O‘zbekiston Respublikasi
Sog‘liqni saqlash vazirligi
Toshkent farmatsevtika instituti

Ijtimoiy fanlar kafedrasi
Pedagogika. Psixologiya

Bilim sohasi: 500000 - Sog‘liqni saqlash va ijtimoiy ta’miiot
Ta’lim sohasi: 510000 - Sog‘liqni saqlash
Ta’lim yunalishi: 5510500 - Farmatsiya (turlari buyicha)
5111000 – Kasb ta’limi

Toshkent - 2018 y

Pedagogika. Psixologiya fanining o‘quv- uslubiy majmuasi O‘zbekiston Respublikasi Oliy va o‘rta maxsus ta’lim vazirligining 201_ yil ___ _____ dagi -son buyrug‘i bilan tasdiqlangan fan dasturi asosida ishlab chikilgan.

Tuzuvchi:
L.B.Sultonova Ijtimoiy fanlar kafedrasi katta o’qituvchisi

Taqrizchi:
S.M.To’ychieva - Tillar kafedrasi mudiri

Fanning O‘quv-uslubiy majmuasi soha uslubiy kengashining 2018 yil_____dagi -son yigilishida muhokama qilingan va tasdiqlashga tavsiya etilgan.

Soha uslubiy kengash raisi K.K.Ismailov

Fanning O‘quv-uslubiy majmuasi institut Markaziy uslubiy kengashning 2018yil ___ _____ dagi -son yig‘ilishida muhokama qilingan va tasdiqlashga tavsiya etilgan.

Markaziy uslubiy kengash raisi T.A.Nabiev

Fanning O‘quv-uslubiy majmuasi institut Kengashining 2018 yil _____ dagi -son yig’ilishida muhokama qilingan va tasdiqlangan.

Kengash ilmiy kotibi F.X.To’xtaev

MUNDARIJA

I.O’quv materiallari:
1-mavzu: Psixologiya faniga kirish. Tibbiyotda psixologik bilimlarning urni va ahamiyati…….....4
2-mavzu: Psixologiyada shaxs muammosi. Shaxs faoliyati va uning individual-psixologik xususiyatlari: xarakter, temperament, qobiliyat …….....21
3-mavzu: Shaxsning psixik bilish jarayonlari: xotira, diqqat, sezgi, idrok, tafakkur, nutq,xayol(4 soat) …….47
4-mavzu: Shaxsning emotsional-irodaviy xolatlari…….81
5-mavzu: Muloqot va shaxslararo munosabatlar psixologiyasi…….93
II.Amaliy mashg’ulotlar:
1-mavzu: Psixologiya faniga kirish. Tibbiyotda psixologik bilimlarning urni va ahamiyati…….....105
2-mavzu: Psixologiyada shaxs muammosi. Shaxs faoliyati va uning individual-psixologik xususiyatlari: xarakter, temperament, qobiliyat…….111
3-mavzu: Shaxsning psixik bilish jarayonlari: xotira, diqqat, sezgi, idrok, tafakkur, nutq, xayol……...121
4-mavzu: Shaxsning emotsional-irodaviy xolatlari …….132
5-mavzu: Muloqot va shaxslararo munosabatlar psixologiyasi…….138
III.Mustaqil ta’lim mavzulari yuzasidan ko’rsatmalar…….....151
IV.Glassariy……153
V.Ilovalar:
-Fan dasturi…….....158
-Ishchi fan dasturi……..167
-Tarqatma materiallar…….....175
-Testlar…….....207
-“Psixologiya” fanidan talabalar bilimini reyting tizimi asosida baholash mezoni……214
VII.Adabiyotlar ro’yhati……..218

1-Mavzu: Psixologiya faniga kirish. Tibbiyotda psixologik bilimlarning urni va ahamiyati

Режа:

1.Psihologiya fanining predmeti maqsad va vazifalari

2.Psihologiya fanining tarmoqlari

3. Psihologiya fanining ilmiy tadqiqot metodlari

4. Tibbiyotda psixologikbilimlarning urni va ahamiyati

T a ya n ch s o' z v a i b o r a l a r :*Psixologiya, rux, aks ettirish, psixika, Aristotel, refleks, emperizm, sensualizm, faktlar, jarayonlar, individual xususiyatlar, vazifalar, psixik holatlar. Prinsip, determinizm, ong, faoliyat, amaliyot, nazariya, soha, ijtimoiy psixologiya, psixika, tadqiqot, psixik taraqqiyot, ijtimoiy borliq.*

Psixologiya lotincha *“**psyuxe***"-**ruh**, "***logos***"-**fan,** ta'Iimot degan so'zlardan oiingan bo'iib, psixologiya fani inson ruhi haqidagi ta'limotdir. Boshqacha qilib aytganda psixologiya ruhshunoslik, insonshunoslik haqidagi fandir.

Psixologiya, falsafadek juda qadimiy fanlardandir va juda boy tarixga egadir.Pisxologiya dastlab falsafa doirasida faoliyat ko'rsatgan. Psixologiya juda uzoq tarixga ega. Dastlabki psixologik tasavvurlar Qadimgi Sharq mamlakatlarida, Xitoy, Hindiston, Misr kabi mamlakatlarda vujudga kelgan. Psixologik tasavvurlarning vujudga kelishida odamlar o'rtasida farqlarning mavjud ekanligi, ammo bu farqlarning sabablari aniq bo'lmaganligi bilan bog'liq.

Kishining psixikasi haqidagi ta'limotni birinchi marta Aristotel (eramizdan avvalgi 384-322 yillar) **«Ruh haqida»** degan kitobida bayon qilgan. Shu sababli Aristotel alohida fan bo'lgan psixologiyaga asos solgan olim yoki psixologiya fanining «otasi» deb hisoblanadi. U bir qancha asarlar yozib, ularda psixologiya masalalari bo'yicha o'z qarashlarini bayon qiladi. Aristotel ruh tan bilan uzviy bog'langan, deb hisoblaydi. «Ruh-deydi u-o'z taiatiga ko'ra hukmron asosdir, tana esa tobe narsadir». Aristoteldan keyin Demokrit, undan keyin Epikur (342-271 yillar), Rim shoiri va faylasufi Lukresiy Karr (99-95 yillar) psixologiya fanining rivojlanishiga o'z nazariyalari bilan hissa qo'shdilar. Lukresiy psixik hodisalarning tanaga bog'liqligini tajribada asoslab berdi.

0’rta asrlardan fransuz tabiatshunos olimi R.Dekart nomini tilga olmaslik mumkin emas. Chunki bu olimning nomi bilan keyinchalik fiziologiyada va Psixologiyada ko'p ishlatiladigan

refleks tushunchasi bog’liqdir. R.Dekart o'z zamonasida birinchi marta refleks tushunchasini odam hatti-harakatini tushintirishda ishlatdi va harakatlarni tashqi muhit ta'siri ostida ro'yobga kelishini refleks mexanizmi deb tushuntiradi. Lekin R.Dekart odam faoliyatini to'g'ridan-to'g'ri jonsiz mexanizm, mashina sifatida tasavvur qiladi, odam ruhining bu xatti-harakatlarga biron bir aloqasi bolishi mumkinligini butkul rad etadi. Ya ni refleks tushunchasi uning risolalarida juda tor manoda, faqat fizik aks ettirish ma'nosida qabul qilingan. Lekin shunga qaramay, bizning zamonga kelib, R.Dekart ta'limoti mexanikligi uchun em'as, balkim materialistic dunyo qarashdan kelib chiqayotganligi uchun refleks tushunchasi qaytadan tahlil qilingan holda qqabul qilindi.

Psixologiya fanining rivojlanishida CH.Darvinning evolyusion nazariyasi nihoyatda katta ahamiyatga ega bo'ldi.

Vilgelm Vund 1879 yili Leypsigda birinchi eksperimental psixologiya amaliysini tashkil qildi. Oradan ko'p o'tmay, 1881 yili Berlin universiteti qoshida eksperimental psixologiya instituti tashkil qildi.

XIX asrning oxirida Rossiyada Tokarskiy, Bexterev, Langerlar, 1911 Chelpanov rahbarligida eksperimental psixologiya amaliysi ochildi. XIX asrning oxirlaridan boshlab, psixologiyaning boshqa sohalri: hayvonlar psixologiyasi, tarixiy psixologiya, yoshga aloqador kishilar psixologiyasi maydonga keldi.

Eng muhimi-XX asrga kelib, psixologiyaning tatbiqiy sohalari paydo bo'ldiki, endi qo'lga kiritilgan yutuqlar bevosita ta'lim, tarbiya, sanoat, biznes, marketing xizmatlari, boshqaruv, sog'liqni saqlash, huquqbuzarlikning oldini olish sohalariga dadil joriy etila boshladi. XXI asrning birinchi yiliga kelib, psixologiya nazariy, tahliliy fandan bevosita amaliyotning ehtiyojlarini qondiruvchi tadbiqiy fanga aylandi.

Biz sobiq sho’rolar davrida tabiatni birlamchi, ruhni ikkilamchi deb o'rgana'r edik, birinchi o'ringa borliqni, ikkinchi o'ringa tafakkurni qo'yar edik.

Sharq mutafakkirlari ma'naviy hayot jamiyat taraqqiyotini**,** kishilar faoliyatini belgilaydi, deb ta'lim beradilar**.** Shu bilan birga ular ijtimoiy hayot va ijtimoiy ong o'rtasidagi munosabatlar murakkab ekanligini ta’kidlaydilar, ijtimoiy ong ijtimoiy borliq bilan davlat, huquq, siyosat va boshqa shu kabilar bilan bog'liq ekanligini uqtiradilar.

Psixologiya fanini rivojlantirish sohasida Sharq mutafakkirlaridan Abu Nasr Forobiy, Abu Rayhon Beruniy**,** Ibn Sino, Abu Homid Muhammad G'azzoliy kabilar katta hissa qo'shganlar. Mustaqil O'zbekiston Respublikasida milliy psixologiya fanini rivojlantirish uchun psixolog olimlarimizdan I.P.Ivanov, E.G.G'oziyev, M.G.Davletshin, V.A.Tokoreva, B.R.Qodirov, G.B.Shoumarov, E.Z.Usmonova, S.A.Axunjonova, R.l.Sunnatovlar ham munosib hissa qo'shib keldilar va qo’shmoqdalar.

Har bir fanning o'z predmeti bo'lgani kabi, psixologiya ham o'z predmetiga ega. Ammo psixologiya o'rganadigan voqelik boshqa fanlardagidan tubdan farq qiladi. Chunki uning predmetini ko'z bilan ko'rib, ushlab yoki bevosita o'lchab bo'lmaydi. Ularni fikr yuritish, tasavvur qilish, his qilish orqaligina bilib olish mumkin. Psixologiya predmetiga quyidagi ta'rif berish mumkin:

Psixologiya inson ruhiyatining o'ziga xos xususiyatlari ko'rinishlari va rivojlanishning umumiy qonuniyatlarini tadbiq etadi.

Ruhiyat bu insonning ichki tuzilishi, ichki dunyosi, qobiliyatlari, barcha sohadagi imkoniyatlari kabilarni qamrab oladi. Tor ma'noda ichki dunyo tushuniladi.

Psixologiya o'zining predmetini to'rt bo'limga bo'lib o'rganadi:

1. Psixologiyaning asosiy masalalari.

2. Bilish jarayoni.

3. Shaxsning hissiy-irodaviy xususiyatlari.

4. Shaxsning individual tipologik xususiyatlari.

Birinchi bo'lim, psixologiyaning asosiy masalalarida

a) fan predmeti;

b) vazifalari, prinsiplari, tarixi, metodlari, sohalari o'rganiladi.

Psixologiya o'z vazifalarini amalga oshirishda konkret prinsiplarga tayanadi. Prinsip tamoyil degan ma'noni anglatadi. Prinsiplar ikkiga bo'linib, ya'ni asosiy prinsiplarga hamda yordamchi prinsiplarga tayangan holda tadqiqot ishlari olib boriladi.

Asosiy prinsiplarga:

1. Determinizm prinsipi.

2. Ong va faoliyat birligi prinsipi.

3. Psixikani faoliyatda taraqqiyo etish prinsipi kiradi.

Yordamchi prinsiplarga esa *tarixiylik prinsipi, nazariya va amaliyot birligi prinsipi, monizm prinsipi* va hokazolar kiradi.

Determinizm nima? Determinizm so'zi sabab va oqibatning o'zaro birligini ifodalaydi. Bu prinsipga ko'ra sababsiz oqibat bo'lmaydi. Determinizm prinsipiga ko'ra psixika taraqqiyoti individning yashash muhiti bilan belgilanadi, ya'ni muhit o'zgarishi bilan psixika ham o'zgaradi. Masalan: qishloqda yaxshi dars o'ta olmaydigan qoloq bir maktabning o'quvchisi bilan shaharda maxsus chuqur ta'lim beriladigan lisey o'quvchisi tafakkuri o'rtasida farq bo'lishi tabiiy. Farqning sababi mavjud. Sababi muhit, shart-sharoitdir.

Agar muhit o'rtasidagi farq qanchalik kam bo'lsa, psixik xususiyatlarning rivojlanishi va shakllanishida ham farq kam bo'ladi. Aksincha esa farq katta bo'ladi.

Determinizm prinsipi nima uchun prinsip sifatida qabul qilingan? Psixologik voqeliklarni tadqiq etishda, ularni baholashda va rivojlantirishda determinizm prinsipiga amal qilinadi.

Ong va faoliyat birligi prinsipi. Bu prinsipga ko'ra ong va faoliyat o'zaro uzviy bog'liq hodisa hisoblanadi. Ya'ni biri ikkinchisini taqozo etadi. Mashhur rus psixologi Sergey Leonidovich Rubenshteyn psixologiyada ong va faoliyat birligi prinsipining asoschisi hisoblanadi. Dastlab bolada ongning shakllanishi uchun tug'ma imokniyatlar mavjud bo'ladi. Ammo uning shakllanishi bevosita faoliyatning shakllanishi bilan tarkib topadi. Ayni vaqtda faoliyat ongning shakllanishi va rivojlanishining negizi, o'z mohiyati manbai bo'lib xizmat qiladi. Ongsiz faoliyat bo'lmaydi, faoliyatsiz ong bo'lmaydi.

Psixikani faoliyatda taraqqiy etish prinsipi. Bu prinsipga ko'ra inson shaxsi va uning psixologik xususiyatlari faoliyatda taraqqiy etadi. Bu prisipning asoschisi psixologiyada faolyait nazariyasining asoschisi hisoblangan A.N.Leontyevdir. Leontyev o'zining «Psixika taraqqiyoti muammolari» nomli asarida quyidagi fikrni keltirgan: «Inson shaxsi va ongi faoliyatda shakllanadi, faoliyatd taraqqiy etadi va aynan shu faoliyatda namoyon bo'ladi».

Shu prinsiplarga asoslanib psixologik qonuniyatlar amalga oshiriladi va tegishli xulosalar chiqariladi.

Tarixiylik prinsipi. Psixologiyada biror voqelikni tadqiq etishni uning ayni paytgacha o'rganilish tarixi, jarayoni, ijobiy va salbiy jihatlari inobatga olinadi hamda tadqiqotchi tomonidan avval o'rganilmagan jihatlari yangilik sifatida kashf etiladi. Bu prinsipga asosan ilmiy tadqiqiy ishlarni amalga oshirishda foydalaniladi.

Nazariya va amaliyot birligi prinsipi. Nazariyada yaratilgan kashfiyotlar, tadqiqotlar amaliyotda joriy etilishi va aksincha amaliyotda tekshirilgan, kuzatilgan hodisalarni nazariy jihatdan asoslashni taqozo etadi.

Monizm prinsipi. Biror bir voqelikni tadqiq etishda alohida shaxsga taalluqli jihatlarni asos qilib olish va shu asosda xulosalar chiqarishni nazarda tutadi. Monizm so'zi bitta alohida ma'nosini anglatadi.

Psixologiyaning sohalari. Psixologiya fani ijtimoiy hayotning barcha sohalarida amal qiladi. Chunki qayerda inson faoliyat ko'rsatar ekan, o'sha yerda inson ruhiyati bilan bog'liq muammolar yuzaga chiqadi.

Hozirgi kunda psixologiyaning 70 dan ziyod sohalari faoliyat ko'rsatmoqda. Masalan: umumiy psixologiya, medisina psixologiyasi, sport, muhandislik, oila, harbiy, yuridik, aviasiya, kosmik, yosh davrlar psixologiyasi, pedagogik, etnopsixologiya, differensial psixologiya va hokazolar.

tibbiyot psixologiyasi-shifokor faoliyati psixologiyasini, bemor xulq-atvorining psixologik jihatlarini o'rganadi.

Har bir soha o'zining o'rganish predmetiga, vazifalariga, maqsadiga va metodlariga ega.

Psixologiya fanining tarixi.

Psixologiya tarixida psixikaning paydo bo’lishi haqida yana bir qancha turli-tuman fikrlar bor. Uzoq asrlar davomida psixika va uning paydo bo’lishi, taraqqiyoti masalalariga har xil nuqtai nazardan yondashib kelindi.

Psixologiyani ruh to’g’risidagi fan sifatida shakllanishida quyidagi ***4 asosiy bosqichni*** ajratish mumkin:

1. Psixologiya ruh to’g’risidagi fan – 2,5 ming yil avval inson hayotidagi mavhum xossalarini ruh orqali tushuntirishga harakat qilganlar.
2. Psixologiya ong to’g’risidagi fan sifatida XVII asr. Fikrlash, his qilish, istaklar ong deyilgan. O’rganish metodlari - introspeksiya (o’z-o’zini kuzatish).
3. Psixologiya xulq-atvor to’g’risidagi fan sifatida – XX asr boshlari. Ko’rish mumkin bo’lgan hodisalar kuzatilgan – xulq-atvor harakatlari, Reaksiyalar. Motivlar hisobga olinmagan.
4. Psixologiya psixik qonunlar, mexanizmlarni o’rganadigan fan sifatida - zamonaviy bosqich.

Psixikaning taraqqiyoti, uning harakati - o’zgarishidir. Qadimgi faylasuflar ruhiy hodisalarning rivojlanishini turlicha talqin etib keldilar, uni ilohiy kuchga bog’lab tushuntirishga harakat qiladilar. Masalan, grek filosofi Fales (eradan avvalgi 624-547 yillar) odamning ruhiy hayotini bug’ shaklida tasavvur qilgan va uning asosida suv yotadi degan. Anaksimen esa (eradan avvalgi 588-525 yillar) ruhiy hayotning manbai havodir deb ta’lim bergan. Geraklit (eradan avvalgi 544-488 yillar) ruhiy hayotning manbaini olov deb targ’ib qilgan.

Qadimgi falsafaning mashhur namoyandalari Suqrot (eradan avvalgi 469-399) va Platon (eradan avvalgi 427-347 yillar) ham inson psixikasi, ruhiy hayoti haqida butunlay boshqacha nazariyani olg’a surganlar. Ularning fikricha, tana va jon boshqa-boshqa qismlardir. Go`yoki jon inson tanasiga “ideal” dunyodan kiradi-yu, ma’lum vaqtdan so’ng yana o’sha dunyoga qaytib ketadi.

Mashhur faylasuf Demokrit esa (eramizdan avvalgi 460-370 yillar) inson organizmi atomlardan tashkil topgan, uning ruhi mayda atomlardan iborat degan fikrni olga suradi.

Psixologiya tarixida psixika va uning taraqqiyoti haqida turli-tuman fikrlar yuqoridagilardan tashqari ham juda ko’p. Psixik hodisalarni materialistik nuqtai nazardan talqin etishda mashhur grek faylasufi Aristotelning (eramizdan avvalgi 384-322 yillar) xizmati kattadir. Aristotel qadimgi faylasuflardan birinchi bo’lib psixologiyani alohida fan sifatida qaradi, psixik hodisalarga materialistik nuqtai nazardan yondashdi. Uning “Etika”, “Ritorika”, “Metafizika”, “Hayvonlar tarixi” kabi asarlarida turli psixik hodisalarga oid fikrlar juda ko’p. Psixologiya bo’yicha birinchi ilmiy asar Aristotelning «Ruh to’g’risida» traktati hisoblanadi.

Aristotel o’zigacha bo’lgan faylasuflarning, jumladan, o’z ustozi Platonning psixologik qarashlarini tahlil qildi. Aristotelning psixologik ta’limotida ruh va tananing o’zaro munosabati muammosi muhim o’rin tutadi.

Geraklit, Demokrit, Aflotun, Aristotellarning ta’limotlari keyingi asrlarda psixologik g’oyalarni rivojlanishida tayanch nuqta, asos bo’ldi. Asta-sekin ruh haqidagi tushuncha hozir biz psixika deb atayotgan darajaga nisbatan qo’llanila boshladi. Psixika kategoriyasi zamirida ong haqidagi tushuncha maydonga keldi. Kishi faqat idrok va tafakkurga ega bo’lib qolmasdan, ularni unga mansubligini e’tirof etishga ixtiyoriy harakatlar qilibgina qolmasdan, balki bu harakatlarni uni o’zi qilayotganini bilishga ham qodirdir.

XVII asr biologik va psixologik bilimlar taraqqiyotida yangi davrni ochib berdi. Fransuz olimi Dekart (1596-1650) xulq-atvorning reflektor tabiati haqidagi ta’limotini yaratdi. Ingliz olimi Gobes (1588-1679), Fransuz olimi Spinoza (1632-1677) olamning bir butunligini, tana va jon to’g’risidagi ta’limotni yaratdilar. Ingliz olimi Jon Lokk (1632-1704) empirik (tajriba) asosidagi ta’limotni empirik psixologiyani yaratdi, shundan keyin rus olimlari I.M.Sechenov, I.P.P avlov, I.E.Vvedenskiy, A.A.Uxtomskiy inikos nazariyalarini yaratdilar. Refleks haqidagi tushuncha

organizmning tashqi ta’sirga qonuniy javob reaksiyasi sifatida paydo bo’ldi. I.M.Sechenov (1829-1905) «Bosh miya reflekslari» (1963) asarida «ongli va ongsiz hayotning barcha harakatlari ro’y berish usuliga ko’ra reflekslardan iboratdir», degan xulosaga kelgan edi. I.M.Sechenov psixikaning reflektorligi va faoliyatning psixik jihatdan boshqarilishi g’oyasini ilgari surdi. Bu muhim nazariy qoidalari I.P.Pavlov (1849-1939) tomonidan tajriba yo’li bilan tasdiqlandi va aniqlashtirildi. U hayvonlarni shuningdek, odamning tashqi muhit bilan o’zaro harakati miya tomonidan boshqarilishi qonuniyatlarini kashf etdi. I.P.Pavlovning ushbu qonuniyatlarga nisbatan barcha qarashlari odatda ikki xil signal sistemasi haqidagi ta’limot deb aytiladi.

O’rta Osiyo xalqlari boshqa dunyoviy fanlar qatori psixologiya fani sohasida ham boy merosga ega. Xalqimizning buyuk namoyandalari, butun dunyoda nomi tarqalgan mutafakkirlar, olimlar va shoirlar inson ruhiy jarayonlarini talqin etishda o’z zamonasi uchun ilg’or fikrlarni olg’a surdilar. Ularning psixologiya sohasidagi fikrlari, milliy psixologiya tarixi va hozirgi mustaqillik davri uchun g’oyat katta ahamiyatga egadir. IX - XI asrlarda ijod etgan mutafakkirlarimiz hayoti O’rta Osiyo, umuman yaqin va O’rta Sharqda iqtisodiy va siyosiy ziddiyatlar kuchaygan, har xil ijtimoiy tabaqalar o’rtasida kurashlar avjiga chiqqan, turli-tuman g’oyaviy oqimlar orasida keskin kurashlar boshlangan bir davrga to’g’ri keldi.
Shu davrda ijtimoiy hayotning boshqa sohalaridagi kabi inson ruhi (psixikasi)ni talqin qilish borasida ham turli yo’nalishlar va oqimlar o’rtasida keskin kurash ketar edi. O’rta Osiyo mutafakkirlarining ilmiy ijodi materialistik yo’nalishni yanada rivojlantirish, mustahkamlashda alohida ahamiyat kasb etdi. O’rta asr psixologik qarashlarida O’rta Osiyolik mashhur mutafakkirlar Abu Ali ibn Sino, Abu Nasr Forobiy, Abu Rayhon Beruniylarning psixologiya sohasidagi fikrlari muhim ahamiyatga egadir.

Sharq mutafakkirlaridan Abu Nasr Forobiy (870-950-951), Abu Rayhon Beruniy (973-1048) Abu Ali ibn Sino (980-1037), Umar Xayyom (1048-1131), Mirzo Ulug’bek (1394-1449) inson psixikasi, yosh avlodni tarbiyalashda o’z fikr –mulohazalarini boy meros qilib qoldirganlar.

Forobiyning ruhiy jarayonlar haqidagi ta’limoti, ya’ni psixologiya ilmining rivojlanishiga qo’shgan hissalari uning falsafiy ta’limoti bilan uzviy bog’langan. Forobiyning inson va insonning ruhiy jarayonlari to’g’risidagi fikrlari uning dunyoqarashi sistemasida diqqatga sazovor bo’lgan progressiv fikrlardandir. U insondagi ruhiy jarayonlarni sanab o’tish bilangina chegaralanmay, balki bu jarayonlarning kelib chiqishi, tartibi, har birining roli to’g’risida ham mulohaza yuritdi, inson ruhiy quvvatlari - psixik jarayonlari uning asarlarida anchagina keng yoritiladi.

Forobiy hozirgi psixologiya ilmi tomonidan o’rganiladigan va insonda mavjud bo’lgan deyarli barcha ruhiy jarayonlar to’g’risida o’z zamonasi uchun anchagina mukammal tasavvurga ega bo’lgan va ularni asosan turini talqin etgan.

Abu Ali ibn Sinoning psixologiya masalalari bilan shug'ullanishiga, o'zidan ilgari o'tgan Sharq mamlakatlari olimlari tomonidan yozib qoldirilgan asarlarni o'rganib, fanning bu sohasi bo'yicha ham o'zining fikrlarini bildirish, antik dunyo olim, faylasuflarining ta'siri ham katta rol o'ynadi. Xususan Aristotel Ibn Sinoning falsafada "birinchi o'qituvchisi" edi. U Aristotelning "Jon haqida"gi asari bilan yaxshi tanish edi, olimning meditsina sohasidagi olib borgan ishlarida odam anatomiyasi, fiziologiyasi va nerv sistemasini yaxshi o'rganish va shu asosda har xil kasalliklarni davolash jarayonida kishilarning psixik xususiyatlarini bilish zarur edi.

Ibn Sino Forobiyning sezgilar to'g'risidagi ta'limotini rivojlantirib, insonda beshta sezgi (ko'rish, eshitish, hid bilish, maza va teri-tuyg'u) mavjud ekanligini, sezgilar orqali, tevarak-atrofdagi narsa va hodisalarning ta'siriga javob qaytarilishi, ularning xususiyatlari va ahamiyati haqida to'xtalib, har qaysi sezgining bosh miyada alohida boshqarib boradigan markazi bor ekanligini ishonch bilan bayon etadi. Ibn Sino insonning fikrlash qobiliyatiga, hayol xotirasi va iroda sifatlariga yuksak baho beradi va bu psixik jarayonlarning bir-birlari bilan mustahkam bog'liq ekanligini anglaydi.

Ayniqsa, Ibn Sinoning temperament (mijozlar) to'g'risidagi fikrlari tabiiy-ilmiy jihatdan diqqatga sazovordir. Bu sohadagi ta'limot qadimgi Gretsiya olimi Gippokratning (miloddan avvalgi V asr) nazariyasiga asoslanadi. Ibn Sino ham Gippokrat kabi odam tanasida to'rt xil modda (safro, qon, qora o't, balg'am) bor, shu moddalardan birortasi organizmda ko'proq bo'lsa, bu odam mijozining (temperamenti) tipini belgilaydi.

XIX asr oxirlarida, aniqrog'i, 1879-yilda nemis olimi Vilgelm Vundt Leybnis universitetida dunyoda birinchi eksperimental psixologik laboratoriyaga asos soldiki, unda o'tkazilgan yuzlab tajribalar va eksperimentlar psixologiyaning ham alohida fan sifatida o'zini ko'rsatishga haqli ekanligini isbotladi. "Psixologiyaning otasi" hisoblangan Vilgelm Vundt esa xuddi ana shu tadqiqotga asoslangan ma'lumotlar to'plashga o'z diqqatini qaratdi.

Psixologik kuzatish metodlarining klassifikatsiyasi.

Psixologik tadqiqot metodlari psixologiya amal qiladigan nazariy prinsiplarga va psixologiya hal etayotgan aniq vazifalarga bog'liq ekanligini ko'rsatib beradi. Psixologiyada empirik metodlarni qo'llash muammosini ko'rib chiqilayotganda ularni psixologik metodlar tizimidagi o'rnini aniqlashdan boshlash kerak.

Psixologiya fanining asosiy metodlari

Kuzatish metodi	Tashqi (obyektiv kuzatish) Ichki (subyektiv, o'z-o'zini kuzatish) Erkin kuzatuv Standartlashtirilgan Guruh ichida kuzatish Guruh tashqarisida kuzatish

So’roq metodi	Og’zaki Yozma Erkin (suhbat) Standartlashtirilgan
Test metodi **Eksperiment**	Test-so’rov Test-topshiriq Proektiv test Sotsiometrik test Tabiiy Lobaratoriya
Modellashtirish	Matematik Mantiqiy Texnik Kibernetik

Psixologiyada boshqa fanlar analogiyasi bilan uchta metodlar tasnifini ko’rsatish maqsadga muvofiqdir:

Empirik, tekshirish subyekti va obyektining tashqi real munosabatlari amalga oshiriladi.	*Ma’lumotlar hisoblanadi, obyekt sharoitini asboblar yordamida o’rganadi.*
Nazariy, subyekt obyektning hayotiy modeli bilan o’zaro munosabatda bo’ladi. ***Interpretatsiya(qayta ishlash) va tasvirlash, bunda subyekt «tashqaridan» obyektning simvolik – belgisi hayoli bilan munosabatda bo’ladi.***	*Nazariy metodlardan foydalanish natijasi tabiiy til belgisi yoki ochiq sxematik shaklidagi predmet haqidagi bilim bilan qo’shilgan.* *qayta ishlash- tushuntirish metodi- bu nazariy va eksperimental metodlarni qo’llanilishda, ularning o’zaro munosabati natijalarining «uchrashish joyi»dir.*

Eksperimental psixologik metodlariga murojaat qilishdan oldin ularni umumiy-ilmiy pozitsiyalarini ko’rib chiqamiz. Barcha metodlar ma’lumotlar olish uchun ishlatiladi. Ular aktiv va passivlarga ajratilgan. Aktivlariga laboratoriya eksperimentlari va ularning modifikatsiyasi, kvazi-eksperiment kiradi. Passivlariga – kuzatish, kichik metod, faoliyat mahsuli analizi, o’lchash va korrelyatsion kuzatuvlar, ma’lumotlar yig’ish metodi va h.k. Birinchi metodda kuzatuv, hodisa va jarayonlar bilan faol tanishtiradi.

Albatta obyektga ta’sir etgan holda, ikkinchi metod jarayoni esa uni faqat ro’yxat qilish bilan chegaralanadi. Kuzatuvchi ro’yxatni to’g’ridan-to’g’ri yoki savolnoma asosida yozib boradi. Xuddi shu narsa ta’sir qilish jarayonida ham qo’llanilishi mumkin. Eksperiment jarayonida to’g’ridan-to’g’ri muloqot metodi orqali o’tkaziladi. Bu ikkinchi jarayon psixologik eksperiment metodlaridir. Uchinchi jarayonda eksperimentator kuzatuv jarayonida tabiiy usullardan yoki

«tushunish metodi»dan to’g’ridan-to’g’ri kuzatuvchiga nisbatan qo’llaydi. Eksperiment jarayonida kuzatuvchi vazifalarni faol bajaradi. Kuzatish, so’rov davomida esa unga hech qanday vazifa berilmaydi va u o’zini erkin tutadi.

Kuzatish metodining asosiy afzalligi shundan iboratki, kuzatish tabiiy sharoitda o’tkaziladi, kuzatish kuzatilayotgan shaxslarning odatdagi xulq-atvorlarini o’zgartirmaydi. Kuzatishni bitta odam ustida ham va bir guruh shaxslar ustida ham olib borish mumkin. Bu metod bolalar bog’chasi guruhlaridagi yoki maktab sinfidagi bolalarni o’rganish uchun qulaydir. Kuzatish metodining kamchiligi uning anchagina mehnat talab qilishidir. Tadqiqotchi psixologni xulq-atvorning istalgan qiyofada emas, balki aniq tadqiqot vazifalari bilan bog’liq holda namoyon bo’lishigina qiziqtiradi. Shuning uchun kuzatiluvchi shaxs xususiyatlari va psixik holatlarining o’ziga kerakli tarzda namoyon bo’lishini kutib turishi kerak. Bundan tashqari, psixik xususiyatlarning yakka holda namoyon bo’lishini kuzatish va qayd qilish etarli emas. Tadqikotchi u yoki bu xususiyatlarning xarakterligiga, tipikligiga ishonch hosil qilishi kerak. Bundan tashqari eksperimental psixologiyada quyidagi metodlardan foydalanish mumkin.

Eksperiment metodining asosiy farqi va afzalligi shundan iboratki, bunda tadqiqotchi o’z hoxishi bilan qandaydir psixik jarayon yoki xususiyatni yuzaga keltirib psixik hodisaning tashqi sharoitga bog’liqligini tekshirib ko’rishi mumkin. Eksperiment metodining ana shu afzalligi uning psixologiyada keng qo’llanilishi bilan tushuntiriladi. Empirik, ya’ni tajriba yo’li bilan qo’lga kiritilgan faktlarning asosiy ko’pchiligi psixologiyada eksperimental yo’l bilan olingandir. Biroq har qanday tadqiqot qilinadigan vazifalarga eksperimentni qo’llab bo’lmaydi. Masalan, agarda psixik jarayonlar va funksiyalar ko’proq eksperiment yo’li bilan o’rganilsa, shaxsning birmuncha sodda xususiyatlari (temperament, qobiliyatlar) ham shu metodda o’rganiladi. Lekin xarakterning va qobiliyatlarning murakkab turlarini hali eksperiment metodi bilan o’rganib bo’lmaydi.

Suhbat metodi. Bu metod tadqiqotning turli bosqichlarida qo’llaniladi: masalan, dastlabki tanishish bosqichida ham boshqa metodlar, ayniqsa, kuzatish metodi orqali qo’lga kiritilgan xulosalarni aniqlashda qo’llaniladi. Suhbat metodidan mohirlik bilan foydalanish juda qimmatli natijalarga erishishga yordam berishi mumkin.

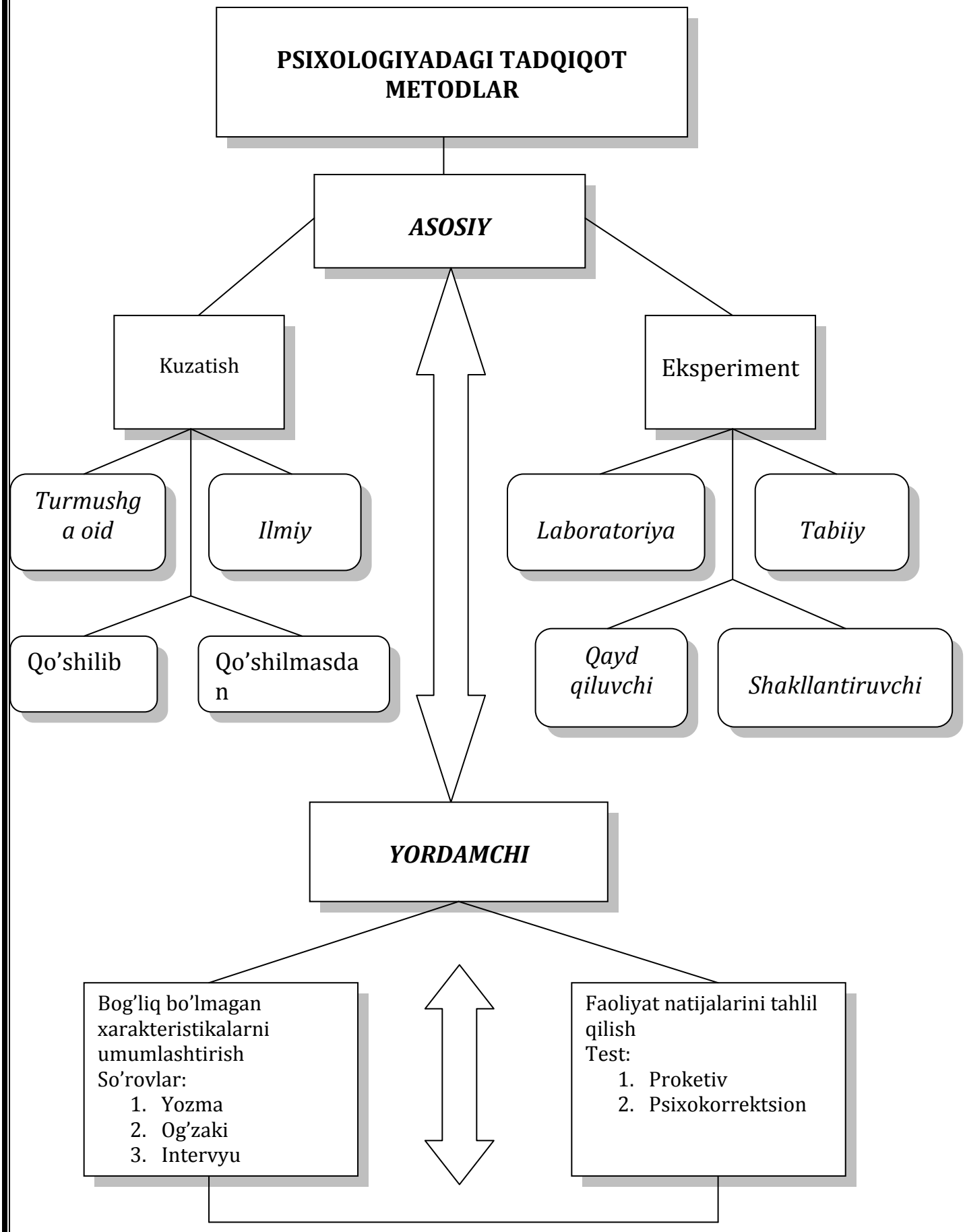
Intervyu metodi. Psixologiya fanidagi bu metod sotsiologiyada keng qo’llaniladigan anketa metodidan farq qiladi. Xuddi suhbat metodi kabi intervyu metodi ham so’roq-javob metodiga tegishlidir. Ko’pincha intervyu uchun savollarni sotsiologik anketalar tipiga o’xshatib, ya’ni ko’p masalalar yuzasidan ko’plab javoblar olishni ko’zlab tuziladi. Intervyu metodiga bunday tarzda yondashish tadqiqotning faqat birinchi bosqichiga, muammo bilan dastlabki tanishish bosqichiga to’g’ri keladi. Biroq bilimlarni va o’rganilayotgan psixik xususiyatlarni strukturasini hisobga olib tuzilgan savollar o’rganilayotgan xususiyatlar strukturalari hamda darajalarini bundan keyin aniqlash uchun juda qimmatli natijalar berishi mumkin.

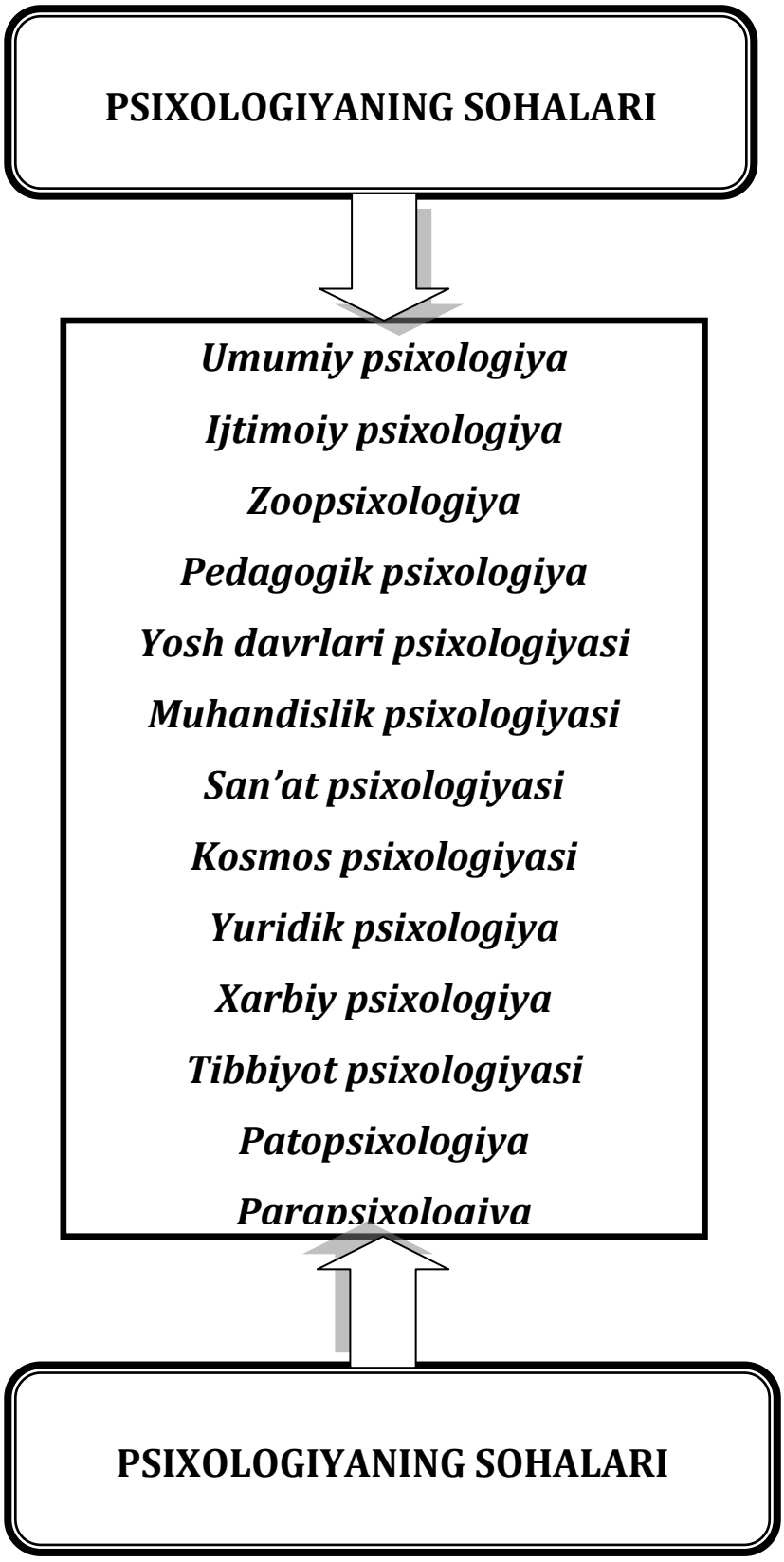
Ekspert baholash metodi. Bu metod shaxs psixologiyasida keng qo'llaniladi. Ekspertlar sifatida tekshirilayotgan kishilarni yaxshi biladigan shaxslar – bolalar bog'chasi va maktab-internatlarning tarbiyachilarini, sinf rahbarlari, ishlab chiqarish, texnika bilim yurtlarining masterlari, ishlab chiqarishdagi masterlar, ilmiy jamoa rahbarlari, harbiy komandirlar, administratorlar, sport trenerlari qatnashishlari mumkin. Ekspert baholarni ko'proq xususiyatlarning sifat jihatidan namoyon bo'lishlarini tasvirlash emas (buni ekspertlar bilan qilinadigan keyingi suhbatlarda o'tkazilsa ancha foydaliroq bo'ladi), balki o'rganilayotgan xususiyatlarning ifodalanishini miqdoriy baholash tarzida, ya'ni u yoki bu xususiyat yoki xulq-atvor elementlari darajalarini baholash tarzida o'tkazilsa maqsadga muvofiq bo'ladi. Ekspertlar umumlashtirish bilan bog'liq bo'lmagan xulq-atvor elementlarining ancha-muncha mayda qismlari ifodalanganligini qayd qilishi lozim. Umumlashtirish – ekspertning emas, balki tadqiqotchining ishidir.

O'z-o'zini kuzatish metodi. XVIII-XIX asrlar empirik psixologiyasi tomonidan kamsitilgan bu metod so'nggi yillarda yana ma'lum ahamiyatga ega bo'lib bormoqda. Chunonchi, suhbat va so'roq-javob metodlarini o'z-o'zini kuzatish metodi orqali olingan ma'lumotlarsiz qo'llab bo'lmaydi. Buni suhbat va shaxsiy savol-javob o'tkazish uchun savollar tuzishda hisobga olish zarur. Lekin o'z-o'zini kuzatish, garchi psixologik tadqiqotlarning asosiy metodi bo'lmasa-da, mustaqil ahamiyatga ega bo'lishi mumkin. O'z-o'zini kuzatish metodi psixik holatlarni, ya'ni tetik kayfiyatni, achchiqlanishni, ishchanlikni, kasb bilan bog'liq bo'lgan sermahsul ishlarni o'rganishda ayniqsa foydali bo'lishi mumkin.

Testlar metodi. Testlar, ya'ni ozmi yoki ko'pmi standartlashtirilgan (birxillashtirilgan) shaxs xususiyatlarini qisqa muddatli sinash metodlari yaxshi yoki yomon asoslangan bo'lishi mumkin. Yaxshi asoslangan test – bu oldindan o'tkazilgan katta eksperimentlar natijasidir. Nazariy jihatdan asoslangan va eksperimental jihatdan muhokama qilingan testlar tadqiqotchi uchun ilmiy va amaliy ahamiyat kasb etishi mumkin.

Arxiv metodi. Amerika ilmiy adabiyotlarida «Arxivlik metodi» degan atama qabul qilingan, bunday tadqiqotlarni o'tkazuvchi psixolog sinaluvchining aktual xulqini kuzatmaydi va o'lchamaydi, kundalik qaydnomalarni va yozuvlarni, arxiv materiallarini, mehnat, o'quv yoki ijodiy faoliyatini analiz qilinadi. Ko'p hollarda uni «faoliyat mahsullarini o'rganish» yoki «praksimetrik metod» deb ifodalanadi. Tadqiqotchi tadqiqotlar matnini, faoliyatning predmetli mahsulotini turli xil maqsadlarda o'tkazishi mumkin. Maqsadlar joriy qilishning aniq usullarini arxivlik metodi uning xilma-xilligini ajratib ko'rsatadi.


PSIXOLOGIYADAGI TADQIQOT METODLAR
ASOSIY
Kuzatish
Eksperiment
Turmushga oid
Ilmiy
Laboratoriya
Tabiiy
Qo'shilib
Qo'shilmasdan
Qayd qiluvchi
Shakllantiruvchi
YORDAMCHI
Bog'liq bo'lmagan xarakteristikalarni umumlashtirish
So'rovlar:
1. Yozma
2. Og'zaki
3. Intervyu
Faoliyat natijalarini tahlil qilish
Test:
1. Proketiv
2. Psixokorrektsion


PSIXOLOGIYANING SOHALARI
Umumiy psixologiya
Ijtimoiy psixologiya
Zoopsixologiya
Pedagogik psixologiya
Yosh davrlari psixologiyasi
Muhandislik psixologiyasi
San'at psixologiyasi
Kosmos psixologiyasi
Yuridik psixologiya
Xarbiy psixologiya
Tibbiyot psixologiyasi
Patopsixologiya
Parapsixologiya
PSIXOLOGIYANING SOHALARI

Psixologiyaning fanlar tizimida tutgan o’rni.

Psixologiya yaxlit va mustaqil fan sifatida kishilar ongida gumanistik mentalitetning shakllanishiga xizmat qilgani uchun ham uning ushbu yo’nalishdagi muammolarni ma’lum ma’noda o’rganadigan barcha fanlar bilan bevosita aloqasi muhim ahamiyat kasb etadi. Bular birinchi navbatda ijtimoiy-gumanitar fan sohalari bo’lib, psixologiyaning ular orasidagi mavqei o’ziga xos va yetakchidir.

Psixologiya va falsafa. Eng avvalo fanni falsafa va uning oxirgi paytlarda shakllanib, rivojlanib borayotgan ijtimoiy falsafa qismi bilan bo’lgan aloqasi xususida. Bu aloqa ikkala fanning inson va uning hayoti mohiyatini to’la anglash va rivojlanib tendentsiyalarini belgilashdagi o’rni va ahamiyatidan kelib chiqadi. Tabiat, jamiyat va inson tafakkurining rivojlanishiga oid bo’lgan umumiy qonuniyatlar va tamoyillarni psixologiya falsafaning bazasidan oladi va shu bilan birga o’zi ham inson ongi va tafakkuri qonuniyatlari sohasidagi yutuqlari bilan falsafani boy ma’lumotlarga ega bo’lishiga yordam beradi.

Psixologiya va tarix. Psixologiya va tarix fanlarining uzviy bog’liqligi ayniqsa, mustaqillik yillarida tarixni xolisona o’rganish va shu bilan birga inson shaxsining madaniy-tarixiy shart-sharoitlarga bog’liq tarzda rivojlanishi ayniyatini xalq ommasi ongiga etkazishda namoyon bo’lmoqda. Zero, inson ruhiyati va u vakil bo’lgan millat va elat psixologiyasi orqali tarixiy voqealarga baho berish milliy istiqlol g’oyalarini yoshlar ongiga singdirishning muhim vositalaridan biridir.

Psixologiya va sotsiologiya. Sotsiologiya fani ham yangicha ijtimoiy munosabatlar sharoitida o’z taraqqiyotining muhim bosqichiga o’tgan ekan, o’z navbatida psixologiya ham ushbu fan erishgan yutuqlardan foydalanadi va ularning ko’lami kengayishiga baholi qudrat xizmat qiladi. Ayniqsa, psixologiyadan mustaqil ravishda ajralib chiqqan, bugungi taraqqiyot davrimizda alohida ahamiyat kasb etgan ijtimoiy psixologiyaning sotsiologiya bilan aloqasi uzviy bo’lib, ular jamiyatda ijtimoiy taraqqiyot va progressni ta’minlash ishiga xizmat qiladi.

Psixologiya va pedagogika. Pedagogika bilan psixologiyaning o’zaro hamkorligi va aloqasi an’anaviy hamda azaliy xarakter kasb etib, ularning yosh avlod tarbiyasini zamon talablari ruhida amalga oshirishdagi roli va nufuzi o’ziga xosdir. Ma’naviy barkamollik tamoyillarini maktabda va yangi tipdagi ta’lim muassasalarida, xususan, akademik litsey va kasb-hunar kollejlarida joriy etish ham shaxs psixologiyasini teran bilgan holda o’qitishning eng ilg’or va zamonaviy shakllarini amaliyotga tatbiq etishni nazarda tutadi.

Psixologiya va tabiiy fanlar. Biologiya, fiziologiya, ximiya, fizika va boshqa fanlar psixik hodisalar va jarayonlarning tabiiy-fiziologik mexanizmlarini tushunish va shu orqali ularning kechishi qonuniyatlarini obyektiv o’rganish uchun material beradi.

Psixologiya va kibernetika. Kibernetika fani sohasidagi erishilgan yutuqlar psixologiya uchun ham ahamiyatli va zarur bo'lib, u inson shaxsining o'z-o'zini boshqarish va psixik jarayonlarni takomillashtirish borasida axborotlar texnologiyasi va kibernetika tomonidan qo'lga kiritilgan yutuqlar va tadqiqot metodlari, maxsus dasturdan o'z o'rnida foydalanadi.

Psixologiya va texnika fanlari. Texnika fanlari bilan psixologiyaning o'zaro aloqasi va hamkorligi ayniqsa, asr oxiriga kelib yaqqol sezilmoqda. Bir tomondan murakkab texnikani boshqaruvchi inson ongi muammosini echishda, ikkinchi tomondan, psixik hayotning murakkab qirralarini ochishda maxsus texnik vositalardan foydalanish zarurati bu ikki yo'nalishning erishgan yutuqlarini birlashtirishni nazarda tutadi. Hozirgi kunda psixologiyaning bolalar psixologiyasi, pedagogik psixologiya, kasb psixologiyasi singari tarmoqlari jadal rivojlanib bormoqda.

5-shakl

Umumiy psixologiya	Shaxs psixologiyasi Psixikaning taraqqiyoti Qiyosiy psixologiya
Ijtimoiy psixologiya	Guruh psixologiyasi Oila psixologiyasi Etnopsixologiya
Pedagogik psixologiya	Ta'lim psixologiyasi Tarbiya psixologiyasi
Yosh davrlari psixologiyasi	Bolalik davri O'smirlik davri
Yuridik psixologiya	Kriminalistika Sud psixologik ekspertiza Tergov psixologiyasi
Tibbiyot psixologiyasi	Psixoterapiya Patopsixologiya Psixopotologiya

Demak, bugungi psixologiya fani va uning tarmoqlarining predmetini belgilashda yoshlar ongida to'g'ri dunyoqarashni milliy istiqlol g'oyalari va uning asosiy tushunchalari va tamoyillari asosida shakllantirish masalalari nuqtai nazaridan yondashish katta amaliy ahamiyat kasb etadi.

Zamonaviy psixologiya fanining asosiy sohalari.

Inson o'zining kimligini anglashga intilishdan, o'z ruhiy dunyosini va o'zgalar ruhiyatini bilish istagi paydo bo'lishdan, tabiat va jamiyat xrdisalarini tushunishga extiyoj sezishdan, o'tmish, hozirgi zamon, kelajak haqida mulohaza yuritishdan e'tiboran psixologiya fan sifatida rivojlana boshladi. Psixologik bilimlar juda uzoq o'tmish tarixga ega bo'lsada, lekin u fan sifatida falsafadan XIX asrga kelib ajralib chiqdi. Psixologiyani alohida fan sifatida ajralib chiqishiga o'sha davrda kishilik jamiyatida yuz berayotgan ijtimoiy, iqtisodiy, siyosiy o'zgarishlar sabab bo'ldi, chunki bular ijtimoiy zaruriyatning taqozosi edi. Psixologik holatlarni tadqiq qilish, ya'ni psixika

mohiyatini tushunish maqsadida o’sha davrda eksperimental ilmiy-psixologik laboratoriyalar vujudga kela boshladi.

XIX asrning oxiri va XX asrning boshlariga kelib psixologiya fani to’g’risidagi ilmiy tushunchalarda keskin o’zgarishlar yuzaga keldi va ularning ta’siri natijasida psixologiyaning tadqiqot obyekti sifatida insonga muhitning ta’siri, uning xulq-atvorini o’rganish muammolari tanlab olindi. Shu davrda psixologiya fanining rivojlanishiga ijobiy hissa qo’shgan bir qator konsepsiyalar, nazariyalar, oqimlar va yo’nalishlar vujudga keldi.

Bixeviorizm - AQShda E.Torndayk, D.Uotson kabi olimlar dastlab hayvonlarda keyinroq odamlar xulqini o’rganish asosida xulq- atvor psixologiyasini yaratdilar. Bixeviorizmning formulasi SR (Stimul Reaksiya) tasirga javob berishdan iboratdir. Bixeviorizm yo’nalishlari doirasida o’tkazilgan ijtimoiy-psixologik tadqiqotlar avvalo amerikalik olimlar K.Xoll va V.Skinnerlar nomi bilan bog’liq. Ular va ularning izdoshlari hisoblangan K.Miller, D.Dollard, J.Tibo, G.Kelli va boshqalar diada – ikki kishi o’rtasidagi munosabatlarning xilma-xil eksperimental ko’rinishlarini tadqiq qilib, ularda matematik o’yin nazariyasi elementlarini kuzatdilar.

Klassik bixeviorizmdan farqli o’laroq ijtimoiy-psixologik bixevioristlar hayvonlar o’rniga laboratoriyaga naqd pulga odamlarni taklif eta boshladilar, shuning uchun ham ularning g’oyasida biologizm va mexanizm tarzda ilgarigi hayvonlarda to’plangan dalillar modelini insonlarda qo’llash hollari kuzatildi.

Neobixeviorizm - tajriba yo’li bilan ta’sirni o’rganish, oraliq uzilishlar bo’lishi haqida, buning asosida geshtalt, ya’ni tasvir haqidagi ta’limotdir. Uning asoschilari E.Tolmen hisoblanadi, xuddi shu ta’limot asosida avstriyalik vrach psixiatr Z.Freyd psixoanaliz ta’limotini yaratdi.Tushunish psixologiyasi - bu oldindan his etish ya’ni intuitsiyaga asoslangan qarash bo’lib, uning asoschisi V.Dilten (1833-1911) hisoblanadi. U tabiiy ilmiy va diniy ilmiy degan ikki yo’nalishdagi fanlar tizimini taklif qildi.

Freydizmning jahon ilmi va malakiyoti uchun ta’siri shu qadar katta bo’ldi-ki, jamoadagi yoki guruhiy ongsizlik g’oyasini ilgarni surgan K. Yung hamda individual psixologiyani targ’ib etgan, A.Adler va ularning izdoshlari bu kontseptsiyani yanada rivojlantirishga o’z hissalarini qo’shdilar. Bu nazariya va kontseptsiya hanuzgacha shaxs psixologiyasini, psixoanaliz esa psixoterapiyani o’rganishda asosiy metodlardan biri sifatida qo’llanilib kelinmoqda.

Neofreydizm - avstriyalik A.Alfred (1870-1937) shveytsariyalik Yung Karl Gustav analitik psixologiyani, amerikalik Xorney (1885-1952) psixoanaliz ta’limoti asosida o’z nazariyalarini yaratdilar, unga muvofiq odam tashqi ta’sirga javoban o’z strategiyasini ishlab chiqadi, ya’ni odamlarga intilish yoki odamlardan qochish, unga qarshi chiqish yoki yonbosish ishtiyoqida bo’ladi. Har doim nevrotik, konflikt holatidan chiqish yo’llarini qidiradi.

Ustanovka nazariyasi - ta’sirga tayyorlik, oldindan ko’ra bilish nazariyasi. Bu nazariyani Rossiyada L.Lange (1858-1921) Germaniyada G.Myuller, T.Shumen, N.Ax (1871-16-946), Gruziyada D.N.Uznadze (1886-1950) asoslab berdilar.

Madaniy tarixiy jarayonlarning kelib chiqishi haqida N.S.Vigotskiy (1896-1934) nazariyasini yaratdi.

Tafakkur nazariyasini S.L.Rubinshteyn (1889-1960) yaratib, muammoga faoliyatli yondashuvni taklif qildi.

Psixologiyada shakllanib bo’lgan uch asosiy oqim - psixoanaliz, bixeviorizm va geshtaltpsixologiya ichida ham ijtimoiy xulq-atvorni kichik guruhlar doirasida o’rganish tendentsiyasi paydo bo’ldi. Bunda asosiy diqqat kichik guruhlarga va ularda turlicha eksperimentlar o’tkazishga qaratilgan edi. Bunday holatning paydo bo’lganligi ijtimoiy psixologiyaning fan sifatida shakllanishida nihoyatda katta rol o’ynadi.

Geshtaltpsixologiya yo’nalishi negizida maxsus ijtimoiy-psixologik yo’nalishlarning – interaktsionizm va kognitivizmning paydo bo’lganligi esa bu fanning eksperimental ekanligini yana bir bor isbot qildi.

Psixoanaliz doirasida esa ijtimoiy-psixologik tadqiqotlar E.Fromm va J.Salliven ishlari bilan bog’liq bixevioristlardan farqli o’laroq bu erda eksperimentlar ikki kishi emas, balki ko’pchilik ishtirokida o’tkazila boshladi. Ularning izdoshlari V.Bayon, V.Bennis, G.Sheparde, V.Shutklarning o’tkazgan tadqiqotlari tufayli hozirgi kunda ham katta qiziqish bilan o’rganilayotgan ***kichik “T” guruhlar*** psixologiyasi yaratildi. Unda guruh sharoitida bir odamning boshqalarga ta’siri, guruhning ayrim individlar fikrlariga ta’siri kabi masalalar ishlab chiqildi va ijtimoiy-psixologik treninglar o’tkazishga asos solindi.

Kognitivizm - K.Levin nazariyasi asosida paydo bo’lgan psixologik yo’nalish bo’lib, undagi o’rganish obekti munosabatlar tizimidagi kishilar, ularning bilish jarayonlari, ong tizimiga taalluqli bo’lgan kognetiv holatlar bo’ldi. Kognitizm doirasida shunday mukammal, boshqalarga o’xshamas nazariyalar yaratildiki, ular hozirgi kunda ham o’z ahamiyatini yo’qotgani yo’q. Masalan, F.Xayderning balanslashtirilgan tizimlar nazariyasi, T.Nyukomning kommunikativ aktlar nazariyasi, Festingerning kognitiv dissonanslar nazariyasi va boshqalar shular jumlasiga kiradi. Ulardagi asosiy g’oya shundan iboratki, shaxs o’ziga o’xshash shaxslar bilan muloqotga kirishar ekan, doimo munosabatlarda ruhiy mutanosiblik tenglik bo’lishiga, shu tufayli ziddiyatlardan chiqishga harakat qiladi. Maqsad – turli ijtimoiy sharoitlarda shaxs xulq-atvorining psixologik sabablarini tushuntirish va ziddiyatlarning oldini olish uchun yo’l-yo’riqlar ishlab chiqishdan iborat. Hozirgi davrda ham taniqli ijtimoiy psixologlar G.Olport, A.Maslou, K.Rodjers va ularning safdoshlari gumanistik psixologiya doirasida bu ishlarni faol davom ettirmoqdalar.

Yuqorida ta’kidlangan strukturalizm, funksionalizm, bixeviorizm, freydizm oqimlari jahon psixologiya ilmining shakllanishiga asos bo’lgan bo’lsa, ular ta’sirida shaklangan boshqa o’nlab: assotsiativ psixologiya, geshtaltpsixologiya, gumanistik psixologiya, ekzistensial psixologiya, kognitivizm, ramziy interaktsionizm kabi yo’nalishlar uning qator masalalarini hal qilishga o’z hissasini qo’sha oldi. Eng muhimi – XX asrga kelib, psixologiyaning tadbiqiy sohalari paydo bo’ldi-ki, endi qo’lga kiritilgan yutuqlar bevosita ta’lim, tarbiya, sanoat, biznes, marketing xizmatlari, boshqaruv, sog’liqni saqlash, huquqbuzarlikni oldini olish sohalarga dadil joriy etila boshlandi.

Hozirgi zamon psixologiyasida fanning qanchalik qadimiyligiga qaramay qator xal qilinishi zarur muammolar, turli oqimlar va olimlar tomonidan ilgari surilayotgan taxminiy farazlar mavjuddir.

Ba’zan bir-birini to’ldiradigan yoki birini ikkinchisi inkor etadigan kontseptsiyalar va nazariyalar ham bor. Bu singari turli muammo va qarashlarni to’gri anglab etish hozirgi zamon psixologiyasining asosiy prinsiplariga suyangan holda ilmiy tadqiqotlar olib borilishiga bog’liq hal qilinadi. Psixologiya fanini muayyan sohalarga bo’lishda aniq, yaqqol faoliyatining psixologik tomoni, insonning jamiyatga nisbatan psixologik munosabati, taraqqiyotining psixologik jabhasi asos qilib olingan.

O’z-o’zini tekshirish uchun savollar.

1. Psixologiya so’zi qanday ma’noni anglatadi?
2. Psixologiya predmeti nimadan iborat?
3. Psixika deganda nimani tushunasiz?
4. Ilmiy psixologiya nimani anglatadi?
5. Psixologiyaning o’rganadigan obyektini tushuntirib bering.
6. Psixik hodisalar haqida qanday ma’lumotlarga egasiz?
7. Psixik holatlarga nimalarni kiritish mumkin?
8. Psixik jarayonlar nimlarni o’z ichiga oladi?

Adabiyotlar:

1. Sh.M.Mirziyoev.Erkin va farovon, demokratik O‘zbekiston davlatini mard va olijanob xalqimiz bilan birga quramiz Toshkent 2016 y

2.Karimov I.A. YUksak ma’naviyat - engilmas kuch. -T.: Ma’naviyat, 2008.

3. Z.Ibodullaev. “Tibbiyot psixologiyasi”. T., 2008 yil darslik.

4. П.I.Ivanov .Zufarova.”Умумiy psixologiya”T., 2008 yil darslik.

4.A.Maqsudova.”Muloqot psixologiyasi” .T.; 2006 yil darslik.

5.Nishonova va SH.Asomiddinova. «Psixologik maslahat» .T .2010 yil

6.Goziev E.F. Умумiy psixologiya. Toshкent 2010

7.Davletshinm.G. Psixologiyadan qisqaча izohli lugat. Toshкent. 1999

2-Mavzu: Psixologiyada shaxs muommasi. Shaxs faoliyati va uning individual-psixologik xususiyatlari xarakter ,temperament, qobiliyat.

