлик, фан ва маданият соҳасида янгиликлар яратишга иштиёқмандлик, орзу-ҳавас ва шу кабилардир. Бу ҳиссиётлар ҳар қандай назарий ва амалий масалаларни ўртага қўйиш, уларни ҳал қилиш, кашф ва ихтиро этиш, маърифатга, маънавиятга интилиш жараёнида пайдо бўлади. Мустақиллигимизнинг истиқболли тараққиётини куриш учун янгиликлар яратиш ҳисси қудратли ва улуғвор ҳисдир.

Фикрлаш билан боғлиқ бўлган ҳислар дунёвий тафаккур ҳислари деб ҳисобланади. Улар тафаккур фаолиятига ижобий таъсир кўрсатиб, ақлнинг ривожланишига, зэхннинг ўткирлашишига ёрдам бэрадилар. Чунончи, илмга ҳавас, ҳайрон қолиш каби ҳислар зўр ғайрат билан ўқишга, ижодга, мутолаа қилишга сабаб бўлади. «Билиш, – деган эди буюк ёзувчиларимиздан бири, – ҳайрон қолишдан бошланади...» Бирор фикрнинг тўғри-нотўғрилигидан шубҳаланиш ҳам ақл эмоциясидир. Истиқлол ёшларга билим бериш туфайли уларда чуқур ақл туйғуларини, яъни билимга бўлган завқ, ҳаққониятга муҳаббат, янгиликка интилиш ҳиссини шакллантирди, инсоннинг маърифатга, маънавиятга зўр иштиёқ ва шижоат билан интилишга илҳомлантирди. Ақл туйғулари кўпроқ фан соҳибларига хосдир. Ватанимиз олимлари ўз ижодлари ва кашфиётлари билан халққа хизмат кўрсатганликларидан чуқур маънавий қаноат ҳосил қиладилар ва катта руҳий қувват билан ишлайдилар.

Учинчиси, **улуғворлик туйғуси**. Бундай туйғулар ўз миллатини сэвгувчи, ютуқларидан илҳомланувчи, қудратли Ватанидан, ижодкор халқидан ғурурланувчи, мустақил ватанидаги бэхад ажойиб нарса ва ходисаларни кўриш, тасаввур этиш ёки завқланиш муносабати билан вужудга келадиган мураккаб ижтимоий-миллий улуғворлик туйғуларидир. Ватанимиз пойтахти Тошкэнтда ўтказиладиган бир-биридан гўзал байрамлар, тантанали намоёишлар, олимпиадалар, спорт анжуманлари, миллатимизнинг буюк ижодкорлари,

уларнинг дунё миқёсидаги ўрни, бунёд этилаётган қудратли қурилиш иншоотлари, Президентимизнинг озодлик, тинчлик, осойишталик учун зўр ғайрат билан олиб бораётган сиёсий фаолияти, халқимизнинг бунёдкорлик шижоати миллатимизда, айниқса, ёшларимизда улугворлик хисларини туғдиради. Давлатимиз раҳбарининг дунё ҳамжамияти олдидagi катта ҳурмати, сиёсий ташкилотчилик қобилияти халқимизда, ёшларимизда кўтаринкилик, ғурур туйғуларини вужудга келтиради. Бу туйғу ватан тараққиёти учун меҳнат қилаётган барча меҳнаткашларни илҳомлантиради, уларнинг ғайратига ғайрат қўшади.

Тўртинчиси, *ўз-ўзига баҳо бериш* ҳисси. Ҳар бир маънавиятли инсон ўз тэварак-атрофидаги оламгагина эмас, балки ўзига ҳам ижобий ёки салбий муносабатда бўлишини биламиз. Яъни киши ўз-ўзига бўлган муносабатидан баъзан хуш ёки нохуш туйғулар кечириб яшайди. Ҳатто киши ўзининг ҳуснидан мамнун ёки кўримсизлигидан хафа бўлиши, хулқ-атвори ва қобилиятидан рози ёки норози бўлиши ҳам мумкин.

Одам ҳаётидаги меҳнат фаолияти жараёнида ўз кучига маҳкам ишониши ёки ишонмаслиги мумкин. Бу каби туйғулар одамнинг ўз-ўзига баҳо бэришдан пайдо бўлади, натижада киши ўзидан мамнун ёки аксинча норози ва маъюс туйғуларни ҳис этади ўзида. Аммо баъзи одамлар ўз-ўзига ортиқча баҳо бэрадилар ва ўзларида ҳақиқатда йўқ фазилатларни ўзларида борлигига ишониб бундан ҳамиша мамнун бўлиб, кэккайиб, мақтаниб, ҳатто кэнг жамоатчилик ичида ўзларига ортиқча бино қўйиб юрадилар. Бундай одамлар ҳатто оддий танқидга чидай олмайдилар, чунки ўзларида биронта нуқсон борлигига ишонмайдилар. Шунинг учун ҳам болаларни кичиклигидан ортиқча мақтайвэриш, эркалатиш ҳам ярамайди.

Баъзан ўз кучига ишонмайдиган, ўз фазилатларини сэзмайдиган ва ўз-ўзидан норози бўлиб юрадиган одамлар ҳам учрайди. Бу туйғу ўз-ўзини камситиб баҳо бэришдан пайдо бўлади. Бундай одамлар ҳам жамиятда ўз ўрнини топа олмайдилар. Чунки ўз кучига ишонмаганликларидан ғайрат ва ташаббус кўрсатиб ишлашга ботинолмайдилар, ортиқча тортинчоқ, характэри жиҳатдан ювош бўладилар. Бундай болаларга (катта одамларни ҳам) алоҳида тарбияга олиб, уларни ўз куч-қобилиятларига ишонадиган қилиб тарбиялаш керак. Ўзига тўғри баҳо бэриб, ўз қадрини билиш, мағрурланиб кэтмаслик, ўзига танқидий кўз билан қарай билиш, танқидга чидаш ва бошқаларнинг ўзи ҳақидаги фикрларини назарга ола билиш қилган ишидан мағрурланиб кетмаслик халқимизнинг буюк фазилатларидан биридир.

Бешинчиси, сиёсий-маънавий ва ахлоқий туйғулар. Юқорида келтирилган таърифлар ўқитувчи руҳий фаолиятининг бир томонини ташкил қилади. Иккинчи томони ўқитувчининг сиёсий-маънавий, юксак инсоний фазилатлари билан боғлиқдир. Аввало ўқитувчи, қолаверса уни тарбиясини кўрган ўқувчилар ҳам ҳалол-пок, виждонли, иймонли, диёнатли, мэхр-шафқатли, маънавий ва ахлоқий дунёси бой бўлиши керак. Инсон эгри йўл, эгри қўл, эгри мақсад, нопок сиёсий-ахлоқий туйғулар билан ҳэч нарсага эриша олмайди. Фэъл-атворида эгрилик бор тарбиячи тарбиявий ишини узоқ давом эттира олмайди. Маънавият, одоб каби ахлоқий туйғулар кишиларнинг фэъл-атвори,

юриш-туриш қоидаларидир. Шу қоидаларга риоя қилиш ёки қилмасликдан алоҳида туйғулар пайдо бўладики, буларни номус, шараф, виждон, инсоф, уят, ҳаё, ростгўйлик, масъулият, бурч ҳисси дейилади. Инсонга хос бўлган барча ҳислар ижтимоий моҳиятга эга, яъни улар ҳам инсоннинг мавжуд турмушини, улардаги эҳтиёж ва орзу-ҳавасларини акс эттирадилар. Улар ҳам ўзгармайдиган нарсас эмас, балки жамият тараққиёти қонунларига биноан тарихий, ижтимоий муҳитда ўзгарадилар.

Мустақиллигимиз берган истиқлол туйғуси тараққиётимиз йўлидаги барча ғалабаларимизнинг илҳомчиси, йўлбошчиси ва ташкилотчиси бўлмиш халқимизнинг йўлбошчиси Президентимизга чексиз муҳаббат, садоқат ва ишонч ҳиссини, мустақил ватанимиз учун ҳар қандай хизматга тайёр бўлиш ҳиссини, қаҳрамонлик, мардлик ва қийинчиликлардан қўрқмаслик туйғусини ўз ичига олади. Халқимиз мустақил ватани олдида ўзининг муқаддас бурчини бажариш, ватаннинг қадр-қимматини, шон-шарафини, унинг обрўсини сақлаш туйғусини онгли ҳис қиладилар. Қудратли халқимиз дунёда энг илғор жамият қураётганликларини, тараққиёт сари астойдил бораётганликларини тушуниб этдилар, улар янги жамият кишилариининг маънавий қудрати мустаҳкамлигини биладилар ва бундан чуқур қаноат ҳосил қилиб, тараққиёт йўлида курашга илҳомланмоқдалар. Миллатимизнинг даҳо аждодлари Форобий, Ал Бэруний, Ибн Сино, Улуғбек, Навоий, Жомий сингари буюк фан ва санъат арбобларини яратган бой маданий мероси, тарихимизни жаҳон халқлари олдида намоиш қилиш имкониятини бэргани учун чуқур миннатдорчилик ҳисси билан ёдга оламиз. Президентимиз ўзининг бир қатор асарларида такрор-такрор айтганидек, ғоясизлик, маслаксизлик, халқ талабидан орқада қолиш, сиёсий-маънавий жиҳатдан ўсишга ҳаракат қилмаслик, миллий ахлоқ ва андишани бузиш каби ҳолларга дуч келганимизда, биз уларни дўст-биродарлик ақидаси билан эмас, балки бэғараз ва жиддий суратда, жонажон Ватанимиз ҳимоячиси бўлиб очикчасига танқид остига олишимиз керак.

Олтинчиси, туйғу, ҳиссиётнинг таълим жараёнидаги аҳамияти. Таълим жараёнида турли-туман туйғу ва ҳисларни кечириш натижасида ўқувчилар ҳаёти жонли, қизиқарли ва мазмундор бўлиб боради. Чунки одамнинг руҳиятида дард, мэхр, муҳаббат, хаяжон, қувонч, ғам, алам каби туйғулар бўлмаса унинг ҳаёти маъносиз, мантиқсиз, рангсиз, фаолияти эса ғайрациз ва завқсиз бўлар эди. Тарихда фан, санъат, тэхника соҳасида, инқилобий курашда зўр ғайрат, шижоат ва эҳтирос билан яшаган алломаларнинг ҳаётида ижобий маънавий ҳис-туйғулар ғоят катта ўрин тутганлиги маълум. Ўқувчилардаги ўқишга қизиқиш, ҳавас, завқ-шавқ каби туйғу, ҳиссиёт уларда фаол ва зўр ғайрат билан ҳаракат қилишга, ўз олдида қўйган мақсадини амалга оширишга, бошланган ишни охиригача этказишга қатъият-лилик ҳосил қиладди.

Ўқувчиларни буюк ишларни амалга ошириш руҳида тарбиялаш керак. Аммо курашаётган ғояни ўқувчи бутун вужуди билан англаши, унга мэхр қўйиши керак, шу йўлда унга қаршилиқ кўрсатадиган душманга эса шафқациз бўлиш, чуқур нафрат ва ғазаб билан қарашга ўргатиш керак. Буюк шахслар ҳамиша юксак ҳис-туйғуларга эга бўлганлар. Ўқувчилар ҳам ўзларининг асосий ғоя ва мақсадларига, ўқишдаги фаолиятларига жону дили билан бэрилиб, зўр

иштиёқ ва ғайрат билан интилишлари керак. Илмга бўлган чуқур туйғу, кучли эҳтирос, хусусан дунёвий фанларга қизиқиш, ҳақиқатга интилиш катта аҳамиятга эга. Инсоний ҳиссиётларсиз таълим йўлида муваффақиятларга эришиш ҳэч қачон бўлмаган. Ижобий туйғулар ўқувчи фаолиятида маънавий мадад бэради, интэллэктуал меҳнатга бўлган қобилиятини кенгайтиради, ижодий ишларни серунум қилади. Шунинг учун «Севинч йўқ, қайғу йўқ, кўклам йўқ, хазон», деган эди Ғофур Ғулом. Ўқитувчи ўсмирларга нисбатан жуда сезгир ва эътиборли бўлиши, ҳар қандай мақсадсиз, сабабсиз оҳангда гапириш, нафақат тарбиявий таъсир кўрсатиб қолмай, балки ўсмирнинг қаттиқ ранжиши, унда норозилик ҳис-туйғуларини уйғотиши мумкинлигини унутмаслиги керак. Чунки юқорида айтганимиздек, ўсмирлар ва юқори синф ўқувчиларида олий ҳислар тэз ривожланади. Интэллэктуал ҳислар кўп нарса билишга интилишга, ўқув фанларига қизиқишга имконият туғдиради. Фақат бугина эмас, ўсмирда ташаббускорлик, мардлик туйғулари ҳам шаклланади. Еттинчиси, кайфият. Биз кечирадиган ҳислар мазмунига кўра, нохуш ёки хушқайфият ҳосил қилувчи ҳолатлар бўлиб, бири ҳузур бэрувчи кайфият, иккинчиси бэхузур қилувчи кайфият турига ажратилади. Чунки кишининг бирор нарсага муносабати ҳамиша ижобий ва салбий кечинма орқали бўлади. Ҳузур қилиш, суюниш, бахтиёрлик, қувониш, шодланиш ва яхши кўриш каби ҳислар яхши кайфият уйғотувчи ижобий муносабат туйғусидир. Бэхузурлик, қайғуриш, ҳафалик, ғам-ғусса, ноумидлик, ёмон кўриш, жирканиш, нафрат каби ҳислар салбий кайфият туйғуларидир. Кайфият сифатидаги анча муҳим бўлган қарама-қаршиликларнинг яна бири кайфиятнинг фаоллиги билан суствлиги ўртасидаги қарама-қаршилиқдир. Ҳаяжон, ғайрат, шижоат, дадиллик каби ҳислар кайфиятнинг фаол кўринишларидандир. Руҳан маъюслик, эзилганлик, ғамгинлик каби ҳислар кайфиятнинг салбий, яъни суств кўринишларидир. Шундай қилиб, кайфият деб, шахснинг бутун хатти -ҳаракати, эмоционал туйғуларини бир мунча вақтгача бир хил руҳий ҳолатга солган умумий эмоционал туйғуларнинг кўринишларига айтамыз. Юқорида айтганимиздек, кўпинча кишининг кайфиятига унинг учун жуда муҳим бўлган бирор воқэа орқа-сида туғилган маълум бир ҳиссиёт сабаб бўлади. Эрталаб эшитилган нохуш хабар киши кайфиятини кечгача бузиб, ташвишга солиб юриши мумкин. Ишда эришилган жиддий муваффақият бир неча кунгача кишини шодлантириб, кайфиятини кўтариши мумкин. Ҳиссиётнинг шундай қобилияти борки, уни туғдирган нарсадан ўтиб, бу нарса билан алоқадор бўлган бошқа нарсаларга ҳам ёйилади. Бунинг натижасида кишида кайфият деб аталадиган умумий бир эмоционал ҳолат пайдо бўлади. Кишининг кайфияти соғ-саломатлигига ҳам боғлиқ бўлади: ҳаддан ташқари чарчаш, уйқудан қолиш, бетоблик, кишининг кайфиятини пасайтиргани ҳолда, яхши дам олиш, мириқиб ухлаш, танадаги соғлиқ киши кайфиятини кўтаради. Маънавий ҳаёти чуқур ва мазмундор бўлган, иродаси кучли кишилар ҳар қандай оғир ҳолатларда ҳам кайфияти баланд, хушчақчақ бўлиб яшашга интилишларини кузатамыз. Демак, маълум даражада киши ўз кайфиятига ўзи хўжайин десак ҳам бўлади.

Назорат саволлари:

1. Affekt deganda nimani tushunasiz?

2. Kayfiyat qanday emotsional holat?
3. Yuksak his-tuyg'ularga qaysilar kiradi?
4. Emotsional hissiy holatlarni qanday boshqarish mumkin?
5. Intellektual his-tuyg'ularga qaysilar kiradi?
6. Estetik his tuyg'u deganda nimani tushunasiz?
7. Ma'naviy his tuyg'u deganda nimani tushunasiz?
8. Emotsional hissiy holatlarni boshqarishda irodaning ahamiyati bormi?

5-маруза: Шахс. Шахснинг ўз-ўзини англаши.

Режа:

1. Шахс ҳақида тушунча. Индивид, шахс, индивидуаллик. Шахснинг тузилиши.
2. Шахс тараққиётини ҳаракатга келтирувчи кучлар. Шахсни экспериментал тадқиқ қилиш методлари. Шахс шаклланишининг ижтимоий шарт-шароитлари ва унинг йўналиши.
3. Шахс фаолияти ва унинг йўналиши. Фаолиятнинг тузилиши. Ташқи ва ички ҳаракатлар. “Мен” - образи ва ўз- ўзига баҳо бериш.

Таянч сўз ва иборалар:

Шахс, ижтимоий муҳит, ижтимоийлашув, шахс йўналганлиги, ўз-ўзини англаш, “Мен” – образи, мақсад, идеал, қизиқиш, этикод, дунёқараш, Нативизм, Эмпиризм, қобилиятлар, ирсий хусусиятлар, фаолият, ташқи ва ички фаоллик.

Шахс ижтимоий таъсирлар маҳсули сифатида. “Шахс” тушунчаси психологияда энг кўп қўлланиладиган тушунчалар сирасига киради. Психология ўрганадиган барча феноменлар айнан шу тушунча атрофида қайд этилади. Инсон руҳий олами қонуниятлари билан қизиққан ҳар қандай олим ёки тадқиқотчи ҳам шахснинг ижтимоийлиги ва айнан жамият билан бўлган алоқаси масаласини четлаб ўтолмаган.

Шуни алоҳида таъкидлаш лозимки, “Хомо сапиенс” - “ақлли зот” тушунчасини ўзида ифода этувчи жонзотнинг пайдо бўлганига тахминан 40 минг йилдан ошибди. Бу даврда олимларнинг эътироф этишларича, 16 минг авлод алмашган эмиш. Дарвин таъбири билан айтганда, табиий танланиш жараёнида ер юзида сақланиб қолган минглаб миллат ва элатларнинг кейинги даврдаги тараққиёти кўпроқ биологик омиллардан кўра, ижтимоий - социал омиллар таъсирида рўй бермоқда. Шунинг учун ҳам ҳар бир индивидни ёки шахсни ўрганиш масаласи унинг бевосита ижтимоий муҳити ва унинг ижтимоий нормалари доирасида ўрганишни тақозо этади. Социал ёки ижтимоий муҳит - бу инсоннинг аниқ мақсадлар ва режалар асосида фаолият кўрсатадиган дунёсидир. Мазмунан ҳар бир инсоннинг шу ижтимоий олам билан алоқаси унинг инсоният тажрибаси, маданияти ва қабул қилинган, тан олинган ижтимоий хулқ нормалари доирасидаги ҳаракатларида намоён бўлади.

Психология илмининг намоёндалари бўлмиш олимларнинг бутун бир авлоди ана шу шахс ва жамият алоқалари тизимида инсоннинг туб моҳиятини англаш, унинг ривожланиши ва камол топиши қонуниятларини излаганлар. Абу Наср Фаробий, А.Навоий, Ибн Сино, Беруний каби юзлаб Шарқ алломалари ҳам бу ўзаро боғлиқликнинг фалсафий ва ижтимоий сирларини очишга ўзларининг энг дурдона асарларини бағишлаганлар. Барча қарашларга умумий бўлган нарса шу бўлганки, одамни, унинг моҳиятини англаш учун аввало унинг шу жамиятда тутган ўрни ва мавқеини билиш зарур. Шахсни ўрганишнинг бирламчи мезони ҳам шундан келиб чиққан ҳолда, унинг ижтимоий мавқеи, ижтимоий муносабатлар тизимидаги ўрни билан белгиланиши керак.

Шахс ҳақидаги анъанавий назариялар. Шахс билан жамият

ўртасидаги ўзаро алоқалар масаласи бирданига, бир хил ечимга келинмаган. Бу ўзаро муносабатлар асосан икки поляр нуктаи назардан келиб чиқади. Нативизм йўналишининг тарафдорлари инсонлардаги барча хусусиятларни туғма характерга эга, деб эътироф этадилар.(Ленц, Грубер ва бошқалар).Эмпиризм тарафдорларининг фикрича, янги туғилган бола гўёки “топ - тоза тахта”(табула раса), унга ҳаёт ва ундаги талаблар ўзининг қонуниятларини ёзади ва бола уларга сўзсиз бўйсунушга мажбур. Бу йўналишнинг асосчиларидан бири Дж. Локк бўлиб (1632 - 1704) унинг фикрича, туғма фикрлар ёки ғоялар бўлиши мумкин эмас, улар ҳоҳиш - тилак ва оғриқ каби элементар сезгиларнинг қайта ишланиши натижаларидир. Ҳаётда ана шунга ўхшаш турли хил сезгилар ва ғояларнинг ассоциацияси рўй беради.

Г. Лейбниц (1646-1716) Локка эътироз билдириб, ҳаётда умуман тоза, соф досканинг ўзи бўлмайди, хаттоки, энг яхши силлиқланган мармар юзасида ҳам сезиларли тешиқлар, дўнгликлар ёки туғма асоратлар бўладики, улар лаёқатлардек, инсон тақдирида маълум роль ўйнайди. Бу иккала йирик йўналиш ўртасидаги тортишувларга чек қўйиш мақсадида Ф. Гальтон қатор экспериментал тадқиқотлар ўтказиб, ҳар бир индивидга хос дифференциал хусусиятлар мавжудлигини “ эгизаклар методи” ёрдамида асослашга ҳаракат қилди. 2-жадвалда Гальтон томонидан ирсий ва орттирилган сифатлар муносабати юзасидан аниқланган натижалардан келтирилган.

Муסיкий қобилиятлардаги ирсий хусусиятлар

Ота - оналар Болалар	муסיқага мойил	муסיқага мойил эмас
Муסיқага мойил	85 %	7 %
Муסיқага мойил эмас	25 %	58 %

Эгизаклардаги муסיқага мойилликнинг корреляцион кўрсаткичи ҳам юқори бўлиб (п 0,7), эгизак бўлмаганлардан анча фарқ қилади (п 0,3 - 0,4).

Гальтондан кейинги тадқиқотларда муסיқага бўлган қобилиятга она тилининг хусусияти таъсир қилиши аниқланди: юмшоқ - тонал ёки кескин - тонал бўлмаган тиллар. Масалан, кескинроқ ҳисобланган рус тилида гапирувчи болалардаги муסיқани идрок қилиш юмшоқ, тонал тилларда сўзлашувчи вьетнамликларнинг идрокидан анча паст чиққан.

Лекин юқоридаги фикрлар ва тортишувларнинг келиб чиқиш сабаби тушунарли бўлиши керак: улар инсоннинг асл моҳиятини тушуниш ва унинг хулқини бошқариш эҳтиёжларидан келиб чиқади. Демак, инсон жамият аъзоси сифатида унинг нормаларига бўйсунди, унинг кутишларига жавоб беришга ҳаракат қилади ва ўз хулқини унинг талабларига монанд қилишга интилади. Шу нуктаи назардан келиб чиқиб, шахс феноменига таъриф бериш мумкин.

Шахс-ижтимоий ва шахслараро муносабатларнинг маҳсули, онгли фаолиятнинг субъекти бўлмиш индивиддир. Шахсга таалуқли бўлган энг муҳим тасниф ҳам унинг жамиятдаги мураккаб ижтимоий муносабатларга бевосита алоқадорлик, ижтимоий фаолиятга нисбатан ҳам объект, ҳам субъект бўлишлиқдир.

Шахс ижтимоий хулқиға турли ташқи кучлар таъсир қилади: сиёсий, мафкуравий, иқтисодий, маънавий, ахлоқий ва бошқалар. Бу таъсиротлар моҳиятан аслида жамият аъзолари бўлмиш шахслар ўртасидаги ўзаро муносабатларнинг айрим алоҳида йўналишларини белгилаб беради.

Шундай қилиб, шахс турли ижтимоий муносабатлар тизими таъсирида бўлади ва кўплаб ижтимоий институтлар (оила, маҳалла, ўқув масканлари, меҳнат коллективлари, норасмий ташкилотлар, дин, санъат, маданият ва бошқ.) билан боғлиқ бўлади. Масалан, шахсдаги турли ғоялар, фикрлар ва мафкура мафкуравий муносабатлар тизими таъсирида шаклланиб, улар бевосита оила, боғча, мактаб ва бошқа ўқув ва тарбия муассасалари орқали онгга сингдирилади. Агар бу таъсир унинг эътиқоди даражасида кўтарилса ва унда яна янгидан - янги фикрлар ва ғояларнинг пайдо бўлиши ва ўсишига олиб келса, шахс таракқиёти жараёнида шундай фаолият соҳасини танлайдики, ўз қобилиятлари, малака ва кўникмаларини ривожлантира бориб, зиёли сифатида ўқитувчи ёки врач, олим ёки кашфиётчи, муҳандис бўлиб, элу - юртига хизмат қилади.

Иқтисодий муносабатлар ҳам шахс онги ва унинг инсоний хусусиятлари шаклланишида катта роль ўйнайди. Масалан, босқичма-босқич бозор муносабатларига ўтаётган Ўзбекистон шароитини оладиган бўлсак, янгича иқтисодий ўзгаришлар, бозор, рақобат, легализация ва шунга ўхшаш янгиликлар ҳар бир шахснинг моддий бойликлар ва уларга бўлган шахсий муносабатларида акс этиб, унинг иқтисодий онги, тафаккури ва иқтисодий хулқи нормаларини белгилайди.

Ижтимоий нормалар, санкциялар ва шахс. Ижтимоий норма - шахс ҳаётида шундай категорияки, у жамиятнинг ўз аъзолари хулқ - атвориға нисбатан ишлаб чиққан ва кўпчилик томонидан эътироф этилган ҳаракатлар талабларидир. Масалан, ўзбеклар учун бирор хонаға кириб келган инсоннинг ким бўлишидан қатъий назар, “Ассалому алайкум” деб келиши - норма; ўқувчининг ўқитувчиға берган топшириқларни бажариши лозимлиги - норма; хотиннинг эр ҳурматини ўрниға қўйиши, қайнонаға гап қайтармаслик - норма; автобусда ёки бошқа жамоат транспортида кичикнинг катталарға, ногиронларға ўрин бўшатиши - норма ва ҳақозо. Бу нормаларни айрим - алоҳида одам ишлаб чиқмайди, улар бир кун ёки бир вазиятда ҳам ишлаб чиқилмайди. Уларнинг пайдо бўлиши ижтимоий тажриба, ҳаётий вазиятларда кўпчилик томонидан эътироф этилганлиги факти билан характерланади, ҳар бир жамият, давр, миллат ва ижтимоий гуруҳ психологияда муҳрланади.

Ижтимоий нормаларнинг у ёки бу даврда, у ёки бу тоифа вакили бўлмиш шахс томонидан қай даражада бажарилиши ёки унга амал қилинаётганлиги ижтимоий санкциялар орқали назорат қилинади. Ижтимоий санкциялар - нормаларнинг шахс хулқида намоён бўлишини назорат қилувчи жазо ва рағбатлантириш механизмлари бўлиб, уларнинг борлиги туфайли биз ҳар бир алоҳида вазиятларда ижтимоий хулқ нормаларини бузмасликка, жамоатчиликнинг салбий фикри объектиға айланиб қолмасликка ҳаракат қиламиз. Масалан, юқоридаги мисолда, агар жамоат транспортида катта муйсафид кишиға ўрин бўшатишни норма деб қабул қилмаган ўсмирга

нисбатан кўпчиликнинг айблов кўзи билан қараши, ёки оғзаки танбеҳ бериши, жуда кам ҳолларда ўзини бебош тутаётган ўсмирнинг кўлидан тутиб, нима қилиш кераклигини ўргатиб, “кўзини мошдай қилиб очиб қўйиш” ижтимоий санкциянинг ҳаётдаги бир кўринишидир.

Ҳар бир алоҳида шахс жамият томонидан ишлаб чиқилган ва қабул қилинган ижтимоий нормалар ва санкцияларни у ёки бу ижтимоий ролларни бажариши мобайнида ҳуқуқда намоён этади. Рол - шахсга нисбатан шундай тушунчаки, унинг конкрет ҳаётий вазиятлардаги ҳуқуқ ва бурчларидан иборат ҳаракатлари мажмуини билдиради. Масалан, талаба ролини оладиган бўлсак, уни бажариш - у ёки бу олий ўқув юртида тахсил олиш, унинг моддий базасидан фойдаланиш, кутубхонасига аъзо бўлиш, стипендия олиб, маъмуриятнинг ижтимоий ҳимоясида бўлиш каби қатор ҳуқуқлар билан биргаликда ўша олийгоҳ ички тартиб - интизоми нормаларига сўзсиз бўйсунуш, дарсларга ўз вақтида келиш, рейтинг баҳолов талаблари доирасида кундалик ўзлаштириш нормаларини бажариш, амалиётда бўлиш, деканатнинг берган жамоатчилик топшириқларини ҳам бажариш каби қатор бурчларни ҳам ўз ичига олади. Бу рол унинг уйга боргач бажарадиган “фарзандлик” роли (ота ва она, яқин қариндошлар олдида) талаб ва имтиёзларидан фарқ қилади. Яъни, конкрет шахснинг ўзига хослиги ва қайтарилмаслиги у бажарадиган турли - туман ижтимоий ролларнинг характерида келиб чиқади. Шунга кўра, кимдир “тартибли, баъмани, фозил, ахлоқли ва одобли” дейилса, кимдир - беъмани, бебош, ўзгарувчан, иккиюзламачи (яъни, бир шароитда жуда қобил, бошқа ерда - бетартиб) деган ҳаётий мавқега эга бўлиб қолади.

Ҳаётда шахс бажарадиган ижтимоий роллар кўплиги сабабли ҳам, турли вазиятлардаги унинг мавқеи - статуси ҳам турлича бўлиб қолади. Агар бирор рол шахс ижтимоий тасаввурлари тизимида унинг ўзи учун ўта аҳамиятли бўлса (масалан, талаба роли), у бошқа ролларни унчалик кадрламаслиги ва оқибатда, ўша вазиятда бошқачароқ, ноқулай ва нобопроқ мавқеи эгаллаб қолиши мумкин. Қолаверса, ролларнинг кўплиги баъзан роллар зиддиятини ҳам келтириб чиқариши мумкинки, оқибатда - шахс ички руҳий қийинчиликларни ҳам бошдан кечириши мумкин. Масалан, сиртдан тахсил олаётган талаба сессия пайтида ишлаб турган корхонасига комиссия келиши ва унинг фаолиятини текшираётганлигини билиб, руҳий азобга тушади - бир томондан, талабачилик ва унинг талаблари, иккинчи томондан - касбдошлар олдида уялиб қолмаслик учун ҳар куни ишхонага ҳам бориб келиш.

Ҳозирги ижтимоий - иқтисодий вазият ва бозор муносабатлари шароитидаги рақобат муҳити шахсдан бир вақтнинг ўзида қатор қобилиятлар ва малакаларни талаб қилмоқдаки, айниқса, ёшлар ўзгарувчан шароитларга тезроқ мослашиш учун баъзан бир - бирига зид хислатларни ҳам ҳуқуқда намоён қилишга мажбур бўлишмоқда. Масалан, ёш оила бошлиғи, талаба, ота - оналарга моддий жиҳатдан қарам бўлмаслик учун, бир вақтнинг ўзида ҳам итоаткор, интизомли талаба ва ишдан кейин эса - чакқон ва удабурон, тадбиркор, тижоратчилик билан шуғулланишга мажбур бўлиши мумкин. Бу ҳолат табиий, шахсдан кучли ирода, доимий интилувчанлик ва ўз устида муттасил ишлашни талаб қилади.

Ижтимоий таъсирларнинг шахс томонидан англаниши. Ижтимоий нормалар, санкциялар, роллар ижтимоий механизмлар сифатида шахс хулқ - атворини маълум маънода бошқариб, мувофиқлаштириб туришга ёрдам беради. Лекин инсоннинг комиллиги, унинг ахлоқ - ижтимоий нормалар доирасидаги мақбул ҳаракати унинг ўзига ҳам боғлиқдир. Одамнинг ўз - ўзини англаши, билиши ва ўз устида ишлаши аввало унинг диққати, онги бевосита ўзига, ўз ички имкониятлари, қобилиятлари, ҳиссий кечинмаларига қаратилишини тақозо этади. Яъни, ижтимоий хулқ - шахс томонидан уни ўраб турган одамлар, уларнинг хулқ - атворларига эътибор беришдан ташқари, ўзининг шахсий ҳаракатлари ва уларнинг оқибатларини мунтазам тарзда таҳлил қилиб бориш орқали, ролларни мувофиқлаштиришни ҳам тақозо этади.

Шахснинг ўзи, ўз хулқ -атвори хусусиятлари, жамиятдаги мақоини тасаввур қилишидан ҳосил бўлган образ - “Мен” - образи деб аталиб, унинг қанчалик адекватлиги ва реалликка яқинлиги шахс баркамоллигининг мезонларидан ҳисобланади.

“Мен” - образининг ижтимоий психологик аҳамияти шундаки, у шахс тарбиясининг ва тарбияланганлигининг муҳим омилларидан ҳисобланади. Шу нуқтаи назардан олиб қаралганда, тарбия шахснинг ўзи ва ўз сифатлари тўғрисидаги тасаввурларининг шаклланиши жараёнидир, деб таъриф бериш мумкин. Демак, ҳар бир инсон ўзини, ўзлигини қанчалик аниқ ва тўғри билса, тасаввур қилолса, унинг жамият нормаларига зид ҳаракат қилиш эҳтимоли ҳам шунчалик кам бўлади, яъни у тарбияланган бўлади.

Ўз - ўзини англаш, ўзидаги мавжуд сифатларни баҳолаш жараёни кўпинча конкрет шахс томонидан оғир кечади, яъни, инсон табиати шундайки, у ўзидаги ўша жамият нормаларига тўғри келмайдиган, ноъмақул сифатларни англамасликка, уларни “яширишга” ҳаракат қилади, ҳаттоки, бундай тасаввур ва билимлар онгсизлик соҳасига сиқиб чиқарилади (австриялик олим З. Фрейд назариясига кўра). Бу атайлаб қилинадиган иш бўлмай, у ҳар бир шахсдаги ўз шахсиятини ўзига хос ҳимоя қилиш механизмидир. Бундай ҳимоя механизми шахсни кўпинча турли хил ёмон асоратлардан, ҳиссий кечинмалардан асрайди. Лекин шуни алоҳида таъкидлаш лозимки, “Мен” - образининг ижобий ёки салбийлигида яна ўша шахсни ўраб турган ташқи муҳит, ўзгалар ва уларнинг муносабати катта рол ўйнайди. Одам ўзгаларга қараб, гўёки ойнада ўзини кўргандай тасаввур қилади. Бу жараён психологияда рефлексия деб аталади. Унинг моҳияти - айнан ўзига ўхшаш одамлар образи орқали ўзи тўғрисидаги образни шакллантириш, жонлантиришдир. Рефлексия “Мен” - образи эгасининг онгига тааллуқли жараёндир. Масалан, кўчада бир танишингини учратиб қолдингиз. Сиз тинмай унга ўз ютуқларингиз ва машғулотларингиз ҳақида гапирмоқдасиз. Лекин гап билан бўлиб, унинг қаергадир шошаётганлигига эътибор бермадингиз. Шу нарсани сиз унинг бетоқатлик билан сизни тинглаётганлигидан, ҳаёли бошқа ерда турганлигидан билиб қоласиз ва шу орқали айна шу пайтда “маҳмадона, лақмароқ” бўлиб қолганингизни сезасиз. Кейинги сафар шу ўртоғингиз билан учрашганда, олдинги хатога йўл қўймаслик учун “Ўртоқ, шошмаяпсанми?” деб сўраб ҳам қўясиз. Ана шу илгариги рефлексиянинг натижасидир. Яъни, суҳбатдош ўрнига туриб,

ўзингизга ташланган назар (“мен унга қандай кўриняпман?”) -рефлексиядир.

Шахснинг ўзи ҳақидаги образи ва ўз - ўзини англаши ёш ва жинсий ўзига хосликка эга. Масалан, ўзига нисбатан ўта қизиқувчанлик, ким эканлигини билиш ва англашга интилиш айниқса, ўсмирлик даврида ривожланади. Бу даврда пайдо бўладиган “катталик” хисси қизларда ҳам, ўсмир йигитчаларда ҳам нафақат ўзига, балки ўзгалар билан бўладиган муносабатларини ҳам белгилайди. қизлардаги “Мен” - образининг яхши ва ижобий бўлиши кўпроқ бу образнинг аёллик сифатларини ўзида мужассам эта олиши, аёллик хислатларининг ўзида айти пайтда мавжудлигига боғлиқ бўлса, йигитлардаги образ кўпроқ жисмонан баркамоллик мезонлари билан нечоғли уйғун эканлигига боғлиқ бўлади. Шунинг учун ҳам ўсмирликда ўғил болалардаги бўйнинг пастлиги, мускулларнинг заифлиги ва шу асосда қурилган “Мен” - образи қатор салбий таассуротларни келтириб чиқаради. қизларда эса ташки тарафдан гўзалликка, келишганлик, одоб ва аёлларга хос қатор бошқа сифатларнинг бор - йўқлигига боғлиқ ҳолда “Мен” образи мазмунан идрок қилинади. қизларда ҳам ортиқча вазн ёки терисида пайдо бўлган айрим тошмалар ёки шунга ўхшаш физиологик нуқсонлар кучли салбий эмоцияларга сабаб бўлса - да, барибир, чиройли кийимлар, тақинчоқлар ёки сочларнинг ўзига хос турмаги бу нуқсонларни босиб кетадиган омиллар сифатида қаралади.

“Мен” - образи ва ўз - ўзига баҳо. “Мен” - образи асосида ҳам бир шахсда ўз-ўзига нисбатан баҳолар тизими шаклланадики, бу тизим ҳам образга мос тарзда ҳар хил бўлиши мумкин. Ўз-ўзига нисбатан баҳо турли сифатлар ва шахснинг орттирилган тажрибаси, шу тажриба асосида ётган ютуқларига боғлиқ ҳолда турлича бўлиши мумкин. Яъни, айти бирор иш, ютуқ юзасидан ортиб кетса, бошқаси таъсирида - аксинча, пастлаб кетиши мумкин. Бу баҳо аслида шахсга бошқаларнинг реал муносабатларига боғлиқ бўлса-да, аслида у шахс онги тизимидаги мезонларга, яъни, унинг ўзи субъектив тарзда шу муносабатларни қанчалик қадрлашига боғлиқ тарзда шаклланади. Масалан, мактабда бир фан ўқитувчисининг болага нисбатан ижобий муносабати, доимий мақтовлари унинг ўз - ўзига баҳосини оширса, бошқа бир ўқитувчининг салбий муносабати ҳам бу баҳони пастлатмаслиги мумкин. Яъни, бу баҳо кўпроқ шахснинг ўзига боғлиқ бўлиб, у субъектив характерга эгадир.

Ўз-ўзига баҳо нафақат ҳақиқатга яқин (адекват), тўғри бўлиши, балки у ўта паст ёки юқори ҳам бўлиши мумкин.

Ўз-ўзига баҳонинг паст бўлиши кўпинча атрофдагиларнинг шахсга нисбатан қўяётган талабларининг ўта ортиқлиги, уларни урдалай олмаслик, турли хил эътирозларнинг доимий тарзда билдирилиши, ишда, ўқишда ва муомала жараёнидаги муваффақиятсизликлар оқибатида ҳосил бўлиши мумкин. Бундай ўсмир ёки катта одам ҳам, доимо тушкунлик ҳолатига тушиб қолиши, атрофдагилардан четроқда юришга ҳаракат қилиши, ўзининг кучи ва қобилиятларига ишончсизлик кайфиятида бўлиши билан ажралиб туради ва бора-бора шахсда қатор салбий сифатлар ва ҳатти-ҳаракатларнинг пайдо бўлишига олиб келади. Ҳаттоки, бундай ҳолат суицидал ҳаракатлар, яъни ўз жонига қасд қилиш, реал борлигидан “қочишга” интилиш психологиясини ҳам келтириб чиқариши мумкин.

Ўзи-ўзига баҳо ўта юқори ҳам шахс хулқ-атворига яхши таъсир кўрсатмайди. Чунки, у ҳам шахс ютуқлари ёки ундаги сифатларнинг бошқалар томонидан сунъий тарзда бўрттирилиши, ноўрин мақтовлар, турли қийинчиликларни четлаб ўтишга интилиш туфайли шаклланади. Ана шундай шароитда пайдо бўладиган психологик ҳолат “ноадекватлилик эффекти” деб аталиб, унинг оқибатида шахс хаттоки, мағлубиятга учраганда ёки ўзида ночорлик, уқувсизликларни сезганда ҳам бунинг сабабини ўзгаларда деб билади ва шунга ўзини ишонтиради ҳам (масалан, “халақит берди-да”, “фалончи бўлмаганида” каби баҳоналар кўпаяди). Яъни, нимаики бўлмасин, айбдор ўзи эмас, атрофдагилар, шароит, тақдир айбдор. Бундайлар ҳақида бора-бора одамлар “оёғи ердан узилган”, “манмансираган”, “димоғдор” каби сифатлар билан гапира бошлайдилар. Демак, ўз-ўзига баҳо реалистик, адекват, тўғри бўлиши керак.