Reja:

1.Shaxs ,individ individuallik haqida tushuncha

2. Shaxs faoliyati va uning yonalishi

3.Faollik va uning turlari

4.Motiv va motivatsiya

5. Shaxsning individual-psixologik xususiyatlari xarakter ,temperament, qobiliyat.

T a y a n c h s o' z v a i b o r a l a r :

Faoliyat, o'yin, mehnat, o'qish, ta'lim, motiv, motivasiya, harakat, hatti-harakat. Malaka, odat, salbiy odatlar, ijobiy odatlar, harakatning avtomatlashuvi, faoliyat, shaxs.a Shaxs, shaxs xususiyatlari, individ, individuallik, frustratsiya, ustanovka, ijtimoiylashuv, "Men" obrazi, shaxs faolligi, faoliyat, ehtiyojlar irearxiyasi, motiv, motivatsiya, assertivlik, assertiv xulq, temperament, xolerik, sangvinik, melanxolik, flegmatik, gumoral nazariya, ekstravertlik, introvertlik, xarakter, qobiliyat, talant, geniallik, iste'dod,

"Shaxs" tushunchasi bilan bog‘liq bo‘lgan ko‘pgina savollar psixologiya fani tomonidangina emas, balki falsafa, pedagogika, sotsiologiya, kriminalogiya va boshqa fanlar tomonidan ham o‘rganiladi.

Shaxs - idrok qiladi, esda olib qoladi, fikr yuritadi. Psixologiyada ***«shaxs» tushunchasi*** eng ko‘p qo‘llaniladigan tushunchalar sirasiga kiradi. Psixologiya o‘rganadigan barcha fenomenlar aynan shu tushuncha atrofida qayd etiladi. Inson ruhiy olami qonuniyatlari bilan qiziqqan har qanday olim yoki tadqiqotchi ham shaxsning ijtimoiyligi va aynan jamiyat bilan bo‘lgan aloqasi masalasini chetlab o‘tolmagan. ***Shaxs*** - ijtimoiy va shaxslararo munosabatlarning mahsuli, ongli faoliyatning subekti bo‘lmish individdir. SHaxsga taalluqli bo‘lgan eng muhim tasnif ham uning jamiyatdagi murakkab ijtimoiy munosabatlarga bevosita aloqadorlik, ijtimoiy faoliyatga nisbatan ham obekt, ham subekt bo‘lishlikdir.

SHaxsga taalluqli bo‘lgan fazilatlardan eng muhimi shuki, shu tashqi, ijtimoiy ta’sirlarni o‘z ongi va idroki bilan qabul qilib (obektni), so‘ngra shu ta’sirlarning subekti sifatida faoliyat ko‘rsatadi. Oddiy qilib aytganda, inson bolasi ilk yoshlikdanoq «mening hayotim», «bizning dunyo» degan ijtimoiy muhitga tushadi. Bu muhit o‘sha biz bilgan va har kuni his qiladigan siyosat, huquq, axloq olamidir. Bu muhit - kelishuvlar, tortishuvlar, hamkorliklar, an’analar, udumlar, turli xil tillar olami bo‘lib, undagi ko‘plab qoidalarga ko‘pchilik mutloq qo‘shiladi, ba’zilar qisman qo‘shiladi. Bu shunday qoidalar va normalar olamiki, ularga bo‘ysunmaslik jamiyat tomonidan qoralanadi, ta’qiblanadi. Demak, "shaxs" haqida gapirganimizda, biz shu narsani hisobga olamiz, shaxs - ijtimoiy individ bo‘lib, ijtimoiy munosabatlar, faoliyatlar va muomalaga kirishuvchi subekt. Individ termini odamning biologik mavjudot ekanligini bildirsa, shaxs termini - uning ijtimoiy mavjudligidir. ***Odam individ bo‘lib tug‘iladi, shaxs bo‘lib shakllanadi.***

Odamning ijtimoyligi uning biologik holati bilan ajratilgan emas. SHaxsning individligi boshidayoq kiritilgan va shaxsiy sifati keyinchalik yuzaga keladi. Kelgusida u yuqori shaxsiy darajasi bilan namoyon bo‘ladi.

XX asr psixologi va filosofi erik Fromm shaxs tushunchasiga shunday ta’rif bergan. «SHaxsda shunday yaxlit tug‘ma va orttirilgan psixik xususiyatlar borki, u individni xarakterlab beradi va qaytarilmasligini ifodalaydi. SHaxs xususiyatlari - temperament, qobiliyat, hissiy-irodaviy sifatlar va xarakterni o‘z ichiga oladi. Ammo, shaxsning mohiyati - bu uning yo‘nalganligi, uning motivatsiyalari, ijtimoiy munosabatlari va ustanovkalari (ko‘rsatmalari), shu bilan birga albatta o‘z-o‘ziga munosabatidir».

Mehnat tufayli hayvonot olamidan chiqqan va jamiyatda rivojlanuvchi, til yordamida boshqa odamlar bilan munosabatga kirishuvchi odam shaxsga - voqelikni biluvchi hamda aktiv o‘zgartiruvchi subektga aylanadi. SHaxs tushunchasini to‘la bilish uchun avvalambor, «Individ», «SHaxs» va «Individuallik» tushunchalarini ko‘rib chiqamiz.

Individ - bu biologik, fiziologik, ijtimoiy, psixologik xususiyatlari birligida alohida olingan insondir. Individ bo‘lib dunyoga kelgan insonni shaxs bo‘lib shakllanishi uchun bir qancha shartlar zarur bo‘ladi:

1.	***Ijtimoiylik***	individ ijtimoiy sharoitda, ya’ni kishilik jamiyatida shaxs bo‘lib shakllanadi
2.	***Ongga ega bo‘lishi***	tevarak – atrof to‘g‘risida bilimga ega bo‘lish, o‘zlikni anglash, bilish faoliyat maqsadlarini shakllanishi
3.	***Aktivligi***	faoliyat maqsadlariga erishishga yo‘naltirilganligi
4.	***Ehtiyojlarining shakllanishi***	avvalambor ma’naviy, madaniy, o‘z-o‘zini mukammallashtiradigan ehtiyojlarni rivojlanishi

Har bir individ yoshlik chog‘idayoq tayyor holdagi ijtimoiy munosabatlar tizimiga duch keladi va bu munosabatlar jarayonida shaxs sifatida shakllanadi. SHuning uchun ham shaxs ijtimoiy munosabatlarning majmuidan iboratdir. SHaxs va uning mohiyati haqidagi psixologik ta’limotga muvofiq har bir konkret shaxs o‘zi mansub bo‘lgan ijtimoiy muhit va siyosiy sharoitning mahsulidir.

Psixologik tadqiqotlar natijalariga ko‘ra, odam hayotining ilk davri - tirik mavjudotlik bo‘lib, bu tirik mavjudot dunyoga kelgandan keyin ijtimoiy taraqqiyot jarayonida shaxs sifatida shakllanadi. CHaqaloq dunyoga kelishining birinchi kunidanoq bevosita ijtimoiy muhitning doimiy ta’siri ostida bo‘ladi. Agar tirik mavjudot sifatida dunyoga kelgach, odam ijtimoiy muhitdan chetda qolsa, unda shaxslik belgilari paydo bo‘lmaydi va rivojlanmaydi.

Psixologiyada shaxs ijtimoiy munosabatlarning subekti va obekti tarzida ko‘riladi. CHunki ijtimoiy munosabatlarga kirishuvchi va ijtimoiy taraqqiyotda faol qatnashuvchi odamgina shaxs hisoblanadi.

SHaxsning eng muhim xususiyatli jihatlaridan biri - bu uning ***individualligidir***, ya’ni yakkaholligidir.

Individuallik – bu kishining o‘ziga xosligi, uni boshqa odamlardan farqini aks ettiruvchi psixologik va fiziologik fazilatlar birikmasi. SHaxsning eng qimmatli sifatlaridan biri mustaqillik, ichki erkinlik, ichki o‘ziga xoslikdir. Mustaqillik o‘zganing yo‘l-yo‘rig‘isiz muhim qarorga kelish va uni amalga oshirish qobiliyatini; mas’ullik, o‘z xatti-harakatlari uchun javob berishga tayyorlikni; xulq, fe’l-atvorning realligiga, ijtimoiy jihatiga va ma’naviy to‘g‘riligiga bo‘lgan e’tiqodni o‘z ichiga oladi. Psixologiyada shaxsni bir qancha sturkturalari ishlab chiqilgan. SHulardan biri K.K. Platonov tomonidan taklif etilgan ***shaxsning dinamik funksional buzilishi***ni ko‘rib chiqamiz:

2-shakl

1.	***Ishonch va ishonchsizlik krizisi***	1 yoshgacha davrdagi vaqt
2.	***Uyat va shubhaning aksi avtonomlashishi***	2 – 3 yoshda
3.	***SHaxsning yo‘naltirilganligi. SHakllanish usuli – tarbiya***	dunyoqarashlari, e’tiqodlari, ideallari, intilishlari, qiziqishlari, istaklari
4.	***SHaxs tajribasi. SHakllanish usuli - ta’lim***	bilim, malaka, ko‘nikma, odatlar
5.	***Psixik protsesslarning xususiyatlari. SHakllanish formasi – mashqlar***	diqqat, sezgi, idrok, xotira, taffakur, xayol, hissiyot iroda
6.	***Biolopsixik xususiyatlar. SHakllanish formasi –***	oliy nerv faoliyatining tipi, temperament, layoqatlar jinsiy farq

	trenirovka	

Z.Freyd tomonidan ishlab chiqilgan «psixoanaliz» nazariyasini psixodinamik, noeksperimental nazariyalarga kiritish mumkin. Bu nazariyada shaxsning butun hayoti olinib, shaxs sifatida uni ta’riflash uchun uni ehtiyoj va motivlari ko‘rib chiqiladi.

Gumanistik nazariya namoyondalari (A.Maslou, K.Rodjers) shaxs bo‘lib shakllanayotgan insonga shaxsni mukammalashishining asosi o‘z-o‘zi aktivlashtirishga intilish asosiy xususiyat deb hisoblaydilar.

A.N.Montev konsepsiyasida esa shaxsning tuzilishi va rivojlantirishda asosiy o‘rin faoliyatiga ajratiladi.

SHaxs individual taraqqiyotining muhim omillaridan yana biri uning yoshiga bog‘liq bo‘lgan xususiyatlardir. CHunki taraqqiyotning har yosh bosqichi o‘zining rivojlanish omillariga, qonuniyatlariga, yangiliklari va o‘zgarishlariga ega bo‘lib, ular shaxsning xarakteri, temperamenti, iqtidori, bilish jarayonlariga bevosita ta’sirini o‘tkazadi.

Hozirgi zamon psixologiyasining taniqli vakili A.V.Petrovskiy inson taraqqiyotiga shaxsni tarkib toptirishning sotsial-psixologik nuqtai nazardan yondashib, o‘ziga xos original klassifikatsiyasini yaratadi. Ushbu nazariya negizida yuksalish, etuklikka intilish g‘oyasi mavjudligi sababli bolalik, o‘smirlik, o‘spirinlik davrlari yotadi, xolos. A.V.Petrovskiygacha psixologlar taraqqiyotning bir tekis jihatini olib o‘rgangan bo‘lsalar, bundan farqli o‘laroq u shaxs shakllanishining prosotsial va asotsial bosqichlari mavjud bo‘lishi mumkinligini dalillab berishga harakat qiladi. A.V.Petrovskiy shaxsning shakllanishini quyidagi bosqichlardan iborat bo‘lishini ta’kidlab o‘tadi.

Birinchi davr - go‘daklikda tashqi dunyoga ongsiz «ishonch» tuyg‘usi vujudga keladi. Buning bosh sababi ota-onaning mehr-muhabbati, g‘amho‘rligi va jonkuyarligidir. Agar go‘dakda ishonchning negizi paydo bo‘lmay, borliqqa ishonchsizlik tuyg‘usi paydo bo‘lsa, voyaga etgan odamlarda mahdudlik, umidsizlik vujudga kelish shubhasizdir.

Ikkinchi davr - ilk bolalikda yarim mustaqillik va shaxsiy qadr–qimmat tuyg‘usi shakllanadi yoki aksincha, uyat va shubha hissi hosil bo‘ladi. Bolada mustaqillikning o‘sishi unga o‘z tanasini boshqarish uchun keng imkoniyat yaratib, bo‘lg‘usi shaxs xususiyatlaridan tortib unda ma’suliyat, intizom, javobgarlik, hurmat tuyg‘ulari tarkib topishiga zamin hozirlaydi.

Uchinchi davr - o‘yin yoshi deb ataladi va unga 5–7 yoshli bolalar kiradi. Bu davrda tashabbus tuyg‘usi, qandaydir ishlarni amalga oshirish, bajarish mayli tarkib topadi. Mabodo boladagi xohish istakni ro‘yobga chiqarish yo‘li to‘sib qo‘yilsa, buning uchun u o‘zini aybdor deb hisoblaydi. Mazkur davrda davra, ya’ni guruh o‘yinlarga, tengqurlari bilan muloqotga kirishish muhim ahamiyat kasb etadi: bola turli rollar bajarib ko‘rishga intiladi, uning hayoloti o‘sishiga imkon yaratiladi. Xuddi shu davra bolada adolat tuyg‘usi, uni tushunish mayli tug‘ila boshlaydi.

To‘rtinchi davr - maktab yoshi boladagi asosiy o‘zgarishlar: ko‘zlagan maqsadiga erishish uchun intilish, uddaburonlik va tirishqoqlik bilan ajralib turadi. Uning eng muhim qadriyati omilkorlik va mahsuldorlikdan iboratdir. Bu yosh davrining salbiy jihatlari ham bo‘lib, ular ijobiy xislatlari etarli bo‘lmasligi, ong hayotning barcha qirralarini qamrab ololmasligi, muammolarni hal qilishda aql-zakovat darajasining pastligi, bilimlarni o‘zlashtirishdagi qoloqlik va hokazolardir, shu davrda shaxsning mehnatga munosabati shakllana boshlaydi.

Beshinchi davr - o‘spirinlik betakror xislati, o‘ziga xosligi, boshqa odamlardan keskin farqlanishi bilan xarakterlanadi. SHuningdek, o‘spirinlik shaxs sifatida noaniqlik muayyan rolni uddalamaslik, qat’iyatsizlik kabi salbiy sifatlarga ham ega. Mazkur davrning eng muhim xususiyati «rolini kechiktirish»ning o‘zgarishi hisoblanadi. U ijtimoiy hayotda bajarayotgan rollar ko‘lami kengayadi, lekin ularni barchasini jiddiy egallash imkoniyatiga ega bo‘lmaydi, shuningdek, rollarni o‘zida sinab ko‘rish bilan cheklanadi, xolos.

Oltinchi davr - yoshlik boshqa jinsga psixologik intim yaqinlashuv qobiliyati va ehtiyoj yuzaga kelishi bilan ajralib turadi. Bunda ayniqsa, jinsiy mayl alohida o‘rin tutadi. YOshlik tanholikni yoqtirish, odamovilik kabi yoqimsiz xususiyat bilan ham farqlanadi.

Ettinchi davr **-** etuklik davrida hayotiy faoliyatning barcha sohalarida mahsuldorlik tuyg‘usi uzluksiz hamroh bo‘ladi va ezgu niyatlarning amalga oshishida turtki bo‘ladi. Bu davrda ayrim jihatlarda turg‘unlik tuyg‘usi salbiy xususiyat sifatida hukm surishi mumkin.

Sakkizinchi davr **-** qarilik, inson sifatida o‘z burchini uddalay olganligidan, qanoatlanish xususiyatlari mavjud. Salbiy xususiyat sifatida hayot faoliyatidan ko‘ngil sovish, noumidlikni aytish mumkin. Eng muhim jihati esa donolik, soflik, gunohlardan forig‘ bo‘lish har bir holatga shaxsiy va umumiy nuqtai nazardan qarash.

E.Erikson konsepsiyasiga ko‘ra, shaxs shakllanishida ushbu bosqichlarni birma-bir bosib o‘tadi va har bir bosqichda insonning ichki dunyosida sifat o‘zgarishlar, atrofdagi kishilarga bo‘lgan munosabatlarida esa radikal (keskin) o‘zgarishlar ro‘y beradi.

Ko‘rib o‘tilgan nazariyalar shaxs rivojlanishida turli yosh davrlarining kechishi muqarrar jarayon ekanligini ko‘rsatadi. Bu yosh davrlarida shaxsning shakllanishi va etuklikka erishishida ijtimoiy ta’siri beqiyosdir. Har bir taraqqiyot davri ijtimoiy jarayonda o‘ziga xos bo‘lgan qonuniyatlarni boshidan kechiradi va xususiyatlarni namoyon qiladi, o‘ziga xos bo‘lgan fazilatlarni shakllantiradi.

Inson - ijtimoiy mavjudotdir. U tug‘ilgan kunidan boshlab o‘ziga o‘xshash insonlar qurshovida bo‘ladi va uning butun ruhiy imkoniyatlari ana shu ijtimoiy muhitda namoyon bo‘ladi. Odam o‘zining birinchi ijtimoiy tajribasini gapirmasdan oldin egallaydi. Bu tajriba ijtimoiy ta’sir natijasida subektiv ravishda egallanadi va u shaxsning ajralmas qismi hisoblanadi.

Ijtimoiylashuv **-** inson tomonidan ijtimoiy tajribani egallash, hayot va faoliyat jarayonida uni faol o‘zlashtirish jarayonidir. Boshqacha qilib aytganda, ijtimoiylashuv har bir shaxsning jamiyatga qo‘shilishi, uning normalari, talablari, kutishlari va ta’sirini qabul qilgan holda, har bir harakati va muomalasida namoyon etishidir.

Demak, ijtimoiylashuv jarayoni odamlarning muloqoti va ularning birgalikdagi faoliyati bilan ajralmas bog‘liqdir. Bu tajribani egallash subektivdir. Bir xil ijtimoiy vaziyat har xil shaxslar tomonidan turlicha idrok qilinadi va har xil ta’sir ko‘rsatadi. SHuning uchun turli shaxslar bir xil obektiv ijtimoiy vaziyatda har xil ijtimoiy tajriba orttiradilar. Bu holat bir vaqtning o‘zida ikkita qarama-qarshi va bir xil jarayon - ijtimoiylashuv va individuallik jarayoni asosida yotadi.

SHaxsning ijtimoiylashuvi deganda bolaning psixologik, intellektual shaxsiy rivojlanishida ijtimoiy tajribalarni o‘zlashtirishning natijalaridir, ya’ni ta’lim tarbiya ta’sirida psixik funksiyalarni o‘zgartirish, ijtimoiy ma’naviy qadriyatlarni, dunyoqarashni xulq-atvordagi norma va qonunlarni shakllantirishdan iborat.

SHaxs o‘z hayot yo‘lini, maqsadlarini kasbini mustaqil tanlash, o‘zining psixologik va fiziologik xatti-harakatlarini boshqara olishi va amalda o‘z qobiliyati, layoqatlaridan to‘la foydalana olishi, doim o‘zini mukammallashtirishga intilishi zarur.

SHaxsning o‘zi, o‘z xulq-atvori xususiyatlari, jamiyatdagi mavqeini tasavvur qilishdan hosil bo‘lgan obraz - ***“Men” obrazi*** deb atalib, uning qanchalik adekvatligi va reallikka yaqinligi shaxsning jamiyatdagi ijtimoiy mavqeini belgilaydi va uning barkamollik mezonlaridan hisoblanadi.

“Men” obrazining ijtimoiy psixologik ahamiyati shundaki, u shaxs tarbiyasining va tarbiyalanganligining muhim omilidir. SHu nuqtai nazardan olib qaraganda, tarbiyaga shaxsni o‘zi o‘z sifatlari to‘g‘risidagi tasavvurlarini shakllantirish jarayonidir, deb ta’rif berish mumkin. Demak, har bir inson, o‘zligini qanchalik aniq va to‘g‘ri bilsa, tasavvur qilolsa, uning jamiyat normalariga zid harakat qilish ehtimoli ham shunchalik kam bo‘ladi, ya’ni u tarbiyalangan bo‘ladi.

“Men” obrazining shakllanishi, rivojlanishi va o‘zgarishi ichki va tashqi qoidalarga bog‘liq. Tashqi muhit (oila, maktab, rasmiy va norasmiy guruhlar) “Men” obrazining shakllanishiga kuchli ta’sir ko‘rsatadi. Ijtimoiylashuv jarayonida “Men” obrazining shakllanishida oila asosiy rol o‘ynaydi.

Shaxs faoliyati va ijtimoiy xulq motivlari.

Jamiyat bilan doimiy munosabatni ushlab turuvchi, o‘z-o‘zini anglab, har bir harakatini muvofiqlashtiruvchi shaxsga xos bo‘lgan eng muhim va umumiy xususiyat - bu uning ***faolligidir.***

Faollik (lotincha “actus” - harakat, “activus” - faol so‘zlaridan kelib chiqqan tushuncha) shaxsning hayotdagi barcha xatti-harakatlarini namoyon etishini tushuntiruvchi kategoriyadir. Bu - oddiy qo‘limizga qalam olib, biror chiziqcha tortish bilan bog‘liq elementar harakatimizdan tortib, toki ijodiy uyg‘onish paytlarimizda amalga oshiradigan mavhum fikrlashimizgacha bo‘lgan murakkab harakatlarga aloqador ishlarimizni tushuntirib beradi. SHuning uchun ham psixologiyada shaxs, uning ongi va o‘z-o‘zini anglashi muammolari uning faolligi, u yoki bu faoliyat turlarida ishtiroki va uni uddalashiga aloqador sifatlari orqali bayon etiladi.

Extiyojlar faollik manbaidir. Tirik mavjudotlarning atrofdagi olam bilan xayotiy axamiyatga molik boglanishlar bulishini ta'minlaydigan faoliyati ularga xos yalpi xususiyat xisoblanadi. Faollik-bu tirik mavjudotda tashki ta'sirotlarga nisbatan" uz kuchi bilan javob kilish" kobiliyatining borligidir.

Jonli mavjudotni muayyan tarzda va muayyan yunalishda xarakat kilishga undaydigan extiyojlar uning faolligi manbai bulib xisoblanadi. ***Extiyoj-jonli mavjudotning xayot kechirishning konkret shart-sharoitlariga uning karamligini ifoda etuvchi va bu shart-sharoitlarga nisbatan uning faolligini vujudga keltiruvchi xolatidir*.**

Kishining faolligi extiyojlarning kondirilishi jarayonida namoyon buladi. Xuddi shu urinda odamning faolligi shakllari bilan xayvonning xatti-xarakatlari faolligi urtasidagi tafovutlar ayon buladi. Xayvon uz extiyojlarining ob'yekti bulishi xamda unda ularni egallab olish uchun faol intilishga da'vat etishi extimoli borligini uzining tabiiy tuzilishiga (tanasining va a'zolarining tuziligiga, instinktlarining boyligiga) kura bamisoli oldindan bilishi tufayli faollik bilan xarakat kiladi. Xayvonlar extiyojini kondirilishi jarayoni ularning muxitga yaxshirok moslashuvini ta'minlaydi. Masalan, kunduz xatti-xarakatining tugma ravishda xosil bulgan programmasi uning kuruvchilik extiyojlarini kamrab kolmasdan, balki bu extiyojlarni kondirish ob'yektlari: tugon kuriladigan daraxtlarning navlari, daraxtlarning suvga yakinligi, "urmon kesish" usullari (kunduzlar daraxtning shoxi aynan suvga tushishini muljallab, uning suvga karshi tomonini kemiradi) va xokazolar xam aks etgan buladi.

Shunday kilib, **xayvonning extiyojlarida uning faolligi omili sifatida tabiatdan olingan buyum bevosita ishtirok etadi.**

Odamning faolligi va faollikning manbai bulgan insoniy extiyojlar tamomila boshkacha manzara kasb etadi. **Kishining extiyoji uni tarbiyalash jarayonida, ya'ni kishilik madaniyati olami bilan yakinlashtirish jarayonida shakllanadi.** Tabiatdan olinadigan buyum shunchaki oddiy ulja, ya'ni fakat biologik ma'noga ega ovkat tarzidagi buyum bulmay koladi. Odam kurollar yordamida buyumni tarixiy tarakkiyot maxsuli xisoblanmish xususiy extiyojlariga moslashtirilgan xolda tubdan uzgartirishga kodirdir. Shuning uchun xam **kishining uz extiyojlarini kondirish jarayoni ijtimoiy tarakkiyot bilan belgilanadigan faoliyat shaklini egallashning faol, muayyan maksadga yunaltirilgan jarayoni sifatida aloxida ajralib turadi.**

Extiyojlar kondirilishi jarayonida rivojlanib va uzgarib boradi. Ular xozirgi zamon kishisida uning ajdodlarida bulganiga karaganda boshkachadir, uning avlodlarida xam boshkacha buladi. Kishining extiyojlarini tula-tukis kondirish uni xar tomonlama rivojlantirishning eng muxim shartlaridan biri xisoblanadi, lekin bu yakkayu yagona shart emas, albatta. Buning ustiga kamolotga erishishning boshka shart-sharoitlari (va birinchi navbatda mexnat) mavjud bulmasa, uz extiyojlarini osongina kondirish imkoniyati kishini kupincha inkirozga uchratadi. Mexnat bilan yunaltirilmaydigan tekinxurlik extiyojlari zid xulk-atvor (ba'zan esa jinoiy xatti-xarakat)ning manbai bulib kolishi mumkin va ayrim kishilarda shunday bulmokda.

Extiyojlarning turlari. Kishining extiyojlari xam ijtimoiy, xam shaxsiy xarakterga egadir. Bu, birinchidan, xatto shunchaki tor ma'nodagi shaxsiy xarakterga ega bulib tuyuladigan (masalan, ozik-ovkat bilan boglik) extiyojlarni kondirish uchun xam ijtimoiy mexnat taksimotining maxsulidan (dasturxonga non seleksiyachilar, agronomlar, traktorchilar, kombaynchilar, elevatorlarning xodimlari, tegirmonchilar, novvoylar, sotuvchilar va boshka shu kabi odamlar mexnat gayrat-shijoatlarining moddiylashgan maxsuli sifatida kelib tushadi) foydalanilishida uz ifodasini topadi. Ikkinchidan, kishi uz extiyojlarini kondirish uchun mazkur ijtimoiy muxitda tarixan tarkib topgan vositalar va usullardan foydalanadi xamda muayyan shart-sharoitlarga extiyoj sezadi. (Bir parcha gushtni iste'mol kilish uchun xech bulmaganda usha gusht tegishli usulda tayyorlangan bulishi lozim. Kishida likobcha, pichok va vilka, ba'zi bir gigena talablariga rioya kilish va shu kabilarga extiyoj tugiladi.) Va nixoyat, uchinchidan kupgina extiyojlari uning tor ma'nodagi shaxsiy talab-

extiyojlaridan kura kuprok kishi uzi mansub bulgan va birgalikda mexnat kiladigan jamiyatning, jamoaning, guruxning extiyojlarini ifodalaydi-**jamoa extiyojlari kishining shaxsiy extiyojlari tusini kasb etadi.**

Extiyojlar kelib chikishga va predmetiga kura farklanadi.

Kelib chikishiga kura extiyojlar tabiiy va madaniy bulishi mumkin.

Tabiiy extiyojlarda kishining faollik kasb etayotgan faoliyati, uning xayoti va uning avlodi xayotini saklash va kullab-kuvvatlash uchun zarur bulgan shart-sharoitlarga buysunganlik ifodalanadi. Barcha odamlarda ovkatlanishga, suv ichishga, karama-karshi jinsning mavjud bulishiga, uxlashga, sovukdan va xaddan ziyod issikdan saklanishga va xokazolarga tabiiy extiyoj buladi. Agar tabiiy extiyojlardan kaysi biri biron darajada uzok vakt davomida kondirilmasdan kolsa, odam mukarrar ravishda xalok buladi yoki sulolasini davom ettirish imkoniyatidan maxrum buladi.

Garchand tabiiy extiyojlar (ularning soniga kura) odamning xayvon ajdodlaridagi va ibtidoiy odamlardagi kabi tarzda kolgan bulsa xam, lekin ular uz psixologik moxiyatiga kura xayvonlarning tabiiy extiyojlaridan tubdan fark kiladi. Extiyojlarni kondirishning usullari va kurollari uzgaribgina kolmasdan, eng muximi, extiyojlarning uzi uzgarib bormokda, endilikda xozirgi zamon kishisi uni miloddan oldingi ajdodlarga karaganda boshkacha tarzda xis etmokda. "Ochlik bu ochlik demakdir, lekin pishirilgan gushtni pichok va ailka yordamida iste'mol kilish orkali kondiriladigan ochlikka nisbatan xom gushtni kullar, tirnoklar va tishlar yordamida yamlab yutiladigan ochlik boshkacha tarzdagi ochlikdir". Shunday kilib, kishining tabiiy extiyojlari ijtimoiy-tarixiy xarakterga egadir.

Kishi extiyojlarining rivojlanishi xususiyatlari. Xayvonning xatti-xarakatlari xamisha u yo bu extiyojni kondirishga bevosita yunaltirilgan buladi. Extiyoj xayvonni fakat faollikka undab kolmasdan, balki ushbu faollikning shakllarini xam belgilaydi. Misol uchun ovkatlanish extiyoji (ochlik) xayvonda, jumladan, ovkatlanish faolligini vujudga keltiradi-ogzida sulak ajratila boshlanadi,ovkatni izlash yoki uljani poylash, egallash va uni iste'mol kilish kabi jarayonlar yuz bera boshlaydi. Shartli refleks-bu faollikni yangi kuzgatuvchilar (masalan, kungirok chalinishi) bilan yoki yangi xarakatlar (masalan, tepkini bosish) bilan boglanishi mumkin. Lekin bundan xayvonning xatti-xarakati tuzilishi shundayligicha koladi. Kungirokning chalinishi tashki kuzgatuvchilar okimidan aynan ovkatlanish xakida xabar beruvchi signal sifatida ajralib turadi. xayvon tepkini bosishni aynan ovkatning berilishiga olib keluvchi xatti-xarakat tarzida bajaradi. Boshka suzlar bilan aytganda, xayvon eng murakkab shartli reflekslar orkali faoliyat kursatgan takdirda xam extiyojlar tugridan-tugri uning psixikasining xam aks ettirish, xam yunaltirish funksiyalarini belgilaydi. Xayvon organizmining talab-extiyojlari psixika tevarak-atrofdagi olamga nimalarni in'om etishi va kanday javob xatti-xarakatlarini keltirib chikarishini belgilab beradi.

Odamning xulk-atvori esa butunlay boshkacha tarkib topgandir. Stulchada utirib, ovkat yeya oladigan kichkinagina bolaning xatti-xarakatlarini xam uning tabiiy extiyojlari tufayli xosil bulgan deb aytish mumkin emas. Ovkatlanish extiyojini kondirish uchun uzicha koshikning sira xojati yuk Lekin tarbiyaning ta'sirida bu xildagi predmetlar bola uchun yukoridagidek extiyojni kondirishning zarur sharti bulib koladi. Asl ma'nodagi extiyojning uzi emas, balki unikondirishning jamiyatda kabul kilingan usullari xatti-xarakatning shakllarini keltirib chikara boshlaydi.

Shunday kilib, bolaning faolligi rivojlantirishning dastlabki boskichlaridayok biologik jixatdan axamiyatga molik buyumlar emas, balki ularning kishi tomonidan iste'mol kilinishi usullari, ya'ni ushbu buyumlarning ijtimoiy tajribadagi vazifalari uning omillari sifatida maydonga chikadi. Bolaning shu yusinda orttiradigan xatti-xarakat shakllari-*bu buyumlar bilan munosabatda bulishning jamiyat tomonidan* ularning kishilar amaliyotdagi vazifalariga muvofik tarzda *ishlab chikilgan usullaridir:* stolning atrofidautiriladi, koshik bilan ovkat yeyiladi, kravatchada uxlanadi va xokazo.

Faoliyat va uning maqsadlari haqida tushuncha. Agar xayvonlarning xatti-xarakati butunlay atrof-muxit bilan belgilansa, kishining faolligi uning ilk yoshlaridanok butun insoniyat tajribasi va jamiyat talablariga kura yunaltirib boriladi. Xatti-xarakatning bu turi shu kadar uziga xoslikka egaki, psixologiyada uni atash uchun maxsus termin-*faoliyat* termini kullaniladi. Faollikning bu, aloxida maxsus insoniy turining fark kiluvchi psixologik belgilari nimalardan iborat?

Bu fark kiluvchi belgilardan biri shundan iboratki, faoliyatning mazmuni tamomila uni keltirib chikargan extiyoj bilan belgilanmaydi. Basharti motiv sifatidagi extiyoj faoliyatning shaklllari va mazmuni ijtimoiy shart-sharoitlar, talablar va tajriba bilan belgilanadi. Masalan, kishini ishlashga undagan motiv (sabab) ovkatga nisbatan extiyoj tugilishidan xam kelib chikishi mumkin. Lekin odam stanokni, masalan, uning

ochligini bartaraf etish uchun emas, balki bu unga topshirilgan detalni tayyorlash imkonini bergani uchun xam boshkaradi. Uning faoliyati mazmunishunchaki extiyoj bilan emas, balki maksad bilan-undan jamiyat talab kilayotgan muayyan maxsulotni tayyorlash uchun belgilanadi. Kishining nima uchun muayyan tarzda xarakat kilayotgani uning *nimani kuzlab* ish kilayotganiga mos kelmaydi. Uni faoliyatga undovchi xoxish-istaklar, sabab bilan ushbu faoliyatni yunaltiruvchi bevosita maksad bir-biriga tugri kelmaydi.

Binobarin, faoliyatning birinchi farkli belgisi shundan iboratki, u faollik manbai bulgan extiyoj sifatida yuzaga chikkan xolda faollikning yunaltiruvchisi bulgan anglanilgan maksad bilan boshkariladi. Ushbu eng muxim belgisini kayd etarkan, shunday deb yozgan edi: "Urgimchakning ishi tukuvchining ishini eslatadi, asalari xam mumdan uya yasab, ba'zi kishilarni-me'morlarni uyatga koldiradi. Lekin eng yomon me'mor xam eng yaxshi asalaridan avvalo shu bilan fark kiladiki, u mmdan uya yasashdan oldin, bu uyani miyasida kuradi. Mexnat prosessining oxirida bu prosess boshlanmasdan oldinrok kishining tasavvurida, ya'ni fikran mavjud bulgan natija xosil buladi. Kishi asalaridan tabiat bergan narsaning formasini uzgartirish bilangina fark kilib kolmaydi; tabiat bergan narsada u uz ongli maksadini xam amalga oshiradi, bu maksad, konun sifatida, kishining ish usulini va bu ishning xarakterini belgilab beradi va kishi uz irodasini ana shu maksadga buysundirishi lozim".

Faoliyat - kishining anglanilgan maksad bilan boshkarib turiladigan ichki (psixik) va tashki (jismoniy) faolligidir.

Shunday kilib, faoliyat xakida gapirish mumkin bulishi uchun kishi faolligida **anglanilgan maqsadning** mavjudligini aniklash lozim. Faoliyatning barcha kolgan jixatlari-uning motivlari, bajarilish usullari, tegishli axborotni tanlash va kayta ishlash anglanilgan bulishi xam, anglanilmagan bulishi xam mumkin. Ular shuningdek chala-yarim tarzda anglanilgan va xatto notugri anglanilgan bulishi xam mumkin. Masalan, maktabgacha tarbiya yoshidagi bola uni uynashga majbur kiladigan extiyojni kamdan-kam tarzda anglab yetgani kabi kichik yoshdagi maktab ukuvchisi uz ukish faoliyatining motivlvrini anglamagan xolda ish kuradi. Intizomsiz usmir uz xatti-xarakatlarining xakikiy motivlarini chala-yarim va kupincha notugri anglaydi. Xatto katta yoshdagi odamlar xam uzlarining notugri va nomunosib xatti-xarakatlari va kiliklarini oklash uchun ularga ikkinchi darajali, "nikoblangan" motivlarni tugri deb da'vo kilishadi.

Fakat motivlar emas, balki faoliyatning u yoki bu rejalarini tanlashga olib kelgan kupgina fikrlash jarayonlari xam kishi tomonidan tula-tukis anglanilgan bulavermaydi. Faoliyatni amalga oshirishning usullariga kelganda shuni aytish kerakki, ularning kupchiligi odatda ongdan tashkari xolda yunaltiriladi. Bunga odatlanib kolingan xar kanday xarakat: yurish, suzlash, xat yozish, avtomobilni boshkarish, musika asbobida kuy chalish va shu kabilar misol bulishi mumkin.

Faoliyatning ana shu barcha jixatlari ongda aks etish darajasi va tulakonliligi tegishli faoliyatning anglanilganligi darajasini belgilaydi.

Faoliyat - vokelikka nisbatan faol munosabat bildirishning shunday bir shaklidirki, u orkali kishi bilan uni kurshab turgan olam urtasida real boglanish xosil kilinadi. Odam faoliyat orkali tabiatga, narsalarga, boshka kishilarga ta'sir kursatadi. Faoliyatda u uz ichki xususiyatlarini ishga solib va namoyon kilib, narsalarga nisbatan *sub'yekt sifatida*, odamlarga nisbatan esa *shaxs sifatida* gavdalanadi. Uz navbatida ularning javobiy ta'sirotini xis kilgan xolda, u shu yul bilan odamlarning, narsalarning, tabiat va jamiyatning xakikiy, ob'yektiv, muxim xususiyatlarini bilib oladi. Uning karshisida narsalar *ob'yektlar sifatida,* odamlar esa *shaxs sifatida* gavdalanadi.

Harakatlar va sa'i-harakatlar. Toshning ogirligini bilish uchun uni kutarib kurmok, parashyutning chidamliligini aniklash uchun esa unda samolyotdan sakrab kurmok kerak. Kishi toshni kutarayotib va parashyutda tushayotib, faoliyat orkali ularning real xususiyatlarini bilib oladi. U ana shu real xarakatlarni timsoliy xarakatlar bilan almashtirishi, ya'ni "tosh ogir" deb aytishi yoki parashyutda tushish tezligi va treaktoriyasini tegishli formula buyicha xisoblab chikishi mumkin. lekin xamisha xam ish amaliy faoliyat birinchi galda turadi. Ushbu faoliyatda fakat tosh yoki parashyutning emas, balki kishining xam uz xususiyatlari (u nima uchun toshni kutardi, parashyutdan foydalandi va xokazo) xam namoyon buladi. Amalyot kishining nimani bilishi va nimani bilmasligini, uning olamda nimani kurayotgan va nimani rad etayotganini belgilaydi va kursatadi. Boshkacha suzlar bilan aytganda, u kishi psixikasining mazmunini va uning mexanizmlarini belgilab beradi va shu bilan barobar ularni namoyon kiladi.

Faoliyatga yullagan maksad, odatda, yo kuprok, yo ozrok darajada uzoklashgan buladi. Shuning uchun xam unga erishish kishi ana shu maksad yulida xarakat kila borgan sari uning oldida paydo buladigan kator juz'iy vazifalarning kishi tomonidan izchilik bilan xal etila borishidan tarkib topadi.

Faoliyatning yolgiz bitta oddiy joriy vazifani bajarishga yunaltirilgan nisbatan tugallangan xar bir shunday kismi harakat deb ataladi.

Kishining narsalar bilan kiladigan sa'i-xarakatlari taxlili shuni kursatadiki, ularning barchasi xam, tashki rang barangiga karamasdan, koida tarikasida gavdaning, oyoklarning va boshning yordamchi sa'i-xarakatlari bilan birga kushilgan uchta oddiy kismdan-''olish'', ''kuchirish'', ''kuyib yuborish''dan tarkib topadi. Sa'i-xarakatlarning xar xil turlarida bu kismlar uz trayektoriyasi, kanchalik davom etishi, kuchi tezligi, sur'ati (ma'lum bir vakt mobaynida takrorlanish soni) bilan va ular tananing kaysi bir kismi bilan bajarilishiga karab farklanadi. Sifat nuktai nazaridan sa'i-xarakatlar anikligi, nishonga tegishli, epchilligi va uygunlashganligi bilan belgilanadi.

Harakatni boshqarish va nazorat qilish Sa'i-xarakatlarning bajarilishi uzluksiz ravishda nazorat kilib va uning nxarakatning pirovard maksadi bilan takkoslangan xolda tugrilab (korrektirovka kilib) boriladi.

Ana shu nazorat va korrektirovka buzilgan takdirda bemorlar xatto eng sodda xarakatlarni xam muvaffakiyatli bajara olmaydigan bulib koladilar. Ular stol ustidagi stakanni kuliga olishda xamisha adashib, kulini boshka tomonga chuzadigan, suv ichish uchun stakanni ogizlariga tugri olib bora olmaydilar, uni keyin urniga kuya olmaydilar. Ular stulga tugri utirisha olmaydi, nonni kesaman deb kul barmoklarini kesib yuborishadi, satrlarga rioya kilgan xolda chiziklar utkazishga kodir emaslar va xokazo.

Kurib turganimizdek, ushbu barcha muljallar sa'i-xarakatlarni aloxida uzicha emas, balki xarakat maksadiga muvofik tarzda belgilaydi. Masalan, pargardan doira chizigi chizish va bulak chiziklarni ulchash uchun foydalanishh urinishlarning turli xil sistemasini takozo etadi. Kalam bilan ''a'' xarfini yozishda ''o'' xarfini yozish chogidagiga karaganda boshkacha urinish buladi. Kechikib kolib avtobus orkasidan chopayotgan yulovchining sa'i-xarakatlari sistemasi rekord kuyishni niyat kilgan yengil atletikachini sira xam kanoatlantirmaydi. Ushbu barcha xollarda aynan bir xil xarakat ob'yektlarini (pargar, kalam, kogoz) yoki xatto ushanday xarakatlarni (yugurish) kurib turibmiz, lekin bu xarakatlarning maksadlari xar xil va shuning uchun bu xarakatlar tarkibiga kiradigan sa'i-xarakatlar sistemasi xam xar xildir.

Kishining maksadi kupincha muayyan vakt ichida xarakatlar yordamida erishilishi mumkin bulgan narsalardan iborat buladi. Demak, maksad miyada faoliyatning bulajak natijasining timsoli, uzgarib turadigan andazasi tarzida namoyon buladi. Aynan usha orzu kilingan (extiyoj sezilgan) bulgusi andaza bilan xarakatning amaldagi natijalari takkoslanadi, aynan usha andaza sa'i-xarakatlarning shakl-shamoilini belgilab va tugrilab turadi. Chunonchi, kishi suv ichish uchun stakanni olib, lablariga yakinlashtirganidagi kabi oddiy bir xolat xam uning xarakatlari orzu kilingan natija (chankokni bosish), shuningdek kul stakanga chuzilishi va sungra stakan bilan birga lablarga kadar borishi andazalari orkali idora kilinadi. Bulgusi xarakat modellari (sa'i-xarakatlari programmasi) va uning natijasi (maksadning programmasi)ni, miyada ushbu xarakatning uzini oldindan xosil kiladigan andazalarni fiziologlar ''xarakat akseptori'' va ''oldindan aks ettirish'', ''xarakatlantiruvchi vazifa'' va ''bulgusi extiyoj andazasi'' ''zaruriy moxiyat'' va ''kelajak andazasi'', ''namuna'', ''uzgarib turadigan andaza'' va kabilar deb aytadilar. Malakalarning shakllanishi har kanday xarakatning taxlil etilgan jixatlarini tegishli tarzda uning motor (xarakat), sensor (xissiy) va markaziy kismlari deb atash mumkin. Shunga muvofik ushbu kismlarning xarakatni amalga oshirish jarayonida bajaradigan vazifalari ijro etish, nazorat kilish va boshkaribturishdan iborat bulishi mumkin. ***Kishi faoliyat jarayonida xarakatlarni ijro etishda, nazorat kilish va boshkarib turishda foydalaniladigan yul-yuriklar ushbu faoliyatning usullari deb ataladi.***

Malakaning tuzilishi. Xarakatning shu tarzda kisman avtomatlashuvi tufayli uning tuzilishida ruy beradigan uzgarishlar kuyidagilardan iboratdir.

1. Sa'i-xarakatlarning ijro etilishi usullari uzgaradi. Bunga kadar uz xolicha yuz berib kator juz'iy sa'i-xarakatlar yagona jarayonga, tarkibiga kirauvchi aloxida soddda sa'i-xarakatlar urtasida tusiklar va uzilishlar mavjud bulmagan bitta murakkab sa'i-xarakatga kushilib ketadi. Masalan, ukuvchi boskichli xarakat sifatida bajaradigan xarakatni uzgartirish jarayoni tajribali shofyor tomonidan bir marta kulni silikkina ishlatgan xolda bajariladi. Ortikcha va keraksiz sa'i-xarakatlar bartaraf etildi. Jumladan, ukuvchi yozuvchi urgana boshlagan paytda bu jarayonni bajararkan, kuplab ortikcha xarakatlar kiladi: tilini chikaradi,gavdasini kimirlatadi, boshini engashtiradi va xokazo. Xarakat jarayoni uzlashtirib olingandan keyin barcha ortikcha sa'i-xarakatlar yukolib

ketadi. Mujassamlashuv yuz beradi, ya'ni sa'i-xarakatlarni ikkala kul (oyok) bilan bir vaktning uzida bajarish boshlanadi.

2. Harakatni sensor nazorat kilish usullari uzgarishi. Sa'i-xarakatlarning bajarilishini kurish orkali nazorat kilish kuprok mushaklar yordamida (kinestetik) nazorat bilan almashadi. Bunga tajribali mashinistkaning xarflarga karamasdan yozishi, malakali slesarning iskananing ustidan bolga bilan urayotganda kurish nazoratini ishga solmasligi (slesar bolgani urayotib, iskananing kalpogiga emas, balki uning tigiga karab turadi) va shu kabillar oddiy misol bulishi mumkin. Sa'i-xarakatlarning xarakterini belgilaydigan turli xildagi ulchamlarning nisbatini baxolash imkonini beradigan maxsus sensor sintezlar xosil buladi. Masalan, shofyorda tezlikni kuz bilan chamalash va sezish, duradgorda yogochni xis kilish, tokar va siliklovchida ulchovlarni juda yaxshi fark kilish, uchuvchida fazoda xolatni xis kilish tuygusi utkir buladi. Xarakat natijalarini nazorat kilish uchun muxim bulgan muljallarni tez farklash va ajratish kobiliyati rivojlanadi. Jumladan, shofyorda motorning shovkinida uning kanchalik kuch bilan ishlayotganini bildiradigan belgilarni ajratish kobiliyati, pulat erituvchidan metallning tarkibini, uning xarakatini, rangining tovlanishiga karab ajratish kobiliyati rivojlangan buladi va xokazo.

3. Harakatni markazdan turib boshkarish usullari uzgarishi. Sa'i-xarakatlar asosan xarakat usullarini idrok etishdan xoli bulib, u xarakatning asosan vaziyati va natijasiga karatilgan buladi. Ba'zi xisob-kitoblar, yechimlar va akliy mexnat talab kiladigan boshka jarayonlar tez va birga kushilgan xolda (faxmlangan tarzda) amlaga oshirila boshlaydi. Jumladan, shofyor dvigatelning ortikcha kuch bilan ishlayotganini uning tovushidanok sezib, uylab-netib utirmasdanok, uning xarakatini kanaka tezlikka kuchirish kerakligini darxol tushunib yetadi; apparatchi asboblarning kursatkichlarini ukibok, ularning ishlashida ruy berayotgan buzilishlarni va ularni bartaraf etish uchun nimalar kilish kerakligini faxmlaydi. Navbatdagi sa'i-xarakatlarga tayyorgarlik bundanoldingi sa'i-xarakatlarga tayyorgarlik bundan oldingi sa'i-xarakatlar amalga oshirilayotgan paytdayok yuz bera boshlaydiki,natijada reaksiya uchun sarflanadigan vakt keskin kamayadi. Chunonchi, uchuvchi kurinishni boshlayotganidayok muayyan shartlardagi kunishning ushbu turini bajarish uchun kullaniladigan barcha standart usullarni ishga solishga uzicha tayyor buladi. Shuning uchun xam birinchi usulni bajarishdan ikkinchisiga utish maxsus planlashtirilmagan tarzda xam amalga oshirilaveradi. Fakat kunishning kanday usulini tanlash rejalashtiriladi, xolos. Kullanilishi lozim bulgan usullarning butun boshli zanjirini yoki turlarini ana shu tarzda ongyordamida oldindan kura bilish antisipasiya deb ataladi.

Faoliyatning o'zlashtirilishi va mashqlar. Xarakat usullaridagi bu uzgarishlar kandayyuz beradi va ularning psixologik mexanizmi kanday?

Uz negizi e'tibori bilan bu tadkikot kilishga urinishlarni va tanlashni uz ichiga oladigan mexanizmdir. Kishi muayyan xarakatni bajarishga urinib kuradi va uning natijasini nazorat kilib turadi. Muvaffakiyatli sa'i-xarakatlar, uzini oklagan muljallar va boshka usullari asta-sekin tanlanadi va mustaxkamlanadi, muvaffakiyatsiz chikkanlari va uzini oklamaganliri esa kullanishdan chikarilib, boshkalari bilan almashtiriladi. ***Muayyan xarakatlar yoki faoliyat turlarini uzlashtirish maksadida ularni anglagan tarzda xamda ongli ravishda nazorat kilishga va tuzatishga asoslangan xolda kup martalab takroran bajarish faoliyati mashk deb ataladi.***

Malaka anglanilgan xoldagi avtomatlashtirilgan xarakatdir. Takrorlanib turadigan amaliy urinishlarsiz xaye kanday malakani xosil kilib bulmaydi. Ba'zi bir psixologlar, jumladan, bixevioristlar ana shu faktga tayangan xolda xayvonlarda va odamlarda malakalar xosil bulishi jarayonini aynan bir xil narsa deb xisoblashga urinadilar. Lekin fiziologik mexanizmning uxshashligi bu jarayonlarning bir-biridan prinsipial jixatdan farkini yukka chikarmasligi kerak. Odamlarda xarakatlarning bajarilishi, kurib utganimizdek, xamisha ong bilan idora kilib turiladi. Shuning uchun xam xayvonlarda yuz beradigan jarayonlarning uzi odamda prinsipial jixatdan uzgacha tarzda buladi. Uning amaliy sinovlari muayyan sa'i-xarakatlari ongli tarzda bajarish uchun urinish tusini kasb etadi. Natijalarni nazorat kilish, shart-sharoitlarni baxolash, xarakatlarni tugrilab turish xam u yoki bu tarzda anglanilgan xolda yuz beradi. Buni tankidiy urinishlar manbalari tugrilab boradi. Masalan, taklid kilish uzlashtirilayotgan xarakatlarning namunasini anglanilgan tarzda sobitkadamlik bilan *kuzatishga* tayana boshlaydi. Eng muximi, usullarning tanlanishi va boshkarilishi ular maksadining anglanilishi va mazmunining tasavvur etilishi orkali boshkariladi.

Kishining malakasi ongli ravishda avtomatlashtirilgan xarakat sifatida xosil buladi. U xarakatni bajarishning avtomatlashtirilgan usuli tarzida amalga oshiriladi. Uning roli ongni xarakat usullarini bajarilishini

nazorat kilishdan xoli kilishdan va uni xarakatning maksadi xamda shart sharoitlarini idrok etishga yunaltirishdan iboratdir. Bu jarayonning asosiy boskichlarini kuyidagi sxemada kursatish mumkin.

Malakalarning o'zaro ta'siri. Xar kanday malaka xam kishi allakachon egallab olgan malakalar sitemasida amal kiladi va tarkib topadi. Ularning biri yangi malakaning tarkib topishiga va amal kilishiga yordam bersa, boshkalari xalakit beradi, uchinchi bir xili esa uni uzgartiradi va xokazo. Bunday xodisa psixologiyada malakalarning uzaro ta'siri deb yuritiladi.

Malaka xosil kilinishining umumiy konuni shundan iboratki, kishi yangi vazifaga duch kelganda oldiniga faoliyatning uzida shu chokda mavjud bulgan usullarini foydalanishga urinadi. Bunda u, uz-uzidan ravshanki, shu xildagi masalalarni xal etish uchun uz tajribasida kullanishga tugri kelgan usullarni mazkur masalani yechishga xam tatbik etish vazifasidan kelib chikkan xolda ish tutadi. Bundan kurinib turibdiki, faoliyat usullarining kuchirishning muvaffakiyatliligi masalalarning ularni xal etish usullari uxshashligi kanchalik tugri baxolanishiga boglikdir. Bu urinda bir-biridan fark kiladigan ikkita xolat mavjud bulishi mumkin.

Ko'nikmalar. Xar kanday xulk-atvor yangi sharoitlarda yoki yangi ob'yektlarga nisbatan jarayonlarning kuchishi asosida tarkib topadi. Kuchish esa shart-sharoitlar yoki narsalarning faoliyat maksadlari uchun muxim bulgan belgilari buyicha uxshashligiga tayanadi.

Kunikma eksteriorizasiya kilishni - bilimlarning jismoniy xarakatga mujassamlashuvini takozo etadi. Uning boshlanish nuktasi axborotning yuksak darajada, ya'ni ongda kayta ishlanishidan iboratdir. Amaliy xarakatlarning ana shu yuksak darajadagi faoliyati natijalari bilan yunaltirib turilishi esa uning yakunini tashkil etadi. Masalan, ma'lum bir kismning xajmini aniklashdan iborat vazifa kuyilgan, deylik. Uni xal etish uchun avvalo uning geometrik jismlarining kaysi bir turiga mansubligini aniklash lozim. Sungra bunaka jismlarning xajmi kanday xisoblab chikilishini esga tushirmok kerak. Shundan keyin kanaka ulchovlar kilinishi kerakligi ma'lum buladi. Sungra tegishli ulchovlarni amalga oshirish kerak. Pirovardida zarur xisoblash jarayonlarining bajarish lozim. Bulardan kurinib turibdiki, bilimlarni kunikmalarda ruyobga chikarish bir kator malakalar va jarayonlarning uzlashtirilgan bulishini takozo kiladi.

Kunikmalarning tarkib topishi bilimlarda mujassamlashgan axborotni va narsadan olinadigan axborotni kayta ishlash jarayonlarining, ana shu aborotni aniklash, uni xarakat bilan takkoslash va uzaro boglash jarayonlarining butun bir sistemasi egallanishini bildiradi.

Faoliyatning shakllanishi. Kishi faoliyati ongli ravishdagi faollik sifatida uning ongi shakllana va rivojlana borishi tufayli tarkib topadi va rivojlanadi. Uning uzi ongning shakllanishi va rivojlanishi negizi, uning moxiyati manbai bulib xizmat kiladi.

Faoliyat xamisha kishining boshka odamlar bilan muayyan munosabatlari sistemasida yuz beradi. U boshka odamlarning yordami va ishtirokini takozo etadi, ya'ni birgalikdagi faoliyat xususiyatiga ega buladi. Uning natijalari tevarak-atrofdagi olamga, boshka kishilarning xayoti va takdiriga muayyan ta'sir kursatadi. Shuning uchun faoliyatda kishining fakat narsalarga munosabati emas, balki uning boshka odamlarga bulgan munosabati xam doimo uz ifodasini topadi.

Kishida xilma-xil faoliyat turlarining paydo bulishi va rivojlanishi murakkab xamda uzok davom etadigan jarayondir.

Bolaning faolligi fakat asta-sekinlik bilan, rivojlanish jarayonida, tarbiya va ta'lim ta'siri ostidagina ongli ravishda maksadga yunaltirilgan faoliyat shaklini kasb etadi.

Bu faollik oldiniga impulsiv xatti-xarakat xususiyatiga ega buladi. Tugilganidan keyingi dastlabki kunlarda bolaning xulk-atvori bir nechtagina oddiy tugma reaksiya-ximoyalanish (nur yoruglashganda yoki baland tovush chikkanida kuz korachigining torayishi, ogrik sezgan paytida ingrashi va bezovtalana boshlashi), ovkat surash (tamshanish), chalkash-chulkash (tebratilganda jimib kolishi) va birmuncha keyinrok esa muljallash-izlanish (kuzgatuvchiga boshini ugirishi, narsalarga karashi va boshkalar) kabi reaksiyalar bilan cheklanadi. Un birinchi - un ikkinchi kunligidan tortib chakalokda dastlabki shartli reflekslar shakllana boshlaydi. Shu tufayli bir yoshi mobaynida bolada izlanish xulk-atvori (ushlash, kuzdan kechirish, xar xil shaklda aylantirish) rivojlana boradi, buning natijasida u tashki dunyodagi narsalarning xossalari xakida ma'lumot yigadi va xarakatlar uygunligini uzlashtiradi. Ta'lim olish va taklid kilishi ta'sirida bir yoshidan boshlab bolada amaliy xulk-atvor shakllana boradi. Buning yordamida bola buyumlarni ishlatishning insoniy usullarini va ularning ijtimoiy amaliyotdagi axamiyatini uzlashtira boshlaydi (uxlash uchun karovatga yotadigan, stulchaga utiradigan, tupni uynaydigan, kalam bilan rasm soladigan buladi).

Faollikning ushbu shakllari bilan birlikda kommunikativ xulk-atvor bolaga uz extiyojlari va istaklarini kondirish, ijtimoiy talablarni va axborotni uzlashtirishi uchun yordam beradigan asosiy vosita rivojlana boshlaydi.

O'yin. Xayotining birinchi yillaridayok bolada faoliyatning oddiy shakllarini uzlashtirishi uchun dastlabki shart-sharoitlar tarkib topa boshlaydi. Ulardan birinchisi *uyin* faoliyati xisoblanadi.

Tadkikotlar shuni kursatadiki, uyin bolalarda xam uz faolligini ruyobga chikarish shakli, xayot kechirish va faoliyat kursatish shakli bulib xizmat kiladi. Shu tarzda u funksional mamnunlik bilan boglikdir. Faollikka bulgan extiyoj uning kuzgatuvchisi bulsa, taklid kilish va tajriba esa manbai xisoblanadi. Lekin bolaning uyin xarakatlari avval boshdanok buyumlardan foydalanishning insoniy usullari va amaliy xulk-atvorning katta yoshdagilar bilan mulokot jarayonida va katta yoshlilar raxbarligida uzlashtirib olinadigan insoniy shakllari zamirida rivojlana boradi. Bu xol bolalar uyin faoliyatining prinsipial jixatdan muxim xususiyatlarini belgilab beradi, uning shakllari, manbalari, mexanizmlari, funksiyalari va natijalari xayvonlarning uyinidan tubdan fark kilishiga olib keladi.

Shunday kilib, uyin bolani buyumlar va xodisalarning nutk amaliyotda mujassamlashgan moxiyatlarini uzlashtirib olishini va ushbu moxiyatlarni ishlata bilishni mashk kildiradi. Uyin bajarilayotgan xarakatlarni aynan jarayon sifatida anglanishini ("jurttaga") rivojlantiradi, bujarayonlarning uzini uzi idora kilish (koidalar) asosida bajarilishini urgatadi, pirovardida esa uzini konkret xarakatlar sub'yekti sifatida idrok etishdan sosial rolni bajaruvchi, ya'ni insoniy munosabatlar kilauchi sub'yekt sifatida idrok etish darajasiga kadar rivojlanganligini anglab yetishiga imkoniyat yaratadi.

Ta'lim. Bolaning xulk-atvori va faoliyati rivojini urganar ekanmiz, bitta eng muxim faktga duch kelamiz. *Bolada* bir nechtagina oddiy shartli reflekslardan tashkari unda keyinchalik kuzatiladigan boshka barcha xulk-atvor shakllari va faoliyat turlari oldiniga yuk buladi. Amaliy va kommunikativ xulk-atvor, muljal olish va izlanish faoliyati, ushlash va u yok-bu yokka surish, emaklash, yurish, gapirish va uynash, mexnat kilish va sosial jixatdan birgalikda xarakat kilish bola tugilganidan sung ma'lum bir vakt utgach paydo buladi va rivojlana boshlaydi. Buning ustiga xulk-atvorning xar kanday shakli va faoliyatining xar bir turi uzining paydo buladigan muayyan davrlariga shakllanish sub'yektlariga va uzining kayta kurilish xamda murakkablashish boskichlariga ega buladi. Ularning xammasi bolaning rivojlanish faktlari xisoblanadi, bu faktlar esa undagi muayyan tugma asos va nasliy programmalar bilan, organizmning rivojlanishi va anatomik-fiziologik jixatdan yetilishi, uning oliy nerv faoliyati funksional mexanizmlarining shakllanishi vamurakkablasha borishi bilan boglik buladi.

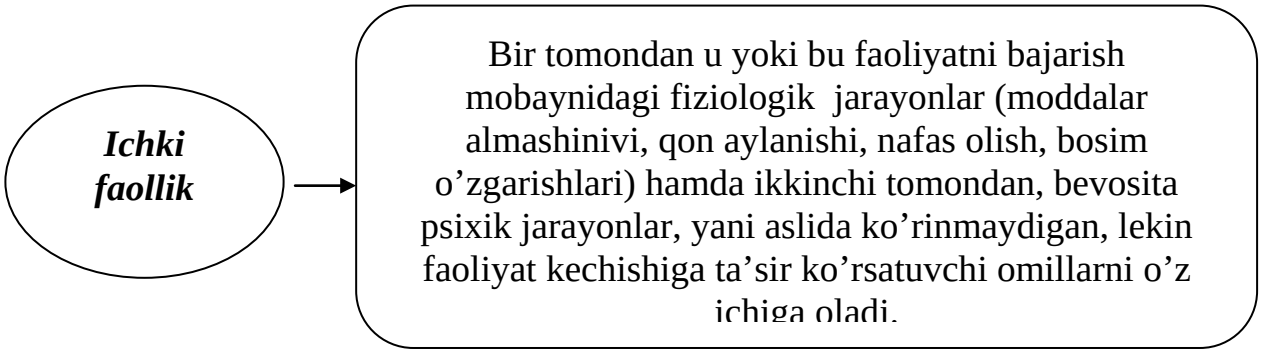
Ta'lim kishining xarakatlari muayyan bilimlar, malakalar, kunikmalarni uzlashtirib olishga karatilgan ongli maksad bilan idora kilingan joydagina yuz beradi.

Bundan kurinib turibdiki, ta'lim-uziga xos insoniy faoliyatdir. Xayvonlarda esa fakat urganish bulishi mumkin. Lekin odamda xam fakat u uz xatti-xarakatlarini anglabetilgan yuksak xayoliy maksadga (idealga) kura yunaltirish layokatiga ega bulgandagina ta'lim faoliyati yuz berishi mumkin. Bunday layokatning yetarli darajadagi rivojlanishiga fakat olti-yetti yoshga chikkan paytga kelib, faoliyatning oldingi turlari-uyin, nutk, amaliy xulk-atvor va shu kabilar negizida shakllana borgan xolda erishiladi. Ukuv faoliyatini shakllantirishning eng birinchi asosiy sharti-boladamuayyan bilimlarni, kunikma va malakalarni uzlashtirish uchun anglanilgan motivlar tugilishi xisoblanadi.