Реалистик баҳо шахсни ўраб турганлар - ота-она, яқин қариндошлар, педагог ва мураббийлар, кўни-кўшни ва яқинларнинг ўринли ва асосли баҳолари, реал самимий муносабатлари махсули бўлиб, шахс ушбу муносабатларни илк ёшлигиданоқ холис қабул қилишга, ўз вақтида керак бўлса тўғрилашга ўргатилган бўлади. Бунда шахс учун эталон, ибратли ҳисобланган инсонлар гуруҳи - референт гуруҳнинг роли катта бўлади. Чунки биз кундалик ҳаётда ҳамманинг фикри ва баҳосига кулоқ солавермаймиз, биз учун шундай инсонлар мавжудки, уларнинг хаттоки, оддийгина танбеҳлари, маслаҳатлари, хаттоки, мактаб туриб берган танбеҳлари ҳам катта аҳамиятга эга. Бундай референт гуруҳ реал мавжуд бўлиши (масалан, ота-она, ўқитувчи, устоз, яқин дўстлар), ёки нореал, ҳаёлий (китоб қаҳрамонлари, севимли актёрлар, идеал) бўлиши мумкин. Шунинг учун ёшлар тарбиясида ёки реал жамоадаги одамларга мақсадга мувофиқ таъсир ёки тазйиқ кўрсатиш керак бўлса, уларнинг эталон, референт гуруҳини аниқлаш катта тарбиявий аҳамиятга эга бўлади.

Шундай қилиб, ўз - ўзига баҳо соф ижтимоий ходиса бўлиб, унинг мазмуни ва моҳияти шахсни ўраб турган жамият нормаларига, шу жамиятда қабул қилинган ва эъзозланадиган қадриятларга боғлиқ бўлади. Кенг маънодаги йирик ижтимоий жамоалар эталон ролини ўйнаши оқибатида шаклланадиган ўз-ўзига баҳо - ўз-ўзини баҳолашнинг юксак даражаси ҳисобланади. Масалан, мустақиллик шароитида мамлакатимиз ёшлари онгига миллий қадриятларимиз, ватанпарварлик, адолат ва мустақиллик мафкурасига садоқат ҳисларининг тарбияланиши, табиий, ҳар бир ёш авлодда ўзлигини англаш, ўзи мансуб бўлган халқ ва миллат маънавиятини қадрлаш ҳисларини тарбияламоқда. Бу эса, ўша юксак ўз - ўзини англашнинг пойдевори ва муҳим шакллантирувчи механизмидир. Демак, ўз-ўзини баҳолаш - ўз-ўзини тарбиялашнинг муҳим мезонидир. Ўз-ўзини тарбиялаш омиллари ва механизмларига эса, қуйидагилар киради:

- ўз-ўзи билан мулоқот (ўзини конкрет тарбия объекти сифатида идрок этиш ва ўзи билан мулоқотни ташкил этиш сифатида);
- ўз-ўзини ишонтириш (ўз имкониятлари, кучи ва иродасига ишониш орқали, ижобий хулқ нормаларига бўйсундириш);

- ўз-ўзига буйруқ бериш (тиғиз ва экстремал ҳолатларда ўзини қўлга олиш ва мақбул йўлга ўзини чорлай олиш сифати);
- ўз-ўзига таъсир ёки аутосуггестия (ижтимоий нормалардан келиб чиққан ҳолда ўзида маъқул установакаларни шакллантириш);
- ички интизом - ўз-ўзини бошқаришнинг муҳим мезони, ҳар доим ҳар ерда ўзининг барча ҳаракатларини мунтазам равишда коррекция қилиш ва бошқариш учун зарур сифат.

Шахснинг қандай сифатларга эга эканлиги, ундаги баҳолашнинг объективлигига боғлиқ тарзда ўз - ўзи билан мулоқатга киришиб, жадвалдагига мувофиқ шахс ўзини назорат қила олади. Шунинг учун ҳам ҳаётда шундай кишилар учрайдики, катта мажлисда иши танқидга учраса ҳам, ўзига ҳолис баҳо бериб, керакли тўғри ҳулосалар чиқара олади, шундай одамлар ҳам борки, арзимаган хатолик учун ўз “ич - этини еб ташлайди”. Бу ўша ички диалогнинг ҳар кимда ҳар хил эканлигидан дарак берувчи фактлардир.

Шахс дунёқараши ва эътиқодини ўзгартирувчи омиллар. Миллий ва маънавий қадриятларнинг роли. Дунёқараш - шахснинг шахслигини (индивид эмас), унинг маънавиятини, ижтимоийлашуви даражасини кўрсатувчи кучли мотивлардандир. Шунинг учун ҳам унинг шаклланиши ва ўзгариши масаласи муҳим масалалардан бўлиб, ҳамма вақт ва даврларда ҳам ўта долзарб бўлиб келган. Ўзбекистон ўз мустақиллигига эришгач, жамиятда туб ислохотлар бошланди. Ана шу ислохотларнинг асосий йўналишларидан бири - маънавий - маърифий ислохотлар бўлиб, унинг асосий мақсади жамият аъзолари дунёқарашини истиқлол руҳида шакллантиришни мақсад қилиб қўйди. Давлатимизнинг ёшлар борасидаги сиёсатининг асосини ҳам уларда янгича ҳурфикрлилик билан янгича дунёқарашни шакллантиришдир. Бу ўринда психология ўзгаришлар шароитида эътиқод, дунёқараш ва идеаллар ўзгаришига сабаб бўлувчи омиллар хусусида қуйидагилар ажаратади:

1. Маънавият ва маърифат. Аввало маърифат хусусида. Бу - одамнинг табиат, жамият ва инсонлар тўғрисидаги турли билимлари, тушунчалари, маълумотлари мажмуи бўлиб, унинг мазмуни бевосита шахс дунёқарашининг мазмун - моҳиятини белгилайди. Демак, ёшларга қаратилган ва улар ўқиб, ўрганиши учун йўналтирилган барча турдаги маълумотлар (китоблар, оммавий - ахборот воситалари орқали, мулоқот жараёнида), улар асосида шаклланадиган янгича тасаввурлар янгича дунёқараш учун заминдир.

2. Оила. Юртимизда оила ҳамиша давлат ҳимоясида ва олий қадрият сифатида эъзозланади. Оила ижтимоийлашувнинг асосий ва муҳим ўчоғи бўлгани учун ҳам унинг шу муҳитда тарбияланаётган ёшлар эътиқоди ва дунёқарашидagi роли сезиларлидир.

3. Мафкура. Ҳар бир даврнинг ўз мафкураси бўлади ва у шахс ижтимоийлашуви жараёнида унинг онгига таъсир кўрсатувчи муҳим омиллардан ҳисобланади.

4. Ижтимоий установакалар. Соф психологик маънода янгича тафаккур ва дунёқарашни шакллантирувчи ва ўзгартирувчи ижтимоий психологик механизм - бу ижтимоий установакалардир. Бу - шахснинг атроф муҳитида содир бўлаётган ижтимоий ходисаларни, объектларни, ижтимоий

гуруҳларни маълум тарзда идрок этиш, қабул қилиш ва улар билан муносабатлар ўрнатишга руҳий ички ҳозирлик сифатида одамдаги дунёқарашни ҳам ўзгартиришга алоқадор категориядир.

Рус олими В.А. Ядов ўзининг диспозицион концепциясини яратиб, унда установкаларни тўрт босқич ва тўрт тизимли сифатида тасаввур қилган.

А) элементар установкалар (сет) - оддий, элементар эҳтиёжлар асосида кўпинча онгсиз тарзда ҳосил бўладиган установкалар. Уларни ўзгартириш учун моддий шарт - шароитларни ва одамдаги эҳтиёжлар тизимини ўзгартириш кифоя.

Б) ижтимоий установкалар (аттитуд) - ижтимоий вазиятлар таъсирида ижтимоий объектларга нисбатан шаклланадиган установкалар. Уларни ўзгартириш учун ижтимоий шарт - шароитлар ва шахснинг уларга нисбатан баҳо ва муносабатлари тизимини ўзгартириш керак.

В) базавий ижтимоий установкалар - улар шахснинг умумий йўналишини белгилайди ва уларни ўзгартириш эътиқодлар ва дунёқарашларни ўзгартириш демакдир.

Г) қадриятлар тизими - улар авлодлараро мулоқот жараёнининг маҳсули сифатида жамиятда қадр - қиммат топган нарсаларга нисбатан установка. Масалан, саҳиҳ ҳадислар шундай қадриятлардир, биз уларни танқидсиз, муҳокамаларсиз қабул қиламиз, чунки улар ҳам илоҳий, ҳам энг буюк инсонлар томондан яратилган ва авлоддан авлодга ўз қадрини йўқотмай келаётган қадриятлардир.

Ижтимоий установкаларни ўзгартиришнинг энг содда ва қулай йўли - бу айни вазиятлар ва улардаги таъсирларни қайтаришдир. Бу қайтариш қайд қилинган образ сифатида инсон онгида узоқ муддатли хотирада сақланади ва вазият пайдо бўлганда, объективлашади, яъни ўз кучини ва мавжудлигини кўрсатади. Шунинг учун ҳам агар чет эл тажрибасига мурожаат қиладиган бўлсак, у ерда бирор ғояни онгга сингдириш учун бир одам ёки бирор гуруҳ ўз сиёсий, мафкуравий ёки бошқа қарашларини бир хил сўзлар ва иборалар, ҳаракатлар билан қайтараверади ва шу йўл билан кўпчиликнинг маъқуллашига эришади. Айниқса, сайлов олди тадбирларида ана шу усул кенг қўлланилади. Шулардан келиб чиқиб, ижтимоий установкаларни ўзгартиришнинг усуллари ва психологик воситалари орқали ҳам дунёқарашни ўзгартиришга эришиш мумкин.

5-мавзу. Диққат, сезги, идрок.

Режа:

1. Диққат тўғрисида тушунча. Диққат ва фаолият. Диққат турлари ва хусусиятлари.
2. Сезги ва уларнинг аҳамияти, классификацияси ва қонуниятлари.
3. Идрок тўғрисида тушунча. Идрокнинг хусусиятлари ва турлари.

- 1.
- 2.
- 3.

Таянч тушунчалари: диққат, индукция, оптимал ўчоқ, доминанта, субдоминанта, диққатнинг кўлами, диққатнинг тақсимланиши, диққат кучи, диққатнинг кўчиши, диққатнинг тебраниши, паришонлик.

ДИҚҚАТ – психик фаолиятнинг йўналтирилиши ва шахс учун аҳамиятли бўлган объект устида тўпланишдир. Йўналтирилиши деганда психик фаолиятининг танловчилик характери, объектни ихтиёрий ёки беихтиёрий танлаш тушунилади. Ўқувчи мактабда ўқитувчининг тушунтиришларига қулоқ солаётганда, мана шу эшитиш фаолиятини онгли равишда танлаб олган, ўз диққатини этишиш фаолиятига онгли равишда қаратган бўлади. Ўқувчининг бирор бошқа нарсага чалғимасдан, ўқув материалининг мазмунига зехн қўйиб ўтиришида унинг диққатини йўналиши ифодаланади.

Психик фаолиятнинг йўналтирилиши деганда фақат ана шу фаолиятни танлаш тушунилиб қолмай, балки ана шу танлаганини сақлаб қолиш ва қўллаб–қувватлаш ҳам тушунилади.

Диққат психик фаолиятининг йўналтирилиши билан бирга унинг тўпланишини тақозо қилади. Психик фаолиятнинг бир жойга тўпланиши – мазкур фаолиятга ҳеч қандай алоқаси бўлмаган ҳамма бошқа нарсалардан диққатни чалғитиш демакдир. Диққатнинг бир жойга тўпланиши деганда мазкур фаолиятга бутунлай берилиш, унга озми–кўпми чуқур эътибор бериш тушунилади.

Диққат ҳар қандай фаолиятнинг муҳим шартидир. Диққатсиз ҳатто энг оддий ишларни ҳам бажариш мумкин эмас. Диққат меҳнатнинг барча жараёнида, ижодий фаолиятда, ўқишда айниқса катта аҳамиятга эга. К.Д.Ушинский «Диққат руҳий ҳаётимизнинг шундай ягона бир эшигидирки, онгизгизга кирадиган нарсаларнинг барчаси шу эшик орқали ўтиб киради», - деб ёзган эди.

Диққатнинг нерв–физиологик механизмини И.П.Павловнинг ёзишича ориентировка рефлекси ташкил этади. Буни Павлов «бу нима» рефлекси деб ҳам атаган эди. Бундан ташқари, диққат маълум нерв марказларининг қўзғалиши ва миёдаги бошқа нерв марказларининг тормозланиши билан ҳам боғлиқдир.

И.П.Павлов томонидан кашф этилган нерв процессларининг индукцияси қонуни диққатининг физиологик асосларини тушуниб олиш учун муҳим аҳамиятга эгадир. Мана шу қонунга мувофиқ бош миё пўстининг бир жойида пайдо бўлган қўзғалиш бош миё пўстининг бошқа жойларида тормозланишни юзага келтиради. Ва аксинча, бош миё пўстининг айрим бир жойида юзага

келган тормозланиш бош мия пўстининг бошқа жойларида кучли қўзғалишни пайдо бўлишига олиб келади. Айни шу пайтнинг ҳар бир ониди мия пўстида қўзғалиш учун оптимал, яъни ниҳоятда қўлайлиги билан характерланувчи кучли қўзғалиш ўчоғи мавжуд бўлади.

А.А. Ухтомский томонидан илгари сурилган *доминанта* принципи ҳам диққатнинг физиологик асосларини аниқлаш учун катта аҳамиятга эга. Шу доминантлик принципига мувофиқ мияда қўзғалишнинг ҳар доим устун турадиган ҳукмрон ўчоғи айни шу дамда мияга таъсир этиб, унда юзага келаётган ҳамма қўзғалишларни қандайдир равишда ўзига тортиб олади ва бунинг натижасида бошқа қўзғалишларга нисбатан унинг ҳукмронлиги янада ошади.

Одатда доминанта субдоминантага, субдоминанта эса доминантага ўтиб туради. Бу эса диққатнинг бир нарсадан иккинчи нарсага кучиб туришининг нерв физиологик механизмини ташкил этади. Кўриниб турибдики, Павлов билан Ухтомский таълимотлари бир–бирига қарама–қарши эмас, балки мазмун жиҳатдан ўхшашдир.

Жиддий диққат, одатда ўзига характерли бўлган ташқи ифодалар билан боғлиқ бўлади, нарсани яхшилаб идрок қилишга қаратилган ҳаракатлар билан /тикилиб қараш, диққат билан эшитиш/, ортиқча ҳаракатларни тўхтатиш, нафас олишни секинлаштириш, диққат учун характерли бўлган юз характерлари билан боғлиқ бўлади.

Диққат уч турли бўлади: ихтиёрсиз диққат, ихтиёрий диққат, ихтиёрийдан кейинги ёки мувофиқлашган диққат.

Ихтиёрсиз диққат мақсадсиз, режасиз юз беради. Бундай ҳолларда фаолият мароқлилиги, қизиқарлилиги ёки кўтилмаганда содир бўлишлиги билан ўзига жалб қилади. Одам ўзига таъсир қилаётган нарсаларга, ходисаларга, бажараётган фаолиятига беихтиёр берилиб кетади.

Ихтиёрий диққат деб онгимизни аниқ мақсад асосида ва идоравий куч ёрдамида керакли объектга йўналтиришга айтилади. Агар ихтиёрсиз диққатда иш бизни ўзига шунчаки жалб қилиб олса, ихтиёрий диққатда биз диққатимизни қаратиш учун ўз олдимизга онгли суратда мақсад кўямиз, қийинчиликларни енгиб, диққатни тўплаш учун курашиб ва ҳар қандай бошқа нарсаларга берилмаслик учун ирода кучини сарфлаб диққатимизни онгли равишда нарсага қаратамиз. Ихтиёрий диққатнинг характерли хусусияти худди мана шу мақсад кузлашда, иродавий зўр беришда намоён бўлади.

Ихтиёрий диққат иродамизнинг намоён бўлишидир. Қандайдир бирор фаолият билан шуғулланишга қарор қилар эканмиз, диққатимизни ҳатто айни чоғда биз учун қизиқарли бўлмаган, лекин биз шуғулланишни лозим топган нарсаларга онгли суратда қаратамиз. Демак, ихтиёрий диққат ихтиёрсиз диққатдан сифат жиҳатдан фарқ қилади.

Ихтиёрий диққат ихтиёрсиз диққатдан келиб чиккан. Одамда ихтиёрий диққат меҳнат жараёнида юзага келади. Чунки меҳнат мақсадга мувофиқ фаслиятдир. Мақсад кузлаш эса ўз таркибига диққатни йўналтиришни ҳам олади. Ижтимоий ҳаёт эҳтиёжлари одамда ўз диққатини меҳнат фаолияти учун

муҳим аҳамиятга эга бўлмаган нарсаларга қаратмаслик ва меҳнат жараёни билан боғлиқ нарса устида тўплаш руҳида тарбиялайди.

Ихтиёрий диққат ихтиёрсиз диққат каби одамнинг қизиқишлари билан мустаҳкам боғлиқдир. Лекин, агар ихтиёрсиз диққатда қизиқишлар бевосита бўлсалар, ихтиёрий диққатда бавосита характерга эга бўлади. Фаолиятнинг ўзи бизни қизиқтирмаслиги мумкин, аммо фаолиятни бажаришда юкланган вазифани ҳал қилиш учун зарур бўлгани туфайли ана шу мақсад нуктаи назаридан фаолият биз учун қизиқарли бўлиб қолади.

Ихтиёрий диққатдан ташқари, диққатнинг ана бир турини қайд қилиб ўтиш лозим, бу диққат, ихтиёрий диққат каби мақсадга қаратилган бўлиб, лекин доимий иродавий зўр беришни талаб қилмайди. Масалан, ўқувчи уй топириғини бажаришга киришганда дастлаб бу ишга ўзини мажбур қилади, атайлаб диққатни иш устига тўплайди, иродавий зўр беради. Лекин ишга киришиб олгач, энди иродавий зўр бериш пасаяди, диққат ўз-ўзидан иш устига тўпланади, ўқувчи эса ишни берилиб бажара бошлайди. Ана шу пайтда ўқувчининг диққати ихтиёрий диққатдан мувофиқлашган диққатга айланади.

Диққат бир неча хусусиятга эга бўлади:

1. Диққатнинг кўлами.
2. Диққатнинг кучи ва барқарорлиги.
3. Диққатнинг бўлиниши.
4. Диққатнинг кучиши.
5. Диққатнинг тебраниши.
6. Паришонлик.

Диққатнинг барқарорлиги деганда бирор фаолият устида узокроқ вақт ушланиб туришлигини тушунамиз. Диққатнинг барқарорлиги унинг кучи билан чамбарчарс боғлангандир. Одатда кучли диққат ўз навбатида барқарор ҳам бўлади.

Диққат тебраниш хусусиятига ҳам эгадир. Агар жуда кучсиз, зўрға эшитиладиган овозга қулоқ соладиган бўлсак, масалан, соатнинг чиққиллашига қулоқ солсак, диққатимиз жиддий қаратилган бўлишига қарамай, бу овоз гоҳ баланд, гоҳ паст эшитилади. Бир–бирига яқин бўлган ёруғлик фарқини ажратишда ҳам худди шундай ходиса юз беради. Диққатнинг бундай тебраниш даврлари ҳисоблаб чиқилган. Маълум бўлишича, диққат тебранишнинг давомийлиги унча катта бўлмай, 1,5 секунддан 2,5 секундгача етади.

Диққатнинг бўлиниши – психик фаолиятнинг шундай ташкил қилинишики, бунда айнан бир вақтнинг ўзида диққатимиз иккита ва ундан ортиқ нарсаларга қаратилади. Диққат ҳақиқатан ҳам бўлинадими? Бу соҳада кўплаб тажрибалар ўтказилган. Натижада, айрим тадқиқотчилар диққат бўлинади десалар, бошқалари у бўлинмайди, аксинча бир фаолиятдан иккинчи фаолиятга тез кучади деган хулосага келганлар.

Албатта, диққатнинг бўлиниши учун бажараётган ишларимиз маълум даражада автоматлашган бўлиши лозим. Масалан, рулга янги ўтирган шофёр тормозни босаман деб газни босиб юборади ёки машинани бошқаришга диққат қилган ҳолда йўлдаги чуқурликни кўрмай қолади.

Диққат хусусиятларидан яна бири унинг кучишидир. Диққатнинг кучиши деганда унинг бир фаолиятдан иккинчи фаолиятга тез ўтишини тушунамиз. Масалан, талабанинг диққати маъруза тинглашдан уни ёзишга, сўнг ёзганини тушунишга, яна маъруза тинглашга тез кучиб туради. Диққатнинг кучишини олимлар компликация деган асбоб билан ўлчайдилар.

Паришонхотирлик – бу диққатнинг керак бўлганида бошқа объектга тез кучмаслигидир. Паришонхотирлик диққатнинг салбий хусусияти бўлиб ҳисобланади. Уни икки хил маънода тушуниш мумкин: бири керак бўлганида диққатнинг кучмаслиги бўлса, иккинчиси, аксинча, унинг бир фаолият устида тўхтаб турмасдан чалғиб кетаверишидир.

Биринчи хил паришонлик кўпроқ ёзувчиларда, олимларда учрайди. Масалан, ёзувчи фикрга астойдил берилганлиги сабабли атрофидаги нарсаларни, ҳатто ёнидаги одам мурожаат қилаётганини ҳам сезмайди.

Иккинчи хил паришонхотирликда одам бирор нарса устида диққатини узок тўплай олмайди, бир нарсадан иккинчи нарсага, бир ходисадан иккинчи ходисага тез ўтиб туради. Бу ҳолат ёш болаларда тез учраб туради, яъни улар айтилган гапни тез унутиб қўяди. Диққатнинг салбий хусусиятларидан яна бири унинг чалғишидир. Диққатнинг чалғиши деганда унинг асосий фаолиятдан иккинчи даражали нарсаларга ўтиб кетавериши тушунилади. Масалан, синфда ўтирган ўқувчи диққатини қўлдан тушиб кетган қалам товуши ҳам, дераза орқасида эшитилаётган одам товуши ҳам чалғитиши мумкин.

Диққатнинг хусусиятларига унинг қўламини ҳам қўшиш мумкин. Диққат қўлами жихатдан тор ва кенг бўлиши мумкин. Буни биз тахистоскоп деган асбобда ўлчаб билишимиз мумкин.

Диққат боланинг биринчи ёшиданоқ тараққий эта бошлайди. Дастлаб ихтиёрсиз диққат намоён бўлади. Чунки бола рангдор нарсаларга, шакилдоқ овозига диққат қилади. Ихтиёрсиз диққатнинг ўсиши эҳтиёж ва қизиқишлар билан боғлиқдир. Лекин инсон фаолиятининг асосий қисми ихтиёрий диққат асосида амалга оширилади. Ихтиёрий диққат эса болада икки ёшлардан бошлаб кўрина бошлайди. Унинг шаклланишида катталарнинг роли бекиёсдир. Масалан, улар болага «буёққа қара», «гапимни эшит», «муסיқага кулоқ сол» деб гапирдилар. Катталар томонидан диққат мана шундай йўллар билан ўсиб боради. 3-5 ёшлардан бошлаб эса диққат боланинг ўз ташаббуси билан ўса бошлайди.

Боғча ёшидаги болаларда ихтиёрий диққатнинг ўсишида ўйин катта аҳамиятга эгадир. Чунки ўйин қоидаларини ва этапларини билиб олиш учун бола унга ихтиёрий диққат билан разм солиб туриши лозим. Бундан ташқари, уйдаги баъзи бир ишларга қатнаштириш, ўз-ўзига хизмат қилиш кабилар ҳам ихтиёрий диққатни ўсишига ёрдам беради.

Мактаб ёшидан бошлаб эса ихтиёрий диққат жуда тез ўса бошлайди. Ўқиш ишида – дарсни эшитиш, китоб ўқиш, масалаларни ечишда ихтиёрий диққат талаб қилинади. Бундан ташқари, ўқиш ихтиёрий диққатни ўстириб қолмасдан, балки унинг кучи, барқарорлигини ўсишига ҳам ёрдам беради.

Ирода диққатнинг барқарорлиги ва кучини сақлаб турувчи асосий фактордир. Шунинг учун диққатга доир бу сифатларнинг кейинги тараққиёти ҳам ирода тараққиёти билан боғлиқдир.

2. Сизги ва уларнинг аҳамияти, классификацияси ва қонуниятлари.

Таянч тушунчалари: сизги, сизгирлик, адаптация, синестезия, анализатор, рецептор, сенсбилизация, конперсаторлик, идрок, константлик, апперцепция, иллюзия, галлюцинация, перцептив идрок.

Теварак-атрофдаги нарсалар ҳақида, товушлар ва ранглар, ҳидлар ва ҳарорат, миқдор ва бошқа кўплаб нарсалар тўғрисида биз сизги органлари туфайли биламиз.

Сизги – бу оддий психик жараён бўлиб, у моддий оламдаги нарса ва ходисаларнинг айрим хусусиятларини, шунингдек, моддий қўзғатувчилар тегишли рецепторларга бевосита таъсир этган тақдирда организмда ҳосил бўладиган ички ҳолатларга айтилади. Материя бизнинг сизги органларимизга таъсир қилиб сизги ҳосил қилдиради.

Сизги аъзолари ахборотни қабул қилиб олади, саралайди, жамлайди ва миёга етказиб беради. Миё бундай ахборотни бениҳоя катта ва туганмас оқимини ҳар дақиқада қабул қилиб ва қайта ишлаб туради.

Сизги аъзолари ташқи оламнинг киши онгига кириб келадиган ягона йўллари дир. Биз модданинг ҳеч қандай шаклини, ҳаракатнинг ҳеч қандай шаклини сизгилардан бошқача йўл билан била олмаймиз. Сизги аъзолари кишига теварак-атрофдаги оламда мўлжал олиш имконини беради. Агар киши барча сизги аъзоларидан маҳрум бўлиб қолса борми, у ўзининг атрофида нималар юз бераётганини била олмас, атрофдаги одамлар билан муносабатга кириша олмас, овқатни қидириб топа олмас, хавф-хатардан қутилиб қола олмас эди.

Сизгилар моҳиятига кўра объектив оламнинг субъектив сиймосидир. Лекин сизгиларнинг ҳосил бўлиши учун организм моддий қўзғатувчининг тегишли таъсирига берилиши кифоя қилмайди, балки организмнинг ўзи ҳам қандайдир иш бажариши даркор. Бу иш ёки фақат ички жараёнлардан, ёки ташқи ҳаракатлардан иборат бўлиши мумкин. Лекин у ҳаммиша бўлиши шарт. Сизгилар муайян пайт давомида рецепторга таъсир ўтказётган қўзғатувчининг ўзига хос қувватини нерв жараёнлари қувватига айланиши жараёнида ҳосил бўлади.

Сизги нерв системасининг у ёки бу қўзғатувчидан таъсирланувчи реакциялари тарзида ҳосил бўлади ва ҳар қандай психик ходиса каби рефлектор хусусиятига эга. Қўзғатувчининг ўзига айнан ўхшайдиган анализаторга таъсири натижасида ҳосил бўладиган нерв жараёни сизгининг физиологик асоси бўлиб ҳисобланади.

Анализатор уч қисмдан таркиб топади: 1.Ташқи қувватни нерв жараёнига ўтказадиган махсус трансформатор ҳисобланган периферик бўлим (рецептор); 2.Анализаторнинг периферик бўлимини марказий анализатор билан боғлайдиган йўллари очадиган афферент (марказга интилувчи) ва эфферент (марказдан қочувчи) нервлар; 3.Анализаторнинг периферик бўлимларидан келадиган нерв сигналларининг қайта ишланиши содир бўладиган қобиқ ости

ва қобик (миянинг ўзи билан тугайдиган) бўлимлари. Сизгининг ҳосил бўлиши рефлектор ёйи туфайли бўлади.

Акс этиш хусусиятига ва рецепторларнинг жойлашган ўрнига қараб сезгилар одатда уч гуруҳга ажратилади: 1.Экстериоцептив сезгилар. Буларга ташқи муҳитдаги нарсалар ва ходисаларнинг хусусиятларини акс эттирадиган ва тана юзасини сезадиган сезгилар (кўриш, эшитиш, ҳид билиш, таъм билиш, тери-туйғу) киради. 2.Тананинг ички аъзоларидаги ўзгаришларни сезадиган интериоцептив сезгилар. Бунга органик сезгилар киради. 3.Мушаклар ва пайлардаги ҳолатни сезадиган прориоцептив сезгилар. Бунга мускул-ҳаракат сезгиси киради. Улар гавдамизнинг ҳаракати ва ҳолати ҳақида ахборот беради.

Экстериоцепторлар ўз навбатида яна икки гуруҳга бўлинади: контакт ва дистант сезгилар. Контакт сезгиларга тери-туйғу ва таъм билиш сезгилари кирса, дистант сезгиларга кўриш, эшитиш, ҳид билиш сезгилари киради. Ҳозирги замон фани маълумотларига асосланиб сезгиларни ташқи ва ички сезгиларга бўлиш етарли эмас. Сезгиларнинг баъзи бир турларини ташқи-ички деб ҳисобласа ҳам бўлади. Уларга ҳарорат ва оғриқ, таъм билиш ва тебраниш, мушак-бўғин ва статик-ҳаракат сезгилари киради.

Сезгиларга хос бир қанча қонуниятлар мавжуддир. Аввало сезгининг ҳосил бўлишлиги учун қўзғовчи маълум кучга эга бўлиши лозим.

Қўзғовчи таъсир этиши билан сезги ҳосил бўлмайди, балки орадан маълум вақт ўтади. Бу вақт 0,02 секунддан 0,1 секундга тенгдир. Худди шу сингари, сезги ҳосил бўлгач, маълум муддат давом этади. Давом этиш муддатига қараб сезгилар қисқа ва узоқ муддатли бўлади. Сезгилар кучли ва кучсиз ҳам бўлиши ҳам мумкин. Бу қўзғовчи кучига боғлиқдир.

Сезги чегараларга ҳам эгадир. Унинг қуйи ва юқори чегараси фарқланади. Сезгирликни машқ йўли билан ёки махсус морфий модда таъсирида кучайтиришга сенсibiliзация дейилади.

Адаптация ҳам сезгига хос хусусиятдир. Адаптация деб сезги органларининг ташқи қўзғовчиларга мослашишига айтилади. Адаптациянинг уч тури фарқ қилинади:

1.Қўзғовчининг узоқ вақт таъсири натижасида сезгининг йўқолиб қолиши.

2.Кучли қўзғовчи таъсири остида сезгининг заифлашиши.

3.Кучсиз қўзғовчи таъсири остида сезгирликнинг ортиши.

Синестезия – бу икки сезгининг яхлит бир сезги бўлиб қўшилиб кетиши демакдир.

3. Идрок тўғрисида тушунча. Идрокнинг хусусиятлари ва турлари.

Идрок деб нарсa ёки ходисаларнинг инсон онига бевосита таъсир этиши натижасида тартибга солиниб, алоҳида сезгиларни нарсa ва воқеаларни яхлит бир образи тарзида бирлаштириб акс эттирилишига айтилади.

Идрок қўзғовчиларнинг айрим хусусиятларини акс эттирувчи сезгилардан фарқ қилиб нарсани бутунлигича, унинг ҳамма хусусиятлари билан биргаликда акс эттиради. Бундан идрок айрим сезгиларнинг оддий йиғиндисидан иборатдир деган хулоса келиб чиқмайди. Идрок ўзига хос хусусиятларга эга бўлган ҳиссий билишнинг сифат жиҳатидан янги

боскичидир. Идрокнинг предметлилиги, яхлитлиги, маълум тартибда тузилганлиги, анланганлиги, константлиги унинг муҳим хусусиятларидир.

Идрокнинг предметлилиги деганда унинг аниқ бир предметга қаратилишини тушунамиз.

Идрокнинг яхлитлиги деганда нарса ва ходисаларни яхлитлигича онгимизда акс эттиришни тушунамиз. Идрок сезги аъзоларига таъсир қилувчи нарсаларнинг айрим хусусиятларини акс эттирувчи сезгилардан фарқли уларок, нарсаларнинг яхлит образидир.

Идрокнинг константлиги ҳам унинг муҳим хусусиятларидан биридир. Константлик туфайли биз атрофимиздаги нарсаларнинг шакли, катта кичиклиги, ранги ва шу кабиларни нисбатан ўзгармас тарзда идрок қиламиз. Масалан, театрда ўтирган одамларнинг юзларига узоқдан қарасак, улар бизга ўзгармас, ҳақиқий одамлардек кўринади, аслида кўз тур пардасига узоқдаги нарсаларнинг акси кичик бўлиб тушади. Ёки юқори этаждан туриб пастга қарасак одамлар, машиналар жуда кичик бўлиб кўринади, лекин биз уларни ўз ҳолича идрок қиламиз.

Юқорида баён қилинганлардан маълумки, одамнинг тажрибаси, билими, хаёл ва тафаккурининг фаолияти, ҳиссиёт ва диққати, умуман одам психикасининг ҳамма мазмуни идрокда намоён бўлади. Бу психик ҳаётнинг идрокда акс этувчи ва идрокка таъсир кўрсатувчи мазмуни апперцепция деб аталади.

Айни бир нарса ёки ходисани айрим кишиларнинг идрок этишида кўринадиган баъзи хусусиятлар апперцепция билан белгиланган бўлади. Бу хусусиятлар одамнинг тажрибаси ва билимларига боғлиқ хусусиятлардир. Кишилар айна бир нарса ёки ходисани ёшлари, маълумоти, турмуш тажрибаси, касби, темперамент, характер, қобилият ва қизиқишларида кўринадиган шахсий хусусиятларига қараб ҳар хил идрок этадилар.

Идрок турларига қуйидагилар киради:

- 1.Фазони идрок қилиш.
- 2.Вақтни идрок қилиш.
- 3.Ҳаракатни идрок қилиш.

Фазони идрок қилиш тўғрисида гапирар эканмиз, биз нарсаларнинг фазодаги шакллари, катта-кичиклигини ва фазодаги ўзаро муносабатларини тушунамиз. Маълумки, фазодаги шаклларга қараб уч бурчакли, тўрт бурчакли, куб, цилиндр кабиларга ажратилади. Нрсалар катта-кичиклига қараб катта, кичик, ўртача дейилади. Фазодаги муносабатларига қараб бизга нисбатан яқин ёки узоқ, биздан ўнг томонда ёки чап томонда, юқорида ёки пастда дейилади.

Биз фазони асосан кўзимиз орқали идрок қиламиз. Уни бир кўз билан (монокүляр) ва икки кўз билан (бинокүляр) идрок қилиш мумкин.

Кўз гавҳарининг, умуман, кўзнинг равшан кўриш учун уйғунлашувини аккомодация деб атаймиз.

Конвергация маълум бир нарсага қараганда иккала кўз соққасининг қаншар томон баробар бурилишидир. Идрок қилинаётган нарса қанчалик яқин турса, кўз соққалари бир-бирига, яъни қаншар томонга шунчалик яқин

бурилади, кўриш ўқлари ҳам бир-бирини шунчалик яқин кесиб ўтади. Кўз конвергенцияси айниқса масофани, йироқни, чуқурликни, энг аниқ, расо идрок қилишга имкон беради.

Фазони биз фақат кўриш орқали идрок қилмасдан балки тери-туйғу ва мускул-ҳаракат сезгилари орқали ҳам идрок қиламиз. Майдароқ нарсани шаклини, уларнинг катта-кичиклигини, ҳолатини тери сезгиси билан яъни ушлаб кўриб идрок қиламиз.

Биз идрок қилиб турган нарса ва ходисалар маълум бир вақт (замон) давомида пайдо бўлади, тараққий қилади ва ўзгариб боради. Вақтни идрок қилишни вақт «бўлақларини» соат ва хронометрик асбоблар ёрдамида ўлчаш деб тушуниш ярамайди. Киши худди бир хилда бўлган вақт бўлаги «минут, соат ёки кун» нинг объектив давомини ҳамиша бир хилда сезавермас экан. Баъзан бир соат бир дақиқадай тез ўтиб кетади ёки бир кун бир йилдек туюлади. Биз вақтни «унинг тўхтовсиз бориши, чўзилиши ва давомини» идрок қиладиган махсус бир органга эга эмасмиз. Ўтаётган вақт аввало атрофимиздаги нарса ва ходисаларнинг ўзгариб ва алмашилиб туришидан билинади. Шу сабабли вақтни идрок қилиш ҳамма сезги аъзоларимиз фаолияти билан боғланган деб айтиш мумкин.

Махсус машқ қилиб, ўтаётган вақтнинг айрим ҳиссаларини мумкин қадар аниқ белгилай билиш қобилиятини ўстириш мумкин. И.П.Павлов итларда овқатнинг келиш вақтини ҳис қиладиган шартли рефлекслар ҳосил қилган эди. Бундай рефлексни одамларда ҳосил қилиш мумкин.

Ҳаракатни идрок қилиш деб нарсаларнинг фазода ўрин алманишини идрок қилишга айтилади. Ҳаракатни идрок қилиш ҳаётини муҳим аҳамиятга эгадир.

Ҳаракатни идрок қилишга имкон берадиган усуллардан иккинчиси объектнинг ҳаракатига кўз билан қараб туришдир. Бунда ҳаракат қиладиган объектнинг тасвири кўз тур пардасига нисбатан бир оз ҳаракатсиз бўлиб қолади. Бироқ биз, шундай бўлса ҳам, объектнинг ҳаракатини кўрамиз.

Эшитиш анализатори ёрдами билан ҳам ҳаракатни идрок қилиш мумкин.

Бунда товуш манбаи бизга яқинлашган сари товуш баланд эшитилади. Аксинча манба узоқлашган сари товуш пасайиб эшитилади. Масалан, уйнинг ичида туриб кўчадан машина ўтаётганлигини биламиз.

Иллюзия деб атрофдаги нарса ва ходисаларни нотўғри идрок қилишга айтилади. Буни геометрик иллюзиялар деб ном олган иллюзияларда яққол кўриш мумкин. Масалан, узунлиги баробар бўлган икки чизиқнинг бошига икки хил стрелкалар чизилса, стрелкаси ташқарига қараган чизиқ унисига нисбатан узун бўлиб кўринади.

Идрок қилиб турган шахснинг психикасида рўй берадиган ўзгаришлар билан боғлиқ тасодифий иллюзиялар ҳам бўлади. Масалан, чўлда сувсаган киши узоқда ярқираб турган шурҳок ерни кул деб ўйлаши ёки ўрмондаги тунка қурқоқ одамнинг кўзига биронта йиртқич ҳайвонга ўхшаб кўриниши мумкин.

Иллюзиялар ҳатто нутқда ҳам учрайди. Масалан, гоҳ вақтда, киши «мен бошқача тушунибман» дейди.

Галлюцинация ташқи оламда йўқ нарсаларни идрок қилишдир. Йўқ нарсаларнинг кўзга кўриниши, йўқ овознинг эшитилиши, йўқ ҳиднинг димокқа урилиши галлюцинациядир. Галлюцинация пайтида киши гуё бир нарсани аниқ кўргандек, эшитгандек, ушлагандек, ис билгандек туюлади.

Мактабгача тарбия ёшида вақтни идрок қилиш қобилияти ҳам такомиллашади. Шу ёшдаги бола "енди", "кейин", "илгари", "аввал" ҳамда "кеч қолиш", "вақтида келиш", "узоқ пойлаш", "тез бўлиш" каби сўзларнинг маъносига тушунадилган бўлади. Демак, бу ёшдаги болалар вақт ҳақида тасаввур ва баъзан тушунчаларга ега бўладилар. Идрок қобилияти болалар улғайиб, анча вояга етиб қолган даврларда яна ўсиб боради. Ўқиш ва меҳнат жараёнида ўсмир ва ёшларда муайян объектлари устида ўз диққатларини анча узоқ вақтгача тўплаб туриш, мураккаб комплексли объектлардан назарий ва амалий мақсадларга қараб муҳим ва зарурларини ажрата билиш қобилияти ҳосил бўлади ва мустаҳкамланиб боради.

6-маъруза. Хотира, хаёл, тафаккур

Режа:

1. Хотира. Хотира тўғрисида тушунча. Хотира жараёнлари ва турлари. Хотира ва фаолият.
2. Хаёл жараёни ва унинг турлари.
3. Тафаккур жараёни ва унинг турлари. Хотира, хаёл жараёни билан боғлиқлиги.

Таянч тушунчалари: кўрув хотираси, хотира тасаввури, механик хотира, феноменал хотира, эсда қолдириш, эсда сақлаш, унутиш, таниш, эслаш, образли хотира, эмоционал хотира, мантикий хотира. Хаёл жараёни, хаёл турлари, тафаккур жараёни, тафаккур операциялари ва шакллари.

Хотира ҳақида тушунча. Хотирада эсда олиб қолиш, эсда сақлаш, эсга тушириш ва унутиш каби асосий жараёнлар мавжуд бўлади. Шу жараёнларнинг ҳар бири алоҳида мустақил психик хусусият ҳисобланмайди. Улар фаолият давомида шаклланади ва ўша фаолият билан белгиланади.

Муайян бир материални эсда олиб қолиш ҳаёт фаолияти жараёнида индивидуал тажриба орттиришга боғлиқдир. Эсда олиб қолingan нарсани кейинчалик фаолиятда қўлланиш учун уни эсга тушириш тақозо этилади. Муайян бир материалнинг фаолият доирасидан чиқиб қолиши эса унинг унутилишига олиб келади. Материални эсда сақлаш унинг шахс фаолиятидаги иштирокига боғлиқ бўлади. Чунки ҳар бир муайян пайтда кишининг хулқ–атвори унинг бутун ҳаётий тажрибаси билан белгиланади.

Хотира психологиянинг энг кўп ўрганилган бўлимларидан бири бўлиб ҳисобланади. Лекин ҳозирги пайтда хотиранинг қонуниятлари янада ўрганилиши уни фаннинг тағин ҳам муҳимроқ муаммосига айлантириб қўйди.

Ҳозирги кунда хотиранинг механизмлари ва қонуниятларини ўрганиш бўйича учта назария мавжуддир. Булар психологик, нейрофизиологик ҳамда биохимик назариялардир.

Психологик назария. Бу назария тарихий жиҳатдан энг эски назария бўлиб, у фанда кўп ва турли–туман назарияларнинг олға сурилганлиги билан машҳурдир. Бу назарияларни хотира жараёнларининг шаклланишида инсоннинг фаоллиги қандай рол ўйнашлиги ва бунда фаолликнинг моҳиятига қандай ёндошув зарурлиги билан баҳолаш мумкин.

Назариянинг биринчи гуруҳи ассоциатив назария деб юритилади. Бу назарияга кўра, муайян психик ҳосилалар онгда бир вақтнинг ўзида ёки бевосита бирин-кетин пайдо бўлса, у ҳолда ҳосилалар ўртасида ассоциатив боғланишлар таркиб топади ва бу боғланишларни бирон бир қисми такроран пайдо бўлиши онгда унинг барча элементлари муқаррар равишда гавдаланишига олиб келади. Ассоциациялар уч турли бўлади: ўхшашлик, ёндошлик ва қарама-қаршилиқ ассоциациялари.

Нейрофизиологик назариялар. Бу назариялар хотиранинг механизмлари ҳақидаги физиологик назариялар билан боғлиқдир. Бу назариянинг асосини И.П.Павловнинг «Олий нерв фаолияти қонуниятлари ҳақида»ги таълимотининг энг муҳим қоидалари ташкил этади. Бу таълимотга кўра хотиранинг нерв-физиологик механизмини бош миёда ҳосил бўладиган муваққат боғланишлар ташкил этади. Ана шу боғланишлар қанчалик мустаҳкам бўлса, эсда олиб қолиш ҳам шунчалик яхши бўлади. Ана шу муваққат боғланишларнинг қайтадан жонланиши эсга туширишга, сўниб, йўқ бўлиб кетиши эса унутишга сабаб бўлади.

Биохимик назария. Ҳозирги кунда хотиранинг механизмларини ўрганишнинг нейрофизиологик усули биохимик тадқиқотлар даражасига тобора яқинлашиб ва қўшилиб кетмоқда. Бу усул ушбу фанларнинг ўзаро туташган жойида олиб борилаётган кўплаб тадқиқотларда ўз тасдиғини топди.

Биохимик назариянинг моҳияти қуйидагидан иборат. Биринчи босқичда (қўзғовчининг бевосита таъсиридан сўнг) миё хужайраларида асл ҳолига қайтувчи физиологик ўзгаришларни келтириб чиқарадиган қисқа муддатли электрохимик реакция юз беради. Иккинчи босқич биринчи босқич негизида юзага келиб, аслида у янги оксил моддаларнинг ҳосил бўлиши билан боғлиқ бўлган биохимик реакциядан иборатдир. Биринчи босқич секундлар ёки минутлар мобайнида давом этади ва уни қисқа муддатли эсда олиб қолишнинг физиологик механизми деб ҳисоблайдилар. Хужайраларда қайтарилмайдиган ўзгаришларга олиб келадиган иккинчи босқич узоқ муддатли хотиранинг механизми ҳисобланади. Бу назария тарафдорлари ташқи қўзғовчилар таъсири остида нерв хужайраларида рўй берадиган ўзига хос химиявий ўзгаришларнинг изларини мустаҳкамлаш, эсда сақлаб қолиш ва яна қайта эсга тушуриш жараёнлари механизмларининг асосини ташкил этади.

ХОТИРА ТУРЛАРИ

Хотиранинг эсда олиб қолиш ва қайта эсга тушириш жараёнлари содир бўладиган фаолиятининг хусусиятларига боғлиқлиги хотиранинг ҳар хил турларини ажратиш учун умумий асос бўлиб хизмат қилади. Бунда хотира учта мезонга мувофиқ бўлинади:

1. Психик фаоллик хусусиятига кўра ҳаракат, эмоционал образли ва сўз-мантиқли турларига бўлинади.

2. Фаолият мақсадига кўра ихтиёрли ва ихтиёрсиз турларга бўлинади.

3. Материалларни қанча вақт эсда олиб қолиш ва эсда сақлаш муддатига кўра, қисқа муддатли, узоқ муддатли ва оператив хотира турларига бўлинади.

Ҳаракат хотираси – турли хилдаги иш-ҳаракатлар ва уларнинг системасини эсда олиб қолиш, эсда сақлаш, яна қайта эсга туширишдан иборатдир.

Эмоционал хотира – ҳис-туйғуга хос хотирадир. Ҳис-туйғулар ҳамиша бизга эҳтиёжларимиз ва қизиқишларимиз қандай қондирилаётгани, бизнинг теварак-атрофдаги оламга муносабатимиз қандай йўлга қўйилганлиги ҳақида хабар бериб туради. Шунинг учун ҳам ҳиссий хотира ҳар бир кишининг ҳаёти ва фаолиятида муҳим аҳамиятга эгадир.

Образли хотира тасаввурларни, табиат ва ҳаёт манзараларини, шунингдек, товушларни, ҳидларни, таъмларни эсда олиб қолишдан иборат хотира ҳисобланади. У кўриш, эшитиш, ҳид билиш, таъм билишга оид хотирадир.

Сўз-мантиқ хотира бизнинг ўй-фикрларимиз мазмунини ташкил этади. Фикрлар эса нутқсиз мавжуд бўла олмайди, шунинг учун ҳам уларга оид хотира ҳам шунчаки мантиқий деб эмас, балки сўз-мантиқ хотира деб аталади.

Хотирани ихтиёрсиз ва ихтиёрий турларга бўлган эдик. Бирон нарсани эсда олиб қолиш ёки эслаш учун махсус мақсад қўймаган ҳолда эсда олиб қолиш ва яна қайта эсга тушириш ихтиёрсиз хотира деб аталади. Олдимизга биронта мақсад қўйиб эсда олиб қолганимизда ихтиёрий хотира бўлади.

Учинчи гуруҳ хотирага қисқа муддатли, узоқ муддатли ва оператив хотиралар киради. Қисқа муддатли хотира материални кўп марталаб такрорлаш ва қайта эсга туширишлар орқали узоқ вақт эсда олиб қолиниши билан ажралиб турадиган узоқ муддатли хотирадан

фарқли улароқ, бир мартагина жуда қисқа вақт мобайнида эслаб қолиш билан белгиланади.

Оператив хотира тушунчаси киши томонидан бевосита амалга оширалаётган долзарб вазифалар, ҳаракатлар, ишларга хизмат қиладиган мнемик жараёнларни англатади. Қачонки биз бирон мураккаб ҳаракатни, мисол учун арифметик амални бажараётган бўлсак, у ҳолда, уни қисмларга бўлакларга ажратган ҳолда бажарамиз. Бунда ишни бажариш давомида айрим оралиқ натижаларни «ёдимизда» сақлаб борамиз.

Эсда олиб қолишни хотиранинг янги материални илгари ўзлаштирилган материал билан боғлаш орқали эсда сақлаб қолинишига олиб келадиган жараён сифатида таърифлаш мумкин. Бу шахс тажрибасини янги билимлар ва хулқ-атвор шакллари билан бойитишнинг зарур шартидир. Эсда олиб қолиш ҳамиша танланган бўлади. Сизги аъзоларимизга таъсир қиладиган барча нарсалар ҳам эсда олиб қолинавермайди.

Эсда олиб қолиш қисқа муддатли ва узоқ муддатли ҳамда ихтиёрсиз ва ихтиёрий турларга бўлинади.

Оператив эсда олиб қолиш деб аталадиган эслаб қолишни қисқа ва узоқ муддатли эслаб қолиш ўртасидаги оралиқ даражаларидан бири деб ҳисоблаш мумкин. Оператив эсда олиб қолишни кишининг одатдаги ҳаракатларига хизмат қилувчи хотира жараёни деб таърифлаш мумкин. У киши бажараётган ҳаракатнинг ҳар бир конкрет жараёнида бирон натижага эришиш шароитларидан бири сифатида юз беради.

Узоқ муддатли хотирага шахс фаолиятининг ҳаётий муҳим мақсадларига эришишда тактик жиҳатдагина эмас, балки стратегик жиҳатдан аҳамият касб этган ахборот келиб туради.

Психологияда, юқоридагилардан ташқари, ихтиёрсиз ва ихтиёрий эсда олиб қолиш фарқ қилинади.

Ихтиёрсиз эсда олиб қолиш – билиш ва амалий ҳаракатларни амалга оширишнинг маҳсули ва шартидир. Бунда эсда олиб қолиш ўз ҳолича бизнинг мақсадимиз сифатида юзага чиқмаганлиги сабабли беихтиёр эсимизда олиб қолинган жамики нарсалар хусусида одатда «ўзидан-ўзи эсда сақланиб қолган экан» деймиз.

Ихтиёрий эсда олиб қолиш – махсус мнемик ҳаракатлар, яъни асосий мақсади эсда олиб қолишдан иборат бўлган ҳаракатлар маҳсулидир. Махсус ўтказилган тадқиқотлар материални айнан, тўла

ва изчил эслаб қолиш вазифасининг аниқ қилиб қўйилиши ихтиёрий эсда олиб қолишнинг асосий шартларидан бири эканлигини кўрсатди.

Қайта эсга тушириш. Ўтмишда идрок қилинган нарсаларнинг, ҳис-туйғу, фикр ва иш-ҳаракатларнинг онгимизда қайтадан тикланишига эсга тушуриш дейилади. Эсга тушуришнинг нерв-физиологик асоси мия пўстида илгари ҳосил бўлган нерв боғланишларининг қайтадан кўзгалишидир.

Эсда тушуриш бир неча хил булади:

1. Таниш
2. Эслаш
3. Бевосита эслаш
4. Орадан вақт ўтказиб эслаш
5. Ихтиёрсиз эслаш
6. Ихтиёрий эслаш.

Таниш деб илгари идрок қилган нарсаларни такрор идрок қилганда у нарсанинг эсга тушишига айтилади.

Эслаш нарсани, унинг ўзини шу пайтда идрок қилмай туриб эсга тушуришдир.

Бевосита эсга тушуриш материални ўқиб чиқиш биланок, бошқа ҳеч нарсани ўйламасдан, шу пайтнинг ўзидаёқ эсга тушуришдир.

Орадан вақт ўтказиб эсга тушуришда бирор материал орадан бир неча кун, ҳатто бир неча ой ўтказиб эсга туширилади.

Бирор нарсани эсга тушуриш беихтиёр ва ихтиёрий бўлиши мумкин. *Ихтиёрсиз* эсга тушириш деганда кишининг ўз олдига мақсад қўймасдан, иродавий куч сарф этмасдан эсга туширишга айтилади.

Ихтиёрий эсга тушуриш бирор мақсад билан эсга олинishi керак бўлган материални танлаб, атайлаб ҳаракат қилиб, махсус эсга тушириш демакдир.

Эсда сақлаш ва унутиш.

Эсда сақлаш дейилганда илгари пайдо бўлган таассурот, фикр, ҳис-туйғу ва иш-ҳаракатнинг жонланиб, такрорланиб туришига мойиллик пайдо қилиши ва мустаҳкамланишини тушунамиз. Шундай мустаҳкамланишга сабаб нерв системасининг пластиклигидир.

Биз ўқиб олган материал уни эсда олиб қолган вақтда мазмунан ва шаклан қайдай бўлган бўлса, албатда айнан шундайича сақланиб туравермайди. Лекин айрим формулалар, таърифлар, кўпайтириш

жадваллари, машина ва телефон номерлари миямизда айнан сақланиши ҳам мумкин.

Унутиш – илгари эсда олиб қолган нарсаларимизнинг онгимиздан қисман ёки тамоман йўқолишидир. Унутиш қисман ва бутунлай бўлса ҳам, у қачондир яна эсга тушади.

Унутушни тамоман салбий ходиса деб тушуниш ярамайди. Чунки кераксиз нарсалар унутилиб, мия бўшаши ҳам лозим. Айниқса, турли ғам-ғуссалар тезда унутилмаса, кишини умр бўйи қийнаши, азоблаши мумкин.

Шунга қарамай, унутишга қарши кураш олиб бориш лозим. Бунинг учун материални тез-тез такрорлаб туриш, уни турмушга, амалий фаолиятга тадбиқ қилиб бориш, ўрганилаётган материални олдингилари билан боғлаб бориш ва бошқа усуллари қўллаш зарур.

Хотира типлари.

Ҳар кимнинг ўзига хос хотира хусусиятлари мавжуд. Хотирадаги бу фарқ унинг кучида ифодаланади. Бировда хотира кучли бўлса, бошқа бировда кучсиздир.

Хотиранинг кучли ёки кучсиз бўлишини биз эсда қолдириш ва унутишнинг тезлик даражасига қараб белгилаймиз. Тез эсга олиб, жуда секин унутиш кучли хотиранинг белгиси бўлса, секин эсда олиб қолиб, тез унутиш кучсиз хотира белгисидир. Шунга қараб кишилардаги хотирани тўрт типга бўламиз:

Эсда қолдириш		Унутиш
Тез		Секин
Секин		Секин
Тез		Тез
Секин		Тез

Хотирани яна кўриш, эшитиш, ҳаракат деган типларга ҳам ажратиш мумкин. Лекин соф хотира кам учраб, кўпроқ аралаш хотира (кўриш- ҳаракат, кўриш-эшитиш, ҳаракат-эшитиш каби) хиллари учрайди.

Хотиранинг юқорида санаган бу типлари тўғма, ўзгармайдиган нарса эмас, балки уни тарбиялаш, ўзгартириш, кучли хотира қилиш мумкин. **4. Ҳаёл тўғрисида тушунча. Ҳаёл ва муаммоли вазият.**

Таянч тушунчалари: ҳаёл, тасаввур ҳаёл, ҳаёлнинг реаллиги, галлюцинация, гиперболизация, типиклаштириш, акцентировка, орзу, схемалаштириш, қиёслаш, аналитик, синтетик.

Хаёл тафаккур сингари юксак даражада ривожланган билиш процесслари жумласидан бўлиб, у инсонларгагина хос жараёндир. Хаёл инсон фаолиятининг турли соҳаларида муҳим роль ўйнайди. Чунки меҳнатнинг натижасини аниқ тасаввур қилмасдан туриб киши ишга киришмайди. Меҳнатнинг бўлажак натижасини хаёл ёрдамида олдиндан кўра билиш эса инсон фаолиятининг ҳайвонлар инстинктив ҳаракатларидан туб фарқи бўлиб ҳисобланади. Ҳар қандай меҳнат жараёнида хаёл фаол иштирок этади. Хаёл айниқса бадиий, илмий, адабий, техник, конструкторлик фаолиятлари, умуман ижодий фаолиятнинг энг муҳим томони бўлиб ҳисобланади.

Хаёлнинг психик жараён сифатидаги биринчи ва асосий вазифаси меҳнатнинг бўлажак натижасини (масалан, столни тайёр ҳолатда) олдиндан кўра билиш билан бирга, унинг оралик маҳсулотларини (стулга керакли барча деталларни бирин-кетин яшаш) ҳам олдиндан аниқ тасаввур қила олишдан иборатдир. Бундан ташқари, хаёлнинг вазифаси ўзимиз бевосита кўрмаган, идрок қилмаган нарса ва ходисаларнинг образларини миямизда гавдалантиришдан ҳам иборатдир.

Хаёл деб биз илгари идрок қилмаган, тажрибамизда учратмаган нарса ва ходисаларнинг образларини мавжуд хотира тасаввурлари асосида миямизда яратишда ифодааланадиган фаолиятга айтилади. Турмушнинг муайян бир шароити, одамнинг билиш, амалий, ахлоқий, эстетик ва бошқа эҳтиёжлари хаёл жараёнига сабаб бўлади. Маълумки, кишилар ўтмишда табиат бераётганига қаноат қилмай, уни ўзгартириш, қайта қуриш ва ундан кўпроқ нарсаларни ундириб олиш учун хаёл сурганлар. Натижада хаёлларида янги-янги меҳнат қуроллари образларини яратганлар, бу образлар асосида эса ўша қуролнинг ўзини ясаганлар. Демак, дастлаб хаёл образлари табиатни ўзгартиришга эҳтиёж сезиш туфайли кишиларда пайдо бўлган.

Тафаккурга ўхшаб хаёл ҳам муаммоли вазият, яъни эҳтиёжларни қондириш учун янги-янги усуллар қидириш жараёнида вужудга келади. Бошқача айтганда, эҳтиёжни қондириш учун эҳтиёж сезаётган нарсани аниқ, равшан тасаввур қилиш лозим бўлади. Хаёл жараёни орқали борлиқни акс эттириш аниқ образлар шаклида, аниқ тасаввурлар шаклида бўлса, тафаккур жараёни орқали акс эттириш тушунчалар орқали бўлади. Кўпинча бирор эҳтиёжни қондириш учун қилинаётган фаолият жараёнида хаёл ва тафаккур баробар иштирок этади, яъни ҳар бир ҳаракат фикр юритиш орқали амалга оширилиши билан бирга, ҳаракат усуллари яққол тасаввур қилиб ҳам турилади.

Юқоридагилардан шундай хулосага келиш мумкинки, ҳал қилиниши лозим бўлган нарса қанчалик ноаниқ, норавшан бўлса, хаёлнинг роли шунча ортади ёки аксинча. Хаёлнинг яна қимматли томони шундаки, етарли билимга эга бўлмасдан туриб ҳам муаммоли вазият пайтларида қарор қабул қилиши ва уни бажаришга йўл топиши мумкин. Тафаккурда эса чуқур билимсиз муаммоли масалаларни ҳал қилиб бўлмайди.

Одатда турли соҳаларга оид ахборотларнинг етарли бўлмагани кишини хаёл суришга олиб келади. Агар у ҳамма нарсани билганда эди хаёл сурмас, фаол равишда хаёл образлари яратмас эди. Бизни ураб олган оламда ўрганилмаган нарсалар қанчалик кўп бўлар экан, хаёл шунчалик инсон учун фойдали бўлиб қолаверади.

Хаёл турлари

Хаёл яратган образларининг мазмуни жиҳатдан тасаввур хаёл ва ижодий хаёлга бўлинади.

Тасаввур хаёл деб ҳозир ёки ўтмишда бўлган бўлса-да, лекин ҳали бизнинг тажрибамизда учрамаган ва биз идрок қилмаган нарса ва ходисалар тўғрисида тасаввур ва образлар яратишдан иборат бўлган хаёл турига айтилади.

Ўқувчилар билимларни ўзлаштиришда тасаввур хаёл образларидан кенг фойдаланадилар. Чунки ўқитувчининг тарих, география, адабиёт материалларини гапириб, тасвирлаб бериши асосида ўқувчилар у нарсаларнинг образларини кўз олдиларига келтирадилар ва ўзлаштирадилар.

Ижодий хаёл деб бизнинг тажрибамизда бўлмаган ва воқеликнинг ўзида ҳам учрамаган нарса ва ходисалар ҳақида тасаввур ва образлар яратишдан иборат бўлган хаёл турига айтилади. Ижодий хаёл туфайли санъат, адабиёт, техника соҳаларида янгиликлар яратилади. Чунки ижодий хаёл образлари тамоман янги, оригинал образлар бўлади.

Ижодий хаёлнинг ўзига хос хусусияти шундаки, аввало яратилаётган образ ҳақиқатда йўқ, бирон янги образ бўлади. Сўнгра жамиятнинг ёки шу кишининг эҳтиёжлари шу образнинг яратилишига кишини рағбатлантиради. Ижодий хаёл сўзларда ва моддий нарсаларда гавдалантирилади. Орзу ва ширин хаёл суришлар ижодий хаёлнинг алоҳида турларидир.

Орзу ижодий хаёлнинг келажакка қаратилган фаолиятidir. Демак, у орқали истикбол образлари яратилади.

Хаёл ўзининг пайдо бўлишига кўра ихтиёрсиз ва ихтиёрий бўлади.

Ихтиёрсиз хаёлда олдиндан белгиланган мақсад бўлмайди, унда ирода фаол иштирок этмайди, образлар ўз-ўзидан пайдо бўлади.

Ихтиёрсиз хаёл аввало шу пайтда қондирилмаган эҳтиёж туфайли ҳосил бўлади. Масалан, киши чўлу-биёбонда кетаётиб қаттиқ чанқаса, унинг кўз олдига водопровод, булок, ариқ сувларининг образи келаверади.

Ширин хаёл суриш ва орзу ҳам ихтиёрсиз вужудга келади. Кечаси ухлаб ётгандаги туш кўриш туфайли хилма-хил образларнинг кўз олдимизга келиши ҳам ихтиёрсиз хаёл материалларидир.

Ихтиёрий хаёл суришда киши олдига қўйган мақсади асосида хаёл суриб, атайлаб образлар яратади. Масалан, ёзувчининг янги асар яратишида сурган хаёллари ихтиёрий хаёлдир. Умуман олганда, санъат асарларининг барчаси ихтиёрий хаёл натижасидир.

Ихтиёрий хаёл бировларнинг турткиси, топшириғи билан ҳам вужудга келиши мумкин.

5. Хаёл турлари. Хаёл жараёнида аналитико-синтетик фаолият.

Хаёл тасаввурлари хотира тасаввурларига асосланган ҳолдагина пайдо бўлади. Масалан, биз шу ерда сувлар, музлар, совуқларни кўрмаганимизда, улар ҳақида тасаввурга эга бўлмаганимизда эди, шимолий муз океанини ҳам кўз олдимизга келтира олмаган бўлар эдик.

Лекин хаёл тасаввурлари хотира тасаввурларининг кўз олдимизда гавдаланишидангина иборат эмас, балки хотира тасаввурлари қайта ишланиб, мутлақо янги тасаввурлар вужудга келади.

Хаёлнинг синтез қилувчи фаолиятининг оддий шакли агглютинациядир. Агглютинация айрим элементларни ёки бир неча буюмларнинг қисмларини битта образ қилиб қўшиш ва шуларнинг комбинациясидир.

Хотира тасаввурларини қайта ишлаб хаёл образлари яратишда нарсаларни катталаштириш ёки кичрайтириш жараёнлари вужудга келади. Масалан, эртақларда айрим кишилар хаёл образлари туфайли бўйи теракдай, қорни бочкадай, белига қирқ газ арқон етмайдиган қилиб тасвирланади.

Хаёл натижасида буюмнинг фақат бир қисмини катталаштириш ёки кичрайтириш акцентировка деб айтилади. Бу кўпроқ карикатура асарларида учрайди.

Тип – индивидуал образдир, аммо бу образда бутун бир гуруҳ, синф, миллат кишиларининг энг характерли белгилари бирга қўшилиб яхлит акс эттирилади.

Хаёлнинг яна бир характерли хусусияти шундаки, у узоқ-узоқларга парвоз қила олади. Хаёл образлари орқали биз узоқ ўтмишга назар ташлаб, тарихий воқеаларни, тарихий шахсларни кўз олдимизга келтиришимиз ёки келажакка назар ташлаб, ўз бахтли келажакимизнинг образлари ва идеалларини яратишимиз мумкин.

Бу жараёнларнинг ҳаммаси нутқимиз ва тафаккуримиз билан бирга бўлади. Шунинг учун хаёл жараёнларида нутқ ва тафаккур катта роль ўйнайди.

Хаёл образларининг вужудга келиши – бу инсон мияси фаолиятининг натижасидир. Хаёл ва бошқа барча психик жараёнлар катта ярим шарлар пўстининг фаолиятидир.

Хаёл кенглиги, мазмундорлиги, кучи ва реаллиги жиҳатдан кишиларда фарқ қилади. Хаёлнинг кенглиги воқеликнинг кишилар хаёл фаолияти учун объект бўладиган соҳалари доираси билан белгиланади. Алишер Навоий, Ҳамза Ҳакимзоданинг хаёли ана шундай кенг хаёлга мисолдир. Масалан, Ҳамза адабиётнинг турли соҳаларида унумли ижод қила олган. Чўпон ҳаёти, пахтакорлар, боғбонлар, ишчилар ҳаётидан асарлар ёзадиган ёзувчиларни ҳам кенг хаёлли деб айтишимиз мумкин.

Хаёлнинг мазмундорлиги бирор объектга нисбатан хаёлда туғилаётган тасаввурларнинг бойлиги, хилма-хиллиги ва маънодорлиги билан белгиланади. Хаёлнинг кенглиги кўпинча мазмундорлик билан боғлиқ бўлиб, кенг хаёл мазмундор ҳам бўлади.

Хаёл кучли ва кучсиз бўлади. Унинг кучи идрок образларига қанчалик яқин туришига қараб белгиланади.

Хаёл кучи ҳиссиётга боғлиқ бўлади. Кишининг ҳиссиёти қанчалик кучли, эҳтиросли бўлса, хаёл образлари ҳам шунчалик кучли, ёрқин ва жонли бўлади.

Хаёл образлари кишининг умумий ҳолатига ҳам боғлиқ. Киши касал вақтида хаёл образлари кучлироқ, жонлироқ бўлади. Натижада галлюцинация юз беради. Галлюцинация аслида кучли хаёл образларидир.

Воқеликни тўғри акс эттирадиган хаёл реал хаёлдир, нотўғри акс эттирадиган хаёл хом хаёлдир.

Инсон фаолиятининг ҳамма турларида: ўйинда, ўқишда, меҳнатда, фан ва ижодиётда хаёлнинг аҳамияти каттадир. Болаликдаги ўйинлар – асосан, болалар фантазиясининг намоён бўлишидир. Болаларнинг ижодий ўйинларида уларнинг организми камол топади ва мустаҳкамланади, ақли, иродаси, маънавий ва эстетик ҳислари ўсади.

Хаёлнинг бўлиши инсоннинг ҳар қандай ишни ижодий бажаришга ёки бу ишга ижодкорлик элементларини киритишга имкон беради. Акс ҳолда меҳнатнинг ҳар бир тури илгари ўрганиб олинган усуллар ва ҳаракатларни шунчаки такрорлаш йўли билангина бажарилиши мумкин.

Илмий тадқиқотларда ҳам хаёл катта роль ўйнайди. Чунки турли илмий гипотезалар хаёл туфайли яратилади. Хаёл бўлмаганда эди қишлоқ хўжалигида новаторлик, техникада ихтирочилик ва санъатда янгиликлар яратиш мумкин бўлмаган бўлур эди. Албатта, реал ва ижодий хаёлгина инсон фаолиятида ана шундай ижобий роль ўйнайди.

Тафаккур жараёни ҳақида тушунча. Ташқи оламдаги воқеиликни сезги, идрок ва тасаввур жараёнлари орқали билиш муҳим аҳамият касб этади, лекин ўрганилаётган нарса ва ходисаларни атрофлича чуқур акс эттириш учун булар ҳали етарли эмас. Чунки уларнинг ўзаро муносабатлари, сифат ва миқдор ўзгаришлари, мураккаб ички боғланишлари, ўзаро таъсир этиш хоссаларини бевосита кузатиш ёки ҳиссий образлар ёрдамида аниқлаш имконияти йўқ.

Мадомики шундай экан, субъектнинг билиш /англаш/ лозим бўлган объект билан ўзаро таъсирини бевосита акс эттириш йўли орқали бўлакларга ажратиш имконияти чекланганлиги сабабли ҳиссий билиш босқичидан ақлий босқичга, яъни тафаккурга ўтиш зарурати туғилади. Фикр юритиш ёрдамида атроф–муҳитни чуқурроқ билиш, нарсалар, воқеалар ва ходисалар ўртасида мавжуд бўлган ўзаро ички муносабатлар, боғланишларни аниқлаш проблематик тарзда намоён бўлади. Инсон олдида проблема – муаммо вужудга келмас экан, у ҳолда тафаккур жараёни ҳосил бўлиши мумкин эмас.

Шундай қилиб, инсон ўзининг билиш фаолиятида воқеиликнинг мураккаб жиҳатларини ҳиссий босқич ёрдами билан акс эттира олмай қолганда тафаккурга, фикр юритишга мурожаат қилади.

Инсоннинг билиш фаолиятида сезги, идрок, тасаввур образлари билан тафаккур ўзаро узлуксиз равишда бир–бирини бойитиб туради. Ана шунга биноан билиш жараёнининг ҳиссий ва ақлий босқичлари мавжуддир.

Тафаккур, сезги ва идрокдан фарқ қилиб, бир нечта хусусиятга эгадир. Унинг биринчи хусусияти воқеиликни умумлашган ҳолда акс эттиришдир.

Тафаккурнинг иккинчи муҳим хусусияти боғланишларни бевосита акс эттиришдир. Бу хусусият туфайли табиат ва жамиятдаги турли ходиса ва воқеалар ўртасидаги боғланишларни тушунтириш имкониятига эга бўламиз.

Тафаккурнинг учинчи хусусияти сўз /нутқ/ орқали нарсa ва ходисалар ўртасидаги мураккаб муносабатларни акс эттиришдан иборатдир. Инсоннинг фикр юритиши бир ва ундан ортиқ сўзлар, тушунчалар воситасида ифодаланади. Шунинг учун одам ўйлаётганда ўз фикрини айтаётгандек, гапираётганда эса фикр юритаётгандек туйилади.

Эргаш Ғозиев ўзининг «Тафаккур психологияси» (Тошкент, «Ўқитувчи» нашриёти, 1990 йил) китобида тафаккурга қуйидагича таъриф берган. «Тафаккур атроф муҳитдаги воқеликни нутқ ёрдами билан бавосита, умумлашган ҳолда акс эттируви психик процесс, социал сабабий боғланишларни англашга, янгилик очишга ва прогноз қилишга йўналтирилган ақлий фаолиятдир». Бизнингча, ушбу таърифда тафаккурнинг энг муҳим хусусиятлари ва функциялари санаб ўтилган.

Тафаккур жараёнлари.

Тафаккур қуйидаги жараёнларда юз беради.

1. Анализ ва синтез.
2. Таққослаш.
3. Абстракциялаш.
4. Умумлаштириш.
5. Конкретлаштириш.
6. Классификациялаш.
7. Системалаштириш.

Анализ – шундай бир тафаккур жараёни, унинг ёрдами билан биз нарсa ва ходисаларни фикран ёки амалий равишда бўлиб /ажратиб/, уларнинг айрим қисмлари ва хусусиятларини таҳлил қиламиз.

Синтез – шундай бир тафаккур жараёнидирки, биз нарса ва ходисаларнинг анализда бўлинган айрим қисмлари, бўлакларини синтез ёрдами билан фикран ёки амалий равишда бирлаштириб, бутун ҳолга келтирамиз.

Анализ ва синтез ўзаро бевосита мустаҳкам боғланган ягона жараённинг икки томонидир. Агар нарса ва ходисалар анализ қилинмаган бўлса, уни синтез қилиб бўлмайди, ҳар қандай анализ предметларни, нарсаларни бир бутун ҳолда билиш асосида амалга оширилиши лозим.

Таққослаш – шундай бир тафаккур жараёни, бу жараён воситаси билан объектив дунёдаги нарса ва ходисаларнинг бир–бирига ўхшашлиги ёки бир–биридан фарқи аниқланади.

Абстракциялаш шундай бир тафаккур жараёни, бу жараён ёрдами билан моддий дунёдаги нарса ва ходисаларнинг муҳим хусусиятларини фарқлаб олиб, ана шу хусусиятлардан нарса ва ходисаларнинг муҳим бўлмаган иккинчи даражали хусусиятларини фикран ажратиб ташлаймиз.

Умумлаштириш деганда психологияда нарса ва ходисалардаги хосса, белги, хусусият, аломатларни топиш ва шу умумийлик асосида уларни бирлаштириш тушунилади.

Умумий, мавҳум белги ва хусусиятларни якка, ёлғиз объектларга тадбиқ қилиш конкретлаштириш дейилади. Бундан ташқари, мавҳум тушунчаларни конкрет предметларга боғлаш ҳам конкретлаштириш бўлиб ҳисобланади.

Фанда нарса ва ходисаларнинг табиатини ифодаловчи муайян белги асосида қилинган фикр юритишни **классификация** деб аташ қабул қилинган.

Классификация қилишнинг якуни системалаштириш бўлиб ҳисобланади. Системалаштиришга кутубхонадаги китобларнинг жойланиши мисол бўла олади. Масалан, кутубхонада педагогикага оид адабиётлар бир томонда, психологияга оидлари яна бир томонда жойлашган бўлади. Системалаштириш инсон ишини осонлаштиради. Натижада киши нимани қаердан излашни билади. Турмушда ҳар қадамда системалаштиришни кўришимиз мумкин.

Тафаккур шакллари.

Тафаккур шаклларига ҳукм, тушунча ва хулоса чиқариш киради. Нарса ва ходисаларнинг белги ва хусусиятлари ҳақида тасдиқлаб ёки инкор қилиб айтилган фикр **ҲУКМ** деб айтилади. Масалан, баҳорда дарахтлар барг ёзади.

Борлиқдаги нарсалар, ходисалар ва воқеликнинг миқдорига, уларнинг бирор ҳукмда акс этиши ва алоқа ҳамда муносабатларига қараб улар қуйидаги турларга бўлинади:

1. Тасдиқловчи ёки инкор қилувчи ҳукм.
2. Якка, жузъий ва умумий ҳукм.
3. Шартли, айирувчи ва қатъий ҳукм.
4. Тахминий ҳукм.

Нарса билан белгининг алоқаси акс этган ҳукм **тасдиқловчи** ҳукм дейилади. Масалан, Алишер Навоий буюк ўзбек шоири, мутафаккири. Нарса билан белги ўртасидаги боғланиш йўқлигини ифодаловчи ҳукм **инкор** ҳукм деб аталади. Масалан, Ўзбекистонда пахта экилмайди. Самарқандда олий мактаблар йўқ каби.

Якка нарса ҳақидаги ҳукм **якка** ҳукм дейилади. Масалан, Тошкент – Ўзбекистоннинг пойтахти. Агар ҳукмимиз бир гуруҳ нарсаларнинг баъзиларига таалуқли бўлса уни **жузъий** ҳукм дейилади. Масалан, бугун баъзи талабалар дарсга кеч қолдилар. Борди-ю бизнинг ҳукмимиз бир гуруҳ нарсаларнинг барчасига таалуқли бўлса **умумий** ҳукм дейилади. Масалан, Ўзбекистон фуқаролари тинчлик учун курашмоқдалар.

Хулоса чиқариш деб бир неча ҳукмлардан алоҳида ҳукм келтириб чиқаришга айтилади. Масалан, Барча сайёралар ҳаракат қилади. Ер – сайёра. Демак, Ер ҳам ҳаракат қилади.

Хулоса чиқариш уч турли бўлади: индуктив, дедуктив ва аналогик. **индуктив** хулоса чиқариш деб бир неча якка ҳукмлардан умумий ҳукм келтириб чиқаришга айтилади. Масалан, Темир электр токини ўтказди. Мис электр токини ўтказди. Қўрғошин электр токини ўтказди. Булар металллардир. Демак, металллар электр токини ўтказди.

Дедуктив хулоса чиқариш деб умумий ҳукмдан якка ёки жузъий ҳукм келтириб чиқаришга айтилади. Масалан, дарахтлар баҳорда гуллайди. Ўрик – дарахт. Демак, ўрик баҳорда гуллайди. Аналогик **хулоса чиқариш** деб предметнинг ўхшаш белгиларига қараб **хулоса чиқаришга** айтилади. Тушунча нарса ва ходисаларнинг умумий ва муҳим белгиларини акс эттирувчи фикрдир. Уй, кўприк, коинот, дарахт қабилар тушунчалардир. Тушунчалар одатда конкрет ва абстракт бўлади. Конкрет тушунчаларга парта, доска, шкаф, мель, дераза қабилар кирса, абстракт тушунчаларга эса муҳаббат, бахт, гўзаллик, узунлик, баландлик, кенглик, ҳаракат қабилар киради. Тушунчалар кўлами жиҳатдан

уч турга бўлинади: якка тушунчалар, умумий тушунчалар ва тўпланма тушунчалар.

Якка тушунча деб якка предмет ёки ходиса ҳақидаги тушунчага айтилади. Масалан, Алишер Навоий, Қукон, Сирдарё, Собир Рахимов кабилар. Умумий тушунча деб бир жинсда бўлган нарс ва ходисалар тўплами ҳақида яхлит фикр юритишга айтилади. Масалан, китоб, мактаб, студент, ўспирин, юлдуз ва бошқалар.

Тўпланма тушунча деб бир хил нарсаларнинг тўпламига айтилади. Масалан, кутубхона, пахтазор, йиғилиш кабилар.

Фикр юритишда тушунча билан сўз ўзаро боғланган ҳолда намоён бўлади. Бир томондан, сўз ёрдамисиз тушунча вужудга келмайди, иккинчи томондан сўз тушунчанинг моддий асоси ва функциясини бажаради. Тушунчалар бир ёки ундан ортиқ сўзлардан ҳосил бўлиши мумкин.

Тафаккур сифатлари.

Тафаккурнинг индивидуал хусусиятлари, яъни сифатлари деганда унинг мазмундорлиги, мустақиллиги, энчиллиги, самарадорлиги, кенглиги, тезлиги, чуқурлиги кабиларни тушунамиз.

Тафаккур турлари.

Тафаккур қуйидаги турларга бўлинади:

- 1.Кургазмали – ҳаракат тафаккур.
- 2.Кургазмали – образли тафаккур.
- 3.Ихтиёрсиз ва ихтиёрий тафаккур.
- 4.Конкрет ва абстракт тафаккур.
- 5.Ижодий тафаккур.

Инсон томонидан бевосита идрок қилинаётган предметлар эмас, балки тасаввур қилинаётган образлар ҳақида фикр юритиш *кургазмали – образли* тафаккур дейилади.

Боғча ёшидаги болалар илмий тушунчаларга эга бўлмаганлиги учун билиш фаолиятида асосан кургазмали – образларга суяниб фикр юритадилар, мулоҳаза билдирадилар, ҳукм чиқарадилар.

Ихтиёрсиз тафаккур деб мантикий тафаккур ёрдамида кўп вақтлар давомида ҳал қилинмаган ақлий вазифаларнинг тусатдан, кўтилмаганда ҳал қилиниб қолиши процессига айтилади.

Ихтиёрий тафаккур жараёни мулоҳаза, муҳокама, исботлаш, гипотеза қилиш каби шаклларда намоён бўлади. Математика, физика, химия, психология ва бошқа фанлардаги муаммо ва масалаларни ечиш жараёнлари бунга ёрқин мисол бўла олади.

Абстракт тафаккур нарсаларнинг моҳиятини акс эттирувчи ва сўзларда ифодаловчи тушунчаларга таяниб фикр юритишдир.

Фикр юритилиши лозим бўлган нарса ва ходисаларни идрок ва тасаввур қилиш мумкин бўлса, бундай тафаккур **конкрет** тафаккур дейилади.

Назарий тафаккур деб ходисаларни изоҳлашга фараз қилишга қаратилган тафаккур турига айтилади.

Воқеликни ўзгартириш воситаси билан реал нарса ва ходисаларни яратишга йўналтирилган фикр юритиш амалий тафаккур дейилади. Амалий тафаккур «Қандай қилиб?», «Қайси йўл билан?» каби саволларга жавоб бериш жараёнидир.

Ижодий тафаккур мураккаб билиш фаолиятдан бири бўлиб тадрижий равишда, изчил ўзаро боғланган жараёнлардан ташкил топади: даставвал саволлар туғилади, вазифа аниқланади, масала ечиш учун саволларга жавоб қидирилади. Ижодий тафаккурнинг навбатдаги компонентлари қуйидагича акс эттирилади: қўйилган саволларга жавоб излаш, масалани ечишга ёрдам берадиган йўллар, усуллар, воситалар, қоидалар ва кўникмаларни қидириш, уларни танлаш ва фаолиятга тадбиқ қилиш ва бошқалар.

Тафаккур ва муаммоли вазият. Тафаккур муаммодан, саволдан, таажжубланиш, ҳайратга тушиш ёки зиддиятдан келиб чиқади. Мазкур муаммоли вазият шахсни фикр юритишга тортади, унинг фаолиятини ноаниқ муаммони ҳал қилишга ундайди.