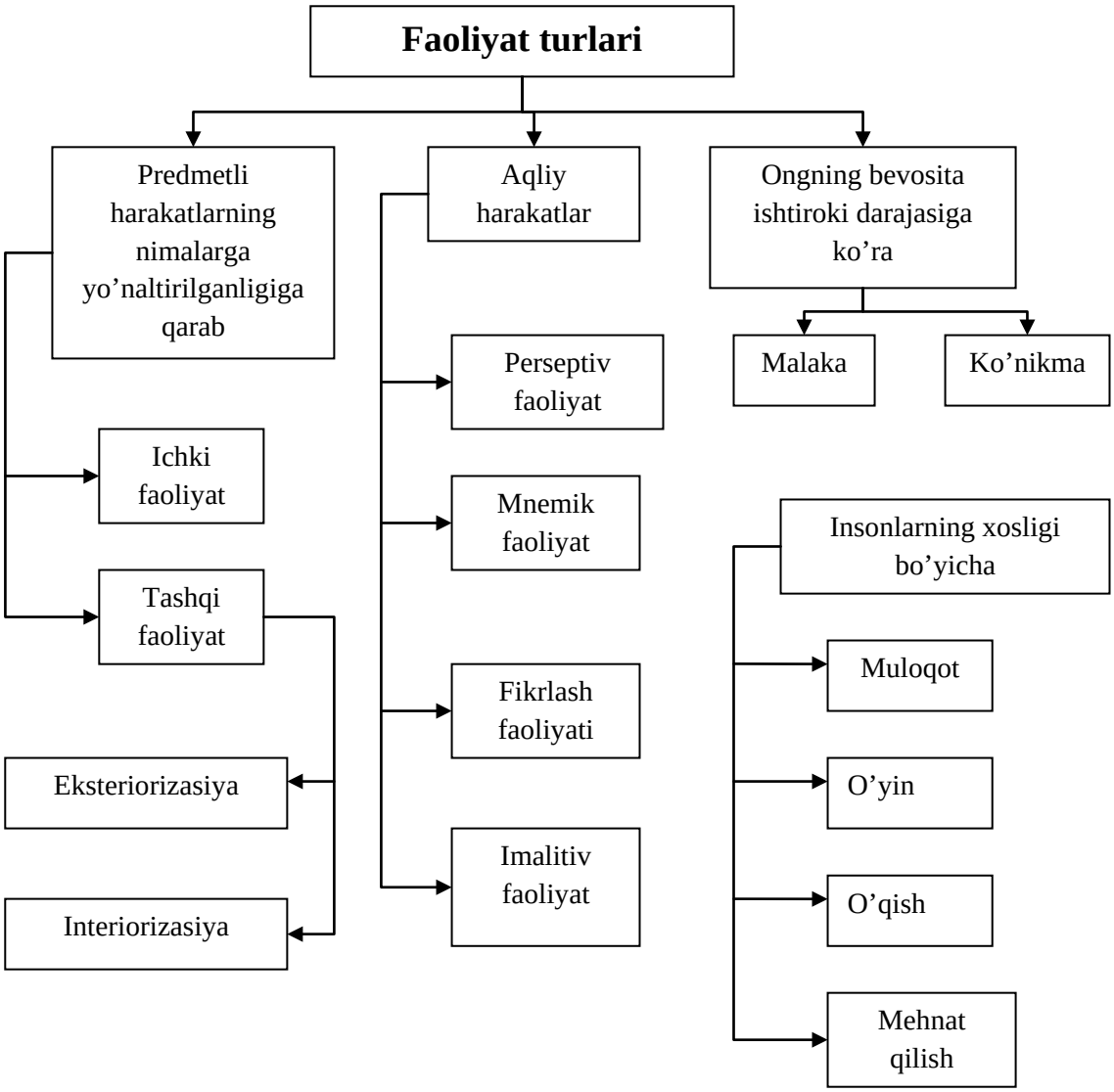
Mehnat. Mexnat-bu ma'lum bir ijtimoiy foydali (yoki xech bulmaganda jamiyat tomonidan iste'mol kilinadigan) moddiy yoki ma'naviy maxsulotni ishlab chikarishga yunaltirilgan faoliyat demakdir. Mexnat faoliyati-kishining eng yetakchi, asosiy faoliyatidir. Insoniyat agar mexnat kilishni tuxtadigan bulsa, u (tur sifatida) uz xayot-mamotini tugallagan bular edi. Shuning uchun xam mexnat faoliyati kishining xayot kechirishini, boshka turlar ustidan galaba kozonishini xamda tabiat kuchlari va moddalaridan foydalanishini ta'min etadigan uziga xos turga oid xulk-atvori deb xisoblanishi mumkin.

Inson faolligining asosan ikki turi farqlanadi:

Tashqi faollik → Tashqaridan va o'z ichki istak-xohishlarimiz ta'sirida bevosita ko'rish, qayd qilish mumkin bo'lgan xarakatlarimiz, mushaklarimizning harakatlari orqali namoyon bo'ladigan faollik.



Tashqi va ichki faollikka misol tariqasida hayotdan shunday manzarani tasavvur qilaylik: uzoq ayriliqdan so‘ng ona o‘z farzandi visoliga etdi. Tashqi faollikni biz onaning bolasiga intilishi, uni quchoqlashi, yuzlarini silashi, ko‘zlaridan oqqan sevinch yoshlarida ko‘rsak, ichki faollik - o‘sha ko‘z yoshlarini keltirib chiqargan fiziologik jarayonlar, ichki sog‘inchning asl sabablari (ayriliq muddati, nochorlik tufayli ayriliq kabi yashirin motivlar ta’siri), ko‘rib idrok qilgandagi o‘zaro bir-birlariga intilishni ta’minlovchi ichki, bir qarashda ko‘z bilan ilg‘ab bo‘lmaydigan emotsional holatlarda namoyon bo‘ladi. Lekin shu manzarani bevosita guvohi bo‘lsak ham, uni ifodalagan rasmni ko‘rsak ham, taxminan qanday jarayonlar kechayotganligini tasavvur qilishimiz mumkin. Demak, ikkala turli faollik ham shaxsiy tajriba va rivojlanishning asosini tashkil etadi. Bir qarashda har bir konkret shaxsga va uning ehtiyojlariga bog‘liq bo‘lib tuyulgan bunday faollik turlari aslida ijtimoiy xarakterga ega bo‘lib, shaxsning jamiyat bilan bo‘ladigan murakkab va o‘zaro munosabatlarining oqibati hisoblanadi.



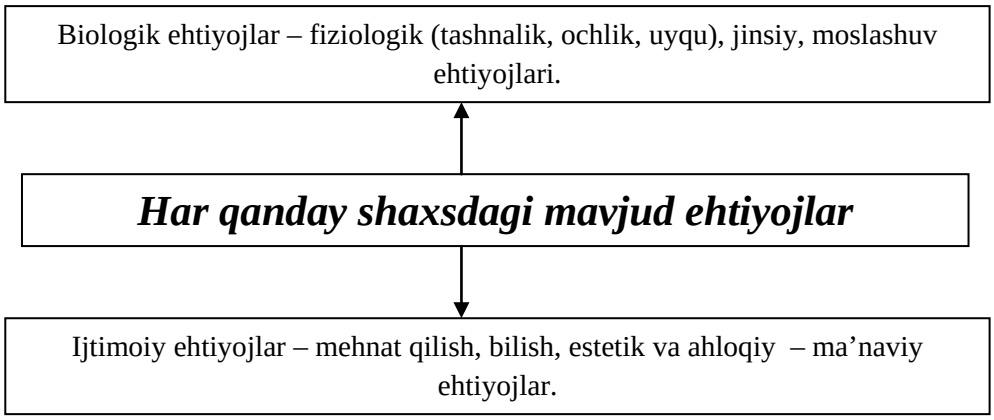
Inson faolligi "harakat", "faoliyat", "xulq" tushunchalari bilan chambarchas bog'liq bo'lib, shaxs va uning ongi masalasiga borib taqaladi. SHaxs aynan turli faolliklar jarayonida shakllanadi, o'zligini namoyon qiladi. Demak, faollik yoki inson faoliyati passiv jarayon bo'lmay, u ongli ravishda boshqariladigan faol jarayondir. Inson faolligini mujassamlashtiruvchi harakatlar jarayoni ***faoliyat*** deb yuritiladi. YA'ni, ***faoliyat -*** inson ongi va tafakkuri bilan boshqariladigan, undagi turli-tuman ehtiyojlardan kelib chiqadigan, hamda tashqi olamni va o'z-o'zini o'zgartirish va takomillashtirishga qaratilgan o'ziga xos faollik shaklidir.

Inson faoliyatining tashqi jabhasi uning atrof muhitga ta'sir ko'rsatishga mo'ljallangan sa'y-harakatlari psixik jihatiga bog'liq bo'lib, ularni motivlashtiradi, bilishga undaydi va boshqaradi. SHuningdek, tashqi jabha o'z navbatida quyidagilarga bo'linadi:

1.	***psixik faoliyat buyumlar va jarayonlar xususiyatlarini o'zida namoyon qiladi***
2.	***ularning maqsadga muvofiq tarzda qayta o'zgartirilishini amalga oshiradi***
3.	***psixik andozalar o'xshashligini, natijalar va harakatlarning kutilmalariga muvofiqligini ko'rsatadi***
4.	***ularni uzluksiz ravishda yo'naltirib va nazorat qilib turadi***

Inson faoliyati murakkab va o‘ziga xos jarayon bo‘lib, shunchaki ehtiyojlarni qondirishdan iborat emas, balki ko‘pincha jamiyatning maqsadi va talablari bilan belgilanadi.

Psixologik manbalarga asoslanib fikr yuritganimizda, e***htiyoj*** - jonli mavjudot, hayot kechirishining yaqqol shart-sharoitlariga uning shularga tobe ekanligini ifoda etuvchi va mazkur shart-sharoitlarga nisbatan faolligini namoyon qiluvchi holat tariqasida ifodalanadi. SHaxs faolligining manbai uning ehtiyojlaridadir. Mana shu ehtiyoj odamni ma’lum tarzda, ma’lum yo‘nalishda harakat qilishga undaydi.Ehtiyoj shaxs aktivligining manbai sifatida namoyon bo‘ladigan va uning aniq yashash sharoitiga bog‘liqligini ifodalovchi xolatdir. SHaxsning faolligi ehtiyojlarni qondirish jarayonida namoyon bo‘ladi. Odamning ehtiyojlari unga tarbiya berish jarayonida, ya’ni inson madaniy dunyosi bilan munosabatga kirishish jarayonida tarkib topadi. Odamning ehtiyojlarini qondirish jarayoni, uning tomonidan ma’lum ijtimoiy taraqqiyot natijasida yuzaga kelgan faoliyat shakllarini faol maqsadga muvofiq o‘zlashtirish jarayoni sifatida namoyon bo‘ladi. Odamning ehtiyojlari ijtimoiy shaxsiy xarakterga egadir. Ehtiyojlar paydo bo‘lishiga va predmetiga ko‘ra, ya’ni nimaga qaratilganiga qarab farqlanadi. Ehtiyojlar qondirilishi jarayonida rivojlanib va o‘zgarib boradi. Kishining ehtiyojlari ham ijtimoiy, ham shaxsiy xarakterga egadir. Ehtiyojlar kelib chiqishiga va predmetiga ko‘ra - tabiiy va madaniy, moddiy va ma’naviy bo‘lishi mumkin.



Ehtiyojlarning qondirilishi bilan bog‘liq bo‘lgan faoliyatga undovchi va uning yo‘nalishini belgilovchi sabablar ***motivlar*** hisoblanadi.

Amerikalik psixolog Abraxam Maslou XX asrning 40-yillarida ehtiyojlar ustunligi nazariyasini yaratdi va kishilar o‘z motivlari jarayonida ehtiyoj va qiziqishning 5 turiga tayanadilar dedi.

A. Maslou motivatsiyani ijobiy ifodalab bergan. Maslou o‘z nazariyasida quyidagi asosiy ehtiyojlarni ajratib bergan:

- ***tabiiy-fiziologik ehtiyojlar;***
- ***himoyalanish ehtiyoji: uzoq yashash va muqarrarlik;***
- ***aloqadorlik va sevgi-muhabbatga bo‘lgan ehtiyoj (muomalada bo‘lishga intilish);***
- ***e’tiborga sozovor bo‘lish (hurmat qozonish) ehtiyoji;***
- ***o‘z-o‘zini faollashtirish ehtiyoji, o‘z imkoniyatlarini ko‘rsatish yoki namoyon qilish.***

Birinchi o‘rindagi ehtiyojlar bu bazis ehtiyojlar, ya’ni yashashni ta’minlash uchun zarur bo‘lgan ehtiyojlar. A. Maslouning fikricha, inson, eng avvalo ana shu bazis ehtiyojlarini qondirish uchun ishlaydi. Bazis ehtiyojlari, ya’ni oziq-ovqatga, kiyim-kechakka, uy-joyga, uyquga bo‘lgan ehtiyoj qondirilsa, boshqa darajadagi ehtiyojlar ham asta-sekin ahamiyat kasb etib beradi.

SHaxsning istiqbolini anglovchi odamga xos bo‘lgan ichki kechinmalarga o‘xshamaydigan xolati ***frustratsiya*** deb yuritiladi. Inson maqsadga erishish yo‘lida chindan ham engib bo‘lmaydigan, engish mumkin emasdek ko‘rinadigan to‘sqinliklarga, g‘ovlarga ro‘para kelganda frustratsiya paydo bo‘ladi. U shaxsni nevrotik xolatga olib keladi, unda jaxlini to‘kib solish, tajovuzkorlik, qo‘rqitish, qo‘pollik, dushmanlik xolatlarini keltirib chiqaradi.

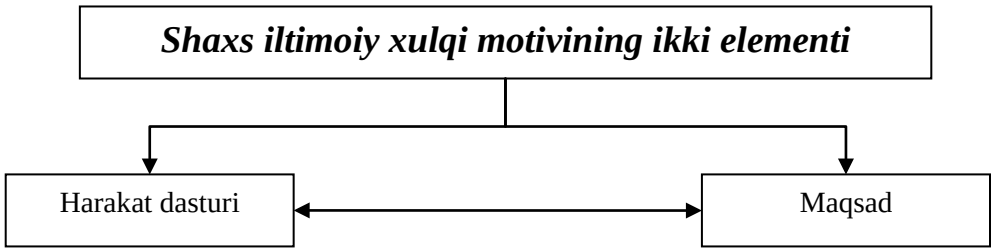
Istiqbol va frustratsiyaning inson hayotida o‘ynaydigan roli maqsadlarga erishishga qaytarilgan faoliyatning shaxs uchun qanchalik muvaffaqiyat yoki muvaffaqiyatsizlik kasb etish ahamiyatini aniqlash zarurligini ko‘rsatadi. Buning uchun shaxs o‘zining talablari darajasi qilib juda qiyin ham bo‘lmagan, juda oson ham bo‘lmagan vazifa hamda maqsadlarni belgilaydi, binobarin, shaxs o‘ziga ma’lum istiqbolni saqlab qoladi.

SHaxsning jamiyatdagi ijtimoiiy xulqi va o‘zini qanday tutishi, egallagan mavqei ham sababsiz, o‘z-o‘zidan ro‘y bermaydi. Faoliyatning amalga oshishi va shaxs xulq-atvorini tushuntirish uchun psixologiyada ***motiv va motivatsiya tushunchalari*** ishlatiladi.

S.L.Rubinshteyn motivning psixologik mohiyati to‘g‘risida quyidagi mulohazalarni bildiradi:

- ***motivatsiya*** - bu psixika orqali hosil bo‘ladigan determinatsiyadir;
- ***motiv*** - bu shaxs xulq-atvorining kognitivistik jarayonini bevosita tashqi olam bilan bog‘lovchi subektiv tarzda aks etish demakdir.

SHaxs o‘zining motivlari yordamida borliq bilan uzviy aloqada bo‘ladi. Insonning xulq-atvori (xulqi)ni harakatlantiruvchi kuchi sifatida namoyon bo‘luvchi motivlar shaxsning tuzilishida (tarkibida) etakchi o‘rin egallaydi. Motivning tuzilish (strukturaviy) tarkibiga shaxsning yo‘nalishi, uning xarakteri, emotsional holati (his-tuyg‘usi), qobiliyati, ichki kechinmalari, faoliyati va bilish jarayonlari kiradi.



SHuni ham ta’kidlab o‘tish kerakki, motivlarning rivojlanishi, motivlashgan yangi ma’lumotlarning paydo bo‘lishi, faoliyat muhiti doirasidagi o‘zgarishlar tufayli amalga oshiriladi.

“Motivatsiya” tushunchasi “motiv” tushunchasidan kengroq ma’no va mazmunga ega. SHaxsning jamiyatda odamlar orasidagi xulqi va o‘zini tutishi sabablarini o‘rganish tarbiyaviy ahamiyatga ega bo‘lgan narsa bo‘lib, masalani yoritishning ikki jihati farqlanadi:

8-shakl

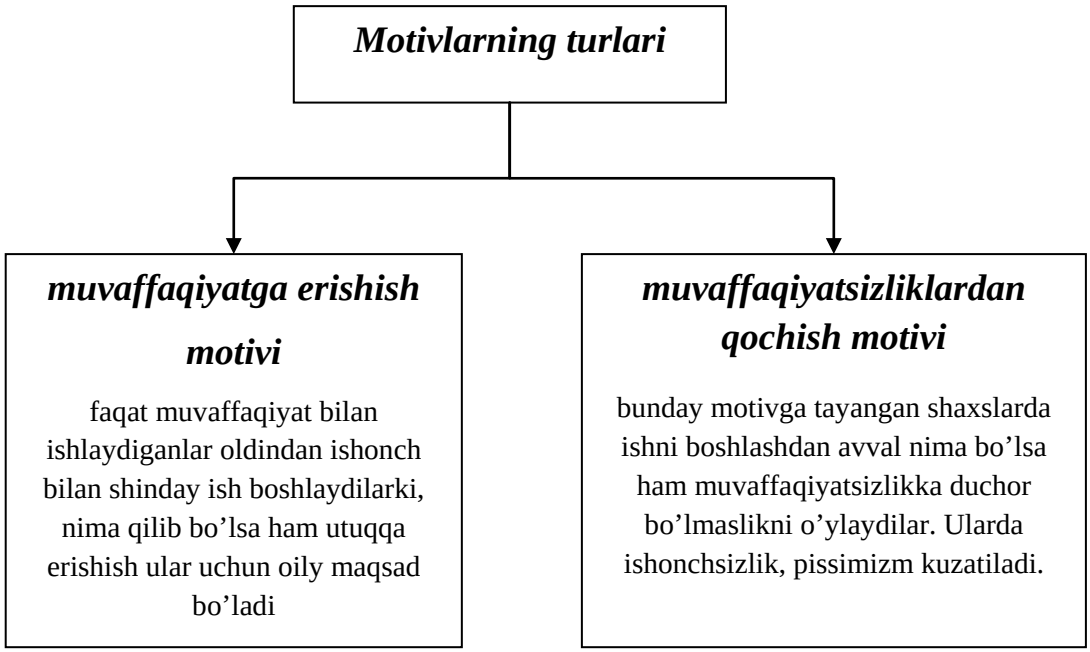
1	***ichki sabablar***	xatti-harakat egasining subektiv psixologik xususiyatlari nazarda tutiladi (motivlar, ehtiyojlar, maqsadlar, mo‘ljallar, istaklar, qiziqishlar).
2	***tashqi sabablar***	faoliyatning tashqi shart-sharoitlari va holatlari - ayni konkret holatlarni kelib chiqishiga sabab bo‘ladigan tashqi stimullardir.

SHu nuqtai nazardan ***motiv*** - konkretroq tushuncha bo‘lib, u shaxsdagi u yoki bu xulq-atvorga nisbatan turgan moyillik, hozirlikni tushuntirib beruvchi sababni nazarda tutadi.

Motivatsiya - psixologik lug‘atda biror ish yoki harakatning yuzaga kelishiga sababchi bo‘lgan motivlar, dalillar baholar, vajlar yoki sabablar majmui ma’nosida talqin etiladi. Bu tushuncha bevosita inson omili bilan chambarchas bog‘liqdir. SHu nuqtai nazardan, motivlashtirish - bu ruhiy omil bo‘lib, shaxs faolligining manbai, sababi, dalili va har xil turli ehtimollaridir. U insonlarni jonli mehnat faoliyatiga rag‘batlantiruvchi kuchli vositadir. Boshqacha qilib aytganda motivlashtirish - bu kishilar faoliyatini ruhiy yo‘llar bilan maqsadga muvofiq yo‘naltirishdir.

Har qanday motivlarning orqasida shaxsning ehtiyojlari yotadi. YA’ni, maqsadli hayotda shaxsda avval u yoki bu ehtiyojlar paydo bo‘ladi va aynan ularning tabiati va zaruratiga bog‘liq tarzda xulq motivlari namoyon bo‘ladi.

9-shakl

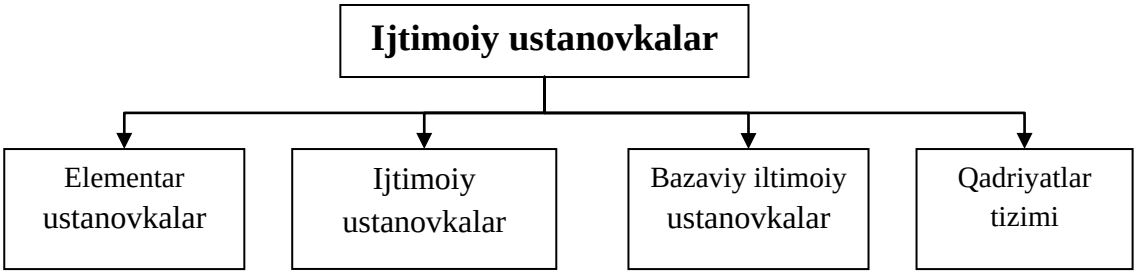


SHunday qilib, motivlar tizimi bevosita shaxsning mehnatga, odamlarga va o‘z-o‘ziga munosabatlaridan kelib chiqadi va undagi xarakter xususiyatlarini ham belgilaydi. Ularning har birimizda real shart-sharoitlarda namoyon bo‘lishini biror mas’uliyatli ish oldidan o‘zimizni tutishimiz va muvaffaqiyatlarga erishishimiz bilan baholasak bo‘ladi.

Psixologiya fanida xulq-atvor va faoliyatga qaratilgan anglanilmagan mayllar orasida muayyan darajada tadqiq etilgani ustanovka (ko‘rsatma berish, yo‘l-yo‘riq ko‘rsatish) muammosi hisoblanadi.

Ustanovka - inglizcha “set” so‘zidan olingan bo‘lib, o‘zbek tilida esa ko‘rsatma berish, anglanilmagan mayllar, yo‘l-yo‘riq ko‘rsatish ma’nosida qo‘llanilib kelinadi. Lekin keyingi atamalar uning haqiqiy mohiyatini, ma’nosini o‘zida mukammal aks ettirmaydi, shuning uchun terminni hech o‘zgarishsiz qoldirsa ham bo‘ladi.

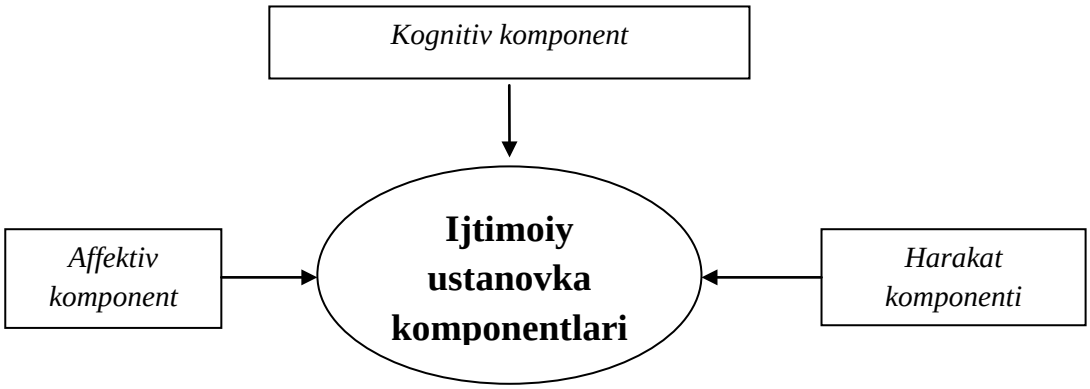
10-shakl



Odatda ustanovka deganda, bilish faoliyati bilan bevosita bog‘liq bo‘lgan ehtiyojni ma’lum uslubda qondirishga ruhiy jihatdan tayyor turishlik tushuniladi.

Ustanovka shaxsning o‘zi anglab etmagan muayyan ruhiy holati yoki maylidir. Bunday holatda shaxs biron bir ehtiyojni qondirish mumkin bo‘lgan ma’lum faoliyatga nisbatan ruhan tayyor turadi. YA’ni, konkret bir vaziyatlarda u yoki bu ehtiyojni qondirishga yo‘naltirilgan va qandaydir ma’noda odatiy shakl olgan xolat ustanovka deb ataladi. Ijtimoiy ustanovkalar ***uch komponentli tizim***ni farqlaydi:

11-shakl



Bu uchala komponentlar o‘zaro bir-birlari bilan bog‘liq bo‘lib, vaziyatga qarab u yoki bu komponentning roli ustunroq, sezilarliroq bo‘lishi mumkin.

12-shakl

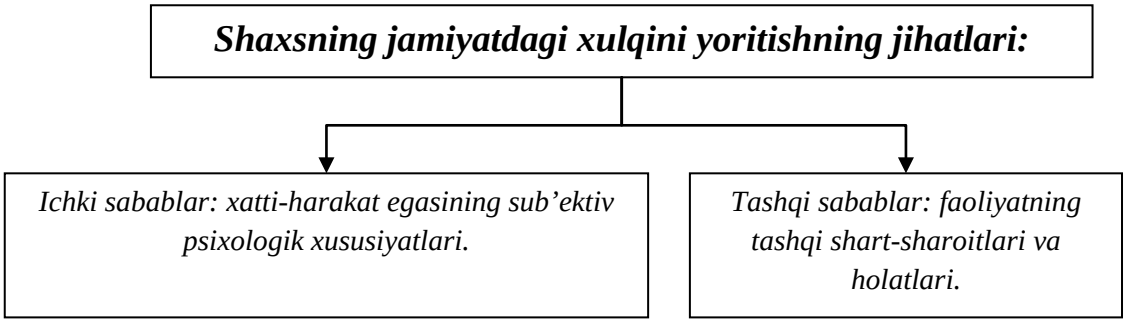
Kognitiv komponent	ustanovka obektiga aloqador bilimlar, g‘oyalar,tushuncha va tasavvurlar majmui
Affektiv komponent	ustnovka obektiga nisbatan subekt his qiladigan real hissiyotlar (simpatiya, antipatiya, loqaydlik kabi emotsional munosabatlar)
Harakat komponenti	subektning obektga nisbatan real sharoitlarda amalga oshirishi mumkin bo‘lgan harakatlari majmui (xulqda namoyon bo‘lish)

SHuni ham ta’kidlash joizki, komponentlararo monandlik bo‘lmasligi ham mumkin. Agar inson bir necha marta bila turib, ijtimoiy xulqqa zid harakat qilsa va bu narsa bir necha marta qaytarilsa, u bu holatga o‘rganib qoladi va bu ustanovkaga aylanib qolishi mumkin. SHuning uchun ham biz ijtimoiy me’yorlar va sanktsiyalar vositasida bunday qarama-qarshilik va tafovut bo‘lmaligiga yoshlarni o‘rgatishimiz lozim. Bu shaxsning ijobiy tajribasi uchun real asos hisoblanib, uning istiqboli va faoliyatining samaradorligiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi.

Ustanovkaning yuksakroq bosqichi anglanish ko‘rinishga ega bo‘ladi. Guruhiy va jamoaviy munosabatlarda uning a’zolarini ishontirish (ularga ta’sir o‘tkazish) orqali muayyan yo‘nalishga safarbar qilish; fikrlarda umumiylikni vujudga keltirish holatlari bunga yorqin misoldir ishonish va ishontirish odamlarning xarakter xislatiga, xulq-atvoriga bevosita bog‘liq. Bu holat psixologiyada eksperimental tarzda tadqiq etilgan. Masalan, sinaluvchilarga ma’lum vaqt oralig‘ida soatiga qaramay, sekundlarini o‘z ichida sanash orqali bir minutning cho‘zilishini aniqlash imkoniyatiga ega bo‘lganlar. Keyinchalik bu sanash signal berish bilan tekshirilib turilgan, ba’zan «yolg‘on» signallar, ya’ni lampochka yonish bilan tajriba bo‘linishga yo‘l qo‘yilgan. Qatnashchilarda eksperimentatorga ishonch bo‘lganligi sababli xatolarga yo‘l qo‘yishgan.

Ishonuvchanlikni aniqlashda ***«konformizm»*** (kelishuv, murosa-yu, madora)dan foydalanilgan. Ichki va tashqi kelishuvchanlik (konformizm), ichdan kelishmovchilik (nokonformizm) guruhiy ishonuvchanlik mohiyatini o‘rganish uchun obekt sifatida foydalanilgan. Bir guruh odamlarning ochiq ovoz berish konformizmning namoyon bo‘lishidir. Lekin konformizm «soxtalik»ni ham keltirib chiqarishi mumkin, uning aks ettiruvchisi esa ***konformist*** deb ataladi, ko‘pincha ideallardan voz kechish hollari ham uchrab turadi.

13-shakl



Motivlar, ya'ni xatti-harakatlarimizning sabablari biz tomonimizdan anglanishi yoki anglanmasligi ham mumkin. YUqorida keltirilgan barcha misollarda va holatlarda motiv aniq, ya'ni shaxs nima uchun u yoki bu turli faoliyatni amalga oshirayotganligini, nima sababdan muvaffaqiyatga erishayotganligi yoki mag‘lubiyatga uchraganini biladi. Lekin har doim ham ijtimoiy xulqimizning sabablari bizga ayon bo‘lavermaydi.

Inson hayoti davomida turli voqea-hodisalarning guvohi bo‘lishi natijasida, o‘z ehtiyoji, qiziqish va xohishlarini qondirishga intilishi sababli, turli mazmundagi muammolar yuzaga kelishini anglab oladi. Agarda A. Maslouning ehtiyojlar ierarxiyasiga e'tibor qaratsak, inson xavfsizligiga bo‘lgan ehtiyojlarining 70%gacha qondirilishi mumkin ekan. SHu nuqtai nazardan psixologiya fanida nisbatan yangi tushunchalardan biri bu – ***assertive xulq*** hisoblanib, asosan insonning shaxsiy xususiyatlarini tasniflashda qo‘llaniladi.

Assertivlik - o‘z xaq-huquqlarini dadil himoya qilib, o‘z sha'nini, qadrini saqlab, boshqalarning xaq-huquqini poymol qilmasdan, o‘zini turli mazmundagi ta'sirlardan himoyalash qobiliyatidir. Ijtimoiy-psixologik jihatdan ijtimoiy munosabatlar doirasida boshqalarning shaxsiyati, hayot tarzi, qadriyatlariga ziyon etkazmaslik mazmuniga ega bo‘lgan ochiq xulq tarzi assertiv deb ataladi. Amaliy psixologik yordam ko‘rsatish tarixiga nazar solsak, psixologik yordam olish uchun murojaat etganlarning 57,4% assertivlikning mavjud bo‘lmaganligi sababli oilada va kasbiy jamoalarida o‘z "Men"ini shaxs va xodim sifatida namoyon eta olmaganliklarini kuzatish mumkin. Bizningcha, ularning "Men kontseptsiyasi"dagi "psixologik men"i va "oilaviy men"ida ta'lim-tarbiya jarayoni bilan bog‘liq bo‘lgan etishmovchiliklar kuzatiladi.

Assertivlik ifodalangan insonlarda o‘z hayotining har bir lahzasida nima bilan shug‘ullanishi va qaysi yo‘nalishda rivojlanishi lozimligini o‘zi hal eta olishi kuzatiladi. Inson o‘zini o‘zi yaratadi va u "o‘zidan nimani yarata olgan bo‘lsa, shunga aylanadi", buni insondagi bunyodkorlik kuchi deb ko‘rsatsak xato qilmagan bo‘lamiz.

Assertivlik, inson shaxsiy xususiyatlarining uyg‘un birlashishi bo‘lib, unda insonning aniq bir vaziyatda axloqiy jihatdan ma'qullangan tabiati, muloqot, ko‘nikma va malakalari haqidagi bilimlari pozitiv yo‘nalgan dunyoqarash pozitsiyasidan aniq bir sa'y-harakatlar ko‘rinishida ifodalanadi.

Assertiv xulq egasi bo‘lgan insonlar boshqa odamlarning hurmatini joyiga qo‘yib, birovga ziyon keltiradigan ish qilmaydilar, ammo birovlar "o‘ynatmoq"chi bo‘lsa, bunga aslo yo‘l qo‘ymaydilar. Tadqiqot davomida o‘tkazilgan diagnostik suxbat, ijtimoiy-psixologik so‘rovnomalarning natijalari asosida shuni ko‘rsatib o‘tish mumkinki, ijtimoiy hayot doirasida aynan shu xususiyat sababli ba'zan nizoli vaziyatlar yuzaga kelish holatlari kuzatiladi. Bu toifadagi insonlarda maqsadga erishish ball hisobida yuqori ifodalangan bo‘lib, muxolif bo‘lganlarga ziyon etkazmasdan, ya'ni ularning qadriyatlari va nufuzlariga putur etkazmasdan ish ko‘radilar. Bu jihatdan qaraganda, assertivlik ijtimoiy munosabatlar tizimining takomillashuvi uchun ham xizmat qilib, jamoada In va Aut guruhlarning paydo bo‘lmasligi uchun xizmat qila olishini kuzatish mum kin.

Assertivlik psixologiya fanining umumiy psixologiya, ijtimoiy-psixologiya va pedagogik psixologiya kabi mustaqil sohalarining tadqiqot predmeti sifatida o‘rganilsa, uning tizimli psixologik tasnifi yaratiladi. Bu esa, yoshlarimizga ta'lim-tarbiya berish jarayonida ilmiy-

psixologik tadqiqotlarning natijalaridan foydalanish imkonini yaratib, barkamol shaxslarni tarbiyalashda amaliy ahamiyat kasb etadi.

Shaxsning individual xususiyatlari. SHaxsning individual xususiyatlariga – temperament, xarakter va qobiliyatni kiritish mumkin.

Temperament – (lot. «tem'eramentum» - aralashma) inson psixikasining individual jihatdan o`ziga xos, shaxs faoliyati va xulqining dinamik, ya'ni o`zgaruvchan va emotsional-hissiy tomonlarini xarakterlovchi xususiyatlar majmuidir.

SHaxsning individual xususiyatlari uning tug`ma, biologik xususiyatlariga bog`liq. CHunki aslida bir tomondan shaxs ijtimoiy mavjudot bo`lsa, ikkinchi tomondan biologik - yaxlitlik, tug`ma sifatlarni o`z ichiga olgan individ hamdir.

Temperament hayotiy voqealar va vaziyatlarni, jamiyatdagi ijtimoiy guruhlarni «yaxshi - yomon», «ahamiyatli - ahamiyatsiz» me'zonlari asosida ajratishga imkon berib, bunda temperament odamning ijtimoiy obektlarga nisbatan «sezgirligini» tarbiyalaydi, professional mahorat va kasb malakasining oshib borishiga yordam beradi.

Temperament xususiyatlari aslida - tug`ma hisoblansada, shaxsga bevosita aloqador va anglanadigan bo`lgani uchun ham ma'lum ma'noda dinamik ko`rinishda bo`ladi. SHu bois, har bir temperament xususiyatlarini va uning shaxs tizimiga aloqasini bilish va shunga yarasha xulosalar chiqarish kerak.

Temperament haqida ta'limot ilk bora yunon tabibi Gippokrat (eramizdan avvalgi 460 – 356 yillarda) tomonidan yaratilgan bo`lib, uning ta'limotiga asosan «temperament" tushunchasi paydo bo`lgan va temperament turlarining nomlari shu kunga qadar saqlanib qolgan. Gippokrat fikricha inson organizmida ***4 xil suyuqlik mavjud:*** sag`ro (yunon - "chole"), qon (lotin - "sangius"), qora o`t (yunon - "meliane chole"), shilimshiq (yunon - "'hlagma"). Har bir suyuqlik o`z xususiyati va o`rniga ega. Safro xususiyati – quruqlik. Uning o`rni organizmda quruqlikni saqlash. Qonning xususiyati – issiqlik. U organizmni isitadi. Qora o`t xususiyati – namlik. U organizmdagi namlikni saqlashga xizmat qiladi. SHilimshiqning xususiyati – sovuqlik. U organizmni sovutishga xizmat qiladi.

Gippokrat ta'limotiga muvog`iq, insonda to`rt xil suyuqlikdan bittasi ustuvorlik qiladi. Ushbu suyuqliklar munosabati yunon terminalogiyasida ***"krasis"*** (aralashma, qorishma) deb ataladi, tarjima qilinganda ***"temperament"*** tushunchasi yo`zaga keladi.

Temperamentga taalluqli Abu Ali Ibn Sino qarashlari (980-1037) ham juda qiziqarlidir. U temperamentga tabiiy va psixologik tushuntirish beradi. Ibn Sino ta'limoti Gippokrat ta'limotiga asoslangan bo`lib, uning fikricha temperament bir-biriga qarama-qarshi sifatlar munosabatida yo`zaga keladigan xususiyatdir. Ulardan birining ustuvorligi temperament turini yo`zaga keltirib, bunda organizmdagi 4 ta suyuqlikdan biri ustuvor bo`ladi. Ibn Sinoning fikrlari temperament haqidagi ta'limot tarixida o`ziga xos ahamiyatga ega.

Ilk bora temperament xususiyatlarining psixologik tavsig`i nemis faylasufi I. Kant gumoral nazariya asoschilariga suyangan holda, temperament va xarakter sifatlarini aralashib ketishi fikrini namoyon qildi.

Buyuk g`iziolog, oliy nerv faoliyatining asoschisi I.P.Pavlovning bergan ta'rifi ko`ra: ***temperament*** – har bir insonning alohida umumiy tavsifi bo`lib, nerv tizimining asosiy tavsifidir va u individning faoliyatigi alohida tus beradi.

Temperament haqidagi ilmiy nazariyaga I.P.Pavlov ta'limoti asos solgan. I.P.Pavlov nerv tizimining tipologik xususiyatlarini – oliy nerv faoliyatini ta'limotida ifodalab bergan. Oliy nerv faoliyatida I.P.Pavlov quyidagi nerv jarayonlarini ajratdi:

14-shakl

Qo`zg`alish va tormozlanish kuchi bo`yicha	***Og`ir va vazminligiga ko`ra***	***Xatti-harakatchanligiga ko`ra***

Nerv tizimining kuchi fiziologik moddaning ko`pligiga qarab aniqlanib, unga asosan kuchli nerv tizimining turida - moddalar zahirasining ko`pligi, kuchsizda esa - kamligi ko`zatiladi. Nerv tizimining kuchi qo`zg`alish jarayoniga bog`liq bo`lib, u tormozlanishda ifodalanadi.

YUqorida aytib o`tilgan sifatlarga asoslanib, I.P.Pavlov oliy nerv faoliyatining asosiy turini ajratadi. Ular Gippokrat temperament turlariga mos keladi:

15-shakl

1.	***Kuchli, og`ir vazmin emas. (qo`zg`alish tormozlanishdan ustuvor). Tez qo`zg`aluvchan tur.***	***Holerik turga xos.***
2.	***Kuchli, og`ir vazmin, harakatchan tur. Jonli tur.***	***Sangvinik turiga xos.***
3.	***Kuchli, og`ir vazmin, bosiq, sekin harakatlanuvchan.***	***Flegmatik turiga xos.***
4.	***Kuchsiz tur.***	***Melanholik turiga xos.***

SHunday qilib, I.P.Pavlov ta'limotiga asosan temperament oliy nerv faoliyatining inson xatti-harakatida namoyon bo`ladigan individual xususiyatidir.

YUqorida aytib o`tganimizdek akademik S.Pavlov temperament xususiyatlarini belgilab beruvchi uch oliy nerv tizimi xossalarini ajratgan edi:

Nerv sistemasi bilan temperament tiplari o`rtasidagi o`zaro bog`liqlik asosida temperament tiplari quyidagicha aks ettirilgan:

N e R V S I S T e M A S I N I N G T I P L A R I

muvozanatlashgan ***muvozanatsiz*** ***inert*** ***kuchsiz***

sangvinik ***holerik*** ***flegmatik*** ***melanholik***

T e M P e R A M e N T

Shaxs uchun xarakterli bo`lgan ayrim psixologik xususiyatlar asosida kishining temperamenti qandayligi haqidagi tasavvur vujudga keladi. Temperament tiplarining psixologik tavsifi quyidagi muhim xususiyatlar yordami bilan aniqlanishi haqida mashhur psixolog V.S.Merlin temperamentning psixologik tastig`ini keltirib o`tgan:

- ***senzitivlik*** – tashqi ta'sirlarga ma'lum miqdordagi psixik javob berish kuchi;
- ***reaktivlik*** – emotsional reaksiya kuchi, emotsionallik, ta'sirchanlik, taassurotga berilish;
- ***faollik*** – tashqi olamga ta'sir etish;
- ***raktivlik va faollik munosabati***;
- ***ta'sirga javob tempi*** – psixik jarayonlar va ta'sirlar kechishi tezligi;
- ***plastiklik*** – egiluvchanlik, beriluvchanlik;
- ***rigidlik*** – interlik, xulq -atvor ikkiluvchanligi;

- ***ekstravertlik*** - inson reaksiyasini tashqi ta’sirga bog`liqligi;
- ***introvertlik*** – inson reaksiyasini ichki obrazlar, fikrlar o`tmish va kelajakka bog`liqligi;
- ***emotsional qo`zg`aluvchanlik*** – emotsional jarayonlarning kechishi va tashqi ifodalanishi.

YUqorida keltirilgan sifatlardan kelib chiqqan holda, temperament turlariga psixologik xarakteristika quyidagi jadvalda berilgan:

18-shakl

Asosiy sifatlar	***Holerik***	***Sangvinik***	***G`legmatik***	***Melanholik***
Senzitivlik	Past	Past	Past	YUqori
Reaktivlik	YUqori	YUqori	YUqori	Past
Faollik	YUqori	YUqori	YUqori	Past
Reaktivlik va faollik	Reaktiv va faol	Og`ir vazmin	Faol va reaktiv	Past faollik o`rta reaktilik
Reaksiya turi	Tezlashgan	Tezlashgan	Sekinlashgan	Sekinlashgan
Plastiklik	-	+	-	-
Rigidlik	+	-	+	+
Ekstravertlik	+	+	-	-
Introvertlik	-	-	+	+
Emotsional qo`zg`aluvchanlik	YUqori	YUqori	Past	Sekinlashgan

Inson asab tizimi bilan bog`liq individual sifatlarni bilish orqali, bevosita mehnat va o`qish jarayonlarini har bir inson tomonidan, uning manfaatlariga mos tarzda tashkil etish mumkin. Asabga bog`liq bo`lgan tabiiy xususiyatlarni umuman o`zgarmas deb bo`lmaydi, chunki tabiatda o`zgarmaydigan narsaning o`zi yo`q. V.S.Merlin temperamentning psixologik tasnifi va ularning hayotiy vaziyatlarda namoyon bo`lishini boshqarish masalasida ko`p ishlar qilgan.

SHuni alohida ta’kidlab o`tish kerakki, psixik faoliyatning dinamikasi nafaqat temperamentga, balki motivlarga, psixik holatlarga, his-tuyg`ularga ham bevosita bogliqdir. Psixologik ma’lumotlarda e’tirof etilishicha, irsiyat va turmush sharoitlari ham temperament tiplari o`rtasidagi tafovutlarning sababchisi bo`lishi mumkin. SHundan kelib chiqqan holda temperament tiplarini ko`rib chiqamiz.

Sangvinik - juda faol, qiziquvchan bo`lib, atrog`dagi narsalar, insonlar diqqatini tez jalb etadi. U imo-ishoralarni ko`p ishlatib, uning chehrasiga qarab kayg`iyatini anglab olish qiyin emas. Juda sezgir bo`lishiga qaramay, kuchsiz ta’sirni seza olmaydi, serg`ayrat, ishchan, toliqmas. Faollik bilan reaktivlik munosabati muvozanatli bo`ladi, imtizomli, o`zini tiya biladi va boshqara oladi. Uning xatti-harakati jo`shqin, nutq sur’ati tez, yangilikni tez payqaydi, aql idroki teran, qiziqishlari, kayg`iyati, intilishlari o`zgaruvchandir. Ko`nikma va malakalarni tez egallaydi, ko`ngli ochiq, dilkash, muloqotga tez kirishadi, uning g`antaziyasi yuksak darajada rivojlangan, tashqi ta’sirlarga xozirjavob. Besabab xoholab kulish mumkin, arzimagan narsaga qattiq jahlini chiqarish ko`zatiladi. Barcha narsa faollik va intilish bilan munosabat bildiradi. Uning yo`zidan kayg`iyatini bilish mumkin. Diqqatini tez to`playdi. His-tuyg`uga beriluvchan. Past ovoz va past yorug`lik qo`zg`atuvchilarni ilg`amaydi. Uzoqvaqt ishlab charchamasligi mumkin, ishiga ishtiyoq bilan kirishadi. Tartib intizomli. Ekstravert. Fikrlar tezligi juda yuqori. Odamlar bilan juda tez kirishadi, yangi odamlar, vaziyat, holatga tez ko`nikadi. Yig`lab turib, kulib yuborish holatlari ko`zatiladi. Tez ishga kirishadi va tez sovishi mumkin. Bir yo`nalishda uzoqishlay olmaydi. Va’da berib ba’zan bajaraolmasligi ham mumkin.

Holerik - sust senzitivlik xususiyatiga ega bo`lib, juda faol va reaktivdir. Ko`pincha reaktivligi faollikdan ustun kelib, u betoqatlik, serzardalik va giperaktivlikni kutilmaganda portlovchi, qiziqqon, betoqatlikni namoyon qiladi. Sangvinikka qaraganda qo`zg`aluvchan, lekin ko`proq rigid, qiziqishlari, intilishlari barqaror, xatti-harakatlarda qat’iylik mavjud bo`lsa-da, biroq

diqqatni bir joyga to`plashda qiynaladi, nutq sur'ati tez. Egiluvchan emas, kuchli qat'iylik, diqqatning ko`chishida qiyinchiliklar mavjud. YUqori tezlikda psixik tempga ega. Ekstravert. Tez qo`zg`aluvchan, u mimika jestlardan ig`odalanadi. Qat'iy tez, insonlarga nisbatan intiluvchi**.**

Flegmatik - senzitivligi sust, his-tuyg`usi kam o`zgaruvchan, shunga ko`ra bunday shaxsni kuldirish, jaxlini chiqarish, kayg`iyatini bo`zish qiyin bo`lib, ko`ngillsiz hodisa xavf-xatar haqidagi xabarga xotirjamlik bilan munosabatda bo`ladi. Vazmin, kam harakat, imo-ishorasi, mimikasi ko`zga yaqqol tashlanmasada, lekin serg`ayrat, ishchan, faol, chidamli, matonatlidir. Uning nutq va harakat sur'ati sust. Diqqatni to`plashi osoyishta, rigid ko`rinishida bo`lib, diqqatni ko`chirishi qiyin kechadi. Introvertlashgan, kam gap, ichimdagini top toifasidan bo`lib, yangilikni qabul qilishi murakkab va tashqi taassurotlarga sustlik bilan javob beruvchandir. Kuchsiz mimikaga ega. Harakatlari ig`odasiz. Ishchan. Faollik reaktivlikdan ustuvor. Sabr-bardoshli, o`z-o`zini boshqara oladi. Nutqi sekin, rigid, diqqatni sekin to`playdi. Bir ishdan ikkinchi ishga sekin o`tadi. YAngi ish, vaziyatga sekin ko`nikadi. Ish boshlasa qat'iy va bir yo`nalishda ish qiladi.

Melanholik - senzitivligi yuksak, tortinchoq, g`ayratsiz, arazchan, xafaqon, jimgina yig`laydi, kam kuladi, qat'iyligi va mustaqilligi zaig`, tez toliqadi, ishchan emas. Diqqati barqaror, his-tuyg`usi sust o`zgaruvchan. Rigid va introvert. YUqori senzitivlik, yuqori tuyg`uga beriluvchanlik. Uyatchan, tez xafa bo`ladi. Mimika va jestlar yaxshi namoyon bo`lmaydi. Sust faollik. O`z-o`ziga ishonch yo`q, arzimagan narsalardan tushkunlikka tushadi. Qat'iy emas, tez charchaydi, ishchan emas, diqqati tez bo`ziladi.

Barcha odamlarni to`rtta tip bo`yicha taqsimlash mumkin emasligi tushunarli. Temperamentlarning turli-tumanligi to`g`risidagi masala fanda hali batafsil hal qilingan emas. Ammo keltirilgan temperament tiplarini asosiy deb hisoblash mumkin.

Xarakter. Xarakter xususiyatlari va tipologiyasi.

Kundalik hayotimizda "xarakter" so`zi ko`p ishlatiladigan so`zlardan. Uni biz doimo birovlarga baho bermoqchi bo`lsak, ishlatamiz. Bu so`zning ma'nosini olimlar "bosilgan tamg`a" deb ham izohlashadi.

Xarakter - ijtimoiy muhit ta'sirida tarkib topib, shaxsning atrofdagi voqelikka va o`z-o`ziga bo`lgan munosabatida ifodalanadigan, muayyan sharoitda tipik xulq-atvor usullarini belgilab beradigan barqaror individual psixik xususiyatlar yig`indisidir (yunonchadan «xislat», «belgi», «tamg`a»). Xarakter hamisha shaxsning o`ziga xos bo`lgan sifatlarini belgilab beradi. SHuning uchun ham xarakter kishining biror hayotiy vaziyat sharoitida o`zini qanday tutishini oldindan ko`rish imkonini beradi.

Xarakter tug`ma bo`lmaydi. Faqat layoqat nishonlari tug`ma bo`lishi mumkin, ular nerv sistemasining xususiyatlariga bog`liq bo`ladi. U kishining hayot va faoliyat sharoitlariga bog`liq holda tarkib topib, o`zgaruvchan va tarbiyalanuvchandir. Maxsus sharoitda ta'lim-tarbiya ta'sirida salbiy xarakter xususiyatlarini bartaraf qilish, ijobiy xarakter xususiyatlarini shakllantirish mumkin.

Demak, bizning munosabatlarimiz ma'lum ma'no va mazmun kasb etgan munosabatlar bo`lib, ularning har birida bizning hissiy kechinmalarimiz aks etadi va xarakterimiz namoyon bo`ladi.

Xarakterda o`zlashtirilayotgan hayotiy timsollar shaxsning xulq-atvori va faoliyatida ijtimoiy-psixologik xususiyatlar sifatida tarkib topishni ta'minlovchi psixologik vositalar inson «Men»ining tavsig`lovchi poydevori hisoblanadi.

Xarakter - shaxsning individual xususiyatidir. Xarakterlari mutlaqo bir xil bo`lgan kishilarni topib bo`lmaydi, lekin ayrim kishilarning xarakterlaridagi ko`p narsalar bir guruh kishilar uchun yoki xatto butun jamiyat uchun tipik bo`lishi mumkin. Bir jamoada mehnat qilayotgan kishilar uchun jamoatchilik, o`zaro yordam ko`rsatishga intilish, mehnatni xurmat qilish singari xususiyatlar tipik xususiyatlardir.

Demak, xarakterning psixologik tizimini tahlil qiladigan bo`lsak, uning borliqdagi obektlar va predmetli faoliyatga nisbatan amalga oshirish maqsadga muvofiqdir. SHuning uchun ham psixologiyada xarakterning quyidagi tizimi e'tirof etiladi:

- ***mehnat faoliyatida namoyon bo`ladigan xarakterologik xususiyatlar*** - mehnatsevarlik, mehnatkashlik, tashabbuskorlik, ishga layoqat, mas'uliyat, dangasalik, qo`nimsizlik va boshqalar;
- ***insonlarga nisbatan bo`lgan munosabatlarda namoyon bo`ladigan xarakterologik sifatlar*** - odoblilik, mehribonlik, takt, jonsaraklik, muloqotga kirishuvchanlik, altruizm, g`amho`rlik, rahm-shafqat va boshqalar;
- ***o`z-o`ziga munosabatga aloqador xarakterologik sifatlar*** - kamtarlik, kamsuqumlilik, mag`rurlik, o`ziga bino qo`yish, o`z-o`zini tanqid qilish, ibo, sharmu-hayo, manmansirash va boshqalar;
- ***narsalar va hodisalarga munosabatlarda namoyon bo`ladigan xususiyatlar*** - tartiblilik, oqillik, saronjom-sarishtalik, qo`li ochiqlik, ziqnalik, tejamkorlik, pokizalik va boshqalar.

Xarakter temperamentdan farqli o`laroq hayotda, muomala va hamkorlikdagi faoliyat jarayonida vujudga kelishi va shakllanishida farq qiladi. Xarakter xususiyatlarining nimalarda namoyon bo`lishi, ularning belgilari masalasi ham amaliy jihatdan muhimdir. Avvalo xarakter insonning ***xatti-harakatlari va amallarida*** namoyon bo`ladi - odamning ongli va maqsadga qaratilgan harakatlari uning kim ekanligidan darak beradi.

Xarakter tarkib topishi muayyan qonuniyatlar ta'sirida amalga oshib, uning har bir xislati shaxs munosabatlariga bog`liq bo`ladi, ular o`z navbatida ijtimoiy munosabatlar bilan belgilanadi. Nasliy xususiyatlari bir xil egizaqlarda turlicha ijtimoiy muhitda har xil xarakter xislatlari shaqllanishi tadqiqotlarda isbotlangan. SHu sababdan ijtimoiy to`zumni tavsig`lovchi keng ijtimoiy munosabatlar shaxsning ijtimoiy tipik xususiyatlarigina emas, balki xarakterning individual xususiyatlari va xislatlari tarkib topishiga ham katta ta'sir o`tkazadi. Ijtimoiy munosabatlarga bevosita yoki bilvosita bog`liq tarzda, oilada, bolalar va mehnat jamoalarida xayrihohlik, o`rtoqlik, o`zaro yordamlashish, hamkorlik yoki, aksincha, johillik, zolimlik, badjaxllik kabi shaxslararo munosabatlar tarkib topa boshlaydi. Oilaviy muhit, undagi shaxslararo munosabatlar, farzandlarning miqdori, yoshidagi farqi, nizoli vaziyatlarning ko`rinishi, ota-ona munosabatiga asoslangan holda xarakterning o`ziga xos xususiyatlari shakllantirilsa, bolalar bog`chasidagi, maktabdagi shaxslararo munosabatlar ham xarakterning maxsus xislatlarini tarkib toptiradi. Mehnat jamoalarida, norasmiy guruhlarda ham xarakter xususiyatlarida sezilarli o`zgarishlar yo`zaga kelib, ilk yoshlik davrida esa shakllangan xarakter xislatlari nihoyat darajada barqaror bo`lib, ularga ayrim o`zgarishlar kiritish juda qiyin kechadi. SHaxsda mayllarning qondirilishi yoki qondirilmasligi bilan bog`liq holda tarkib topgan munosabatlar o`zining mustahkamligi bilan ajralib turadi. Xarakter xislatlarining chuqurligi, barqarorligi, doimiyligi ko`p jihatdan shaxs munosabatlarining onglilik darajasiga bog`liq. Insonning haqqoniylik, mehnatsevarlik xislatlari tasodig`iy tarkib topmagan bo`lib, uning ongli qarashlariga, ishonch aqidalariga mos tushsa, u holda har qanday qiyin holatlarda ham namoyon bo`ladi.

Xarakter xususiyatlarining variantliligi ularning faqat sifat jihatidan rang-barangligi va o`ziga xosligida emas, balki miqdor jihatidan ig`odalanganligida ham namoyon bo`ladi. Xarakter xususiyatlarining miqdoriy ifodalanishi, ya'ni ayrim belgilarning haddan tashqari kuchli namoyon bo`lishi shaxs xulq-atvori me'yorining eng oxirgi marrasiga borib, patologik belgilar bilan chegaralanish holatida ko`zatiladi. Bu holat psixologiyada ***xarakter aktsentuatsiyasi*** ya'ni, me'yordan ortishi deb ataladi. Bunda shaxsda boshqalarga nisbatan barqarorlik bo`lgani holda bir xil qattiq hayajonlantiruvchi omillarga zaig`lik ortishi ko`zatiladi.

Xarakter aktsentuatsiyasi turlari olimlar tomonidan turli xil ko`rinishda ajratib ko`rsatiladi. Ularning ayrimlari haqida to`xtalib o`tamiz:

Gipertim tip - bu toifadagilar o`ta kirishimli, so`zamol bo`ladilar, imo-ishoralar, mimika va pantomimika orqali o`z his-tuyg`ularini namoyon qiladilar. Ular to`satdan suhbatning dastlabki mavzusidan chetga chiqadilar. Bu toifadagi odamda o`z xizmat va oilaviy majburiyatlariga etarli tarzda jiddiy e'tibor bermasliklari oqibatida atrofidagi odamlar bilan qisqa kelishmovchiliklar yo`zaga keladi. Ularning ijobiy tomonlari ishchanlik, optimistlik, faoliyatlilik, tashabbuskorlik kabi

sifatlari orqali namoyon bo`ladi. Ularning salbiy xislatlari - engiltabiat, jizzaki, o`z majburiyatlariga befarq munosabatda bo`lish kabi sifatlardir.

Distim tip **-** bu toifadagilar kamgap, tortinchoq bo`lishadi. Ularning aksariyati uyda o`tirishni xoxlashadi. Ular sershovqin davralarni yoqtirmaydilar va atrofdagilar bilan kamdan-kam nizoga boradilar. Ularning ijobiy xislatlari: jiddiy, haqiqatgo`y, sofvijdonli. Salbiy tomonlari: sustkash, shaxsiyatparast, fikrlash doirasi tor.

Sikloid tip **-** bu toig`adagilarning kayfiyati tez-tez davriy o`zgarishi, buning oqibatida ularning atrofidagi odamlar bilan bo`lgan muomalasi ham o`zgarib turishi ko`zatiladi. Ularning kayfiyati chog` bo`lganda yaxshi hamsuhbat, kayfiyati yomon bo`lganda esa tundroq bo`lib qoladilar.

Ta'sirchan tip **-** bu toifadagilar muomalada tortinchoq, ko`p hollarda tund va injiq bo`lib, yolg`onchilikka, surbetlikka, nizoga moyildirlar. SHuningdek, bunday holatlarda ular doim faol bo`ladilar. Bu toifadagilar xotirjam bo`lganlarida sofdil, hayvonlar va kichkina bolalarni yaxshi ko`radilar, kayfiyatlari yomon bo`lganida esa injiq, jaxldor, o`zlarini idora eta olmaydilar.

***To`xtaluvchan tip*** **-** bu toifadagilar me'yorida hamsuhbat, pismiq, aql o`rgatuvchi, kamgapdirlar. Ular nizoli holatlarda faol, tashabbuskor bo`lib, tanlagan faoliyatini muvaffaqiyatli amalga oshirishga intiladilar. Ular o`ziga nisbatan o`ta talabchan bo`lib, ijtimoiy adolatga xayrihoh, shuning bilan birga arazchi, hamda qasoskor bo`ladilar. Ba'zida haddan ziyod o`ziga bino qo`ygan, to`g`riso`z, rashkchi, yaqinlariga va qo`l ostidagi xodimlarga nisbatan o`ta talabchan bo`lib qoladilar.

Sinchkov (pedant) tip - mojarolarga kam aralashib, xizmat doirasida o`zini qattiqqo`ldek tutib, atrofdagilarga ko`p talablar qo`yadi. SHuningdek etakchilikni bajonidil boshqa odamlarga beradi. Ba'zida oila a'zolariga tartib borasida o`ta talabchan. Uning ijobiy xislatlari: sofdil, tartibli, jiddiy, sadoqatli. Salbiy tomonlari: rasmiyatchi, pismiq, qiziqqon.

Tashvishli tip **-** bu toifadagilar past kirishimli, o`ziga nisbatan ishonchsiz bo`ladilar. Ular nizolarga kam aralashadilar va bu holatda qo`llab-quvvatlovchi va tayanch axtaradilar. Ular do`stlikni qadrlaydilar, o`z-o`ziga tanqid ko`zi bilan qaraydilar, o`ziga topshirilgan vazifalarni so`zsiz bajaradilar, o`zining himoyasizligi oqibatida ko`p hollarda hazil-xuzul uchun nishon bo`ladilar.

***Jo`shqin (hayajonli) tip*** **-** bu toifadagilar tor doirada saralangan odamlar bilan aloqa qilishni afzal ko`radilar. Ular kam hollarda mojarolarga aralashib, xafachiliklarini ichlarida saqlaydilar. Ijobiy xislatlari: samimiylik, rahm-shafqatlilik, o`zgalarning yutug`idan quvonadigan hamda bo`ysunuvchan. Salbiy tomonlari - yig`loqi, o`ta hissiyotli, izzattalab.

Namoyishkorona tip **-** ***t***ez muomalaga kirishuvchanlik, etakchilikka intiluvchanlik, ko`ngilchanlik, boshqalarga tez ko`nikuvchanlik ***xususiyatilari mazkur tipga*** xosdir. Ularda xokimiyatni egallash hissi ustuvor bo`lib, maqtovni juda yoqtiradilar. Bunday kishilar o`ziga ishonchliligi va o`ziga tortuvchanliklari bilan atrofdagilarning g`ashiga tegib, mojarolarni o`zlari keltirib chiqaradilar va bu holatda faol tarzda o`zlarini himoya qiladilar. Ularning ijobiy tomonlari - sabr-qanoatlilik, artistlik qila oladigan, boshqalarni o`ziga qarata oladigan, to`g`riso`zligidir. Salbiy tomonlari esa - xudbinlik, shaxsiyatparastlik, maqtanchoqlik, dangasalikdir.

Ekzaltirlashgan tip **-** bu toifadagilar o`ta kirishimli bo`lib, tez-tez baxslashadilar, lekin bahs ochiq mojarolarga etib bormaydi. Nizoli holatlarda ular bir paytning o`zida ham faol, ham sustkashdirlar. SHu bilan birgalikda do`stlari va yaqinlariga bog`langan va ularga juda g`amxo`r. Ularda achinish hissi yuqori, yaxshi didli, hissiyotlari yorqin va samimiy bo`ladi. Salbiy tomonlari - vahimachi, bir onlik kayfiyatlarga yon bosuvchi.

Ekstraversiv tip **-** o`ta kirishimli bo`lib, bunday odamlarning do`stlari va tanishlari juda ko`p bo`ladi. Bunday odamlar ezmalik darajasigacha ko`p gapiradilar, har qanday ma'lumotni ulardan ochiqchasiga bilib olish mumkin. Bu toifadagilar do`stlar davrasida, ishda, oilada, ko`pincha etakchilikda boshqalarga yon bosib, boshqalarga bo`ysunishni va chetda turishni afzal ko`radilar. Ular o`zgalarni diqqat bilan eshitishga tayyorlik, so`rashgan narsani bajarish kabi ijobiy xislatlarga egadirlar. Salbiy tomonlari: ta'sirga beriluvchan, engiltabiat, maishatga o`ch, ig`vo va g`iybatlarni tarqatishda ishtirok etadilar.

Introversiv tip - uning boshqalardan farqli tomoni shundaki, ular o`ta iymanuvchan, haqiqiylikdan yiroqlashuvchan, o`z tuyg`ularini oshkor etishni xohlamaslik, faylasuflik qilishga intilishlari bilan xarakterlidir. Bunday odamlar yolg`izlikni yoqtiradilar, atrofdagilar bilan kam nizoga borib, qachonki ularning shaxsiy hayotlariga aralashgandagina atrofdagilar bilan ixtilofga boradilar. Ularda qat'iyatlilik, prinsipiallik kabi ijobiy fazilatlar bilan bir qatorda qaysarlik, fikrlashning torligi, o`z g`oyalarini o`ta qat'iyatlilik bilan himoya qilish kabi salbiy xislatlar mavjud. Ular har bir narsaga o`z nuqtai nazarlari bilan qaraydilar, boshqalarning fikrlaridan o`z fikrlarini ustun qo`yadilar.

Xarakter - shaxsning bir tomoni, lekin bu shaxs degani emas. Ekstremal vaziyatda yoki shunchaki tanlash vaziyatida qoldirilgan kishi holatlardan ustun bo`lishga, shu jumladan, o`z xarakteridan ham yuqori ko`tarilishga qodirdir. Kishining istalgan, shu jumladan, ichki, psixologik holatlarga qarshilik qilish qobiliyati uning o`zini o`zgartiradigan qudratli kuchi borligini, uni shaxs sifatida rivojlantirish negizini namoyish qiladi. SHuning uchun kishini xatti-harakatlarini tushuntirishga, uning xulq-atvorini oldindan aytib berishga har qancha urinishlar prinsip jihatidan o`zil-kesil bo`lishi mumkin emas, chunki shaxs bunday tushuntirishlarni qadrsizlantirishi, ularga qarshi harakat qilishi va boshqacha bo`lib qolishi mumkin, ya'ni faqat tashqi va ichki holatlarga muvofiqligi foydasigagina emas, balki o`zi ijtimoiy va umuminsoniy jihatdan qo`llanilishi foydasiga tanlash o`tkaziladi. SHaxs bunga qay darajada qodirligiga qarab, unda konkret-xarakterologik emas, balki ijtimoiy va umuminsoniy qadriyatlari yo`zaga keladi.

Qobiliyatlar va ularning turlari.

Qobiliyatlar - shaxsning ma'lum faoliyatdagi muvaffaqiyatlarni, osonlik bilan biron faoliyatni egallay olishni ta'minlaydigan yakka psixologik xususiyatlaridir.

Inson qobiliyatlar yordamida bilim, ko`nikma va malakalarini nisbatan osonlik bilan egallab oladi va biror faoliyat bilan muvaffaqiyatli shug`ullanadi.

Qobiliyatlar faqat faoliyatda namoyon bo`ladi. Qobiliyat turlari quyidagilar:

Umumiy qobiliyatlar mavjud bo`lgan kishi faoliyatning turli xillari bilan muvaffaqiyatli shug`ullana oladi. Umumiy qobiliyatga ega bo`lgan o`quvchilar odatda barcha fanlardan yaxshi va qiynalmay qo`yadilar.

Maxsus qobiliyatlar kishiga qandaydir muayyan faoliyat bilan muvaffaqiyatli shug`ullanish imkonini beradi.

Insonning qobiliyatlari uning mayllari bilan maxkam bog`liqdir. SHuning uchun biror narsaga qiziqish, unga berilish ko`pincha faoliyatning ana shu turiga bo`lgan qobiliyatlarning mavjudligidan darak beradi.

Layoqat nishonlari va qobiliyat. Ko`pgina olimlari qobiliyatlar tug`ma bo`ladi va avloddan-avlodga o`tib turadi, deb hisoblaydilar. Unchalik qobiliyatli bo`lmagan ko`pchilik kishilar orasida layoqatli kishilar oilalari kam bo`ladi, bu oilalardagi kishilarnig qobiliyatlari avloddan-avlodga o`tib keladi. Lekin qobiliyatlar to`g`risida bunga butunlay qarama-qarshi bo`lgan nuqtai nazar ham mavjud, bu nuqtai nazar tug`ma sifatlarni butunlay inkor qiladi va hamma narsa tarbiyaga, shart-sharoitga bog`liq deb hisoblaydi. Ana shu nuqtai nazarni ham to`g`ri deb hisoblab bo`lmaydi. Qobiliyatlar miya va sezish organlarining tuzilishiga bog`liq, ular har-xil kishilarda tug`ilgan vaqtidayoq turlicha bo`ladi. Har bir kishida tug`ma ***layoqat nishonlari*** bor bo`ladi, binobarin, kelgusida biror qobiliyatni rivojlantirishga bo`lgan muayyan moyillik ana shunga bog`liq.

Lekin bu tabiiy layoqat nishonalari muvaffaqiyatli faoliyatning to`la-to`kis shart-sharoitlari bo`la olmaydi. Layoqat nisholarini rivojlantirish kerak, bu esa ta'lim tarbiya jarayonidagina ro`y beradi. Bundan tashqari, layoqat nishonalari ko`p qiymatlidir, ya'ni tegishli sharoitlar mavjud bo`lganda faoliyatga qarab layoqat nishonalari asosida turli qobiliyatlar rivojlanishi mumkin. Layoqat nishonlari kishining go`yo «mudrab yotgan» kuchlari bo`lib, agar kishi tegishli faoliyat bilan shug`ullanmasa, bu imkoniyatlarni «uyg`otishi» mumkin emas. Bunday mashg`ulotlar uchun ijtimoiy shart-sharoit: moddiy ta'minot, muhit, o`qish imkoniyatlari va hokazolar zarur bo`ladi. Qulay sharoitlar mavjud bo`lganda ayrim kishilarda qobiliyatlar juda erta rivojlanadi. Odatda musiqa va tasviriy sanhatga bo`lgan layoqat unda ertaroq paydo bo`ladi. Kishilarda musiqa va tasviriy sanhatga bo`lgan layoqatdan bir muncha keyinroq adabiy qobiliyatlar paydo bo`lgan.

Qobiliyatni rivojlantirishning ayrim shartlari. Qobiliyatlar faoliyat davomida rivojlanadi. SHuning uchun qobiliyatlarni rivojlantirishning birinchi sharti - ***faoliyatga bo`lgan ehtiyojni tarbiyalashdir.*** Ishlashni yoqtirmaydigan dangasa kishilarda qobiliyatlar rivojlanmaydi. Qobiliyatlarni rivojlantirish uchun jiddiy mehnat qilishning ahamiyati katta. Qobiliyat - avvalo sabr-toqatga ko`paytirilgan mehnat, mehnat va yana bir karra mehnatdir. Mehnatga bo`lgan ehtiyojni tarbiyalash uchun ishga qiziqish va unga odatlanish katta ahamiyatga egadir. Layoqat bilan qobiliyatni bir-biridan farqlay olish lozim. Layoqat bu odamni faoliyatga bo`lgan intilish, qobiliyat esa ushbu faoliyatni bajara olish imkonidir.

Qobiliyatlar - bu:

- insonni individual xususiyati;
- inson biron faoliyatga bo`lgan yaroqligi;
- ushbu faoliyat bilan muvaffaqiyatli shug`ullanishidir.

Bundan tashqari qobiliyatlar bilim va malaka egallash dinamikasini aniqlaydi. Qobiliyatlarni sifat faoliyatda o`z imkoniyatlaridan to`laroq foydalana olishni ko`proq yutuqlar erishishni ko`rsatib beradi. Qobiliyatlar strukturasi etakchi, tayanch xususiyatlar strukturasida etakchi, tayanch xususiyatlar farqlanadi.

Biror faoliyatning ayniqsa muvaffaqiyatli, mustaqil va original tarzda bajarilishini taqozo qiladigan qobiliyatlar birikmasi - ***talant*** deb ataladi. Ijodiy faoliyatga qobiliyatli bo`lgan kishilarni talantli kishilar jumlasiga kiritish mumkin. Talantlilikni yuqori bosqichi ***geniallik*** deb ataladi. Ijtimoiy hayotda, fan, adabiyot, san'at va shu kabi sohalarda prinsipial ravishda yangi bo`lgan biror narsa yaratgan kishilar geniylar deb hisoblanadilar.

Tabiiy anatomik-fiziologik layoqat nishonalari qobiliyatlarning fiziologik asosini tashkil qiladi. Keyinchalik qobiliyatga aylanadigan layoqat nishonalarining majmui - ***iste'dod*** deyiladi.

Qiziqishlar qobiliyatlarni rivojlanishda muhim rol o`ynaydi. Faoliyatga bo`lgan qiziqishni motivatsiya orqali qo`llab-quvvatlash faoliyat maqsadini odam uchun aktual ehtiyojga aylantiradi.

Qobiliyatlarni tarkib topishi va rivojlanishi – bu ko`nikmalarni natijasi bo`lib, ular qancha mustahkamlansa rivojlanish shuncha tez boradi.

Malakalar, ko`nikma va bilimlarga nisbatan kishining qobiliyatlari qandaydir imkoniyat sifatida namoyon bo`ladi. Bu bilim va ko`nikmalar egallanadimi yoki egallanmaydimi, imkoniyat haqiqatga aylanadimi yoki yo`qmi, bo`larning hammasi ko`plab sharoitlarga borliq bo`ladi. SHart-sharoitlar jumlasiga, quyidagilar kiradi: tevarak-atrog`dagi odamlar kishining bu bilim va malakalarni egallab olishdan mang`aatdor bo`ladimi yo yo`qmi; unga qanday ta'lim beradilar, ana shu malaka va ko`nikmalar kerak bo`ladigan va mustahkamlanadigan mehnat faoliyati qanday tashkil etiladi.

Nazorat uchun savollar:

1. Individ, shaxs, individuallik tushunchalarining mazmunini bayon eting.
2. Shaxsni o‘rganish tarixida qanday asosiy bosqichlar mavjud? Sanab o‘ting.
3. Shaxs taraqqiyotining davrlarga bo‘linishi haqida qanday ma'lumotlarga egasiz?
4. E. Erikson konsepsiyasiga ko‘ra shaxs shakllanishi qanday bosqichlarni o‘z ichiga oladi?
5. Shaxsning faolligi deganda nimani tushunasiz?
6. Frustratsiya tushunchasiga ta'rif bering.
7. Shaxs yo‘naltirilganligi tushunchasini bayon eting.
8. Shaxsning ijtimoiylashuvi deganda nimani tushunasiz
9. Shaxs va uning faolligini belgilovchi omillar nimalardan iborat?
10. Faollik tushunchasini ta'riflab bering.
11. Faoliyatning qanday turlari mavjud? Ularni izohlang.
12. Faoliyatning psixologik xususiyatlari haqida gapirib bering.
13. Ehtiyojlar haqida ma'lumot bering.
14. Ijtimoiy hulq motivlari va shaxs motivatsiyasi.
15. Motiv va motivatsiya nima?
16. Xulq-atvor va faoliyatning anglanilmagan omillari haqida ma'lumot bering.

17. Assertivlik tushunchasi haqida nimalarni bilasiz?
18. Temperament tushunchasini ta’riflab bering.
19. Temperament xususiyatlariga nimalarini kiritish mumkin?
20. I.P.Pavlov ta’limotida oliy nerv faoliyatining asosiy turlari haqida ma’lumot bering.
21. V.S.Merlin bo‘yicha temperamentning psixologik tasnifiga ta’rif bering.
22. Temperament tiplarini sanab o‘ting hamda izohlang.
23. Xarakter va uning xususiyatlari haqida qanday tushunchaga egasiz?
24. Xarakterning belgilari haqida nimalarni bilasiz?
25. Xarakter strukturasi va tipologiyasi haqida ma’lumot bering.
26. Xarakter aksentuatsiyasi va uning tiplari nima?
27. Qobiliyatlar haqida tushuncha bering.
28. Qobiliyat turlarini izoxlab bering.
29. Iste’dod, talant va geniallik tushunchalari haqida ma’lumot bering.
30. Qobiliyatlarni rivojlanishi uchun ta’sir etuvchi omillar.

Adabiyotlar:

1. SH.M.Mirziyoev.Erkin va farovon, demokratik O‘zbekiston davlatini mard va olijanob xalqimiz bilan birga quramiz Toshkent 2016 y
2.Karimov I.A. YUksak ma’naviyat - engilmas kuch. -T.: Ma’naviyat, 2008.
3. Z.Ibodullaev. “Tibbiyot psixologiyasi”. T., 2008 yil darslik.
4. П.I.Ivanov .Zufarova.”Umumiy psixologiya”T., 2008 yil darslik.
4.A.Maqsudova.”Muloqot psixologiyasi” .T.; 2006 yil darslik.
5.Nishonova va SH.Asomiddinova. «Psixologik maslahat» .T .2010 yil
6.Goziev E.F. Umumiy psixologiya. Toshkent 2010
7.Davletshinm.G. Psixologiyadan qisqacha izohli lugat. Toshkent. 1999

3-Mavzu: Shaxsning psixik bilish jarayonlari: xotira, diqqat, sezgi, idrok, tafakkur, nutq, xayol

Reja:

1.Psixikaning va uning namoyon bolish shakllari
2.Diqqat va uning turlari
3.Sezgi va uning turlari
3.Idrok va uning xususiyatlari
4.Xotira va uning qonunlari
5.Tafakkur va uning shakllari

T a y a n ch s o’ z v a I b o r a l a r :

Diqqat, ixtiyoriy, ixtiyorsiz, sensor, aqliy, xarakatlantiruvchi, ixtiyoriydan so’nggi, I.P.Pavlov, A.A.Uxtomskiy, barqarorlik, ko’chish, taqsimlanish, diqqatning buzilishi, ko’lami. Idrok, predmetlilik, yaxlitlik, strukturalilik, barqarorlik, N.M.Sechenov, konstantlik, appersepsiya, I.P.Pavlov, reflektor, analizatorlar, shakl, hajm, akkomadasiya, konvergensiya, illyuziyalar.

SHaxsning bilish jarayonlari. Diqqat to‘g‘risida tushuncha. Diqqat turlari. Psixik hodisalar psixik holatlarni, psixik jarayonlarni va psixik xususiyatlarni o`z ichiga oladi. Bularning barchasi tirik organizmning tashqi olamni u yoki bu darajada aks ettirishi bilan bog`liq bo`lganligi uchun ham bir so`z bilan ruhiy, psixik hodisalar deb ataladi. Psixik hodisalarning birinchisi hisoblangan psixik holatlar deganda tashqi olamni aks ettirish va javob qaytarish xususiyati, mexanizmlari tushuniladi. Masalan, bolalar va kattalarning dunyoni aks ettirishlari, sog`lom yoki betob odamning aks ettirishi,bardam,tetik yoki horg`in, charchagan odamning aks ettirishi sifat xususiyatlari va

holatlari bir-biridan farq qiladi. Psixik xususiyatlar deganda odam – sub'ektning betakror, bir-biridan farq qiladigan xususiyatlaritushuniladi. Bunda asosan odamning temperamenti, qobiliyati va xarakteri nazarda tutiladi.Psixik hodisalar ichida psixik jarayonlar etakchi va asosiy mazmunni kasb etadi. **Psixik jarayonlar** tashqi olamni ongda aks ettirish, unga javob reaktsiyalarini berish bilan bog`liq jarayonlarning barchasini o`z ichiga oladi. Psixik jarayonlar ongning o`zida paydo bo`lib, ongning o`zida tugallanadi degan fikrni Sechenov mutlaqo noto`g`ri fikr deb hisoblagan edi. Psixik hodisa hali yuzaga kelmagan natijadan ham darak beradi.

Psixik jarayonlar signal yoki boshqaruv funktsiyasini bajarib, sharoitga moslashtirishga yoki javob reaktsiyasini berishga xizmat qiladi.

Psixik jarayon, ma'lumki o`zicha sodir bo`lmaydi, balki, miyaning mohiyati, uning tegishli bo`lmalari funktsiyasi sifatida olam haqidagi axborotlarning qayoqqa ketishi, qaerda saqlanishi va qayta ishlanishini ko`rsatuvchi javob reaktsiyasining boshqaruvchisidir.

Psixik jarayonlar o`z navbatida bilish jarayonlari, emotsional jarayonlar, shaxsning irodaviy holatlari va shaxsning individual xususiyatlari deb nomlangan qismlarga bo`lib o`rganiladi.

Psixik hodisalar - bu faoliyatning hozir ta'sir etayotgan (sezgi, idrok) yoki qachonlardir, ya'ni turmush tajribasida (xotira) yuz bergan qo`zg`oluvchiga javob tarzida ro`y beradigan, ana shu ta'sirni umumlashtiradigan, ular pirovard natijada olib keladigan natijalarni (tafakkur, xayol) oldindan ko`ra olishga yordam beradigan, bir xil ta'sirlar natijasida faoliyatni (his-tuyg`u, iroda) kuchaytiradigan yoki susaytiradigan, umuman faollashtirib yuboradigan va boshqa xildagi ta'sirlar oqibatida uni tormozlaydigan, odamlar xulq-atvoridagi (temperament, xarakter va b.) tafovutlarni aniqlaydigan doimiy boshqaruvchilaridir.

Tashqi olamni aks ettirishda rol o`ynaydigan jarayonlar deganda sezgi, idrok, tafakkur, xayolni tushunamiz. Biroq boshqa psixik jarayonlar ham ta'sir ko`rsatadi.

Psixik jarayonlarda birinchi signallar tizimi bilan bir qatorda odam uchun xos bo`lgan ikkinchi signallar tizimi ham ahamiyatlidir.

Xohlagan psixik jarayonning sodir bo`lishi va davom etishi shunday bir ruhiy hodisaga bog`liqki u barcha jarayonlarda ishtirok etadi, uning samaradorligiga ta'sir o`tkazadi. Bu diqqatdir. Diqqat ongning bir nuqtaga qaratilishi bo`lib, shaxsning faolligini hamda uning ob'ektiv borliqdagi narsa va hodisalarga tanlovchi munosabatini ifodalaydi. Diqqat bo`lmasa, aniq maqsadga qaratilgan faoliyat ham bo`lmaydi.

Ta’lim olishda diqqatning rolini ta’kidlarkan, buyuk rus pedagogi K.D.Ushinskiy «...diqqat aynan shunday bir eshikki, tashqi olamdan kishi qalbiga kirib keladigan jamiki narsalarning barchasi shu eshik orqali kiradi»,-deb yozgan edi. Demak, **diqqat deb, kishi ongning o’rganilayotgan yoki shug’ullanayotgan ob’yektiga yo’naltirilganligiga aytiladi.** Yo’naltirilganlik shaxsning extiyojlariga, qiziqishlariga, faoliyat maqsadlariga bog’liq holda namoyon bo’ladi.

Boshqa psixik jarayonlar kabi diqqat ham o’zining nerv fiziologik asoslariga ega. Mashhur rus fiziologi I.P.Pavlov diqqatning fiziologik asosini yangi voqea, hodisalarni aks ettirish jarayonida bosh miya yarim sharlarida yuzaga keladigan «Bu nima?» refleksi tashkil etadi degan taxminni ilgari surdi. Shuningdek, yo’naltirilganlik sub’yektning extiyojlariga, uning faoliyati maqsadlari va vazifalariga mos keladigan ob’yektlarning tanlanganligida, ixtiyoriy va ixtiyorsiz tanlashda, ajratishda namoyon bo’ladi. Diqqat-e’tiborning bir xil ob’yektlarda to’planganligi (konsentrasiyalanishi) ayni paytda barcha begona narsalardan chalg’ishni, boshqa ob’yektlarning vaqtincha inkor etilishini taqozo qiladi. Shu tufayli in’ikos aniq-ravshan bo’la boradi, tasavvurlar va o’y-fikrlar faoliyat tugallanmagunga qadar, undan ko’zlangan maqsadga erishilmaguncha ongda saqlanib qoladi. Shu yo’sinda faoliyatning nazorat qilib va boshqarilib borilishi ta’minlanadi.

Diqqat sezgi, xotira, tafakkur va harakat jarayonlarida namoyon bo’lishi mumkin. Shu sabbali diqqatni biror narsaga qaratish ob’yektiga (idrok etiladigan buyum, xotira, tafakkur, harakat tasavvurlari) bog’liq holda diqqatning namoyon bo’lishining quyidagi shakllarini: sensor (perseptiv), aqliy, harakatlantiruvchi shakllarini ajratib ko’rsatadilar.

Hozirgi vaqtda sensor (ko’rish, eshitish) diqqati ko’proq o’rganilgandir. Diqqatga ta’rif beradigan ma’lumotlarning ko’pchiligi amalda uni tadqiq etish natijasida qo’lga kiritilgan. Diqqat bamisoli bilish (idrok, xotira, tafakkur) jarayonlari orasida namoyon bo’lib, ular samaradorligining oshishiga yordam beradi. Jumladan, idrokning aniq-ravshanligi va to’laqonligi diqqatga bog’liq, diqqatning susayishi perseptiv jarayonlarning birmuncha darajada buzilishiga va shakllanayotgan siymoning o’zgarib ketishiga olib borishi mumkin.

Diqqatning bir nechta turlari mavjud:

1. ixtiyoriy diqqat;
2. ixtiyorsiz diqqat;
3. ixtiyoriydan so’nggi diqqat.

Ixtiyoriy diqqat ongli ravishda ma’lum maqsad asosida voqea hodisaga nisbatan diqqatni yo’naltirishda ifodalanadi. Ixtiyoriy diqqat kishidan irodaviy zo’r berish va maxsus 49malgam49c quvvatni talab etadi. Masalan, ixtiyoriy diqqatga kitob o’qish uchun ixtiyoriy diqqat zarur.

Ixtiyoriy diqqat diqqatning 49mal turi sifatida mehnat jarayonida o’z oldiga ma’lum bir vazifa qo’ygan va harakat programmasini ongli tarzda ishlab chiqqan bo’lsa yuz beradi. Uning diqqatini jalb etadigan ob’yektlarning alohida ajratib ko’rsatilishi ana shu hol bilan belgilanadi. Diqqat ancha yangi, qiziqarli, maroqli bo’lmagan narsalarga qaratilmasdan, ansincha faoliyatning maqsadi bilan bog’liq narsalarga, uni 49malgam oshirish uchun muhim va zarur bo’lgan narsalarga jalb etilgan sharoitlarda ko’pincha irodaviy kuch-g’ayratlarni ishga solish talab qilinadi.

Ixtiyoriy diqqat jarayonida shaxsning faolligi namoyon bo’ladiki, bunday vaqtda qiziqishlar bilvosita xususiyat (bir faoliyat maqsadi va natijasining extiyojlari) kasb etadi. Ixtiyoriy diqqatning asosiy vazifasi psixik jarayonlarining kechishini faol boshqarib turishdan iboratdir. Kishi aynan ana shu ixtiyoriy diqqatning mavjudligi tufayli xotiradan o’zi uchun zarur ma’lumotlarni faol tarzda, tanlab «ajratib olish»ga, muhim va jiddiy narsalarni alohida ajratib ko’rsatishga, to’g’ri qarorlar qabul qilishga, faoliyat jarayonida paydo bo’ladigan vazifalarni 49malgam oshirishga layoqatli bo’ladi.

Ixtiyorsiz diqqat esa qo’zg’atuvchining kuchli ta’siri asosida yuzaga keladi. Masalan, kuchli qo’zg’atuvchilar hisoblangan baland ovoz, yorqin nur, bo’yoq, kuchli hid beixtiyor kishi diqqatini o’ziga jalb etadi. Shuningdek, kishining extiyojlariga muvofiq keladigan uning uchun ahamiyatga ega bo’lgan qo’zg’atuvchilar ixtiyorsiz diqqatni qo’zg’aydi.

Ixtiyorsiz diqqatda bevosita qiziqishning roli benihoya kattadir. Nimaiki qiziqarli, maroqli, hissiyotga boy, zavqli bo’lsa, diqqatning uzoq vaqt mobaynida to’planib turishini taqozo etadi.

Ixtiyorsiz diqqat shaxsning umumiy yo’nalganligina ham bog’liqdir. Masalan, teatr bilan qiziqadigan kishi extimol futbol bo’yicha bo’lajak musobaqa haqidagi e’longa e’tibor bermasdan, ayni chog’da teatrga oid yangi e’lonni tezroq payqashi mumkin. Ixtiyorsiz diqqat sub’yektning anglashilgan niyatlaridan mustasno tarzda, uning biron bir irodaviy urinishlarisiz ro’y beradi. Ixtiyorsiz diqqatning asosiy vazifasi muhitning doimiy ravishda o’zgarib turadigan sharoitlarida tez va to’g’ri mo’ljal olishdan, uning mazkur paytda eng ko’p darajada hayotiy mazmun kasb etishi mumkin bo’lgan ob’yektlarni alohida ajratib ko’rsatishdan iboratdir.

Ixtiyoriy va ixtiyorsiz diqqatdan tashqari uning yana bir alohida turini-***ixtiyoriydan so’nggi diqqatni*** alohida ko’rsatish mumkin. Bu tushuncha psixologiyada N.F.Dobrinin tomonidan joriy etilgandir.

Agar maqsadga yo’naltirilgan faoliyatda shaxs uchun diqqatning ixtiyoriy to’planganidagi kabi faqat faoliyat natijasi emas, balki uning mazmuni va jarayonining o’zi qiziqarli va ahamiyatli bo’lsa, bu ixtiyoriydan so’nggi diqqat to’g’risida mulohaza yuritishga asos beradi. Bu holda faoliyat kishini shu qadar qiziqtirib yuboradiki, u diqqatni ob’yektga qaratish uchun sezilarli irodaviy kuch-g’ayrat sarflamasa ham bo’laveradi. Shunday qilib, ixtiyoriydan so’nggi diqqat ixtiyoriy diqqatdan keyin namoyon bo’lgan holda shuning o’zidangina iborat deb hisoblanishi mumkin emas. Bu diqqat anglanilgan holda ilgari surilgan maqsad bilan bog’liq bo’lganligi sababli u ixtiyorsiz diqqatdangina iborat qilib qo’yilishi ham mumkin emas. Masalan, yuqori sinf o’quvchisi imtixonga tayyorlanayotib, qiyin kitobning qisqacha mazmunini yozib chiqarkan, oldiniga o’zini diqqat-e’tiborli bo’lishga, alahsimaslikka majbur qiladi. Lekin keyinchalik u ishga shunday qiziqib

ketadiki, oqibatda uni kitobdan chalg’itish qiyin bo’ladi. Dastavval irodaviy kuch-g’ayratlar madadiga tayangan diqqat ixtiyoriydan so’nggi diqqatga aylanadi. Ixtiyoriydan so’nggi diqqat biror narsaga uzoq vaqt davomida juda ham barqaror qaratilishi bilan belgilanadi, ko’proq yuqori darajadagi jadal va unumli aqliy faoliyatni, barcha turdagi mehnatning yuksak unumdorligini asosli ravishda ana shunday diqqat turi bilan bog’liq deb hisoblaydilar.

Diqqatni irodaviy kuch-g’ayratlar yordami bilan doimo bir maromda saqlab turish o’ta zo’riqishni talab qiladi va kishini juda ham toliqtirib qo’yadi. O’qitish jarayonida ixtiyoriydan so’nggi diqqatning alohida ahamiyatga ega ekanligi xuddi shu holat bilan belgilanadi. Dastavval u ixtiyoriy diqqat sifatida paydo bo’lishi munosabati bilan faoliyatning, ishga «tortish» jarayonining ilk bosqichlarini puxta tashkil etish shart. Ixtiyoriydan so’nggi diqqatga xos bo’lgan qiziqish shaxsning faolligiga bog’liqdir. Bunday faollikning shakllanishi esa faoliyatda ijodkorlik alomatlarining gavdalanganligiga borliq bo’ladi.

Diqqatning fiziologik mexanizmlarini tushunib yetishda dominanta (nasldan-naslga o’tuvchi asosiy belgi) prinsipi alohida ahamiyatga egadir. A.A.Uxtomskiyning fikriga ko’ra, miyada hamisha qo’zg’alishning ustun hukmronlik qiluvchi markazi mavjud bo’ladi. A.A.Uxtomskiy dominantani «yuksak darajadagi qo’zg’alish markazlari» konstellyasiyasi deb ta’riflaydi. Dominantaning hukmronlik qiluvchi sifatidagi xususiyati shundan iboratki, u qo’zg’alishning yangi hosil bo’ladigan markazlarini faqat tiyib qo’ya qolmaydi, balki sust qo’zg’alishlarni o’ziga jalb etishga va shu tufayli ularning hisobga yanada kuchayishiga, ular ustidan yanada ko’proq darajada ustunlik qilishga ham qodirdir. Dominanta qo’zg’alishning barqaror markazi hisoblanadi. A.A.Uxtomskiy: ««Dominanta» degan nom zamirida yuksak darajadagi qo’zg’alishning ko’proq yo ozroq barqaror markazi tushuniladi», deb yozgan edi. A.A.Uxtomskiyning dominanta to’g’risidagi tasavvurlari uzoq vaqt davomida diqqatning harakatlantiruvchi mexanizmini tushunish imkonini beradi.

Yuksak darajadagi qo’zg’alish markazlarida miyaning faoliyati uchun yaratiladigan eng qulay shart-sharoitlar, shubhasiz, diqqatning yo’naltirilgan tarzda jamlanganligi holatida barcha bilish jarayonlarining yuksak samarali bo’lishini belgilab beradi.

Diqqat muayyan sharoitlarda va vaziyatlarda mo‘ljal olish imkonini beradi. Bunday sharoitlarni hisobga olish odam amalga oshirayotgan faoliyatning ongli ravishda kechishini va uning sermahsul bo‘lishini ta’minlaydi. Har qanday masalaning va har qanday hayotiy vazifaning hal kilinishi odamdan o‘z diqqatini ana shu masalaning mazmuniga hamda uni bajarish uchun qilinadigan harakat usullariga qaratishni talab qiladi.

Demak, diqqat qolgan barcha psixik jarayonlardan sezilarli darajada farq qiladi. Uning o‘ziga xosligi shundan iboratki, u aks ettirish formasi singari psixik faoliyatning mustaqil turi emas, balki boshka psixik jarayonlarning uyushgan faolligidir.

Diqqat inson faoliyatining barcha turlarini muvaffaqiyatli amalga oshirishning va ularni samaradorligini ta’minlovchi muhim shartlardan biridir. Kishi faoliyati qanchalik murakkab, serzahmat, davomiylik jihatdan uzoq muddatli, mas’uliyat hissini taqozo qilsa, u diqqatga shunchalik yuksak shartlar va talablar qo‘yadi. Inson ziyrakligi, farosatliligi, tez payqashi, sinchkovligi, dilkashligi uning turmush sharoitida, shaxslararo munosabatida muhim omil sifatida xizmat qiladi.

Diqqat aqliy faoliyatning barcha turlarida ishtirok etadi, insonning xatti-harakatlari ham uning ishtirokida sodir bo‘ladi.

SHuni alohida ta’kidlab o‘tish kerakki, diqqat sezgi, idrok, xotira, tafakkur, xayol, nutq kabi alohida psixik jarayon emas. ***Diqqat barcha psixik jarayonlarda qatnashadi, ularning mahsuldorligini oshirishga ta’sir etadi.*** SHu boisdan diqqat qaratilgan obektlar ong to‘plangan nuqtasida aniq, yaqqol aks ettiriladi. Demak, diqqat - aqliy jarayonlarning sifati, mahsuldorligi va samaradorligini ta’minlovchi insonning ichki aktivligidan iboratdir. SHuningdek, u har qanday inson faoliyatining zaruriy shartidir.

Psixologiyada diqqatning obektiga ko‘ra quyidagi turlarga bo‘lish mumkin:

- ***tashqi diqqat;***
- ***ichki diqqat.***

SHu bilan birga faoliyat shakliga ko‘ra:

- ***individual;***
- ***guruhiy,jamoaviy*** turlariga bo‘linadi.

Hosil bo‘lish xususiyati va amal qilish usuliga qarab:

- ***ixtiyorsiz*** (sust) - uning paydo bulishida odamning maqsadi qatnashmaydi;
- ***ixtiyoriy*** (faol) - odamning mahsadiga ko‘ra, o‘zi iroda kuchini ishlatishi tufayli paydo buladi.
- ***ixtiyoriydan so‘nggi*** turlariga bo‘linadi.

Tashqi diqqat deb ongimizning obektiv vokelikdagi narsa va hodisalarga, ularning ayrim belgi va xususiyatlariga yunaltirilishi, ularda faol to‘planishiga aytiladi. Tashqi diqqat faqat idrok qilish jarayonidagina namoyon bo‘lmasdan, balki fikr yuritilayotgan narsalarga ham qaratiladi. Jumladan, ixtirochining o‘zi yaratgan narsasini tasavvur qilishi, rassomning obrazlarni kashf qilish jarayoni, muhandisning to‘g‘on qurilishini ko‘z o‘ngiga keltirish bilan bog‘liq holatlar bunga misol bo‘la oladi.

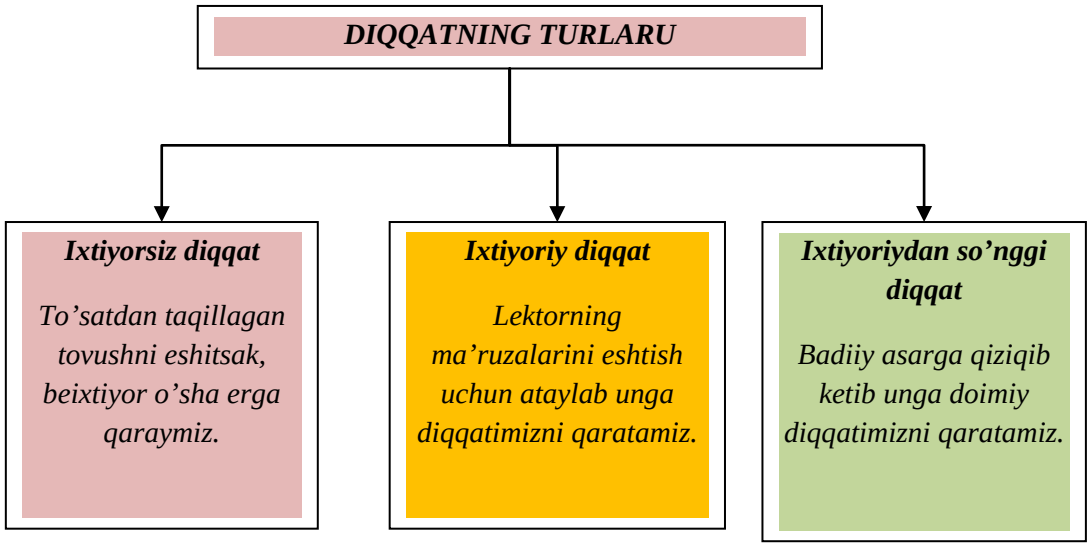
Ichki diqqat esa ongimizning o‘z subektiv taassurotlarimiz, his- tuygularimiz va intilishlarimizga qaratilishidan iboratdir. Inson ongining o‘zida sodir bo‘layotgan o‘z hissiyotlarini, fikrlarini, orzu, istak va shu kabilarni kuzatishda tashqi diqqatdan farqli o‘laroq ichki diqqat yuzaga kelar ekan, bunda diqqatning har ikkala ko‘rinishi ham faoliyatning muvaffaqiyatli yakunlanishiga munosib hissa qo‘shish imkoniyatiga egadir.

Bir kishi ongining muayyan obektga qarata yo‘naltirilishi va unga to‘planishiga ***individual;*** bir guruh yoki ko‘pchilikdan iborat kishilar jamoasining ongi psixik faoliyatning biror obektga qarata yo‘naltirilishi va shu obekt ustida to‘planishiga ***guruhiy*** yoki ***jamoa diqqati*** deb yuritiladi.

Psixologiyada diqqatning ixtiyoriy turi, ko‘pincha irodaviy deb nomlanadi. Bu, albatta, bejiz emas, chunki diqqatning muayyan obektga yo‘naltirilishi iroda kuchi bilan saqlab turiladi. Hatto

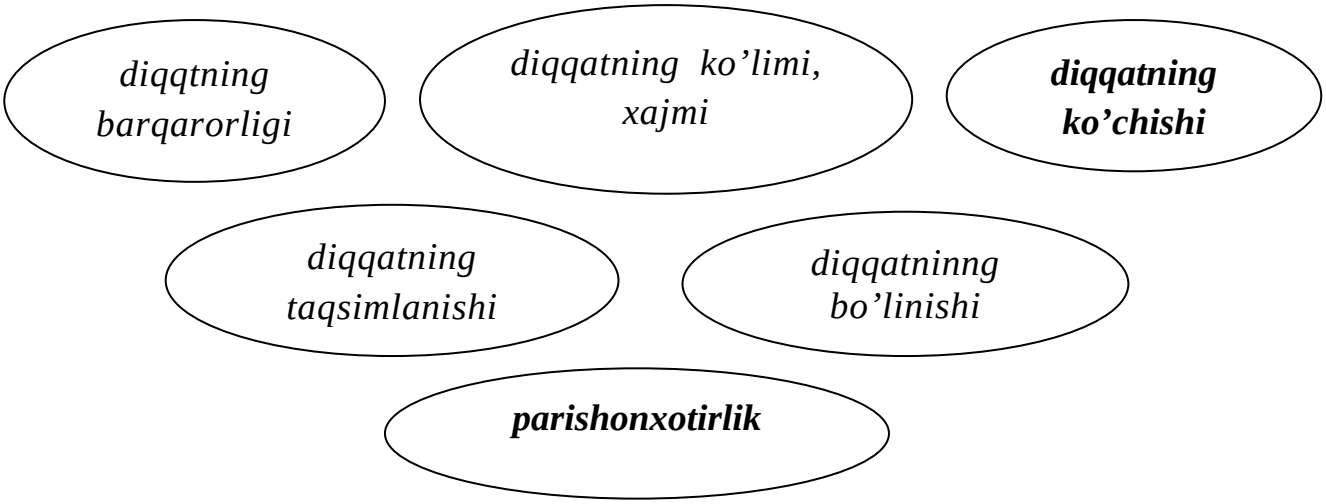
ixtiyorsiz diqqat faoliyatida qatnashsa, u ham irodaning zo‘ri bilan yo‘naltirilgan obektda to‘planib turadi.

22-shakl



Ixtiyoriydan so‘nggi diqqat - diqqatning muayyan obektga avvalo ixtiyoriy ravishda qaratilib, so‘ngra uning ahamiyati tushunilgan sari o‘z-o‘zidan qaratilib boriladigan (avtomatlashgan) diqqat turi bo‘lib, ushbu tushuncha psixologiya faniga psixolog olim N.F.Dobrinin tomonidan kiritilgan. Ixtiyoriydan so‘nggi diqqat biror obektga uzoq muddat qaratilishi bilan belgilanib, bunda hech qanday sezilarli irodaviy kuch-g‘ayrat sarflanmasa ham bo‘ladi. Insonning yuqori darajadagi jadal va unumli aqliy faoliyatini hamda barcha turdagi mehnatning yuqori, samarali ko‘rsatkichi diqqatning shu turi bilan bog‘liq bo‘ladi.

Diqqatning obektga to‘planishi, mustahkamlanishi odamning qiziqishlariga bog‘liqdir. Hatto ixtiyorsiz diqqatning faoliyatda mujassamlashishida kishining ishtiyoqi va qiziqishi katta ahamiyatga egadir. Odatda faoliyatga qiziqish bevosita va bilvosita shaklda namoyon bo‘ladi. Diqqat murakkab psixologik jarayon bo‘lib, uning bir qancha o‘ziga xos xususiyatlari bor. Ulardan asosiylari quyidagilar:



Diqqatning ana shu xususiyatlari ustida qisqacha to‘xtalib o‘tamiz.

Diqqatning barqarorligi uning davomiyligi va u yuz bergan butun vaqt mobaynida qaratilganlik darajasi bilan belgilanadi. Diqqatning barqarorligi diqqat qaratiladigan obektlarning xususiyatlariga va diqqati yo‘naltirilgan shaxsning faolligiga bog‘liq bo‘lib, u diqqatning o‘z obektiga kuchli yo‘naltirilishi va faol to‘planishidan iborat ijobiy xususiyatdir.

Diqqatning ko‘lami, xajmi uning taqsimlanish xususiyati bilan belgilanib, ayni bir vaqtning o‘zida aniq-ravshan idrok etiladigan obektlar soni bilan tavsiflanadi. Diqqatning obektlari o‘rtasida kanchalik yaqin bog‘lanishlar mavjud bo‘lsa, uning xajmi shunchalik keng bo‘ladi va aksincha.

Diqqatning taqsimlanishi - ikki va undan ortiq faoliyat turlarining ayni bir vaqtning o‘zida muvaffaqiyatli bajarish imkoniyati bilan bog‘lik xususiyatidir. Diqqatning taqsimlanishi murakkab faoliyat jarayonini amalga oshirishda alohida axamiyatga ega.

Diqqatning ko‘chishi subektning bir faoliyatdan ikkinchi faoliyatga, bir obektdan ikkinchi obektga, bir harakatdan ikkinchi harakatga ataylab o‘tishida namoyon bo‘lib, bunda ko‘chish to‘liq yoki chala bo‘lishi mumkin.

Diqqatning bo‘linishi uning ko‘chishidan farqli o‘larok ixtiyorsiz tarzda bo‘ladi. Diqqatning bo‘linishi shaxsning asosiy faoliyatini muvaffaqiyatli amalga oshirish uchun ahamiyatsiz bo‘lgan obektga ko‘chishida namoyon bo‘ladi.

Diqqatni obektga qarata olmaslik va yunaltira olmaslik bilan bog‘liq salbiy xususiyatlar, ya’ni diqqatning buzilishi ham uchrab turadi. Ulardan biri parishonxotirlikdir.

Parishonxotirlik - diqqatni ma’lum bir obektga qarata olmaslikdan iborat salbiy xususiyat. Parishonxotirlik vaqtincha holat bo‘lishi ham, shaxsning nisbatan barqaror hislati bo‘lishi ham mumkin. Parishonxotirlikning ikki turi mavjud bo‘lib, biri diqqatni umuman hech narsaga qarata olmaslik bo‘lsa, ikkinchisi diqqatni muayyan obekt ustiga kuchli tuplantirib, boshqa narsalarga qaratilmasligidir.

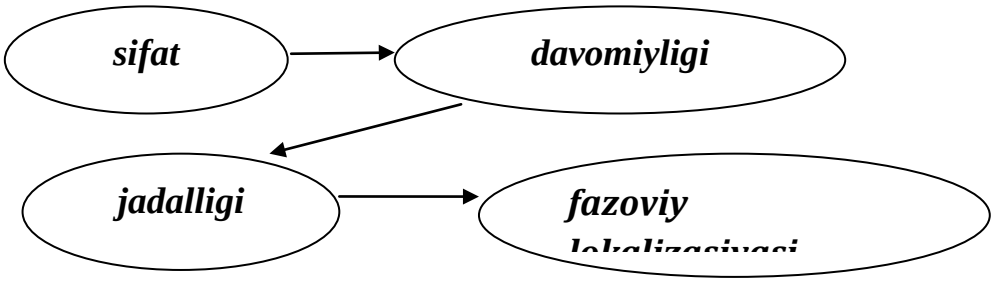
Sezgi jarayoni haqida tushuncha. Sezgi xususiyatlari va turlari.

Inson organizmiga ta’sir etadigan ayrim narsa va hodisalar obrazlarining miyada bevosita aks etish faoliyatiga ***sezgilar*** deyiladi. Biz sezgilar yordamida predmetlarning rangini, shaklini, katta yoki kichikligini aniqlaymiz.

Sezgilar sodda psixik jarayon bulishiga qaramay, barcha bilimlarimizning asosiy manbai hisoblanadi. CHunki narsa va hodisalar aks etishining ko‘pchilik qismi sezishdan boshlanadi. Agar sezgilarimiz bo‘lmaganda biz tevarak-atrofdagi narsa va hodisalarni aks ettirishdan va ularni bilishdan maxrum bo‘lar edik.

Sezgilar to‘g‘risidagi ilmiy ta’limotlarga binoan narsalar va ularning xossalari, tarkibiy qismlari, xususiyatlari, shakllari, harakati birlamchi hisoblanib, sezgilarning o‘zi esa tashqi va ichki qo‘zg‘atuvchilarning sezgi a’zolariga ta’sir etishining mahsulidir. Sezgilar moddiy (obektiv) borliqning, voqelikning xaqqoniy tasvirini aks ettirib, ular qanday ko‘rinishga, shaklga, xususiyatga ega bo‘lsa, ular xuddi shundayligicha hech o‘zgarishsiz, aynan aks ettirish imkoniyatiga egadir.

Tevarak-atrofdagi olamning boyligi haqida, tovushlar va ranglar, xidlar va xarorat, miqdor va ko‘plab boshqa narsalar to‘g‘risida biz sezgi tufayli bilamiz. Kishi vujudi sezgi a’zolari yordamida sezgilar shaklida tashqi va ichki muhitning xolati haqida rang-barang axborot olib turadi. ***Sezgi xususiyatlariga*** quyidagilar kiradi:



Sifat - sezgining asosiy xususiyati bo‘lib, uni boshqa sezgi turlaridan farqlaydi va ayni shu sezgi turi chegarasini o‘zgartiradi. Masalan, eshitish sezgilari tovushning balandligi tembri, qattiqligi bilan tafovutlanadi, ko‘rish sezgilari esa ranglarning quyuqligi, jilosi, tovlanishi, toni va boshqa shu kabilar bilan farqlanadi. Sezgilarning sifat jihatidan ko‘p turliligi materiya harakati shakllarining turli-tumanliligini aks ettirishidir.

Sezgilarning ***jadalligi*** ularning miqdoriy tavsifidan iborat bo‘lib, ta’sir qilayotgan qo‘zg‘atuvchining kuchi va retseptorning funktsional xolati bilan belgilanadi.

Sezgilarning ***davomiyligi*** ularning vaqtinchalik tavsiflanishidan iborat bo‘lib, u ham sezgi a’zolarining funktsional xolati bilan, shuningdek, qo‘zg‘atuvchining ta’sir qilish vaqti hamda jadalligi bilan o‘lchanadi. Qo‘zg‘atuvchi sezgi a’zosiga ta’sir qilishi bilan darhol sezgi hosil bo‘lmaydi, balki u bir qancha daqiqadan keyin vujudga keladi.

Sezgilar uchun qo‘zg‘atuvchining ***fazoviy lokalizatsiyasi*** qo‘zg‘atuvchining fazoda o‘rin egallashi bilan tavsiflanadi. Distant, ya’ni masofa retseptori tomonidan amalga oshiriladigan fazoviy analiz qo‘zg‘atuvchining fazodagi o‘rni haqida ma’lumot beradi. Kontakt sezgilar: taktil, og‘riq, maza badanning qo‘zg‘atuvchi ta’sir qilayotgan joyi bilan bog‘liqdir. Bunda og‘riq sezgilarining lokalizatsiyasi, ya’ni badanda joylashgan o‘rni, taktil sezgilarga qaraganda badanga anchagina tarqalgan bo‘lib, ular unchalik aniqlik darajasiga ega emas. Sezgilar bilan bog‘liq hodisalar mavjud va ular turli xolatda o‘z ifodasini topadi.

Kishining hayoti va faoliyatida sezgilarning roli juda katta, negaki, ular bizning olam haqidagi va o‘zimiz to‘g‘rimizdagi bilimlarimiz manbai hisoblanadi.

YUqorida ko‘rsatib o‘tganimizdek, psixologiya fanida uchta katta guruhga ajratilgan sezgilar mavjud:

- eksterioretseptiv;
- proprioretseptiv;
- interioretseptiv. Ular o‘z navbatida quyidagi ***sezgi turlariga*** bo‘linadi.

Ko‘rish sezgilari. Inson tomonidan rang va yorug‘likni sezish ko‘rish sezgilari tarkibiga kirib, uning organi - ko‘z hisoblanib, u ko‘z soqqasi va undan chiqib keladigan ko‘ruv nervlaridan tashkil topgan.

Insonning hayoti va faoliyatida kurish sezgilarining roli benihoya katta. Ko‘rish hodisasini vujudga keltiruvchi fizik sabab har xil uzunlikda bo‘lgan elektromagnit tulqinlaridir. Odamning ko‘zi 390 millimikrondan 800 millimikrongacha uzun elektromagnit tulqinlari taassurotini seza oladi. Ko‘z murakkab tuzilgan sezgi a’zosi bo‘lib, u ko‘z kosasida joylashgan va maxsus ko‘z mushaklari yordami bilan har tomonga burila oladi. Ko‘zimizga ko‘rinadigan har bir narsaning o‘ziga xos rangi bor. Faqat juda tiniq narsalarning rangi yo‘q, shuning uchun ham ular ko‘zga ko‘rinmaydi.

Eshitish sezgilari tovushlarni eshitishdan iborat bo‘lib, musiqaviy va shovqinli tovushlarni aks ettiradi. Odatda tovushlar oddiy va murakkab turlarga ajratiladi, ularning birinchisi bir tondan ikkinchisi esa bir necha tonlardan tashkil topadi. Insonlar uchun eshitish sezgilari katta ahamiyatga ega, chunki nutqni o‘zlashtirish tovushlarni yaxshi eshitish va ularni ajratishga bog‘liq. Ona tilimizda ishlatiladigan tovushlarni kichik yoshdan eshitib, ularga odatlanib qolamiz, shuning uchun ularni bir-biridan ajrata bilamiz va tug‘ri talaffuz qilamiz. Ammo chet tilidagi tovushlarni tez ajrata olmaymiz, ularni talaffuz etishda qiynalamiz, chunki ularga qulog‘imiz o‘rganmagan.

Hid bilish sezgilari har qanday narsalarning hidini ongimizda aks ettirish demakdir. Odam to‘rt yuz mingga yaqin turli hidni seza oladi. Hid bilish sezgilariga hidlarni his qilish kiradi.

Ta’m bilish (maza) sezgilari - shirin, achchiq, nordon, sho‘r singari mazalarni his qilish bilan tavsiflanadi. Ular muayyan turkumga kiritilgan va kiritilmagan xilma-xil turlarga ega bo‘lib, narsalarning, moddalarning nomlari bilan yuritiladi: nonning mazasi, qovunning mazasi kabilar. Maza va hid sezgilari bir-biriga chambarchas bog‘langan bo‘lib, bir-biriga ta’sir ko‘rsatadi. Qattiq tumov vaqtida ovqatning hidi sezilmagani uchun uning mazasi ham yo‘qday ko‘rinadi.

Teri sezgilari tarkibi tuyish va xarorat turlaridan iborat bo‘lib, ularning bunday nomlanishining bosh omili - bu retseptorlarning teri va organizmning tashqi shilliq pardalarida joylashganligidir.

Tekkanni sezish yoki ***taktil sezgilar***, terimizga tegib turgan narsani uning silliqligini yoki g‘adur-budurligini his etishdir. ***Harorat sezgisi*** issiq-sovuqni his etish demakdir. Harorat sezgisi harorati har xil darajali buyumlarning terimizga bevosita urilib turishidan paydo bo‘ladi. Terimizga tegib turgan buyumning harorati, terimizga nisbatan pastroq bo‘lsa - sovuqni, balandroq bo‘lsa - issiqni sezamiz. ***Og‘riq sezgilari*** ichki va tashqi a’zolarimizda bironta o‘zgarishga bog‘liq bo‘lgan xavfli xolatlarni ongimizda aks ettirish demakdir.

Adaptatsiya - *(*lot. «adapto» - moslanmok*)* analizator sezgirligining unga uzoq ta’sir etuvchi qo‘zg‘atuvchi ta’sirida yoki ular ta’sirining yo‘qligida o‘zgarishi muhim ahamiyatga egadir. Adaptatsiya (moslashish) tufayli analizatorlar tashqi muhitning o‘ta o‘zgaruvchi sharoitlariga moslashishi mumkin.

Ko‘rish yoki eshitish sezgisining yo‘qotilganligi ma’lum darajada sezuvchanlikning boshqa turlarini rivojlantirish hisobiga to‘ldiriladi. Sezgi a’zolari sezuvchanligining kuchayish hodisasi ba’zi maxsus kasblar bilan uzoq vaqtdan bilan shug‘ullanadigan shaxslarda kuzatiladi. Bularning xammasi sezgilarimiz hayot sharoitlari va amaliy mehnat faoliyati talablari ta’siri ostida rivojlanishining dalilidir.

Idrok haqida tushuncha. Idrokning o‘ziga xos xususiyatlari.

Idrok - sezgilarga nisbatan murakkab va mazmundor psixik jarayon bo‘lib hisoblanganligi sababli barcha ruhiy holatlar, hodisalar, xususiyatlar xossalar va inson ongining yaxlit mazmuni, egallangan bilimlar, tajribalar, ko‘nikmalar bir davrning o‘zida namoyon bo‘lad va aks ettirishda ishtirok qiladi.

Idrok tushunchasining (lotin tilidan - «perceptio» qabul qilish) yuqori bosqichi esa ***appertsentsiya*** deyiladi. ***Appertseptsiya*** - idrok jarayonini shaxsning oldingi bilimlari, shaxsiy va ijtimoiy tajribalari, qiziqishlari, motivatsiyasi, ehtiyojlari va odatlari, umuman, ruhiy hayotning barcha mazmuni bilan belgilanishidir. Appertseptsiya hodisasi tufayli odamlar o‘zaro idrokining mazmuni bilan bir-birlaridan muayyan darajada tavofutlanadilar, ya’ni ular aynan bir xil narsani o‘zini ilm saviyasi, maslagi, pozitsiyasi, dunyoqarashi va ijtimoiy kelib chiqishiga asoslangan holda turlicha idrok qiladilar hamda aks ettiradilar. Masalan, «ildiz» tushunchasini biologlar o‘simliklarning moddiy asosi sifatida, matematiklar sonlarning ildiz ostidagi ko‘rinishida, ijtimoiy nuqtai nazardan qarindosh-urug‘chilik shaklida namoyon bo‘ladi. Psixologiya fanida idrok muayyan shakllarga ajratilib tadqiq qilinadi, vaqt, harakat, fazo yordami bilan atrof-muhitning, biosferaning, ijtimoiy turmushning mohiyati yuzasidan axborotlar ma’lumotlar, xususiyatlarni aks ettiradi.

Odatda inson tomonidan vaqtni idrok qilish, asosan ruhiy hodisalar, holatlar, vaziyatlar, xususiyatlarning o‘zaro o‘rin almashinuvi tufayli namoyon bo‘ladi va o‘ziga xos tuzilishi bilan mazkur jarayonning boshqa shakllaridan farq qilib turadi. Vaqtni idrok qilish inson tomonidan aks ettirilayotgan vaqt birligining obektiv (haqqoniy, holis) mazmuniga, shaxsning unga nisbatan munosabatiga boliq bo‘lib, xuddi shu mezon orqali uning mahsuldorligi o‘lchanadi.

YAqqol voqealikdagi narsa va hodisalarning tana a’zolarini qabul qilish analizatorlariga bevosita ta’sir etmasdan inson ongida turli obrazlarning (ovozlarning eshitilishi, sharpalarning sezilishi) xayolan, fikran paydo bo‘lishidan iborat idrokning psixopatologik (ruhiy xastalik) hodisasiga ***gallyutsinatsiya*** deyiladi. Gallyutsinatsiya hodisasi muvaqqat ruhiy xastalikning alomati bo‘lib, ba’zan qo‘rqinch hissi mahsuli hisoblanib, bosh miya katta yarim sharlari qobig‘idagi qo‘zg‘alish jarayonlarining nuqsonli, sust (patalogik) harakati natijasida, goho asab tizimining zaharlanishi, zaiflashuvi, haddan tashqari toliqishi tufayli yuzaga kelish mumkin. Gallyutsinatsiya hodisasi bir necha xil ko‘rinishga ega bo‘lish mumkin ularning eng asosiylari quyidagilardan iboratdir:

- yo‘q narsalarning ko‘zga ko‘rinishi;
- u yoki bu ovozlar, tovushlar, kuylar eshitilishi;
- yo‘q sharpalar, hidlar sezilishi kabilar.

Illuziya hissiy a’zolarimizga bevosita ta’sir etib turgan narsa va hodisalarning noto‘g‘ri - ***noadekvat***, yanglish, xato idrok qilishdan iborat jarayoninig noyob hodisasidir. Ba’zan psixologik fanida noto‘g‘ri idrok qilishga olib keluvchi qo‘zg‘atuvchilar konfiguratsiyasining (lotincha «contiguratio» - tashqi tuzilishida o‘xshashlik, o‘zaro o‘xshashlik, joylashuvda yondashuvlik) o‘zi ham ***illuziya*** deb ataladi. Idrok jarayoni inson oldida turgan maqsadga, maqsad qo‘ya olishga, unga berilgan ustanovkaga uzviy bog‘liq holda irodaviy boshqarilish xususiyatiga egadir.

Psixologlarning fikricha, inson nimaniki idrok qilsa, uni ***figura va fonda*** idrok qiladi.

Figura - shunday narsaki, uni aniq anglash, ajratish, ko‘rish, eshitish va tuyish mumkin. ***Fon*** esa aksincha, noaniqroq, umumiyroq narsa bo‘lib, aniq obektni ajratishga yordam beradi. Masalan, gavjum bozorda ketayotgan xolatda o‘z ismimizni birov aytib chaqirsa, darrov o‘sha tarafga qaraymiz. Ism - figura bo‘lsa, bozordagi shovqin - fon rolini o‘ynaydi. Boshqacha qilib aytganda, biz biror narsani idrok qilayotgan paytimizda uni albatta biror fondan ajratib olamiz. Masalan, gul bozorida aynan qip-qizil atirgul sizga yoqib qolib, o‘shani xarid qilasiz, qolgan gullar fonday ongingiz aktiviga o‘tmaydi.

Idrok - borliqdagi ko‘plab, xilma-xil predmet va hodisalar orasida bizga ayni paytda kerak bo‘lgan obektni xossa va xususiyatlari bilan yaxlit tarzda aks etishimizni ta’minlaydi. YA’ni, idrok asosida narsa va hodisaning yaxlitlashgan obrazi yotadiki, bu obraz boshqalaridan farq qiladi. Idrok

o‘ziga nisbatan soddaroq bo‘lgan sezgi jarayonlaridan tashkil topadi. Masalan, olmaning shaklini, hidini, mazasini, rangini sezamiz, ya’ni alohida - alohida xossalar ongimizda aks etadi. Bu - sezgilarimizdir. Sezgilar yaxlit tarzda idrok jarayonini ta’minlaydi. Lekin olimlar idrokni sezgilarning oddiygina, mexanik tarzdagi birlashuvi, degan fikrga mutloqo qarshilar. CHunki idrok ongli, maqsadga qaratilgan murakkab jarayon bo‘lib, unda shaxsning u yoki bu obektga shaxsiy munosabati va idrokdagi faolligi asosiy rol o‘ynaydi. Masalan, buning isboti uchun ko‘pincha Rubin figurasi tavsiya etiladi. Unda ikkita qora profil oq fonda berilgan. Bir qarashda ayrimlar bu rasmlarga qarab -vaza desa, boshqalar uni bir - biriga qarab turgan ikki kishi yuzining yon tomondan ko‘rinishi, deb ta’riflashi mumkin. SHunisi xarakterliki, birinchi marta shu rasmni ko‘rgan odam uni yaxlit idrok qilib, nima ekanligini tushunishga harakat qiladi, lekin biror figurani ko‘rgach, ma’lum vaqtgacha boshqasini ko‘rmay turadi. Fon xususiyatlari sababli paydo bo‘luvchi ko‘rish illuziyalarning paydo bo‘lishiga xos ayrim «sirlar» haqida to‘xtaladigan bo‘lsak, to‘q rang fonda shakllarning rangi asliga nisbatan biroz ochroq va aksincha, bo‘lib tuyuladi (oppoq ko‘ylakdagi siyoh dog‘ini tasavvur qiling). Fon va undagi shaklni idrok etayotganda, odam eng avval hajman kichikrog‘ini ko‘radi. Masalan, katta oppoq devorga osilgan portretni ko‘z oldingizga keltiring.

Quyidagi bir nechta rasmlarda ko‘rish ilyuziyalariga misollar keltirilgan.

1-rasm. Agar diqqat bilan rasmning qora rangli shakliga qarasak, chunki eng avval ana shu shakl ko‘zga tashlanadi, zero u oq fonga nisbatan hajman kichikroq, unda saksofon musiqiy asbobini chalayotgan kishining tasvirini ko‘ramiz.

1-rasm.

2-rasm.

Agar diqqatimizni shaklga nisbatan hajman kattaroq bo‘lgan oq fonga qaratsak, rasmda bizga qarab turgan ayol yuzini ko‘rishimiz mumkin.

2-rasm. Ushbu rasmda ham avvalgi rasmda bo‘lgani kabi ikki kishi tasvirlangan. Biri – yosh qiz. Uni biz rasmning oq foniga e’tibor berib ko‘rishimiz mumkin. Ikkinchisi – keksa ayol. Uni esa qora shakllarga qarab payqay olamiz.

3-rasm. ***4-rasm.***

3-rasm. Ushbu rasmda psixologiyada juda mashhur bo‘lgan tasvirlardan biri ifodalangan. Uning siri oddiy. Agar diqqatimiz markazidagi oq rangli shaklga qaratilsa, kimdir ajoyib guldonni, yana ba’zilar oddiy ko‘zani ko‘rishi mumkin. Bordi-yu, diqqatimiz qora fonga qaratilsa, u erda biz bir-biriga tikilib turgan ikki kishining yuzini ko‘ramiz.

4-rasm. Diqqat bilan rasmning qora rangli shakllariga qaratsak, biz chap tomonga nigoh tashlagan xindyning tasvirini ko‘ramiz. Rasmdagi qora rangli shaklar oq fonga hajman kichikroq bo‘lgani sababli biz eng avvalo, aynan xindu tasvirini ko‘rib turibmiz.

Agar diqqatimizni shaklga nisbatan hajman kattaroq bo‘lgan oq fonga qaratsak (bu biroz qiyin bo‘lishi tabiiy), rasmda bizga orqasi bilan o‘girilib turgan shimol xalqlaridan biri (deylik eskimoslar)ning vakili yoki shunchaki qishning sovug‘ida qalin kiyingan kishining tasvirini ko‘rishimiz mumkin.

SHu kabi ko‘rish illuziyalariga misol bo‘la oladigan rasmlarni hayotimizda juda ko‘p uchratishimiz mumkin. Ularni ko‘rganingizda rasmlaga qarab, biroz mulohaza yuritib ko‘ringchi. Fon xususiyatlari sababli hosil bo‘ladigan illuziyalar nafaqat fon va undagi shakl hajmiga, balki har ikkisining fazodagi joylashuviga ham bog‘liq bo‘ladi.

Idrok, predmetlilik, yaxlitlik, strukturalilik, barqarorlik, N.M.Sechenov, konstantlik, appersepsiya, I.P.Pavlov, reflektor, analizatorlar, shakl, hajm, akkomadasiya, konvergensiya, illyuziyalar.

.Idrokning predmetliligi ob'yektivlashtirish hodisasi deb atalmish hodisada, ya'ni tashqi dunyodan olinadigan axborotning o'sha dunyoga mansubligida ifoda etadi. Bu xildagi mansublik bo'lmasa, idrok kishining amaliy faoliyatida o'zining mo'ljal oldirish va yo'naltirishdan iborat vazifasini bajara olmaydi. Idrokning predmetliligi tug'ma xislatga kirmaydi. Predmetlilik idrokning belgisi sifatida hatti-harakatni boshqarishda alohida rol o'ynaydi.

Idrokning yana bir xususiyati uning yaxlitligidir. Sezgi a'zolariga ta'sir qiladigan narsaning ayrim xususiyatlarini aks ettiradigan sezgilardan farqli o'laroq, idrok narsaning yaxlit obrazi hisoblnadi. O'z-o'zidan ravshanki, bu yaxlit obraz narsaning ayrim xususiyatlari va belgilari haqida turli xil sezgilar tarzida olinadigan bilimlarni umumlashtirish negizida tarkib topadi.

Idrokning yaxlitligi uning strukturaliligi bilan bog'langandir. Idrok ma'lum darajada bizning bir lahzalik sezgilarimizga javob bermaydi va ularning shunchaki oddiy yig'indisi ham emas. Biz ana shu sezgilardan amalda mavhumlashgan va birmuncha vaqt davomida shakllanadigan umumlashgan strukturani idrok etamiz. Agar kishi birorta kuyni tinglayotgan bo'lsa, oldinroq

eshitgan ohangi yangisi eshittira boshlangandan keyin ham uning qulog'iga chalinayotganday tuyulaveradi.

Idrokning yaxlitligi va strukturaliligi manbalari, bir tomondan, aks ettiriladigan ob'yektlarning o'ziga xos xususiyatlarida va, ikkinchi tomondan, insonning aniq faoliyatida gavdalanadi. I.M.Sechenov ta'kidlaganidek, idrokning yaxlitligi va strukturaliligi analizatorlarning reflektor faoliyatining natijasidir.

Idrokning yaxlitligi va strukturaliligi manbalari, bir tomondan, aks ettiriladigan ob'ektlarning o`ziga xos xususiyatlaridir, va ikkinchi tomondan insonning konkret faoliyatida gavdalanadi, ya'ni analizatorlarning reflektor faoliyati natijasidir.

Idroknnig doimiyligi, konstantligi narsani idrok qilish sharoitlari o`zgarishiga qaramay, narsaga xos bo`lgan kattalik, shaql, rang va boshqa xususiyatlarning idrokimizga nisbatan bir xilda aks etishidir. Masalan, yoritish darajasi o`zgarishiga qaramay, biz qorni oq, ko`mirni qora narsa sifatida idrok qilaveramiz. qizil chiroq ostida kitob sahifasi qizil bo`lib ko`rinsa ham uni oq deb, samolyotdan qaraganda erdagi odamlar va narsalar kichkina bo`lib ko`rinsa ham ularni odatdagiday kattalikda deb idrok qilaveramiz. Kitob qanday ko`rinsa ham uni to`rtburchak deb, stakandagi qoshiq siniq ko`rinsa ham uni butun deb idrok qilamiz.

Narsalarning shaqli, katta kichikligi, rangini doimo bir xilda idrok qilish amaliy jihatdan nihoyatda katta ahamiyatga egadir. Idrokning konstantliligi tevarak atrofdagi narsalarni aslida qanday bo`lsa shundayligicha ob'ektiv ravishda bilishga imkon beradi.

Pertseptiv sistemaning faol ta'sir ko`rsatishi idrok konstantliligining haqiqiy manbaidir. Bir narsaning bir necha ko`rinishda bo`lishi uning invariantliligi deb, ya'ni obraz invariantliligi, xilma xilligi deb aytiladi.

Idrok yaxlitligi va konstantligi kishining o`tmish tajribasiga bog`liq bo`lib, bu xususiyat appertseptsiya deyiladi.

Demak, idrok faqat narsaga emas, idrok etayotgan sub'ektning o`ziga ham bog`liqdir. Idrokda hamisha idrok etuvchi kishi shaxsining xislatlari, uning idrok etilayotgan narsalarga munosabati, kishining ehtiyojlari, qizikishlari, intilishlari, istaqlari va his-tuyg`ulari u yoki bu tarzda aks etadi. (qandaydir shaqllarni «uchburchak», «aylana», «krujka» deb idrok qilish).

Shunday qilib, idrokning yaxlitligi va konstantligi uning teskari aloqa mexanizmi mavjud bo`lgan va idrok etilayotgan ob'ektning xususiyatlariga hamda uning hayot sharoitlariga moslashadigan, o`zini-o`zi tartibga soluvchi o`ziga xos hodisa ekanligi bilan ham izohlanadi.

Idrokning anglangan bo`lishi. Garchand idrok qo`zg`atuvchisining retseptorlarga bevosita ta'siri natijasida hosil bo`lsa ham, pertseptiv obrazlar hamisha muayyan ma'noli ahamiyatga ega bo`ladi. Kishining idroki uning tafakkuri bilan, narsaning mohiyatini tushunib etishi bilan, uning ko`plab xossalarini bilishi bilan ham bog`liqdir. Narsani anglab idrok etish - unga fikran nom berish, ya'ni idrok etilgan narsani narsalarning muayyan guruhiga, sinfiga kiritish, uni so`z vositasida umumlashtirish demakdir. Shu nuqtai nazaridan olganda goh shaql, goh fon navbatma navbat idrok etish, «Ikki mazmunli» deb ataladigan rasmlar bilan tajribalar o`tkazish diqqatga sazovordir. (Kubiklar nechta?, vaza yoki bir biriga qarab turgan odamlarmi? va hokazo rasmlar.)