Муаммоли вазият ўз ичига қуйидаги муҳим томонларни қамраб олиши мумкин, биринчидан, муаммонинг қўйилишини инсон тушуниб етиши, иккинчидан, муаммони ҳал қилишга ёрдам берувчи восита, усул, йўл, ақлий ҳаракатларни инсоннинг ўзи излаб топиши ва уларни маълум системага солиши, учинчидан, инсон муаммони ҳал қилиш учун сараланган усулларни аввалги усуллардан ажратиш, яъни уларнинг салбий томонларини олиб ташлаб, қолганларидан ўз ўрнида ва тўғри фойдаланиши, тўртинчидан, инсон муаммо ечимининг тўғрилигига ишонч ҳосил қилиши учун танқидий нуқтаи назардан текшириб чиқиши кабилар. Муаммо ҳал қилингандан кейин уни танқидий назардан текшириб чиқиш ва тўғри эканлигига ишонч ҳосил қилиш фаолияти ҳам ижобий характер касб этади. Шундай қилиб, бир талай амаллардан фойдаланиш туфайли муаммо ҳал қилинади: қўйилган муаммони бўлакларга ажратиб анализ қилиш, муаммони яхлит ҳолда тушунтириб бериш, муаммони ҳал этиш учун воситалар қидириш, топган воситаларни қўллаш, муаммони танқидий текшириб чиқиш, шунингдек, муаммо ечими тўғрисида мантиқий хулосага келиш кабилар.

8- маъруза. Ирода. Темперамент.

Режа:

- 1.Иродавий ҳаракатлар ва иродавий бошқариш.**
- 2.Иродани тарбиялаш.**
- 3.Темперамент ҳақида тушунча. Темперамент турлари.**

Ирода инсонгагина хос муҳим хусусият бўлиб, у шахсининг турли-туман фаолиятларида намоён бўлади. Ирода инсон фаоллигининг муҳим томонини ташкил этади.

Ирода - бу кишининг олдига қўйилган мақсадларга эришишда қийинчиликларни енгиб ўтишга қаратилган фаолияти ва хулқ-атворини онгли равишда бошқаришидир.

Одам теварак-атрофдаги оламни ўз сезги, идроклари ёрдамида билиб, ўрганибгина қолмай, уни ўз эҳтиёжлари, заруриятларига мослаб ўзгартиради ҳам. У ўз ақл-идроки ёрдамида зарур натижани қўлга киритиш учун қачон, қаерда ва қандай куч-ғайрат сарф этиш зарурлиги, иш фаолиятини қандай ташкил этиш кераклигини белгилайди. Кўп ҳолларда мураккаб ҳатти-ҳаракатлар натижасидагина тегишли ютуқ қўлга киритилади. Бундай ҳаракат давомида объектив ва субъектив қийинчиликларни енгиб ўтишга тўғри келади.

Куч-ғайратни вужудга келтириш, қанча вақт куч-ғайрат зарур бўлса, уни ўшанча вақт сақлаб туриш учун кишига ирода керак. Ирода киши онгининг шундай бир соҳасики, бу орқали одам ўз ишига фаол киришади ва уни мувофиқлаштириб боради. Ирода туфайли киши ўз шахсий ташаббуси билан, онгли заруратдан келиб чиққан ҳолда, олдиндан режага солинган йўналишда ва олдиндан назарда тutilган куч-ғайрат билан тегишли иш ҳаракатларни бажариши мумкин. Бундан ташқари, одам ўз психик фаолиятини тегишли равишда уюштириш ҳамда уни муайян бир мазмунга йўналтириши ҳам мумкин.

Одам ўзидаги эмоционал ҳолатни сиртига чиқармасликка, ташқи томондан билинтирмасликка ҳаракат қилиши, гоҳи ташқи томондан мутлақо бунинг акси бўлган ҳолатларни ифода этиши ҳам мумкин. Хуллас, ирода, бир томондан, одам ҳатти-ҳаракатини йўналишга солади ёки уни бирор ҳаракатдан сақлаб қолади, иккинчи томондан, мавжуд вазифа ва талаблардан келиб чиққан ҳолда кишининг психик фаолиятини уюштиради.

Шахс ва иродавий ҳаракатлар. Одамнинг иродавий ҳаракатлари ўз олдига қўйган мақсадларини, турли-туман юмушларини шунчаки бажаришдангина иборат эмас. Балки иродавий ҳаракат ўзига хос хусусиятга эгадир. Бунинг маъноси шуки, одам ўз олдига турган ва унинг учун жуда катта аҳамиятга эга бўлган мақсадларга ўзи учун унчалик аҳамиятли бўлмаган бошқа ҳатти-ҳаракат мотивларини буйсундиради.

Ирода кишининг ўз ҳатти-ҳаракатларини онгли равишда бошқаришни, бир қатор интилиш ва истакларни тийиб туришни тақоза этади. Иродавий ҳаракат шундан иборатки, бундан одам ўзини-ўзи идора қилади, ўзини-ўзи қўлга олади, ўз ҳис-туйғуларини назорат қилиб туради ва керак бўлиб қолган пайтларда уларни боса олади. Ироданинг намоён бўлиши иш-ҳаракатларда онгнинг иштирок қилиши билан боғлиқ бўлган шахс фаоллигидир.

Иродавий фаолият шахс томонидан кенг миқёсда анланган ва психик жараёнларни амалга ошириш характери жиҳатидан иродавий зўр беришни талаб қиладиган бир қатор ишларни тақоза қилади.

Кўпинча иродавий фаолият одамнинг ҳаёт йўлини аниқлайдиган, унинг ижтимоий қиёфасини кўрсатадиган қарорларга келиш билан боғлиқ бўлади. Бунда бурч ҳисси, Ватан ва халқ олдигаги бурчини аниқ англаш намоён бўлади. Буларга мисол қилиб Улуғ Ватан уруши давридаги кишиларимизнинг қаҳрамонликларини кўрсатишимиз мумкин.

Иродавий ҳаракатларнинг нерв-физиологик хусусиятлари.

Иродавий фаолият турли-туман ҳаракатлар натижасида амалга оширилади. Ҳаракатлар эса суяк-мускул системасининг фаолияти туфайли вужудга келади. Маълумки, инсонда турли ҳаракатларни вужудга келтирадиган 600 дан ортиқ катта ва кичик мускуллар мавжуддир. Бу мускулларнинг ҳаракати алоҳида-алоҳида, бир-биридан ажралган ҳолда эмас, балки уларнинг биргаликдаги фаолияти туфайли ҳосил бўлади. Инсоннинг исталган бир ҳаракатида бир гуруҳ мускуллар албатта иштирок этади. Бош миёя ярим шарларида ҳаракатларни бошқарувчи махсус участка бор. Бу ердан танамизнинг барча қисмларига нерв толалари кетган бўлади. Бу марказ тескари алоқа усулида ишлайди ва ҳаракатларимизни бошқариб, тартибга солиб туради. Борди-ю ҳаракат маркази ишдан чиқса, одамнинг ҳаракатлари ҳам бир-бири билан уйғунлашмайди,

издан чиқади, қилмоқчи бўлган иш-ҳаракатларни одам тўғри бажара олмайди. Буни спиртли ичимлик истеъмол қилган киши ҳаракатида кўриш мумкин.

Ироданинг нерв-физиологик механизми сифатида бош мия катта ярим шарлари пўстининг шартли рефлекслар ҳосил қилишдан иборат бўлган фаолиятини ҳам кўрсатиш мумкин.

Демак, иродавий ҳаракатларнинг механизмини бош миядаги ҳаракат маркази фаолияти, суяк-мускул системасининг фаолияти, шартли рефлекслар ва иккинчи сигналлар системаси ташкил этади.

Ирода акти ва унинг структураси.

Иродавий ҳаракатларнинг дастлабки бошланғич нуқтаси ҳаракат мақсадининг вужудга келиши ва шу мақсаднинг ўртага қўйилишидир.

Мақсад - кишининг шу пайтда керакли ва зарур деб топган иш-ҳаракатларини тасаввур этиши демакдир.

Мақсадни тасаввур қилиш одатда, шу мақсадга эришиш, истак-орзуни амалга ошириш йўлидаги интилишга боғлиқ бўлади. Масалан, киши қийин аҳволга тушиб қолса, шу аҳволдан бир амаллаб қутилишини ўз олдига мақсад қилиб қўяди. Киши шу вазиятни маълум даражада ўзгартириш, бир нимага барҳам бериш, бир нима қўшиш ва шу каби мақсадларни ўз олдига мақсад қилиб қўяди.

Ҳатти-ҳаракатни мақсад қилиб қўйиш кишининг меҳнат фаолияти, касб-корига боғлиқ бўлган вазифаларига ва турмушдаги бурчларига қараб белгиланади. Киши жамиятда, жамоада тутган ўрни мақсад қўйишга таъсир этадиган муҳим омил ҳисобланади.

Кишида келиб чиқадиган эҳтиёжлар дарров яққол тасаввур қилинадиган мақсад тарзида ҳосил бўла қолмайди. Кўнгилда кечаётган эҳтиёж ва интилишлар турли даражада англаниши ва турлича тасаввур қилиниши мумкин.

Масалан, эҳтиёж ва интилишлар баъзан истак тарзида кўнгилдан кечади. Истак шундай ҳолатки, бунда одам ўзига нимадир етишмаётганини, ниманидир истаётганини ҳис қилиб туради-ю, ўша нарса нима эканини яхши тасаввур қила олмайди. Тилак интилишнинг шундай босқичики, бунда киши ҳаракат мақсадини англаб етади, лекин унга эришиш йўллари ва воситаларини ҳали тушуниб етмайди.

Эҳтиёж яна кучайиб бораверади. Натижада интилиши мақсадларидан ташқари, унинг йўл, усул ва воситалари ҳам аста-

секин англашилиб боради. Интилишнинг бундай тўла англанилган босқичи ҳоҳиш деб айтилади.

Мақсаднинг ва унга етишиш йўллариининг маъқул ва номаъқуллигини белгилаб берадиган ҳамма нарса иш-ҳаракат мотивлари деб айтилади. Киши нега бошқа бир мақсадни эмас, балки худди шу мақсадни ўз олдига қўймоқда, шу мақсадга етишмоқ учун бошқа йўл ва воситалар билан эмас, балки худди шу воситалар билан иш кўришнинг сабаби нима деган саволга жавоб мотив деб аталади. Мақсадларни, уларга эришиш йўллари ва воситаларини танлаш жараёни баъзан ички кураш характериға эға бўлади. Бу курашда турли куч ва жозибаға эға бўлган бир неча мотив майдонға чиқади. Бу жараён мотивлар кураши деб юритилади. Мотивлар кураши кўпинча тафаккур билан ҳиссиёт ўртасидаги курашдан иборат бўлади. Бундан ташқари, бу бурч ҳисси билан унга оид бўлган қандайдир бошқа шахсий ҳис ўртасидаги кураш тарзида ҳам намоён бўлиши мумкин.

Мақсадға эришиш йўллари ва воситаларини танлаш жараёни, режалаштириш мотивлар кураши билан боғланган бўлиб, қарорға келиш билан тугайди. Қарорға келиш муайян бир мақсадни ва шу мақсадға эришиш йўлидаги ҳаракат усулларидан бирини танлаб олиш демакдир. Тез қарорға келиш суръати бир қанча сабабларға, жумладан, эҳтиёжға, ҳал қилувчи мотив кучиға, вазиятға, ҳиссиётға, тафаккур ва ҳаёлнинг тараққиёт даражасиға, кишининг турмуш тажрибаси ва билимлариға, дунёқараши, темперамент ва характериға, бошқа кишиларнинг маслаҳати, буйруғи, таклифлариға боғлиқдир. Бундан ташқари, мақсаднинг аҳамиятлилигига, бирорта қарорға келтирувчи фаолиятнинг характериға ҳам боғлиқ бўлади.

Қатъият фақат тезлик билан қарорға келишдағина эмас балки, қарорни тез ва дадил бажаришда ҳам зоҳир бўлади. Тезлик билан қарорға келиш ва уни белгиланган муддатда бажариш – қатъиятни намоёиш қилиш демакдир.

Қабул қилинган қарор мустаҳкам ёки бўш бўлиши мумкин. Бир марта қабул қилиниб, кейинчалик ўзгартирилмайдиган ва маълум вақт давомида албатта бажариладиган қарор қатъий ва мустаҳкам қарор дейилади. Қарор қабул қилинса-ю, кейин ё ўзгартирилса, ёки бошқа янги қарор билан алмаштирилса, ёхуд бутунлай бекор қилинса, бундай қарор бўш қарор дейилади. Қатъий ва мустаҳкам қарорға келиш ироданинг ижобий хусусиятидир.

Қарор унга мувофиқ келадиган чоралар кўриш ва ҳаракат қилиш учун қабул қилинади. Қарордан ҳаракатга ўтишни қарорни ижро этиш дейилади. Ироданинг энг муҳим ва асосий босқичи қарорни ижро этишдир.

Одатда иродавий ҳаракатлар 2 хил: жисмоний ва ақлий бўлади. Жисмоний ҳаракатларга ҳар хил меҳнат операциялари, ўйин ва спорт машғулотлари ва бошқалар киради. Ақлий ҳаракатларга эса масала ечиш, ёзма ишлар, дарс тайёрлаш, илмий тадқиқот ишлари олиб бориш кабилар киради. Кўп вақт такрорланиб ўзлашиб кетган, кўникма ва малакаларга айланган ҳаракатлар ҳам мураккаб иродавий ҳаракатлардандир.

Қарорни ижро этиш, одатда, маълум вақт, муддат билан боғлиқ бўлади. Қарор кечикмасдан, белгиланган муддатда ижро этилса, бу ироданинг ижобий сифатидан далолат беради.

Аммо қабул қилинган қарор ҳамиша бажарилавермайди, айрим ҳолларда эса ўз вақтида бажарилмай қолади. Ижроси пайсалга солинадиган ёки бутунлай ижро этилмайдиган қарорлар ниятлар деб айтилади.

Бир қатор ҳолларда қарорга келиш бошқа кучли эҳтиёжларнинг таъсирини зарурий тарзда енгиш билан боғлиқ бўлган жиддий характердаги ички зўр бериш билан боғлиқ бўлади. Ўзидаги қаршиликларни енгиш билан боғлиқ бўлган бундай жараён иродавий зўр бериш дейилади. Иродавий зўр бериш онгнинг, аввало нерв-мускул апаратининг махсус зўриқишида ифодаланади ва организмнинг ташқи ўзгаришларида намоён бўлади. Бундан ташқари, зўр бериш учун яна куч сарфлашга ҳам тўғри келади.

Иродавий зўр бериш ва иродавий ҳаракат мақсадга эришиш йўлида учрайдиган тўсиқларни енгишда намоён бўлади. Тўсиқлар эса икки хил: ички ва ташқи тўсиқлар бўлиши мумкин.

Ироданинг навбатдаги босқичи ижрога баҳо бериш бўлиб ҳисобланади. Баҳо бериш қилинган ишни маъқуллаш, оқлаш ёки қоралашдан иборат бўлади. Бу баҳо қабул қилинган қарор ёки бажарилган ҳаракатлардан мамнун бўлиш ёки мамнун бўлмаслик туфайли келиб чиққан махсус ҳиссий кечинмаларда ифодаланади.

Демак, ирода инсонгагина хос ноёб психик жараёндир. У инсоннинг онгли ҳаракатларида намоён бўлади. Ирода туфайлигина турли қаршиликларни енгиб ўз мақсадимизга эришамиз. Ирода жуда мураккаб тузилишга эгадир. У кўплаб ҳаракат босқичларини ўз ичига олади.

Темперамент ҳақида тушунча.

Одамлар ўртасидаги индивидуал-психологик тафовутларда психиканинг динамик, деб аталмиш хусусиятлари муҳим ўринни эгаллайди. Инсон психологияси энг аввало психик жараён ва ҳолатлар интенсивлиги даражаси уларнинг у ёки бу тезликдаги жараёнларининг кечиши билан фарқланади. Маълумки, одамлар хулқ-атвор ва фаолият мотивлари нисбатан тенг бўлганда, бир хил ташқи таъсир этганда, бир-биридан таъсирланганда ва кўрсатаётган кучига кўра, сезиларли даражада фарқ қилади. Киши ҳаракатидаги ўзгариши табиий равишда кўпинча тарбияланган установкалар ва одатларга вазиятнинг талабига боғлиқ бўлади. Руҳий фаолиятнинг умумий хусусиятлари билан бир қаторда қизиқиш, қобилят, темперамент, характер каби шахсий индивидуал хусусиятлар бир кишининг ўзига хос тарзда бўлиб, шахснинг кундалик фаолияти давомида намоён бўлиб боради.

Шахслараро мулоқот давомида темперамент ва уларнинг хилма-хиллигини кузатиш мумкин бўлади. Баъзи инсонлар жўшқин, ҳиссиётли, кенг қизиқишли, серҳаракат бўлса, баъзилари эса вазмин, камгап, ҳаракатлари суст, бепарво, осойишта ёки ҳиссиётли бўладилар. Одамлар ўртасидаги бу фарқланиш индивидуал сифатларнинг муҳим соҳаси бўлган темперамент типлари хусусиятининг натижасидир. Шахсга хос ҳиссиётларнинг юзага келиш тезлиги ва кучи, умумий ҳаракатчанлигининг суръат ва сифати темперамент типи сифатларининг мажмуи ҳисобланади. Асаб тизимининг кучи, қўзғалиш ва тормозланиш жараёнлари ўртасидаги мувозанат ҳамда асаб жараёнларининг ҳаракатчанлик хусусиятини ташкил этади.

Психология фани тарихида темперамент ҳақидаги таълимотни биринчи бўлиб қадимги грек олими Гиппократ (э.а.460-356й) яратди. Гиппократ темпераментнинг моҳияти ва темперамент типларининг номларини асослашга ҳаракат қилиб, ўтказган тадқиқотлари асосида темпераментга хос хусусиятларни бир тизимга тузиб, қуйидаги турларга ажратган: холерик, меланхолик, флегматик, сангвиник. Уларнинг ҳар бирига хос бўлган хусусиятларни алоҳида-алоҳида тавсифлаб берган. Греция файласуфлари тўрт элемент – ҳаво, сув, олов ва тупроқ элементларига мувофиқ келадиган сифатлар: иссиқлик, совуқлик, қуруқлик ва намлик сифатлари тўғрисидаги гипотезаларга асосланган ҳолда, улар инсон аъзосида бу элементларга тўғри келадиган тўртта асосий суюқлик бор, деб ҳисоблайдилар.

Темперамент типларининг номлари ҳам ана шу суюқликлардан келиб чиққан. Масалан, холерик грекча “холе” сўзидан олинган бўлиб – ўт, сангвиник грекча “сандус” сўзидан олинган бўлиб – қон, меланхолик грекча “меланхоле” сўзидан олинган бўлиб – қора ўт, флегматик грекча “плегма” сўзидан олинган бўлиб – шилимшиқ модда, деган маъноларни билдиради. Гиппократ таълимотига кўра, ҳар қайси одамда юқоридаги тўрт хил суюқликдан бири кўпроқ бўлиб, инсон аъзосида устун туради.

Буюк олим ва аллома Абу Али ибн Сино ҳам кишилар темпераментига хос хусусиятларни ўрганиб чиқиб, темперамент типларининг инсон аъзосига хос бўлган кўринишлари ҳақида манбаларда ёзиб қолдирган. Кишилар темпераментига хос бўлган турларни аъзодаги тери, соч, танаси, кўз қарашлари,

ҳатти-ҳаракатлари ва хулқ-атворига асосланиб миқдор турини тўртга ажратиб баён этган.

Антик фан давридан бери ўтган кўплаб юз йилликлар мобайнида психиканинг динамик кўринишлари бўйича фарқларнинг сабабларини аниқлашни мақсад қилиб қўйган турли хил янги гипотезалар илгари сурилди. Жумладан, немис файласуфи И.Кант **қон - индивидуал хусусиятлардан бири бўлган темпераментнинг табиий асоси ҳисобланади**, деган эди. Рус педагоги, анатоми П.Ф.Лесгафтнинг ғояси ҳам шу нуқтаи-назарга яқин эди. Бу олим **темпераментнинг асосида қон айланиш хусусияти ётади, деб ёзган эди**. Бу фикрга биноан организмнинг қўзғалувчанлиги индивидуал характеристикаси ва турли хил омилларга жавоб реакцияларнинг давомийлиги қон айланиш тезлигига ва кучига боғлиқ бўлади. Немис психологи Э.Кречмер индивиднинг психик тузилиши тана тузилишига, тананинг умумий тузилишига тўғри келади, деган тасаввурларни асослади. Барча психик кўринишларнинг бевосита асосини бош миyanинг, психика аъзолари хусусиятлари ташкил қилишини тўла ҳисобга олиш зарур. Суюқлик ёки шарбатларнинг, организмнинг аҳамияти тўғрисидаги бошланғич ғоя тасаввурлар билан бири-бирига яқинлашса ҳам темпераментнинг табиий асосини тадқиқ қилиш учун хулқ-атвор динамикасига таъсир этадиган барча ички шароитлар, албатта миёна орқали таъсир қилади. Ҳозирги замон Америка психологи Д.Диамонд таълимотида темперамент хусусиятларини инсонлардаги фаоллик даражаси, ҳис-туйғунинг ифодаланиши, эмоционал ҳолатларнинг намоён бўлиши билан ажратиш олиш мумкинлигини таъкидлади.

Темперамент типлари ҳақидаги илмий назарияни рус олими И.П.Павлов ҳам яратди. Бу соҳада ўзининг “Асаб тизимининг типлари” номли таълимотини кашф этди. **Академик И.П.Павлов асаб тизимининг кучли, мувозанатсиз – холерик, кучли, мувозанатли, эпчил – сангвиник, кучсиз, таъсирчан – меланхолик, кучли, мувозанатли, суст – флегматик каби тўртга умумий типини аниқлади**. Академик И.П.Павлов жуда кўп тажрибалар натижасида асаб тизимининг кучи хужайралардаги физиологик моддаларнинг қолган миқдори белгиланиши билан исботлайди. Асаб тизимининг кучи, қўзғалиш, тормозланиш жараёнига ҳам тааллуқли бўлиб, кучли қўзғовчиларга бардош бера олиш қобилятида намоён бўлади. Асаб тизимининг генотипик омиллари кўпроқ иштирок этган ҳолда организмда пайдо бўладиган алоҳида руҳий хусусиятларнинг нималарга боғлиқлигини ифодалаб беради. Бу асослар И.П.Павлов томонидан очиб берилган ва кейинчалик кўпгина психофизиологлар томонидан пухта тадқиқ қилинган. Асаб жараёнларининг кучи, уларнинг вазминлик ҳолати, ҳаракатчанлиги, шунингдек, фаоллиги ана шундай хусусиятлардандир.

Асаб тизими физиологик хусусиятлар кўрсаткичи билан психик фаолият динамикасининг юқорида кўрсатиб ўтилган тавсифлари ўртасида ишонарли миқдорий ўлчамлар мавжудлиги таъкидлаб ўтилади. Масалан, а) диққатнинг қўзғалувчанлиги билан эмоционал қўзғалувчанлик ўртасида бир томондан ана шундай боғланиш мавжуд бўлса, иккинчи томондан асаб тизимининг заифлигига оид кўрсаткичлар ўртасида;

б) асаб тизимининг ҳаракатчанлик ва инертлик ўртасидаги;

в) резистентлик билан кўзғалиш жараёни кучи ўртасида боғлиқликлар мавжудлиги;

И.П.Павловнинг лабароторияларида бош мия катта ярим шари қобиғининг иши, умумий хусусиятлари ўрганилди ва кашф этилди. Асаб жараёнларининг кучи энг кўп ҳаётий аҳамиятга эга бўлган жуда муҳим кўрсаткичлардан биридир. Қобик хужайралари иш қобиляти, уларнинг чидамлилиги кўзғалиш ва тормозланиш жараёнлари кучига боғлиқ бўлади. Маълумки, теваарак-атрофдаги олам асаб тизимига кўплаб турли-туман таассурот ёғдириб туради; баъзан узоқ вақт давомида оғир ишни бажариш талаб қилинади; ҳаётда асаб зўриқишини талаб қиладиган ғавқулдда воқеалар, катта кучли кўзғатувчилар учраб туради. Одам асаб тизими қанчалик кучга бардош бериши мумкинлигини кўзғалиш ва тормозланиш жараёнларининг кучига боғлиқ бўлади. Демак, темперамент — инсон шахсининг алоҳида хусусияти бўлиб, шахснинг эмоционал кўзғалувчанлиги, психик фаолият тезлиги, ҳис-туйғуларнинг ифодаланиши, мулоқотга киришувчанликни ифодоловчи, нисбатан барқарор туғма хусусият ҳисобланади. Ҳар бир кишида темпераментнинг ўз тип, унинг асосида ётган асаб тизими хусусиятлари жуда барқарор бўлади. Марказий асаб тизими билан боғлиқ равишда бўлганлиги сабаб, темперамент инсонга туғма равишда, яъни наслий йўл билан берилади. Бироқ, инсоннинг темпераменти ёш улғайиши, яшаш шароити ва таълим-тарбиянинг таъсири натижасида кам ҳолларда ўзгариши ёки ижтимоийлашуви мумкин.

ИНСОНЛАРДАГИ ТЕМПЕРАМЕНТ ТУРЛАРИ

Кишининг темпераменти ҳақидаги тасаввур одатда шу шахс учун хос бўлган айрим психологик хусусиятлар асосида вужудга келади. Олий асаб фаолиятининг темперамент турлари хусусияти ҳақида қуйидагича таърифлар берилади.

Холерик темперамент (ҳаракатчан, сержаҳл ва чакқон) — ҳиссиётнинг тез ва кучли кўзғалувчанлиги, барқарор бўлиши билан ажралиб туради. Холерик темпераментли кишиларнинг ҳиссиётлари уларнинг имо-ишораларида, (мимикаларида), ҳаракат ва сўзлашувларида яққол кўриниб туради. Бундай темпераментли кишилар чакқон, ҳаракатчан, серғайрат ва кўзғалиш жараёни тормозланиш жараёнидан анча кучлироқ бўлади.

ХОЛЕРИК



- *Жуда ғайратли, ишга эҳтирос билан берилиш қобилиятига эга бўлган, тез ва шиддатли, қизғин эмоционал “портлаш” ва кайфиятнинг кескин ўзгаришларига мойил, илдам ҳаракатлар қиладиган киши холерик деб аталади.*

Бу тип вакиллари сабр-тоқат керак бўладиган ҳолларда ўзларини тутиб туришлари қийин бўлади. Улар жуда фаол ҳаёт кечиришга интилишади, ҳаракатлари ва сўзларида кескинлик, баъзида эса кўполликни ҳам кўриш мумкин. Уларнинг ҳаракатлари фикрларидан олдин юради, шунинг учун ҳам улар бир ишни қилиб қўйиб, кейин мулоҳаза юритадилар. Улар гоҳида хушчақчақ ва дилкаш суҳбатдош, гоҳида эса сержаҳл ва асабий ҳолда бўладилар. Ана шундай пайтда уларни умуман гап тушунтириб бўлмайдиган даражадаги кийфада кўриш мумкин.

Сангвиник темперамент (хушчақчақ, сўзамол) — ҳиссиётнинг тез, кучли кўзғалувчанлиги, лекин беқарор бўлиши билан фарқланади. Сангвиник темпераментли кишиларнинг кайфияти тез-тез ўзгариб, бир кайфият ўзига тескари бўлган иккинчи бир кайфият билан тез алмашиб туриши мумкин. Сангвиниклардаги жараёнлар холериклардаги сингари тез бўлади. Бу хил темпераментли кишилар илдам, чاقқон, серҳаракат ва жўшқин бўлади. Улар кўп ишга тез ва ғайрат билан киришадиган, лекин ишдан тез совийдиган бўлишади. Бир зайлдаги ишларни узоқ, давомли суратда бажаришга мойил бўлмайдилар. Бир турдаги фаолиятдан иккинчи турдаги фаолиятга осонлик билан ўтади. Таниш ва дўстлари кўп, бегона кишилар даврасида ўзини эркин тутди.

Сангвиник



- Сезилари психик фаолликка эга бўлган, атрофда бўлаётган вазифаларга тез муносабатини билдирувчи, таассуротларни ҳадеб ўзгартиришга интилувчи, кунгилсизликларни нисбатан енгил ўтказиб юборувчи, жонли, ҳаракатчан, ифодали мимиқаси ва ҳаракатлари бўлган киши сангвиник дейилади.

Меланхолик темперамент (ғамгин, таъсирчан)– ҳиссиётнинг секин, лекин кучли кўзғалувчанлиги ва барқарор бўлиши билан фарқланади. Меланхоликлар барқарор, давомли кайфиятга мойил бўлиб, бу тур одамлар сусткаш бўладилар. Бу темперамент эгалари ишга бирдан киришмаслиги мумкин, лекин киришганда ҳам бошлаган ишини охирига етказди. Улар бир нарсадан хафа бўлсалар бу хафалик узоқ давом этади, барқарор бўлади. Меланхолик типидagi кишиларнинг асаб жараёнлари кучсиз бўлиб, тормозланиш жараёни кўзғалиш жараёнларидан устун туради. Тез ҳаяжонланадиган, таъсирчан, ёқимли ёки ёқимсиз ҳисларни чуқур қабул қиладиган ва мулоқот давомида секин гапирадиган кишилардир. Уларнинг асаб тизимлари заиф, ҳар нарсага эътиборли ва эҳтиёткор бўлишади.

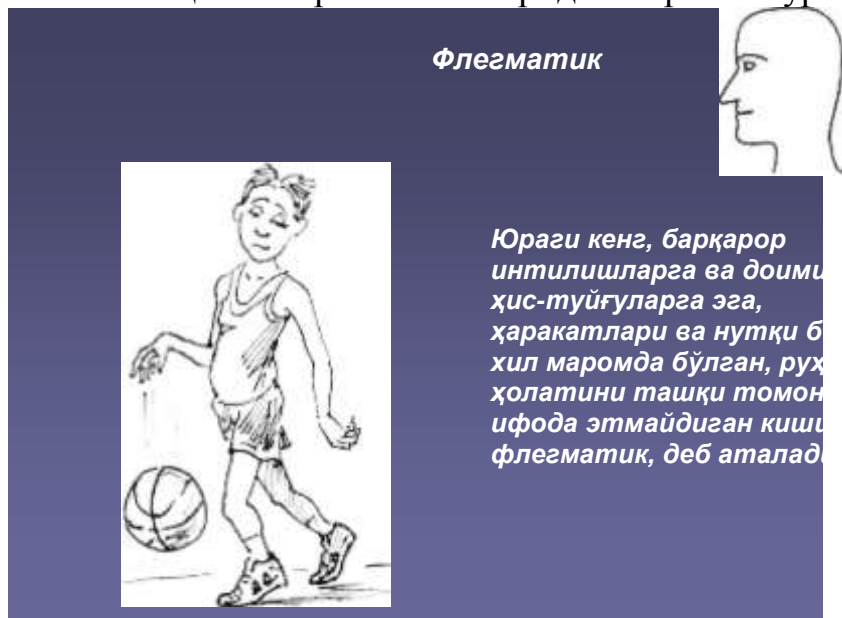
Меланхолик



- Таъсирчан, чуқур кечинмали, гап кутара олмайдиган, аммо атрофдаги воқеаларга унчалик эътибор бермайдиган, ўзини тўхтата оладиган ва секин овоз чиқарадиган кишилар меланхоликлар деб аталади.

Флегматик темперамент (босиқ, оғир табиатли)– ҳиссиётнинг жуда секин, кучсиз кўзғалиши ва узоқ давом этмаслиги билан характерланади. Флегматик темпераментли кишилар, ҳиссиётларнинг ташқи ифодаси кучсиз бўлади. Бу хил темпераментли одамларни хурсанд қилиш, хафа қилиш ёки ғазаблантириш анча қийин.

Флегматикларда психик жараёнлар суст ўтади. Бу хил темпераментли одамлар ниҳоят оғир, юввош, босиқ, ҳаракатлари салмоқли бўлади. Флегматик типдаги кишилар ҳиссиётга тез берилмаслиги билан ажралиб туришади. Улар арз ҳолини ҳаммага айтавермайди, бошқаларнинг ҳиссиётларини ҳам бепарволик билан кузатади. Улар узоқ кута олиши ва сабр-тоқатли бўлиши билан бошқа темперамент эгаларидан ажралиб туришади.



Флегматик

Юраги кенг, барқарор интилишларга ва доимий ҳис-туйғуларга эга, ҳаракатлари ва нутқи босиқ хил маромда бўлган, руҳ ҳолатини ташқи томонга қўйишда эътиборсизликда бўладиган киши флегматик, деб аталади.

Психологик тадқиқотлар натижасига кўра, темперамент турлари аралаш тарзда учраши ҳам кузатилади. Инсонда қайси типдаги темпераментнинг хусусиятлари кўпроқ намоён бўлса, шунга қараб у ёки бу темперамент типига мансуб деб аталади.

Ҳар бир темперамент типининг ўзига хос ижобий ва салбий томонлари бор. Жумладан, холерик темпераментли шахснинг ижобий томони унинг ғайратлилиги, ҳаракатлар тезлиги, қатъийлигида; салбий томони тормозланиш жараёни суст бўлганлиги сабаб ножўя ҳаракатларни содир этиб қўйиш ҳолатларининг юзага келиши; флегматик типининг ижобий ҳислатларидан бири босиқликда, ҳиссиётларни енгиб ўта олишда; салбий жиҳати сусткашлиги, бепарволиги баъзида ялқовлигида; мелонхоликларнинг ижобий томони эҳтиёткорона муносабат, осойишталик; салбий томони улар оддий воқеалардан ҳам таъсирланиши, арзимаган нарсадан хафа бўлишидир. Сангвиник типдагиларнинг ижобий томони ҳаракатлари тез, мулоқотга киришувчан, интизомга чақириш осонлиги; салбий томони режалар тузади-ю, бироқ тез воз кечиши, ҳиссиётлари тез кўзғалиши, лекин узоқ вақт давом этмаслигидир.

Темперамент хусусиятлари ақлий меҳнатга таъсир этиши, ақлий жараёнларнинг тезлигига, диққатнинг барқарорлиги ва кўчиши, ишга “жалб қилиш” динамикаси, иш давомида эмоционал жиҳатдан ўз-ўзини тартибга солиш, асабнинг маълум даражада зўриқишини белгилаб беради. Темпераментнинг фаоллик даражаси ва ҳаракатчанлик даражаси каби хусусиятлари таълимнинг муваффақиятига қарама-қарши таъсир кўрсатади. Шу билан бирга фаолиятнинг баъзи турларида темперамент хусусиятларидан

фақат уларнинг бажарилиш жараёнининг бориши эмас, балки маълум даражада натижаси ҳам боғлиқ бўлишидир. Фаолиятнинг бу турларига нисбатан психиканинг анча мақбулроқ ва камроқ даражада барқарор белгилар тўғрисида гапириш мумкин. Ҳаракатлар суръати ва жадаллашувига қатъий талаблар қўйиладиган меҳнат соҳаларида психиканинг индивидуал хусусиятлари меҳнат фаолияти қобилиятига таъсир этувчи омил бўлиши мумкин.

Ҳар бир соҳада – фан, техника, санъат соҳасидаги ҳар хил касб эгалари орасида темпераментнинг турли хил типлари вакиллари учратиш мумкин. Кўпчилик шоир ва ёзувчиларда таъсирчанликнинг юқори даражасини кузатган ҳолда уларни меланхолик темпераментли шахслар сирасига тегишли деб айтиш мумкин. Касб танлашда ҳам темпераментнинг аҳамиятли жиҳатлари маълум маънода ўз таъсирини ўтказди. Баъзи бир касблар борки, улар олдига юқори даражада талаблар қўйилади. Масалан, футболчи бўлиш учун чаққонлик, серҳаракатчанлик талаб этилса, актёр ёки санъаткор бўлиш учун эмоционал қўзғалувчанлик кучли бўлиши лозим.

9-маъруза. Характер. Қобилият.

Режа:

1. Характер ҳақида тушунча.
2. Характернинг шаклланиши ҳақида.
3. Қобилият ҳақида тушунча.
4. Қобилиятнинг тузилиши. Қобилият ва истёдодларнинг табиий шартлари.

ПСИХОЛОГИЯДА ХАРАКТЕР ТУШУНЧАСИ

Инсон ҳаёти давомида ўзгариб боровчи алоҳида хусусиятлардан бири характердир. Характер ҳамиша кўптомонлама бўлиб, фаолият давомида намоён бўлиб боради.

Характер – шахснинг фаолиятида, инсонлар билан ўзаро мулоқот ва муомала жараёнида таркиб топадиган, намоён бўладиган барқарор индивидуал хусусиятлар бўлиб, алоҳида ҳулқ-атвор сифатларини юзага келтиради.

Характер сўзи (юнонча, *charaktir*) белги, нишон – деган маънони билдиради. Характер: ижтимоий муҳит таъсири остида таркиб топиб, шахснинг атрофдаги воқеиликка ва ўз-ўзига бўлган муносабатида ифодаланадиган, унинг муайян шароитлардаги ҳатти ҳаракатларини белгилаб берадиган барқарор индивидуал психик хусусиятлар йиғиндисидир. Характернинг ўзига хос хислатлари икки турга ажратилади.

1) Характернинг маънавий хислатлари – меҳнатсеварлик, ҳалоллик, ростгўйлик, меҳрибонлик, ташаббускорлик, камтарлик кабилар.

2) Характернинг иродавий хислатлари – мақсадга интилувчанлик, қатъийлик, жасурлик, ўз-ўзини тута билиш кабилар.

Характер туғма, ўзгармайдиган хусусият эмас. У киши ҳаёти давомида таркиб топиб, ўзгарувчан ва тарбияланувчандир. Психология фани 1000 дан ортиқ характер хислатлари мавжудлиги ҳақида таъкидлаб, уларни ўзига хос ижобий ва салбий хусусиятларга ажратади.

Ҳар бир якка шахс ўз-ўзига баҳо беришдан олдин, ўзидаги салбий ва ижобий хусусиятларни ўрганиши лозим. Шу орқали шахс ўзига юқори, паст ва

ўртача (адекват) баҳо беради. Инсоннинг характер хусусиятларини немис олими К. Леонгардом характер типологиясини ўрганиб, уларни бир нечта турларга ажратган. У инсон характер хусусиятлари таснифини атрофдаги одамлар билан муомаласи, усули негизида ва алоҳида қуйидаги характер турлари бўйича таъриф беради.

Эмотив тури – бу тоифадагилар тор доирадаги сараланган одамлар билан алоқа қилишни афзал кўрадилар. Улар кам ҳолларда можароларга аралашадилар, ҳафаликларини ичларида сақлайдилар. Яхши ҳислатлари самимийлик, раҳм-шафқатли, ўзгаларнинг ютуғидан қувонадиган, ижрочи. Салбий томонлари: йиғлоқи, ўз ҳиссиётларига берилувчан, иззатталаб.

Намойишкорона – бу тоифа кишилар тез мулоқотга киришувчан, етакчиликка интилувчан, ҳокимиятни эгаллаш ҳисси устувор ва мақтовни ёқтиради. Улар бошқаларга тез кўникади. Бундай кишилар ўзларининг ўзига ишончилиги ва юқори, ўзига тортувчанликлари билан атрофдагиларнинг ғашига тегади, можароларни ўзлари келтириб чиқарадилар ва фаол тарзда ўзларини ҳимоя қиладилар. Ижобий томонлари: қаноатли, артистлик қила оладиган, бошқаларни ўзига қарата оладиган. Салбий томони: худбин, шахсиятпараст, мақтанчок.

Экзолтир – бу тоифадагилар ўта киришимли, сўзамол, бундай одамлар тез-тез баҳслашадилар, лекин иш вақтида можароларга етиб бормайди. Можароли ҳолатларда улар бир пайтнинг ўзида ҳам фаол, ҳам сусткаш. Шу билан биргаликда дўстлари ва яқинларига боғланган тарзда фаолият олиб боради. Ижобий томони ўзига яқин одамларга ғамхўр ва эътиборли, салбий томони бошқаларга эътиборсиз.

Экстрове́ртир – улар ўта киришимли. Бундай одамларда дўстлари ва танишлари жуда кўп. Ҳар қандай маълумотни улардан очикчасига билиб олиш мумкин. Дўстлар даврасида, ишда, оилада кўпинча етакчиликни, бўйсундиришни афзал кўради. Ижобий ҳислатлари ўзгаларни диққат билан эшитишга тайёрлиги, сўралган талабни тезда бажариши. Салбий томонлари: таъсирга берилувчан, енгил табиат, кўнгилхушликни ёқтиради.

Интровертир – бу тоифадагиларнинг бошқалардан фарқли томони шундаки, улар ўта ишонувчан, ўз туйғуларини ошкор этишни ҳоҳламаслик, ҳақиқийликдан йироқлашиш файласуфлик қилишга интилишлари билан характерлидир. Бундай одамлар ёлғизликни ёқтирадилар. Уларнинг шахсий ҳаётларига аралашгандагина атрофдагилар билан ихтилофга боришади. Ижобий томони келишмовчиликни содир этмаслиги, уятчанлик қатъийлик каби ижобий фазилатлар билан бир қаторда, қайсарлик, фикрлашнинг тормозланиши каби салбий хусусиятларга эга. И.П. Павлов тажрибасининг кўрсатишича, муайян тизимда ташқи таъсир ҳукм сурганда, асаб тизими умумий турининг хусусиятларига тааллуқли динамик стереотипнинг шаклланишига қулайлик вужудга келтириши ёки аксинча, ҳалакит бериши мумкин. Шахс характерининг тузилиши турли хусусиятларнинг тасодифий йиғиндисидан иборат эмас, балки ўзаро бир-бирига боғлиқ, ҳатто тобе яхлит тизимдан таркиб топади. Характер ҳислатларининг муайян қисмида хабардор бўлиш нотанишларни ташҳис қилиш имкониятини яратади. Мисол учун, шахснинг шуҳратпарастлиги ва худбинлиги

маълум бўлса, унинг ичи қоралигини тахмин қилиш мумкин ёки инсон камтар, мўмин, бўлса, албатта, унинг кўнгилчан эканлигини сезамиз. Характернинг тузилиш хусусиятлари жумласига характер кучи киритилади ва шунга асосан инсонлар кучли ҳамда кучсиз характер турларига ажратилади. Шунингдек, характер тузилишининг хусусиятлари таркибига унинг барқарорлик ва ўзгарувчанлик даражаси ҳам киритилган. Характернинг барқарорлиги ҳам, ўзгарувчанлиги ҳам мослашиш фаолиятининг зарурий шартларидан ҳисобланади. Шахснинг характер хусусиятлари турлича турмуш шароитларида қаршилиқ қилувчи вазиятларга дуч келса-да, унинг хатти-ҳаракатларини бошқаради. Шу боис инсон ташқи вазиятга боғлиқ бўлибгина қолмасдан, балки ташқи вазиятни шахсан ўзи яратади, шунингдек, мақсадга мувофиқлаштиради.