Shunday qilib, idrok sub'ektning bundan oldingi tajribasiga bog`liq bo`ladi. Kishining tajribasi qanchalik boy bo`lsa, uning bilimlari qanchalik boy bo`lsa, uning idroki shunchalik to`liq bo`ladi, buyumda u shunchalik ko`p narsalarni ko`ra oladi.

Idrokning mazmuni kishi oldiga qo`yilgan vazifa bilan ham uning faoliyati sabablari bilan ham belgilanadi.

Sub'ektning ustanovkasi (yo`l-yo`rig`i) ham, his-hayajonlari ham idrok mazmuniga ta'sir etadi.

Idrok ham sezgi kabi reflektor jarayondir. I.P.Pavlov idrokning negizini tevarak-atrofimizdagi narsalar va hodisalar reseptorlarga ta'sir etishi natijasida bosh miyaning katta yarim sharlari qobig'ida hosil bo'ladigan shartli reflekslar, muvaqqat nerv boshlanishlari tashkil etishini ko'rsatib bergan edi. Idrok sezgilarga qaraganda miyaning ancha yuksak darajadagi tahlil qilish-umumlashtirish faoliyati hisoblanadi. Tahlil qilmasdan turib idrokning anglangan bo'lishi mumkin

emas. Idrokning negizi nerv bog'lanishlarining ikkita turidan-bitta analizator doirasida hosil bo'ladigan bog'lanishlardan va analizatorlararo bog'lanishlardan tarkib topadi.

Idrok-sezgi a'zolarimizga ta'sir qilib turgan narsalarning ongda bevosita aks etishidir. Biz narsa va hodisalarni yaxlit holicha idrok qilamiz, narsalarning ayrim xossalarini esa sezamiz. Masalan, quyoshni biz idrok qilamiz, uning yorug'ini esa sezamiz, og'zimizdagi qandni idrok qilamiz, uning shirinligini esa sezamiz.

Kishining idroki uning tafakkuri bilan narsaning mohiyatini tushunib yetishi bilan chambarchas bog'liqdir. Narsani ongli idrok etish-unga fikran nom berish, ya'ni idrok etilgan narsani narsalarning muayyan guruhiga, sinfiga kiritish, uni so'z vositasida umumlashtirish demakdir. Idrok shunchaki sezgi a'zolariga ta'sir qiladigan qo'zg'atuvchilarning oddiy yig'indisi bilan belgilanmaydi, balki mavjud ma'lumotlarni yaxshilab talqin qilish, izohlab berish yo'llarini

Idrokda-1) idrok jarayonini, ya'ni ongimizni bevosita aks ettiruvchi faoliyatni va 2) narsalarni idrok qilishdan hosil bo'ladigan sub'yektiv obrazni bir-biridan farq qilish lozim. Idrok murakkab ruhiy jarayondir. Bu murakkablik avvalo shundan iboratki, har bir idrok tarkibiga ayni vaqtda bir necha sezgi kiradi. Masalan: dori vositani idrok qilish: uning shaklini, rangini, sezish-bu ko'rish sezgilaridir. Hidini sezish shirin-chuchukligini sezish, og'ir-yengilligini, qattiq-yumshoqligini sezish va boshqa sezgilardan tarkib topadi. Idrok qilishda analiz yordamida shu ayrim sezgilar idrokning reseptiv tomonini tashkil qiladi.

Idrokning nerv-fiziologik mexanizmi narsalar xossalari yig'indisining ta'g'siri bilan hosil bo'ladigan muvaqqat bog'lanishlar tizimidan iboratdir. Har bir narsadagi xossalarning shu yig'indisiga qarab, biz narsalarni bir-biridan farq qilamiz. Idrok xotira, hayol, diqqat, tafakkur, nutq kabi ruhiy jarayonlar bilan chambarchas bog'langandir. Idrok jarayonlari faqat tevarak-atrofdagi narsalarning sezgi a'zolarimizga ta'sir qilib turishi natijasidagina emas, balki shu bilan birga idrok qilayotgan odam o'zining olamni bilishi va amaliy faoliyatida yon-atrofdagi narsalarga ta'sir qilishi natijasida ham vujudga keladi.

Idrokning tavsif qilinishida ham xuddi sezgilardagi kabi idrok qilishda ishtirok etuvchi analizatorlardagi mavjud farqlarga asoslanadi. Idrok etishda qaysi bir analizator ustunroq kelganiga muvofiq tarzda ko'rish, eshitish, paypaslab ko'rish, hidlash va ta'm bilish yo'li bilan idrok qilinishi farqlanadi.

Idrok qilish jarani, odatda o'zaro birgalikda harakat qiladigan bir qancha analizatorlar vositasida sodir bo'ladi. Harakat sezgilari u yoki bu darajada idrokning barcha turlarida ishtirok etadi. Misol tariqasida teri tuyushi analizatori ishtirok etadigan paypaslab turib idrok etishni ko'rsatish mumkin. Shunga o'xshab eshitish va ko'rish orqali idrok etishda harakat analizatorlari ham ishtirok etadi. Idrokning har xil turlari sof holida kamdan-kam uchraydi, odatda ular bir-birlari bilan uyg'unlashib ketadi va natijada idrokning murakkab turlari hosil bo'ladi. Jumladan, o'quvchining dars paytida matnni idrok qilishi ko'rish, eshitish idroklarni o'z ichiga oladi.

Materiyaning mavjud bo'lish shakllari-fazo, vaqt va harakat idrokni tasniflashga binoan fazoni idrok etish, vaqtni idrok etish va harakatni idrok etish alohida ajratib ko'rsatiladi.

Idrok jarayoni ikki xil bo'ladi: ixtiyoriy va beixtiyoriy idrok. Oldindan belgilangan maqsadga qarab muayyan bir oyu'yektni idrok qilish ixtiyoriy deb ataladi. Bemor holati bilan tanishish, kasallik tarixi varaqasiga kiritilgan vrach ko'rsatmalarini qarab chiqish, bemor shikoyatlarini tinglash ixtiyoriy idrokka misol bo'la oladi. Muayyan bir ob'yektni oldindan maqsad qilib olmasdan va maxsus tanlanmasdan, kuch sarf etmasdan idrok qilish jarayoni beixtiyoriy idrok deb ataladi. Bunday idrok jarayonlari diqqatimizni beixtiyor o'ziga jalb qiladi. Masalan: uzoqda kelayotgan shoshilinch yordam mashinasi, palatadan to'satdan chinqirgan ovozni eshitamiz.

Fazoni idrok qilinishi kishining o'zini qurshab turgan muhitni chamalashining muqarrar shartlaridan bo'lib, uning ushbu muhit bilan o'zaro birgalikdagi harakatida katta rol o'ynaydi. U ob'yektiv ravishda mavjud bo'lgan fazoning aksini ifoda etadi va ob'yektlarning shakli, hajmi va o'zaro birgalikda joylashuvi, ular sathi, olisligi va yo'nalishlarining idrok etilishini o'z ichiga oladi.

Fazoni chamalashda harakat analizatori alohida rol o`ynaydi. Fazoni chamalashning maxsus qurollari qatoriga analizatorlar faoliyatida har ikkala yarim sharlar o`rtasidagi nerv bog`lanishlarini:

binokulyar ko`rishni, binoural eshitishni, terining bimanual tuyishini, dirinik hid bilishni va shu kabilarni kiritish lozim.

Ko`zlarning turli olislikdagi narsalarni aniq ravshan ko`rishga moslashuvi 2 ta mexanizm - akkomodatsiya va konvergentsiya yordamida yuz beradi.

Akkomidatsiya - ko`z gavharining egriligini o`zgartirish yo`li bilan uning aksini sindirib qaytarish qobiliyatini o`zgartirish demakdir. Akkomodatsiya, odatda konvergentsiya bilan ya'ni ko`rish o`qlarini qayd qilinayotgan narsaga yo`naltirilishi bilan bog`liqdir. Konvergentsiya burchagi bevosita masofa indikatori ya'ni o`ziga xos masofa o`lchagich (dalnomer) sifatida foydalaniladi.

Ikkita qo`zg`otuvchi - narsaning ko`z to`rpardasidagi tasviri akkomodatsiya hamda konvergentsiya natijasida ko`zdagi mushaqlarning zo`riqishi o`lchamlari bir biriga moslangan holda birga qo`shilishi idrok etilayotgan narsaning hajmi haqidagi shartli refleks tarzidagi signal hisoblanadi. (Uzoqlikni va chuqurlikni idrok qilish, emaqlaydigan bolaning oyna ko`prik ustidagi harakati, zinalar nechta, kubiklar nechta? Va boshqa misollar).

Ko`rish illyuziyalari: 1) kamon o`qi ilyuziyasi; 2) temir yo`l izlari ko`rinishi; 3) tik chiziqlarning boshqacha ko`rinishi ilyuziyasi. (Tsilindr qalpoq); 4) elpig`ich ilyuziyasi; 5) kesishish ilyuziyasi; 6) umumiy markazli doiralar ilyuziyasi va b.

Ola-bula yuzaga chizilgan ketma-ket doiralar go`yo burama (spiral) chiziqlar singari idrok qilinadi. Illyuziya hayvonlarda ham kuzatiladi, ba'zi hayvonlar o`z tusini o`zgartirib, o`zini muhofaza qiladi. O`zini yashirishning samarali usuli mimikriyadir. Hayvonlarda rangini, qiyofasini o`zgartirishdir. (Hayvonlarning yil fasllariga, yashash joyiga qarab rangini o`zgartirishi).

Odamlar illyuziyadan maxsus maqsadga muvofiq foydalanishlarining eng ko`p tarqalgan turi maskirovka qilishdir. Og`irlikni idrok qilishda ham illyuziya hodisasi bo`lishi mumkin. Bunda hissiyot va xayol ta'sir etgan bo`lishi mumkin.

Vaqt ham makon singari materiyaning asosiy hayot kechirish shakllaridan biridir. Vaqtning idrok qilinishi voqelik hodisalarining ob'yektiv ravishda davomiyligini, tezligi va izchilligini aks ettirish demakdir. Ob'yektiv reallikni aks ettirarkan, vaqtning idrok etilishi kishiga o'zini qurshab turgan mihitdan mo'ljal olish imkonini beradi.

Odamda vaqt chamalash miya qobig`i bo`lmalarida ro`y beradi. Miya qobig`ining ma'lum bir joyida vaqt chamalash ro`y beradi, vaqtni sarhisob qilishning maxsus markazi mavjud degan taxmin asossizdir. Vaqtni idrok etilishi negizini qo`zgalish va tormozlanishning ritmik tarzda almashinuvi, markaziy nerv sistemasida, bosh miya yarimsharlarida qo`zgalish va tormozlanish jarayonlarinig susayishi oqibatidir.

Vaqtni idrok qilishda turli analizatorlar ayniqsa eshitish va kinestezik sezgilar ishtirok etadi. Makon va vaqt oraliqlari vaqtni idrok etishda juda muhimdir. (quyosh holati va vaqt, turli tovushlar: xo`rozning qichqirishi, azon tovushi, bir xil vaqtda chalinadigan gudok, ma'lum jadval bo`yicha qatnaydigan poezdning o`tishi yoki kechqurun ayrim qushlarning to`planib o`tishi, sayrashi va boshqalar eshitish sezgilari ta'sir qilayotgan qo`zg`otuvchining vaqtga oid xususiyatlarini: uning davomiyligini, ritmik xususiyatlarini va shu kabilarni aks ettiradi.)

Vaqt doimiyligini idrok etish ko`p jihatdan ichki kechinmalarga, hissiyotga ham bog`liq. qiziqarli va chuqur asoslangan faoliyat bilan band bo`lishdagi vaqt juda qisqa, zerikarli va mazmunsiz faoliyatda vaqt o`tishi qiyin, uzoq deb idrok qilinishi mumkin.

Harakatning idrok qilishini-ob'yektlarning fazoda egallangan holati o'zgarishining aks ettirilishidir. Harakatning idrok etilishi hayotiy muhim ahamiyatga egadir. Harakatni idrok etishda ko'rish analizatori asosiy rol o'ynaydi. Tezlik, tezlanish, harakatning yo'nalishi harkatdagi ob'yektning parametri hisoblanadi.

Hayvonlar uchun harakat qiluvchi ob'ektlar xavf-xatar yoki oziqlanish imkoniyati paydo bo`lishi haqida signal vazifasini o`taydi va shunga javob berishga undaydi. (Masalan, baqa faqat harakatlanadigan hashorotlarnigina eydi, bazi baliqlar ma'lum harakatlardan- to`lqindan qochadi, hurkiydi va hokazo). Harakatni idrok etishda ko`rish va eshitish, kinestezik analizatorlar asosiy rol o`ynaydi. Tezlik, tezlanish, harakat yo`nalishi harakatdagi ob'ektning perimetri hisoblanadi.

Kishi ob'ektning fazoda u yoqdan bu yoqqa ko`chishiga oid ma'lumotlarni 2 ta har xil yo`l bilan, ya'ni ko`chish hodisasining o`zini bevosita idrok etish va bir muncha vaqt mobaynida boshqa joyda turgan ob'ektning harakati haqida xulosa chiqarish asosida olish mumkin.

Harakatlanayotgan ob'ektning harakatsizligi, agar u muayyan vaqt vaziyat birligini ko`z bilan idrok qilish mumkin bo`lmasa, harakatni o`tgan vaqt birligida idrok qilamiz lekin bu harakat natijasini idrok etish bo`ladi. (Soat millari siljishini bevosita kuzatib idrok qila olmasak ham bir necha vaqtdan keyin uning siljiganligini vaqt birligida idrok qilamiz)

Ko`rish orqali ob'ektlar harakati haqidagi axborotni 2 yo`l bilan: qayd etilgan nigoh va ko`zlarning kuzatuvchi harakati bilan olishimiz mumkin. Ko`zni uzmay kuzatish, ko`zni, gavdani burib kuzatish. Masalan, biz o`tirgan vagon harakatlanmasada, yonimizda turgan vagonga qarab bizning vagon yura boshladi deb idrok qilamiz yoki aksincha, biz o`rnimizda turibmizu, temir yo`l chetidagi stolbalar, daraxtlar yurmoqda deb idrok qilishimiz mumkin.

Xissiy tuyish - stroboskopik tuyish harakatni idrok qilishga ham taaluqlidir. Stroboskopik harakat tuyulma harakatga misol bo`ladi. Kinematograf ana shunday tuyushga asoslanadi. Ko`rish sezgisi kuzgatgich tasir qila boshlashi bilan darhol hosil bo`lmaydi va kuzgatgich ta'siri to`xtagandan keyin birmuncha vaqt o`tgach yo`qoladi. Kinoda sekundiga 24 kadr olmoshgani holda biz lip-lip o`tib turgan manzaralar turkumini emas, balki ma'lum darajada barqaror bo`lgan ta'sirni - tasvirni ko`ramiz. Ketma-ket yonadigan lampochkalar harakatdagi nurni tasavvur qilishga olib keladi. Bu hodisa «F-fenomen» ya'ni g`ayritabiiy, faqat harakatni idrok qilishda ko`rinadigan hodisa deb nomlangan.

Harakat eshitish analizatorlari yordamida ham idrok etilishi mumkin. Poezdning yaqinlashib kelayotganligini yoki uzoqlashayotganligini, odam tovushining pastlashib yoki balandlashib borayotganiga qarab, uning harakat yo`nalishini idrok qilish mumkin.

Harakatni idrok qilishda harakat tasavvurlarini vujudga keltiruvchi yordamchi belgilar, masalan, gavdaning tegishli holatlari – oyoq ko`tarilishi, quloch yoyilishi, gavdaning biror yoqqa bir muncha egilgan holatda bo`lishi va hokazolar katta rol o`ynaydi.

Ta'lim jarayonida o`quvchilar idrok «texnikasini» egallaydilar: narsani sinchiklab ko`zdan kechirishga, tinglashga, narsaning asosiy va muhim xususiyatlarini ajrata olishga o`rganadilar, idrok maqsadga yo`nalgan, boshqariladigan, ongli jarayonga aylana boradi.

O`quvchining yoshi ulg`aygan sari, uning idroki yanada mazmunli bo`lib boradi. O`quvchi idrokining ko`lami kengayadi, o`quvchi narsalarni rejali, izchil, ixtiyoriy ravishda va har tomonlama idrok qilishga o`rganib boradi.

O`smirlar o`zlariga yoqadigan narsalarni qunt va sabot bilan idrok qiladilar. O`smirlar bir narsaning o`zini ko`p marta idrok qilishni uncha yoqtirmaydilar - bu hol ham o`smirlar idrokiga xos bo`lgan xususiyatlardan hisoblanadi. Ammo maktabgacha yoshdagi va kichik maktab yoshidagi bolalar yoqtirgan narsalarini qayta-qayta eshitib yoki ko`rib rohatlanaveradilar.

O`smirga narsa va hodisalarning yangi tomonlarini mustaqil ochish juda yoqib tushadi. O`smirlar hamisha narsa va hodislarning aql va xayolni maftun etuvchi qandaydir yangi, g`alati tomonlarini izlaydilar. Bu yoshdagi bolalarni qahramonlar jasorati, buyuk voqealar, ulkan kashfiyotlar haqidagi va shu kabi hikoyalarni zo`r e'tibor bilan tinglashlariga qahramonona ishlar, sarguzashtlar haqidagi hamda ilmiy - fantastik adabiyotlarni sevib o`qishlariga sabab ham shundadir.

O`smirlar amalda ishlatib ko`rish mumkin bo`lgan narsalarni zo`r qiziqish bilan idrok qiladilar. Shu sababli ular tajribalar ko`rsatilishini juda yoqtiradilar.

Yuqori sinf o`quvchilarining idroki maqsadga ko`proq yo`nalgan bo`ladi va ular idroklarini o`zlari idora qila biladilar.

O`qituvchi tomonidan o`quvchilar faoliyatiga maqsad ko`zlagan holda rahbarlik qilish jarayonida o`quvchilarning idroki rivojlanadi. Shuning uchun darsda, ekskursiyada idrok va kuzatishning to`g`ri uyushtirilishi katta ahamiyatga ega.

Ta'lim jarayonida kuzatishlarni aktivlashtirish uchun o`quvchining kuzatilgan va idrok qilingan narsalarni keyin gapirib berishi lozimligi to`g`risida ogohlantirishning ahamiyati kattadir. Agar o`quvchi nimani kuzatganligi va idrok qilganligi haqida keyinchalik hisob berishi lozimligini oldindan bilsa, u kuzatish va idrok qilish jarayonida ancha faol bo`ladi.

Darsda o`quvchilar bilimlarini avvalo o`qituvchining og`zaki tushuntirishlarini idrok qilish orqali o`zlashtiradilar. So`zlar yordamida tushuntirilgan materialning idrok qilinishi ko`p jihatdan o`qituvchi nutqining xususiyatlariga bog`liq.

Materialni muvaffaqiyatli idrok qilishning yana bir muhim sharti ko`rgazmali qurollardan foydalanishdir. Material so`zlar yordamida har qancha yaxshi tasvir etib berilmasin, u bevosita kuzatishlar o`rnini bosa olmaydi.

Xotira haqida tushuncha. Xotira turlari va ularning xususiyatlari.

Xotira - atrof-muhitdagi voqelikni bevosita va bilvosita, ixtiyoriy va ixtiyorsiz ravishda, passiv va aktiv xolda, reproduktiv va produktiv tarzda, verbal va noverbal shaklda, mantiqiy va mexanik yo‘l bilan aks ettiruvchi esda olib qolish, esda saqlash, qaytadan esga tushirish, unutish hamda tanish, eslashdan iborat psixik jarayon alohida va umumiylik namoyon qiluvchi ijtimoiy hodisa, barcha taassurotlarni ijodiy qayta ishlashga yo‘naltirilgan mnemik (yunon. «mnema» - xotira) faoliyat, psixikaning «tanasi» sifatida namoyon bo‘ladi.

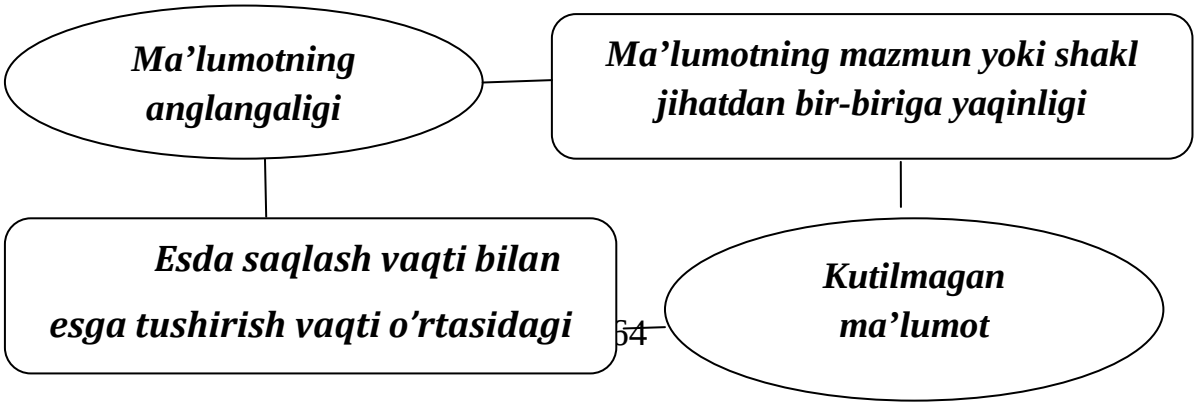
Xotira shaxs psixik faoliyatining eng muhim tarkibiy qismlaridan biri bo‘lib hisoblanadi. SHuni alohida ta’kidlash kerakki, xotiraning bosh roli o‘tmishda yuz bergan narsa va hodisalarni aks ettirish bilan cheklanib qolmasdan, balki ham hozirgi, ham kelgusida amalga oshirish rejalashtirilgan voqelikning ruyobga chiqishini ta’minlaydi.

Inson ko‘rgan, his qilgan va eshitgan narsalarining juda oz miqdorinigina eslab qola oladi. Ma’lum bo‘lishicha, bir vaqtning o‘zida odam ongida 7 tadan ortiq belgiga ega bo‘lgan ma’lumotning qolishi qiyin ekan. Bu ettita so‘z, son, belgi, narsaning shakli bo‘lishi mumkin. Agar telefon raqamlari 8 ta belgili bo‘lganda, uni yodda saqlash ancha qiyin bo‘lardi. Demak, ongning tanlovchanligi va ma’lumotlarni saralab, terib ishlatish yana bir psixik jarayonni - xotirani bilishimiz lozimligini bildiradi.

Inson xotirasining mukammal bo‘lishi, ya’ni his-kechinmalarimiz, ko‘rgan-kechirganlarimizning mazmuni to‘laroq miyamizda saqlanishi quyidagi omillarga bog‘liq:

- esda saqlab qolish bilan bog‘liq harakatlarning yakunlanganlik darajasiga;
- shaxsning o‘zi shug‘ullanayotgan ishga nechog‘lik qiziqish bildirayotganligi va shu ishga moyilligiga;
- shaxsning bevosita faoliyat mazmuni va ahamiyatiga munosabatining qandayligiga;
- shaxsning ayni paytdagi kayfiyatiga;
- irodaviy kuchi va intilishlariga.

Esda saqlangan ma’lumotni xotiradan chiqarib olib, qayta tiklash ham muhim muammo. CHunki ko‘pincha biz xotiramizda kechagina o‘qigan ma’lumotning borligini bilamiz-u, lekin kerak bo‘lgan vaqtda uni esga tushira olmaymiz. Ma’lumotni xotiradan chaqirib olish omillariga quyidagilar kiradi:



Ma’lumotning anglanganligi

Xotira faol jarayon bo‘lib, u shaxsning u yoki bu turli ma’lumotlar bilan ishlash malakasiga, unga munosabatiga, materialning qimmatini tasavvur qilishiga bevosita bog‘liq bo‘ladi. Eng xarakterli narsa shuki, inson faqat eshitgan ma’lumotining 10 foizini, eshitgan va ko‘rgan narsasining 50 foizgachasini, o‘zi faol bajargan ishlarining deyarli 90 foizini yodda saqlaydi. Bu ko‘plab psixologik eksperimentlarda isbot qilingan. SHaxsning o‘zi o‘ylab topib, o‘zi bevosita bajargan ishlari juda oson esga tushadi. Bu hodisa psixologiyada ***generatsiya effekti*** deb ataladi.

Haqiqatan ham xotiraning imkoniyatlari juda keng. Inson 20 mingdan 100 minggacha so‘zni eslab qolishi mumkin. Masalan, mashhur kompyuter dasturchisi Bill Geyts minglab kodlarni yoddan biladi, deyiladi. Sarkarda Aleksandr Makedonskiy esa askarlarini nomma-nom sanab bergani haqida rivoyatlar bor. O‘z navbatida kishi xotirasi juda ko‘p omillarga bog‘liq ekanini ham unutmaslik lozim. Kimdir ko‘rganini, kimdir eshitganini yaxshiroq eslab qoladi. SHuningdek, kishi xotirasida qiziqqan narsasi tezroq o‘rnashadi. Ba’zan esa ma’lum hissiy kechinmalar unutilgan voqealarni qayta jonlantirgan holatlar uchrab turadi. Hatto til o‘rganishga qobiliyati yo‘q, deb hisoblangan kishilar begona mamlakatga tushib qolganida, xotiralaridagi yangi qirralar kashf etilgani ham tajribalarda o‘z isbotini topgan. YOshi qirqdan oshgan kishilar gap orasida «Xotira chatoq-da, qarichilik endi!» deb qo‘shib ketishi odatiy hol. Aslida esa bunday emas. Ana shu bahonaga tayanadiganlar ko‘pincha faol o‘rganish davri tugaganidan keyin o‘rganishga ishtiyoqni yo‘qotishadi va xotirani zo‘r berib ishlatmasliklari natijasida shu ko‘yga tushib qolishadi. Vaholanki, xotirani charxlash kundalik ishiga aylanib qolgan, yoshi etmishga etgan aktyorlar butun boshli matnlarni qiynalmasdan yodlay olishlari barchaga ma’lum. Germaniya va AQSH kabi bir qator xorij mamlakatlarida esa, nafaqaga chiqqandan keyin talabaga aylanadigan qariyalar ko‘plab topiladi. Ular odatda ijtimoiy-gumanitar fakultetlarga o‘qishga kirishadi va yosh hamkurslari bilan baravar mashg‘ulotlarni o‘zlashtirib, imtihonlar topshirishadi.

Demak, xotira zaiflashuviga yoshni sabab qilib ko‘rsatish asossiz bahona. Kaliforniya universiteti tadqiqotchisi doktor Marion Daymond miya faoliyati ustida izlanishlar olib borib «Insonning qarishi xotiradagi hujayra bog‘larini yo‘qotmaydi», degan xulosaga keldi. Boshqa tadqiqotlar natijasi ham bu fikrni qo‘llab-quvvatlamoqda. Hatto, agar miya davomli ravishda ishlab, ta’limga yo‘nalib tursa, hujayralararo bog‘lar zichligi yanada mustahkamlanishi xususida qarashlar mavjud. Etmish, sakson yoshli qariyalar bilan olib borilgan tadqiqotlarda aqliy faoliyatning turli davrlarida e’tiborga loyiq natijalarga erishish mumkin ekani isbotlangan.

Demak, xotiraning zaiflashuviga qarilikni sabab qilish o‘rinsiz. Fanda xotiraning tabiiy imkoniyatlari uch qismga bo‘lib o‘rganiladi. Bular taassurot, qaytarish va assotsiatsiyalar.

1. Taassurotga ko‘rish va eshitish orqali ega bo‘linadi. Insondagi ko‘rish hissi boshqa hissiy a’zolarga nisbatan kuchliroq sanaladi. CHunki ko‘zdan miyaga boradigan nervlar quloq nervlariga nisbatan 20 marta qalinroq. Masalan, Mark Tven sahnada o‘ynashi kerak bo‘lgan rolni qaydlar yordamida yaxshi eslab qola olmagach, rasmlar bilan ishlagan va bu qiyinchiliklarni osonlikcha engib o‘ta olgan ekan.

2. Qaytarish yoki takrorlash - qadimda ko‘pchilik olimlar kichik yoshligidayoq butun boshli kitoblarni aynan qaytarish orqali yod olishgan.

3. Assotsiatsiya - o‘xshashlik. Biror faktni boshqa narsa bilan qiyoslash orqali eslab qolish. Misol uchun tanishingizning telefon raqamini uy nomeringiz, tug‘ilgan yilingiz yoki kundalik yuradigan avtobusingiz raqami bilan qiyoslab, assotsiatsiya qilishingiz mumkin.

Xalqimizda «yuz martada yod bo‘ladi, ming martada muhr» degan naql yuradi. Bu maqol asosli, faqat qachonki unga to‘g‘ri amal qilingan taqdirda shunday. CHunki, miya ma’lumotni muhrlashi uchun unga vaqtincha boshqa ma’lumot yuklanmay turishi lozim. Tadqiqotchi Myuller va Piltsekerlar biror matnni yod olgach, miyani dam oldirish kerakligini ta’kidlashadi. Tin olish jarayonida miya ma’lumotlarni o‘z-o‘zidan takrorlar ekan. Bu jarayon ma’lumot yodlanganidan keyin o‘rinsiz qaytarilaversa ham buziladi.

Natijada miyada hech qanday «muhrlanish» jarayoni yuz bermaydi. Xo‘sh, ma’lumotni yodlash bilan mustahkamlash orasida miya qancha vaqt tin olishi kerak? Bu savolga ruhshunos olim Peron javob topgan. U bir necha kishilar ustida tajriba o‘tkazib, ularga 18 ta notanish so‘zlarni yodlashni va quyidagi jadval asosida takrorlab turishni buyuradi: Tajribada so‘zlar 30 soniyadan keyin 14 marta qaytarilganda yaxshi samara bergan. Tanaffus 10 daqiqani tashkil qilganda esa 4 marta takrorlash kifoya qilgan. 10 daqiqadan 24 soatgacha bo‘lgan tanaffusda ma’lumotlar qisqa muddatli xotirada mustahkamlangan. 24 soatdan ortiq tanaffuslarda takrorlash miqdori ko‘payib boradi va 48 soatga etganida 8 marta qaytarish talab qilinadi. CHunki, bu vaqt ichida xotiraga o‘rnashgan qo‘shimcha ma’lumotlar xotira quvvatini susaytiradi. SHuning uchun har 24 soatda yodlangan so‘zlarni qaytarib turish maqsadga muvofiq.

Psixologiyada xotira 5 ta muhim mezonga muvofiq ravishda turlarga, ajratiladi:

1.	***Ruhiy faoliyatning faolligiga ko‘ra xotira turlari***	*a) harakat yoki motor harakat xotirasi;* *b) obrazli xotira;* *v) his-tuyg‘u yoki hissiyot xotirasi;* *g) so‘z-mantiq xotira*
2.	***Ruhiy faoliyatning maqsadiga binoan xotira turlari***	*a) ixtiyorsiz;* *b) ixtiyoriy;* *v) mexanik*
3.	***Ruhiy faoliyatning davomiyligiga ko‘ra xotira***	*a) qisqa muddatli xotira;* *b) uzoq muddatli;*

	turlari	*v) operativ (tezkor) xotira*
4.	***Ruhiy faoliyat qo‘zg‘atuvchisining sifatiga ko‘ra xotira turlari***	*a) musiqiy;* *b) eshitish xotirasi*
5.	***Ruhiy faoliyatning inson yo‘nalishiga qarab xotira turlari***	*a) fenomenal;* *b) kasbiy*

Psixikaning eng muhim xususiyati shundan iboratki, individ tashqi ta'sirotlarning aks ettirilishidan o'zining keyingi hattiqharakatlarida doimo foydalanadi. Individual tajriba ortib borishi hisobiga xulq-atvor sekin-asta murakkablashdi. Agar tashqi dunyoning miya qobig'ida hosil bo'ladigan obrazlari beiz yo'qolib ketaversa, tajribaning shakllanishi mutlaqo mumkin bo'lmay qolar edi. Bu obrazlar bir-biri bilan o'zaro turli xil aloqalar bog'lagan holda mustahkamlanib, saqlanib qoladi hamda hayot va faoliyat talablariga muvofiq tarzda yana boshqatdan namoyon bo'ladi.

Individning o'z tajribasini esda olib qolishi, esda saqlashi va keyinchalik uni yana esga tushirishi xotira deb ataladi.

Biz sezgan, idrok qilgan narsalar iz qoldirmasdan yo'qolib ketmaydi, balki ma'lum darajada esda saqlanib qoladi va qulay sharoitda yoki kerak bo'lganda esimizga tushadi. Kunlik tajribamiz shuni ko'rsatadi, esda qolgan narsalarning hammasi ham esimizga tushavermaydi, ularning bir qismi unutiladi. Unutish ham xotiraga oid hodisadir. Esda qolgan narsa xotira materialini, esda saqlanib turadigan va esga tushiriladigan narsa esa xotiraning mazmunini tashkil qiladi. ***Ongimiz aks ettirgan narsalarni mustahkamlash, saqlab qolish va keyinchalik tiklashdan iborat bo'lgan aqliy faoliyat xotira deyiladi.*** Xotira bir necha ruhiy jarayonni o'z ichiga oladi:

1. Esda olib qolish;
2. Esga tushirish;
3. Esda saqlash va unitish.

Bu jarayonlarning har biri alohida mustaqil psixik xususiyat hisoblanmaydi. Ular faoliyat davomida shakllanadi va o'sha faoliyat bilan belgilanadi. Muayyan bir materialni ***esda olib qolish*** hayot faoliyati jarayonida individual tajriba orttirilishiga bog'liqdir. Esda olib qolingan narsani keyinchalik bo'ladigan faoliyatda qo'llash uchun uni ***esga tushirish*** taqozo etiladi. Muayyan bir materialning faoliyat doirasidan chiqib qolishi esa uning ***unitilishiga*** olib keladi. Materialni ***esda saqlash*** uning shaxs faoliyatidagi ishtirokiga bog'liq bo'ladi. Chunki har bir muayyan paytda kishining xulq-atvori uning butun hayotiy tajribasi bilan belgilanadi.

Xotira shaxs psixik hayotining eng muhim, belgilovchi xususiyati hisoblanadi. Xotiraning roli **«o'tmishda yuz bergan»** narsani aks ettirish bilangina cheklanib qolishi mumkin emas.

Xotira barcha psixik jarayonlarning eng muhim xarakteristikasi bo'lish bilan birga **inson shaxsining birligi va yaxlitligini** ta'minlaydi.

Xotira faoliyati esda olib qolishdan boshlanadi. Biz hamisha biror narsa yoki xodisani idrok qilamiz, biror narsa yoki hodisani esda olib qolamiz. Esda olib qolish jarayoni eng avval miya po'stida idrok qilinayotgan narsalar-buyum, surat, so'z, fikr va hokazolarning **«izlari»** hosil bo'lishidan va ayni vaqtda esda olib qolinadigan material bilan kishida mavjud bilim va tajriba o'rtasida, esda qoladigan materialning ayrim qismlari yoki elementlari o'rtasida bog'lanish vujudga kelishidan iboratdir.

Esda olib qolishning ikki turi mavjud: **assosiativ** va **mantiqan esda qoldirish.** Bir vaqtda va bir joyda birin-ketin idrok qilingan ikki yoki bir qancha narsa va hodisalarning obrazlari o'rtasida miyada hosil bo'ladigan bog'lanish assosiativ bog'lanish yoki assosiasiya deyiladi. Masalan, birorta ashulani eshitib turib, ayni zamonda shu ashulani aytayotgan odamning o'zini ham ko'rsak, shu ashulani idrok qilish o'rtasida yondosh assosiasiya hosil bo'ladi. Assosiasiyaning yondoshlik assosiasiyasidan tashqari o'xshashlik, qarama-qarshilik turlari ham mavjud.

Ma'nosiga tushunib yoki mantiqan esda olib qolish jarayonida asosiy o'rinda fikrlash jarayonlari turadi. Esda qoldirilayotgan materialning ayrim qismlari va elementlari o'rtasidagi ma'no va mantiqiy bog'lanishlarni fikr yuritish yo'li bilan ochiladi. Ma'no bog'lanishlarni ochish birorta narsaning obrazini oddiy esda olib qolish emas, balki narsa va xodisalarga xos bo'lgan eng muhim va zaruriy bog'lanishlarni ochish demakdir, bir guruh doirasiga kirgan narsa va hodisalarning umumiy va muhim belgilari, ular o'rtasidagi sabab va natija bog'lanishlarini aniqlash demakdir.

O'tmishda idrok qilingan narsalarning hisqtuyg'u, fikr va ish harakatlarning ongimizga qaytadan tiklanishi esga tushirish deyiladi. Esga tushirishning nerv-fiziologik asosi bosh miya po'stida ilgari hosil bo'lgan nerv bog'lanishlarning qo'zg'alishidir.

Idrok qilingan narsalar miyamizda o'rnashib qolishi, esimizda turishi tufayli, ular turli usulda esimizga tushishi mumkin. Esda saqlash deyilganda ilgari tug'ilgan taasurot, fikr, his-tuyg'u va ish harakatlarning jonlanib, takrorlanib turishga moyillik paydo qilishi va mustahkamlanishini tushunamiz. Ana shunday moyillikning hosil bo'lishi va mustahkamlanib qolishi nerv sistemasining plastiklik deb ataluvchi alohida xususiyatga ega bo'lishi bilan bog'liq. Shuning uchun ham nerv sistemasi ilgari bo'lib o'tgan tassurotlarni takrorlashga tayyor turadi. ***Unutish***-ilgarilari esga olib qolingan narsalarning ongimizdan tamomila yo'qolishi, ya'ni uni esda tutishga batamom qarama-qarshi jarayon deb tushunamiz. Bu xato fikrdir. Esdan chiqarish xotirani ko'pgina keraksiz detallardan holi qilish va eslab qolinganini umumlashtirish, shu orqali esa uning saqlanib qolishiga yordam beradi. Esdan chiqarishning o'ziga xos xususiyati uning bir tekisda bo'lmasligidir. Esdan chiqarishning oldini olish uchun u materialni shunday, biroq o'z vaqtida takrorlash kifoyadir, chunki esdan chiqarilgan narsani qayta tiklash uchun anchagina mehnat talab qilinadi.

Xotiraning mexanizmlari haqidagi fiziologik nazariyalar I.P.Pavlovning oliy nerv faoliyati qonuniyatlari haqidagi ta'limotining eng muhim qoidalari bilan chambarchas bog'liqdir. Muvaqqat shartli bog'lanishlarning hosil bo'lishi haqidagi ta'limot-bu sub'yektning individual tajribasi tarkib topishi mexanizmlari haqidagi ta'limot, ya'ni aslida «fiziologik darajada esda olib qolish» nazariyasidir.

Xotira kishi hayoti va faoliyatining barcha jabhalarida ishtirok etishi sababli uning namoyon bo'lishi shakllari ham benihoya rang-barangdir. Xotiraning turlarga bo'linishi, eng avvalo, esda olib qolish va yana qayta eyaga tushirish jarayonlari o'rin olgan faoliyatning aynan o'ziga xos xususiyatlar bilan bog'liq bo'lishi kerak. Bu xotiraning u yoki bu turi kishida uning psixik tuzilishiga xos xususiyat sifatida gavdalangan hollar uchun ham to'g'ridir. Muayyan psixik xususiyat faoliyatda gavdalanmasidan oldin unda shakllanadi.

Xotira ta'riflarining esda olib qolish va qayta esga tushirish jarayonlari sodir bo'ladigan faoliyatning xususiyatlariga bog'liqligi xotiraning har xil turlarini ajratish uchun umumiy asos bo'lib xizmat qiladi. Bunda xotiraning ayrim turlari uchta asosiy mezonga muvofiq tarzda bo'linadi:

1) faoliyatda ko'proq sezilib turadigan psixik faollikning xususiyatiga qarab xotira **harakat, emosional, obrazli va so'z-mantiqli** turlariga bo'linadi;

2) faoliyatning maqsadlari xususiyatlariga ko'ra **ixtiyoriy va ixtiyorsiz** xotira turlariga bo'linadi

3) materialni qancha vaqt esda olib qolish va esda saqlash muddatiga ko'ra (uning faoliyatdagi roli va tutgan o'rniga bog'liq ravishda) **qisqa muddatli, uzoq muddatli** xotira turlariga bo'linadi.

Harakat xotirasi-turli xildagi ish harakatlari va ularning sistemasini esda olib qolish, esda saqlash va yana qayta esga tushirishdan iboratdir.

Emosional xotira-his-tuyg'uga xos xotiradir. His-tuyg'ular hamisha bizga ehtiyojlarimiz va qiziqishlarimiz qanday qondirilayotgani, bizning tevarak-atrofdagi olamga munosabatimiz qanday yo'lga qo'yilganligi haqida xabar berib turadi. Shuning uchun ham hissiy xotira har bir kishining hayoti va faoliyatida juda muhim ahamiyatga egadir.

Obraz xotirasi tasavvurlarni, tabiat va hayot manzaralarini, shuningdek, tovushlarni, hidlarni, ta'mlarni esda olib qolishdan iborat xotira hisoblanadi. U ko'rish, eshitish, hid bilish, ta'm bilishga oid xotiradir.

Bizning o'y-fikrlarimiz ***so'z-mantiq*** **xotiraning** mazmunini tashkil etadi. O'y-fikrlar nutqsiz mavjud bo'la olmaydi, shuning uchun ham ularga oid xotira ham shunchaki mantiqiy deb emas, balki so'z-mantiq xotira deb ataladi. O'y-fikrlar turli xildagi til shakllarida mujassamlashgan bo'lishi mumkinligi vajidan ularning aks ettirilishi materialning yo faqat asosiy mohiyatini yetkazishga, yoxud uning aynan so'z bilan ifoda etilishiga qaratilgan bo'lishi mumkin.

Biron narsani esda olib qolish yoki eslash uchun maxsus maqsad bo'lmagan holda esda olib qolish va yana qayta esga tushirish **ixtiyorsiz xotira** deb ataladi.

Oldimizga bironta maqsad qo'yib esda olib qolganimizda **ixtiyoriy xotira** haqida gap boradi.

Har kimning o'ziga xos xotira xususiyatlari bor. Xar kimning xotirasidagi farq xotiraning kuchida ifodalanadi. Ma'lumki, xotirasi kuchli va xotirasi zaif odamlar bor. Xotiraning kuchli-kuchsiz bo'lishi esda olib qolish va esdan chiqarish tezlik darajasiga qarab belgilanadi. Tez esga olib sekin, bora-bora unutish kuchli xotiraning xarakterli xususiyati bo'lsa, sekin esda olib qolish va tez esdan chiqarib qo'yish kusiz xotira belgilaridandir.

Hayol yoki fantaziya tafakkur kabi yuksak bilish jarayonlari qatoriga kirib, kishining o’ziga xos insoniy xarakterga ega bo’lgan faoliyatlariga namoyon bo’ladi. Mehnatning tayyor natijasini hayolga keltirmay turib ishga kirishib bo’lmaydi. Fantaziya yordami bilan kutilayotgan natijani tasavvur qilish-inson mehnatining hayvonlar instinktiv faoliyatidan tub farqidir. Istalgan mehnat jarayoni zarur tarzda hayolni o’z ichiga qamrab oladi.

Matnning ko‘p jihatlari bir-biriga o‘xshashligi yodlash jarayonini qiyinlashtiradi. Agar so‘zlar majmuasi har xil qilib tuzib chiqilsa, ish osonlashadi. Misol uchun ro‘yxat tartibida yozilgan biror so‘zni eslaganingizda aqlingizga nima keladi? Tabiiyki, uning ro‘yxatda joylashgan o‘rni. Bu xotiraning kuchiga dalolat qilmaydi. O‘sha so‘zni eslash uchun bundan ahamiyatliroq jihat yo‘qligini anglatadi xolos. SHunday ekan, yod olinayotgan har bir so‘z o‘ziga xos tarzda boshqalardan ajralib turishi kerak. Ularni yozganda bir xillikdan qochib, rang yoki harf shakllari turlicha qilib tuzilsa, yodlash jarayonida ijobiy natijalarga erishish mumkin.

SHu o‘rinda xotiraning sakkiz qonunini quyidagi shaklda ko‘rsatib o‘tilgan:

32-shakl

1.	***Anglanganlik qonuni***
2.	***Qiziqish qonuni***
3.	***Ilgarigi bilimlar qonuni***
4.	***Eslab qolishga tayyorlik qonuni***
5.	***Assotsiatsiyalar qonuni***
6.	***Birin-ketinlik qonuni***
7.	***Kuchli taassurotlar qonuni***
8.	***Tormozlanish qonuni***

Anglanganlik qonuni. Oddiy, lekin murakkab qonun, ya’ni berilgan materialni qanchalik chuqur anglasak, shunchalik uni mustaxkam xotirada muxrlagan bo‘lamiz.

Qiziqish qonuni. Anatol Frans: “Bilimlarni yaxshi xazm qilish uchun uni ishtaxa bilan yutish kerak” deganda, albatta, olinayotgan ma’lumotga jonli qiziqish bilan munosabatda bo‘lishimiz, va uni yaxshi ko‘rishimiz kerakligini nazarda tutgan.

Ilgarigi bilimlar qonuni. Ma’lum mavzu yuzasidan bilimlar qanchalik ko‘p bo‘lsa, yangisini esda saqlab qolish shunchalik oson bo‘ladi. Masalan, ilgari o‘qigan biror kitobni qaytadan o‘qib, uni yangidan o‘qiyotganday his qilsangiz, demak, siz ilgarigi tajribangiz etishmaganligidan uni yaxshi o‘zlashtira olmaganligingizni his qilishingiz mumkin. Demak, eski bilimlar ham tajribaga aylangandagina, yangilariga zamin bo‘la oladi.

Eslab qolishga tayyorlik qonuni. Biror materialni eslab qolishdan avval, bo‘lg‘usi aqliy ishga qanday xozirlik ko‘rgan bo‘lsangiz, shunga mos tarzda eslab qolasiz. Masalan, fizika o‘qituvchisining barcha darslari sizga doimo ma’qul bo‘lgan bo‘lsa, siz: “Bugun ham yangi narsa o‘rganib chiqaman”, deb o‘zingizni ishontirasiz va oqibatda natija ham yaxshi bo‘ladi. YOki vaqtga nisbatan tayyorlik ham shunday. “Bir amallab imtixon topshirsam, keyin qutulaman”, deb darsga tayyorlangan bo‘lsangiz, imtixon tugagach, go‘yoki miyangizni birov “yuvib qo‘yganday” tasavvur hosil bo‘ladi. Agar materialni mutaxassis bo‘lishim uchun juda kerak, deb umringiz oxirigacha muhimligini anglasangiz, u narsa xotirada uzoq vaqt saqlanadi.

Assotsiatsiyalar qonuni. Bu qonun haqida eramizdan avval Arastu ham yozgan edi. Qonunning mohiyati shundaki, bir vaqtda shakllangan tasavvurlar xotirada ham yonma-yon bo‘ladi. Masalan, ayni konkret xona o‘sha erda ro‘y bergan hodisalarni ham eslatadi.

Birin-ketinlik qonuni. Xarflarni alfavitdagi tartibda yodda aytish oson, uni teskarisiga aytish qiyin bo‘lganidek, xotirada ham ma’lumotlarni ma’lum tartibda joylashtirishga va kerak bo‘lganda, tartib bilan birin-ketin tiklash maqsadga muvofiqdir.

Kuchli taassurotlar qonuni. Eslab qolinadigan narsa to‘g‘risidagi birinchi taassurot qanchalik kuchli bo‘lsa, unga aloqador obraz ham shunchalik yorqin bo‘ladi. Bundan tashqari, siz uchun ahamiyatli va jozibali ma’lumotlar oqimida eslanayotgan material ham yaxshi esga tushiriladi.

Tormozlanish qonuni. Xar qanday muayyan ma’lumot o‘zidan oldingi ma’lumotni tormozlaydi. SHuning uchun uning o‘chib ketmasligi uchun yangini esda saqlashdan avval mustaxkamlash choralarini ko‘rish kerak.

Demak, yaxshi kuchli bilimlarga ega bo‘lish uchun xar bir predmet yoki fanning mavzularini o‘ziga xos tarzda yoqtira olish va xotirada saqlash uslublarini ishlab chiqish kerak ekan.

Tafakkur haqida tushuncha.

Tafakkur-jiddiy ravishda yangilikni qidirish va ochishga bog’liq, aloqador psixik jarayondir, uning tahlili va sintezi jarayonida voqelikni bavosita va umumlashtirib aks ettirish jarayonidir. Tafakkur amaliy faoliyat asosida hissiy bilishlardan paydo bo’ladi va hissiy bilish chegarasidan ancha tashqariga chiqib ketadi.

Tafakkur-bu predmet va hodisalarning umumiy xususiyatlarini aks ettirish, ular o'rtasidagi qonuniy aloqalar hamda munosabatlarni topish jarayonidir. Boshqacha qilib aytganda, tafakkur-bu borliqni umumlashtirilgan holda va bevosita aks ettirishdir. Tafakkur-inson aqliy faoliyatining yuksak shaklidir. Istalgan ixtiyoriy faoliyat, u xoh o'quv, xoh ishlab chiqarish faoliyati bo'lsin, uning natijalarini oldindan ko'rishni albatta talab qiladi. Biroq oldindan ko'rish uchun dalillarni umumlashtirish va shu umumlashmalar asosida xuddi shunga o'xshash boshqa dalillarga ham tadbiq etish mumkin bo'lgan xulosalar chiqarish kerak bo'ladi. Bu ikkiyoqlama yondashish yakkadan umumiyga, umumiydan yakkaga-tafakkur orqali amalga oshiriladi. Voqelik tafakkurda idrok va tasavvurlardagiga qaraganda chuqurroq va to'laroq aks etadi. Narsa vahodisalar o'rtasidagi eng muhim bog'lanishlar va munosabatlar tafakkur yordami bilan ochiladi. Binobarin, tafakkur insonning shunday aqliy faoliyatidirki, bu faoliyat voqelikni eng aniq (to'g'ri), to'liq, chuqur va umumlashtirib aks ettirishga (bilishga), insonning tag'in ham oqilona amaliy faoliyat bilan shug'ullanishiga imkon beradi.

Bilish faoliya sezish va idrok qilishdan boshlanadi va keyin tafakkurga o'tib ketishi mumkin. Biroq istagan tafakkur, hatto eng rivojlangan tafakkur ham hamisha hissiy bilish bilan, ya'ni sezgi, idrok va tasavvurlar bilan bog'langan bo'ladi. Tafakkur faoliyati o'zining butun **«materialini»** faqat bitta manbadan, ya'ni hissiy bilishdan oladi. Tafakkur sezgilar va idrok qilish jarayonlari orqali tashqi olam bilan bevosita bog'lanadi hamda shu tariqa olamni aks ettiradi. Bu aks ettirishning to'g'riligi (adekvatligi) amaliy faoliyat orqli tabiat va jamiyatni amaliy o'zgartirish jarayonida uzluksiz tekshirilib turiladi.

Bosh miya po'stining biron bir sohasi emas, balki bosh miyaning butun po'sti bajarayotgan faoliyat tafakkurning nerv-fiziologik negizidir. Analizatorlarning miyaga borib tutashgan uchlari o'rtasida vujudga keladigan murakkab va muvaqqat bog'lanishlar tafakkur qilish uchun birinchi galda ahamiyatga ega. Tafakkurni yo'naltirib turadigan asosiy nerv-fiziologik negiz shunday yo'l ko'rsatib turuvchi refleksdirki, bu refleks tafakkur qilish jarayonlarida katta rol o'ynaydi. Tafakkur qilish jarayoni biror psixik elementlarning shunchaki bir-biri bilan almashinishi tarzida voqe bo'lmasdan, balki alohida aqliy operasiyalar-biz idrok qilayotgan yoki tasavvur qilayotgan narsalar ustida, umumiylashgan va amalda tushunchalarga ega bo'lgan ob'yektlar ustida aqliy harakatlar qilish tarzida voqe bo'ladi.

Taqqoslash, analish va sintez, abstraksiya va umumiylashtirish, konkretlashtirish, klassifikasiya (tasnif) va sistema (tizim)ga solish aqliy operasiyalarning asosiy turlaridir.

Taqqoslash-shunday bir aqliy operasiyadirki, bu operasiya ayrim narsalar o'rtasidagi o'xshashlikni yoki tafovutni, tenglik yoki tengsizlik borligini, bir xillik yoki qarama-qarshilik borligini aniqlashda ifodalanadi. Amaliy taqqoslash bir narsani ikkinchi narsaga solishtirib ko'rilayotganda, masalan, bir qalamni ikkinchi qalamga, o'lchov chizig'ini taxtaga va kabilarga solishtirib ko'rilayotganda sodir bo'ladi. Taqqoslash tasavvur qilinayotgan yoki qilingan narsalarni bir-biriga fikran solishtirib ko'rish yo'li bilan hal bo'ladi.

Analiz- narsani tarkibiy elementlarga, qismlarga yoki tarkibiy belgilarga bo'lish demakdir. Analizning qismlarga uning elementlariga bo'lgan munosabati aniqlanadi. Psixologiyani o'rganish vaqtimizda har bir psixik jarayonni bir-biri bilan taqqoslabgina qolmasdan, balki, shu bilan birga, analiz ham qilamiz. O'qish mashg'uloti vaqtida tafakkurning analiz qilish faoliyati katta o'rin tutadi. Chunonchi, savod o'rgatish odatda nutqni analiz qilishdan: gapni so'zlarga, so'zlarni bo'g'inlarga, bo'g'inlarni tovushlarga ajratishdan boshlanadi.

Sintez-analizning aksi yoki teskarisi bo'lgan tafakkur jarayonidir. Bunda tarkibiy qismlar yagona bir butunga birlashadi. Analiz va sintez bir-biri bilan chambarchas bog'langandir, chunki fikr jarayonining ayrim bosqichlarida birinchi o'ringa analiz yoki sintez chiqadi. Sintez elementlarning, narsa va hodisalarning qismlarini bir butun qilib qo'yishdan iboratdir, amaliy analiz bo'lgani singari amaliy sintez ha bo'ladi.

«Tafakkur,-deb yozgan edi I.P.Pavlov,-albatta assosiasiyalardan, sintezdan boshlanadi, so’ngra sintezning ishi analiz bilan qo’shiladi. Analiz, bir tomondan, reseptorlarimiz, periferik uchlarining analizatorlik qobiliyatiga, ikkinchi tomondan esa, bosh miya katta yarim sharlarining po’stida takomil topuvchi va voqelikka muvofiq bo’lmagan narsalarni voqelikka muvofiq bo’lgan narsalardan ajratib turuvchi tormozlanish jarayoniga asoslanadi».

Abstraksiya-shunday bir fikrlash jarayonidirki, bunda tafakkurda aks etilayotgan bir yoki bir necha ob’yektlarning biror belgisi (xususiyati, harakati, holati, munosabati) shu obyekt yoki ob’yektlardan fikran ajratib olinadi.t bu jarayonda ob’yektdan ajratilgan bir belgining o’zi tafakkurning mustaqil ob’yekti bo’lib qoladi. Obstraksiya odatda analiz jarayoni yoki analiz natijasida sodir bo’ladi. Abstraksiya umumlashtirish bilan bog’liqdir.

Umumlashtirish-predmetlar va xodisalarni ularning umumiy va asosiy tomonlarini ajratib ko’rsatish asosida bir-birlari bilan fikran birlashtirishdir.

Klassifikasiya-ko’p narsalarni, holatlarni, kechinmalarni guruhlarga bo’lish. Masalan tibbiyotda kasalliklarning klassifikasiyalari mavjud: sil kasalligi, zaxm, yuqumli kasalliklar. Anatomiya fanida suyaklar klassifikasiyasi alohida o’rganiladi.

Tushuncha-bu predmet va hodisalardagi umumiy va muhim xususiyatlar hamda sifatlarning kishi ongida aks etishidir. Tushunchaning ikki turi bor: biri-konkret tushuncha, ikkinchisi-abstrakt tushuncha.

Muhokama-biror narsa, hodisa haqida biror nimani tasdiqlash yoki inkor qilish demakdir.

Xulosa chiqarish-tafakkurning tarixan tarkib topgan mantiqiy shaklidir. Tafakkurning shu mantiqiy shakli vositasi bilan bir yoki bir necha ma’lum hukmlardan yangi hukm-xulosa chiqariladi.

Fikriy qobiliyatlar haqida gapirganda ko’pincha bu tushuncha ostida (aql) ko’zda tutiladi. Aql olingan bilimlarni, tajribani va ularni yanada boyitishga va aqliy faoliyatda foydalanishga bo’lgan qobiliyatni o’z ichiga oladi. Kishining aqliy fazilatlari uning hajmi bilan belgilanadi. Tafakkur aqlning faol funksiyasi bo’lib, mantiq qonunlari asosida takomillashib boradi. Tafakkur amaldagi aqldir. Tafakkurning jarayonidagi tushunish boshqa bir kishining og’zaki va yozma nutqini idrok qilish va uqib olish jarayonida sodir bo’ladi. Nutqni tinglayotganimizda yoki biror yozma matnni o’qiyotganimizda, odatda biz o’zimiz eshitayotgan yoki o’qiyotgan so’z birikmalarini to’g’ri idrok qilishga intilamiz.

Ayrim kishilarning tafakkuri o’zining mazmundorligi, chuqurligi va kengligi jihatidan, mustaqilligi, samaradorligi va tezligi jihatidan turli hollarda turlicha namoyon bo’ladi. Bular tafakkurning sifatini tashkil qiluvchi belgilardir.

Kishining tafakkur faoliyati uchun uning faqat hissiy bilishi bilan o’zaro bog’liqligigina muhim ahamiyatga ega bo’lib qolmay, balki til bilan, nutq bilan o’zaro bog’liqligi ham muhim ahamiyatga egadir. Bunda inson psixikasi bilan hayvon psixikasi o’rtasidagi prinsipial farqlardan biri namoyon bo’ladi. Xayvonlarning elementar, juda 72oda tafakkuri hamma vaqt faqat harakat tafakkurligicha qoladi; ular hech vaqt mavhum, bavosita bilish darajasiga yetmaydi. Ularning, ya’ni hayvonlarning tafakkuri ayni chog’da go’yo ko’z o’nglarida turgan narsalarni bevosita idrok qilish bilan ish ko’radi. Ana shunday 72oda72am72e tafakkur harakat tarzidagi narsalar bilan munosabatda bo’ladi va bunday ayoniy harakat doirasidan chetga chiqmaydi.

Faqat nutq paydo bo’lgach, bilinayotgan ob’yektdan ma’lum bir xususiyatni ajratib olib, uni maxsus so’z yordamida tasavvurda yoki tushunchada mustahkamlash, qayd qilish imkoniyati tug’iladi. Tafakkur so’zda o’zining zaruriy moddiy qobiliyatiga ega bo’ladi, tafakkur faqat so’z orqali boshqalar uchun va o’zimiz uchun ham bevosita reallikka aylanadi. ***Inson tafakkurini, u qanday shaklda amalga oshirmasin, tilsiz amalga oshirib bo’lmaydi.*** Har qanday fikr nutq bilan chambarchas bog’liq holda paydo bo’ladi va rivojlanadi. U yoki bu fikr qanchalik chuqur va asosli

suratda o’ylangan bo’lsa, u so’zlarda, og’zaki va yozma nutqda shunchalik aniq hamda yaqqol ifodalangan bo’ladi. Va, aksincha, qandaydir fikrning so’z orqali fiodalanishi qanchalik ko’p takomillashtirilgan, sayqallangan bo’lsa, shu fikrning o’zi shunchalik yaqqol va tushunarli bo’ladi.

Inson tafakkuri til bilan, nuqt bilan chambarchas bog’liqdir. Tafakkur zaruriy tarzda moddiy so’z qobig’ida mavjuddir.

Psixologiyada tafakkur turlarining quyidagi holda va birmuncha shartli klassifikasiyasi tarqalgandir:

Ko’rgazmali harakat;

1. ***Ko’rgazmali-obrazli;***
2. ***Mavhum (nazariy) tafakkur***.

Tarixiy taraqqiyot davomida odamlar o’z oldilarida turgan masalalarni dastlab amaliy faoliyat nuqtai nazaridan yechganlar; keyinchalik undan nazariy faoliyat ajralib chiqqan. Amaliy va nazariy faoliyat o’zaro chambarchas bog’langandir. «G’oyalar, tasavvurlar va ong ishlab chiqarishi dastavval bevosita moddiy faoliyatga qo’shilib ketgan bo’ladi…» Bu shuni anglatadi, sof nazariy faoliyat birlamchi emas, balki amaliy faoliyatning o’zi birlamchidir. Amaliy faoliyatning taraqqiyoti davomida undan nisbatan mustaqil nazariy fikr yuritish faoliyati ajralib chiqadi.

Faqat butun insoniyatning tarixiy taraqqiyotida emas, balki har bir bolaning psixik taraqqiyoti jarayonida ham asos sof nazariy faoliyat emas, balki amaliy faoliyat asos qilib olinadi. So’nggi faoliyat ichida avval bola tafakkuri rivojlanadi. Bog’chagacha yosh davrida (3 yoshgacha) asosan ko’rgazmali harakat tafakkuri bo’ladi. Bola bilayotgan ob’yektlarini o’z qo’llari bilan amaliy ravishda va go’yo tabiiy ravishda ajratadi, bo’laklarga bo’ladi hamda, ayni chog’da idrok qilinayotgan narsalarni birlashtiradi, solishtirib ko’radi, narsalarni bir-biri bilan bog’lab, analiz va sintez qiladi. Qiziquvchan bolalar ko’pincha «ichida nima borligini» bilash maqsadida o’z o’yinchoqlarini buzib sindirib ko’radilar.

Ko’rgazmali-obrazli tafakkur formada ko’pincha bog’cha yoshidagi bolalarda paydo bo’ladi (4-7 yosh). Bu yoshdagi bolalarda tafakkurning amaliy harakatlar bilan aloqasi garchi saqlanib qolsa ham, lekin bu aloqa avvalgidek mustahkam, to’g’ri va bevosita bo’lmaydi. Bola bilayotgan ob’yektni analiz va sintez qilishi davomida qiziqtirayotgan narsani qo’llari bilan albatta va hamma vaqt ham ushlab ko’rishi shart emas. Juda ko’p hollarda sistemali ravishda ob’yektni amaliy timirsklab ko’rish talab qilinmaydi. Lekin barcha hollarda mazkur ob’yektni aniq idrok qilish va yaqqol tasavvur etish shartdir. Boshqacha qilib aytganda, bog’cha yoshidagi bolalar faqat ko’rgazmali obrazlar bilan fikr yuritadilar va hali tushunchalarga ega bo’lmaydilar.

Tafakkurning mustaqilligi dastavval yangi masala, yangi muammoni ko’ra bilish va qo’ya bilishda, undan so’ng esa ularni o’z kuchi bilan yecha bilishda namoyon bo’ladi. Tafakkurning ijodiy xarakteri mana shunday mustaqillikda yorqin ifodalanadi.

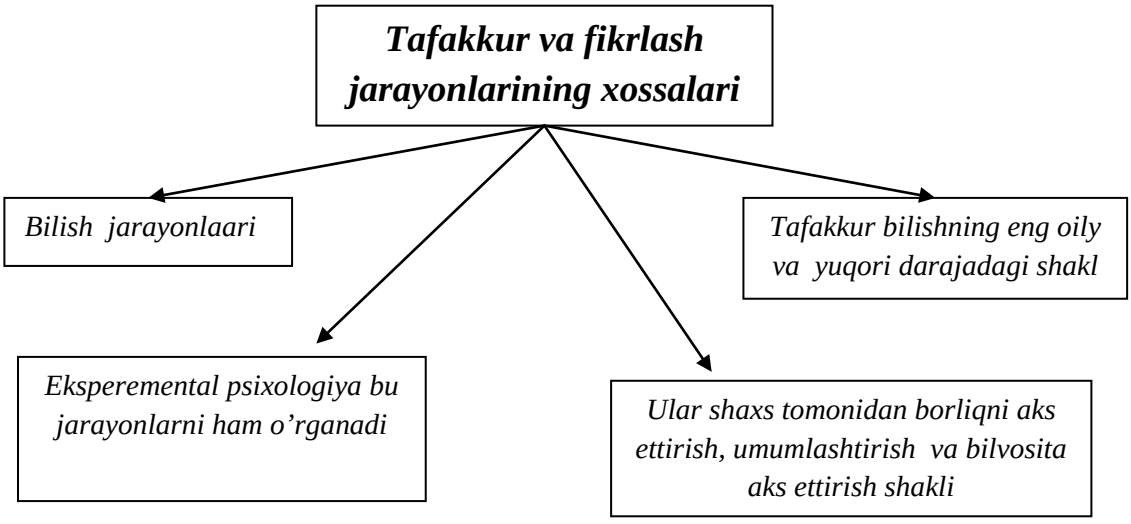
Fikrning tezligi xususan shunday hollarda kerak bo’ladiki, ba’zan (masalan, jang paytida, avariya paytida) kishidan biror qarorni juda qisqa muddat ichida qabul qilish talab qilinadi. Fikrning tezligi maktab o’quvchilariga ham kerakdir.