Шахснинг муносабатларини акс эттирувчи характер хислатларини тўртта тизимга ажратиш қонуний ҳолатга айланган:

1) жамоа (гурух)га ва баъзи бир инсонларга нисбатан муносабатни ифодаловчи хусусиятлар: яхшилик, меҳрибонлик, талабчанлик, такаббурлик, кўполлик ва бошқалар;

2) меҳнатга нисбатан муносабатларни мужассамлаштирувчи хусусиятлар: меҳнатсеварлик, дангасалик, виждонлилик, масъулиятлилик, масъулиятсизлик кабилар;

3) нарсаларга нисбатан муносабатни акс эттирувчи хусусиятлар: озодалик, ифлослик, нарсаларни аяш ва аямаслик ва ҳоказо;

4) шахснинг ўзига нисбатан муносабатларини ифодаловчи хислатлар: иззат-нафслилик, шуҳратпарастлик, мағрурлик, такаббурлик, димоғдорлик, камтаринлик, самимийлик ва бошқалар.

Кишининг характерини ташкил этувчи бу индивидуал хусусиятлар, биринчи навбатда, тарбияга, ақл ва иродага, шунингдек, маълум маънода ҳис-туйғуга ҳам тааллуқлидир. Инсон шахсининг характери ҳамиша кўп қирралидир. Унда алоҳида хусусиятлар ёки томонлар ажратилиб кўрсатилиши мумкин, лекин улар бир-биридан ажратилган, алоҳида ҳолда мавжуд бўлмайди, балки маълум маънода характернинг барқарор тузилишини ташкил этган ҳолда ўзаро боғлиқ бўлади. Характернинг тузилиши унинг айрим хусусиятлари ўртасидаги қонуний боғлиқликда намоён бўлади. Бундан ташқари, шахснинг турмушдаги зарурий шароитларидан бири характернинг муайян даражада қайишқоқлигидир. Характернинг қайишқоқлиги икки хил маъно касб этади. Унинг барқарорлиги сингари муҳитга фаол таъсир ўтказишнинг шартларидан бири ҳисобланади. Амаллари мақсадга мувофиқ ва фойдали кечиши учун улар ўзгарувчан ташқи шароитга мослашишлари лозим. Характер хусусиятларининг кучи ва барқарорлиги марказий тизимга боғлиқлигига биноан муайян даражада шахс муносабатларининг мазмуни билан белгиланади. Характернинг таркиб топишида кишининг теварак-атрофдаги муҳитга, ўз-ўзига ҳамда бошқа кишига қандай муносабатда бўлиши муҳим ҳисобланади. Шу билан бирга, бу муносабатлар характернинг энг муҳим хусусиятларини таснифлаш учун асос бўлади. Характернинг у ёки бу хусусияти микдорий ифодалилиги охирги маррага етиб ва меъёрнинг охирги чегарасига

бориб қолганда, характернинг акцентуацияси (ортиқча урғу берилиши) деб аталадиган вазият туғилади.

Характернинг таркиб топиши муайян қонуниятлар таъсирида амалга оширилади ва характернинг ҳар бир ҳислати шахс муносабатларига боғлиқ бўлса, улар, ўз навбатида, ижтимоий муносабатлар билан белгиланади. Наслий хусусиятлари бир хил эгизакларда турлича ижтимоий муҳитда ҳар хил характер ҳислатлари шаклланади. Шу сабабли, ижтимоий тузумни тавсифловчи кенг ижтимоий муносабатлар шахснинг ижтимоий типик хусусиятларигина эмас, балки характернинг индивидуал хусусиятлари (ҳислатлари) таркиб топишига ҳам катта таъсир ўтказди. Ижтимоий муносабатларга бевосита ёки билвосита боғлиқ тарзда, оилада, меҳнат жамоаларида ҳайрихоҳлик, ўртоқлик, ўзаро ёрдамлашиш, ҳамкорлик ёки аксинча, жоҳиллик, золимлик, баджаҳллик каби шахслараро муносабатлар таркиб топа бошлайди. Оилавий муҳит, ундаги шахслараро муносабатлар, фарзандларнинг миқдори, ёшидаги фарқи, низоли вазиятлар кўрилиши, ота-она муносабатига асосланган ҳолда характернинг ўзига хос белгилари шаклланади. Мактабгача таълим муассасаси ва мактабдаги шахслараро муносабатлар (ўқитувчи-ўқувчи, ўқувчи-ўқувчи, ўқувчи ва синф сардори, ота-она ва ўқитувчи ўртасидаги муносабатлар) ҳам характернинг махсус ҳислатларини таркиб топишида ўз таъсирини ўтказди. Меҳнат жамоаларида, норасмий гуруҳларда ҳам характер хусусиятларининг сезиларли даражада шаклланиши ва ўзгаришлари юзага келади. Илк ёшлик даврида шаклланган характер ҳислатлари ниҳоят даражада барқарор бўлиб, уларга айрим ўзгаришлар киритиш жуда қийин кечади. Характер ҳислатларининг чуқурлиги, барқарорлиги, доимийлиги кўп жиҳатдан шахс муносабатларининг онглилик даражасига боғлиқ. Инсоннинг ростгўйлик, меҳнатсеварлик ҳислатлари тасодифий таркиб топмаган бўлиб, унинг онгли қарашларига, ақидаларига мос тушса, у ҳолда ҳар қандай қийин ҳолатларда ҳам намоён бўлаверади. Шундай қилиб, психиканинг индивидуал сифат хусусиятлари шахснинг ижтимоий-типик муносабатлари билан қўшилган тақдирдагина характер ҳислатларини белгилаш, тавсифлаш имконияти вужудга келади. Худди темперамент каби характер ҳам кишининг физиологик хусусиятларига аввало, асаб тизими турига боғлиқдир. Чунки, характер билан темпераментнинг ўзаро муносабати уларнинг физиологик асослари билан белгиланади. Характер хусусиятларининг ташқи жиҳатдан намоён бўлиб, айнан шу тарзда муайян вақт мобайнида кечиши динамик хусусият дейилади. Характер ҳислатларининг динамик хусусияти темперамент хусусиятларига боғлиқдир. Темперамент хусусиятлари характернинг муайян томонлари ривожланишига қаршилик кўрсатиши ёки ёрдам бериши мумкин. Холерик ёки сангвиник типдаги одамга қараганда, флегматик типдаги одам ўзида ташаббускорлик ва қатъийликни таркиб топтириши қийинроқдир. Журъатлилик ва ваҳимани бартараф этиш меланхолик учун жиддий муаммо ҳисобланади. Характернинг жамоада шакллантирилиши холерик типдаги кишиларда ўзини тута билишни ва ўзига танқидий кўз билан қарашни, сангвиникларда саботлиликни, флегматикларда фаолликни ривожлантириш учун қулай шароитлар яратади. Кишининг фаолияти, унинг хулқ-атвори, энг аввало, ўз олдига қўйган мақсадлари билан

белгиланади ва шахснинг йўналганлиги – қизиқишлари, идеаллари ва эътиқодининг мажмуи доимо унинг хулқ-атвори ва фаолиятининг асосий детерминанти бўлиб қолади. Бироқ шахс йўналишида кўплаб умумийлик бўлган ва мақсадлари бир-бирига тўғри келадиган икки кишида ана шуларга эришиш учун улар фойдаланаётган усулларда жиддий фарқлар бўлиши мумкин. Ана шу бошқачалик ортида шахс характерининг хусусиятлари туради. Кишининг характеридаги типик ҳолатларда гўё унинг хулқ- атвори учун типик дастурнинг пойдевори қўйилган бўлади. Шундай қилиб, характернинг хусусиятлари муайян ундовчи, важ - сабаб билдирувчи кучга эга бўлади, бу куч кўпинча ҳатти-ҳаракат усулини танлаш, баъзи қийинчиликларни енгиш учун зарур бўлган вақтларда, стресс ҳолатларида энг кўп даражада намоён бўлади.

Характер ва кишининг ташқи кўриниши. Психология тарихида характерни инсон бош суягининг шаклига, юз тузилишига, қадди қоматига (тана тузилишига ва бошқаларга) боғлиқ қилиб қўядиган ва шу йўл билан характер хусусиятларининг сирини очиш йўлини аниқлаш, яъни айрим ташқи аломатларига қараб киши характерини очиш назариялари кўп бўлган. Масалан, ташқи кўринишида қандайдир ҳайвон билан ўхшашлик белгисини топиш тавсия қилинарди, сўнгра эса унинг характерини ана шу ҳайвоннинг характерини билан айнан бир хил, деб қараш керак, деган фикрлар илгари сурилган эди. Масалан, буқаники сингари йўғон бурун ишёқмасликни билдиради ва ҳ.к.

Характер ва ҳолат. Характер шахснинг атиги бир томони бўлиб экстремал вазиятда ёки шунчаки танлаш вазиятида киши мавжуд ҳолатлардан устун бўлишга, шу жумладан, хусусан ўз характеридан юқори кўтарилишга ҳам қодирдир. Психология фанида характер ва қобилиятнинг шаклланиб бориши бевосита шахснинг ёш давларига боғлиқдир. Маълумки, ҳар бир ёш даври ўзига хос белгига эга бўлиб, унинг ўрнини ҳеч қандай ёш даври боса олмайди. Бироқ турли шахсларда ёш давлари турлича кечиши фан нуқтаи назаридан изоҳланган. Характер тузилишининг қонуниятларидан келиб чиққан ҳолда, муҳим тарбиявий ҳулосалар чиқариш мумкин. Характер ҳислатларининг баъзи салбий хусусиятлар (қўполлик ва ёлғончилик)ни бартараф қилиш жуда қийин, сабаби ҳаётини вазиятни чуқур англаб етмасдан туриб, инсонларга нисбатан тўғри муносабатни шакллантирмасдан туриб кишидаги салбий иллатни ижобий фазилатга ўзгартириш мураккаб, вазиятли ҳолатдир. Шунинг учун ҳар бир инсонда ўз-ўзига баҳо бериш, албатта, ўз-ўзини назорат қилиш каби механизмлар шаклланган бўлиши мақсадга мувофиқдир. **Характер хусусиятлари миллий руҳиятдан келиб чиқиб ҳам шаклланади. Масалан, ўзбек миллатининг ватанпарварлиги, бағрикенглиги, миллий ғурурнинг кучлилиги бошқа халқларга нисбатан ажралиб турувчи хусусиятдир.** Шахснинг муҳим индивидуал сифати ҳисобланувчи қобилият шахснинг бошқа индивидуал сифатлари билан боғлиқ ҳолда хилма-хил бўлади. Психологик нуқтаи-назар билан қобилиятлилиқ сифат жиҳатидан малакалардан ажралиб туради. Қобилият орқали одамлар ўйинда, ўқишда, меҳнатда ҳам бир-бирларидан кескин фарқ қиладилар. Кишининг қобилияти хилма-хил бўлиб, қизиқишлар ва ўз устида ишлаш натижасида пайдо бўлади ва ривожланади. Фаолиятнинг моҳиятидан келиб чиқиб, қобилият ҳам турлича касб эгаларида

турлича намоён бўлади, айрим шахслар бир неча соҳаларга нисбатан ҳам қобилиятли бўладилар. Қобилиятлар тўғрисида умумий тушунчани вужудга келтириш учун уларга алоқадор омиллар, таркиблар бўйича айрим маълумотлар келтириш мақсадга мувофиқ: қобилиятлар шахснинг психологик хусусиятлар эканлиги; мазкур хусусиятга билим, кўникма, малака орттириш билан эришилишини боғлаш муҳимдир. Психологик тадқиқотларнинг кўрсатишича, олий таълим жараёнида ўзлаштириш кўрсаткичи бўйича «ўртамиёна» бўлган талаба кейинчалик ижобий томонга ўзгариши, бошқа соҳа (тармоқ)да юксак натижаларга эришиши, ҳатто мутахассислигига ёндош ихтисосликда ўзини кўрсатиши мумкин. Таълим ва ижтимоий турмушда укувсиз, «яроқсиз» деб баҳоланган инсонлар кейинчалик бирон-бир соҳанинг етакчи мутахассиси сифатида элга танилиши, юқори лавозим эгаллаши шахс сифатида камол топиш ҳодисаси тажрибада кўп учрайди. Масалан, талабанинг ўқишга кириши у мутахассис сифатида касбий камолот учун имконият тарзида гавдаланиши каби (унинг интилиши, объектив ва субъектив муҳит, саломатлиги ва бошқалар), шахснинг қобилиятлари касбий билим, кўникма ва малакаларни эгаллаш учун имконият тариқасида намоён бўлади. Касбий билим ва кўникмалар эгалландими ёки йўқми, имконият рўёбга чиқдими ёки ушалмаган орзу сифатида қолиб кетдими-буларнинг барчаси кўпгина омил ва шароитларга боғлиқдир. Масалан, атроф-муҳитдаги одамлар (оила, мактаб, меҳнат жамоаси аъзолари, жамоатчилик) шахснинг у ёки бу билим ҳамда кўникмаларни эгаллашига манфаатдорлик, ўқиш, ўргатишга муносабати, уларни ташкил қилиш ва мустаҳкамлашга нисбатан масъулият ҳис қилиш кабиларнинг барчаси имкониятни рўёбга чиқаришнинг, уни воқеликка айлантиришнинг кафолатидир. Психологиянинг методологик асосининг кўрсатишича, қобилият имкониятлар тизимидан ташкил топган бўлиб, у ёки бу фаолиятдаги зарурий маҳорат даражаси ҳақиқат ҳисобланади. Инсонда намоён бўлаётган тасвирий санъат қобилияти унинг рассом сифатида шаклланишига кафолат бера олмайди. Рассомликни эгаллаши учун махсус таълим берилиши, табиатга ўзгача муносабати, идрок қилиш ҳаёлоти, шахсий фазилати, саломатлиги, матолар, мўйқаламлар, бўёқлар, мослама асбоблар ва бошқа воситалар муҳайё бўлиши лозим. Таъкидлаб ўтилган воситалар, шарт-шароитларсиз тасвирий санъат қобилиятлари тараққий этмай туриб, сўна бориши мумкин.

Талабада касбий билим, кўникма ва малакалар тизими, уларнинг барқарорлиги, шаклланган шахсий иш услублари мавжуд эмаслигига асосланиб, уларни жиддий текшириб, ташхис қилмасдан туриб, шошилиш тарзда унда қобилиятлар йўқ, деган хулоса чиқариш олий мактаб ўқитувчисининг қўпол психологик нуқсони ҳисобланади. Болалик даврида у ёки бу қобилиятларнинг атроф-муҳитдаги одамлар томонидан тан олинмаганлиги, кейинчалик худди ана шу қобилиятлари туфайли жаҳонда муносиб шон-шухрат қозонишга мушарраф бўлган жуда кўп алломаларнинг номи оламда машҳур, чунончи Альберт Эйнштейн (нисбийлик назарияси асосчиси), Николай Лобачевский (янги геометрия йўналиши асосчиси) ва бошқалар ўқишида гениал олим бўлиб вояга етилиш далолатномаси йўқ эди.

Қобилиятлар билим, кўникма ва малакаларда акс этмайди, балки уларни эгаллаш динамикасида намоён бўлади. Фаолият учун зарур бўлган билим ва кўникмаларни ўзлаштириш жараёнида юзага чиқадиган фарқлар қобилият тўғрисида мулоҳаза юритиш имконини беради. **Демак, шахснинг фаолиятини муваффақиятли амалга ошириш шарти ҳисобланган, билим, кўникма ва малакаларни эгаллаш динамикасида юзага чиқадиган фарқларда намоён бўладиган индивидуал психологик хусусиятига қобилият дейилади.** Қобилиятлар индивидуал-психологик хусусиятлар, яъни бир одамнинг бошқа бир одамдан фарқ қиладиган белгилари сифатида таърифланади. Психология методологик асосининг кўрсатишича, қобилият имкониятлар тизимидан ташкил топган бўлиб, у ёки бу фаолиятдаги зарурий маҳорат даражаси ҳисобланади. Психология фани қобилият билан фаолиятнинг муҳим жабҳалари бўлмиш билим, кўникма ва малакаларнинг айнан бир нарса эканлигини рад этар экан, уларнинг бирлигини эътироф қилади. Шунинг учун қобилият фақат фаолиятда рўёбга чиқади, лекин шунда ҳам айнан шу қобилиятсиз амалга оширилиши амри маҳол фаолият кўринишларидагина акс этади, холос. Фаолият учун зарур бўлган билим ва кўникмаларни ўзлаштириш жараёнида юзага чиқадиган фарқлар, мулоҳаза юритиш имконини беради. Ушбу хусусиятни аниқлаш учун баъзи бир омилларни таҳлил қилиш мақсадга мувофиқ:

а) шахснинг муайян сифатлари йиғиндиси белгиланган вақт оралиғида эгаллаган фаолияти талабларига жавоб берса, унда мазкур фаолиятга нисбатан қобилияти мавжуддир;

б) инсон шундай ҳолатларда фаолият талабига жавоб бера олмаса, психологик сифатлар, яъни қобилиятлар мавжуд эмасдир.

Қобилиятнинг сифат ва миқдор тавсифи. Психологияда қобилият индивидуал-психологик хусусиятлар сифатида тавсифланади ва унинг асосида ҳар бир инсоннинг бошқа инсондан тафовутланадиган ҳислатлари, фазилатлари ётади. Шунинг учун ҳар бир шахсдан бир хил натижа, бир хил сифат кутиш мумкин эмас, чунки инсонлар ўз қобилияти бўйича бир-биридан муайян даражада фарқ қилади. Бинобарин, улар ўртасида сифат ва миқдор жиҳатидан фарқлар кўп бўлиши мумкин. Қобилиятнинг сифат тавсифи шахснинг қайси индивидуал-психологик хусусиятлари фаолият муваффақиятининг мажбурий шарт тартиқсида хизмат қилишини англатади. Уларнинг миқдорий тавсифи эса фаолиятга қўйиладиган талабларга шахс томонидан қай йўсинда бажариш имконияти мавжудлигини билдиради, яъни мазкур инсон бошқа одамларга қараганда малака, билимлардан нечоғлик тез, осон, пухта фойдалана олишини намоён қилади. Қобилият хусусиятларининг сифат жиҳатидан талқин қилинишида, биринчидан, мақсадга турлича йўللار орқали эришишга имкон берувчи «ўзгарувчан миқдор» мажмуи тартиқсида, иккинчидан, фаолият муваффақиятини таъминловчи шахснинг индивидуал-психологик ҳислатлари (фазилатлари)- нинг мураккаб мажмуаси кўринишида гавдаланади. Ҳаётда кўзи ожиз мусиқачи, артист, шоир, рассом, муҳандис ва бошқа шу каби касб эгалари кўп учрайди. Ҳатто эшитиш қобилияти паст ёки умуман йўқлиги ҳам касбий-мусиқавий қобилиятнинг ривожланишига кескин халақит бермаслиги мумкин.

Бу психологик ҳодиса (бир қобилиятни бошқа қобилият ёрдамида ўстириш, яъни комплексаторлик хусусияти) ҳар бир шахс учун касб танлаш ва қайта касб танлаш (иккинчи ёки учинчи касбни эгаллаш иштиёқи) соҳасида мислсиз кенг кўламдаги имкониятларни очади. Қобилиятли шахслар ижтимоий турмушнинг турли жабҳаларида ўз ўрнини топа олади ҳамда юксак ютуқларга эришади, ҳатто бир неча фаолият турида муваффақият қозониши ҳам мумкин. Психологияда қобилиятни миқдор жиҳатдан ўлчаш муаммоси ўзига хос тарихга эга. XIX асрнинг охири XX асрнинг бошларида қатор психологлар (Кеттел, Термин ва бошқалар) оммавий ихтисослар учун касб танлашни амалга ошириш зарурати билан боғлиқ бўлган талаблар таъсири остида таълим олаётганларнинг қобилият даражасини аниқлашни таклиф қилиб чиқдилар. Бу билан шахснинг мансабдорлик даражасида тутган ўрни ва унинг у ёки бу меҳнат фаолиятида, олий ўқув юртларида таълим олишида, ишлаб чиқаришда, ҳарбий хизматда ва ижтимоий ҳаётда раҳбарлик лавозимини эгаллашига лаёқатини аниқлаш тахмин қилинган эди. Бироқ қобилиятни миқдор жиҳатдан баҳолаш муаммоси жамиятда пайдо бўлиш давридан эътиборан икки хил хусусият касб этади. Бир томондан, у меҳнаткаш кишининг аниқ имкониятларини объектив равишда аниқлашга имкон беради. Бусиз амалда касб танлашга йўллаш учун лаёқатли кишини топиш ва танлаш қийин бўлар эди. Меҳнат фаолиятида инсон омили (яъни инсон ва унинг қобилияти) эътиборга олинмайдиган олдинги даврга нисбатан қобилиятлар психологияда миқдорий тадқиқотлар ғоясининг илғорлиги ана шундадир.

Киши эгаллаган фаолият (меҳнат, ўқиш, спорт ва шу каби)лар унинг психологик фазилатлари (ақлий хусусиятлари, эмоционал-иродавий соҳалари, сенсомоторикаси)га юксак талаблар қўяди. Қобилият мураккаб тизимга эга бўлган психик фазилатлар йиғиндисидан иборатдир. Унинг сифати намоён бўладиган фазилатлар йиғиндисининг тузилиши пировард натижада аниқ фаолият талаблари билан белгиланади ва ҳар хил турлари учун турлича бўлади.

Қобилиятнинг тузилиши. Шахс эгаллаши шарт ҳисобланган фаолият, у хоҳ таълим, хоҳ меҳнат, хоҳ ўйин, хоҳ спорт бўлишидан қатъи назар, унинг билиш жараёнларига, ақлий ҳислатларига, эмоционал иродавий жабҳаларига, сенсомотор соҳасига, характерологик хусусиятларига муайян талабларни қўяди ва уларнинг ҳамкорликдаги саъй-ҳаракати туфайли муваффақиятларга эришилади. Психологик маълумотларга қараганда, инсондаги юксак кўрсаткичга эришган сифат ҳарчанд устуворликка эга бўлмасин, у талабларни қондириш имкониятига эга бўлмайди. Айрим ҳолларда алоҳида намоён бўлган психик хусусият (ҳислат) фаолиятнинг юксак маҳсулдорлиги ва самарадорлигини таъминлаш курбига эга, у қобилият уддалай оладиган имконият билан баб-баравар, куч-қувват тариқасида вужудга келади, деган фараз ўзини оқламайди. Шунинг учун қобилият мураккаб тузилишга эга бўлган психик сифатлар (ҳислатлар) мажмуасидир, дейиш жуда ўринлидир. Қобилиятлар сифатида рўёбга чиқадиган психик ҳислатлар мажмуасининг тузилиши яққол ва алоҳида фаолият талаби билан белгиланганлиги туфайли ҳар қайси турдаги фаолиятлар учун ўзига хос тарзда қўйилиши турган гап. Бунинг учун қуйидаги айрим мисолларни таҳлил қилиб ўтамыз:

1) математик қобилият: математик асосларни умумлаштириш, мулоҳаза юритиш жараёнини қисқартириш, математик амалларни камайтириш, масалани идрок қилиш ўртасида алоқа ўрнатиш, тўғри ва тесқари фикр юритишдан осон ўтиш, масала ечишда фикр юритишнинг тезлиги қабилар;

2) адабий қобилият: нафосат ҳисларининг юксак тараққиёт даражаси, хотирада ёрқин кўргазмали тимсолларнинг жонлилиги, «тил зеҳни», беҳисоб ҳаёлот, руҳиятга қизиқувчанлик, ўзи ифодалашга интилувчанлик ва бошқалар.

Ажратиб кўрсатилган қобилиятлар таркибидан кўриниб турибдики, математик ва адабий қобилиятлар ўзаро бир-бирига ўхшамаган талаблари билан тафовутга эга. Бундан шундай хулоса чиқариш мумкинки, педагогик, муסיқавий, техник, ихтирочилик, тиббий қобилият ва шунга ўхшаш қобилиятларнинг тузилиши махсус хусусиятга эга бўлиб, касбий аҳамиятга эга.

Қобилият асосан икки турга бўлинади: умумий ва махсус қобилият. Шахснинг умумий қобилияти ёки умумий фазилати уларнинг тўлақонли муайян психологик кўриниши бўлиб, уларни тадқиқ қилишга психологлар аллақачон киришган. Масалан, умумий қобилиятга эга бўлган талаба таълим жараёнидаги барча фанлардан аъло баҳоларга ўқишга ҳаракат қилади, махсус қобилиятга эга бўлган талаба эса айнан бир фан бўйича чуқур билим ва қобилиятга эга бўлиши мумкин. Муайян фаолият шароитларида қобилият сифатида намоён бўладиган шахснинг бундай умумий фазилатлари жумласига одамларнинг ўз туридан биттасига мансублигини кўрсатадиган индивидуал-психологик фазилатлар киради. И.П. Павлов асарларида «бадий», «фикрловчи» ва «ўрта» типлар деб қайд қилинган мазкур типология кишининг олий асаб фаолияти унда иккита сигнал тизими мавжудлиги билан белгиланишига мувофиқ таълимот билан боғлангандир. Биринчи сигналлар тизими образли, эмоционал ва иккинчиси ана шу образлар ҳақида сўзлар орқали сигнал бериш билан боғлиқ, яъни сигналларнинг сигнали билан боғлиқ. Гарчи қобилиятнинг ривожини ҳар турли одамларда мутлақо бир хил бўлмаган табиий шарт-шароитларга боғлиқ бўлса ҳам, юқорида кўриб ўтилган истиснолар ва қобилият ўртасидаги нисбат, қобилият шунчаки табиат инъоми эмас, балки кишилиқ тарихининг маҳсули эканлигини кўрсатади. Одатда қобилият инсонга шахснинг барча индивидуал-психологик хусусиятлари каби табиат томонидан туғма равишда тайёр ҳолда берилмайди, балки ҳаёт давомида ва фаолият жараёнида шаклланади. Илмий психология қобилиятнинг туғмалиги назариясини инкор этиб, шахс қобилиятининг номаълум табиий омиллар томонидан азалий белгиланиши тўғрисидаги тасаввурларга қаттиқ зарба беради. Шунини уқтириш жоизки, қобилиятнинг туғмалигини инкор қилиш мутлақ хусусиятга эга эмас, албатта. Лекин қобилиятнинг туғма эканлигини тан олмаслик, мия тузилиши билан боғлиқ дифференциал хусусиятларнинг туғмалигини инкор қилади, деган сўз эмас. Лаёқат эса қобилиятнинг табиий замини сифатида фаолиятда муҳим ўрин тутди. Лаёқат, деб қобилият тараққий этишининг дастлабки табиий шарт сифатида намоён бўладиган мия тузилишининг, сезги аъзолари ва ҳаракатларнинг морфологик ҳамда функционал хусусиятларига айтилади. Туғма лаёқат жумласига нозик хид сезиш, бинобарин, билиш анализаторларининг алоҳида юксак сезгирлиги

мувофикдир. Шахс муайян табиий лаёқатга эга бўлса, у ҳолда ўзига тааллуқли қобилиятни ривожлантириш нисбатан осон кечади. Инсонларнинг касбий қобилияти улар лаёқатларининг ривожланиш маҳсулидир. Лаёқат кўп қиррали психик ҳодиса бўлганлиги туфайли, фаолият талабларининг хусусиятига боғлиқ равишда, бир хил лаёқатлар негизида ҳар хил қобилиятлар ривожланиши кузатилади. Қобилиятнинг ривожланиши шахснинг таркиб топиши билан узвий уйғунликка эга бўлиб, инсон камолоти ҳар иккала омилнинг ўзаро ҳамкорлигини талаб қилади. Истеъдодли ўқувчи ва талабалар шаклланиши ижтимоий муҳит, ижтимоий институтлар, маънавият асослари ҳамда ўзини ўзи намоён этиш, ўзини ўзи кашф қилиш, ўзини ўзи ривожлантириш асосида амалга ошириш одатий ижтимоий психологик қонуният тариқасида хизмат қилади. Немис олими Ленгардом характер қобилият хусусиятларининг сифат жиҳатидан талқин қилинишида, биринчидан, мақсадга турлича йўллар орқали эришишга имкон берувчи «ўзгарувчан миқдор» тўплами тариқасида, иккинчидан, фаолият муваффақиятини таъминловчи шахснинг индивидуал психологик фазилатлари мураккаб мажмуаси кўринишида гавдаланади. Масалан, талабалик давридан мисол келтириладиган бўлинса, қуйидагича икки талаба ўртасидаги фарқни кузатиш мумкин. Факультет деканати ва ўқитувчилар жамоаси томонидан юксак ташкилотчилик қобилиятига эга, деб баҳоланган IV курс 01 гуруҳ сардори Собирда қуйидагича психологик хусусиятларни кўриш мумкин. Чунончи, ташаббускорлик, талабчанлик, меҳрибонлик, эътиборлилик, кузатувчанлик, тенгдошларини ташхис қила олишлик, жавобгарлик, ҳамдардлик, ҳамкорлик, самимийлик, кабилар. Собирнинг қобилиятини бошқа ташкилотчилар билан қиёсланганда кўлами кенг, моҳияти чуқур бўлиш билан бирга, балки ўзининг шахсий сифати билан ҳам ажралиб туради. Худди шу факультетнинг IV курс 02 гуруҳ сардори Адҳам ҳам ташкилотчи, уддабурон шахс, лекин фаолиятни амалга ошириш, ўзгаларга таъсир кўрсатиш вақтида мутлақо бошқа омилларга асосланади. Шунинг учун унинг ташкилотчилик қобилияти бошқа психологик ҳислатларни ташкил этади, чунончи, гуруҳда тортинчоқ талабаларга нисбатан шафқатсизлик, жамоа аъзоларига тазъийқ ўтказишлик, амалпарастлик, дадиллик, мақтанчоқлик каби хусусиятлари орқали ўз таъсирини ўтказди. Келтирилган мисоллардан кўриниб турибдики, у ёки бу фаолиятни амалга оширишда ўзаро ўхшаш ёки бир-бири билан фарқланувчи турлича қобилиятлар мажмуаси иштирок этиши мумкин. Инсон ҳаёти давомида касбидан ташқари пайтларда ҳам бир неча қобилият эгаси бўлиши мумкин. Масалан, ўқитувчи бир даврнинг ўзида дурадгор, моҳир тикувчи бўлиши; йирик фан алломаси яхши санъаткор, етук спортчи бўлиш ҳолатлари учраб туради. Қобилиятли шахслар ижтимоий турмушнинг турли жабҳаларида ўз ўрнини топа олади, ҳамда юксак ютуқларга эришади, ҳатто бир неча фаолият турида текис муваффақиятлар қозониши ҳам мумкин. Касб нуқтаи-назаридан келиб чиқиб, педагогикнинг энг муҳим қобилияти устуворлигида қуйидагилар бўлиши лозим. Педагогик қобилият тузилишида - педагогик одоб (такт), болаларни севиш, ўқувчилар жамоасини ташкил қилиш ва уни бошқариш, кузатувчанлик, талабчанлик, билимга чанқоқлик, нутқий қобилият, диққатни тақсимлаш,

академик қобилиятлар ва ҳоказо. Педагогик қобилиятнинг ўқитувчи фаолиятидаги аҳамияти таълим жараёнини муваффақиятли таъминлашга хизмат қилади.

Истеъдод ва генийлик. Қобилият тараққиётининг юксак босқичи истеъдод деб аталади. Унинг ижтимоий - тарихий, табиий нуқтаи назардан талқини қобилият тараққиётининг юксак босқичи эканлигидан далолат беради. Психологияда истеъдод (талант - юнонча ноёб нарсa, ирсий, табиий ҳислат деган маъно англатади) муайян фаолиятнинг муваффақиятли ва ижодий равишда бажарилишини таъминлайдиган қобилият ҳамда истеъдодлар мажмуасидан (йиғиндиси) иборат индивидуал хусусиятдир. Психологик адабиётларда унга турлича таъриф берилишига қарамай, уларда асосий белгилар таъкидлаб ўтилади, чунончи, шахсга қандайдир мураккаб меҳнат фаолиятининг муваффақиятли, мустақил ва оригинал тарзда бажариш имконини берадиган қобилиятлар мажмуасига истеъдод дейилади. Истеъдоднинг асосий белгилари қуйидагилар:

- а) муваффақиятни таъминлаш;
- б) фаолиятни мустақил бажариш;
- с) оригиналлик унсурининг мавжудлиги;
- д) қобилият ҳамда истеъдодлар йиғиндисидан иборат эканлиги;
- е) индивидуал-психологик хусусиятга эгаллиги;
- ф) ижтимоий турмушни ўзгартирувчи, яратувчи имкониятга эгаллиги кабилар.

Психологик маълумотларни умумлаштирган ҳолда алоҳида таъкидлаб ўтиш истеъдод тузилишини осон тушуниш имкониятини яратади, истеъдод шахс психик ҳислатларининг шундай мураккаб бирикмасидирки, уни:

- а) алоҳида, ягона махсус қобилият билан;
- б) хотиранинг юксак маҳсулдорлиги орқали;
- с) ҳатто ноёб (камёб, нодир) сифат тариқасида ўлчаб бўлмайди;

Шахсда у ёки бу қобилиятнинг мавжуд эмаслиги ҳамда етарли даражада тараққий этмаганлиги истеъдоднинг мураккаб таркибига кирувчи бошқа қобилиятларнинг жадал такомиллашуви орқали уларнинг ўрнини босиши (компенсация қилиши) мумкин.

Истеъдод ўзининг умумий ва махсус сифатлари йиғиндиси билан ижодий ютуқ имкониятининг айниятидир. Истеъдод маҳоратнинг дастлабки шарти ҳисобланса-да, лекин улар бир-биридан муайян даражада тафовутланади. Истеъдод катта, ижодий ва зўр меҳнат маҳсулидир, меҳнат эса ҳаётий тажриба ва кўникмалар зарурий манбаи ҳисобланади. Ижодиётнинг шарти ҳаётий тажриба, зарурий кўникма ва малакалар йиғиндисининг мавжудлигидир. Ижодий фаолият истеъдоднинг ажралмас қисми ҳисобланиб, бунда руҳланиш деб номланган психологик ҳолат алоҳида аҳамият касб этади. Руҳланиш эса фаолият маҳсулдорлиги ортишига қаратилган ижодий лаҳзадан иборат. Истеъдод имконият тариқасида психологик ҳодиса, маҳорат эса ҳақиқатга айланган имкониятнинг гавдаланиши ҳисобланади.

Психологик нуқтаи назардан ҳақиқий маҳорат шахс истеъдодининг фаолиятда намоён бўлишидир.

Жаҳон тараққиёти, фан ва техникаси, санъат ва адабиёт, моддий ва маънавий маданиятини яратишнинг ички (руҳий) имконияти ҳисобланмиш истеъдод ривожланишнинг ҳаракатлантирувчи омилидир. Инсониятнинг ижтимоий-тарихий тараққиёт босқичларида ижтимоий-иқтисодий шароитларнинг етишмаслиги туфайли кўпчилик талант соҳиблари ўз имкониятларини рўёбга чиқариш имкониятларидан маҳрум бўлганлар. Мисол тариқасида, мамлакатимизнинг яқин ўтмишида чоризм мустамлакачилик сиёсатида, қатағон йилларида қанчалаб истеъдодли давлат ва жамоат арбоблари, бетакрор фан, маданият, адабиёт намояндалари ўз имкониятларини рўёбга чиқаришга эриша олмай дунёдан кўз юмдилар. Бу ўтмишнинг аччиқ ҳақиқатидир. Истеъдодларнинг туғилиши ижтимоий шарт-шароитларга боғлиқ бўлганлиги, туфайли мустақил мамлакатимизда истеъдодли ёшларга нисбатан юксак эҳтиёж сезилмоқда. Бундан яққол кўриниб турибди-ки, бундай шахслар келажаги буюк давлатимиз пойдевори бўлишади. Қобилиятлилик шахсда меҳнат, тинимсиз изланиш туфайли вужудга келади ва ривожланади. Истеъдод гарчи инсонга табиатан берилган бўлса-да, агар ижтимоий муҳит бўлмаса, ўз устида ишламаса, шахсдаги қобилият ва истеъдодлар йўқолади. Истеъдоднинг энг юқори даражаси бўлган генийликнинг шахслардаги жиҳатлари ҳақида ҳам тўхталиб ўтсак. Гений шахслар фан соҳаларига, ҳаёт воқеаларига ижодий ёндошиб уларни янада бойитадилар. Бундай шахслар ўта меҳнатсевар ва кучли иродали бўлади. Шунини алоҳида таъкидлаш лозимки, генийлик даражасига кўтарилган шахс ўз фаолиятида аҳамиятга молик катта ютуқларни қўлга киритилишига сабаб бўлади. Келгуси авлод учун хизмат қиладиган ихтиролар, назариялар яратадилар. Ўрта Осиёнинг дунёга танилган етук мутафаккирлари Абу Али ибн Сино, Абу Наср Форобий, Абу Райҳон Беруний, Ал-Хоразмий, Мирзо Улуғбек каби машҳур олимлар фан оламида генийликнинг юксак чўққисига кўтарилдилар. Қобилият, истеъдод, гениаллик - шахснинг ижодкорлиги ва фақатгина меҳнат маҳсулидан келиб чиқади. Меҳнат эса ҳаётий тажриба, кўникмаларнинг зарурий мажмуаси манбаидир. Шахс қобилиятларини ривожлантиришда барқарор, турғун, касбий махсус қизиқишлар муҳим омиллар, воситалар тариқасида хизмат қиладди. Махсус қизиқишлар инсон фаолиятидаги у ёки бу соҳанинг мазмунига нисбатан интилишидан иборат шахсий фазилат, ички туртки, ҳаракатлантирувчи кучдир. Бундай махсус қизиқишлар турлича фаолият билан касбий тайёргарлик сифатида шуғулланиш мойиллигига ўсиб ўтади. Билишга оид қизиқиш фаолият усуллари амалий жиҳатда ўзлаштириб олишни ва янги вазият, шароитга кўчиришни тақозо қиладди, рағбатлантиради ҳамда шахсда ўзини ўзи бошқаришни таъминлашга ёрдам беради. Қобилиятлар ва истеъдодларни шакллантириш муаммоси катта ижтимоий ва давлат аҳамиятига эга бўлган муаммодир. Бунда ҳамма болалардаги қобилиятни ҳар томонлама ривожлантириш вазифаси айрим истеъдодли болалардаги махсус истеъдодларни ривожлантириш вазифасига қарама-қарши қўйилмайди. Қобилият ва истеъдод инсоннинг ҳаётидаги энг муҳим индивидуал-психологик хусусиятлардан бири ҳисобланади.

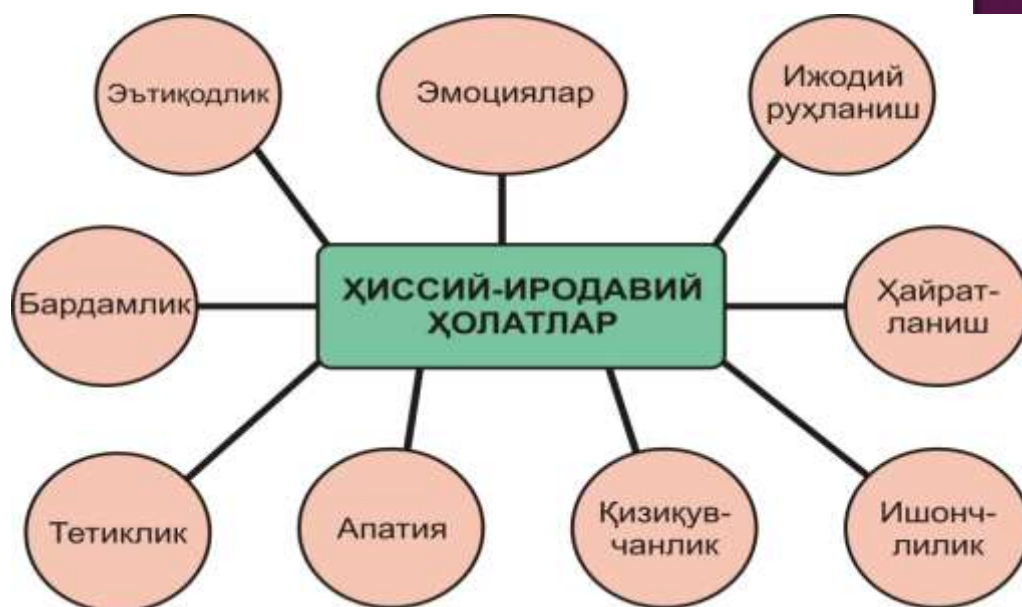
**УМУМИЙ ПСИХОЛОГИЯ ФАНИ БЎЙИЧА
ТАЙЁРЛАНГАН
ТАҚДИМОТ ВА ТАРҚАТМА
МАТЕРИАЛЛАРИ**

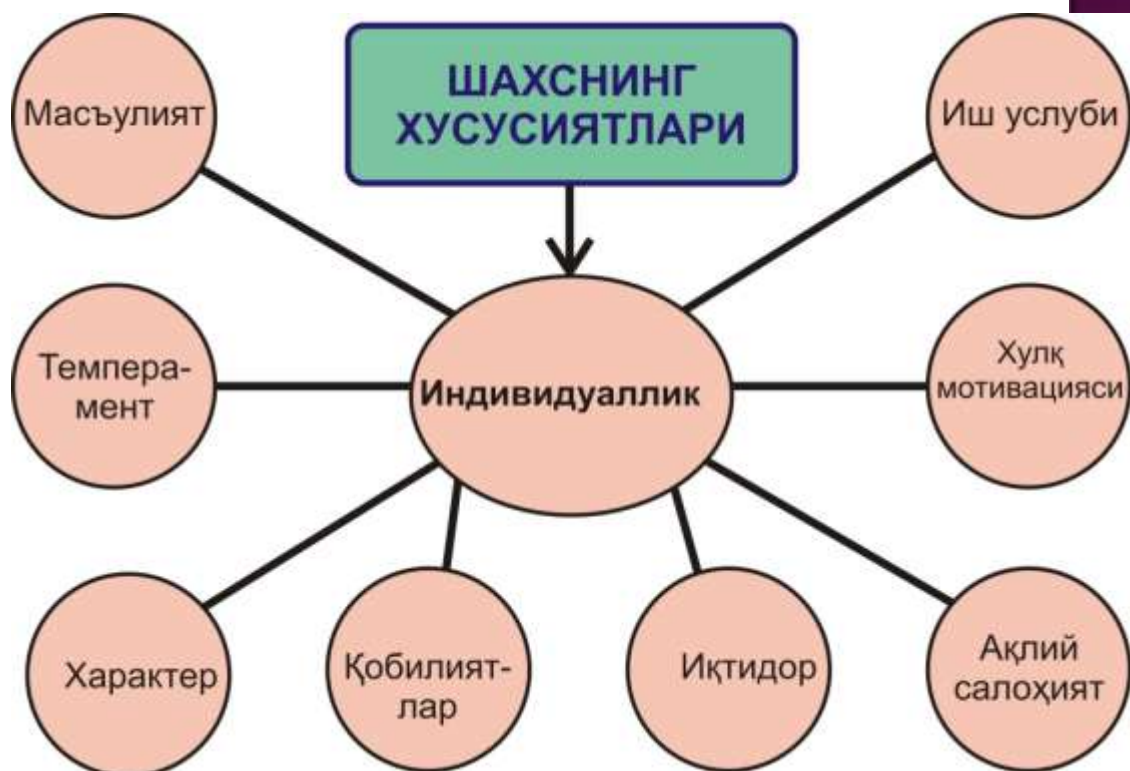
ТАҚДИМОТ

Мавзу:
Психология фанининг
предмети, вазифалари ва
тадқиқот методлари

РЕЖА:

1. “Психология” табиий ва ижтимоий илмий фан сифатида (Психология фанининг предмети. Психология фанининг тармоқлари ва бошқа фанлар билан алоқаси. Психология фанининг методлари).
2. Психик акс эттириш - объектив оламнинг субъектив образи эканлиги. Психиканинг акс эттириш ва бошқарувчанлик вазифалари.
3. Психиканинг тараққиёт босқичлари.
4. Мия ва психика. Психика ва онг. Онг ва онгсизлик (англанмаган, онг даражасига бориб етмаган ҳаракатлар) ҳолатлари.





- Психология фанининг асосчиларидан бири ("*отаси*") македониялик мутафаккир **Аристотель** (эрамиздан олдинги IV аср) ҳисобланади. Аристотель жоннинг ривожланиши тирик табиатнинг ривожланиши билан мувофиқ боради деган ғояни илгари сурди ва ҳимоя қилди. Унга қадар жон ва тирик тана икки хил нарса деб қаралар эди. **Аристотель жон ва тананинг бирлиги ҳақидаги ғояни майдонга ташлади.** У психика ҳақидаги фикрларини "*Жон ҳақида*" номли рисоласида акс эттирди.

- ◉ Эрамиздан олдинги II асрда римлик врач Гален физиология ва медицина соҳасида эришилган ютуқларни умумлаштириб, **психиканинг физиологик асослари** ҳақидаги тасаввурларни бирмунча бойитди.
- ◉ XVII аср биологик ва психологик билимлар тараққиётида янги даврни очиб берди. Тана ва жонни тушуниш соҳасида тубдан ўзгаришлар юз берди. Инсон танаси машинага ўхшатилади. Тана ҳам машина сингари ишлайди деб қаралади. Буюк француз мутафаккири Декарт ҳатти-ҳаракатларнинг **рефлектор** ("рефлекс" сўзи француз тилидан кириб келган бўлиб "акс эттириш" деган маънони англатади) характери ҳақидаги ғояни илгари сурди.

- ◉ XIX -XX асрга келиб барча фанлар соҳасида (айниқса биологик ва аниқ фанлар) эришилган ютуқлар таъсири остида психология фанида, психикани тушунишда жуда катта ўзгаришлар рўй берди.

- ◉ **XIX - XX асрда психология мустақил, экспериментал фан сифатида ривожланди.** Бунга табиий фанлар соҳасида, айнқса биология, сезги органлари физиологияси, психофизика ва психофизиология, олий нерв фаолияти физиологиясининг ривожланиши, ҳамда психологияга педагогика, медицина, ишлаб чиқаришнинг талабининг кучайиши сабаб бўлди.

ПСИХОЛОГИЯНИНГ ФАН СИФАТИДА РИВОЖЛАНИШИ ТАРИХИНИ ТҶҲҲТ БОСҚИЧГА БЎЛИШ МУМКИН:

- **I. Психология жон, рух ҳақидаги фан сифатида.** Психологияга бундан 2500 иил аввал шундай таъриф берилган. У даврда инсон ҳаётидаги куплаб тушунарсиз воқеаларни жон, рух ва унинг хусусиятларига боғлаб тушунтиришга уринганлар.
- **II. Психология онг ҳақидаги фан.** Табиий фанларнинг ривожланиши таъсири остида XVII асрда пайдо бўлди. Кишининг фикрлаш, ҳис қилиш, истакларининг намоён бўлишини онг деб атадилар. Психология фанининг энг асосий тадқиқот методи уз-ўзини кузатиш ва таҳлил қилиш ҳисобланган.
- **III. Психология хулқ-атвор ҳақидаги фан сифатида** XX асрда шаклланган бўлиб, психологиянинг асосий вазифаси бевосита кузатиш имконияти бўлган психик ходисалар, яъни кишининг хулқ-атвори, ҳаракатлари, реакцияси кабиларни ўрганиш ҳисобланган. Кишининг ҳатти-ҳаракатлари остида ётган мотивлар ҳисобга олинмаган.
- **IV. Психология психик фактларни, психик ходисаларнинг механизмлари ва қонуниятларини ўрганувчи фан сифатида.** Ҳозирги замон психология фани психологиянинг фан сифатида ривожланиши, фалсафа, табиий ва тиббий фанлар, аниқ фанлар соҳасидаги куплаб бой тажрибаларга асосланиб шаклланган.





МАШҲУР ПСИХОЛОГ Б.Г.АНАНЬЕВ ТЕКШИРИШ

МЕТОДЛАРИНИ ТҶҲҲТ ГУРУҲГА БҲЛАДИ:

- **Тадқиқот ишларининг биринчи - ташкилий гуруҳи** ўз ичига қиёслаш, лонгитюд (узлуксиз), комплекс (кўпёклама) деб аталган турларни олади.
- Тадқиқот методларининг **иккинчи гуруҳи эмпирик методлардан** иборат бўлиб, унга кузатиш, эксперимент, тест, анкета, сўров, социометрия, суҳбат, интервью, фаолият жараёни ва унинг маҳсулини таҳлил қилиш, биографик кабилар киради.
- Тадқиқот методларининг учинчи гуруҳига **статистик (миқдор) ва психологик (сифат) методлари** кириб, улар **олинган натижаларни қайта ишлашга** мўлжаллангандир.
- Илмий тадқиқот методларининг **тўртинчи - шарҳлаш гуруҳи** генетик ва доналаш методларидан иборатдир.

ОНГ ЎЗ ҚУЙИДАГИ ТЎРТ МУҲИМ ПСИХОЛОГИК ХАРАКТЕРИСТИКА БИЛАН АНИҚЛАНАДИ

- I. Онгнинг биринчи характеристикаси унинг номида акс эттирилган: **онг, англаш**. Инсон онги теvarак-атроф, ташқи ва инсоннинг ўзининг ички дунёсига оид билимлар тўплами, йиғиндисидан иборатдир.
- II. Онгнинг иккинчи характеристикаси - унда **субъект ва объект ўртасидаги фарқ ўз ифодасини топади**. Бошқача қилиб айтганда инсон ўзини бошқалардан ва ташқи оламдан фарқлайди, унда "мен" ва "мен эмас" тушунчаси мавжуд.
- III. Онгнинг учинчи характеристикаси - **мақсад қўйиш ва мақсадга йўналганлик** билан белгиланади. Ҳар қандай фаолият мақсадини аниқлаш онгнинг функцияси.
- IV. Онгнинг тўртинчи характеристикаси - унда **одамнинг маълум муносабатлари акс этишида**. Инсон ўз атрофида бўлаётган воқеаларга, объектив борлиққа, ўз фаолияти ва унинг натижаларига адекват муносабатда бўлади.

ПСИХОЛОГИЯ ФАНИДА "ОНГ" ТУШУНЧАСИ БИЛАН БИР ҚАТОРДА "ОНГСИЗЛИК", "ОНГ ОСТИ" ТУШУНЧАЛАРИ ҲАМ ЎРГАНИЛАДИ ВА ТАҲЛИЛ ҚИЛИНАДИ

- **Онгсизлик психиканинг қўйи даражаси бўлиб, бунда қилинаётган ишларга ҳисобот берилмайди, хулқ-атвор ва ҳатти-ҳаракатлар онгли равишда бошқарилмайди.** Онгсизлик соҳасига қўйидаги психик ходисаларни киритиш мумкин: уйқу ҳолатидаги ходисалар (туш кўриш); илгари онгли бажарилган, аммо кўп такрорланиши натижасида автоматлашиб кетган ҳатти-ҳаракатлар; фаолиятга ундовчи, аммо англаб қолмайдиган майллар ва ҳ.к. Касал одам психикасида юзага келадиган баъзи патологик ҳолатлар ҳам онгсизлик ходисалари жумласига киради: алаҳлаш, галлюцинация ва шу кабилар

ИНСОН ОНГИНИНГ ҲАЙВОН ПСИХИКАСИДАН АСОСИЙ ФАРҚИНИ ҚУЙИДАГИЛАРДА КЎРИШ МУМКИН:

- 1. Инсон ҳайвонлардан фарқ қилиб ўз фаолиятининг бўлажак натижасини олдиндан кўра олиши мумкин. Бундан ташқари, киши ўз ишини олдиндан режалаштиради, уни бажариш учун энг осон йўл, усулларни танлайди.
- Агар ҳайвонлар атрофдаги муҳитга онгсиз равишда мослашсалар, инсон эса ўз эҳтиёжини кўпроқ даражада қондириш учун муҳитга онгли, режали равишда мослашади. Бу мослашиш меҳнат жараёни орқали бўлади.
- 2. Инсон шунинг учун ўз фаолиятини режалаштирадики, олдиндан кўра биладики, чунки у нутққа эгадир. Унинг нутққа эга бўлиши ҳайвонлардан ажратиб турувчи иккинчи муҳим фарқидир. Доимо бошқалар билан муносабатда бўлиш, китоб ўқиш, ишлаб чиқариш маданияти билан танишиш, техникани эгаллаш туфайли инсон ўз онгини бойитиб, ўстириб боради.
- 3. Инсоннинг ҳайвонлардан яна бир муҳим фарқи шуки, у жамият ичида, жамоа ичида яшайди. Жамиятда яшамасдан, жамоа аъзолари билан муносабатда бўлмасдан туриб инсон шахси шаклланмайди.

ХУЛОСА ҚИЛГАНИМИЗДА

○ психология инсон ва ҳайвонга хос бўлган психик жараёнларни, уларнинг пайдо бўлиш йўллари ва ривожланиш хусусиятларини ўрганадиган фандир. Психика эса бош мия ва нерв системасининг маҳсулидир. У доим ўсиб, ривожланиб боради. Психиканинг энг юксак шакли онг бўлиб, у фақат инсонларга хосдир. Онг шахсий ва ижтимоий шаклда бўлади.

ТАҚДИМОТ



МАВЗУ : “Психика ва онг тараққиёти”

МАВЗУ: ПСИХИКА ВА ОНГ ТАРАҚҚИЁТИ

Ўқув элементлари

- 1. Психика материя эволюциясининг натижаси сифатида*
- 2. Хатти-харакатларнинг инстинктив шакллари ва интеллектуал ҳаракат формалари*
- 3. Онгнинг пайдо бўлиши*
- 4. Инсоният жамиятида онгнинг тараққиёти.*

Мавзунинг долзарблиги.

Таълимнинг янги моделида жамиятда мустақил ва ижодий фикрловчи эркин шахсни шакллантиришга эътибор берилган экан, психология фанининг вазифалари ҳам малакали мутахасисликлар сифатида ўзлигини ўз қобилиятлари, индивидуаллиги, шахсий фазилат ҳамда хислатларини билган тарзда таълим фаолиятини оқилона ташкил этиш ва ижтимоий фойдали меҳнатнинг барча соҳаларида иқтидорли касб соҳаси сифатида фаолият кўрсата олувчи шахсларни таркиб топдиришдир.

Психологияни билиш инсонни билиш демакдир. Бунинг учун аввало психиканинг ривожланиш босқичлари, онгнинг тараққиёт қонуниятларини билишни тақозо этади.

Психиканинг ривожланиши

Психиканинг ривожланиши	Ривожланиш босқичлари	Таркиб топадиган психик хусусиятлар
Филогенез	Эволюцион ривожланиш	Сезувчанлик, сесканувчанлик, инстинктлар, онг
онтогенез	Индивидуал ривожланиш	Малака, кўникмалар, интеллектуал хатти ҳаракатлар

Психиканинг асосий функциялари



Материянинг акс эттириш шаклини қуйидагича ифодалаш мумкин:

МАТЕРИЯНИНГ АКС ЭТТИРИШ СХЕМАСИ

Анорганик материя

Механик

Физик

Химик

Органик материя

Биологик

Психик

Тирик материянинг ташқаридан таъсир этаётган моддалар алмашинувига жавоб бериши таъсирланувчанлик деб аталади.

Психикани ривожланиш босқичлари:

1. Элементар (содда) сенсор психика босқичи - А.Н.Леонтьев таърифича, ташқи муҳит объектнинг у ёки бу сифатига қараб жавоб бераверади. Бу оддий сезиш босқичидир

2. Перцептив босқич бўлиб, у ташқи, объектив воқеликни яхлит акс этиши билан характерланиб, алоҳида оддий сезиш тури эмас.

3. Интеллектуал босқич – юксак даражада ривожланган нерв тизимига эга бўлганлар, яъни одамсимон маймунларга хосдир.

Инстинктлар

ҳайвонинг табиий эҳтиёжларини қондириш учун қиладиган мураккаб тузма ҳаракатларидир

Кўникма

- бу ҳайвонларда шартли боғланишлар асосида юзага келувчи ва автоматик равишда содир бўлувчи ҳаракатлардир, яъни бирор фаолиятни такрорланиб туриши натижасида аста-секин ҳосил қилинган хатти-ҳаракатлардир*

Инсон ва ҳайвон психикасидаги фарқ:

Тил ва тафаккур

*Қурол ясаш ва
асраш*

*Инсон ўзидан
кейинги авлодларга
ижтимоий
тажрибани
қолдиради*

Ҳиссиёт

Онг психиканинг энг юксак даражаси бўлиб у фақат инсонгагина хосдир.

Онгнинг биринчи хоссаси – бу англаш демакдир

Онгнинг иккинчи хоссасига биноан, онгда объект билан субъект ўртасидаги аниқ фарқ ўз ифодасини топади, яъни одам «мен» деган тушунчани «мен эмас» тушунчасидан фарқини ажратади.

Онгнинг учинчи хоссасига асосан онг ёрдами билан одамнинг мақсадни кўзлаш фаолияти таъминланади

Онгнинг тўртинчи хоссасига асосан турли муносабатлардан онгли равишда турли ҳис-туйғулар юзага келади

Онгсизлик

бу шундай психик жараёнлар ва ҳодисалар йигиндисики, унда инсон ўз хатти-ҳаракатларига жавоб бермайди, англамайди. Бунга туш кўриш, баъзи патологик ҳодисалар, алахлаш, галлюцинация кабилар киради.

Онгнинг тузилиши

Онгнинг таркиби

Онгнинг функциялари

Узини узи англашнинг омиллари

Онгнинг хислатлари

Онгнинг хусусиятлари

Онгнинг турлари

Венн диаграммаси



Хайвонлардаги кўникмалар ва интеллектуал ҳаракатларнинг қиёсий тавсифи Т Жадвал

Имкониятлари	Камчиликлари
Айрим нарсалар ўртасида мураккаб муносабатларни акс эттириши	Фикрларни нутқий ифода қила олмайди
Кўникмалар таркиб топиши, ҳамда ҳаракат шакллари вужудга келиши учун бошқа ҳайвонларга қараганда кўпроқ имкониятларга эга	Интеллектуал ҳатти ҳаракатлар ҳайвонлар феъл ативорида асосий ўрин тутмайди .
Икки , уч фазали вазифаларни бажара олиши	Интеллектуал ҳатти ҳаракатлар ҳайвонларнинг бирдан иккинчисига ўтмайди
Бошланғич абстракция қобилиятларининг борлиги	Интеллектуал ҳатти ҳаракатлар шаклланган вазият шароитлари билан чегараланган

Кейс

Рома деб номланган шимпанзе билан тадқиқотчилар қуйидаги тадқиқотни ўтказганлар

Романинг ёнида бир пақирчага сув қўйилган. Сувнинг ичига чўмич солиб қўйилган, бир оз вақт ўтгач унинг ёнида гулхан ёқилган. Рома гулхандаги оловни пақирдаги чўмичдан сувни олиб ўчирган. Бу ҳаракат бир неча маротаба такрорланган.

Тадқиқотнинг иккинчи босқичида Рома атрофида оролча ҳосил қилинган унинг ёнида иккинчи оролча ҳосил қилиниб, оролчалар орасида кўприк қўйилган. Бу сафар гулхан Ромага яқин бўлган. Иккинчи оролчада ёқилган. Рома иккинчи оролчадаги гулхanni ҳам ўчирган.

Саволлар

1. Рома иккинчи оролчадаги гулхanni қандай ўчирган?
2. Нима учун айнан шундай усулни қўллаган?
3. Романинг хатти –харатлари қандай хулқ турига хос?
4. Инсон бу вазиятда қандай йўл тутган бўлар эди?

Хулоса ва таклифлар

Кадрлар тайёрлаш миллий дастурида таълим ислохотлари бўйича белгиланган вазифаларни босқичма-босқич амалга оширилар экан, бунда тайёрланаётган кадрлар сифатини ошириш мамалактимиз таълим тизимидаги долзарб вазифалардан бири бўлиб ҳисобланади. Албатта, бу кўрсаткич бир неча ижтимоий-иқтисодий шарт-шароитларга (ўқув модий-техник база, ўқитувчи маҳорати, вақт ва ҳ.к.) боғлиқ бўлсада, талабаларнинг барча фанлардан, ўқув материални семестр давомида муттасил пухта ўзлаштириб боришлари муҳим омиллардан бири бўлиб ҳисобланади. Бу борада Умумий психология назарияси ва амалиёти "фанининг бўлажак профессионал-педагогик фаолиятга тайёрлаш, ҳамда уларни жаҳон андозаларига мувофиқ бўлган замонавий дарс ўтиш малакаларини шакллантиришда муҳим аҳамиятга эга.

Олий ўқув юртларида инновацион таълим технологияларини тадбиқ этилиши муаммоси бўйича илмий амалий анжуманлар, ўқув семинарлари ташкил этиш.

ТАҚДИМОТ

Мавзу: . Фаолият ва мотивация.

Режа:

- 1 Фаолиятга доир психология фанидаги янги илмий концепциялар. Инсон фаолиги манбалари. Фаолият тузилмаси.***
- 2 Фаолият самарадорлигини белгиловчи омиллар. Шахснинг фаолиятини бошқариш механизмлари.***
- 3 Шахс фаолиятида билиш жараёнларининг аҳамияти: сезги, идрок, диққат, хотира, тафаккур ва ҳаёл.***

Жамият билан доимий муносабатни ушлаб турувчи, ўз-ўзини англаб, ҳар бир ҳаракатини мувофиқлаштирувчи шахсга хос бўлган энг муҳим ва умумий хусусият — бу унинг ***фаоллигидир***. Фаоллик (лотинча «actus» — ҳаракат, «activus» — фаол сўзларидан келиб чиққан тушунча) шахснинг ҳаётдаги барча ҳатти-ҳаракатларини намоён этишини тушунтирувчи категориядир.

Фанда инсон фаоллигининг асосан икки тури фарқланади:

- **А. Ташқи фаоллик** — бу ташқаридан ва ўз ички истак-хоҳишларимиз таъсирида бевосита кўриш, қайд қилиш мумкин бўлган ҳаракатларимиз, мушакларимизнинг ҳаракатлари орқали намоён бўладиган фаоллик.
- **Б. Ички фаоллик** — бу бир томондан у ёки бу фаолиятни бажариш мобайнидаги физиологик жараёнлар (моддалар алмашинуви, қон айланиш, нафас олиш, босим ўзгаришлари) ҳамда, иккинчи томондан, бевосита психик жараёнлар, яъни аслида кўринмайдиган, лекин фаолият кечишига таъсир кўрсатувчи омилларни ўз

Инсон фаоллигини мўжассамлаштирувчи ҳаракатлар жараёни **фаолият** деб юритилади. Яъни, **фаолият** — инсон онги ва тафаккури билан бошқариладиган, ундаги турли-туман эҳтиёжлардан келиб чиқадиган, ҳамда ташқи оламни ва ўз-ўзини ўзгартириш ва такомиллаштиришга қаратилган ўзига хос фаоллик шаклидир.

Фаолият турлари

Ташқи фаолият шахсни ўраб турган ташқи муҳит ва ундаги нарс ва ҳодисаларни ўзгартиришга қаратилган фаолият бўлса, ***ички фаолият*** — биринчи навбатда ақлий фаолият бўлиб, у соф психологик жараёнларнинг кечишидан келиб чиқади.

Ақлий ҳаракатлар (ички фаолият)

- - ***Перцептив*** — яъни булар шундай ҳаракатларки, уларнинг оқибатида атрофдаги предметлар ва ҳодисалар тўғрисида яхлит образ шаклланади;
- - ***Мнемик фаолият***, нарс ва ҳодисаларнинг моҳияти ва мазмунига алоқадор материалнинг эслаб қолиниши, эсга туширилиши ҳамда эсда сақлаб турилиши билан боғлиқ мураккаб фаолият тури;

- - **Фикрлаш фаолияти** — ақл, фаҳм-фаросат воситасида турли хил муаммолар, масалалар ва жумбоқларни ечишга қаратилган фаолият;
- - **Имажитив** — («image» — образ сўзидан олинган) фаолияти шундайки, у ижодий жараёнларда ҳаёл ва фантазия воситасида ҳозир бевосита онгда берилмаган нарсаларнинг хусусиятларини англаш ва ҳаёлда тиклашни тақозо этади.

Агар ташқи фаолият асосида психик жараёнларга ўтиш рўй берган бўлса, бундай жараённи психологияда интериоризация деб аталади, аксинча, ақлда шаклланган ғояларни бевосита ташқи ҳаракатларда ёки ташқи фаолиятга кўчирилиши экстериоризация деб юритилади.

Жисмоний ҳаракатлар (ташқи фаолият)

- Ўйин — шундай фаолият турики, у бевосита бирор моддий ёки маънавий неъматлар яратишни назарда тутмайди, лекин унинг жараёнида жамиятдаги мураккаб ва хилма-хил фаолият нормалари, ҳаракатларнинг символик андозалари бола томонидан ўзлаштирилади. Бола токи ўйнамагунча, катталар ҳатти-ҳаракатларининг маъно ва моҳиятини англаб етолмайди.
- Ўқиш фаолияти ҳам шахс камолотида катта рол ўйнайди ва маъно касб этади. Бу шундай фаоллики, унинг жараёнида билимлар, малака ва турли кўникмалар ўзлаштирилади.
- Меҳнат қилиш ҳам энг табиий эҳтиёжларга асосланган фаолият бўлиб, унинг мақсади албатта бирор моддий ёки маънавий неъматларни яратиш, жамият тараққиётига ҳисса қўшишдир.

■ Мотивация

- «*Мотивация*» тушунчаси «мотив» тушунчасидан кенгроқ маъно ва мазмунга эга. Мотивация — инсон хулқ-атвори, унинг боғланиши, йўналиши ва фаоллигини тушунтириб берувчи психологик сабаблар мажмуини билдиради.

• Мотивларнинг турлари.

- 1 Муваффақиятга эришиш
МОТИВИ
- 2
Муваффақиятсизликлардан
қочиш МОТИВИ.

- **Муваффақиятга эришиш
МОТИВИ** бўлиб, бундай
назариянинг асосчилари
америкалик олимлар Д.
Маклелланд, Д. Аткинсон ва немис
олими Х. Хекхаузенлар
ҳисобланади. Уларнинг фикрича,
одамда турли ишларни
бажаришини таъминловчи асосан
икки турдаги мотив бор:

- Масалан, фақат муваффақият мотиви билан ишлайдиганлар олдиндан ишонч билан шундай иш бошлайдиларки, нима қилиб бўлса ҳам ютуққа эришиш улар учун олий мақсад бўлади. Улар ҳали ишни бошламай туриб, ютуқни кутадилар ва шундай ишни амалга оширишса, одамлар уларнинг барча ҳаракатларини маъқуллашларини биладилар. Бу йўлда улар нафақат ўз куч ва имкониятларини, балки барча ташқи имкониятлар — таниш-билишлар, маблағ каби омиллардан ҳам фойдаланадилар.

Mavzu: Muloqot

O'QUV ELEMENTLARI:

1. “Muloqot psixologiyasi” mavzusini o'qitishning dolzarb masalalari.

2. Muloqotning turlari.

3. Muloqotning tomonlari.

4. Samarali muloqot usullari.

Insonning har qanday sohadagi muvaffaqiyati 15% kasbiy bilimlariga, 85% muloqot jarayoniga bog'liq.

Deyl Karnegi

Shaxsning ma'naviy yetukligi, bilimdon, zehnliligi muloqot jarayonida namoyon bo'ladi. Shunday ekan, kishilarni muloqot jarayonida teran fikrlilik, hozirjavoblik, ta'sirchanlik, sezgirlik va muloqot jarayonidagi bilimdonlikni shakllantirish va rivojlantirish muhim ahamiyat kasb etadi.

“Muloqot psixologiyasi” mavzusini o’tishda
“Aqliy hujum metodi”da foydalanish

*Muloqot nima?

muloqot

```
graph TD; A[muloqot] --> B[Muloqot odamlar o'rtasida nutqli va nutqsiz aloqa jarayonidir.]; B --> C[Muloqot jarayonida]; C --> D["1. Axborot almashinadi;  
2. Bir-birini tushiniladi;  
3. Bir-biriga ta'sir ko'rsatiladi."];
```

Muloqot odamlar o’rtasida
nutqli va nutqsiz aloqa
jarayonidir.

Muloqot jarayonida

1. Axborot almashinadi;
2. Bir-birini tushiniladi;
3. Bir-biriga ta’sir ko’rsatiladi.

Muloqotning turlari:

```
graph TD; A[Muloqotning turlari:] --> B[Verbal (nutqli) muloqot]; A --> C[Noverbal (nutqsiz) muloqot];
```

Verbal (nutqli) muloqot

Noverbal (nutqsiz) muloqot

Muloqotning
tomonlari

```
graph LR; A[Muloqotning tomonlari] --- B[Kommunikativ tomoni (axborot almashish)]; A --- C[Persiptiv tomoni (o'zaro idrok, tushunish, baholash)]; A --- D[Interaktiv tomoni (o'zaro birgalikda harakat qilish)];
```

Kommunikativ tomoni
(axborot almashish)

Persiptiv tomoni
(o'zaro idrok, tushunish, baholash)

Interaktiv tomoni
(o'zaro birgalikda harakat qilish)

Tinglashning ahamiyati

* Muloqotning aktiv va passiv ko'rinishlari bo'lib, biz bu jarayonda axborotlarni uzatamiz yoki qabul qilamiz.

B.F.Lomov bo'yicha muloqot funksiyalari

Informasion-kommunikativ funksiya – axborot almashinuvini ta'min-lash vazifasi

Regulyasion -kommunikativ funksiyasi suhbatdoshlar xulq-atvorining regulyasiya qilinishini ta'minlash vazifasi

Affektiv-kommunikativ funksiya inson emosional sohasining regulyasiya qilinishini ta'minlash vazifasi

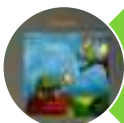
Muloqotning samarali usullari:



“Sizni eshitish orqali sizning qobiliyatingizga tan berdim”.



“Sizning tartibliligingizga men doimo tan beraman”



“Sen faol bo’lishing kerak”, “Erkak kishi qat’iyatli bo’lishi kerak”

Muloqot psixologiyasini mavzusini o’rnatishda “Charxpalak” usulidan foydalanish.

№	Muloqot koʻrinishlari	Muloqot tomonlari.			
		kommunikativ (axborot)	interaktiv (oʻzaro birgalikda harakat qilish)	perseptiv (oʻzaro birgalikda)	
1	Muloqot - odamlar oʻrtasida birgalikdagi faoliyat ehtiyojlaridan kelib chiqadigan bogʻlanishlar rivojlanishining koʻp qirrali jarayonidir.				
2	Muomalaga kirishuvchilarning oʻzaro taʼsiridir				
3	Muloqot (munosabat) birgalikda faoliyat koʻrsatuvchilar oʻrtasida axborot ayirboshlashni oʻz ichiga oladi.				
4	Muomalaga kirishuvchilarning bir-birini idrok qilishi				
5	Muloqot jarayonida axborot uzatamiz.				
6	Biz muloqot jarayonida birgalikda harakat qilamiz.				
7	Biz har doim nutqli muloqotni amalga oshirmaymiz.				
8	Odamlarning ijtimoiylashuvi muloqotga bogʻliq.				
9	Biz bir-birimizni muloqot jarayonida tushinishimiz...				
10	Nutq orqali maʼlumot uzatamiz.				

Muloqot psixologiyasini mavzusini o'tishda "O'z o'ringni top" usulidan foydalanish.

Muloqot faqat
insonlargagina
xos

Barcha tirik
jonzorlar muloqotga
kirisha oladi.

xulosa

Xulosa va takliflar

- 1. Har bir ziyoli shaxs boshqalar bilan hamkorlik qilish mahorati va san'atiga ega bo'lishi kerak. Bu vazifa "Muloqot psixologiyasi" mavzusini pedagogik texnologiyalar bilan o'qitish orqali amalga oshiriladi.
- 2. Muloqot psixologiyasi mavzusini "Aqliy hujum", "O'z orningni top", "Charxpalak" metodlari yordamida o'tilsa darsning samasi yuqori bo'ladi.

ТАҚДИМОТ

Мавзу: Shaxsning emotsional-hissiy holatlari



1. Emotsiya va hissiyot haqida tushuncha

hissiy holatlarni psixologiyada o`rganilishi

O'quv elementlari

3. Yuksak his tuyg'ular haqida tushuncha va ularning turlari

4. Emotsional hissiy holatlarning shakllanishi



Mavzuning dolzarbligi

Shaxslarda emotsional-hissiy holatlarning kechishini o'rganish, psixofiziologik ta'sirlar, emotsional-hissiy holatlarda inson o'z-o'zini boshqarish va irodaviy sifatlarni shakllantirish.

Emotsiya-lotincha so'z bo'lib “hayajonlantirmoq”, “larzaga keltirmoq” degan tushunchalarni bildiradi.



Hissiyot-kishining o'z hayotida nimalar yuz berayotganiga, nimalarni bilib olayotganiga yoki nima bilan mashg'ul bo'layotganiga nisbatan o'zicha turli xil shaklda bildiradigan ichki munosabatidir.



**INSON HISSIYOTLARGA
BERILGANDA, AQL BIROZ
ORQAGA CHEKINADI. HAR BIR
HISSIIY HOLAT INSON JISMONIY
TANASIGA TA`SIR ETMASDAN
QOLMAYDI.**

ABU ALI IBN SINO

Talabalar bilan aqliy hujum metodi:

- 1. Emotsiya va hissiyot deganda nimani tushunasiz?**
- 2. Emotsional hislar va uning turlari qaysi?**
- 3. Affekt deganda nimani tushunasiz?**
- 4. Kayfiyat qanday emotsional holat?**
- 5. Yuksak his-tuyg'ularga qaysilar kiradi?**

FSMU texnologiyasi

(F) – Emotsiya va hissiy holatlarni bayon eting.

(S) – Emotsiya-hissiy holat bayoniga biron sabab ko`rsating.

(M) – Emotsiya va hissiy holat turlarini tushuntiruvchi misol keltiring.

(U) – Mavzuga oid fikringizni umumlashtiring.

Emotsional holatlar

❑ **Kayfiyat**-zaif yoki o`rtacha kuchga ega bo`lgan va odatda, ancha barqaror emotsional holatdir. Odamdagi ba`zi bir kayfiyat bir necha kun, bir necha hafta, bir necha oy va undan ham ko`proq davom etishi mumkin.

❑ **Ehtiros**-ham uzoq davom qiladigan va barqaror bo`lgan emotsional holatdir. Lekin kayfiyatdan ehtirosning farqi shuki, ehtiros muayyan harakatga, muayyan obyektga muttasil intilishda kuchli sur`atda ifodalangan kuchli emotsional holatdir.

❑ **Affekt**-tez paydo bo`ladigan, nihoyat darajada kuchli, g`oyat jo`shqinlik bilan o`tadigan qisqa muddatli emotsional holatdir.

Hissiy holatlar quyidagilar (K.Izard klassifikatsiyasi bo'yicha):

Quvonch

Hayratlanish

G'azablanish

Jirkanish

Nafratlanish

Qo'rquv

Uyalish

Iztirob
chekish

Emotsional-hissiy holatlar faollik darajasiga qarab ikki turga ajratiladi:

Stenik hissiyotlar

Kishining hayotiy faoliyatini oshiradigan, g'ayratini orttiradigan hissiyotlardir. Masalan, nihoyatda xursandlik, g'azablanish hislari stenik hissiyotlar qatoriga kiradi.

Astenik hissiyotlar

Kishining hayotiy faoliyatini pasaytiradigan, g'ayratini susaytiradigan hissiyotlar. G'am-g'ussa, ma'yuslik, afsuslanish kabi hissiyotlar mana shunday astenik hissiyotlardir.

Quvonch-to'la qondirilishi mumkin bo'lmagan, har holda qondirilishi noaniq dolzarb bo'lgan ehtiyojni qondirilishi mumkinligi bilan bog'liq ijobiy hissiy holat.

Hayratlanish-to'satdan ro'y bergan holatlardan hissiy jihatdan ta'sirlanishning ijobiy yoki salbiy jihatdan aniq-ravshan ifoda etilmagan belgisidir. Iztirob chekish. Hozirga qadar qondirilish ehtimoli ozmi-ko'pmi darajada mavjud deb tasavvur qilingan hayotiy muhim ehtiyojlarning qondirilishi mumkin emasligi haqida aniq yoki shunday tuyilgan axborot olinishi bilan bog'liq salbiy hissiy holatdir.

G'azablanish-odatda affekt tarzida kechadigan va sub'ekt uchun g'oyat muhim ehtiyojni qondirish borasida jiddiy to'siq paydo bo'lgani oqibatida kelib chiqadigan, ifodalanishiga ko'ra salbiy hissiy holat. Iztirob chekishdan farqi g'azablanish stenik tarzda, ko'rinishda bo'ladi. (Kuch g'ayratni oshirib yuboradi).

Jirkanish-shaxslararo munosabatlarda ro'y beradigan va sub'ektning hayotiy nuqtai nazari, qarashlari va xulq-atvoriga nomutanosibligi oqibatida hosil bo'ladigan salbiy hissiy holatdir.

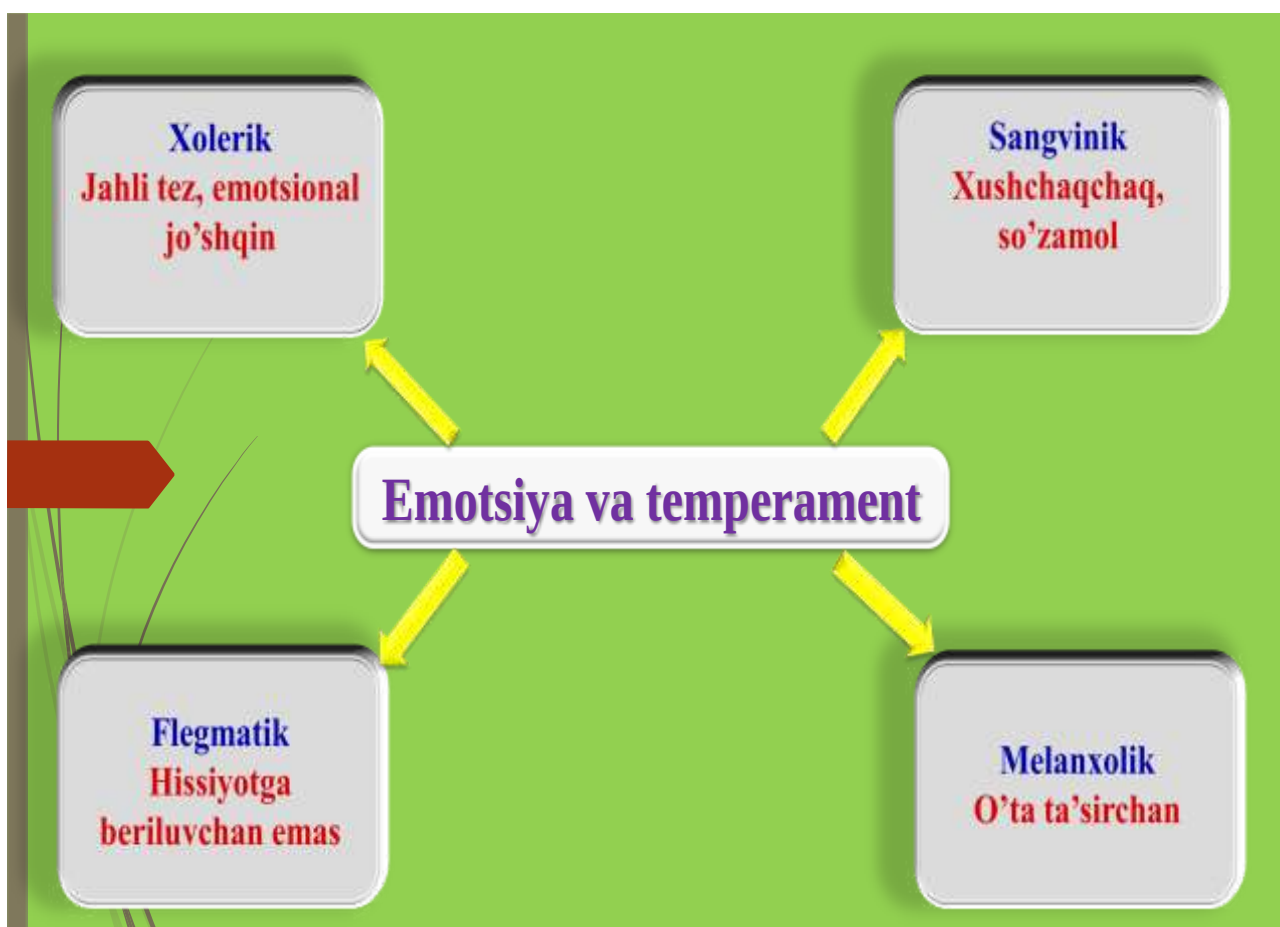
Nafratlanish-ob'ektiv holatga sub'ektning mafkuraviy, ma'naviy, estetik printsiplari va yo'l-yo'riqlariga keskin zid kelib qolishi oqibatida ro'y beradigan salbiy hissiy holatdir. Nafratlanish tajovuzkorlik xulq-atvoriga sabab bo'lishi mumkin.

Qo'rquv-sub'ekt o'zining xotirjam hayot kechirishiga ziyon etishi mumkinligi haqida, unga real tarzda tahdid solayotgan yoki tahdid solishi mumkin bo'lgan xavf-xatar haqidagi xabarni olishi bilan paydo bo'ladigan salbiy hissiy holatdir. qo'rquv hissiyoti stenik tusda ham, astenik tusda ham bo'lishi mumkin, yoxud hissiy zo'riqishlar tarzida, yoxud ruhan astoydil tushkunlikka berilgan va xavotirlangan tarzda, yoxud affektiv holatga tushgan tarzda (dahshatli qo'rquv hissiyotning eng so'nggi turidir) kechishi mumkin.