Tafakkurning yuqorida ko’rsatilgan barcha va juda ko’p sifatlari uning asosiy sifati yoki belgisi bilan chambarchas bog’liqdir. Har qanday tafakkurning eng muhim belgisi, uning ayrim individual xususiyatlardan qat’iy nazar muhim tomonlarini ajratib, mustaqil ravishda tobora yangi umumlashtirishlarga kela bilishdan iboratdir. Kishi o’ylayotgan paytda, bu o’yning hatto juda yorqin, qiziq, yangi va favqulodda bo’lishiga qaramay, biror narsa yoki hodisalarni sharxlash bilan cheklanmaydi. Tafakkur mazkur hodisaning mohiyatiga chuqur kirgan va tashqi jihatdan bir-biridan farq qilishidan qat’iy nazar, ozmi yoki ko’pmi bir xil hodislarni barchasining umumiy taraqqiyot qonunini kashf etgan holda zarur ravishda oldinga qarab boradi.

Tafakkur – inson aqliy faoliyatinining yuqori shakli, real olamni aks ettirishning umumlashgan va bevosita usuli bo‘lib, obektlar orasidagi bog‘liqlik, bilish jarayoni, yangi bilimlarni ochish, ijodiy, muammoli masalalarni echishga qaratilgan jarayondir. Tafakkur atrof-muhitdagi voqelikni nutq yordami bilan bilvosita, umumlashgan xolda aks ettiruvchi psixik jarayon bo‘lib, u ijtimoiy sababiy ichki bog‘lanishlarni anglashga, yangilik ochishga va bashorat qilishga yo‘naltirilgan aqliy faoliyatdir.

Tafakkurning o‘ziga xos xususiyatlari uni til bilan bevosita bog‘liqligidir. Tafakkur nutqda namoyon bo‘ladi. Tafakkur inson hayoti tajribasida sezgi, idrok va tasavvurlar asosida yuzaga keladi va rivojlanadi. Tafakkur tufayli sezgi va idrok asosida olamni aks ettirish yanada aniq va to‘g‘ri bo‘ladi. Tafakkur borliqni umumlashgan holda aks etishidir. Qachonki muammoli vaziyat paydo bulganda tafakkur ishga tushadi. Tafakkur yordamida biz predmetlar orasidagi bog‘liqlik va munosabatlarni yana ham chuqurroq anglaymiz va ochib beramiz. Tafakkur orqali biz bevosita kuzatmagan narsalarni ham bilishimizga imkon yaratadi.

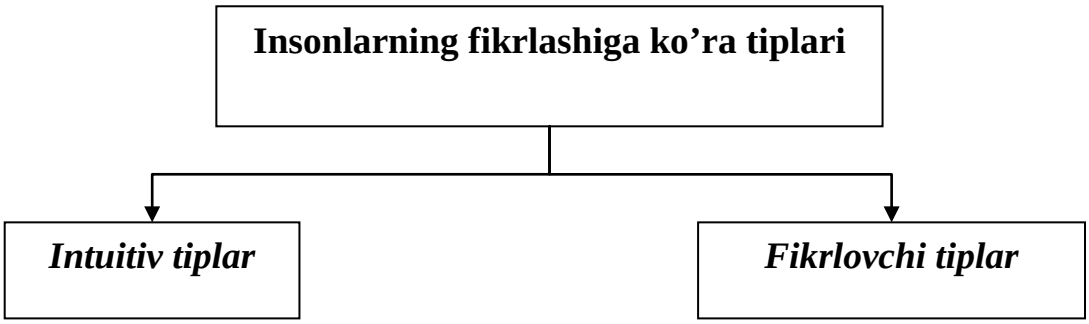
Bilish faoliyati sezish va idrok qilishdan boshlanadi va keyin tafakkurga o‘tadi. Biroq eng rivojlangan tafakkur ham hamisha hissiy bilish bilan bog‘langan bo‘ladi. Kishi tafakkur jarayonida hissiy bilish chegarasidan chetga chiqadi.

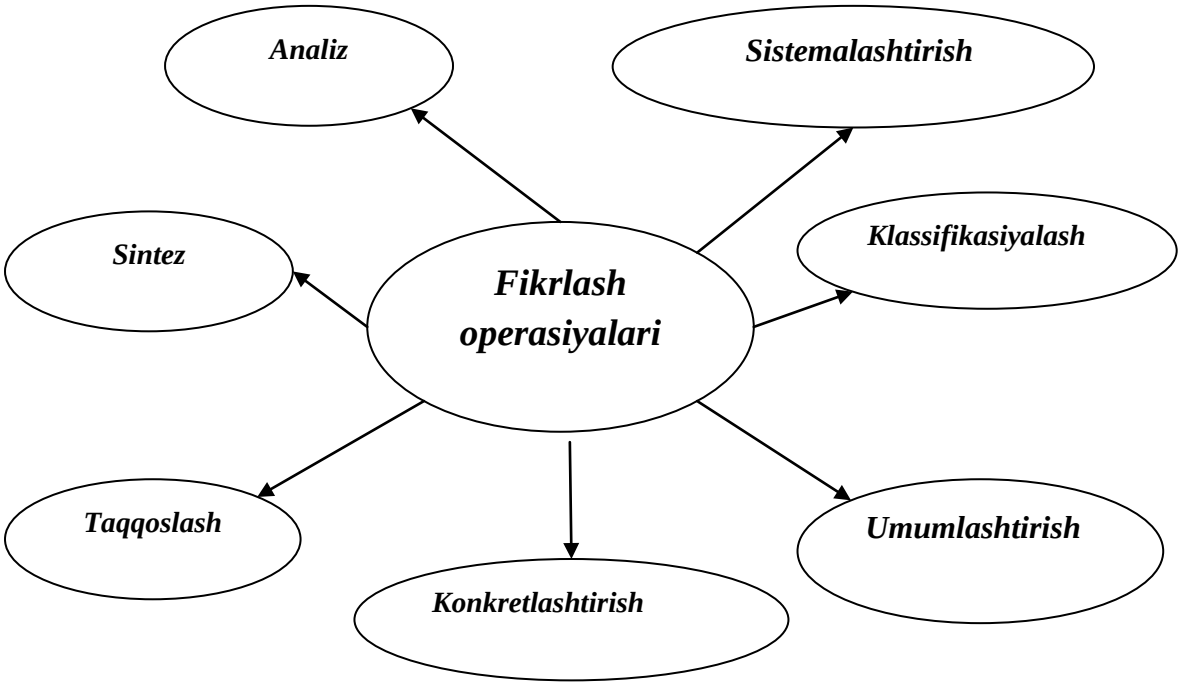


Tafakkur jarayonida fikrlash operatsiyalariga: analiz, sintez, taqqoslash, umumlashtirish, konkretlashtirish, klassifikatsiyalash va sistemalashtirish kiradi.

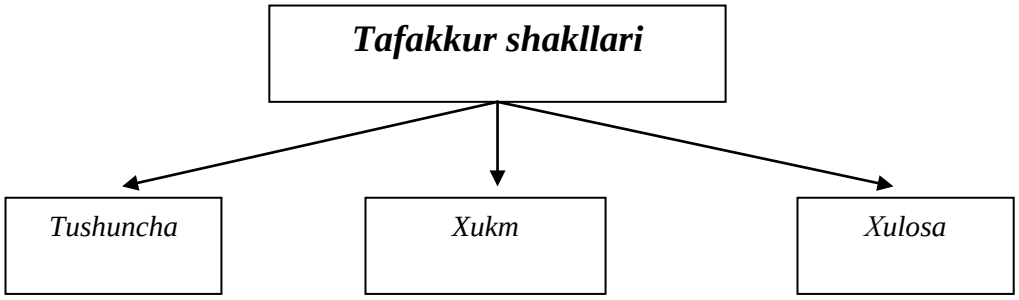
- ***amaliy*** - konkret narsalarni bevosita solishtirish;
- ***nazariy*** - tasavvur qilinayotgan obrazlarni va narsalarni ongda fikran taqqoslash.

Inson shaxsiy faoliyatida, ta’lim jarayonida taqqoslash ustida qanchalik ko‘p mashq qilsa, taqqoslash ko‘nikmasi paydo bo‘lsa, unda fikr yuritish shunchalik samarali bo‘ladi.





Tafakkur shakllari psixologiyada tushuncha, hukm, xulosa chiqarish bosqichlarida ifodalanadi.



Tushuncha - inson voqelikni bilish jarayonida narsalarni bir-biri bilan taqqoslaydi, ularning o‘xshashligi va farqini aniqlaydi: analiz va sintez yo‘li bilan narsa va hodisalarning mohiyatini

ochadi, fikran ularning belgilarini ajratadi, bu belgilarni abstraktsiyalashtiradi va umumlashtiradi. Natijada odam voqelikdagi narsa va hodisalar to‘g‘risida tushuncha hosil qiladi.

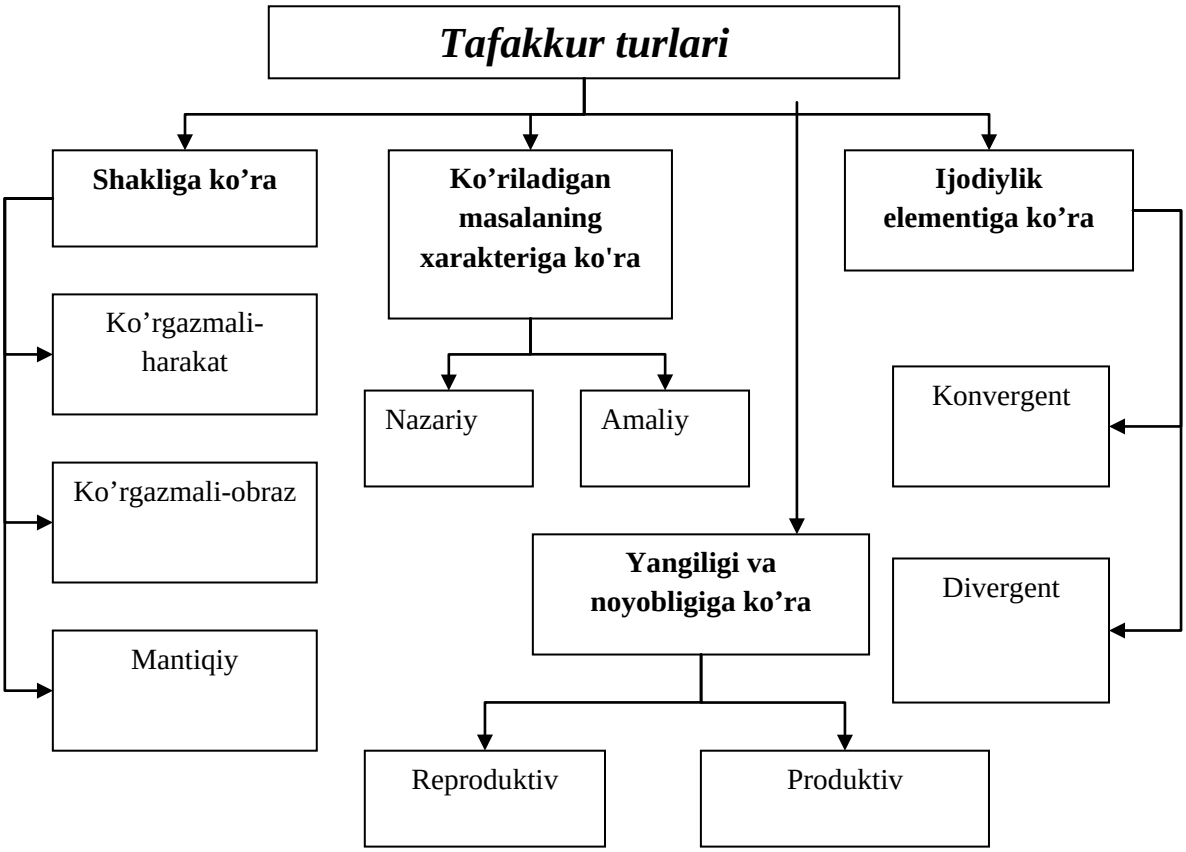
Hukm **-** narsa va hodisalarning belgi va xususiyatlari haqida tasdiqlab yoki inkor qilib aytilgan fikrdir. Moddiy olamda haqiqatdan bog‘liq bo‘lmagan narsa hukmda bog‘liq qilib ko‘rsatilsa, bunday hukm xato yoki yolgon hukm deb ataladi.

Hukmda narsa va hodisa belgisining borligini muayyan sharoitlarda tasdiqlab yoki inkor qilib aytilgan hukm shartli hukm deb ataladi.

Xulosa. Bir qancha hukmlarning mantiqiy bog‘lanishi natijasida hosil bo‘lgan yangi hukm insonning bilish faoliyatida alohida ahamiyatga ega. Psixologiyada xulosa chiqarish jarayonida foydalanilgan tayyor hukmlar asoslar deyiladi, ularni taxlil qilib chiqarilgan yangi hukm esa xulosa deb ataladi. Xulosa chiqarish shunday tafakkur shaklidirki, bu shakl vositasi bilan biz ikki yoki undan ortiq hukmlardan yangi hukm hosil qilamiz.

Intuitiv va analitik tafakkur. Tafakkur aktivligiga qarab ixtiyorsiz (intuitiv) va ixtiyoriy (analitik) tafakkur turlariga ajratiladi.

Intuitsiya - mantiqiy tafakkur yordamida ko‘p vaqtlar davomida hal qilinmagan aqliy vazifalarning to‘satdan, kutilmaganda hal qilinib qolishi jarayoni ataladi. SHaxsning muayyan soxadagi hayotiy yoki ilmiy tajribalariga asoslangan intellektual sezgirligidan iborat faoliyatdir. Kupincha ixtiyoriy tafakkur jarayoni mulohaza, muxokama, isbotlash, gipoteza kilish kabi shakllarda namoyon buladi.



Inson idrok qilgan, xotirasida saqlab qolgan narsalarning barchasi uning uchun ma’lum ma’no va mohiyatga ega bo‘ladi. Aks holda u qabul qilingan ma’lumotlarni eslab qolmaydi, keyingi safar anologik obekt bilan to‘qnash kelganda, unga diqqatini qaratmaydi ham, ma’lumot figura fonga aylanib qolaveradi. YA’ni, biz ko‘rgan, eshitgan, his qilgan narsalarimizning barchasi ma’noli, kerak bo‘lsa, ma’nili bo‘lishini hoxlaymiz. SHunisi xarakterliki, ana shunday narsa va xodisalarga biz tomondan beriladigan ma’no har bir alohida shaxs tomonidan turlicha aks ettiriladi.

Hayol to`g`risida tushuncha. Hayolning aktiv va passiv turlari.

Hayol - bilish jaryonlari qatoriga kirib, kishining o`ziga xos insoniy harakterga ega bo`lgan faoliyatlarida namoyon bo`ladi. Mehnatning tayyor natijasini hayolga keltirmay turib, ishga kirishib bo`lmaydi. Hayol yoki fantaziya yordami bilan kutilayotgan natijani tasavvur qilish - inson mexnatining xayvonlar instinktiv faoliyatidan tub farqidir. Istalgan mexnat jarayoni zarur tarzda hayolni o`z ichiga qamrab oladi. Hayol badiiy, konstruktorlik, ilmiy adabiy, muzikaviy va umuman ijodiy faoliyatining zarur tomoni sifatida namoyon bo`ladi.

Hayol tasavvurning avval idrok qilinib xotirada qolgan materiallardan vujudga keladi. Hayolning asosiy vazifasi hamisha sezgi va idrok yo`li bilan hosil qilingan narsalarni qayta ishlovidan iboratdir. Hayol yo`q narsadan ijod qila olmaydi. Tug`ma garang odam tovushni hech

tasavvur qila olmagandek, tug`ma ko`r ham hech mahal ranglarni hayoliga keltirib tasavvur qila olmaydi.

Hayolda oddiy bir stol yasash uchun stolning qanday shaklda bo`lishini, uning balandligini, kengligini, oyoqlari qanday maxkamlanishlarini, ovqatlanish stoli, labaratoriya stoli yoki yozish stoli sifatida o`zining belgilangan xizmatiga qanchalik javob berishini oldindan tasavvur qilish lozim. Qisqa qilib aytganda, ishni boshlashdan oldin bu stolni tayyor ko`ra bilish talab qilinadi.

Hayol inson ijodiy faoliyatining zarur elementi bo`lib, mexnatning oxiri va oraliq maxsulotlarda o`z ifodasini topadi, shuningdek muommali vaziyat noaniqlik ko`rsatgan hollarda xulq-atvor dasturini tuzishni tahminlaydi. SHuning bilan birga hayol aktiv faoliyatni programmalashtiruvchi emas, balki uning o`rnini almashtiruvchi timsollar hosil qilish vositasi sifatida yuzaga chiqadi.

Hayol tafakkur bilan chambarchas bog`langandir. Hayol ham tafakkur singari kelajakni oldindan ko`rish imkoniyatini beradi.

Tafakkur bilan hayol o`rtasidagi umumiylik hamda ular o`rtasidagi farqlar nimalardan iborat? Hayol tafakkur singari, muammoli vaziyatda, ya’ni masala echishning yangi usullarini qidirib topishda yuzaga keladi. Tafakkur singari hayol shaxsning ehtiyojlariga asoslanadi. Ehtiyojlarni qondirishning real jarayonidan oldin ehtiyojlarni qondirishning soxta, hayoliy jarayoni sodir bo`ladi, ya’ni bu ehtiyojlarning qondirilishi mumkin bo`lgan vaziyatni jonli, yorqin tasavvur qilish mumkin.

Hayol shunday jarayonki, u xatto tafakkur uchun kerak bo`lgan to`la va zarur bilimlar bo`lmagan joyda ham biror qarorga kelish hamda muommali vaziyatdan chiqish imkonini beradi. Fantaziya tafakkurning qandaydir bosqichlaridan «sakrab o`tish» va so`nggi natijani tasavur qilish imkonini beradi.

Hayol o`zining aktivligi va faoliyati bilan harakterlanadi. Hayolning ***passiv hayol formasi*** - oldindan o`ylab yuzaga keltirishi mumkin bo`lgan, jo`rttaga yuzaga keltirilgan iroda bilan bog`liq bo`magan, lekin hayotda gavdalantirishga qaratilgan hayolning mana shunday obrazlari shirin hayolga misol bo`la oladi. Qandaydir quvonchli, yoqimli, qiziqarli narsalar xaqida shirin hayol surish hamma odamlarga xosdir. Ammo inson hayoliy jarayonlarida shirin hayol kechirish hollari ko`proq bo`lsa bu shaxsning passivligidan dalolat beruvchi nuqson hisoblanadi.

Aktiv hayol formasi qayta tiklovchi va ijodiy hayol turlariga bo`linadi. O`z asosida tasviriga muvofiq keladigan obrazlar tizimini yaratuvchi hayol qayta tiklovchi hayol deb ataladi. Ijodiy hayol - qayta tiklovchi hayoldan farq qilgan holda, orginal va qimmatli moddiy maxsulotlarda amalga oshiriladigan yangi obrazlarning yaratilishini taqoza qiladi. Mehnatda paydo bo`lgan ijodiy hayol ehtiyojlarini qondirish yo`lini izlashda yaqqol tasavvurlar bilan aktiv va maqsadga muvofiq ish tutadigan texnik, badiiy va istalgan boshqa ijodiyotini ajralmas tomoni bo`lib qoladi.

Ijodiy hayol - tiklovchi hayoldan farqli o`larok original va qimmatli moddiy, ijodiy maxsulotlarda gavdalanuvchi yangi obrazlarning yaratilishidan iborat hayol turidir. SHu bilan birga, mustaqil ravishda yangi obrazlar yaratish uchun ijodiy faoliyatda qatnashgan, ya'ni natijasida qimmatli yangi bir narsa hosil bo`ladigan faoliyatdagi hayolni aytamiz. YOzuvchi, rassom, kompozitor, olim, ixtirochi va boshqa buning kabi kishilarning hayoli ijodiy hayoldir.

Ijodiy hayol, tasavvur hayoliga qaraganda ancha murakkab va qiyin jarayondir. Hayol muhim rol o`ynamagan xech bir ijod sohasi yo`q.

Hayolning ixtiyoriy va ixtiyorsiz faoliyati. Diqqatning ixtiyoriy va ixtiyorsizi bo`lganidek, xotiralash va xotiraga keltirishning ham ixtiyoriy va ixtiyorsizi bo`lganidek, hayolning ham ixtiyorliligi darajasi turli bo`ladi.

Hayolning mutlaqo ixtiyorsiz ishlashining misoli ***tush ko`rishdir.*** Tush ko`rgandagi obrazlar kishining xohishi, bilan tug`ilmaydi, ular xohish bilan o`zgarmaydi. Tushdagi obrazlar o`rtasida xech kutilmaganda juda g`alati, bahzida mutlaqo tasavvur qilib bo`lmaydigan munosabatlar tug`ilib, chalkashib ketadi. Kishining uyqusi kelib mudroq bosgan chog`idagi, masalan, kishi endigina uxlay boshlagan vaqtdagi hayolning ishi ham asosi jihatidan ixtiyorsizdir.

Tasavvur hayoli - bir narsa xaqidagi ma'lumotga asoslanib (yoki chizma surat va tarhiga suyanib) uning muvofiq bo`lgan obrazini tasavvurga keltiruvchi hayolni aytamiz. O`quvchi fizika yoki kimyo darsligida bayon qilingan biron tajribani o`qiganda, unda bayon qilingan asboblarning turgan joyini, qilinadigan ishlari va bu ishlarning natijasi va hakozolarni mumkin qadar aniq va ravshan tasavvur qilmog`i lozim. O`quvchining ana shu ishi tasavvur hayolning ishidir. Bir mashinaning quruq chizmasini ko`rganda, bu mashinaning har bir bo`lak va qismining turgan joyini va bir-biriga qanday aloqasi borligini aniq va ravshan tasavvur qilishi lozim bo`ladi. Bu ham tasavvur hayoliga misol bo`la oladi, ya'ni uning "texnik hayoli" deyilgan alohida bir turidir. Har bir injener, texnik va usta ishchining hunaridan kerak bo`lgan bu texnika hayoli, mashinaning chizmasiga qarab, ko`rsatilgan mashinani, apparatni uning turli qisimlarini hayolida aniq "ko`rish" qobiliyatini talab qiladi.

Tasavvur hayoli kishi psixikasining o`sishi uchun ham muhimdir. Tasavvur hayoli kishiga boshqalarning hikoyasiga va bayoniga suyanib o`zi aslo ko`rmagan va ko`rishga imkoni bo`lmagan narsalarni tasavvurda ko`rishga imkon beradi va bu bilan kishiga faqat o`z turmushida ko`rgan narsalari doirasida chegaralanib qolmasdan, bu doiradan tashqari ham chiqish imkonini beradi va uning bilimlarini jonli qilib, konkretlashtiradi va oshiradi.

Tasavvur – ilgari idrok etilgan, ammo ayni vaqtda bevosita idrok etilayotgan narsa va hodisalarning inson miyasida qayta ishlanib, tiklangan hissiy obraziga aytiladi. Tasavvur shaxsning ma'lum bir munosabatlarga kirishayotganida, ta'sirlanish jarayonida undagi bahzi bir hislatlarni xotiraga tushirishda muhim rolg' o`ynaydi. So`zda ifodalanayotgan axborotga tasavvurni qo`shib

eslab qolish ancha oson chunki, tasavvurda obrazlarni gavdalantirish orqali ancha oson eslab qolish mumkin. Tasavvur, tafakkur, xotira, tushuncha, idrok kabi murakkab bilish jarayonlari sezgi jarayonlariga asoslangan. Inson idroki turli nuqtai nazarlar asosida, masofadan, vaziyatdan, holatning yoritilish darajasi sharoitida obektdan olinadigan taassurotlarga oid ma'lumotlarni analiz va sintez qiladi.

Idrok va tasavvurlarda aks etadigan narsa va hodisalar tafakkurda taqqoslanadi, tahlil qilinadi va umumlashtiriladi. Tafakkur voqelikning umumlashtirilgan to`liq hamda eng aniq ifodasidir.

Hayolning alohida bir shakli bu - orzudir. Ijodiy hayol singari orzu ham alohida, mustaqil yangi obrazlar yaratishdir. Ammo orzuning ijodiy hayoldan farq qilgan ikki muhim xususiyati bor:

1. Orzu - tilakdagi mavjud obrazlar yaratilishi, lekin ijodiy hayol yaratgan obrazlar hamma vaqt yozuvchining tilaklarida gavdalanavermaydi. Misol uchun, N.V.Gogol asaridagi CHichikov, Plyushkin, Nozdrevlar kabi salbiy obrazlarni, «Gogolning orzusi" deb bo`lmaydi. Kishining orzularida uning tilaklari, uni jalb qilgan narsalari, uning intilishlari obraz shaklida gavdalanadi.

2. Orzu - ijodiy faoliyat doirasiga kirmagan, ya'ni badiiy bir asar, ilmiy kashfiyot, texnikaga oid ixtirochilik va boshqa buning kabi narsalarda oshkor bo`lib, bevosita va darhol bir samara bermagan hayoldir. Orzu kelajakka qaratilgan, kelajak bo`lganda ham tilakdagi kelajakka qaratilgan hayol surishdir.

YUqorida aytib o`tganimizdek, ijodiy faoliyatga hamma vaqt fantaziya qo`shilgan bo`ladi. Biroq hamma vaqt ham odamning amaliy harakatlarida hayol jarayonlari darhol amalga oshavermaydi. Ko`pincha hayol jarayonlari odam amalga oshirishni istaydigan timsollar shakliga, ya'ni alohida ichki faoliyat shakliga kirib oladi. Ana shunda odam kelgusida xohlaydigan timsollarni orzu deb biladi. Orzu odamning voqelikni o`zgartirishga qaratilgan ijodiy kuchlarni hayotga tadbiq qilishni zarur shartlaridir. Orzu hayotni ilmiy ko`ra bilishning elementidir.

Psixologiyada hayol insonning ijodiy faoliyatining tarkibiy qismi sifatida talqin kilinadi, u tizimiy xususiyatli xatti-harakatning oraliq va yakuniy maxsullari orqali aks etadi, muammoli vaziyatda noaniqlik, noma'lumlik alomatlari vujudga kelsa, u holda faoliyat rejasini qayta ko`rib chiqishni tahminlash imkoniyatiga ega.

Nazorat uchun savollar:

1.Diqqat jarayoni to‘g‘risida tushuncha bering.
2.Diqqat xususiyatlari nimlarni o‘z ichiga oladi?
3.Sezgi jarayoni haqida qanday tushunchaga ega bo‘ldingiz?
4.Sezgi turlariga tarif bering.
5.Idkroning asosiy xususiyatlari.
6.Xotira va uning turlari
7 Tafakkur haqida umumiy tushuncha.
8.Tafakkurning individualligi
9.Tafakkur jarayoni to‘g‘risida tushuncha bering.

10.Xotira haqida qanday tushunchaga ega bo‘ldingiz?
11.Xotiraning xususiyatlari nimalardan iborat?
12.Idrok haqida tushuncha bering.
13.Gallyutsinatsiya nima?
14.Ko‘rish illuziyalari deb nimaga aytiladi?

Adabiyotlar:

1. SH.M.Mirziyoev.Erkin va farovon, demokratik O‘zbekiston davlatini mard va olijanob xalqimiz bilan birga quramiz Toshkent 2016 y
2.Karimov I.A. YUksak ma’naviyat - engilmas kuch. -T.: Ma’naviyat, 2008.
3. Z.Ibodullaev. “Tibbiyot psixologiyasi”. T., 2008 yil darslik.
4. П.I.Ivanov .Zufarova.”Umumiy psixologiya”T., 2008 yil darslik.
4.A.Maqsudova.”Muloqot psixologiyasi” .T.; 2006 yil darslik.
5.Nishonova va SH.Asomiddinova. «Psixologik maslahat» .T .2010 yil
6.Goziev E.F. Umumiy psixologiya. Toshkent 2010

4-Mavzu : Shaxsning emotsional-irodaviy xolatlari

R eja :

1. His-tuyg‘ularhaqidatushuncha.
2. Asosiy hissiy holatlar va ularning tashqi ifodasi
3. His-tuyg‘ularning turlari va ularning shakllantirilishi.
4. Irodaviy faoliyatning umumiy xususiyatlari..
5. SHaxsning irodaviy sifatlari va ularni tarbiyalash.
6. SHaxsning kasbga moslanish psixologiyasi.

T a ya n ch s o‘ z v a i b o r a l a r : *His-tuyg‘ular, ehtiyojlar, emosional, emosiya, affekt, kayfiyat, kuchli hiyajonlanish (stres), ehtiroslar, quvonch, hayratlanish, g‘azablanish, nafratlanish, qo‘rquv, hissiy zo‘riqish, Iroda, shaxs, faollik, undovchi, tormozlash, lokallashtirish, irodaviy akt, intilish, istak, irodaviy zo‘r berish, abuliya, apraksiya, yalqovlik, qat’iylik.*

Shaxsning emotsional-irodaviy xolatlari

Inson idrok etish, hayol surish va fikrlash jarayonlarida faqat voqelikni bilib qolmay, balki shu bilan birga hayotdagi u yoki bu narsalarga qanday bo`lmasin munosabat bildiradi. Unda ularga nisbatan u yoki bu tarzda his-tuyg`u paydo bo`ladi. Bunday ichki shaxsiy munosabatning manbai - faoliyat va munosabat jarayonlari bo`lib, u ana shunday jarayonlarda ro`y beradi, o`zgaradi, barqaror tus oladi yoki yo`qoladi.

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.

Hissiyotni boshdan kechirishning turli shakllari - emotsiya, affekt, kayfiyat, turli hayajonlanish, stress mavjud. Ehtiros, tor ma’nodagi so`z bilan aytganda, his-tuyg`ular - shaxsning emotsional soxasini tashkil etadiki, ular kishi xulq-atvorini tartibga solib turadi, bilishning jonli manbai, odamlar o`rtasidagi murakkab va ko`pqirrali munosabatlarning ifodasi bo`lib hisoblanadi.

Hissiyot yoki emotsiya deb kishining bilmoqchi va qilmoqchi bo`lgan narsalariga o`z munosabatlarini tuyg`ularidan kechirishini, ya’ni muhitdagi narsa va hodisalarga, o`z ishlariga, o`ziga va o`zining qilgan harakatlariga bo`lgan munosabatlaridan tug`ilgan tuyg`ularga aytiladi. Bir narsadan huzurlanish yoki behuzur bo`lish, suyunush, qayg`urish, muhabbat, qahru-g`azab, g`ayrat va shijoat, qo`rqish, iztirob, tashvish, xotirjamlik kabi hollarning har qaysisi hissiyot yoki emotsiyaning bir misolidir.

Hissiyot manbalari haqiqatda mavjud bo`lgan har xil narsa va hodisalarki, odam o`z hayoti va faoliyatida bu narsa va hodisalarga to`qnashadi. Biroq har bir narsa va hodisani odam bevosita o`zi idrok qilmaguncha, yoki biron boshqa yo`l bilan uni bilmaguncha, bu narsa va hodisalar hissiyot manbai bo`lolmasligi aniqdir. Biron narsaga qandaydir munosabatda bo`lmoq uchun uni biron jihatdan bilmoq kerak. SHu sababli hissiyot hamisha sezgi, idrok, xotira yoki hayol obrazlari, fikr shu kabi bilish jarayonlari bilan birgalikda kechadi.

Hissiyotlar ta'sirchanligi bilan ajralib turadi. Ular xatti-harakatlarga, fikr-mulohazalar bildirishga turtki beradigan kuch bo`lib, kuch-g`ayratlarni oshirib yuboradi va ***stenik*** deb ataladi. Boshqa bir hollarda emotsiyalar sustligi, loqaydligi bilan ajralib turadi, his- tuyg`ularning boshdan kechirilishi kishini bushashtirib yuboradi va bu holat psixologiyada ***astenik*** deb ataladi (masalan, qo`rqqanidan oyoqlari qaltirashi, kuchli his-tuyg`uga berilib, hayolga cho`mib, o`zi bilan o`zi ovora bo`lib qolish hollari).

Affektlar yoki hissiy portlashlar - kishini tez chulg`ab oladigan va shiddat bilan o`tib ketadigan jarayonlardir. Ular ongning anchagina darajada o`zgarganligi, xatti-harakatlarni nazorat qilishning buzilganligi, odamning o`zini o`zi idrok qila olmasligi, shuningdek, uning butun hayoti va faoliyati o`zgarib qolganligi bilan ajralib turadi. Affektlar birdaniga katta kuch sarf qilinishiga sabab bo`lgani uchun ham *qisqa muddatli* bo`ladi: ular his-tuyg`ularning bamisoli birdan lov etib yonib ketishiga va portlashiga o`xshatish mumkin. Agar oddiy hissiyot faqat ruhiy xayajonlanishni ifoda etsa, u holda affekt bo`rondir. Har bir his organizmning ishlashiga ta'sir ko`rsatib o`zgaradi va inson tanasida uning turli alomatlari paydo bo`ladi.

Kayfiyatlar - ancha vaqt davomida kishining butun xatti-harakatiga tus berib turadigan umumiy hissiy holatini ifoda etadi. Kayfiyat shod-xurram yoki qayg`uli, tetiklik yoki lanjlik, xayajonlilik yoki mahyuslik, jiddiylik yoki engiltaklik, jizzakilik yoki muloyimlik va xk. tarzda bo`ladi.

Kayfiyat juda xilma-xil, yaqin va ancha uzoq turuvchi manbalarga ega bo`lishi mumkin. Turmushning butun borishidan, jumladan, ishda, oilada, maktabda munosabatlarning qanday yo`lga qo`yilganligidan, kishining hayot kechirishi yo`lida paydo bo`layotgan har qanaqa ziddiyatlar qay tarzda bartaraf etilishidan qanoat hosil qilishi yoki qanoatlanmaslik kayfiyatlarning asosiy manbalari hisoblanadi. Kishining uzoq vaqt yomon yoki lanj kayfiyat bilan yurishi uning hayotida biror narsaning ko`ngildagidek emasligini ko`rsatadi.

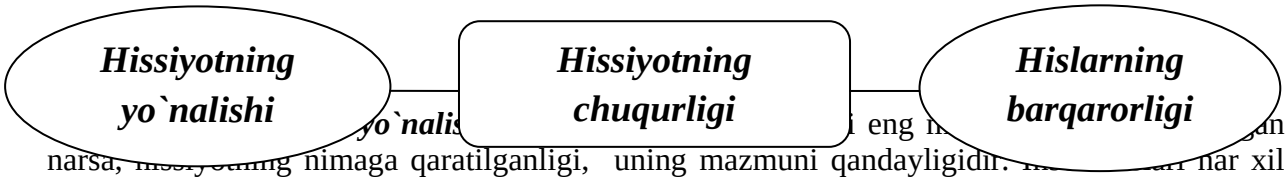
Kayfiyat kishining butun fe'lini bir muncha vaqtgacha bir rangga solib turuvchi umumiy bir ruhiy holatdir. Ko`p hollarda kishining kayfiyatiga, uning uchun juda muhim bo`lgan bir voqea orqasida tug`ilgan ma'lum bir hissiyot sabab bo`ladi. Ertalab eshitilgan noxush xabar kishining ta'bini kechgacha xira qilib, iztirobga solib, kayfiyatini buzushi mumkin. Ishda topilgan jiddiy muvaffaqiyat bir necha kungacha kishini shodlantirib, kayfiyatini chog` qilishi mumkin. Hissiyotning shunday qobiliyati borki, hissiyot uni tug`dirgan narsadan o`tib, bu narsa bilan aloqador bo`lgan boshqa narsalarga ham yoyiladi. Buning natijasida kishida kayfiyat deyilgan umumiy bir ruhiy holat paydo bo`ladi.

Stress yoki kuchli hayajonlanish - psixologik tahrifga kura affekt holatiga yaqin turadigan, lekin boshdan kechirilishining davomliligiga ko`ra kayfiyatlarga yaqin bo`lgan his-tuyg`ular boshdan kechirilishining aloxida shakli *(ingl. «stress» - zo`riqish)* hissiy zo`riqishdan iboratdir. Hissiy zo`riqish xavf-xatar tug`ilgan, kishi xafa bo`lgan, uyalgan, taxlika ostida qolib ketgan kabi vaziyatlarda ro`y beradi. Umuman olganda, stress tez-tez uchrab turadigan hodisadir. Unchalik ahamiyatga ega bo`lmagan stresslar muqarrar va zararsiz bo`lib, xaddan tashqari ortib ketgan stress esa shaxs uchun ham, korxona va tashkilotlar uchun ham qiyinchiliklar, qo`yilgan maqsadlarni qo`lga kiritishda muammolar keltirib chiqaradi.

Stress deganda insonning atrofdagi stimullarga yoki tashqi ta'sirlarga jismoniy, kimyoviy va psixologik reaktsiyalari majmui tushuniladi. Bunda atrof-muhitdagi kuchlar insonning fiziologik va psixologik funktsiyalarini muvozanatdan chiqaradi. Stress holatini jismoniy, psixologik omillar majmui, ya'ni ***stressorlar*** keltirib chiqaradi. Hayotda stresslar bo`lib turishi tufayli ularni boshqarishni, ular keltirishi mumkin bo`lgan zararni kamaytirishni bilish zarur.

Inson psixologiyasini bilish uchun, uning psixikasida hissiyot tomonidan bo`lgan farqni bilish juda muhim. Birovni yaxshi tanimoq uchun uning fikrini va harakatlarini bilish bilangina kifoyalanmay, balki uning hissiyoti qandayligini ham bilish kerak. Insonlarning hissiyotidagi farqlari quyidagi bo`lishi mumkin:

33-shakl



***yo`nalish*** eng m… an narsa, hissiyotning nimaga qaratilganligi, uning mazmuni qandayligidir. … har xil tasodifiy narsalarga sochilib, parishon bo`lsa, tasodifiy hollarda kishilarda har xil hislarni tug`dirsa, bunday hissiyot kishining ijodiyotiga, turmushdagi kurashiga madad beruvchi kuch xizmatini o`tay olmaydi. Aksincha kishining hayotidagi asosiy vazifasidan boshqa ishlarga chalg`itib, tanlagan yo`lidan adashtirib, ancha to`sqinlik qilishi ham mumkin.

- ***hissiyotning chuqurligi*** - birovning hissiyotiga oid hayotini bilish uchun uning hissiyotining qanchalik chuqurligini bilish muhimdir. CHuqur his deb, hayotning shu odam uchun eng muhim bo`lgan tomonlariga daxil qilgan, kishining fikri, tiliga va orzulari bilan ko`p aloqador bo`lgan va kishining butun ruhiy hayotini aks etib ko`rinuvchi hisni aytamiz. Hissiyotning boy va mazmundorligi, inson hislarining kuchliligidan ko`ra ko`proq chuqurligiga bog`liqdir;
- ***hissiyotlarning barqarorligi*** - ularning chuqurligi bilan juda yaqin bog`liqdir. CHuqur his mahkam va barqaror bo`ladi; sayoz hislar esa, garchi kuchli bo`lsa ham, umri qisqa bo`lib, tez o`tib ketadi.

Uzoq davom etadigan va barqaror bo`lgan emotsional holatlardan biri – e***htirosdir.*** Kayfiyatdan ehtirosning farqi shuki, ehtiros muayyan harakatga, muayyan obektiv muttasil intilishda kuchli suratda ifodalangan holatdir. Bular - ijobiy ehtiroslarga misol bo`lib, ular odamni ulkan ijodiy faoliyat yo`liga etaklovchi kuchdir.

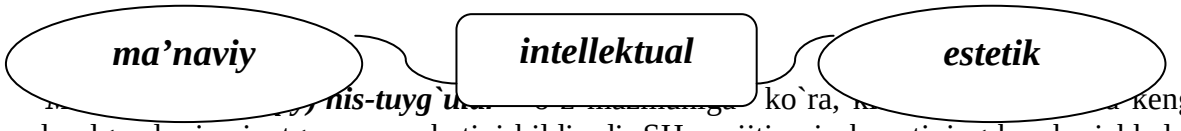
Ehtiroslar kishidagi barqaror his-tuyg`ularning alohida turini tashkil etadi. Odamlarning bajarayotgan ishiga va hayotida yuz berayotgan narsalarga nisbatan ichki munosabati boshdan oxirigacha barqaror tus kasb etadi, doimiy harakat qiluvchi kuchga aylanadi. Bu kuch kishi tomonidan uni hayajonlantirgan narsa qanday idrok etilishi, tasavvur qilinishi va hayolga keltirilishi, uning bir-biri bilan almashib turadngan hissiyotlarni, affektlarni, kayfiyatlarni qanday boshdan kechirishi xususiyatlarini belgilaydi. Bu kuch muayyan harakatlarga da’vat etuvchi va qaror topgan his-tuyg`uga mos kelmaydigan xatti-harakatlarga qarshi qudratli to`siq sifatida namoyon bo`ladi. SHunday qilib, his-tuyg`u kishining tafakkur va faol faoliyat ko`rsatishi jarayoniga jalb etilgan bo`ladi. Kishining fikrlari va xatti-harakatlari yo`nalishini belgilaydigan barqaror, chuqur va kuchli his-tuyg`u – ehtirosdir.

Depressiya - doimo g‘amgin, yomon kayfiyatda yurishdir. Bunday insonlar boshqalarga aralashib keta olmaydi, kam gapiradi, ko`pincha ko`zga yosh oladi. Uning dili mayus, yomon fikrlar va hayollar bilan band bo`ladi. Hozirgi ahvoli, o`tgan kunlari va kelajagi unga qorong`udek tuyuladi. Depressiv kayfiyat turmushdagi muvaffaqiyatsizliklar va ruhiy shikastlar oqibatida kelib chiqqan bo`lishi ham mumkin. Ularning sababi bo`lganda va bu holat unchalik yaqqol bo`lmaganda uni normal reaktsiya deb qarasa bo`ladi. Ruhiy kasal bemorda ovqatdan yuz o`giradigan, o`zini qatl qilishga urinishgacha olib boradigan uzoq davom etadigan og`ir depressiyalar kuzatiladi.

Eyforiya - vaqtichog`lik, beg`amlik, bir oz ko`tarinki kayfiyat tushuniladi. Eyforiyada odam tetik, harakatchan, sergap, uning imo-ishoralari jonli, gapirganda qo`llari harakatda, ovozini keragidan qattiqroq qilib chiqaradi. Olam ularning ko`ziga g`oyat chiroyli rangli buyoqlarda gavdalanadi. Odam xursand bo`lganida, muvaffaqiyat qozonganda va shunga o`xshash shodlik kunlarida eyforiya normal reaktsiya hisoblanadi. Eyforiya uchun psixologik asoslar bo`lmasa yoki u xatto salbiy hayotiy hodisalarda ham paydo bo`lsa, uni patologik holat deb ko`zdan kechirish mumkin.

Psixologiyada his-tuyg`ular turlarni alohida ajratib ko`rsatish mumkin:

34-shakl



***his-tuyg`ular*** ko`ra, kengroq ma’noda olganda, jamiyatga munosabatini bildiradi. SHaxs ijtimoiy hayotining barcha jabhalarida uning xulq-atvorini boshqarib turadigan axloq normalari shu his-tuygularning tevarak-atrofdagilardan obektiv ravishda olib turadigan baholashning asosi hisoblanadi.

Intellektual (aqliy) his-tuyg`ular - shaxsning bilish jarayoniga, uning muvaffaqiyatliligi va muvaffaqiyatsizligiga munosabatini ifodalaydi va aks ettiradi.

Estetik (nafosat) his-tuyg`ular - subektning hayotida yuz beradigan turli xildagi narsalarga va ularning sanhatda aks ettirilishiga nisbatan allaqanday ajoyib yoki bemani, fojiaviy yoki kulgili, olijanob yoki jirkanchli, nafosatli yoki xunuk narsa sifatida munosabatini aks ettiradi va ifodalaydi.

Inson ma’naviy, intellektual va estetik tuyg`ularni faoliyat va muomala jarayonida boshdan kechiradi, bahzan ularda kishining sotsial voqelikka nisbatan butun hissiy munosabatlari boyligini mujassamlashganligi uchun ular ***yuksak his-tuyg`ular*** deb ham ataladi.

Iroda haqida tushuncha. Irodaviy xatti-harakat motivatsiyasi.

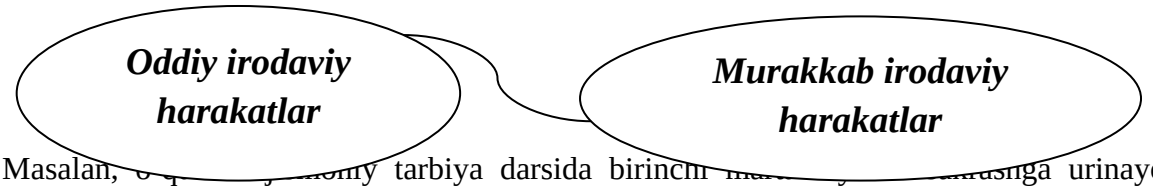
Iroda - shaxsning oldiga qo`yilgan maqsadlarga erishishda qiyinchiliklarni engib o`tishga qaratilgan faoliyati va xulq-atvorini ongli ravishda tashkil qilishi hamda o`z-o`zini boshqarishidir.

Iroda tabiat qonunlarini egallab oladigan va shu tariqa uni o`z ehtiyojlariga kura o`zgartirish imkoniyatiga ega bo`ladigan kishining mehnat faoliyatida paydo bo`ldi.

Harakatning oldindan mo`ljallanganligi kishining bo`lg`usi harakati natijasi uning faoliyati motiviga, ya’ni u nima maqsadda harakat qilishiga javob berishi haqida qaror qabul qilishni nazarda tutadi, shunda harakat shaxsiy ma’no kasb etadi va subekt uchun faoliyat maqsadi sifatida namoyon bo`ladi.

Irodaviy harakatlar murakkabligi bo`yicha farqlanishi mumkin:

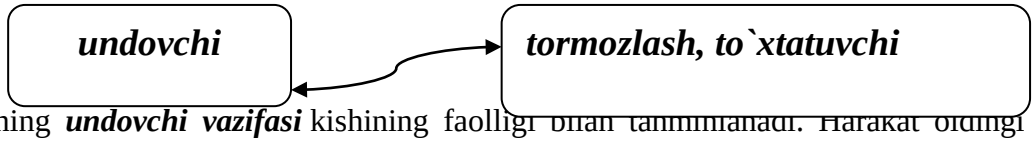
35-shakl



Masalan, o`quvchi jismoniy tarbiya darsida birinchi ... urinayotib, yiqilishi va lat eyishi mumkinligi bilan bogliq bo`lgan bahzi bir xavfsirashlarni engib o`tadi. Bunday irodaviy harakatlar oddiy deb ataladi. Murakkab irodaviy harakatlar bir qancha oddiy harakatlarni o`z ichiga oladi. Murakkab ishlab chiqarish faoliyatini bajarish to`g`risida qaror qabul qilarkan, yosh yigit qator ichki va tashqi to`siqlar va qiyinchiliklarni bartaraf etadi hamda o`z niyatini amalga oshiradi. O`z navbatida, murakkab harakatlar kishining ongli ravishda qo`yilgan yaqin va uzoq maqsadlarga erishishga qaratilgan, uyushgan irodaviy faoliyati sistemasiga kiradi. Unda kishining u yoki bu irodaviy fazilatlari namoyon bo`ladi.

Iroda o`zaro bog`liq ikkita vazifalarning bajarilishini tahminlaydi va ularda o`zini namoyon qiladi:

36-shakl



Irodaning ***undovchi vazifasi*** kishining faolligi bilan tahminlanadi. Harakat oldingi vaziyat bilan bog`liq bo`lgan paytdagi reaktivlikdan farqli o`laroq faollik harakatning ayni o`zida namoyon bo`ladigan ichki holatiga nisbatan subektning o`ziga xos xususiyatini kuchga kiritish harakatini chiqaradi (zarur axborotni olishga ehtiyoj sezayotgan kishi o`rtogini chaqiradi, jahli chiqqan holatda yon atrofdagilarga qo`pollik qilishga yo`l qo`yadi va hokazo).

Irodaning undovchi vazifasi bilan birgalikda harakat qiluvchi ***to`xtatish vazifasi*** faollikning yoqimsiz ko`rinishlarini jilovlashda namoyon bo`ladi. SHaxs uning dunyoqarashida, eng yuksak

maqsadlariga javob bermaydigan motivlarning uyg`onishini va harakatlarning bajarilishini to`xtatishga qodirdir. To`xtatish bo`lmasa, xulq-atvorni boshqarish bo`lmas edi.

Kishining tavakkalchilik sharoitidagi xatti-harakati irodaning harakterli ko`rinishlaridan biri sifatida namoyon bo`ladi. ***Tavakkalchilik*** - subekt uchun uning cheki noma'lum yoki muvaffaqiyatsizlikka duch kelganda mumkin bo`ladigan noqulay oqibatlar (jazolash, og`riq ta'sirini o`tkazish, jaroxat, obro`ni yo`qotish) xaqidagi taxminlar mavjudligi sharoitidagi faoliyatning harakteristikasidir. Tavakkalchilik paytida kutilayotgan noxushlik bunday holatdagi muvaffaqiyatsizlik extimoli va noqulay oqibatlar darajasining uyg`unlashtirilishi bilan belgilanadi. Psixologiya tavakkal qilish uchun zarur shart sifatida irodaning qo`shilishini nazarda tutuvchi tavakkal qilish xatti-harakatning ikkita o`zaro bog`langan sababini ajratib ko`rsatadi.

Tavakkalchilikning birinchi sababi va tegishli ravishda tavakkalchilikning birinchi turi - bu yutuqqa umid bog`lash, muvaffaqiyat qozonilganda kutilayotgan kattalikning muvaffaqiyatsizliklar oqibati darajasidan ortishidir - situativ tavakkalchilik. Bu o`rinda muvaffaqiyat motivatsiyasi muvaffaqiyatsizlikdan qutilib qolish motivatsiyasidan kuchliroqdir. Agar kundalik xulq-atvor ishlar uchun qarama-qarshi boglanishligi e'tiborga olinadigan bo`lsa - muvaffaqiyatsizlikdan qutulish motivatsiyasi muvaffaqiyat motivatsiyasidan kattaroq kuchga ega bo`ladi demak, tavakkalchilik - qaror qabul qilish uchun muhim ahamiyatga ega bo`lgan voqeadir.

Irodaning asosini, xuddi umuman subektning faolligi kabi, uning xatti-harakatlari va ishlarining ko`p tarmoqli va xilma-xil motivlashtirilishiga sabab bo`luvchi ehtiyojlari tashkil etadi.

Psixologiyada motivlashtirish deganda psixologik hodisalarning o`zaro mustahkam bog`langan, lekin bir-biriga to`la mos kelmaydigan nisbatan mustaqil uchta turi tushuniladi:

37-shakl

1.	***Individning ehtiyojlarini qondirish bilan bog`lik bo`lgan faoliyatga undovchi sifatida namoyon bo`luvchi motiv sifatidagi motivlashtirish.***	Subektni faoliyat ko`rsatishiga qanday *ehtiyojlar* undayotganini izoxlab beradi.
2.	***Motivlashtirish faollik nimaga qaratilganligini, nima uchun qandaydir boshqa xulq-atvor emas, balki xuddi shunaqasini tanlanganligini izoxlash.***	Motivlar xulq-atvor yo`nalishini tanlashni belgilaydigan sabablardir hamda birgalikda kishi *shaxsining yunalganligini* tashkil etadi.
3.	***Motivlashtirish kishi axloqi va faoliyatni o`zi boshqaradigan vosita hisoblash.***	Bu vositalarga hissiyotlar, emotsiyalar, istaklar, qiziqishlar, dunyoqarash va ehtiqod kiradi.

Irodaviy harakatda uni motivlashtirishning barcha uchta tomoni - faollik manbai, uning yo`nalganligi va o`z-o`zini boshqarish vositalari namoyish kilingandir.

SHunday qilib, ehtiyojlar bir xil harakatlarning bajarilishini belgilaydigan va boshqalarining bajarilishiga xalaqit beradigan har xil motivlarga aylanadi. Irodaviy harakatlarning sabablari hamisha ozmi-ko`pmi darajada anglanilgan harakterda bo`ladi. U yoki bu ehtiyojning qanchalik anglanilganiga bog`liq holda intilish va istakni ham farq qilsa bo`ladi. Etarli darajada anglanilmagan ehtiyojdan iborat faoliyat motivi - ***intilishdir***. Faoliyatning motivi sifatida ehtiyojning etarli darajada tushunib etilganligi bilan harakterlanashi - ***istakdir***. Malakali yosh muxandis mehnat unumdorligini yanada oshirish istagini bildirib, yangi ilg`or texnologiya yordamida o`z chizmalarini yanada takomillashtirish to`g`risida o`ylaydi, o`z ish jadvalini qayta ko`rib chiqib, har bir harakatini hisobga oladi.

Irodaviy xatti-harakatning so`nggi jihati **- *ijrodir.*** Unda qaror harakatga aylanadi, irodaviy xatti-harakatda yoki ishlarda kishi irodasi namoyon bo`ladi.

Irodaviy xatti-harakatning eng muhim bo`g`inlari - qaror qabul qilish va uni ijro etish - ko`pincha alohida hissiy holatning ***irodaviy zo`r berish*** sifatida tavsiflanadigan holatning kelib chiqishiga sabab bo`ladi. Irodaviy zo`r berish bu hissiy xayajon shakli bo`lib, kishining harakatga qo`shimcha motivlarni vujudga keltiruvchi, gohida yo`q bo`luvchi yoki etarli bo`lmagan ichki resurslarini (xotirasi, tafakkuri, hayoli) safarbar etuvchi sabablardir. Irodaviy zo`r berish natijasida bir xil motivlarning harakati to`xtatlib, boshqalarining harakatini haddan ziyod kuchaytirish mumkin bo`ladi. Burch hissi bilan tug`ilgan irodaviy kuch-g`ayrat tashqi to`siqlarni bartaraf etishga va harakat qilishga safarbar etadi. Irodaviy kuch-g`ayrat ishlatish natijasida dangasalik, qo`rquv, charchash kabilar ustidan qozonilgan g`alaba anchagina hissiy zavq beradi, o`z ustingdan erishilgan g`alaba kabi boshdan kechiriladi. Tashqi to`siq engib o`tish lozim bo`lgan ichki qiyinchilik, ichki qarshilik kabi boshdan kechiriladigan bo`lsa u irodaviy zo`r berishni talab qiladi. Irodaviy kuch-g`ayrat sarflash odati matonatli fe'l-atvorni shakllantirishning majburiy sharti bo`lib xizmat qiladi.

Kishi idrok etish, xotirlash, hayol surish va tushuncha fikrlash jarayonlarida faqat voqelikni bilib qolmay, balki shu bilan birga hayotdagi u yoki bu narsalarga, qanday bo‘lmasin munosabat bildiradi, unda ularga nisbatan u yoki bu barzda **his-tuyg‘u paydo** bo‘ladi. Bunday ichki shaxsiy munosabatning manbai faoliyat va munosabat jarayonlari bo‘lib, u ana shu jarayonlarda ro‘y beradi, o‘zgaradi, barqaror tus oladi yoki yo‘qoladi.

His-tuyg‘ular-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.

His-tuyg‘ularning kechishi sub’ekt alohidla his etayotgan psixik holat sifatida gavdalanadi. Bunda biron-bir narsani idrok etish va tushunib etish, biron-bir narsa to‘g‘risida bilib ldish idrok etilayotgan, tushunib olinayotgan, ma’lum yoki noma’lum narsalarga nisbatan shaxsiy munosabat bilan birlikda ro‘y beradi. Ana shu hollarning barchasida his-tuyg‘ularning boshdan kechilishi xususida, kishining alohida hissiy holati xususida gapiriladi. SHu bilan birga his-tuyg‘ularning kechishi o‘z rivojlanishiga ega bo‘lgan, joriy va o‘zgarib turadigan psixik jarayondir.

His-tuyg‘ular shaxs extiyojlariga javob beradigan narsalarni aniqlab olishga yordam beradi va ularning qondirilishiga qaratilgan faoliyatga omil baxsh etadi. Ilmiy kashfiyot qilingan paytdagi quvonchli kechinmalar olimning izlanuvchanlik faoliyatini rag‘batlantiradi, bilish extiyojini, qondirish jarayonini jadal tarzda saqlaydi. Ehtiyoj namoyon bo‘lishining alohida shakli sifatidagi qiziqish doimo yorqin hissiy tusga ega bo‘ladi.

Kishi uchun sub’ektiv hisoblangan his-tuyg‘ular uning ehtiyojlari qondirilishi jarayoni qanday kechayotganligining belgisi sifatida namoyon bo‘ladi. Munosabat va faoliyat jarayonida paydo bo‘lgan ijobiy hissiy holatlar (zavqlanish, mamnunlik va shu kabilar) ehtiyojlarni qondirish jarayonining xush keladigan tarzda kechganligidan dalolat beradi. Ehtiyojlarning qondirilmasdan qolishi salbiy hissiy kechinmalarga (uyalish, o‘kinish, hasrat va shu kabilarga) olib keladi. Barcha psixik jarayonlar kabi emosional holatlar, ularning kechishi ham miya faoliyatining natijasi hisoblanadi. Emosiyalarning paydo bo‘lishi tashqi olamda ro‘y beradigan o‘zgarishlardan boshlanadi. Bu o‘zgarishlar kishi hayoti va faoliyatining jonlanishiga yoki pasayishiga, bir xil ehtiyojlarning paydo bo‘lishiga yoki boshqalarning yo‘qolishiga, kishi organizmi ichida yuz beradigan jarayonlardgi o‘zgarishlarga olib boradi.

Kishining tevarak-atrofida va uning o‘zida yuz berayotgan o‘zgarishlar kishi uchun qanchalik katta ahamiyatga ega bo‘lsa, his-tuyg‘u kechinmalari ham shu qadar chuqur bo‘ladi. SHunga ko‘ra ro‘y beradigan muvaqqat bog‘lanishlar sistemasining jiddiy qayta qurilishi katta yarim sharlar qobig‘i bo‘ylab tarqalgan holda qobiq osti markazlariga ta’sir qiladigan qo‘zg‘alish jarayonlarini yuzaga keltiradi. Miyaning katta yarim sharlar qobig‘ining pastroqdagi bo‘lmalarida organizm fiziologik faoliyatining har xil markazlari: nafas olish, yurak-qon tomirlari, ovqatni hazm qilish, ichik sekresiya bezlarini ishlatish va boshqa markazlar joylashgandir. SHuning uchun qobiq osti markazlarining qo‘zg‘atilishi bir qancha a’zolar faoliyatining kuchayib ketishiga olib keladi. SHu boisdan ham his-tuyg‘ularning kechirilishi nafas olish maromining (kishi hayajonlanganidan bir lahza nafasi chiqmay qoladi, og‘ir va o‘xti-o‘xtin nafas oladi) va yurak ish faoliyatining o‘zgarishi (yurak urishdan to‘xtab qoladi yoki tez-tez ura boshlaydi) bir vaqtda sodir bo‘ladi,

organizmning ayrim qismlariga qon kelishi o‘zgarib (uyalganidan rangi qizarib, qo‘rqqanidan oqarib ketadi), sekresiya bezlarining ishi buziladi (g‘am-g‘ussa ko‘z yoshi to‘kilishiga sababchi bo‘lsa, hayajonlanib ketganda og‘iz quriydi, qo‘rqqanida badandan «sovuq» ter chiqadi va hoqazo. Tananing ichki a’zolarida yuz beradigan jarayonlarning qayd qilinishi va kishining o‘zi tomonidan kuzatib borilishi nisbatan oson. SHu sababdan ham qadimgi zamonlardan buyon ularni ko‘p hollarda his-tuyg‘ularning sababchisi deb hisoblab kelingan. Xalq orasida haliga qadar ham «yuragim sezib turibdi», «yuragim g‘ash» va shu kabi iboralar saqlanib qolgandir.

His-tuyg‘ular ba’zan har qanday psixik jarayonning faqat yoqimli, yoqimsiz yoki aralash asorati tarzida boshdan kechiriladi.

Ehtiyojlarning qondirilishi yoki qondirilmasligi kishida turli xil shaklni kasb etadigan o‘ziga xos kechinmalarni: emosiyalarni, affektlar (hissiy bo‘ronlar)ni, kayfiyatlarni, kuchli hayajonlanish (stress) holatlarini va xususan his-tuyg‘ular (tor ma’nodagi so‘z bilan aytganda)ni hosil qiladi.

«Hissiyot» («emosiya») va «his-tuyg‘u» degan so‘zlar ko‘pincha sinonimlar sifatida qo‘llaniladi. Torroq ma’noda olganda, hissiyot bu qandaydir bir oz doimiyroq his-tuyg‘ularning bevosita va vaqtincha boshdan kechirilishidan iboratdir. «Emosiya» so‘zini o‘zbek tiliga aniq tarjima qilinganda u ruhiy hayajonlanish, ruhiy harakatlanish degan ma’noni anglatadi. Hissiyot deb, masalan, kishining musiqaviy asarga nisbatan o‘rnashib qolgan xususiyati sifatidagi muhabbat tuyg‘usining o‘zini emas, balki konsert paytida yaxshi musiqiy asarni eshitayotib, boshidan kechirgan lazzatlanish, zavqlanish holatiga aytiladi.

Kishini tez chulg‘ab oladigan va shiddat bilan o‘tib ketadigan jarayonlar affektlar (hissiy portlashlar) deb ataladi. Ular ongning anchagina darajada o‘zgarganligi, hatti-harakatlarni nazorat qilishning buzilganligi, odamning o‘zingi-o‘zi idrok qila olmasligi, shuningdek uning butun hayoti va faoliyati o‘zgarib qolganligi bilan ajralib turadi. Affektlar birdaniga katta kuch sarf qilinishiga sabab bo‘lagni uchun ham qisqa muddatli bo‘ladi: ular his-tuyg‘ularning bamisoli birdan lov etib yonib ketishiga portlashiga, bir zumda hamma yoqni to‘s-to‘polon qilgan shamolga o‘xshaydi. Agar oddiy hissiyot faqat ruhiy hayajonlanishni ifoda etsa, u holda affekt bo‘rondir.

Kayfiyatlar ancha vaqt davomida kishining butun hatti-harakatiga tus berib turadigan umumiy hissiy holatini ifoda etadi. Kayfiyat shodu xurramlik yoki qayg‘uli, tetiklik yoki lanjlik, hayajonli yokima’yuslik, jiddiy yoki engiltaklik, jizzakilik yoki muloyimlik va hokazo tarzda bo‘ladi. Kayfiyati yomon kishi o‘rtog‘ining xaziliga yoki tanbehiga kayfiyati chog‘ vaqtidagiga qaraganda tamomila boshqacha munosabat bildiradi.

Psixologik ta’rifiga ko‘ra affektiv holatga yaqin turadigan, lekin boshdan kechirishining davomiyligiga ko‘ra kayfiyatlarga yaqin bo‘lgan his-tuyg‘ular boshdan kechirilishning alohida shaqli kuchli hayajonlanish (stress) holati (inglizcha stress - tazyiq ko‘rsatish, zo‘riqish degan so‘zdan olingan)dan, yoxud hissiy zo‘riqishdan iboratdir. Hissiy zo‘riqish xavf-xatar tug‘ilgan, kishi xafa bo‘lgan, uyalgan, tahlika ostida qolib ketgan va shu kabi vaziyatlarda ro‘y beradi.

Stress kishining o‘ta faol yoki o‘ta sust harakatida ifodalanadi. Hissiy zo‘riqish holatida individning hatti-harakati kishi nerv tizimining tipiga, nerv jarayonlarining kuchliligi yoki ojizligiga jiddiy ravishda bog‘liqdir. (Masalan, imtihon oldidagi holat).

His-tuyg‘ularning hissiyot (emotsiyalar), kayfiyatlar, kuchli hayajonlanish tarzida boshdan kechirilishi chog‘ida ma’lum darajada seziladigan tash qi belgilariga ham ega bo‘ladi. YUzning ifodali harakatlari (mimika), qo‘l va gavdaning ma’noli harakatlari, turqi-tarovat, ohang, ko‘z qorachigining kengayishi yoki torayishi kabilar shular jumlasiga kiradi. Kishi o‘zining qahr-g‘azabini tevarak atrofdagilarga qo‘llarini musht qilishi, ko‘zlarini chimirib qarash, do‘q-po‘pisali ohang bilan namoyish qiladi.