Uyalish-o'zining niyat maqsadlari, hatti-harakatlari va tashqi qiyofasi faqat tevarak-atrofidagilar tomonidan kutilganiga mos kelmaganligini emas, balki o'ziga loyiq xulq-atvor va tashqi qiyofa haqidagi shaxsiy tasavvurlarga ham mos kelmayotganligini anglab etishida ifodalangan salbiy holatdir.

Yuksak his tuyg'ular

- ❑ **Ma'naviy-axloqiy his-tuyg'ular** o'z mazmuniga ko'ra, kishining kishiga va kengroq ma'noda olganda, jamiyatga munosabatini bildiradi. Ma'naviy his-tuyg'ularga muhabbat, hamdardlik, xayrixohlik, insonparvarlik, sadoqat va hokazolar kiradi.
- ❑ **Intellektual his-tuyg'ular** shaxsning bilish jarayoniga, uning yutuq va muvaffaqiyatsizlikka munosabatini ifodalaydi va aks ettiradi. Qiziqish, g'azablanish, qiziquvchanlik, shubhalanish, kashf etganidan shodlanish, haqiqatga ishtiyoqmandlik va hokazolar intellektual his-tuyg'ular qatoriga kiradi.
- ❑ **Estetik his-tuyg'ular** sub'ektning hayotida yuz beradigan turli xildagi narsalarga va ularning san'atda aks ettirilishiga nisbatan allaqanday ajoyib yoki bema'ni, fojiaiy yoki kulgili, olijanob yoki jirkanchli, nafosatli yoki xunuk narsa sifatida munosabatini aks ettiradi va ifodalaydi.





Emotsional-hissiy holatlarni boshqarishda irodaning ahamiyati:

**Agar inson uzoqqa mo'ljallangan
maqsadni oldiga qo'ygan bo'lsa uzoq
istiqbolni nazarda tutishi kerak. Bu
maqsadga erishishda emotsional-hissiy
holatlarni boshqarish, maqsad sari
intilishda hissiyotlarga berilmaslik
uchun irodali bo'lish muhimdir.**

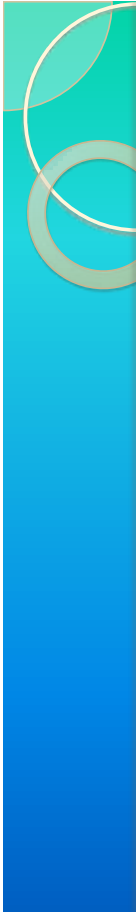
ТАҚДИМОТ



Мавзу: Shaxs. Shaxsning o'z-o'zini anglashi

O'QUV ELEMENTLARI:

1. **Shaxs psixologiyasi mavzusining dolzarbligi.**
2. **Shaxs va uning tuzilishi.**
3. **Shaxs nazariyalari.**
4. **Shaxs ustanovkalari.**
5. **Shaxsning shakllanishi va rivojlanishi.**



Odam tabiatan ijtimoiy mavjudotdir

- ARASTU

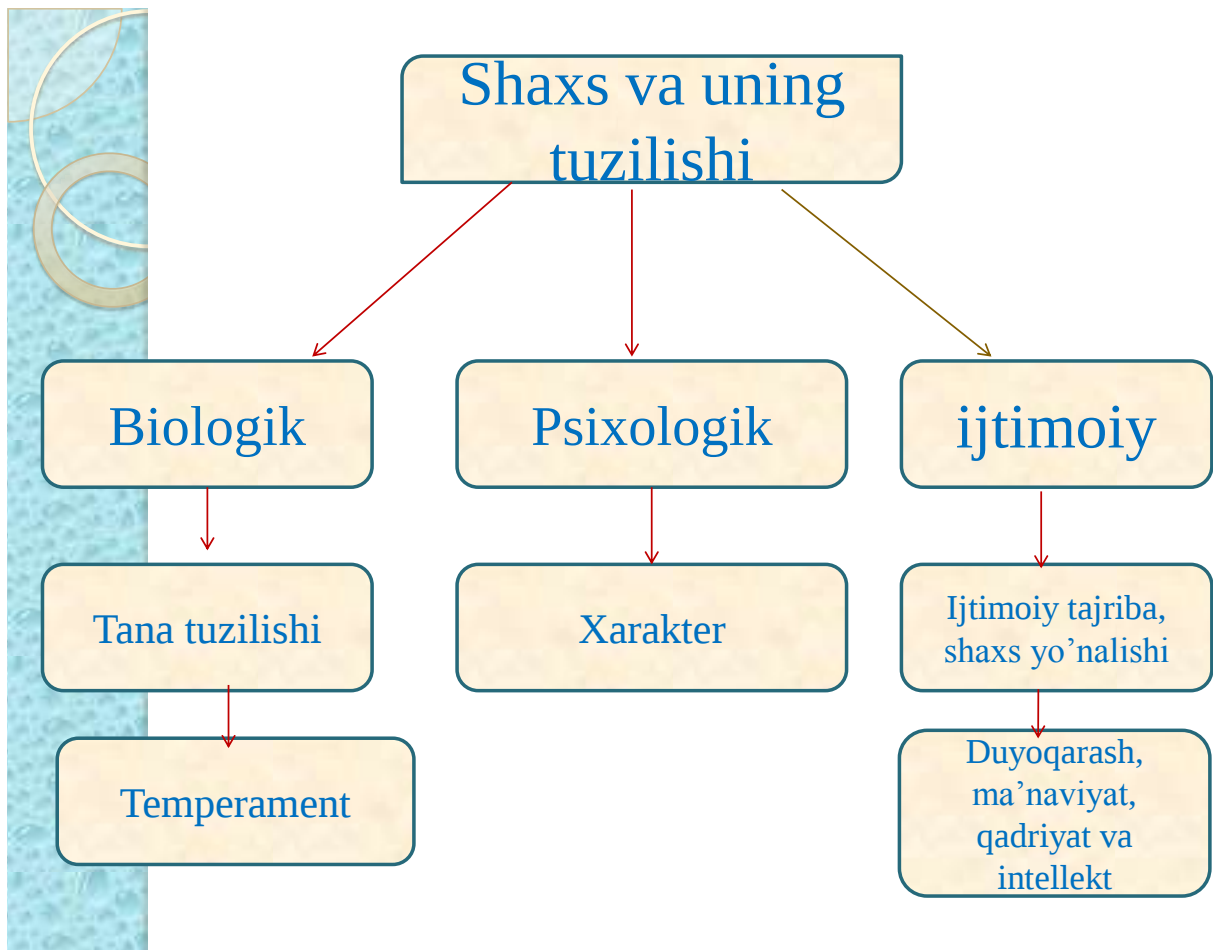


Biz psixologiyani o'rganar ekanmiz, individ, shaxs, individuallik tushunchalarini bir-biridan farq qilishimiz kerak. Odamning inson jinsiga mansubligi inivid tushunchasi bilan ifodalanadi. Biz katta yoshdagi normal odamni ham, chaqaloqni ham, tilni va oddiy malakalarni o'zlashtira olmaydigan telbalarni ham individ deb atay olamiz. Biroq bulardan faqat birinchisigina shaxs, ijtimoiy mavjudot hisoblanadi. Xuddi shu farqlarni ilmiy anglashimiz mavzuimizning dolzarbligi hisoblanadi.

**“Shaxs psixologiyasi” mavzusini o’rnatishda
“Aqliy hujum metodi”da foydalanish**

**• Kimlarni biz
shaxs deb atay
olamiz?**

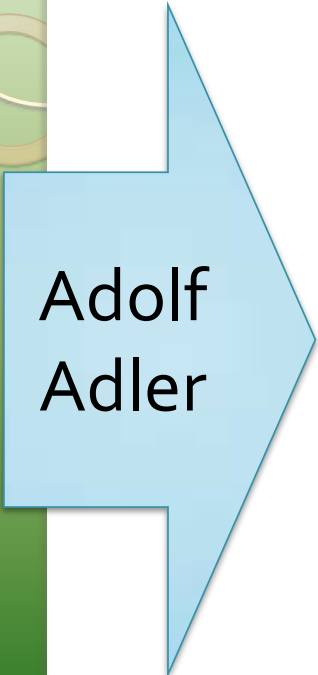
- 
- **Shaxs** (*yunoncha-persona so'zidan olingan bo'lib niqob ma'nosini bildiradi*) deb o'z-o'zini anglash qobiliyatiga, ijtimoiy tajribaga ega, tashqi olam va boshqa odamlar bilan mos muloqotda bo'la oladigan, turg'un ijtimoiy nuqtai nazarga ega biosotsial, muayyan jamiyat a'zosiga aytiladi.





ZIGMUND FREYD NAZARIYASI

Shaxs psixologik hayotining asosini jinsiy lazzat olishga qaratilgan tug'ma, ongsiz mayllar tashkil etadi.



Adolf
Adler

Shaxs psixologik hayotining asosini seksual mayl emas, balki ustunlikka, hokimiyatga, boshqa kishilar ustidan hukmronlik qilishga bo'lgan tabiiy mayl tashqil etadi.

G. Ollport ijtimoiy ustanovkaning uch komponentli tizimini:

A. Kognitiv komponent — ustanovka obyektiga aloqador bilimlar, g'oyalar, tushuncha va tasavvurlar majmui;

B. Affektiv komponent — ustanovka obyektiga nisbatan subyekt his qiladigan real hissiyotlar (simpatiya, antipatiya, loqaydlik kabi emosional munosabatlar);

V. Harakat komponenti — subyektning obyektga nisbatan real sharoitlarda amalga oshirishi mumkin bo'lgan harakatlari majmui (xulqda namoyon bo'lish).

Shaxs taraqqiyoti kosepsiyasi

Biogenetik kosepsiyaga ko'ra inson shaxsining taraqqiyoti biologik faktor, ya'ni nasliy faktor bilan belgilanadi.

Sosiogenetik kosepsiya shaxsning taraqqiyotini uning atrofidagi ijtimoiy muhitga bog'lab tushuntiradilar.



Mavzu: SHaxs nazariyalari

Vazifa: SHaxs nazariyasini ishlab chiqqan olimlar va ularning tadqiqotlari yo'nalishlarini aniqlang va ularni belgilang.

№	Tadqiqot yo'nalishlari	K.Levin	V.A.Yado	A.Adler	K.K. Platonov	Z.Freyd
1	O'z nazariyasini «psixologik maydon nazariyasi» deb atagan olim.	+				
2	Jamiyatda o'z rolini anglovchi, ishga layoqatli, yaroqli a'zosi shaxs deyiladi.				+	
3	SHaxs psixologik hayotining asosini seksual mayl emas, balki ustunlikka, hokimiyatga, boshqa kishilar ustidan hukmronlik qilishga bo'lgan tabiiy mayl tashkil etadi.			+		
4	Psixologiya fanida dispozitsiyalar nazariyasini ishlab chiqdi.		+			
5	«Dinamicheskaya teoriya lichnosti» («SHaxs dinamikasi nazariyasi»), «Prinsipy topologicheskoy psixologii» («Topologik psixologiya tamoyillari») asarlari muallifi	+				
6	SHaxs tuzilishi yo'nalganlik, ijtimoiy tajriba, psixologik aks ettirish, biologik shartlangan ost tuzilish shakllariga ega.				+	
7	Dispozitsion tamoyilni ishlab chiqishda hal qiluvchi qadam bo'lib, ehtiyojlarning ierarxik tarkibini aniqlash, ehtiyojlar va ularni qondirishdagi faoliyat shart-sharoitlarida paydo bo'luvchi dispozitsiyalarni aniqlab olish kerak bo'ladi		+			
8	SHaxs uni o'rab turgan predmetlar orasida rivojlanadi. har bir predmet ma'lum zaryad (valentlikka)ga ega, u shaxsning biror ehtiyojini faollashtiradi	+				

№	Tadqiqot yo'nalishlari	K.Levin	V.A.Yadov	A.Adler	K.K.	Z.Freyd
9	O'zaro bog'liq kvaziehtiyojlar energiya almashish xususiyatiga ega. Bu zaryadlangan tizimlar kommunikatsiyasidir.	+				
10	SHaxs psixologik hayotining asosini jinsiy lazzat olishga qaratilgan tug'ma, ongsiz mayllar tashkil etadi					+
11	Ehtiyojlarning o'zgarishi, zo'rishi nevrozga, kognitiv jarayonlar faollashishiga olib keladi.	+				
12	U shaxs tuzilishi va taraqqiyot dinamikasini esperimental o'rganishni yo'lga qo'yganidan tashqari, shaxs xulq-atvorining turli darajalarida sub'ektivlik yoki shaxsiylik tushunchasini kiritdi.	+				
13	Zaryadlangan tizimlar kommunikatsiyasi insonga nizolarni bartaraf etishga, egiluvchan bo'lishga, to'siqlarni engishga, murakkab vaziyatlardan chiqishga yordam beradi.	+				
14	O'z tadqiqotlarida ma'lum vaziyatlarda shaxsning xulq-atvor reaksiyalarini oldindan aytib bera olish mumkinligini aniqlashga harakat qildi		+			
15	Xulq-atvor bir vaqtning o'zida ham shaxs, ham psixologik maydon funksiyasidir.	+				
16	Agar, shaxs dispozitsiyalari ehtiyojlar va vaziyatlar to'qnashuviga bog'liq deb oladigan bo'lsak, demak dispozitsiyalar ham ma'lum ierarxik tuzilishga ega.		+			

14-18 to'g'ri javob - "a'lo"

9-13 to'g'ri javob - "yaxshi"

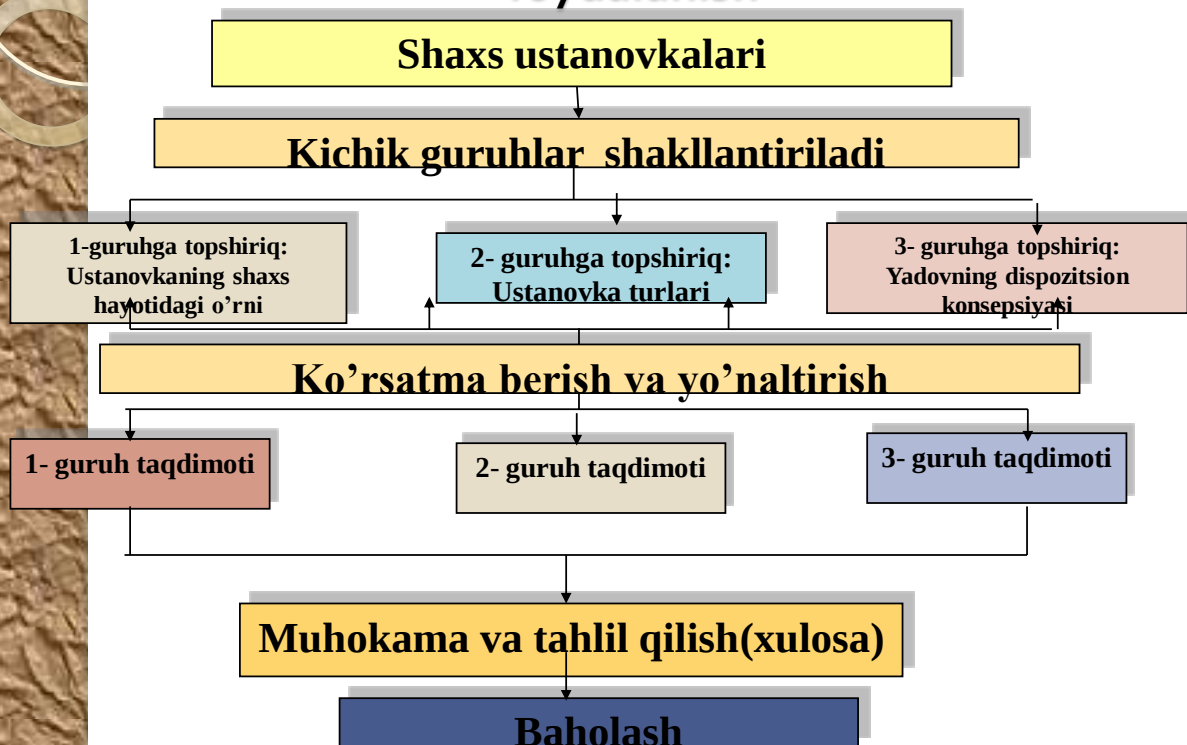
4-8 to'g'ri javob - "qoniqarli"

Shaxsning o'z-o'zini anglashi, o'z-o'zi baholashi, o'z-o'ziga hurmat va «Men» - konsepsiyasi

“ASSISMENT” TEXNIKASI

TEST	MUAMMOLI VAZIYAT
Shaxsning o'zi, o'z xulq-atvori xususiyatlari, jamiyatdagi mavqeini tasavvur qilishidan hosil bo'lgan obraz-bu ... A) “Referent” B)* “Men” S) “Ichki dialog” Refleksiya deb nimaga aytiladi? A)* Aynan o'ziga o'xshash odamlar obrazi orqali o'zi to'g'risidagi obrazni shakllantirish, jonlantirishi B) o'ziga nisbatan o'ta qiziquvchanlik, kim ekanligini bilish va anglashga intilish S) shaxs uchun etalon, ibratli hisoblangan insonlar guruhi	Siz darsingizni boshladingiz, auditoriyada tinchlik. SHu payt birdaniga bir talaba kulib yubordi. Siz unga hayrat va so'roq nigohi bilan qaraganingizda, u Sizga shunday dedi: “Siz menga juda kulguli ko'rinasiz, qachon Sizga qarasam kulgim keladi”. Siz unga qanday munosabat bildirasiz?
SIMPTOM	AMALIY KO'NIKMA
O'z-o'ziga baho nafaqat haqiqatga yaqin (adekvat), to'g'ri bo'lishi, balki u o'ta past yoki yuqori ham bo'lishi mumkin. Masalan: ...	O'z-o'ziga bahoning past bo'lishi hamda O'zi-o'ziga baho o'ta yuqori bo'lishiga sabab bo'luvchi omillarga sanab bering.

Shaxs psixologiyasi mavzusini o'tishda “Kichik guruhlarda ishlash” usulidan foydalanish



ТАҚДИМОТ

“ДИҚҚАТ” –билиш жараёни



ЎҚУВ ЭЛЕМЕНТИ:



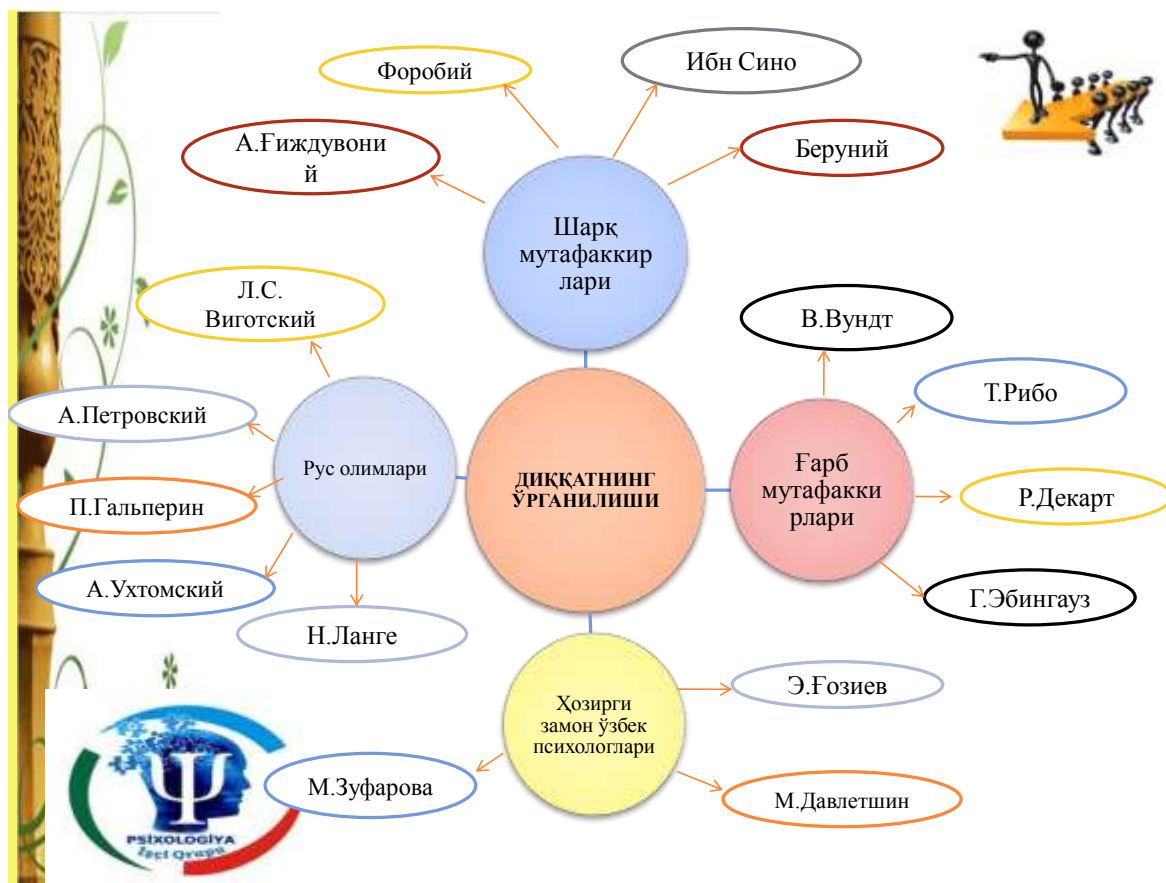
1. Диққат
психологик
категория сифатида

2. Диққатнинг нерв-
физиологик асослари

3. Диққатнинг
турлари

4. Диққатнинг
хусусиятлари





ДИҚҚАТГА ТАЪРИФЛАР



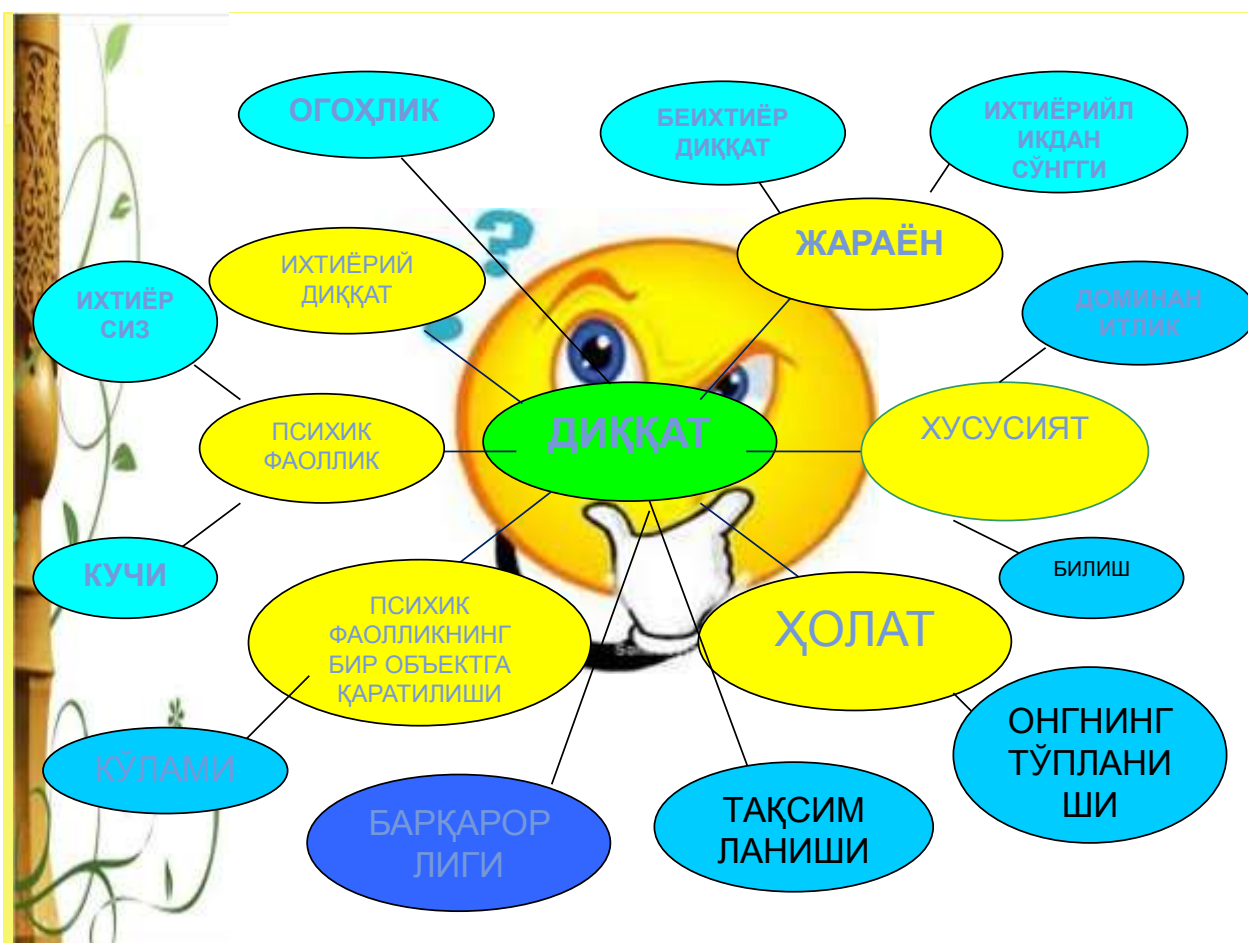
П.И.Иванов диққатга қуйидагича таъриф берган.

Диққат деб онгни бир нуқтага тўплаб, муайян бир объектга фаол қаратилишига айтилади.

А.Н.Леонтьев мулоҳазасига кўра, бу ориентир фаолияти эмас, чунки объектнинг пайдо бўлиши билан диққат ҳам намоён бўлади, объект йўқ бўлса, демак диққат ҳам бўлмайди, деб таъкидлайди.



Талабаларда диққат тўғрисидаги тасаввурларни шакллантириш, мустаҳкамлаш ва уларнинг бу ҳақдаги фикрларини кенгайтириш мақсадида кластер методидан фойдаландик. Гуруҳга “Диққат” тушунчаси бўйича кластер тузиш топшириғи берилди. Улар тузган кластер қуйидаги кўринишга эга.



Диққатнинг нерв-физиологик асосларини ўрганган олимлар



И.П.ПАВЛОВ ВА А.А.УХТОМСКИЙ ЛАР
ДИҚҚАТНИНГ ФИЗИОЛОГИК АСОСЛАРИ
БЎЙИЧА ТАДҚИҚОТЛАР ОЛИБ БОРГАН.
А.А.УХТОМСКИЙ ФИКРИЧА ДОМИНАНТЛИК
ТАМОЙИЛИ ҲАМ ДИҚҚАТНИНГ ФИЗИОЛОГИК
АСОСЛАРИНИ АНИҚЛАШ УЧУН КАТТА
АҲАМИЯТГА ЭГА.



ПАВЛОВ ИВАН
ПЕТРОВИЧ
(1849-1936)



УХТОМСКИЙ
АЛЕКСЕЙ
АЛЕКСЕЕВИЧ
(1875-1942)

Доминантлик тамойилига мувофиқ миёда қўзғалишнинг ҳар доим устун турадиган ҳукмрон ўчоги мавжуд бўлади, бу ҳукмрон қўзғалиш ўчоги айнан шу дамда миёга таъсир қилиб, унда юзага келаётган ҳамма қўзғалишларни қандайдир равишда ўзига тортиб олади ва бунинг натижасида бошқа қўзғалишларга нисбатан унинг ҳукмронлиги янада ошиб боради. Нерв тизими фаолиятининг табиати қўзғалишнинг ҳукмрон бўлиши ёки доминантнинг мавжудлиги билан асосланади.



ДИҚҚАТНИНГ ТУРЛАРИНИ ЧУҚУРРОҚ ЎРГАНИШ ВА БУ БЎЙИЧА ОЛИНГАН БИЛИМЛАРНИ МУСТАҲКАМЛАШ УЧУН

“ЧАРХПАЛАК” ТЕХНОЛОГИЯСИДАН

ФОЙДАЛАНДИК.



БУНИНГ УЧУН УЧТА БИР ХИЛ МЕТОДИК МАТЕРИАЛ
ТАЙЁРЛАНДИ

У ГУРУҲЛАРГА ТАРҚАТИЛДИ.



КЎРСАТИЛГАН ХУСУСИЯТЛАР ДИҚҚАТНИНГ ҚАЙСИ ТУРИГА
ТААЛЛУҚЛИ ЭКАНЛИГИНИ БЕЛГИЛАБ ЧИҚИШДИ.

ҲАР БИР ГУРУҲ ЎЗ ГУРУҲИНИНГ
НОМИ ВА БЕЛГИЛАРИ БИЛАН
БЕЛГИЛАДИЛАР.

+ * √

ЧАРХПАЛАК ТЕХНОЛОГИЯСИ



№	Диққат турларининг намоён бўлиши	Ихти ёрий	Ихти ёр сиз	Ихти ёрийдан кейинги
1.	МАҚСАДСИЗ, РЕЖАСИЗ			
2.	МАҚСАД АСОСИДА			
3.	ИРОДАВИЙ КУЧ ЁРДАМИДА			
4.	ҚИЗИҚИШ			
5.	ИРОДАВИЙ ЗЎР БЕРИШНИ ТАЛАБ ҚИЛМАЙДИ			
6.	БЕИХТИЁР			
7.	ИХТИЁРЛИ			
8.	МАРОҚЛИ			
9.	ҚИЙИНЧИЛИКЛАР ЕНГИШ			
10.	ДИҚҚАТНИ ТЎПЛАШ			
11.	АВВАЛ ИХТИЁРИЙ, СЎНГ ИХТИЁРСИЗ			

Диққатнинг қуйидаги турлари мавжуд:

Ихтиёрсиз диққат деб тўсатдан таъсир қилган бирор сабаб туфайли бизнинг ҳоҳишимиздан таиқари ҳосил бўладиган диққатга айтилади.

Ихтиёрий диққат деб, олдиндан белгиланган қатъий бир мақсад асосида ва онгли равишда диққатимизни маълум бир нарса ва ҳодисаларга қаратишимизга айтилади.

Ихтиёрийдан сўнгги диққат агар мақсадга қаратилган фаолиятда шахс учун диққатнинг ихтиёрий тўпланганидаги каби фақат фаолият натижаси эмас, балки унинг мазмуни ва жараёнинг ўзи қизиқарли ва аҳамиятли бўлан диққатга айтилади.

ДИҚҚАТНИНГ АСОСИЙ ХУСУСИЯТЛАРИ

Диққатнинг маълум вақт оралиғида сақланиши диққатнинг барқарорлиғи деб аталади

Диққатнинг қисқа вақт оралиғида бир неча объектни идрок этиши хусусияти эса унинг кўлами дейилади

Диққатни бир вақтнинг ўзида бир неча объектларга йўналиши ва назорат олиб бориши ҳамда баъзан аксинча бир неча фаолиятдан битта фаолиятга диққатни тўплашига тақсимланиши дейилади

Диққатнинг тўпланиши деганда онг бирон бир объектга тўпланиши ва йўналиши тушунилиб, унда фаолиятни бошқа чет таъсирларга чалғишига йўл қўйилмайди

Диққатнинг бир объектдан иккинчи бир объектга ўтиши диққатнинг кўчиши деб аталади

Паришонхотирлик



Диққатнинг хусусиятлари ҳақида билимларни чуқурроқ эгаллаш, мустаҳкамлаш учун “БУМЕРАНГ” технологиясидан фойдаландик. Бунда гуруҳ 3 та кичик гуруҳга бўлинди ва уларга диққат хусусиятлари бўйича матн берилди. Талабалар ўз гуруҳида матнни ўрганишди. Матнни ўргатиш учун бошқа гуруҳга ўз вакилини юборишди. Ўзларининг гуруҳларига қайтгач учта матн бўйича фикр алмашадилар. Ўқитувчи томонидан тузилган саволлар асосида гуруҳлар баҳоланади.

Тоифалаш жадвали: Диққатнинг хусусиятлари



№	Диққат хусусиятлари	Қисқача характеристикаси
1	Таксимланиши	
2	Баркарорлиги	
3	Кулами	
4	Кучи	
5	Кучувчанлиги	
6	Паришонхотирлик	



Диққатнинг қонунлари



Қайтарув қонуни

Сайлов олди жаарёнларида номзодлар ўзларининг фотосуратлари ёки сиёсий партиялари ҳақидаги маълумотларни ҳар бир маҳалла ва катта кўчаларга иладиларки, шу орқали кўпчиликнинг диққатини ўзларига жалб қиладилар.

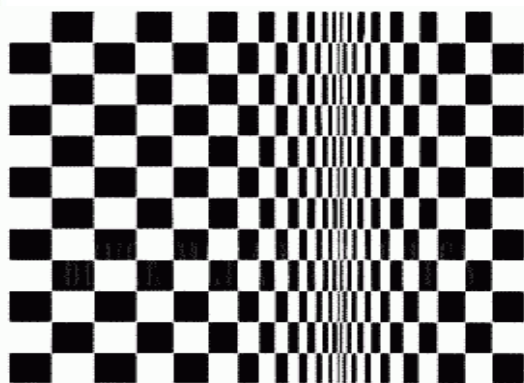
Янгилик қонуни.

Дўстингиз устидаги янги костюм ўзгаларга ва сизнинг диққатингизни ўзиги тортмай қўймайди.

Оммавий таъсирланиш қонуни.

Машҳур шахсларининг кузмунчоқлари, қимматбаҳо буюмларининг аукционга қўйилиши кўпчиликнинг диққатини ўзига тартади.

ТАКЛИФ ВА ХУЛОСА ЛАР



Ўқувчи қаттиқ руҳий зўриқиш яъни, стресс ҳолатида бунинг оқибатида у дарсларга безътибор лоқайд, шунинг учун ўқувчига мактаб психологи томонидан паришонхотирлик ташхиси қўйилган.

Савол: Бундай ҳолатда синф раҳбари ва ўқитувчилар вазиятга қандай ижобий ечим топиши мумкин?

Оилада кўп фарзандлилик, талабага дарс қилиш имкониятлари кам, чунки талаба шартнома асосида ўқийди. Контракт тўлаш учун ишлайди. Натижада диққат тарқоқлиги учун ўқишни ўзлаштира олмаяпти. Шу сабабли талабани ўқишдан четлаштирмоқчи.

Савол: Бундай ҳолатда гуруҳ раҳбари ва ўқитувчилар, психологлар бу вазиятга қандай ижобий ечим топиши мумкин?

Мавзу: Xayol va sezgi.

Tayyorladi: Tursunov M. (TATU 3-02 gr.)

• Insonning bilish jarayonlarida xayol yoki fantaziya katta ahamiyatga ega. Xayol sezgi, idrok, tafakkur jarayonlari bilan uzviy bog'liq bo'lib, borliqni yangi bo'yoqlarda, o'z xohishi, istagi, tasavvuri shaqlida aks ettirishidir. Ko'rgan, eshitgan, qisqasi o'z tajribasidan o'tkazgan narsa hodisalarni ko'z oldiga keltirish - qayta tiklovchi, o'z istagi xohishi asosida yangi obrazlar yaratib tasavvur qilish - ijodiy xayol shaqlida bo'ladi. Ijodiy xayol - fantaziya deb ham aytiladi. (Shoir, yozuvchi, ixtirochi - konstruktor uchun zarur sifatlar).

- Xayoliy yoki yangi obraz yaratishning bir necha usullari bor: 1) agglyu-tinasiya - yelimlash, bir necha obrazdan yangi obraz yaratish - masalan - suv parisi, kentavr, uchar ot - pegas va hokazo fantastik obrazlarni yaratish. 2) giperbolizasiya - bo'rttirish yoki kichraytirish (Gulliver sarguzashtlarini eslang), 3) qayd etish-narsa va hodisalarning eng muhim belgilariga diqqatni jalb qilish. (O'rtoqlik hazili, sharj). Bulardan tashqari tipiklashtirish, orzu xayol (uchar gilam - samolyot), qayd etish, tipiklashtirish shaqlida ham bo'ladi.



Ijodiy xayol ijodkor-ixtirochi uchun, yozuvchi yoki rassom uchun juda zarurdir. Ijodkor o'z boshidan kechirgani, bilgani doirasidan vaqt va fazo jihatidan ilgarilab ketadi.

- **Sezgilar.** Tevarak atrofdagi olamning boyligi haqida, tovushlar va ranglar, hidlar va harorat, miqdor va boshqa ko'plab narsalar to'g'risida biz sezgi a'zolari vositachiligida axborotlarga ega bo'lamiz. Sezgi deb sezgi a'zolarimizga bevosita ta'sir etib turgan narsa yoki hodisalarning ayrim sifat va xossalarning ongimizda aks ettirilishiga aytamiz. Biz turli ranglarni, ta'mlarni, og'ir-yengilni, issiq-sovuqni, tovushlarni sezamiz. Sezgi a'zolari axborotni qabul qilib oladi, saralaydi, jamlaydi va miyaga yetkazib beradi.
- Sezgi a'zolari tashqi olamning kishi ongiga kirib keladigan yagona yo'lidir. Sezgi a'zolari kishiga tevarak atrofdagi olamda mo'ljal olish imkonini beradi.

ТАҚДИМОТ

■ МАВЗУ: ТАФАККУР

Мавзунинг долзарблиги:

- Бугунги кунда, психология ва умуман ижтимоий фаолият билан шуғулланувчи фанларнинг асосий вазифаси – баркамол авлод тарбиясини таъминловчи барча маънавий, рухий ва инсоний муносабатлар моҳиятини таҳлил қилиш, уларни бошқаришнинг энг самарали усуллари ҳаётга татбиқ этишдир. Бу ўринда, айниқса ижтимоий тафаккурнинг, янгича дунёқараш ва муносабатларнинг шаклланишини, инсоннинг ўзига ва ўзгаларга таъсир этишининг механизмларини ўрганиш энг долзарб масалалардан биридир.
- Мамлакатимиз олий таълим муассасаларида “Умумий психология” фанини ўқитиш жараёнида инновацион технологиялар ва ахборот коммуникация технологияларини таълим тизимига тадбиқ этишда илғор хорижий тажрибаларни қўллаш бугунги куннинг долзарб масалаларидан бири ҳисобланади.

Тафаккур деб нарсa ва ҳодисалар ўртасидаги энг муҳим боғланишлар ва муносабатларнинг онгимизда акс эттирилишига айтилади.

“Тафаккур инсоннинг шундай ақлий фаолиятидирки, бу фаолият воқеликни энг аниқ, тўлиқ, чуқур ва умумлаштириб акс эттиришига (билишига), инсонни тагин ҳам оқилона амалий фаолият билан шугулланишига имкон беради”

(П.И.Иванов)

«Тафаккур воқеликнинг умумлашган ҳолда ва сўз ҳамда ўтмиш тажриба воситаларида акс эттирилиши»

(М.В.Гамезо)

«Тафаккур – ижтимоий сабабий, нутқ билан чамбарчас боғлиқ муҳим бир янгилик қидириш ва очишдан иборат психик жараёндир, бошқача қилиб айтганда, тафаккур воқеликни анализ ва синтез қилиш, уни бавосита ва умумлаштириб акс эттириш жараёнидир»

(А.В.Петровский)

- **М.Г.Давлетшин** ўқувчиларда мустақил фикр, ижодий тафаккурнинг ривожланиши муаммосига эътибор қаратган.
- **Э.Ғозиев** инсон тафаккурининг онтогенезда ривожланиши ва тафаккур турлари ҳақида фикр юритиб ўсмирлик даври ижодий тафаккурнинг тараққий этиш учун қулай имкониятларга эга эканлигини кўрсатиб ўтган.
- **В.М.Каримова** ўзининг қатор мақола ва рисолаларида шахснинг жамиятдаги мавқеи ва ундаги юксак инсоний фазилатларнинг фикрлаш жараёнидаги мустақил мавқеига боғлиқлигига жамоатчилик диққатини қаратди.
- **З.Т.Нишанова** томонидан ўқувчиларда тафаккур ва мустақил ижодий фикрлашнинг ёшга боғлиқ ривожланиши масалалари борасида бир қатор фикрлар келтирилган.

- ◎ Тафаккур инсон ақлий фаолиятининг юксак шаклидир. Тафаккур орқали биз сезги аъзоларимиз билан бевосита акс эттириб бўлмайдиган нарса ва ҳодисаларни онгимизда акс эттирамыз. Умуман олганда ташқи муҳитдаги нарса ва ҳодисалар ўртасида кўз билан кўриб, қулоқ билан эшитиб бўлмайдиган ички муносабатлар ҳамда қонуниятлар мавжуд. Ана шу ички боғланиш ҳамда қонуниятларни биз тафаккур орқали билиб оламиз.

- Тафаккур жараёни инсоннинг билишга бўлган эҳтиёжлари, теварак-атрофдаги олам ва турмуш тўғрисидаги ўз билимларини кенгайтиришга ва чуқурлаштиришга интилиш сабабли вужудга келади. Фикр қилувчи кишининг тафаккури-объектни англаши, билиши тафаккур жараёнининг характерли хусусиятидир. Одам ўзи идрок қилаётган нарсалар тўғрисида фикр қилади. Шунинг учун тушунчалар нарсаларнинг бутун бир синфи, туркуми тўғрисида фикр қилади, яъни булар тафаккурнинг объекти бўлади. Бир нарсага таянмаган қуруқдан қуруқ тафаккур бўлиши мумкин эмас.