Asosiy hissiy holatlar quyidagilar (K.Izard klassifikatsiyasi bo‘yicha):

qiziqish malaka va ko‘nikmalar rivojiga, bilim egallashiga moyillik tug‘diradigan ijobiy hissiy holat.

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).

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.

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

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.

His-tuyg‘ular-kishi shaxsining ancha yorqin ko‘rinishlaridan biri bo‘lib, u bilish jarayonlari va xulq-atvor hamda faoliyatni irodaviy boshqarish bilan birgalikda namoyon bo‘ladi. SHaxs o‘zi bilib olayotgan va bajarayotgan narsaga uning barqaror munosabati his-tuyg‘ularning mazmunini tashkil etadi. SHaxsni ta’riflash degani ko‘p jihatdan muayyan konkret kishi umuman nimani sevadi, nimani yomon ko‘radi, nimadan nafratlanadi, nima bilan faxrlanadi, nimadan xursand bo‘ladi, nega uyaladi, nimaga havas qiladi va hokazolar degan ma’noni anglatadi. Individning barqaror his-tuyg‘ulari predmeti, ularning jadalligi, kechinmalarning xususiyati va hissiyotlari, affektlar, kuchli hayajonlanish holatlari va kayfiyatlari shaklida tez-tez namoyon bo‘lishi kuzatuvchi ko‘z o‘ngida kishining hissiy dunyosini, uning his-tuyg‘ularini va shu asnoda uning individualligini namoyon etadi. Aynan shuning uchun ham hissiy jarayonlarni tahlil qilish vaqtida o‘tkinchi holatlarni o‘rganishdan kishi shaxsini belgilaydigan barqaror his-tuyg‘ularga o‘tish lozim.

Odamlar tevarak-atrofdagi narsalar va hodisalarni bilib oladilar hamda o‘zlarining shaxsiy ehtiyojlarini va ular mansub bo‘lgan jamiyat ehtiyojlarini qondirish jarayonida uni qayta o‘zgartirishga qaratilgan faoliyatda ularga nisbatan his-tuyg‘uni boshdan kechiradilar. Kishining faoliyati-xususiy vazifalar ham etilayotgan boshqa bir amaldan kelib chiqadigan bitta va birgalikda bog‘langan sistemadir. Harakatlar istalgan, kishi qilayotganiga o‘xshash maqsad kabi tafakkur etiladigan yoki ifodalanadigan natijani olishga qaratilgan bo‘ladi. Bu reja ish jarayonida bir qator tafakkur va tasavvurlar tarzida kengayadi hamda kuchi, tezligi, ko‘lami, muvofiqligi, aniqligi bo‘yicha belgilangan harakatlar yordamida amalga oshiriladi, hayotga tadbiq etiladi. Alohida harakatlarni tashkil etadigan harakatlarni bajarish va nimani, qanday va qay tarzda qilish kerakligini ko‘rsatadigan fikriy operasiyalar amalga oshirilayotgan paytda predmetga ham, qurollarga ham, mehnat jarayonining o‘ziga ham diqqat jamlanadi, kuchaytiriladi. SHu bilan birga harakat jarayonida u yoki bu his-tuyg‘ular boshdan kechiriladi: to‘sqinlik va qiyinchilikdan qoniqmaslik va tashvish tortish hamda sezilayotgan kamchiliklarni muvaffaqiyatli bartaraf etishdan qanoat hosil qilish, mehnat ko‘tarinkiligi va charchaganligi, shuningdek mehnatning o‘zidan quvonch tuyg‘usi.

SHaxs o‘zi bilib olayotgan va bajarayotgan narsalarga uning barqaror munosabati his-tuyg‘ularinng mazmunini tashkil etadi. Individ-barqaror his-tuyg‘ulari predmeti, uning afzalligi, kechinmalarining xususiyati va hissiyotlari, affektlar, kuchli hayajonlanish holatlari va kayfiyatlari shaqlida tez-tez namoyon bo‘lishi kuzatuvchi ko‘z o‘ngida kishining hissiy dunyosini, uning his-tuyg‘ularini va shu asnoda uning individualligini namoyon etadi.

His-tuyg‘ular (tor ma’noda olganda) kishi shaxsining yo‘naltirilganligida mujassamlashgan barqaror ehtiyojlari ob’ektiga nisbatan uning munosabatini aks ettiradi. SHu sababli his-tuyg‘ular barqarorligi bilan, ular sub’ektning hayoti soatlar va kunlar bilan emas, balki oylar va yillar vositasida o‘lchanadigan darajada davomiyligi bilan belgilanadi.

Ehtiroslar. *E*htiroslar kishidagi barqaror his-tuyg‘ularning alohida turini tashkil etadi. Kishining fikrlari va hatti-harakatlari yo‘nalishini belgilaydigan barqaror, chuqur va kuchli his-tuyg‘u ehtiros deb aytiladi. Extiroslar mazmuniga ko‘ra ijobiy va salbiy bo‘ladi.

Eng oliyjanob, yuksak his-tuyg‘u, vatanga muhabbat, texnika ijodkorligi yoki haqiqatni qidirib topish, xalqiga xizmat qilish sifatida bo‘lgan tuyg‘ular, fanga mehr-muhabbat, o‘rtoqlik va do‘stlik ham ba’zi hollarda ehtirosga aylanishi mumkin.

Muhabbat. Muhabbat-insonga xos eng muhim barqaror his-tuyg‘ulardan biridir. «Muhabbat» tushunchasi psixologiyada ikki xil ma’noda ishlatiladi. Keng ma’nodagi (bir qancha tushunchalarning umumiy belgisi jins ma’nosidagi) muhabbat ijobiy hissiy munusabatlarning ob’ektini boshqalarga qaraganda ajratib ko‘rsatadigan hamda sub’ektning barqaror hayotiy ehtiyojlari va qiziqishlari markaziga qo‘yadigan yuksak darajasi demakdir. Vatanga bo‘lgan muhabbat, onaga, bolalarga, musiqaga va hokazolarga muhabbat ana shunday his-tuyg‘udir.

Ancha torroq ma’nodagi (Tur tushuncha ma’nosida) muhabbat sub’ektning shahvoniy ehtiyojlari bilan fiziologik jihatdan bog‘liq bo‘lgan hamda boshqa birovning hayoti va faoliyatida ham o‘zidagi singari jadallikka, keskinlikka va barqarorlikka da’vat etadigan javob his-tuyg‘usiga ehtiyoj uyg‘otuvchi shaxsiy ahamiyatga ega xususiyatlarni yanada to‘laroq gavdalantirishida ifodasini topadigan jadal, jiddiy va nisbatan barqaror his-tuyg‘ulardir. Bu tur muhabbat turli yoshda turlicha mazmunga ega bo‘lishi mumkin . Pedagog buni bilishi kerak.

Psixologiyada his-tuyg‘ular turlarining xamma uchun ma’qul bo‘lgan tasnifi yuk. quyidagi turlarini alohida ajratib ko‘rsatish odat bo‘lgan: ma’naviy , intellektual (aqliy) va estetik (Nafosat) 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, fojiaviy yoki kulgili, olijanob yoki jirkanchli, nafosatli yoki xunuk narsa sifatida munosabatini aks ettiradi va ifodalaydi.

Estetik his-tuyg‘ular kishining madaniy jihatdan rivojlanganligi, uning ongi shaqllanishi mahsuli hisoblanadi. Kishi faoliyat va muomala jarayonlarida ma’naviy, intellektual va estetik tuyg‘ularni boshdan kechiradiki, ba’zan ularda kishining sotsial voqelikka nisbatan butun hissiy munosabatlari boyligini mujassamlashganligi uchun ular yuksak his-tuyg‘ular deb ham aytiladi. «YUksak his-tuyg‘ular» ham shartli. CHunki odobsizlikka, ma’naviyatsizlikka, maslaksizlikka,va boshqalarga undovchi ba’zi salbiy mazmundagi his-tuyg‘ularni xam shu guruhga kiritishga to‘g‘ri keladi.

«Maydon»da bo‘lgan qo‘zg‘atuvchi bilan bevosita belgilanadigan ixtiyorsiz harakatdan farqli o‘laroq, oldindan mo‘ljallangan harakat buning kerakli vositalar (belgilar, normativ baholar va boshqalar) yordamida, ya’ni bilvosita amalga oshiriladi. O‘quvchi chizmani o‘qiydi, instruksiyalarni bajarish mumkinligini bilan bog‘liq bo‘lgan ba’zi bir xavfsirashlarni engib o‘tadi. Bunday irodaviy harakatlar oddiy deb ataladi. Murakkab irodaviy harakatlar bir qancha oddiy harakatlarni o‘z ichiga oladi. Murakkab ishlab chiqarish faoliyatini bajarish to‘g‘risida qaror qabul qilarkan, yosh yigit qator ichki va tashqi to‘siqlar hamda qiyinchiliklarni bartaraf etadi va o‘z nichtini amalga oshiradi. O‘z navbatida murakkab harakatlar kishining ongli ravishda qo‘yilgan yaqin va uzoq maqsadlarga erishishga qaratilgan, uyushgan irodaviy faoliyati sistemasiga kiradi, unda kishining u yoki bu irodaviy fazilatlari namoyon bo‘ladi, irodasi ko‘rinadi.

Umuman qaraganda, har doim suhbatdosh bilan bahsni tashkil qilishda sekin va shoshmasdan gapirish, odamning shaxsiy xususiyatlariga emas, balki ishga ahamiyat berish, suhbatdagi ba’zi bir masalalar bo‘yicha fikrlaringiz yakdil ekanligini alohida ta’kidlash, suhbat davomida asosiy fikrdan chalg‘imaslikka harakat qilish, suhbatdoshni “qizishmang” deb bildirgan fikriga xotirjam javob berishga harakat qilish lozim.

Iroda-bu kishining oldiga qo‘yilgan maqsadlarga erishishda qiyinchiliklarni engib o‘tishga qaratilgan faoliyati va hulq-atvorini ongli ravishda tashkil qilishi va o‘z-o‘zini boshqarishi demakdir.

Iroda-bu shaxs faolligining alohida shakli, uning hulq-atvorini tashkil etishning u tomonidan qo‘yilgan maqsad bilan belgilanadigan alohida turidir.

Iroda tabiat qonunlarini egallab oladigan va shu tariqa uni o‘z ehtiyojlariga ko‘ra o‘zgartirish imkoniyatiga ega bo‘ladigan kishining mehnat faoliyatida paydo bo‘ladi.

Iroda o‘zaro bog‘liq ikkita vazifaning-**undovchi** va **tormozlash** (to‘xtatuvchi) vazifalarning bajarilishini ta’minlaydi va ularda o‘zini namoyon qiladi.

Undovchi vazifasi kishining faolligini bilan ta’minlanadi. Harakat oldingi vaziyat (chaqiriqqa nisbatan kishi aylanib qaraydi, o‘yinda tashlangan to‘pni qaytaradi, qo‘pol so‘zdan xafa bo‘ladi va hokazo) bilan bog‘liq bo‘lgan paytdagi reativlikdan farqli o‘laroq faollik harakatning ayni o‘zida namoyon bo‘ladigan ichki holatiga nisbatan sub’ektning o‘ziga xos xususiyatini kuchga kiritish harakatini chiqaradi (o‘zaro zarur axborotni olishga ehtiyoj sezayotgan kishi o‘rtog‘ini chaqiradi, jahli chiqqan holatda yon-veridagilarga qo‘pollik qilishga yo‘l qo‘yadi va hokazo).

Oldindan mo‘ljallanmaganligi bilan farq qiladigan tabiiy xulq-atvordan farqli o‘laroq, faollik ixtiyoriyligi bilan, ya’ni ongli ravishdagi maqsadga muvofiq harakatning sharoitlari bilan farq qiladi. Faollik bir daqiqalik vaziyat talabi bilan, unga moslashuv, berilgan chegaralarda harakat qilish istagi bilan yuzaga keltirish mumkin va mumkin emas, u vaziyat ustunligi bilan, ya’ni asos qilib olingan ma’lumotlarning, kishining vaziyat talablari darajasiga ko‘tarila olish, asosiy vazifaga nisbatan ziyod kuchli iroda bo‘lgan joydagina mumkindir.

Irodaning undovchi va tormoz qiluvchi funksiyalari yaxlit birligidagina shaxsning maqsadga erishish yo‘lidagi qiyinchiliklarni bartaraf etishni ta’minlaydi.

Falsafa va psixologiyada idealizm kishi irodasini alohida, hech narsa bilan belgilanmaydigan va hech narsaga bog‘liq bo‘lmagan (ya’ni indeterministik), kishiga u yoki bu harakatni tanlash va amalga oshirish imkonini beradigan kuch deb qaraydi. Bunda butun psixik faoliyat hech narsa bilan belgilanmaydigan, ongsiz ravishda bo‘ladigan eng dastlabki faollikka bo‘ysungan bo‘ladi. Amerika psixologi U.Jems harakatda hech narsaga bog‘liq bo‘lmagan irodaviy hukmga etakchi rol beradi. Obrazli tarzda bu quyidagicha tasavvur qilinardi: kishi o‘z-o‘ziga «Fiat» (lotincha «ha bo‘la qolsin!» degan ma’noga ega bo‘lgan so‘zni bildiradi) deydi va go‘yo ana shu birinchi galgi mistik turtki bilan belgilanmagan holda ish amalga oishiriladi.

Amalda kishining ishlari va harkatlari ob’ektiv ravishda belgilangandir. Irodaviy harakatni o‘z ichiga oladigan motivlar hozir va o‘tmishda o‘rin olgan tashqi ta’sirlar natijasi tariqasida, kishining psixik rivojlanishi jarayonida uning hayot va faoliyat hodisalari bilan faol munosabati natijasida tarkib topadi va yuzaga chiqadi. Irodaviy harakatlarning determinizmlashgaligi fakti (sababiy bog‘langanligi) u yoki bu faoliyat usuli kishiga zo‘rma-zo‘raki berilganini, u o‘z qilmishlari uchun javobgar emasligini va ularning peshonasiga yozilganligini dadil qilib ko‘rsatish huquqiga ega ekanligini bildiradi.

Kishining tavakkalchilik sharoitidagi hatti-harakati irodaning xarakterli ko‘rinishlaridan bir sifatida namoyon bo‘ladi.

Tavakkalchilik-bu sulb’ekt uchun uning cheki noma’lum va muvaffaqiyatsizlikka duch kelganda mumkin bo‘ladigshan noqulay oqibatlar (jazolash, og‘riq ta’sirini o‘tazish, travma, obro‘ni yo‘qotish va shu kabi) haqidagi taxminlar mavjudligi sharoitidagi faoliyatning xarakteristikasidir. Tavakkalchilik paytida kutilayotgan noxushlik bunday holatdagi muvaffaqiyatsizlik ehtimoli va noqulay oqibatlar darajasining uyg‘unlashtirilishi bilan belgilanadi. SHunday savol tug‘iladi: agar mag‘lubiyat ehtimoli ko‘p bo‘lsa, mag‘lubiyat uchun esa jazo ancha kuchli bo‘lsa, kishi nimani deb tavakkal qiladiq Psixologiya tavakkal qilish uchun zarur shart

sifatida irodaning qo‘shilishini nazarda tutuvchi tavakkal qilish xatti-harakatining ikkita o‘zaro bog‘langan sababini ajratib ko‘rsatadi.

Tavakkalchilikning birinchi sababi va tegishli ravishda tavakkalchilikning birinchi turi bu yutuqqa umid bog‘lash, muvaffaqiyat qozonilganda kutilayotgan kattalikning muvaffaqiyatsizliklar oqibati darajasidan ortishidir (situativ tavakkalchilik). Bu o‘rinda muvaffaqiyat motivasiyasi muvaffaqiyatsizlikdan qutilib qolish motivasiyasidan kuchliroqdir. Agar kundalik hulq-atvor, garchi kishidan irodaviy qarorni talab qiladigan bo‘lsa-da unchalik noyob narsa emas.

Xatti-harakatning xavfli variantini afzal biladigan hulq-atvor yoki tavakkalchilikning ikkinchi turi uchun sabab-shaxsning vaziyat usti faolligidir. Kishining vaziyat talablari ustidan ko‘tarila bilish dastlabki vaziyatdan ustun keladigan maqsadni qo‘yish qobiliyatga to‘g‘ri keladi.

Irodani tarbiyalash. Irodani mustaqil tarbiyalash usullari juda ham har xil bo‘lishi mumkin. Ularning hammasi quyidagi shartga amal qiladi:

1. Irodani tarbiyalani nisbatan arzimas qiyinchiliklarni bartaraf qilishdan boshlash kerak. Oldiniga unchalik katta bo‘lmagan qiyinchilikni, vaqt o‘tishi bilan esa ancha katta qiyinchiliklarni muntazam ravishda enga bori, kishi o‘z irodasini mashq qildiradi va chiniqtiradi. Har bir qarshilkni «bo‘ysindirilmagan qal’a» sifatida baholash lozim va bu qal’ani «olish uchun» barcha imkoniyatni ishga solish kerak.

2. Qiyinchiliklarni, to‘siqlarni bartaraf etish ma’lum maqsadlarga erishish uchun amalga oshirish. Maqsad qanchalik ahamiyatli bo‘lsa, irodaviy motivlar darajasi yuqori bo‘lsa, kishi shunchalik katta qiyinchliklarni bartaraf etishga qodirdir.

3. Qabul qilingan qaror bajarilishi kerak. Har gal, qachonki, qaror qabul qilinib, uning bajarilishi yana va yana kechiktirilsa kishining irodasi izdan chiqadi.

4. Agar kishi uzoqqa mo‘ljallangan maqsadni oldiga qo‘ygan taqdirda uzoq istiqbolni nazarda tutishi kerak. Bu maqsadga erishish bosqichlarini ko‘rishi, ya’ni kelajakka mo‘ljallangan istiqboolni ko‘ra olish juda muhim.

Irodali kishi-o‘z vaqtining xo‘jayini. O‘z faoliyatini oqilona tashkil etar ekan, bu bilan u belgilangan narsani shoshilmasdan amalga oshiradi. O‘z irodasini chiniqtirish uchun ishda va turmushda tarqoqlik va pala-partishlikka qarshi kun sayin kurash olib borishi kerak.

Sport bilan muntazam shug‘ullanishi kishi irodasini chiniqtiradi. Jismoniy mashq bilan shug‘ullanishda qiyinchiliklarni bartaraf etish kishining faqat mushaklari emas, balki uning irodasini chinakam mashq qildirish hisoblanadi.

Irodaviy akt (irodaviy harakat)da uni motivlashtirishning barcha uchto tomoni faollik manbai, uning yo‘nalganligi va o‘z-o‘zini boshqarish vositalari namoyish qilingandir.

Irodaviy aktning bo‘g‘inlari. Irodaviy harakatlar sababli har doim ozmi-ko‘pmi darajada anglanilgan xarakterda bo‘ladi. U yoki bu ehtiyojning qanchalik anglanilganligiga bog‘liq holda intilish va istakni ham farq qilsa bo‘ladi. Intilish ham differensiyalashmagan, etarli darajada anglanilmagan extiyojdan iborat faoliyat motivi. Istak faoliyatinning motivi sifatida extiyojning etarli darajada tushunib etilganligi bilan xarakterlanadi. Bunda faqat extiyoj ob’ekti emas, balki uni qondirishning mumkin bo‘lgan yo‘llari ham tushunib etiladi. Faoliyatning butun sabablari kishining yashash sharoitlarini aks ettirish va uning extiyojlarini fahmlash natijasi hisoblanadi. Ana shu sabablar orasida hayotning har bir daqiqasida bir xillari ko‘proq, boshqalari kamroq ahamiyatga ega bo‘ladi. Kishida turli extiyojlar ahamiyatining o‘zgarishi munosabati bilan motivlar kurashi paydo bo‘ladi, bir istak boshqa istakka qarama-qarshi qo‘yiladi. Muhokama va motivlar kurashi natijasida qaror qabul qilinadi. YA’ni muayyan maqsad va unga erishish usuli tanlanadi. Paydo bo‘lgan qarorni muntazam ravishda bajarmaslik irodasi kuchsizligini ko‘rsatadi. Irodaviyxatti-harakatning so‘nggi jihati ijrodir. Unda qaror harakatga aylanadi. Ijroda, irodaviy xatti-harakatda yoki ishlarda kishi irodasi namoyon bo‘ladi. Kishining irodasi haqida birgina yuksak g‘oyaviy motivlarga qat’iy qaror va niyatlarga qarab emas, balki ishlarga qarab hukm chiqarish kerak.

Irodaviy zo‘r berish. Irodaviy aktning eng muhim bo‘g‘ini-qaror qabul qilish va uni ijro etishdir. Bu ko‘pincha alohida hissiy holatning irodaviy zo‘r berish sifatida tavsiflanadigan holatning kelib chiqishiga sabab bo‘ladi. Irodaviy zo‘r berish hissiy hayajon shakli bo‘lib, kishining harakatga qo‘shimcha motivlarni vujudga keltiradi. Irodaviy zo‘r berish natijasida bir xil

motivlarning haraktini to‘xtatib qo‘yib, boshqalarning harakatini xaddan ziyod kuchaytirish mumkin bo‘ladi. Irodaviy kuch g‘ayrat ishlatish natijasida dangasalik, qo‘rquv, charchash kabilan ustidan qozonilgan g‘alaba anchagina hissiy zavq beradi, o‘z ustidan erishilgan g‘alaba singari boshdan kechiriladi. Tashqi to‘siq engib o‘tish lozim bo‘lgan ichki qiyinchilik, ichki qarshilik kabi boshdan kechiriladigan bo‘lsa, u irodaviy zo‘r berishni talab qiladi.

Irodaviy kuch-g‘ayrat odamlarning barcha qaxramonlik ishlariga zarur qism bo‘lib kiradi. Irodaviy kuch-g‘ayrat sarflash odati manonatli fe’l atvorni shakllantirishning majburiy shartidir.

Irodaning individual xususiyatlari. Iroda faoliyatning ichki qiyinchiliklarini engishga qaratilgan ongli tuzilma va o‘z-o‘zini boshqarish sifatida avvalo o‘ziga, o‘z hissiyotlariga, xatti-harakatlariga hukmronlik qilishdir.

Abulyasiya-bu miya patologiyasi zaminida yuzaga keladigan faoliyatga intilishning yo‘qligi, harakat qilish yoki uni bajarish uchun qaror qabul qilish zarurligini tushungan holda ish qila olmaslik.

Apraksiya-miya tuzilishining shikastlanishi natijasida kelib chiqadigan harakatlar maqsadga muvofiqligining murakkab buzilishidir. Agar nerv to‘qimalarining buzilishi miyaning peshona qismlarida to‘xtab qolsa, xattiqharkatlarni erkin to‘g‘rilashni buzilishida namoyon bo‘ladigan apraksiya boshlanadi. Bu berilgan programma va irodaviy aktning bajarilishini qiyinlashtiradi.

Irodaning ijobiy fazilatlari, uning kuchining namoyish qilinishi faoliyatning muvaffaqiyatini ta’minlaydi, kishi shaxsini eng yaxshi tomondan ko‘rsatadi. Bu kabi irodaviy fazilatlarning ro‘yxati juda katta: qaxramonlik, sabotlik, qat’iylik, mustaqillik, o‘zini tuta bilish va boshqalar.

Qat’iylik-irodaning indhividual xususiyati bo‘lib, mustaqil ravishda qaror qabul qilish hamda uni faoliyatda so‘zsiz amalga oshirish qobiliyati va malakasi bilan bog‘liq. Qat’iy odamda boshlangan motivlar kurashi tezda qaror qabul qilish va qarorni ijro etish bilan tugallanadi.

Nazorat uchun savollar:

1. Hissiyothaqidatushuncha.
2. Hissiyotning asosiy sifatlari.
3. Hissiy kechinmalarning turlari.
4. Affekt va stress xarakteristikasi.
5. Iroda haqida ma’lumot.
6. Iroda aktiva uning tuzlishi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati

1. SH.M. Mirziyoev Erkin va farovon, demokratik O‘zbekiston davlatini birgalikda barpo etamiz Toshkent - «O‘zbekiston» - 2016

2.Qodirov B.R., Qodirov I.B. “Kasbiy tashxis metodikalari to‘plami”Toshkent, 2003 yil

3..Z.Ibodullaev. Tibbiyot psixologiyasi. T., 2008 yil darslik.

4. P.I.Ivanov va M.Zufarova Umumiy psixologiya. T., 2008 yil darslik.

5.Z.Nishonova va SH.Asomiddinova. Psixologik maslahat.T. 2010 yil

6.G‘oziev e.G‘. Umumiy psixologiya. Toshkent 2010

7.S.X.Jalilova,F.I.Haydarov,N.I.Halilova .Kasb psixologiyasi. 2010y

5-*Mavzu: Muloqot va shaxslararo munosabatlar psixologiyasi.*

REJA:

1. Muloqot va munosabat
2. Muloqot jarayonida psixologik tasir (verbal.noverbal.paralingvistik)
3. Nutq va uning turlari

T a ya n ch s o' z v a i b o r a l a r *: Muloqot,munosabat, muomala , Identifikatsiya,perseptiv rjmmunikativ, interaktiv, refleksiya,rtereotipizatsiya , kommunikatsiya, Pedagogik muloqot,verbal, noverbal ,paralingvistik*

Muloqot -odamlar o`rtasida birgalikdagi faoliyat ehtiyojlaridan kelib chiqadigan bog`lanishlar rivojlanishining ko`p qirrali jarayonidir.

Munosabat va muloqot birgalikdagi faoliyat ko`rsatuvchilar o`rtasida axborot ayirboshlanishini o`z ichiga oladi. Odamlar muloqotga kirisharkan, muloqotning eng muhim vositalaridan biri sifatidagi tilga murojaat qiladilar.Munosabatning ikkinchi jihati munosabatga kirishuvchilarning ыzaro birgalikdagi harakati – nutq jarayonida faqat so`zlar bilan emas, balki harakatlar, xatti-harakatlar bilan ham ayirboshlashdan iboratdir. (Masalan, ro`paradan kelayotgan mashina haydovchisiga bormoqchi bo`lgan yo`nalishni ishora qilish har ikkala tomon uchun ham qulay va tejamli ekanligi tushunarli bo`lsa kerak).

Nihoyat, muloqotning uchinchi jihati munosabatga kirishuvchilarning bir-birlarini idrok eta olishlarini taqozo qilishidir. Suhbatdoshining holatiga, rangi-ro`yiga, ovoziga qarab muomala qilish. Shunday qilib, yagona munosabat jarayonida shartli ravishda uchta jihatni kommunikativ (axborot uzatish, interaktiv, o`zaro birgalikdagi harakat qilish) va pertseptiv (o`zaro birgalikda idrok etish, har ikkovlonning bir xil ko`rishi, etishishi jihatlarini alohida ko`rsatish mumkin).

Odamlarni birlashtiradigan umumiy narsa ishlab chiqarish tarzida tushunilishi, ana shu umumiy narsa avvalo munosabat vositasi sifatidagi tildan iborat ekanligini bildiradi. Til - munosabatga kirishuvchilar ыrtasida aloqa bog`lanishini ta'minlaydi.

Axborot uzatuvchi (kommunikator) va uni qabul qilayotgan kishi (retsipient) «bitta tilda» so`zlashganlarida mAqsadga erishadilar. (Shartli ishora, kod, belgi va b.).

Og`zaki kommunikatsiya. Nutq. Nutq - bu og`zaki kommunikatsiya, ya'ni til yordamida muomala qilish jarayoni demakdir. So`zlar ovoz chiqarmasdan yoki eshittirib aytilishi, yozib qo`yilishi, yoki imo-ishora bilan almashtirilishi mumkin (Masalan, daktilologiya- barmo? yordamida ishora -ma'no anglatish).

Identifikatsiya - shunday psixologik hodisaki, bunda suxbatdoshlar bir-birlarini to`g`riroq idrok qilish uchun o`zlarini bir-birlarining o`rniga qo`yib qo`yishga harakat qiladilar. Ya’ni, o`zidagi bilimlar, tasavvurlar, hislatlar orqali boshqa birovni tushunishga harakat qilish, o`zini birov bilan solishtirish (ongli yoki ongsiz) identifikatsiyadir. Masalan, birinchi marta dars o`tayotgan pedagogning ichki holatini uning xamkasbi yaxshi tushunishi mumkin.

Refleksiya - muloqot jarayonida suxbatdoshning pozitsiyasidan turib, o`zini tasavvur qilishdir, ya’ni refleksiya, boshqa odamning idrokiga taalluqli bo`lib, o`ziga birovning ko`zi bilan qarashga intilishdir.

Stereotipizatsiya - odamlar ongida muloqotlar mobaynida shakllanib o`rnashib qolgan, ko`nikib qolingan obrazlardan shablon sifatida foydalanish hollaridir. Ijtimoiy stereotiplar – har bir shaxsda u yoki bu guruhli kishilar haqida shakllangan obrazlardir. Bunday stereotiplar ba’zan muloqotni to`g`ri yo`nalganligini tahminlasa, boshqa hollarda esa undagi xatoliklarning sababi bo`lishi mumkinligini kuzatilgan. Idrok va tushunish borasidagi bunday xatoliklar ***kauzal atributsiya*** (lotinchasiga “kauza”- sabab, “atrebutsio”- bermoq, qo`shib, bo`rttirib bermoq ma’nosini bildiradi) deb ataladi. Masalan, o`qituvchi bilan hamsuxbat bo`lib qolgan odamda suxbat boshidayoq “hozir odob-axloqdan dars berishni boshlamasmikan” degan shubha paydo bo`lishi mumkin. Bu ham stereotip. Bundan tashqari, odamlar birinchi marta ko`rgan odam to`g`risida tasavvurga ega bo`lish maqsadida uning tashqi qiyofasi bilan xarakteri o`rtasida bog`liqliklar o`rnatishga harakat qiladilar.

Muloqotning turli ***shakllari yoki bosqichlari*** mavjud bo`lib, dastlabki bosqich - odamning o`z-o`zi bilan muloqotidir. Odamning o`z-o`zi bilan muloqoti aslida uning boshqalar bilan muloqotining xarakterini va hajmini belgilaydi. Agar odam o`z-o`zi bilan hadeb muloqot qilishni odat qilib olib, doimo jamiyatdan o`zini chetga tortib, tortinib yursa, demak, u boshqalar bilan suxbatlashishda, til topishishda jiddiy qiyinchiliklarni boshdan kechiradi. Demak, o`zgalar bilan muloqot – muloqotning ikkinchi bosqichi va ko`rinishidir. Muloqotning hayotimizdagi shakl va ko`rinishlariga kelsak, uning har bir shaxsning hayotiy vaziyatlarga mos keladigan, o`sha vaziyatlardan kelib chiqadigan ko`rinishlari va turlari haqida gapirish mumkin. Lekin umumiy holda, har qanday muloqot yo rasmiy yoki norasmiy tusda bo`ladi.

Quyidagi nutq turlari farq qilinadi: yozma va og`zaki nutq. O`z navbatida og`zaki nutq - dialogik va monologik nutqlarga ajratiladi.

Nutq mexanizmi. Nutq ikkinchi signallar tizimi negizida amal qiladi. Nutq- I.P. Pavlov aytganiday, «signallar signali»dir.

Nutqsiz kommunikatsiya. Turli soha mutaxassislari uchun Ayniqsa nutqsiz kommunikatsiya xossalarini yaxshi bilish juda muhimdir. Odamlar o`rtasidagi muomalani telegraf orqali axborot berishga o`xshatish mumkin emas. Nutqsiz kommunikatsiya vositalariga qo`l, barmoq, va yuz harakatlari, imo-ishora, ohang, pauza, turq-tarovat, kulgi, ko`z yoshi qilish va shu kabilar kiradiki, bular og`zaki kommunikatsiya vositalari - so`zlarni to`ldiruvchi va kuchaytiruvchi, ba'zan esa o`rnini bosuvchi belgilar tizimini ?osil qiladi.

Munosabat shaxslararo birgalikdagi harakat, ya'ni odamlarning birgalikdagi faoliyati jarayonida tarkib topadigan aloqalari va ызаro bir-birlariga ta'sirining yig`indisi sifatida yuzaga chiqadi.

Birgalikdagi faoliyat va munosabat ijtimoiy qoidalar-odamlarning birgalikdagi harakati va o`zaro munosabatlarining qat'iyan belgilab qo`yadigan hamda jamiyatda udum bo`lgan xulq-atvor namunalari asosida amalga oshiriladigan sotsial sharoitda yuz beradi.

Ijtimoiy qoidalar doirasi behad darajada kengdirki, ular mehnat intizomi, harbiy burch va vatanparvarlik talablariga javob beradigan xulq-atvor namunalaridan tortib to odoblilik qoidalariga qadar hammasini o`z ichiga oladi (Odamlar bajaradigan rollar va ularni ijtimoiy jihatdan baholanishi haqida).

O`zaro birgalikda harakat qilayotgan odamlar xulq-atvorining bir-birlaridan kutgan taxminlariga mosligini munosabat jarayonida muvaffaqiyatga erishishning zarur sharti hisoblanadi.

Kishining boshqalardan eshitishga yoki ularda ko`rishga tayyor bo`lgan narsani ulardan kutish mumkinligini bexato va aniq taxmin qilish qobiliyati va malakasi odob deyiladi. Noto`g`ri taxmin qilish odobsizlik bo`lib, ko`p hollarda muloqot uzilishiga, ba'zan mojaro - ixtiloflarga olib kelishi mumkin.

Shaxslararo ixtilof - konflikt. Munosabat jarayonini har doim va barcha vaziyatlarda ham silliqqina va ichki qarama-qarshiliklarsiz yuz beradi deb tasavvur qilish yaramaydi. Ayrim vaziyatlarda bir-birini inkor etuvchi qadriyatlar, vazifalar va maqsadlarning mavjudligini aks ettiruvchi pozitsiyalar antogonizmi yuzaga chiqadiki, bazan bu o`zaro adovatni, keltirib chiqaradi - shaxslararo ixtilof sodir bo`ladi.

Ixtilofning ijtimoiy mohiyati turlicha va shaxslararo munosabatlar negizini tashkil etadigan qadriyatlarga bog`liq bo`ladi.

Birgalikdagi faoliyat jarayonida mojarolarning sabablari o`rnida ikki xil toifadagi determinant, ya'ni ash'yoviy - amaliy kelishmovchiliklar va shaxsiy progmatik (amaliy) manfaatlar o`rtasidagi tafovut maydonga chiqadi. Mojarolarning kelib chiqishiga, birgalikda harakat qilishga g`ov bo`lgan va bartaraf qilinmagan ma'naviy anglashilmovchiliklar ham sabab bo`ladi. Munosabatdagi ma'naviy anglashilmovchilik - bu aytilgan talabning, iltimosning, buyruqning ma'nosi munosabat bog`lashgan sheriklar uchun muvofiq emasligidir.

Do`stona munosabat. Munosabatga kirishuvchilarning o`zaro yaqinligi bilan, bir-birlari bilan munosabatdagi qoniqish hosil qilganligining yuksak darajasi, javob tariqasidagi his-tuyg`ular

va afzal ko`rishning taxmin qilinishi bilan belgilanadigan o`zaro munosabatlar va o`zaro birgalikdagi harakatning barqaror individual tanlash tizimi sifatidagi do`stlik odamlar munosabatining alohida shaqli sifatida yuz beradi.

O`zaro birgalikda harakat qila boshlaydigan odamlar o`zaro hamjihatlik darajasini baholab oladigan va muomalaga kirishgan sherigining kimligi haqida o`ziga hisob bera oladigan bo`lsagina muomala yuz berishi mumkin.

Muomalining pertseptiv jihati - bu kishining kishi tomonidan idrok etilishi, tushunilishi va baholashi demakdir.

- O`zaro bir-birini bilish borasida shaxslararo idrok etishning uchta muhim mexanizmining ta'siri - identifikatsiyalash (aynan o`xshatish), refleksiya (fikrni tahlil etishga, o`z-o`zini anglashga moyillik) va stereotiplashtirish (bir xil qolipga solish)ni alohida ko`rsatish mumkin.

Ayniqsa boshliq uchun turli guruhlardagi, ko`p holda bir boshliq uchun bir vaqtning o`zida, bir qancha guruhlardagi ***shaxslararo munosabatlarning harakteriga javobgar bo`lish*** qiyinchiliklar tug`diradi, chunki o`sha guruhlarni tashkil etgan har bir shaxsning o`ziga xos individualligi, boshqaruvchi haqidagi ular tasavvurining har xilligi va guruhlarda norasmiy liderlarning borligi boshliqdan odamlar bilan ishlash borasida ham tajribaning, ham psixologik fahm-farosatning va sabr-qanoatning bo`lishini talab qiladi.

Ijtimoiy faoliyat jamiyatdagi, jamoadagi, oiladagi yurish-turish tamoyillari inson aql-zakovatining yoki boshqacha aytganda tabiiy intellektning talablarini qondirish rahbarlar, mutaxassislar, oddiy xodimlar bilan munosabatda bo`lish, bir tizim doirasida faoliyat ko`rsatayotgan odamlar orasida ham ijtimoiy, ham iqtisodiy, ruhiy tarbiyaviy munosabatlar o`rnatish kabi muhit bilan qurshovda bo`lishi kerak. Yuqoridagilardan kelib chiqan holda ijtimoiy faoliyatda xulq va axloq kabi umumiy tushunchalarni ajratib qarash o`rinlidir.

Xulq - kishining jamiyatda yashab namoyon etadigan, shakllanadigan tushuncha bo`lib, u kishining yurish-turishida, axloqida, munosabatida, xotirasida, tafakkurida namoyon bo`ladigan ijtimoiy ongning bir ko`rinishidir.

Axloq - jamiyatdagi, jamoadagi, oiladagi, yurish-turish tomiyillari yig`indisi. Axloq - kuzatib boradigan huquq me’yorlaridan farq qiladi. Axloq jamiyatchilik fikriga va tapsiriga, ehtiqod,, anhana va odatga, urf-odatga, kishining o`z xulq-atvorini boshqarishga tayyorligiga, mehribon va xushmuomalaligiga, ishda hamkasblari bilan madaniyatli munosabatda bo`lishga, mehnat, ishlab chiqarish, moliya intizomlarini saqlashiga tayanadi. Axloq kishining og`ir sharoitda o`zini tuta bilishida, bo`ysunuvchilariga to’shiriq berayotganda xushmuomala bo`lishda, qo`l ostidagilarga nisbatan e’tiborli bo`lishda, ular muvaffaqqiyatini o`z vaqtida taqdirlashida o`z ifodasini to’adi.

O`zbekiston Respublikasining mustaqilligi uning fuqarolariga inson erkinligi huquqlaridan foydalanishga keng yo`l ochib berdi. Ayniqsa, ijodkorlarga, ixtirochilarga, aqliy mulk egalariga qulay sharoitlar yaratdi. Ular o`z aql-zakovat mulkini: ixtirolari, ilmiy kashfiyotlari, texnologik yangiliklari, uslubiy ishlanmalarini tovar sifatida erkin sotish imkoniyatiga ega bo`lishdi. Bu:

- xalqimiz ichidan yangi ixtirochilar, ijodkorlarning o`sib chiqishiga xizmat qilsa;
- ma’naviyat, ma’rifat, ilm-fan kabilarning o`sishiga imkoniyat yaratadi.

Bugungi sharoitda boshqarish vazifasi qanchalik murakkab, tabaqalashgan bo`lgani sari, rahbarlik qilish oldida har qanday vazifa ichida ham vazifalararo yo`nalishda ham boshqarishni takomillashtira olish vazifasi turadi. Natijada boshqarish vazifasidan asta-sekin boshqarishni takomillashtirishning mustaqil vazifasi ajralib chiqadi. Bu vazifa - moyillikdir, ya’ni ***kishilar faoliyatini ruhiy yo`llar bilan maqsadga muvofiqlashtirishdir.*** Bunda xodimni boshqarishning maqsadi samarali va mahsulida sxemalari uchun ularning kobilyatlarini kengaytirishdir.

Demak, ***moyillik*** - kishi faoliyatini mahlum zo`r berish yoki kuch bilan majbur etishga, mahlum harakat qilishi natijasida va mahlum darajada qat’iyatlilik, halollik bilan maqsadlarga

erishishga qaratilgan kuchlardir. Zamonaviy boshqarish ma'rifatli, o`z kasbini keng va chuqur egallagan, yuqori axloq me'yorlariga amal qilishni talab etadi. Ma'rifat va axloq orqali kishilarning iqtisodiy va ijtimoiy munosabatlarini, xulqini o`rganish va tashkilot faoliyatida qo`llash katta muvaffaqiyatlarga olib keladi.

Boshqaruv psixologiyasida zamonaviy rahbarga qo`yiladigan talablardan biri shuki, u hozirgi zamon psixologiyasining o`zi uchun ma'qul barcha uslublaridan foydalangan holda, eng avvalo o`zi to`g`risida, qolaversa, qo`l ostidagilarning shaxsi to`g`risida bilimlar va ma'lumotlarga ega bo`lishi kerak. Ya'ni, mahlum ma'noda rahbar psixodiagnost bo`lishi, o`z faoliyatida psixodiagnostik metodlarni qo`llay olishi kerak. Chunki, o`zgalar psixologiyasini yaxshi bilish - ular ustidan hokimlikning usuli bo`lgani kabi, o`z shaxsiy fazilatlari va kamchiliklarini bilish ham, turli vaziyatlarda to`g`ri yo`l tutishning yo`lidir.

Eng avvalo rahbar o`zining boshqaruvchilik faoliyatiga qanchalik loyiq ekanliginginzni aniqlab olishi kerak. Lavozimni egallashdan avval, u quyidagi sifatlarga ma'lum darajada ega bo`lishi kerak:

- rahbar tub ma'noda realist bo`lish kerak, ya'ni uning barcha harakatlari o`zi boshqarayotgan korxona yoki tashkilot manfaatlariga mos kelib, unga foyda keltirishi lozim;
- rahbarning umuman odamlar haqida qanday tasavvurda ekanligi, ular to`g`risida nima deb o`ylashi, bu boradagi bilimlari juda muhim. Bu savolga agar u obyektiv, to`g`ri javob topolgandagina, uning o`zi haqidagi fikrlarini taxminan bilish mumkin bo`ladi. Shu kabi savollarga aniq javoblarning bo`lishi dastlabki paytda uning muvaffaqiyati va odamlar bilan ishlab ketishining real asosidir;
- o`zgalar faoliyati va jamoa ishini yaxlit tarzda boshqara olish, kerak bo`lsa hamma bajarayotgan ishni birgalikda hamma qatori bajara olishga tayyor bo`lishi lozim. Buning uchun u qatg'iy harakatlarga tayyor bo`lishi zarur.

Har qanday topshirilgan vazifani oxiriga yetkazish va bundan mag'lum bir qoniqish hissi hosil qilish uchun rahbar o`zida qobiliyat va kuch-quvvat zahirasiga ega bo`lishi shart. Buning uchun:

- o`z kuchi, salohiyati va qobiliyatlarini eng asosiy maqsadga qaratish va irodani aynan shunga sarf qilish;
- doimo tetik va sog`lom bo`lib, har doim ham ishga yaroqli ekanligini ko`rsata olish;
- boshqa xodimlar ham bajara olishi mumkin bo`lgan e'tiborsiz ishlarga qo`l urmay, ularning nazoratiga e'tiborni qarata olish ("delegirovanie");
- yon-atrofdagi boshqa tashkilot va korxonalardagi boshqaruv uslublari haqida ham ma'lumotga ega bo`lib, boshqaruvda ulardan ortda qolib ketmaslikka harakat qilish, korporatsiya usulidan unumli foydalanish.

Yuqorida sanab o`tilgan holatlar, albatta, rahbarning o`z ish faoliyatini samarali tashkil etish va dastlabki onlardanoq muvaffaqiyatlarga erishishga yordam beradi.

Bundan tashqari, psixologiyadagi qator psixodiagnostik uslublar, konkret metodikalar ham borki, rahbarning ish stolida ulardan eng qulay va ishonchlilari turishi, inson faoliyatini to`g`ri tashkil etishga bevosita aloqador bo`lgan allomalar va taniqli arboblarining asarlaridan ham bo`lishi uning ishiga faqat ijobiy tapsir ko`rsatadi. Bir qator taniqli psixolog-olimlarning mashhur asarlari va ularning insonlar bilan muloqotda bo`lish sanhati har bir mutaxassisning o`z ishini tashkil etishida ko`makchi bo`lishi mumkin.

Muloqot qonuniyatlarini bilish hamda uni o`rnatish malakalari va qobiliyatlarini rivojlantirish har bir kishi uchun muhimdir.
Har bir kishining o`z "Men"i atrofdagilar bilan bo`ladigan muloqot jarayonida shakllanadi. Shaxsning hayot yo`llari avval oilada, bog`cha, maktab, institut, ishxona, keksalar orasida, ya'ni guruh va jamoalarda rivojlanadi. Bizning yuksak mahnaviy ehtiyojlarimizdan biri - bu muloqotga bo`lgan ehtiyojdir. Muloqotga bo`lgan ehtiyojimiz qondirilmasa, ongimiz ham rivojlanmaydi.

Shuning uchun biz doimo muloqotga bo`lgan ehtiyojlarimizni qondirishimiz lozim. Kimlar bilandir bo`lgan muloqotdan qoniqish hosil qilamiz, lekin ayrim hollarda esa biz qoniqmaslikni his qilamiz.

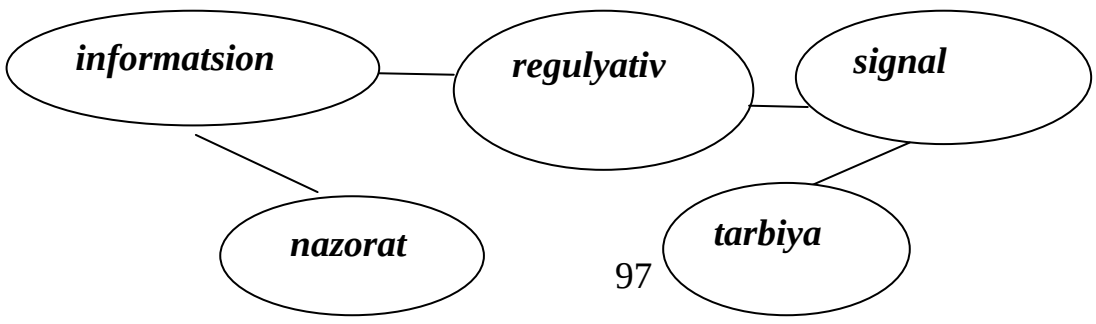
Pedagogik muloqot - bu muloqot turlaridan biri bo`lib, pedagogik faoliyatda muhim o`rin tutadi. Biz guruh va jamoaga kirar ekanmiz, doim unda turli rollarni bajarishga to`g`ri keladi. Rasmiy guruhda boshliq rolini o`ynasak, kasalxonada bemor, do`konda haridor, oilada rafiq yoki rafiqa, ota-ona oldida esa farzandlik rolini bajaramiz. Pedagogik muloqotda ta'lim psixologiyasi, tarbiyaning psixologik asoslari, o`qituvchi va o`quvchi munosabatlari, o`qituvchi psixologiyasi, maktablarda ta'lim-tarbiya jarayonlarini boshqarish muhim o`rinni egallaydi. Ijtimoiy psixologiya turli ijtimoiy guruhlar, jamoaning psixik namoyon bo`lishi, katta guruhlar - jamoalarning kayfiyati, tafakkuri, raqobati kabilarni o`rganadi. Bu masalalarni hal qilishda ***muloqot psixologiyasi*** katta ahamiyatga ega. Boshqaruvda rahbarlarda nutq qobiliyatining rivojlanishi, shuningdek, xodimlar bilan til topa olish uchun muloqot psixologiyasini bilish zarur. Siyosatchilarda notiqlik mahorati shakllangan bo`lishi kerak, bunda ularga muloqot psixologiyasini yaxshi bilishlari yaqindan yordam beradi. Muloqot din psixologiyasi uchun ham juda katta ahamiyatga ega. Din psixologiyasi diniy ong xususiyatlari, uning psixologik va ijtimoiy asoslari, vazifalari, tizimi, diniy his - tuyg`ular, diniy guruhlar psixologiyasini o`rganishda albatta muloqot sirlari, muloqot madaniyatini bilishga asoslanadi. Demak, ***muloqot psixologiyasi*** psixologiyaning barcha tarmoqlari bilan bog`liq holda rivojlanadi. O`zbek tiliga davlat maqomi berilganidan keyin birmuncha ijobiy o`zgarishlar yuz berdi, ularning bir qismi milliy istiqloldan so`ng amalga oshirildi. Mamlakatimizdagi davlat hujjatlari ona tilida rasmiylashtirilmoqda, yig`ilishdagi mahruzalar o`zbek tilida qilinmoqda.

Ijtimoiy hayotdagi katta yutuqlar bilan bir qatorda, shaxslararo munosabatlarda til odobi, nutq madaniyatida buzilishlar davom etmoqda, o`zbek tilining mo`saffoligi, aniq va lo`ndaligi, mantiqiyligi, ohangdorligi va silliqligi muloqotda o`z ifodasini topa olmayapti, natijada uzatilayotgan fikrlarni idrok qilish qiyinlashmoqda. Muloqot psixologiyasining asosiy maqsadi, avvalo nutq madaniyatini yoshlarda shakllantirishdir. Shuningdek, o`qitish jarayonida bo`lajak mutaxassislarga muloqot madaniyati, muomala sirlarini singdirish, guruh va jamoalarda o`zaro munosabatlarni muloqot orqali yaxshilashdir. Muloqotning nazariy va metodologik muammolarini hal qilish, muloqotni nutq bilan birgalikda rivojlanishini tahminlash fanning asosiy maqsadini tashkil qiladi.

Muloqot psixologiyasining asosiy vazifalari quyidagilarda o`z ifodasini topadi:

- hamkorlikdagi faoliyat jarayonida shaxslararo o`zaro ta'sir va muloqot qonuniyatlarini o`rganish;
- Sharq allomalarining muloqot haqidagi qarashlarini tahlil qilish;
- yoshlarda faollikka undovchi muomalaviy imkoniyatlari mavjudligini tahkidlab o`tish;
- yoshlarda kasbiy layoqatni faollashtirishga qaratilgan muloqotni shakllantirish;
- shaxslararo munosabatlarni muvofiqlashtirishda muloqotning rolini orttirish;
- o`zaro ta'sir etishning ayrim oqibatlarini hisobga olish.

Muloqot aniq ijtimoiy munosabatlar tizimi orqali belgilanadi. U ijtimoiy axloq normalari asosida tartibga solinadi. Individ hayotida ***muloqotning psixologik vazifalari*** turlichadir. Ya'ni:



1. Informatsion vazifa - axborotni qabul qilish va uni tarqatishdir.
2. Regulyativ vazifa - muloqotni tartibga solish va boshqalar bilan to`g`ri munosabatni tashkil qilishdan iborat.
3. Signal vazifasining ko`magida katta ahamiyatga ega voqea va hodisalar haqidagi signalni qabul qilish va uzatish.
4. Nazorat vazifasi - axborotni qabul qilish va tarqatish jarayoni nazorat qilinadi.
5. Tarbiya qilish vazifasi - muloqot orqali shaxsni shakllantirish jarayoni bo`lib, nihoyat darajada muhim omil hisoblanadi.

Muloqot jarayonida obyektning maxsus tomonlarining borligi ham muhim hisoblanadi. Shuni aytish joizki, ko`p hollarda bunday shaxslar jamiyatdagi axloqsiz, odobsiz va vijdonsiz kishilardir. Muloqot jarayonida bahzi bir psixologik to`siqlar mavjud. Ko`proq ular sunhiy ravishda vujudga keladi:

1) motivatsion to`siqlar - shaxslarning muloqotga kirishishdan bosh tortishi, muomalani to`g`ri, aniq ko`rinishda olib borilishini xohlamasligi jarayonida namoyon bo`ladi;

2) aqliy (intellektual) to`siqlar - shaxsning boshqa shaxsga nisbatan bilim doirasining kengligi, mantiqiy fikrlashining chuqurligi va intellektual savodxonligi mazmunan boy bo`lgan taqdirda yuzaga keladi;

3) emotsional to`siqlar - muloqotga kirishuvchilarning psixologik va emotsional-irodaviy holatlaridan kelib chiqadi (agressivlik, qo`rquv, asabiylashish, xo`rlanish va boshqalar);

4) tarbiyaviy jarayondagi to`siqlar – ta’lim sohasida xamda huquqni muhofaza qilish organlarida «tarbiyasi qiyin» o`smirlar, nosog`lom oilalar va muqaddam sudlangan shaxslar bilan profilaktik chora-tadbirlar olib borayotgan vaqtda uchraydi.

Muloqotga kirisha olmaslikning asosiy sababi - bu o`zini-o`zi ortiqcha yoki past baholash tufayli o`ziga va uni qurshab turgan odamlarga noto`g`ri munosabatdir. Buning oldini olish imkoniyatlari mavjud bo`lib, asosan quyidagilarga ahamiyat berish ijobiy samaralar sari yetaklaydi:

1) hamkorlik faoliyatida, muloqotlar tizimi orqali muloqot jarayonining barcha a’zolari o`rtasida insonparvarlik munosabatlarini tashkil qilish, emotsional muhitni taqqoslash imkoniyatini yuzaga keltirish.

2) muloqotda ichki munosabatlar tizimida har bir a’zoning qulay pozitsiyasini tahminlashga qaratilgan tadbirlarni amalga oshirish.

3) insonning muloqot xususiyatlari, maromi, usullari, shakllari to`g`risidagi axborotni egallashga oid maxsus mashg`ulotlarni uyushtirish.

4) shaxslararo munosabatlar va muloqot usullariga mo`ljallangan ishbilarmonlik o`yinlari, psixodrama, trening tizimini yaratish. Aksariyat olimlarning tadqiqotlarida ko`rsatilishicha, bolaning dastlabki ijtimoiy ehtiyojlaridan biri – bu muloqotga nisbatan ehtiyojdir. Bolalarning kattalar bilan muloqotga kirishish ehtiyoji 7 yoshgacha bir nechta bosqichlar tarzida rivojlanib boradi:

- e'tibor va hayrixohlikka ehtiyoj paydo bo`ladi;
- kattalar bilan hamkorlik qilish ehtiyoji tug`iladi;
- avvalgi barcha ehtiyojlarga kattalar tomonidan hurmat qilish ehtiyoji tug`iladi;
- maktabgacha tarbiya yoshidagi bolada atrofdagilar bilan o`zaro bir-birini tushunish ehtiyoji vujudga keladi.

Muloqot tashqi ta'sirlar, namunalar asosida o`zini-o`zi tuzatish, qayta tarbiyalash, shaxsiy imkoniyatini ruyobga chiqarish uchun puxta zamin hozirlaydi, komillik sari yetaklaydi.

Muloqot turlari.

Muloqot mazmuniga ko`ra quyidagi turlarga ajraladi:

- ***moddiy muloqot*** deganda subyektni dolzarb ehtiyojlarni qondirish vositasi sifatida, ayni paytda shug`ullanayotgan faoliyatining mahsulotlari va predmetlarini ayirboshlash tushuniladi;
- ***kognitiv muloqot*** deb shaxslarning hamkorlikdagi faoliyatida narsa va hodisalarni o`rganish, ma'lumotlarni bilib olish jarayonida o`zaro bilim almashinuviga aytiladi;
- ***konditsion muloqotda*** psixologik va fiziologik holatlar ayirboshlanadi. Masalan, shifokor bemorning tushkun kayfiyatini ko`tarishi yoki aksincha, ona qizining o`ksinib yig`layotgan holatiga yig`i bilan munosabat bildirishi;
- ***motivatsion muloqot*** muayyan yo`nalishda hamkorlikda harakat qilish uchun o`zaro maqsadlar, qiziqishlar, motivlar va ehtiyojlar almashinuvi jarayoni bilan izohlanadi;
- ***faoliyat muloqoti*** kognitiv muloqot bilan uzviy bog`liq bo`lib, bunda harakatlar, operatsiyalar, ko`nikma va malakalar ayirboshlanadi. Bu muloqot jarayonida ma'lumotlar uzatiladi, bilim doirasi kengayadi, qobiliyatlar rivojlanadi va takomillashadi.

Muloqot maqsadiga ko`ra ***biologik va ijtimoiy*** ko`rinishda bo`ladi.

Biologik muloqot nasl qoldirish, organizmni rivojlantirish, himoyalash kabi tabiiy ehtiyojlarni qondirish bilan bog`liq bo`lsa, ijtimoiy muloqot esa shaxslararo munosabatlarni kengaytirish, mustahkamlash, takomillashtirish bilan bog`liq bo`lgan ijtimoiy ehtiyojlarni qondirish vositasi sifatida namoyon bo`ladi. Muloqot vositasiga ko`ra ***bevosita va bilvosita*** bo`lib, bunda jonli mavjudotning tabiiy organlari yordamida ya'ni qo`li, boshi, tanasi, tovushi yordamida axborot ayirboshlasa – bu bevosita bo`ladi, agar muloqotni tashkillashtirish va ma'lumot almashishda maxsus qurol va vositalardan foydalanilsa– bu muloqot bilvosita deyiladi.

Muloqotning yuqorida mulohaza yuritilgan turlaridan tashqari ***ishbilarmonlik va shaxsiy*** turlari ham farqlanadi. Ishbilarmonlik muloqoti odamlarning turli xildagi qo`shma mahsuldor faoliyati va mazkur faoliyatining sifatini oshirish vositasi sifatida yuzaga keladi.

Shaxsiy muloqot esa shaxs o`zining psixologik muammolariga, qiziqishlariga, ehtiyojlariga, o`z hayotiga, atrofida nimalar bo`layotganligiga bo`lgan munosabatini atrofdagilardan bilishga yo`naltirilgandir. Muloqot turlari ***demokratik, avtoritar, liberal*** shaklida ham amalga oshadi.

Demokratik usulda suxbatlar, munozaralar, mulohazalar o`zaro tenglik, o`zaro hurmat ruhiga bo`ysundirilib, ta'sir o`tkazish sohalari yashiringan holda bo`ladi. Shu boisdan, tasodifan voqea va hodisalarning sodir bo`lishi turlicha baholanadi, rag`batlantiriladi yoki jazolanadi. Mana bunday odilona amalga oshirilgan muloqot ta'sirida o`g`il-qizlarda do`stlik, dilkashlik, xushmuomalalilik, shaxsiy xatti-harakatida va mulohaza yuritishida mustaqillik, shaxsiy qarashlari saqlangan holda yangi norma va talablarga moslashish, o`z faoliyati uchun javobgarlik, emotsional zo`riqish davrida o`z-o`zini qo`lga olishlik kabi muhim fazilatlar paydo bo`ladi.

Muloqotning yana bir shakli ***avtoritar*** deb atalib, bunda shaxslararo teng huquqlilik, erkin xatti-harakat qilish, tashabbuskorlik o`z ahamiyatini yo`qota boshlaydi. Masalan, boshliq tomonidan xodimlarning yurish-turishi, xatti-harakati ko`pincha cheklab qo`yiladi. Boshliq tomonidan ta'sir o`tkazishning asosiy metodi– jazolash hisoblanadi. Biroq onda-sonda rag`batlantirish metodidan foydalanilganda ham, u xodimga mahnaviy ozuqa bermaydi. Mazkur usul oilada qo`llanilsa, farzandlarda ota-onaga yaqinlik, mehr hissi kamayadi, keyinchalik bu tuyg`u uzoqlashish, «begonalashish» kechinmasiga aylanadi. Oiladagi shaxslararo munosabatlar bolalarni qoniqtirmaydi; natijada odamovi, tund, ichimdagini top, tashvishlilik, xavotirlilik kabi sotsial norma va qoidalarga qiyinchilik bilan moslashishdan iborat xarakter hislatlari vujudga keladi. Shu sababdan oila a'zolari ruhiy dunyosida simpatiya(yoqtirish), empatiya(hamdardlik), samimiylik, hayrixohlik kabi yuksak insoniy his-tuyg`ular juda nursiz ifodalanadi. Ko`rko`rona va so`zsiz bo`ysunishga asoslangan munosabatlar negizida yotgan tarbiyaviy ta'sir qo`rqoq va irodasi kuchsiz shaxsni tarkib toptiradi.

Muloqot shakli ichida ***liberal*** usuli ham ko`zga tashlanib turadi. Bu usul muloqot jarayonida murosasoz, ko`ngilchan bo`lishlik, tashqi ko`rinishdan iliq psixologik iqlimni, guruhiy moslikni o`zida aks ettirgandek bo`lib tuyuladi. Afsuski, liberallik, murasasozlik har qanday vaziyatni til topib hal qilishga, printsipiallikdan uzoqlashishga, subutsizlikka olib keladi. Masalan, ota-onalarning farzandlari bilan bunday munosabatda bo`lishlari salbiy oqibat sari yetaklaydi: qat'iylik, mustaqillik, dadillik va cho`rtkesarlik singari irodaviy sifatlar farzandlar ruhiy dunyosidan uzoqlashadi. Murosasozlik ta'sirida yosh avlod xarakterida munofiqlik, ikkiyuzlamachilik va masuliyatsizlik kabi illatlar tarkib topishi mumkin.

Muloqotning psixologik vositalari. Odamlar bir-birlari bilan muomalaga kirishar ekan, ularning asosiy ko`zlagan maqsadlaridan biri– o`zaro bir-birlariga ta'sir ko`rsatish, ya'ni fikr-g`oyalariga ko`ndirish, harakatga chorlash, ustanovkalarni o`zgartirish va yaxshi taassurot

qoldirishdir. Turli vositalar yordamida insonlarning fikrlari, hissiyotlari va xatti-harakatlariga ta’sir ko`rsata olish– psixologik ta’sir deyiladi.

Muloqotning pertseptiv jihati. Muloqotning ushbu jihatida bir kishining ikkinchi kishi tomonidan ***idrok qilinishi, tushunishi, baholanishi*** kuzatiladi. Muloqotning mazkur jihati quyidagi bosqichlar orqali amalga oshishining psixologik xususiyatlarini ko`rishimiz mumkin:

1) Idrok qilinayotgan odamni idrok qiluvchi o`zining shaxsiy hislatlari bilan qiyoslash natijasida, uning mahsuli bo`yicha talqin qilinadi va tushuntiriladi; bunday idrok qilish tarzida insonni inson tomonidan aks ettirish, o`xshatish, unga taqlid qilish, undan ibrat olish uslublari orqali yuzaga keladi, ya’ni identifikatsiya bosqichi bevosita amalga oshadi. Bunda kishi hamkorlikda harakat qilish vaziyatida sherigi o`rniga o`zini qo`yib ko`rib, uning ichki holati, niyatlari, o`y-fikrlari, xohish-istaklari haqida taxmin qiladi, bunda ular anglanilgan yoki anglanilmagan bo`lishi mumkin.

2) Idrok qilinayotgan shaxsning o`rniga idrok qiluvchi o`z xohishi bo`yicha mulohaza yuritishi, uni tushunishga intilish o`z-o`zini anglash negizida namoyon bo`ladi, ya’ni refleksiya bosqichi vujudga kelganligi to`g`risida muayyan qarorga kelinadi. Refleksiyada kishi idrok etish subyekti sifatida o`ziga nisbatan sherigining munosabati anglab yetiladi. Lekin kishi har doim ham muloqot jarayonida o`zini kim ekanligini to`liq anglab yetolmaydi, bu esa uning o`zi qilgan xatti-harakatlari sabablarini boshqalarga to`nkashga majbur qiladi. Kishi o`z xatti-harakatlari sabablarini, niyatlarini, o`y-fikrlarini, xulq-atvor motivlarini boshqa kishilarga to`nkash orqali tushuntirishi psixologiyada yuqorida ko`rsatib o`tkanimizdek kauzal atributsiya ya’ni sababiy izohlash deb ataladi.

3) O`zga kishilarning kechinmalari va his-tuyg`ulariga nisbatan hamdardlik bildirish, mehr-oqibatliligini amaliy ifodalash orqali ularni tushunish imkoniyati tug`iladi, buning natijasida tub ma’nodagi empatiyaga asoslangan idrok qilish bosqichi yuzaga keladi.

O`zga kishilarga, ijtimoiy guruh a’zolariga nisbatan berilgan hislatlarni hozirgacha ma’lum bo`lgan ijtimoiy qoliplarga mos tarzda ommaviy tarzda yoyish, tavsif berish va baholash stereotiplashtirish deyiladi. Idrok etish subyekti ijobiy munosabatda bo`lgan shaxslarga ijobiy, yoqtirmaydigan shaxslarga salbiy baho berilishi kauzal atributsiyaga xos tipik hollardan biridir.

Identifikatsiyalash - bir kishining ikkinchi kishini, uning ta'rifini sub'ektning o`z tarificha anglab yoki anglamay o`xshatishi orqali tushunish usulidir (O`zini «uning» o`rniga qo`yib ko`rish etishmaydi).

O`zini qay tarzda idrok etishi va tushunishi ham muhim ahamiyatga egadir. Sub'ektning u bilan munosabatga kirishgan sherigi tomonidan qay tarzda idrok etilishini anglab etishi refleksiya deb ataladi. Refleksiya boshqa kishini idrok etish tarkibiga kiradi.