Тафаккур жараёнлари (операциялари)

- *анализ;*
- *синтез;*
- *таққослаш;*
- *абстракциялаш;*
- *умумлаштириш;*
- *таснифлаш;*
- *тизимга солиш.*



Тафаккур турлари
Шаклига кўра: *кўргазмали-ҳаракат, кўргазмали-образли.*

Топшириқ харақтерига кўра: *назарий, амалий, ихтиёрсиз, ихтиёрий.*

Фикр ёйиқлигига кўра: *конкрет, абстракт, реалистик, аутистик интуитив, дискурсив.*

Фикрнинг оригиналик даражасига кўра: *репродуктив, продуктив, ижодий, визуал, фазовий.*

Э.Ғозиев

Б.Блум таксономияси бўйича ўқув мақсадлари таксономияси

- **1. Билиш** – ўрганилаётган материални эслаб қолиш ва қайта тиклаш.
- **Талаба** фойдаланилаётган атамаларни; аниқ далилларни; метод ва иш тартибини, асосий тушунча, қоида ва йўлларни **билиди**.
- **2. Тушуниш** – материални бир шаклдан бошқасида ифодалашга ўзгариши талабани материални изоҳлаши (тушунтириши, қисқа баён қилиш);
- **Талаба:** далилларни, қоида ва принципларни тушунади; схема, график, диаграммаларни изоҳлайди; оғзаки материални математик ифодалашларга ўзгартиради.
- **3.Қўллаш** – ўрганган материални аниқ шароит ва янги вазиятларда қўллай олиши
- **Талаба:** қонун, назарияларни аниқ амалий вазиятларда қўллайди, метод ва иш тартибини тўғри қўллашни намойиш этади, тушунчаларни ва принципларни янги вазиятларда қўллайди.

Хайвонлардаги кўникмалар ва интеллектуал ҳаракатларнинг қиёсий тавсифи Т Жадвал

Имкониятлари	камчиликлари
Айрим нарсалар ўртасида мураккаб муносабатларни акс эттириши	Фикрларни нутқий ифодалай олмайди
Кўникмалар таркиб топиши ҳамда ҳаракат шакллари вужудга келиши учун бошқа хайвонларга қараганда кўпроқ имкониятларга эга	Интеллектуал ҳатти ҳаракатлар хайвонлар феъл атворида асосий ўрин тутмайди.
Икки, уч фазали вазифаларни бажара олиши	Интеллектуал ҳатти ҳаракатлар хайвонларнинг бирдан иккинчисига ўтмайди
Бошланғич абстракция қобилиятларининг борлиги	Интеллектуал ҳатти ҳаракатлар шаклланган вазият шароитлари билан чегараланган

- **4.Таҳлил** – материални шундай таркибларга бўлиш керакки, бунда уни тузилиши аниқ кўринсин
- **Талаба:** ёпиқ (аниқланмаган) тахминларни ажратади, хулосалар мантиғидаги хатолик ва тушиб қолдиришларни кўради, далил ва оқибатлар ўртасида фарқларни ўтказади, маълумотларни аҳамиятлилигини баҳолайди.
- **5. Синтез** – Янгиликка эга бўлган, умумийликни олиш, элементларни умумлаштира олиши
- **Талаба:** ижодий ишлар ёзади, тажрибани ўтказиш режасини таклиф қилади, у ёки бошқа муаммони ечиш режасини тузиш учун, турли соҳадаги билимларни қўллайди.
- **6. Баҳолаш-** Аниқ мақсад учун у ёки бошқа материал (тасдиқлар, тадқиқот, изланувчилик маълумот) аҳамиятини баҳолай олиши
- **Талаба:** материални мантиқий тузилишини ёзма матн кўринишида баҳолайди, хулосаларни эга бўлган маълумотларга мувофиқлигини баҳолайди, у ёки бу фаолият маҳсули аҳамиятини ташқи мезонлардан келиб чиқиб баҳолайди.



Тафаккурнинг қуйидаги сифатлари ажратиб кўрсатилади:

- *Мазмундорлиги;*
- *Мустақиллик;*
- *Эпчиллик;*
- *Самарадорлиги,*
- *Фикрнинг кенглиги,*
- *Тезлиги;*
- *Чуқурлиги.*

Кластер



ВЕНН ДИАГРАММАСИ



ТАҚДИМОТ

Мавзу: Темперамент, характер, қобилият



Psixologiya fani biz uchun eng
zarur sohalardan biri.
Psixologiyani o`rganish, hayotni,
insonni o`rganish degani.
Rahbarlik qilmoqchi ekansiz,
yetakchi bo`lib insonlarga
ko`rsatma bermoqchi ekansiz,
oldin ularning psixologiyasini har
tamonlama o`rganishingiz kerak
Karimov I.A.

Inson uning huquqi va erkinliklari oliy
qadriyat. T-14. 2006 121-bet

O`quv elementlari.

- 1.Shaxsning individual psixologik xususiyatlari.
- 2.Psixologiyada xarakter muammosi, tuzilishi, xislatlari.
- 3.Qobiliyat to'g'risida tushuncha, turlari, shakllantirish omillari.
- 4.Temperament va faoliyat uslubi, tiplari.

Shaxsning individual psixologik xususiyatlari



Qobilyat

Xarakter

Temperament

XARAKTER

Jamiyat aʼzosi boʻlgan kishining voqelikka boʻlgan munosabatida vujudga keladigan va uning xulq-atvori hamda hatti-harakatida taʼsir qoldiradigan muhim, barqaror psixik xususiyatlarning majmui **xarakter** deyiladi.

Maʼlumki har bir odam har qanday boshqa odamdan oʻzining individual xususiyatlari bialan ajralib turadi. Hayotda bunday farqlar kishining xarakteri bilan bogʻliq deb tushuntiriladi.
«**Xarakter**» - grekcha soʻzdan olingan boʻlib, aynan tarjima qilganda "bosilgan **tamgʻa**", "**muhr**" maʼnosini anglatadi.

Psixologiyada xarakterning quyidagi tizimi eʼtirof etiladi:

- mehnatsevarlik, mehnatkashlik, tashabbuskorlik, ishga layoqat, ishga qobillik, maʼsuliyat, dangasalik, qoʻnimsizlik va boshqalar.

1. **Mehnat faoliyatida namoyon boʻladigan xususiyatlar**

2. **Insonlarga nisbatan boʻlgan munosabatlarda namoyon boʻladigan**

- odoblilik, mehribonlik, takt, jonsaraklik, dilgirlik, muloqatga kirishuvchanlik, altruizm, gʻamhoʻrlik, rahm-shafqat va boshqalar.

3. **Oʻz-oʻzining munosabatiga aloqador tavsifiy sifatlar**

Narsalar va hodisalarga munosabatlar da namoyon boʻladigan xususiyatlar

- kamtarlik, kamsuqumlilik, magʻrurlik, oʻziga bino qoʻyish, oʻz-oʻzini tanqid, ibo, sharmu-hayo, manmansirash, va boshqalar.

- tartiblilik, oqillik, saranjom-sarishtalik, ziqnalik, tejamkorlik, pokizalik va boshqalar.

QOBILYAT

*Qobiliyat deb, shaxsning muayyan faoliyat turini muvaffaqiyatli bajarishga bo'lgan layoqat darajasini ifodalaydigan, turmush jarayonida hosil qilingan individual xususiyatlar yig'indisiga aytiladi. Qobiliyatlar bilim, ko'nikma, malaka oltirish xususiyatiga bog'liq bo'ladi.



Qobiliyatlar umumiy va maxsus bo'ladi.

Umumiy qobiliyatlar mavjud bo'lganda kishi faoliyatning turli xillari bilan muvaffaqiyatli shug'ullana oladi

umumiy bilimdonlik, hayotiy maqsadlar, nutq qobiliyatlari, tirishqoqlik, chidam, qiziquvchanlik

Maxsus qobiliyatlar kishiga qandaydir bir muayyan faoliyat bilan muvaffaqiyatli shug'ullanish imkoniyatini beradi.

Masalan, matematik, texnikaviy, adabiy, musiqiy, tasviriy va boshqa qobiliyatlar bo'ladi.



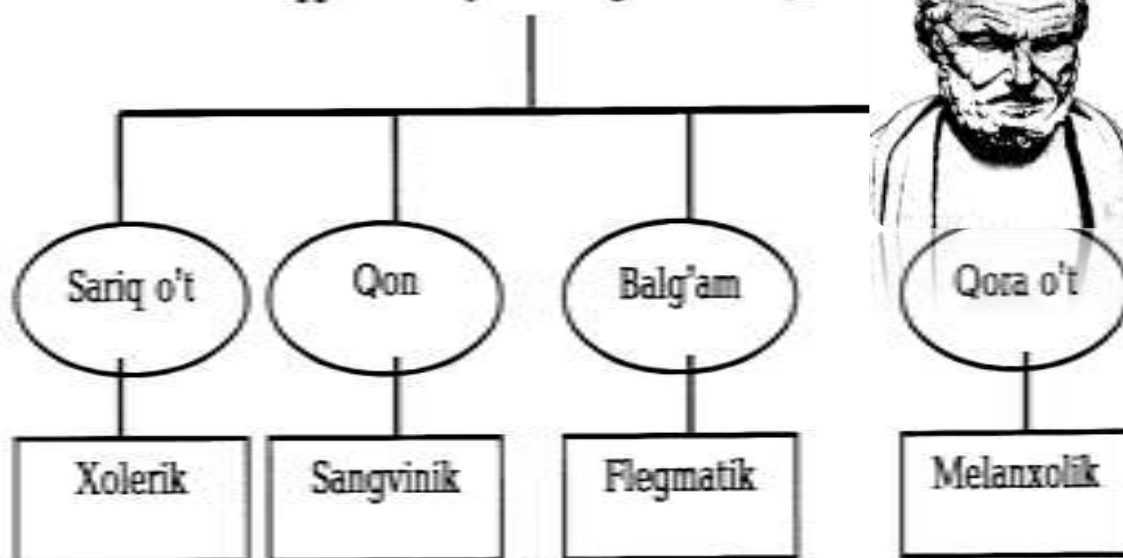


Temperament lotincha «temperamentum» degan soʻzdan olingan boʻlib, uning maʼnosi «aralashma» demakdir.

Temperament - shaxs faoliyati va xulqining dinamik (oʻzgaruvchan) va emotsional-hissiy tomonlarini xarakterlovchi individual xususiyatlar majmuidir. Temperament – insonning turli vaziyatlarda narsa, hodisa, holatlar va insonlarning xatti-harakatlariga nisbatan **reaksiyasini** tushuntirib beruvchi xususiyatlari majmuidir.



Gippokrat boʻyicha temperament tiplari:



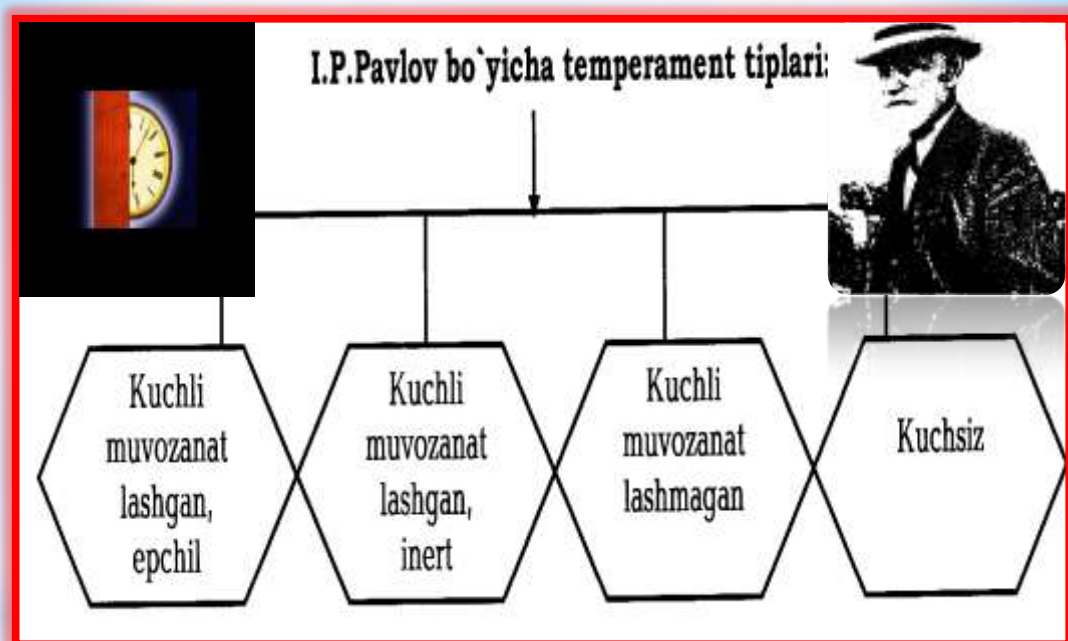
*** Organizmdagi suyuqliklarning turlicha nisbatda bo'lishi**

Jahon madaniyatiga ulkan xissa qo'shgan buyuk mutafakkir **Abu Ali ibn Sino** u Gippokratning temperament haqidagi ta'limotini chuqur o'rgandi «**mijoz**» haqidagi ta'limotini ishlab chiqdi.

Ibn Sino «mijoz» organizmning ruhiy va jismoniy barqarorligini ko'rsatadigan ta'sirlarga javobidir deb ko'rsatdi. U organizmni tashqi ta'sirlarni qabul qilishi va unga javob reaksiyasini berishida mijozni turlichaya'ni issiq, sovuq, quruq, nam, kuchli va kuchsiz paydo bo'lishini aniqladi. Odamning rangi, qonning miqdari, quyuq va suyuqligiga bog'liqligini aytgan.



(980-1037)
Abu Ali ibn Sino



*** Nerv sistemasining qo'zg'alish va tormozlanish**

***Shaxsning individual psixologik xususiyatlari
nimani tushunasiz va bizga hayotda nima beradi.***

Muammoli savol beriladi

Turli fikrlar bildiriladi

Fikr-mulohazalar tinglanadi

Fikr-mulohazalar tahlil qilinadi

Aniq maqbul yechim tanlab olinadi

**Shaxsning individual psixologik xususiyatlarini
o`rganish bizga hayotda nima beradi.**

Kutiladigan natija

Mustaqil mantiqiy
fikrlash qobiliyatini
rivojlantirish

Bir necha
yechimlarni topish
imkoniyatini beradi

Mustaqil hayotga
tayyorlayda.

AJURLI ARRA

XARAKTER

QOBILYAT

TEMPERAMENT

Kutiladigan natija

Talabalar hamkorlikda
ishlashga o'rgatadi

Bir necha
yechimlarni topish
imkoniyatini beradi

Qisqa vaqt ichida katta
hajmdagi axborotlarni
o'zlashtirish imkonini
beradi

“Charxpalak” texnologiyasi.XARAKTER

Namoyon bo'ladigan xarakterologik xususiyatlar		Psixologiyada xarakterning shakllanish tizimi			
		Mehnatga	Insonlarga	O'z-o'ziga	Narsa va xodisalarga
1	Odoblilik, rahm-shafqat				
2	Mehnatsevarlik				
3	Manmansirash				
4	Kamtarlik, kamsuqumlilik				
5	Tartiblilik, oqillik				
6	Tashabbuskorlik				
7	Mehribonlik				
8	O'z-o'zini tanqid				
9	Saranjom-sarishtalik				
10	Jonsaraklik				
11	Ziqnalik				
12	Ishga layoqat				
13	Tejamkorlik				
14	Mag'rurlik, o'ziga bino qo'yish				
15	Altruizm, g'amho'rlik				
16	Ishga qobillik, ma'suliyat				
17	Pokizalik				
18	Dangasalik, qo'nimsizlik				
19	Muloqatga kirishuvchanlik				
20	Ibo. sharmu-havo				

“Charxpalak” texnologiyasi.TEMPERAMENT

	Namoyon bo'ladigan xususiyatlar	Psixologiyada temperament tiplari			
		X	S	F	M
1	Jonsarak tartibsiz				
2	Quvnoq va xayotsevar				
3	Og'ir-bosiq				
4	Uyatchan va tortinchoq				
5	Hamma narsani o'ziga qabul qiladigan				
6	Tezkor va ishchan				
7	Moslashuvchan, tartibli				
8	O'z kuchiga ishonmaydigan				
9	Shoshqaloq				
10	Boshlagan ishini nihoyasiga etkazmaydigan				
11	Ehtiyotkor va mulohazali				
12	Yangi odamlar bilan muloqotga kirishishga qiynaladigan.				
13	Kishilar bilan muloqotda keskin va to'g'ri				
14	O'zini yuqori baholashga moyil				
15	Sabrli				
16	O'ziga ishonmaydigan				
17	Dadil va faol				
18	Yangilikni tez qabul qiladi.				
19	Kamgap ko'p gapirishni yoqtirmaydi.				
20	Yolg'izlikka oson ko'nikadi.				

Флегматик



Меланхолик

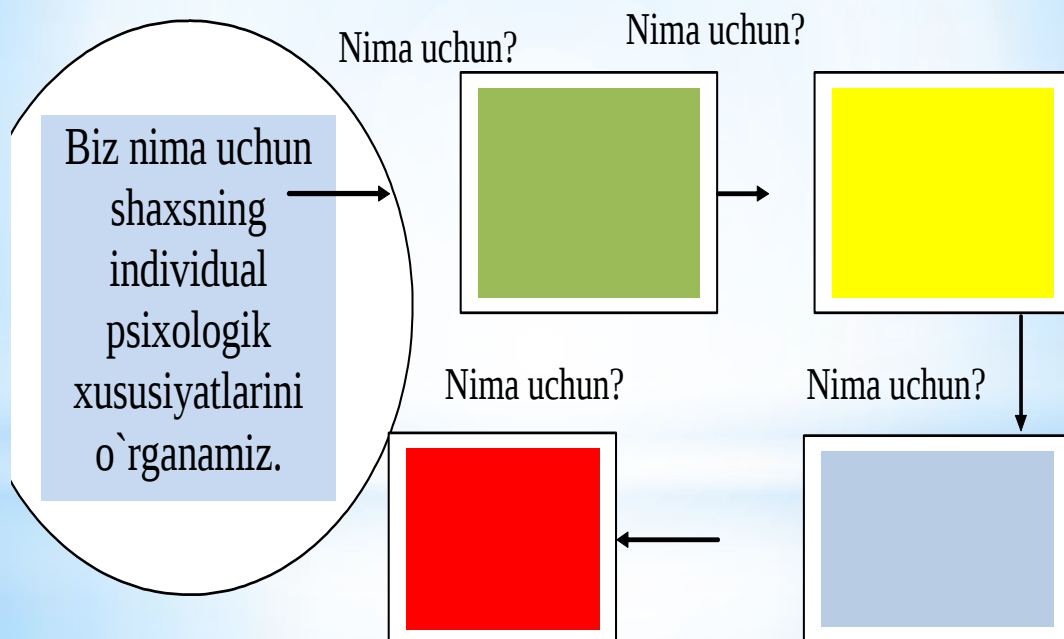


Холерик



Сангвиник

«Nima uchun» sxemasi



XULOSA

Xulosa qilib aytadigan bo'lsak, zamonaviy pedagogik texnologiya usullarni ta'lim jarayonida qo'llash talabalarda ijodkorlik, faollik, mustaqil izlanish, muomila va muloqotga kirishish, guruh bo'lib jipslikda, hamkorlikda ishlash, talabalarni ko'nikmalarini shakllantirishga xizmat qiladi va talabalarni o'z ustida ishlashga o'rgatadi hamda o'zining ijobiy psixologik xususiyatlari shakllanishiga olib keladi.

GLOSSARIY

ABSTRAKTSIYA - (lot, abstractio- mavxumlashtirish) - narsalarning o'ziga xos belgi va xususiyatlarini, ular o'rtasidagi bog'lanishlarni, narsalarning muhim belgi va xususiyatlarini ajiratib olishga qaratilgan fikrlash operatsiyasi.

ABULIYA - (yunon, abule - irodani inkor etmoq) - eng oddiy, osongina masalalar bo'yicha ham ma'lum qarorga kelish qobiliyati yo'qligida namoyon bo'ladigan o'ta irodasizlik.

AVTOMATIZM - (yunon, aufmafs - o'z-o'zidan sodir bo'ladigan)- ixtiyorisiz yoki anglanmagan holda amalga oshiriladigan harakatdir.

AVIATSIYA PSIXOLOGIYASI - (lot. avis - qush - yunon rsysche - ruh logos -tushuncha, ta'limot)-psixologiya tarmog'i bo'lib, uchuvchilar shaxsi va turli uchish faoliyatining psixik xususiyatlarini o'rganadi.

AVTOMATLASHTIRISH - (yunon. Aufmafs - o'z-o'zidan sodir bo'ladigan) -mashq qilish orqali turli malakalarni shakllantirish jarayoni.

AGGLYUTINATSIYA - (lot. agglutinare - yopishtirmoq elimlamoq) - mavjud obraz va tasavvur qismlarning bir-biriga «yopishtirib» qo'shish asosida yangi obrazlarni yaratishdan iborat xayol faoliyati. Mas, suv parisi obrazi.

AGRAFIYA -(yunon. A - inkor yuklamasi, grah' -yozaman) - nutqdagi turli buzilishlar natijasida yozuvning izdan chiqishi. A. da odam yozish qobiliyatini butunlay yo'qotadi yoki so'zlarda xarflarni tushurib qoldiradi, xarflarni qo'sha olmaydi. A. katta odamlarda bosh miya po'sti faoliyatining buzulishi natijasida ro'y bersa, bolalarda u duduqlik natijasida kelib chiqadi.

AGROZIYA - idrokning buzilishi A.miyaning ma'lum bir jarohatlanishida sodir bo'ladi. (ko'rish A. si, eshitish A.si tuyush A. si.).

ADAPTATSIYA - (lot. adattare - moslashtirmoq) - sezgi a'zolarining qo'zg'ovchi kuchiga moslashuvi natijasida muayyan sezgirlikning o'zgarishi A. hodisalarida sezgirlik ortirishi hamda kamayishi mumkin; kuchli ta'sirotdan kuchsiz ta'sirotda o'tganda sezgirlik asta-sekin ortib boradi; ta'sirotda kuchayganda esa, sezgirlik aksincha kamayib boradi. A. qonuniyati barcha sezgilarga xosdir. (ko'ruv A.si, eshitish A.si, teri A.si)

ADYEKVATLIK - (lot. adeqvatus - tenglashtirilgan) - teng, o'xshash, muvofiq kelmoq. Mas., javoblarning adekvatlik va h.k.

AKKOMADATSIYA - (yunon. akk'm'dati' - moslashish) - ko'zning turli masofadagi narsalarni ko'rishga moslashuvi. Ko'z gavharining o'zgarishi natijasida sodir bo'ladi.

AKMYEOLOGIYA - (yunon. akme - yuksak pog'ona, ziyraklik, yuqori, l'g's -tushuncha, tahlilot) - tibbiyot, ishtimoiy va tabiiy fanlarning tutashuvida maydonga kelib, fenomenologiyani, inson taraqqiyotining qonuniyat va mexanizmlarini, insonning kamolotga erishish pog'onasida uning bu taraqqiyoti ancha yuqori darajaga erishuvini o'rganidigan fan.

AMNYEZITSIYA - (lot. a-inkor etish, mnesus - xotira) - miyaning turli qismlari jarohatlanishi natijasida xotiraning yo'qolish holati.

AMALIY TAFAKKUR - ko'pincha vaqt tanqisligi sharoitida yuzaga keladigan va xatti-harakatlarni maqsadini aniqlash; reja, loyihalarini ishlab chiqish bilan bog'liq.

ANALITIK PSIXOLOGIYA - psixologiyadagi oqim, unga 1913 yili K.G. Yung asos solgan u psixikani idealistik talqin etib, ong bilan g'ayrushuuriylikning o'zaro kompensatsiyasiga asolangan o'z-o'zini boshqaruvchi sistema deb qaraydi; shunga ko'ra ong va g'ayrushuuriylik integratsiyasi shaxsning bir butunlikka erishishi individuallashtirish yo'lidir. A.p. psixopatologiya va psixoterapiya, shuningdek, falsafa, antropologiya, madaniyat tarixi, etnologiya, mifologiya va b. fanlar bilan bog'liq va ularga tahsir ko'rsatgan.

ANIMIZM - (lot. anima - jon) - odam, hayvonot, o'simlik, predmetlarga mustaqil jon borligi haqidagi tasavvur tizimi. A. ibtidoiy din va hozirgi barcha dinlarning asosiy elementidir.

ANTITSIPATSIYA - (lot. anticipati' - oldindan bilish, payqash) - odamning hodisalar rivoji, xatti-harakat natijalarini oldindan ko'ra olish qobiliyati.

ANTROPOGYENYEZ - (lot. anthr's - odam, genesis - tug'ilish) - odamning kelib chiqish jarayoni.

APATIYA - (yunon. apatheia - xissiyotsizlik) - kishining tevarak-atrofidagi olamga nisbatan hech qanday qiziqishsiz befarq holati. A. og'ir kechinmalar yoki kasalliklardan toliqish natijasida kelib chiqadi.

APPYERTSYEPTSIYA - (lot. ar-ga, qarashli, erceti' - idrok) - shaxs idrokining avvalgi bilim va tajribalariga hamda uning umumiy qiziqish, havaslariga bog'liqligi.

ASSOTSIATIV PSIXOLOGIYA - XVII-XIX asrlarda maydonga kelgan psixologiya fanining yo'nalishi. U tushuntirishning asosiy yo'llari tariqasida assotsiatsiyadan foydalanadi. Psixik hodisalarning mohiyati sifatida talqin etiladi. U ko'proq Angliyada tarqalgan.

AUTOGYEN MASHQ - (yunon. aufs - o'zim, denos - kelib chiqaman) - o'z-o'zini ishontirish va o'z-o'zini idora qilish asoslangan psixoterapevtik usul.

BASHORATGO'YLIK - sezgi a'zolari va aqliy tafakkurga acoslanmagan holda tashqi olamning ob'ektiv hodisalari haqida bilimga ega bo'lish. Belgi - sezgi a'zolarimiz orqali idrok qilinadigan narsa va hodisalar yoki ma'lum muloqot jarayonidagi xatti-harakatlarning vakili-belgisi vazifasini o'tovchi narsa yoki hodisa.

BELGI TIZIMI - umumiy qoidalari bilan o'zaro bog'liq va amalda qo'llanadigan belgilarni birlashtiruvchi belgilar to'plami.

BILINGVIZM - (lot. bi - ikki, lingua - til) - ikki tillilik. Ikki tilni mukammal bilish.

BILISH - psixik aks ettirish jarayoni, bilimlarni egallash va uni o'zlashtirishni ta'minlaydi.

BILISHGA QIZIQISH - aqliy intellektual hislar mahsuli, bu odamning tevarak-atrofdagi olamni bilish ehtiyoji tariqasida namoyon bo'ladi.

BINYE - SIMON TESTI - bolalar aqliy rivojlanish usuli. Frantsuz psixologlari Bine va Simon tomonidan ishlab chiqilgan (1904). Ular ilk bor eksperimental psixologiyaga asos solishgan.

BINOKULYAR KO'RISH - (lot. bini - juft, okuliys - ko'z) - bitta ob'ektning o'zini har ikkala ko'z bilan barobar ko'rish. Narsalarning teranligi, uzoqligi va hajmini idrok qilishni ta'minlaydi.

BIOGENETIK QONUN - (yunon, bios - hayot, genesis - kelib chiqmoq, - psixologiyada E.Gekkel tomonidan ochilgan biologik qonun bo'lib, ynra ko'ra ontogenez filogenezni takrorlaydi deb hisoblanadi. Odam psixikasining ontogenezda birinchi signallar tizimiga tayangan holda amaliy faoliyat asosida avval oddiy ehtiyojlarni qondirishdan boshlanib, keyii emotsiya va bilim rivojlanadi, so'ngra ikkinchi signallar tizimi asosida ong shakllanadi, deb hisoblaydi.

BIRINCHI SIGNAL - narsa va hodisalarning sezgi a'zolariga besita ta'sir etishi natijasida bosh miya yarim sharlari qobig'ida hosil bo'ladigan shartli muvaqqat nerv bog'lanishlari. U sezgi va idrok turlarida namoyon bo'ladi.

BIXEVIORIZM - (ing. behavi'ur xulq) - XX asr boshlarida AQShda maydonga kelgan yo'nalish bo'lib, bunda psixologiyaning o'rganish predmeti qilib faqat odamning xulq-atvori olingan. Bu yo'nalish faqat odamning tashqi ta'sirlar natijasida paydo bo'lgan xatti-harakatlari bilan xulq-atvorini tanish mumkin, deb

hisoblaydi. Bunda ong ahamiyati inkor qilinadi. Bu yo'nalishning asoschilari - D.Uotson, E.Torndayklar.

BORLIQ - ob'ektiv olamning ongdan holi bo'lgan holda mavjudligini bildiruvchi falsafiy tushuncha.

BOSHQARISH - tabiatning turlicha bo'lgan (biologik, ijtimoiy va texnik, tizimlari funktsiyalarini, ularning ishini tashkil qilish) maqsad va dasturlarini amalga oshirishga qaratilgan jarayon.

BOSHQARISH PSIXOLOGIYASI - psixologiya fanining boshqarish faoliyatini psixologik qonunlarini o'rganuvchi sohasi.

BOSH MIYA - markaziy nerv tizimining old (yuqori,oliy) qismi bo'lib, u bosh miya qobig'ida joylashgan oliy nerv tizimining moddiy asosi. B.m.ning o'rtacha og'irligi (odamniki) 1470 g.

BOSH MIYA KATTA YARIM SHARI - bosh miyaning ikki pallasi. Uning ustki qismi uchun bo'lmagan o'nqir - cho'nqirlardan iborat. B.m.k.ya.sh. orqa old, yon, orolcha, orqa umurtqalarga bo'linadi. Miya nerv kataklari neyronlardan iborat bo'lib, ikkita katta yarim sharlar po'stlog'ini tashkil etadi. Miyadagi oq suyuqlik neyron o'simtalaridan tarkib topib, miya yo'llarini ko'rsatib turadi..

VENER FAXNER QONUNI - qo'zg'ovchi kuchning o'zgarishi bilan hosil bo'lgan muayyan sezgi kuchining o'zgarishi o'rtasidagi o'zaro munosabatni ifodalashdan iborat psixofiziologik qonun.

VEGETATIV NERV TIZIMI (lot. vegetati' - o'simlik) - nerv tizi- mining organizm ichki a'zolari faoliyatini va modda almashinuvini boshqarib turadigan bir qismi. V.n.t. markaziy nerv tizimi bilan uzviy bog'liq bo'lib, bu bosh miya qobig'i tomonidan boshqariladi. V.n.t. simpatik va parasimpatik nervlar deb ataluvchi ikki qismga bo'linadi.

VERBAL - (lot. verbaliz- og'zaki)- atama. Verbal nutq - og'zaki ifodalanadigan nutq.

VIJDON - axloqiy ong tushunchasi. U yaxshilik va yomonlikni ajrata olish o'z xatti-harakatlariga axloqan javob bera olishga qaratilgan ichki e'tiqoddan iborat. V. bu o'z-o'zini boshqara olish, nazorat qilish, axloqiy talablarni bajarish, qilingan ishlarga javob bera olish.

VIJDON AZOBI - kishining o'z xulq-atvoriga, axloq talablarining buzilishiga nisbatan bildiriladigan axloqiy emotsional holat.

VOLYUNTARIZM - (lot. voluntas- iroda) - psixik va borliq asosini g'ayritabiiy kuch tashkil deb ta'kidlovchi oqim. V. oqimi irodani voqelikni aks ettirishning alohida formasi emas, balki ong taraqqiyoti munosabati bilan yuzaga keladigan maxsus kechinmalar deb biladi.

GALLYUTSINATSIYA - (lot. hallu-cinati' - alahlash) - real voqelikdagi narsa va hodisalarning analizatorlarga bevosita ta'sirisiz ongimizda turli obrazlarning hayoliy ravishda paydo bo'lishidan iborat psixopatologik hodisa. G. real hodisadek idrok etiladi, shu bilan birga bunday hodisalarga nisbatan salbiy munosabat yuzaga kelishi mumkin.

GENEZIS - (yunon. genesis - tug'ilmoq, vujudga kelmoq, rivojlanmoq) - biror bir hodisa yoki narsa rivojlanishi jarayonining qonuniyatlarini aks ettiruvchi tushuncha.

GENIALLIK - (lot. genius - aql, zakovat; buyuk iste'dod) - shaxsning eng yuksak darajadagi ijodiyoti bilan o'zini namoyon qilish hodisasi.

GENLAR - (yunon. gen's - kelib chiqish) - irsiy materialning birligi, u irsiy belgining shakllanishini ta'minlaydi. G.ning yig'indisi genotipni tashkil etadi.

GENLAR MUHANDISLIGI - molekulyar biologiyaning bir bo'limi bo'lib, genetik va biologik metodlar orqali yangi genlarning birikmasini paydo qildirishga qaratilgan.

GENOTIP - (yunon. genos - kelib chiqish, tyros - namuna) - ota-onadan farzandga o'tadigan genlar majmui, irsiy asosi.

GERONTOPSIXOLOGIYA - (yunon. gerontio - qari odam) - psixologiya tarmog'i, qarilik davri psixologiyasini o'rganadi.

GESHTALT - (nem. Gestalt - obraz, shakl) - «Geshtalg't psixologiya-si»ning asosiy atamasi bo'lib, psixik hodisalarni yaqqol idrok etishda foydalanilgan.

GESHTALT PSIXOLOGIYA - (nem. Gestalt - obraz, shakl) - hozirgi zamon chet el psixologiya maktablaridan biri bo'lib, XX asrning 30-yillarida Olmoniyada bunyodga kelgan. Bular murakkab psixik hodisalarni tushuntirish uchun hodisalarning bir butunligini asos qilib oladilar. Asoschilar - M. Vertxeymer, V. Kyoler, N. Koffka.

GIPERBOLIZATSIYA - (yunon. hyrerbole - kattalashtirmoq) - kattalashtirish bilan bog'liq, hayol faoliyatining bir usuli.

GIPERSENITIVLIK - (yunon. hyrer - o'rta baland, lot. sensus- sezgi) - o'ta sezuvchanlik.

GIPNOZ - (on.hyn's - uyqu) - bosh miyaning ba'zi markazlarini tormozlash natijasida kishilarda va hayvonlarda maxsus ravishda hosil qilinadigan sun'iy uyqu. G. davolash maqsadlarida ham foydalanishi mumkin.

GIPNOPEDIYA - (yunon, hyn's - uyqu, raideia - ta'lim) - uyqu vaqtida ta'lim-tarbiya berish.

GNOSTIK - (yunon. gnosis - bilim, ta'lim) - butun borliqni bilishga yo'naltirilgan faoliyat.

GRADIYENT - (lot. gradientis - qadam tashlovchi, boruvchi) - biron-bir xususiyat yoki ko'rsatkichning yo'qolishi yoki ko'payishini aks ettiruvchi qonuniy miqdor o'zgarishi (mas., qo'zg'ovchi gradienti).

GUMORAL - (lot. humos - suyuqlik) - organizmning o'zidagi suyuqliklar bilan bog'liqligi. Mas., qon, limfalar.

GURUH - odamlarning birgalikdagi faoliyat mazmuni yoki muloqotda bo'lish xarakteri kabi qator belgilariga asoslangan ijtimoiy jamoa. G. lar real va shartli bo'lishi mumkin.

DAKTILOLOGIYA - (yunon. dactylos - barmoq, logos - ta'limot) - harflar va so'zlarni qo'l barmoqlarining turli holatlari yordamida ifodalashdan iborat maxsus nutq shakli. D. kar-soqovlarga ta'lim-tarbiya berishda va ularning o'zaro fikr almashuvlarida asosiy vosita bo'lib xizmat qiladi.

DALTONIZM - (ingliz kimyogari va fizigi Dalg'ton nomidan) - ko'z pardasidagi hujayralar funktsiyasining buzilishi natijasida qizil rangni ajrata olmaslikdan iborat ko'ruv sezgisining nuqsoni.

DANGALLIK - psixik xususiyat bo'lib, u uchta turda namoyon bo'ladi. Irodaviy zo'r berishni talab qiluvchi, faoliyatni bajarishni istamaslik, ana shu faoliyatsizlikdan zavq qilish.

DAHSHAT - affekt holati bo'lib, unda qisqa muddatli qo'rquv boshdan kechiriladi.

PSIXIK HOLATLAR - psixik hayot shakllari - diqqat, hissiyot, iroda jarayonlari psixik holatlar deb ataladi. P.x., (xushchaqchaqlik, ruhlanish, siqilish, ziyraklik, qafiylik, tirishqoqlik va x.k.) shaxslarda ma'lum darajada barqaror bo'lib, ularning muayyan xususiyatiga ham aylanib qoladi.

PSIXOKORREKSIYA - (ing. korrektio - to'g'rilamoq) - shaxsning psixik rivojlanishidagi kamchiliklarni tuzatish usullarini qo'llash jarayoni.

PSIXOLINGVISTIKA - (lot. lingua- til) - psixologiyada ilmiy yo'nalish, nutq jarayolari va uning idrok qilinishi mazkur tilning tizimi bilan taqozolanganligini o'rganadi.

PSIXOLOGIK SALOMATLIK - insonning ruhiy osoyishtaligi, o'z-o'zini boshqara bilish, mustahkam kayfiyat murakkab vaziyatlarga tez moslashib, undan chiqa bilish, qisqa vaqt ichida ruhiy osoyishtalikni tiklay olish qobiliyatiga ega bo'lishi.

PSIXOLOGIK XIZMAT - psixologiyani amaliyotda qo'llash tizimi. U ishlab chiqarish, maorif, sog'liqni saqlash, sport, yuridik va x.k. tashkilotlarda psixologik ekspertiza, diagnostika va konsultatsiya vazifalarini bajaradi.

PSIXOLOGIK QIYOFA - shaxsning alohida xususiyatlari bilangina emas, balki umumiy sifatleri, xarakteri va qobiliyatlari bilan yo'nalgan maslagi ta'siri ostida bo'lgan psixik jarayonlar va holatlarning o'ziga xosligini belgilovchi tug'ma zehn va tajribalari.

PSIXOLOGIYA TARIXI - psixologiya tarmog'i, psixologik tushuncha va faktlarni, ularning qonuniyatlari kelib chiqishining qadimgi davrdan to hozirgi davrgacha bo'lgan holatini o'rganadi.

PSIXIK SUR'AT - psixik faoliyatning yoki muayyan psixik jarayonning sodir bo'lish tezligi. P.s. shaxsning umumiy va maxsus kamolotiga bog'lik bo'lib, u o'zgaruvchan va tarbiyalanuvchandir.

PSIXOLOGIK TO'SIQ - ma'lum faoliyat yoki ish-harakatlarni amalga oshirishga, jumladan, bironta odam yoki kishilar guruhi bilan munosabatda bo'lishga to'sqinlik qiladigan sabab.

«PSIXOLOGICHESKIY JURNAL» - Rossiya Fanlar Akademiyasining nashri. 1980 yildan boshlab yiliga 6 marta nashr etiladi.

PSIXOLOGIYADA MATEMATIK STATISTIKA USULI - Ilmiy va amaliy xulosalarning aniqligi, to'g'riligi, hayotiyligini ta'minlovchi matematik metod.

P.m.s.u. olingan natijalarni ehtimollik nazariyasiga asosan to'g'ri va ishonchliligini aniqlab beradi.

PSIXOFARMAKOLOGIYA - (yunon; farmak'n - dori-darmon. l'g's tahlilot) -psixologiya tarmog'i. Odam psixikasiga dori-darmon vositalarining ta'sirini o'rganadi.

PSIXOFIZIKA - (yunon rhusis tabiat) - psixologiya bilimlardan, psixik xususiyat va qonunlarining fiziologik asoslarini o'rganadi.

PSIXOFIZIK O'ZARO TA'SIR - psixofizik muammoni hal qilishda fiziologik hodisalar psixik hodisalarni, psixik hodisalar esa o'z navbatida fiziologik hodisalarni keltirib chiqaradi deb, psixikaning ob'ktiv borliqning aksi miyaning funktsiyasi ekanligini inkor qiluvchi dualistik qarash. Bu kontseptsiya odamning yaxlit jonzot sifatida o'z xulq-atvorini psixik boshqarishini ilmiy nuqtai nazardan tushuntirilishi bilan sig'ishmaydi.

PSIXOFIZIK PARALLELIZM - (yunon. ralleios - yonma-yon boruvchi) - psixofizik muammo talqini, bunga ko'ra psixik va fiziologik jarayonlar bir-biriga bog'lanmagan holda sodir bo'ladi va bir-biriga ta'sir etmagan holda parallel hosil bo'ladi.

PSIXOFIZIOLOGIYA - psixologiya va neyrofiziologiyaning psixikani, uni neyrofiziologik asoslari bilan birga o'rganishga hamkorlikdagi sohasi.

PUBERTAT DAVR - (lot. rubertas- jinsiy etuklik) - jinsiy etuklik davri bo'lib, unda jinsiy a'zolar va jinsiy bezlarning to'la shakllanishi kuzatiladi. Ushbu davrda o'smirlarda qator jismoniy va psixik o'zgarishlar sodir bo'ladi.