Agar har bir kishi o`zi munosabatga kirishgan odamlar to`g`risida doimo to`liq, ilmiy asoslangan axborotga ega bo`lganida ular bilan bo`ladigan o`zaro harakat taktikasini bexato va aniq ishlab chiqishi mumkin bo`lardi. Lekin sub'ekt kundalik hayotda bunaqa aniq axborotga ega bo`lavermaydi, bu esa uni ularning qilgan ishlari va xatti-harakatlarining sabablarini boshqalarga to`nkashga majbur qiladi.

Boshqa kishining xatti-harakatlari sababini, his-tuyg`ularini, niyatlarini, o`y-fikrlarini va xulq-atvor motivlarini unga to`nkash yo`li bilan tushuntirish kauzal atributsiya (lotincha causo sabab, va atributo-qo`shib qo`yaman) ya'ni sababiy izohlash deb aytiladi.

Stereotiplashtirish - xulq-atvor shaqllarini tasniflash va ularni hozirgacha ma'lum va mashhur deb sanalgan, ya'ni ijtimoiy qoliplarga mos keladigan hodisalar jumlasiga kiritish yo`li bilan ularning sabablarini (ba'zan hech qanaqa asosiz) izohlashdan iboratdir.

Muomala teskari aloqa. Muomala muvaffaqiyatli yuz berishi uchun muqarrar ravishda teskari alokaning mavjud bo`lishini - sub'ekt tomonidan o`zaro birgalikdagi harakat natijalarini haqida axborot olib turilishini taqozo qiladi. Shaxslararo idrok etish jarayonida teskari aloqa xabar beruvchi funktsiyani va o`zini o`zi boshqarish funktsiyasini bajaradi.

Muomalani mashq qilish. Odamlarda samarali muomala o`rnatish malakalari tasodifiy ravishda tarkib topadi yoki ta'limning yordamchi mahsuli sifatida yuz beradi.

Ijtimoiy psixologik trening yoki muomala treningi, ya'ni muomalaning mashq qilinishi bu vazifani hal etish yo`llaridan biri sifatida namoyon bo`ladi.

Sotsial psixologik trening mazmunan ikki xil vazifani: birinchidan muomalaning va shu jumlaadan, pedagogik muomalaning umumiy qonuniyatlarini o`rganishni, ikkinchidan, pedagogik komunikatsiyaning texnologiyasini egallash, ya'ni professional pedagogik muomala ko`nikma va malakalari shaqllantirilishini o`z ichiga oladi. Psixologik trening mashq qildirish orqali amalga oshiriladi.

Psixologik-pedagogik trening shaqllaridan yana biri tipik pedagogik vaziyatlarni, misol uchun imtihonlarni modellashtiruvchi amaliy o`yinlardir.

Munosabat-odamlar urtasida birgalikdagi faoliyat extiyojlaridan kelib chikadigan boglanishlar rivojlanishining kup kirrali jarayonidir.

Munosabat birgalikda faoliyat kursatuvchilar urtasida axborot ayriboshlanishini uz ichiga oladi. Bunday axborot ayriboshlanishi munosabatning kommunikativ jixati sifatida ta'riflanishi mumkin. Odamlar munosabatga kirisharkan, munosabatning eng muxim vositalaridan biri sifatidagi tilga murojaat kiladilar.

Munosabatning ikkinchi jixati - munosabatga kirishuvchilarning uzaro birgalikdagi xarakati - nutk jarayonida fakat suzlar bilan emas, balki xarakatlar, xatti-xarakatlar bilan xam ayriboshlashdan iborat. Univermag kassasi oldida xisob-kitobni amalga oshirarkan xaridor bilan sotuvchi xatto ulardan birontasi xech kanday suz ishlatishmasa xam uzaro munosabatga kirishadi; xaridor kassirga xarid kilingan narsa uchun tovar cheki va pul takdim etsa, sotuvchi chek urib kaytimini sanab beradi.

Nixoyat, munosabatning uchinchi jixati munosabatga kirishuvchilarning bir-birlarini idrok eta olishlarini takozo kilishidir. Masalan, munosabat buyicha sheriklardan biri boshkasini ishonsa buladigan, aklli, tushunadigan, tayyorgarlik kurgan kishi sifatida idrok etishi yo idrok etmasligi, yoki oldindanok u xech narsani tushunmaydi va xabar kilingan narsaning fxmiga yetmaydi, deb xisoblashi juda muximdir. Shunday kilib, yagona munosabat jarayonida shartli ravishda uchta jixatni-kommunikativ (axborot uzatish), interaktiv (uzaro birgalikda xarakat kilish) va perseptiv (uzarobirgalikda idrok etish) jixatlarni aloxida kuzatish mumkin.

***Munosabat va faoliyatning birligi*.** Munosabatning birgalikdagi faoliyat bilan alokasi anik-ravshandir. Lekin shunday savol tugiladi: munosabat birgalikdagi faoliyatning bir kismi, tomoni, jixati xisoblanadimi yoki munosabat va faoliyat ikkita mustakil, tulakonli jarayonmi?

Kishi birgalikda faoliyat kursatayotganda zaruriyatga kura boshka odamlar bilan birlashishni, ular bilan muamalaga kirishishi, ya'ni aloka urnatishi, uzaro xamjixatlikka erishish, kerakli axborot olishi va javob tarikasida axborot berishi lozim va xokazo. Bu urinda munosabat faoliyatining bir tomoni, bir kismi, uning eng muxim informativ jixat, kommunikasiya (birinchi turdagi munosabat) sifatida namoyon buladi.

Lekin odam kommunikasiya sifatida munosabatni uz tarkibiga olgan faoliyat jarayonida biron narsa yaratib (asbob yarati, fikr bildirib, xisoblar kilib, mashinani tuzatib va shu kabilarni amalga oshirib), shu bilangina cheklanib kolmaydi; u yaratilgan buyum orkali uzini, uzining

xususiyatlarini, uzining individualligini boshka odamlarga "uzatadi", uzini boshka odamlarda (shu jumladan, faoliyat maksadlariga erishish uchun u aloka boglaydigan odamlarda xam va xatto "uzga odam" sifatida uzida xam) davom ettiradi.

Yaratilgan narsa (kurilgan bino, anik she'riy satr, utkazilgan daraxt, yaratilgan yoki ijro etilgan kushik)-bu, bir tomondan, faoliyat mavzui bulsa, ikkinchi tomondan esa vosita sifatida namoyon buladiki, kishi uning yordami bilan ijtimoiy xayotda uzini karor toptiradi. Negaki, bu narsa boshka odamlar uchun yaratilgandir. Shu narsa orkali odamlar urtasidagi munosabat bevosita uz aksini topadi, ijod kilayotganlarga va bajarilayotganlarga xam, iste'mol kilayotganlarga va uzlashtirayotganlarga xam bab-baravar tegishli bulgan *umumiy ishlab chikarish* tarikasidagi *munosabat* xosil buladi.

Munosabat va til. Munosabatning uzaro birlikda xaakat kilish va faoliyat kursatish jarayonida odamlarni birlashtiradigan umumiy narsa ishlabchikarish tarzida tushunilishi ana shu umumiy narsa avvalo munosabat vositasi sifatidagi tildan iborat ekanligini bildiradi. Til munosabatga kirishuvchilar urtasida aloka boglanishini ta'minlaydi. Negaki, uni bu maksad uchun tanlangan suzlar moxiyatiga kura kodlashtirilgan xolda axborotni ma'lum kilayotgan kishi xam, bu moxiyatni kodini ochgan, ya'ni uning ma'nosini oshkor etgan va ana shu axborot asosida uz xulk-atvorini uzgartirgan xolda buaxborotni kabul kilayotgan kishi xam tushunadi.

Axborotni boshka kishiga yullayotgan kishi (kommunikator) va uni kabul kilayotgan kishi (resipiyent) munosabat va birgalikdagi faoliyat maksadlariga erishish uchun moxiyatlarni kodlashtirish va kodini ochishning bitta yagonasistemasidan foydalanishlari, ya'ni "bitta tilda" suzlashishlari kerak. Agar kommunikator va resipiyent kodlashtirishning turli xil sistemalarini kullaydigan bulsalar, bu xolda ular uzaro xamjixatlikka va birgalikda faoliyat borasidamuvaffakiyatga erisha olmaydilar. Vaviloniya minorasi kurilayotgan paytida kuruvchilar kutilmaganda "aralash-kurashlash tilda" gaplasha boshlaganliklari okibatida uning agdarilib tushganligi xakida Injilda keltirilgan afsona kodlashtirish va kodlarni ochish jarayonlarini bir-birig boglash chogida uzaro birgalikda xarakat kilinmasligini aks ettiradi. Negaki, turli xil tillarda suzlashadigan kishilar bir-birlari bilan murosaga kela olmaydilar, bu esa birgalikdagi xarakatning amalga oshirilishini amri maxol kilib kuyadi. Kullaniladigan belgilar (suzlar, imo-ishoralar,iyerogliflar va xokazolar) zamiridagi moxiyat munosabatda ishtirok etayotgan shaxslarga tanish bulgan takdirdagina axborot ayriboshlash mumkin buladi.

Moxiyat-belgining tevarak-atrofdagi vokelikni bilishni ifoda etadigan kism sifatidagi mazmunga ega bulgan jixatidir. Kurol odamlarning mexnat faoliyatini ifodalagani singari belgilar xam ularning bilish faoliyati va munosabatini namoyon kiladi.

Suzlar belgilari sistemasi xayot kechirish, ijtimoiy-tarixiy tajribani uzlashtirish va uzatish vositasi sifatidagi tilni tarkib toptiradi.

Til yordamida munosabatga kirishish tufayli borlikning aloxida bir kishining miyasidagi in'ikosi boshka odamlarning miyasida aks etayotgani yoki aks etgani bilan doimiy ravishda tuldirilib turadi - uy-fikrlarni ayriboshli, axborot berish ruy beradi.

Munosabat chogida kishi doimo muxim narsani nomuximidan, zarur narsani tasodifiysidan ajratishga, yakka-yolgiz narsalarning timsolidan ularning xammasi uchun umumiy bulgan xossalarni suzlar yordamida barkaror aks ettirishga utishga urganadi. Butun boshli narsalar doirasiga xos va shu asnoda suz yuritilayotgan konkret narsaga xam tallakuli muxim xususiyatlar shu suz orkali uz ifodasini topadi. Biz "gazeta" deb ataydigan bulsak, kulimida ushlab turgan gazeta varaklarinigina nazarda tutmasdan, mazkur narsaning boshka bosma maxsulotdan farkini xisobga olgan xolda uning kaysi toifadagi narsalarga tegishli ekanligini ukdiramiz.

Suzlar muayyan bir moxiyatga ega, ya'ni ashyoviy olamga allakanday tarzda tegishli buladi. Ukituvchiu yoki bu suzni ishlatganda uning uzi xam, uning tinglovchilari xam yolgiz usha bitta xodisani nazarda tutishadi va ularda anglashilmovchilik yuz bermaydi. Moxiyatlar sistemasi kishining butun xayoti davomida rivojlanib va boyib boradi. Uni sobitkadamlik bilan shakllantirish urta ta'limning xam, oliy ta'limning xam markaziy bugini xisoblanadi.

Muomalani mashq qilish. Odamlarda samarali muomala urnatish malakalari tasodifiy ravishda tarkib topadi yoki ta'limning yordamchi maxsuli sifatida yuz beradi (birinchi sinf ukuvchisi "tulakonli javob" kaytarishga, katta yoshdagi kishi unga murojaat kilayotganda urnidan turishga va xokazolarga urgatiladi). Katta maktab yoshidagi ukuvchilar xulk-atvor koidalariga bagishlangan ommabop adabiyotlarni (kisman oilaviy xayot etikasi va psixologiyasi kursida) ukirkan, muomala madaniyatining ba'zi jixatlari bilan tanishadi. lekin muaomala malakalarning maxsus urgatilishi aloxida bir vazifa bulib, pedagog uchun uning kanchalik muxim ekanligini ta'riflash shart emasdir. Sosial psixologik trening yoki muomala treningi, ya'ni muomalaning mashk kilinishi bu vazifani xal etish yullaridan biri sifatida namoyon buladi.

Sosial-psixologik trening mazmunan ikki xil vazifani: birinchidan, muomalaning va shu jumladan, pedagogik muomalaning umumiy konuniyatlarini urganishni, ikkinchidan, pedagogik kommunikasiyaning "texnologyasi"ni egallash, ya'ni professional pedagogik muomala kunikma va malakalari shakllantirilishini uz ichiga oladi.

Psixologik-pedagogik trening shakllaridan yana biri tipik pedagogik vaziyatlarni, misol uchun imtixonlarni modellashtiruvchi amaliy uyinlardir. Muomala treningi, ya'ni muomalani mashk kilish ukituvchilarni tayyorlash va malakasini oshirish sistemasida pedagogik ishning yangi shakli bulib, pedagogik ta'lim uchun juda xam istikbolli xisoblanadi.

Nazorat uchun savollar:

1. Muloqotning ko’p qirraligi va korinishlari
2. Munosabat va faoliyatning birligi.
3.Muloqot jarayonida psixologik tasir va uning turlari
4. Muomalani mashq qilish qanday amalga oshiriladi ?
5.Pedagogik muloqot nima ?

Adabiyotlar:

1. SH.M.Mirziyoev.Erkin va farovon, demokratik O‘zbekiston davlatini mard va olijanob xalqimiz bilan birga quramiz Toshkent 2016 y
2.Karimov I.A. YUksak ma’naviyat - engilmas kuch. -T.: Ma’naviyat, 2008.
3. Z.Ibodullaev. “Tibbiyot psixologiyasi”. T., 2008 yil darslik.
4. П.I.Ivanov .Zufarova.”Умумiy psixologiya”T., 2008 yil darslik.
4.A.Maqsudova.”Muloqot psixologiyasi” .T.; 2006 yil darslik.
5.Nishonova va SH.Asomiddinova. «Psixologik maslahat» .T .2010 yil
6.Goziev E.F. Умумiy psixologiya. Toshкent 2010
7.Davletshinm.G. Psixologiyadan qisqaча izohli lugat. Toshкent. 1999

II. AMALIY MASHG‘ULOTLAR UCHUN MATERIALLARI

AMALIY MASHG‘ULOTLAR

1-Mavzu: Psixologiya faniga kirish. Tibbiyotda psixologik bilimlarning urni va ahamiyati

Reja:

1. Psixologiya faning predmeti,maqsad va vazifalari
2. Psixologiya fanining shakllanish tarixi
3.Psixologiya fanining ilmiy tadqiqot metodlari

Tayanchiboralar: psixologiya,shaxs nazariyalari, shaxsiy talablar, Feren nazariyalari,psixoldogiya tarmoqlari,psixologiya metodlari

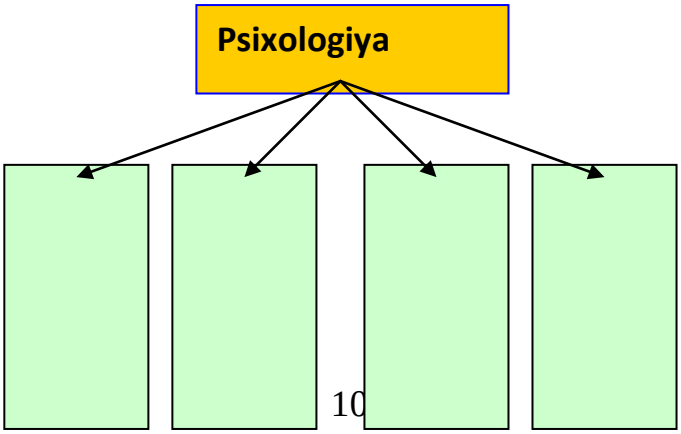
O‘quv mashg‘ulotining maqsadi: Talabalarda psixologiya,psixologiya fanning shakllanish tarixi,psixika, shaxs, psixik holatlar,psixik jarayonlar,shaxsning individual xususiyatlari,psixologiya fanining metodlari:kuzatish,test,so‘roq,tajriba,modellashtirish ,psixologiya tarmoqlari bo‘yicha ma’lumotlar berish va tushuncha xosil qilish

O‘quv faoliyatining natijasi: psixologiya fanining paydo bo‘lishi va shakllanish haqida dastlabki bilimlar berish hamda insonlar uchun ularning ruhiyatiga ta’sir ko‘rsata olish xususiyatlari o‘rganish ob’ekti ekanligi asoslab berildi. Psixologiyada individual xususiyatlarga doir,psixik holatlarga doir,inson va hayvon psixikasiga doir tasavvurlar hosil qilinadi.

O‘quv topshiriqlar

Guruh bilan ishlash qoidalari
Guruh a’zolarining har biri - o‘z sheriklarining fikrlarini xurmat qilishlari lozim; - berilgan topshiriqlar bo‘yicha faol, hamkorlikda va mas’uliyat bilan ishlashlari lozim; - o‘zlariga yordam kerak bo‘lganda so‘rashlari mumkin; - yordam so‘raganlarga ko‘mak berishlari lozim; - guruhni baholash jarayonida ishtirok etishlari lozim; - “Biz bir kemadamiz, birga cho‘kamiz yoki birga qutilamiz” qoidasini yaxshi bilishlari lozim.

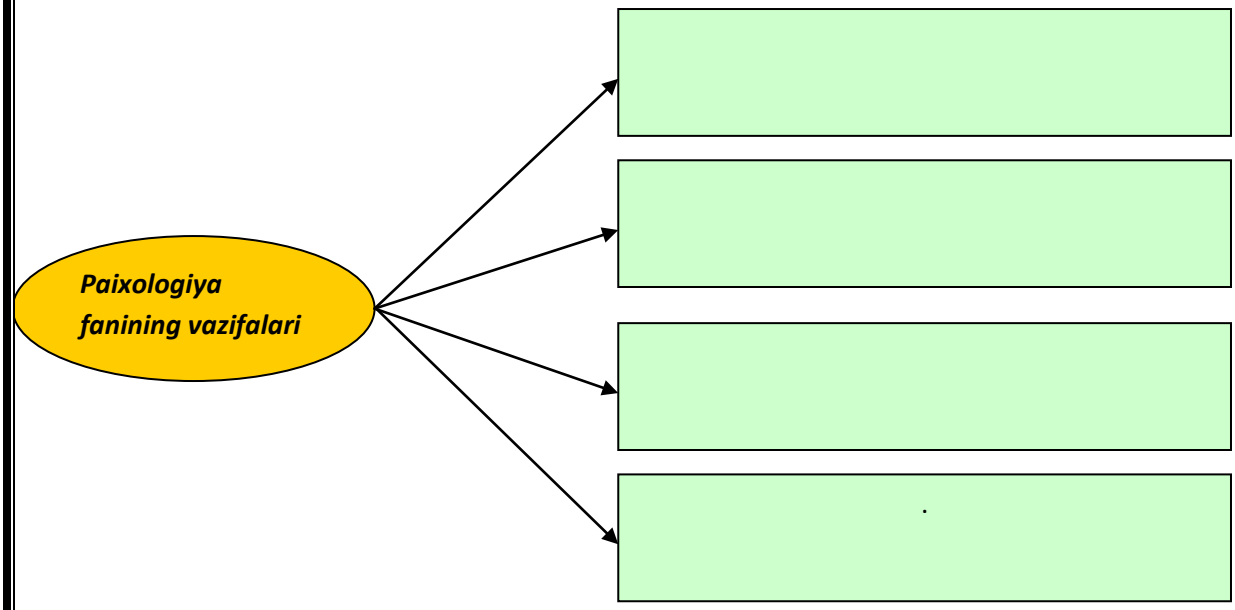
Psixologiyaning asosiy nazariy manbalarini yoritib bering.



Ushbu tushunchalarning mazmunini yoriting.

Psixologiya, jamiyat, oila, psixika,ong,individual xususiyatlar,psixik holatlar,psixologiya tarmoqlari,psixik metodlar,guruh turlari kichik guruhlar va jamoalar psixologiyasi, shaxsni kasb psixologik o‘rganish, ommaviy ijtimoiy psixologik hodisalar, ijtimoiy tasavvurlar.

Psixologiya fanining vazifalari:



O‘quv topshiriqlar

Guruh bilan ishlash qoidalari
Guruh a’zolarining har biri - o‘z sheriklarining fikrlarini xurmat qilishlari lozim; - berilgan topshiriqlar bo‘yicha faol, hamkorlikda va mas’uliyat bilan ishlashlari lozim; - o‘zlariga yordam kerak bo‘lganda so‘rashlari mumkin; - yordam so‘raganlarga ko‘mak berishlari lozim; - guruhni baholash jarayonida ishtirok etishlari lozim; - “Biz bir kemadamiz, birga cho‘kamiz yoki birga qutilamiz” qoidasini yaxshi bilishlari lozim.

B.B.B. usuli asosida bilimlarni sinash uchun tarqatma materiallar

№	Tushuncha	Bilaman “+”, Bilmayman “-”.	Bildim “+”, Bila olmadim “-”.
1.	Psixologiyaning yo‘nalishlari		
2.	Kichik guruhlar va jamoalar psixologiyasi		
3.	SHaxs –psixologiyaning o‘rganish ob’ekti		

	sifatida		

Savol	Psixologiya va jtimoiy psixologiya fanlar o‘rtasidagi aloqadorlikni tushuntiring?
Savol	Inson va hayvon psixikasi o‘rtasidagi farq
F-fikringizni bayon eting	
S-Fikringiz bayoniga sabab ko‘rsating	
M-ko‘rsatilgan sababingizni isbotlovchi dalil keltiring	
U- fikringizni umumlashtiring	

3x4 oranayzerini to‘ldiring

Fanning asosiy mazmunini ochib berishga yordam beradi va “3x4” texnologiyasi orqali talabalarni mavzu yuzasidan tushuncha, tasavvurlari aniqlanadi.

Psixologiya –bu .....

1-o‘quv topshiriq
FSMU texnologiyasi

Ushbu texnologiya munozarali masalalarni hal etishda hamda o‘quv jarayonini bahs-munozarali o‘tkazishda qo‘llaniladi, chunki bu texnologiya talabalarni o‘z fikrini himoya qilishga, erkin fikrlash va o‘z fikrini boshqalarga o‘tkazishga, ochiq holda bahslashishga hamda shu bilan birga bahslashish madaniyatini o‘rgatadi. Tinglovchilarga tarqatilgan oddiy qog‘ozga o‘z fikrlarini aniq va qisqa holatda ifoda etib, tasdiqlovchi dalillar yoki inkor etuvchi fikrlarni bayon etishga yordam beradi. F-fikringizni bayon eting S-Fikringiz bayoniga sabab ko‘rsating M-ko‘rsatilgan sababingizni isbotlovchi dalil keltiring U- fikringizni umumlashtiring

FSMU texnologiyasi

1-guruh

2-guruh

Savol	Psixologiya fani nima uchun alohida fan sifatida o‘rganiladi?
F-fikringizni bayon eting	
S-Fikringiz bayoniga sabab ko‘rsating	
M-ko‘rsatilgan sababingizni isbotlovchi dalil keltiring	
U- fikringizni umumlashtiring	

1. Klaster usullaridan foydalanamiz. Buning uchun doskani uchta qismga bo‘lib qo‘yiladi:

Strukturalizm	*Funksionalizm*	*Psixoanaliz*

Shu tarzda guruh a’zolarini ham uch guruxga bo‘lamiz. Birinchi guruxga birinchi ustunni to‘ldirishni, ikkinchi guruxga ikkinchi ustunni, uchinchi guruhga uchinchi ustunni to‘ldirish vazifasi beriladi.

1. Avvalgi guruhlarni saqlagan holda, tinglovchilarga muomalaning shaxsga ta’siri masalasini oydinlashtirib olish taklif etiladi.

SHaxs faoliyatida ijtimoiy kutishning ijobiy ta’siri	*SHaxs faoliyatida ijtimoiy kutishning salbiy ta’siri*

2. Dars yakunida Ushbu jadvalni to‘ldirishni taklif etiladi:

Nimani bilar edik?	*Yana nimani bilishni xoxlaymiz?*	*Nimani bilib oldik?*

Kutiladigan natija: Darsda hammani faollashtirish, har bir ta’lim oluvchida o‘z fikrini ifoda eta olishga erishish.Bu texnologiyani qo‘llash orqali dars maqsadi va mazmuniga bakalavrlarning o‘zlari tezroq etib keladilar va kelgusi faoliyatlarida nimalarga e’tibor berish lozimligini o‘zlari anglaydilar.

T-chizma grafik organayzerlari

Hozirgi zamon psixologiyasining ilmiy tadqiqot metodlariga doir muammoli masalalarni echimini topishga yordam beradi va “T-chizma” usuli orqali muammo hal qilinadi.

1)

Kuzatish metodining afzalligi	Kuzatish metodining kamchiliklari

2)

Eksperiment metodining afzalliklari	Eksperiment metodining kamchiliklari

3)

Test metodining afzalliklari	Test metodining kamchiliklari

4)

So‘rovnoma metodining afzalliklari	Surovnoma metodining kamchiliklari

Birinchi mavzu bo‘yicha test savollari :

1.Psixologiya fani nimani o‘rganadi?
A) idrok qilish shakllarini
B) jon va ruh haqidagi talimot
V) ruxiy jarayonlar bilish faoliyatlari, indvidual psxologik xususiyatlarni
G) psixik faktlar va uning mexanizmlari qonuniyatlari haqidagi fan*
D) inson shaxsi uning psixologik xususiyatlarini
2.Psixik faktlar qaysi qatorda to‘g‘ri ko‘rsatilgan?
A) bilish faoliyatlari diqqat nutq faoliyat
B) bilish jarayonlari sezgi, idrok xotira, tafakkur va xayol
V) ruhiy holatlar yoki shaxsning xissiy irodaviy sohasi hissiyot iroda
G)ruhiy xususiyatlar yoki individual psixologik xususiyatlar temperament xarakter qobiliyat
D) barcha javoblar to‘g‘ri*
3.Qaysi qatorda psixik aks ettirish xususiyatlari ko‘rsatilgan?
A) obektiv borliqni to‘g‘ri aks ettirish imkonini beradi
B) obektiv borliqni to‘g‘ri aks ettirish xususiyatlari ko‘rsatilgan
V) doimo rivojlanib va shakllanib boradi.
G) shaxsning individualligi orqali namoyon bo‘ladi
D) barcha javoblar to‘g‘ri*
4.Qaysi qatorda dastlabki psixologiya to‘g‘risidagi ilk tasavvur ko‘rsatilgan?
A) dualizam
B) animizm*
V) afaziya
G) ideyalar tug‘ma bo‘ladi
D)to‘g‘ri javob berilmagan
5. Jon o‘z mohiyatiga ko‘ra olovsimon uchqundan iboratligini ilgari surgan olim?
A) Geraklit*
B)Demokrit
V) Aflotun
G) Arastu
D) Fales
6. Jon o‘z mohiyatiga ko‘ra olovsimon atomdan iboratligini ilgari surgan olim?
A) Geraklit
B) Demokrit*
V) Aflotun
G) Arastu
D) Fales
7.«Ideyalar abadiy va o‘zgarmas mohiyatdir, ularning tabiiy olamidan tashqarida oliy olam mavjud bo‘lib, ularni odam ko‘zi bilan ko‘ra olmaydi» mazkur fikr muallifini toping.
A) Geraklit
B) Demokrit*
V) Aflotun
G) Arastu
D) Fales
8.«Dualizm» oqimining asoschisi qaysi katorda to‘g‘ri ko‘rsatilgan?
A) Geraklit
B) Demokrit
V) Aflotun*
G) Arastu
D) Fales
9.. Dualizm talimotining mohiyati?

A) moddiy va ruhiy olam tana va psixikasining bir-biriga bog‘liq bo‘lmagan holda mavjud bo‘lib, azaldan karama- qarshi narsalar deb tushuntiradi*.
B) ideyalar adabiy va o‘zgarmas moxiyatdir.
V) jon va tana bir-biriga bog‘liqdir.
G) jon va tana bo‘linmas birlika ega lekin faoliyatlar jarayonida ular bir-birlarini tark etadilar.
D) to‘g‘ri javob berilmagan
10. Kishilik tafakkuri tarixida kim birinchi bo‘lib ruh va jonli tananing ajralmasligini isbotlab berdi?
A) Aflotun
B) Anakseman
V) Arastu*
G)Geraklit
D) Fales
11. «Jon qismlarga bo‘linmaydi lekin u faolyatning oziqlanishi, his etishi va harakatga kelishi, aql idrok kabi turlarga oid qobiliyatlarni namoyon qiladi» mazkur fikr kim tomonidan ilgari surilgan?
A) Aflotun
B) Anakseman
V) Arastu*
G) Geraklit
D) Fales
12. Dunyoda kim birinchi bo‘lib psixoterapevtik usullarni qo‘llagan?
A) Aflotun
B) Arastu
V) Abu Ali ibn Sino*
G) Abu Nasr Farobiy
D) Abu Rayxon Beruniy

Jonlantirish uchun savollar:

- ✓ Psixologiya fanining predmeti maqsadi va vazifalarini ko‘rsatib o‘ting?
  Psixologiya fanining shakllanish bosqichlari to‘g‘risida nimalarni bilasiz?
- ✓ Psixologiyaning fan sifatida shakllanish tarixi tushuntirib bering?
  Fanning boshqa fanlar aloqadorligini izohlang?
  Psixologiya fanining tarmoqlaridan qaysilarini bilasiz?
  Psixologiya fanining metodlarini izohlab bering

2-Mavzu : Psixologiyada shaxs muammosi. Shaxs faoliyati va uning individual-psixologik xususiyatlari: xarakter, temperament, qobiliyat

Reja:

1.Shaxs biogenetik va sotsiogenetik nazariyalari.
2.Faoliyat va faollik
3.Motiv va motivatsiya
4.Shaxsning individual xususiyatlari

O‘quv mashg‘ulotining maqsadi: Talabalarda shaxs, biogenetik va sotsiogenetik nazariyalarni shakllanishi, shaxsning shakllanishi, shaxsning rivojlanish bosqichlarini shakllantirish.shaxsning individual xususiyatlari :xarakter qobiliyat ,temperament

O‘quv faoliyatining natijasi: shaxs psixologiyaning tuzilishi va shakllanish haqida dastlabki bilimlar berish hamda mazkur jihatlar inson shaxsini o‘rganish ob’ekti ekanligi asoslab berildi.individual xususiyatlarga doir tasavvurlar hosil qilinadi.Faollik va faoliyat o‘rtasidagi bog‘liqliklar

Shaxs biogenetik va sotsiogenetik nazariyalari.

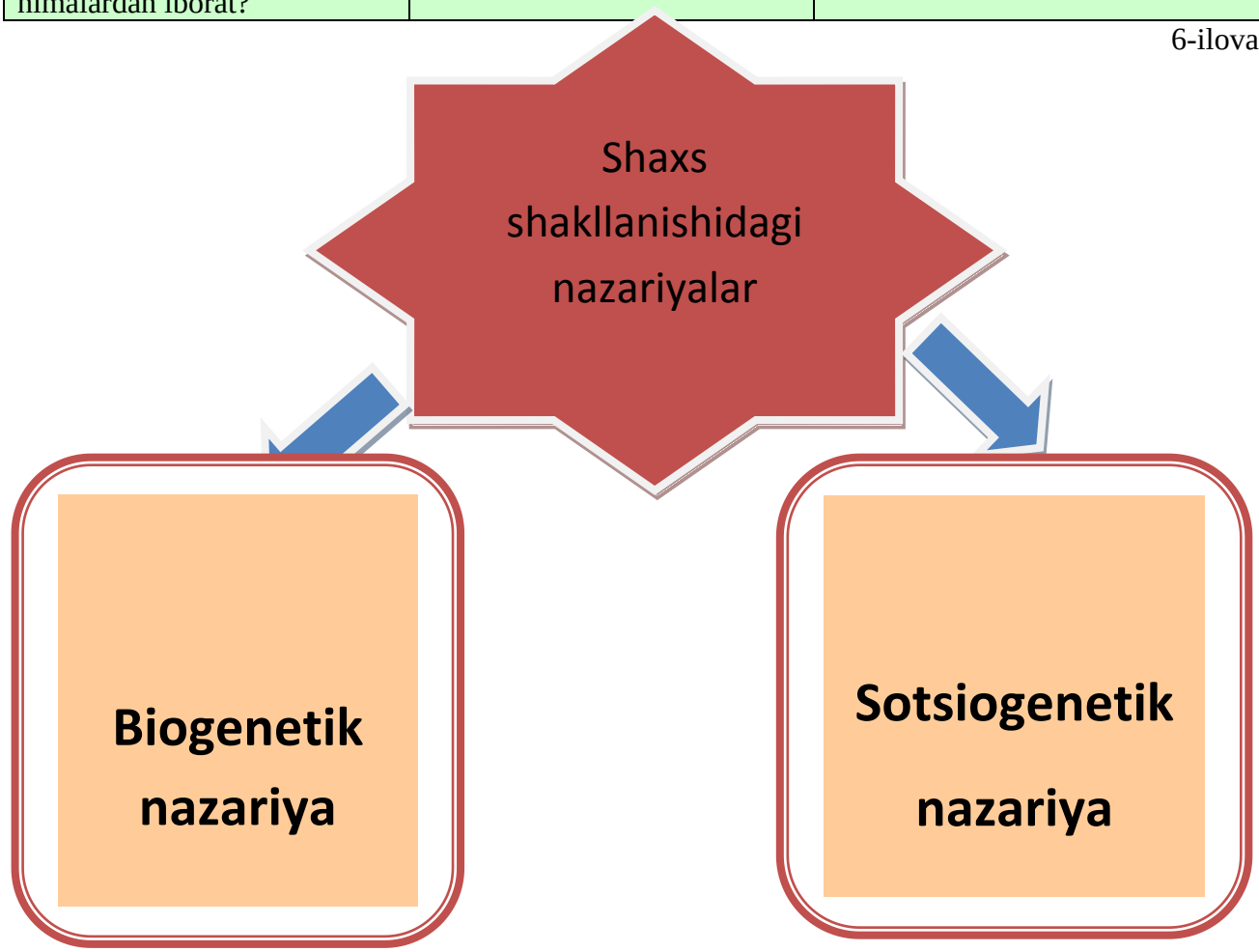
Jahon psixologiya fanida shaxsning kamoloti uning rivojlanishi to‘g‘risida xilma-xil nazariyalar yaratilgan bo‘lib, tadqiqotchilar inson shaxsini o‘rganishda turlicha pozitsiyada turadilar va muammo mohiyatini yoritishda o‘ziga xos yondashuvga egadirlar. Mazkur nazariyalar qatoriga biogenetik, sotsiogenetik, psixogenetik, kognitiv, psixoanalitik, bixevioristik kabilarni kiritish mumkin.Biogenetik nazariyaning negizida etilish bosh omil sifatida qabul qilingan bo‘lib, qolgan jarayonlarning taraqqiyotini ixtiyoriy xususiyat kasb etib, ular bilan o‘zaro aloqa tan olinadi, xolos. Mazkur nazariyaga binoan, taraqqiyotning bosh omili biologik determinantlarga (aniqlov-chilarga) qaratiladi va ularning mohiyatida ijtimoiy-psixologik xususiyatlar keltirib chiqariladi. Taraqqiyot jarayonining o‘zi biologik etilishning universal bosqichi sifatida sharhlanadi va talqin qilinadi. Biogenetik qonunni F.Myuller va Gekkellar kashf qilishgan, biogenetik qonuniyat fanning taraqqiyoti nazariyani tashkil qilganda hamda antidarvinchilarga qarshi kurashda muayyan darajada tarixiy rol o‘ynagan. Biroq fanning individual va tarixiy taraqqiyoti munosabatlarini tushuntirishda qo‘pol xatoliklarga yo‘l qo‘yilgan. Jumladan, biologik qonunga ko‘ra shaxs psixologiyasining individual taraqqiyoti (ontogenez) butun insoniyatni tarixiy taraqqiyoti-ning (filogenez) asosiy bosqichlarini qisqacha takrorlaydi, degan g‘oya edi. Biologik nazariyaga qarama-qarshi bo‘lgan nazariya sotsiogenetik nazariya hisoblanadi. Sotsiogenetik yondashuvga binoan shaxsda ro‘y beradigan o‘zgarishlar jamiyatning tuzilishi ijtimoiylashish usullari va uni qurshab turgan odamlar bilan o‘zaro munosabati vositalaridan kelib chiqqan holda tushuntiriladi. Ijtimoiylashuv nazariyasiga ko‘ra inson biologik tur sifatida tug‘ilib, hayotning ijtimoiy shart-sharoitlarining bevosita ta’siri ostida shaxsga aylanadi. G‘arbiy evropaning eng muhim nufuzli nazariyalaridan biri bu rollar nazariyasidir. Ushbu nazariyaning mohiyatiga binoan jamiyat o‘zining har bir a’zosiga status (haq-huquq) deb nomlangan xatti-harakat (xulq)ning barqaror usullari majmuasini taklif qiladi. Inson ijtimoiy muhitda bajarishi shart bo‘lgan maxsus rollari shaxsning xulq-atvor xususiyatlarida o‘zgalar bilan munosabat muloqot o‘rnatishda sezilarli iz qoldiradi. Psixologiyaning irratsional (aqliy bilish jarayonlaridan tashqari) tarkibiy qismlari bo‘lishi emotsiya, mayl va shu kabilar yordamida shaxs xulqini tahlil qiluvchi nazariya psixodinamika deyiladi. Mazkur nazariyaning yirik namoyondalaridan biri amerikalik psixolog E.Eriksondir. U shaxs rivojini 8 ta davrga ajratadi va ularning har qaysisi o‘ziga xos betakror xususiyatga egaligini ta’kidlaydi.

“Muammo” organayzerini to‘ldiring

SHaxs borasidagi psixologik nazariyalarga doir muammoli masalalarni echimini topishga yordam beradi va “Muammo” usuli orqali muammo hal qilinadi.

Muammoning turi	Muammoning kelib chiqish sabablari	Muammoni echish yo‘llari va sizning harakatingiz
Biogenetik va sotsiogenetik nazariyalarda shaxs muammosining talqini nimalardan iborat?		

6-ilova



Breynshtorming (aqliy hujum)

“Aqliy hujum”ning vazifasi kichik guruhlar yordamida yangi-yangi g‘oyalarni yaratishdan iborat. Bu usul muammoni hal qilayotgan talabalarning ko‘proq aql bovar qilmaydigan va hatto fantastik g‘oyalarni yaratishga undaydi.

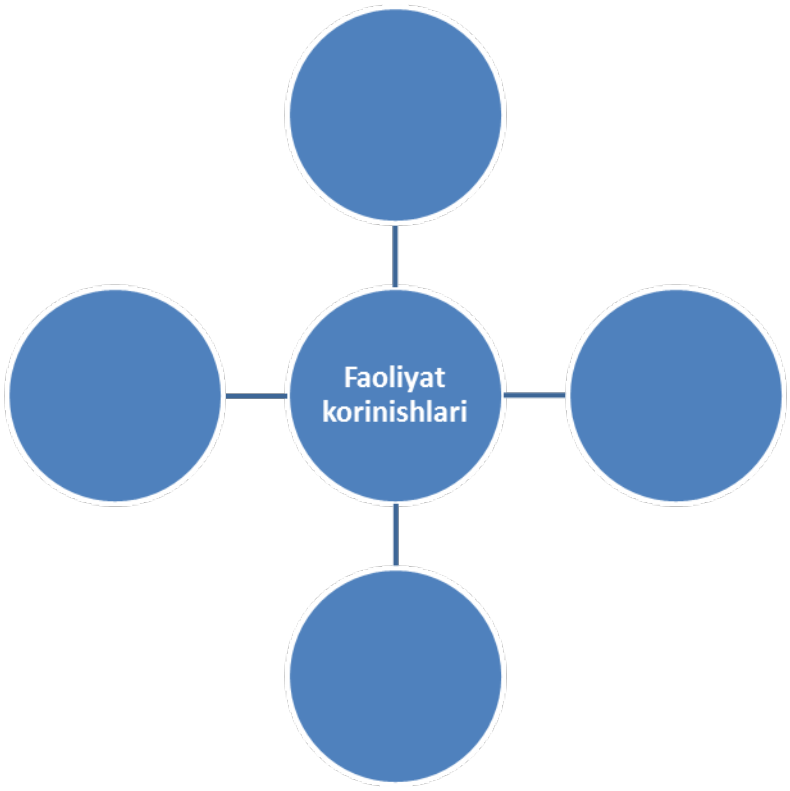
G‘oyalar qancha ko‘p bo‘lsa shunchalik yaxshi hisoblanadi ularning hech bo‘lmaganda bittasi ayni maqsadga muvofiq bo‘lishi mumkin.

“Aqliy hujum qoidalari”

Fikr va g‘oyalar hech qanday cheklanmagan holda aytilishi lozim bildirilgan fikr va g‘oyalar takliflar berish to‘xtatulmaguncha muhokama qilinmaydi, tanqid ostiga olinmaydi, baholanmaydi;

Bildirilgan har qanday g‘oya va fikrlar hisobga olinadi;
Qancha ko‘p g‘oya va fikrlar bildirilsa shuncha yaxshi;
Bildirilgan g‘oya va fikrlarni to‘ldirish va yanada kengaytirish mumkin;
Barcha aytilgan takliflar yozib boriladi;
Takliflarni bildirish uchun vaqt aniq belgilanadi.

Bu usul barcha funksiyalarni bajaradi lekin uning asosiy vazifasi muamoni mustaqil tushunish va echishga ta’lim oluvchilarning motivatsiyasini uyg‘otishdan iborat bo‘ladi hamda talabalarda ma’naviy madaniyatni akllantirishga xizmat qiladi. Inson faoliyati juda xilma–xildir. Unga mehnat, pedagogik, badiy–ijod, ilmiy–tadqiqot faoliyatlarini kiritish mumkin. Inson faoliyati tarkibini tahlil qilish, shuni ko‘rsatadiki, faoliyat tashqi dunyoni ongli psixik aks ettirilishida namoyon bo‘ladi. Har qanday faoliyatda inson o‘z xatti-harakatlarini maqsadini anglaydi, kutilayotgan natijani tasavvur qiladi, sharoitni idrok qiladi va baholaydi, bajariladigan harakat tarkibini o‘ylaydi, irodaviy zo‘r beradi, faoliyatning borishini kuzatadi, muvaffaqiyat va mag‘lubiyatini o‘ylaydi. Faoliyat bir tomondan, shaxsning rivojlanishi va sifatlarining namoyon bo‘lish sharoiti, ikkinchidan, shu faoliyat sub’ekti bo‘lgan shaxsning taraqqiyot darajasiga bog‘liqdir. Barcha faoliyat turlari tarkibida uchta tarkibiy qismni: maqsad–motiv–harakatni ajratish mumkindir. **Maqsad** – inson faoliyati so‘nggi natijasining obrazi sifatida namoyon bo‘ladi va ehtiyojlarini amalga oshirilishidir. **Motiv** – kishini faoliyatga undaydi va unga mazmun baxsh etadi. **Ish–harakat** galdagi bitta oddiy vazifani bajarishga qaratilgan, nisbatan tugallangan faoliyatning tarkibi. Faoliyatga qaratilgan maqsad ozmi–ko‘pmi uzoq yoki yaqin bo‘lishi mumkin. SHuning uchun bu maqsadga erishish odam tomonidan ana shu maqsad sari harakat qilish davomida uning oldida tug‘iladigan qator juz’iy maqsadlarni izchillik bilan hosil qilishdan iborat bo‘ladi. .

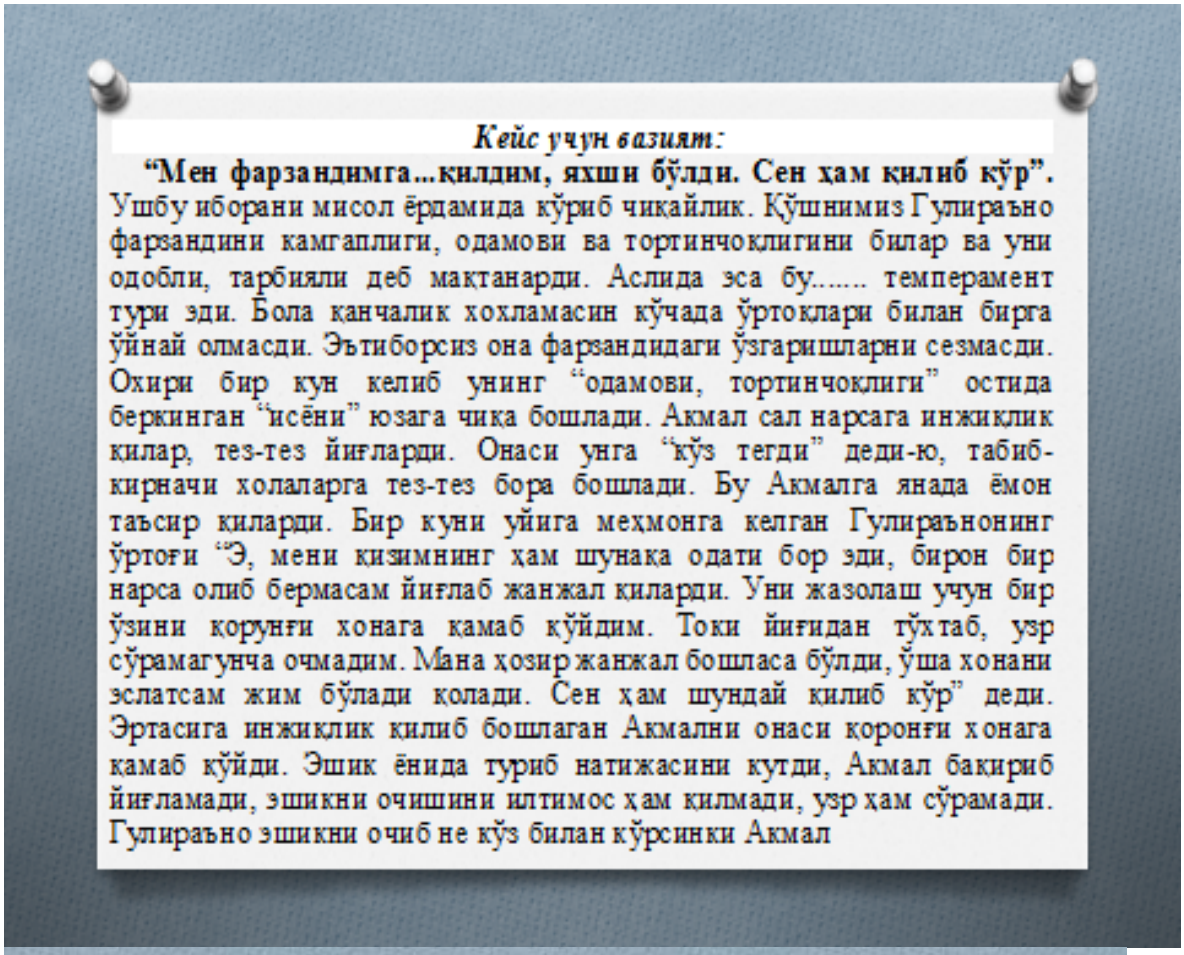


BBB jadvalini to‘ldiring

№	Mavzudagi savollar	Bilaman	Bilishni xohlayman	Bilib oldim
1.	Psixologiyada shaxs muomma sifatida			
2.	SHaxs va qiziqishlar			
3.	Faoliyat va faollik			
4.	Individual xususiyatlar :temperament,xarakter ,qobiliyat			

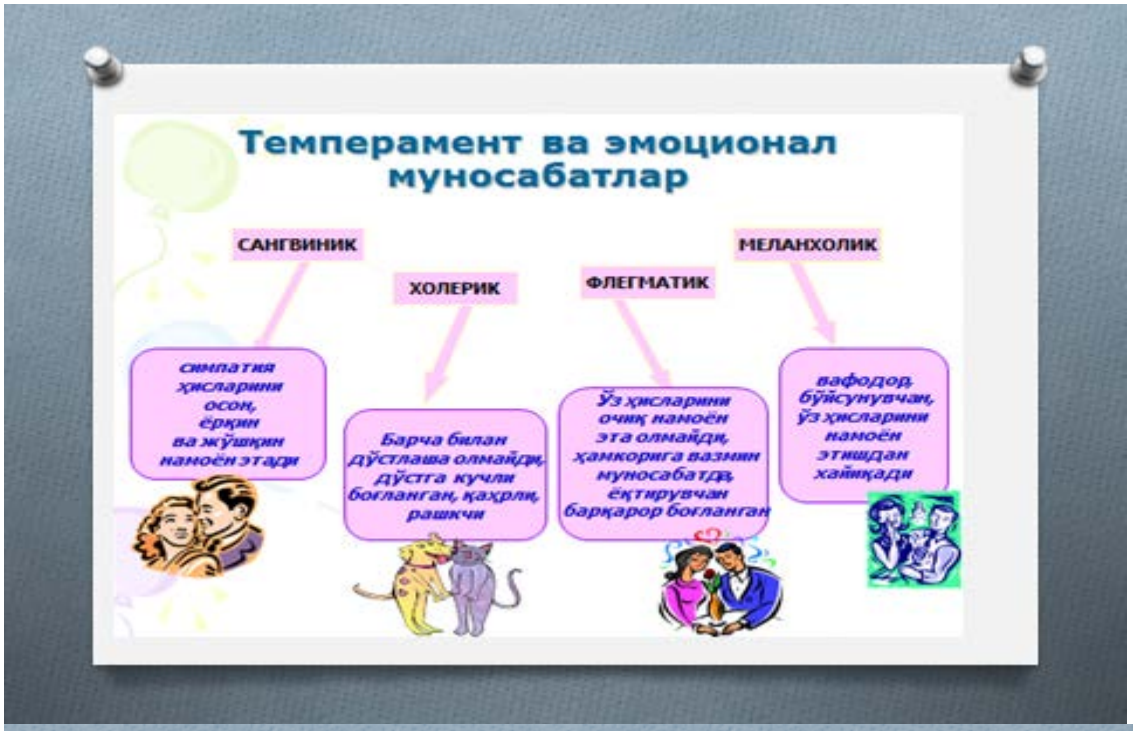
TEMPERAMENT BO‘YICHA KEYSLAR

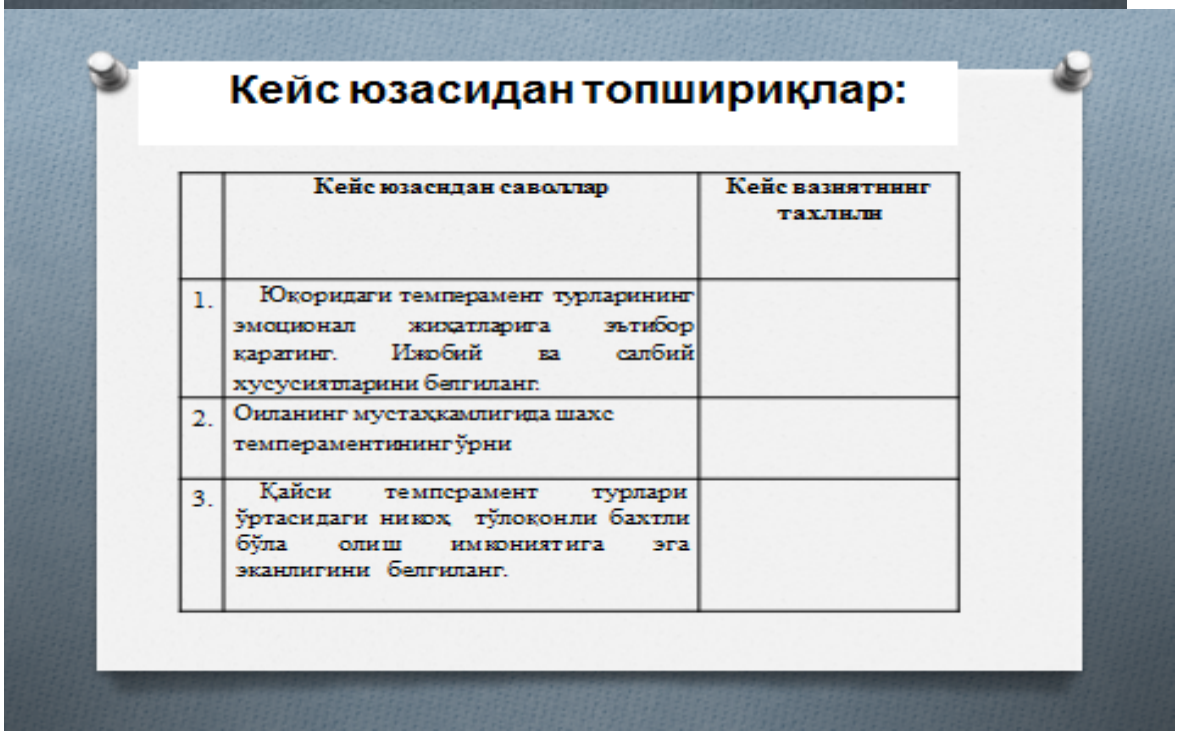
1-keys


Кейс учун вазият:
"Мен фарзандимга...қилдим, яхши бўлди. Сен ҳам қилиб кўр".
Ушбу иборани мисол ёрдамида кўриб чиқайлик. Қўшнимиз Гулираъно фарзандини камгаплиги, одамови ва тортинчоқлигини билар ва уни одобли, тарбияли деб мақтанарди. Аслида эса бу..... темперамент тури эди. Бола қанчалик хохламасин кўчада ўртоқлари билан бирга ўйнай олмасди. Эътиборсиз она фарзандидаги ўзгаришларни сезмасди. Охири бир кун келиб унинг "одамови, тортинчоқлиги" остида беркинган "исёни" юзага чиқа бошлади. Акмал сал нарсага инжиқлик қилар, тез-тез йиғларди. Онаси унга "кўз тегди" деди-ю, табиб-кирначи холаларга тез-тез бора бошлади. Бу Акмалга янада ёмон таъсир қиларди. Бир куни уйига меҳмонга келган Гулираънонинг ўртоғи "Э, мени қизимнинг ҳам шунақа одати бор эди, бирон бир нарса олиб бермасам йиғлаб жанжал қиларди. Уни жазолаш учун бир ўзини қоронғи хонага қамаб қўйдим. Токи йиғидан тўхтаб, узр сўрамагунча очмадим. Мана ҳозир жанжал бошласа бўлди, ўша хонани эслатсам жим бўлади қолади. Сен ҳам шундай қилиб кўр" деди. Эртасига инжиқлик қилиб бошлаган Акмални онаси қоронғи хонага қамаб қўйди. Эшик ёнида туриб натижасини кутди, Акмал бақириб йиғламади, эшикни очишини илтимос ҳам қилмади, узр ҳам сўрамади. Гулираъно эшикни очиб не кўз билан кўрсинки Акмал

Кейс юзасидан топшириқлар:
Кейс юзасидан саволлар
Кейс вазиятнинг тахлили
Юқоридаги фикрга муносабатингиз. ФСМУ жадвалини тўлдиринг.
Темпераментнинг ирсият (генетик) хусусиятларини ёритиб беринг.
Нерв системаси билан темпераментнинг боғлиқлиги ва келиб чиқадиган омилларнинг моҳиятини белгиланг.

2-kays





Baliq skleti metodi

“Tushunchalar taxlili” metodi

Zinama-zina texnologiyasi

Mavzu: Temperament va uning xususiyatlari

/

Xolerik:

/

Sangvinik:

/

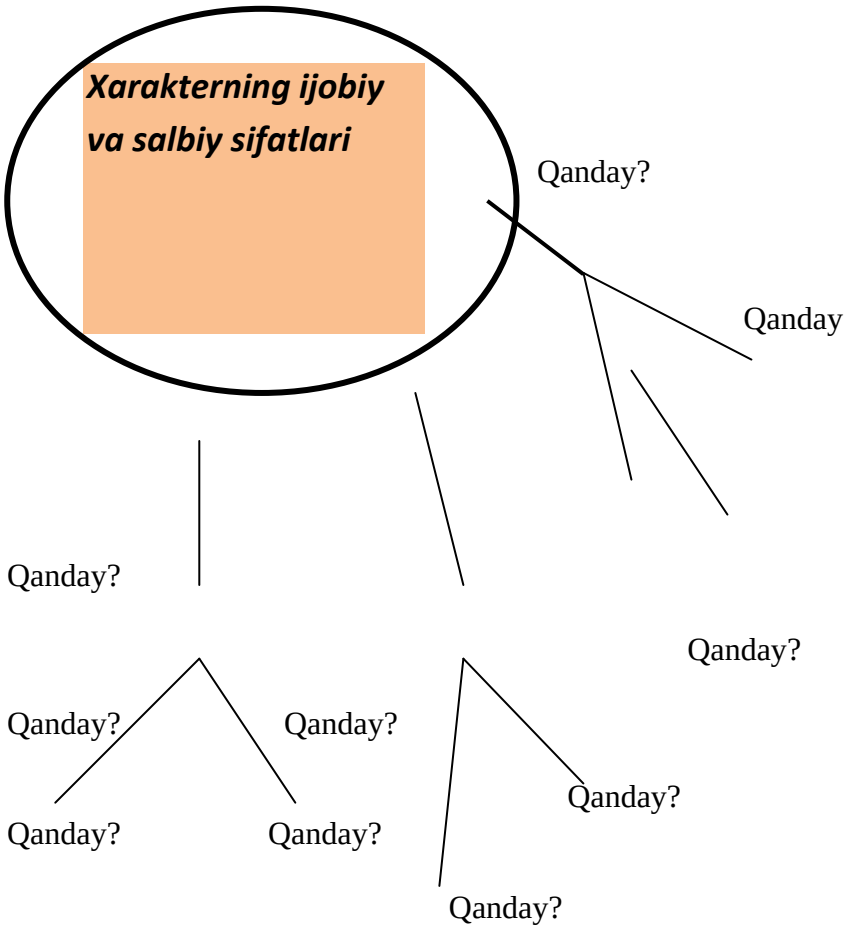
Flegmatik:

/

Melanxolik:

«Qanday» organayzerini to‘ldiring

Muhim muammoning echimini topishga yordam beradi va “Qanday” savoli orqali muammo hal qilinadi.



“FSMU” strategiyasi.

Fikr	
Sabab	
Misol	
Umumlashtirish	

1-gurux

Savol	Shaxs xarakteri o‘zgaruvchan xususiyatga ega
(**F**) Fikringizni bayon eting	
(**S**) Fikringiz bayoniga sabab ko‘rsating	
(**M**) Ko‘rsatgan sababingizni isbotlovchi dalil keltiring	
(**U**) Fikringizni umumlashti-ring	

2-gurux

Savol	Xarakter tug‘ma xususiyatga ega emas
(**F**) Fikringizni bayon eting	
(**S**) Fikringiz bayoniga sabab ko‘rsating	
(**M**) Ko‘rsatgan sababingizni isbotlovchi dalil keltiring	
(**U**) Fikringizni umumlashti-ring	

- **1-o‘quv topshiriq**

“Tushunchalar tahlili ” organayzerini to‘ldiring

Muhim muammoning echimini topishga yordam beradi va “Tushunchalar tahlili” usuli orqali muammo hal qilinadi.

- 1-guruh

Tushunchalar	Mazmuni
Mehnatsevarlik	
YAxshilik	
Talabchanlik	
Kamtarlik	

- 2-guruh

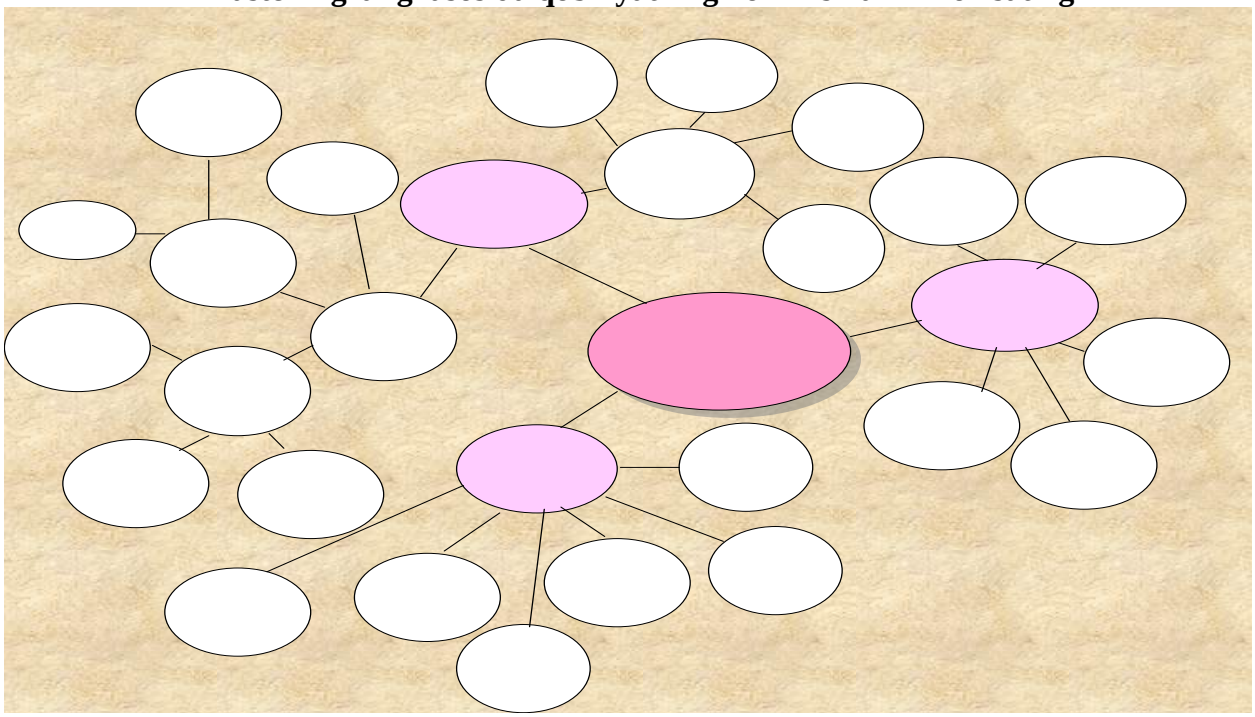
Tushunchalar	Mazmuni
Manmanlik	
Mas’uliyatsiz	

O‘ziga nisbatan yuqori baho berish	
Mag‘rurlik	

3-gurux

Tushunchalar	Mazmuni
Mexribon	
SHavqatsiz	
E’tiborli	
Sabrli	

“Klaster” grafigi asosida qobiliyatning ko‘rinishlarini ko‘rsating



Nazorat uchun savollar:

1. Individ,individuallik haqida tushuncha.
2. SHaxs va uning faoliyati
3. SHaxs tuzilishining tarkibiy qismi.
4. SHaxs faolligi va uning hayotiy pozitsiyasi.
5. Motiv va motivatsiya masalalari
6. SHaxsning individual xususiyatlari
7. Temperament nima ?
8. Temperament va uning tiplari
9. Xarakter nima ?
10. Xarakterning namoyon bo‘lish shakllari ?
11. Xarakter aksentuatsiyasi nima?
12. Qobiliyat nima ?
13. Qobiliyatning tug‘ma va orttirilgan sifatlarini aytib bering
14. Qobiliyatning individualligi deganda nimani tushunasiz ?

3-Mavzu: Shaxsning psixik bilish jarayonlari: xotira, dikkat, sezgi, idrok, tafakkur, nutq, xayol

Reja:

1. Diqqat turlari va ularning xususiyatlari.
2. Idrok va unda uchraydigan asosiy hodisalar
3. Xotira va uning inson hayotidagi o‘rni
4. Tafakkur va uning shakllari

O‘quv mashg‘ulotining maqsadi: diqqat, idrok,xotira, tafakkur to‘g‘risida umumiy tushunchalar yo‘naltirish, yo‘nalganlik, diqqat turlari, xususiyatlari haqidagi bilimlarni shakllantirish.

O‘quv faoliyatining natijasi: Talabalarga psixika,diqqat,idrok ,xotira,tafakkur, yo‘naltirish, yo‘nalganlik, diqqat ,idrok ,xotira,turlari, xususiyatlari haqida dastlabki bilimlar berish hamda mazkur jihatlar psixologiya fanini o‘rganish ob’ekti ekanligi asoslab berildi

FSMU texnologiyasi

F	Fikringizni bayon eting.
S	Fikringizni bayoniga biror sabab ko‘rsating.
M	Ko‘rsatilgan sababni tushuntiruvchi misol keltiring.
U	Fikringizni umumlashtiring.

1-guruh

Savol	Psixikani muhit va a’zolar tuzilishiga bog‘liqligini qanday izohlaysiz?
F-fikringizni bayon eting	
S-Fikringiz bayoniga sabab ko‘rsating	
M-ko‘rsatilgan sababingizni isbotlovchi dalil keltiring	
U- fikringizni umumlashtiring	

2-guruh

Savol	Inson psixikasinining buzilishiga sabablar .....
F-fikringizni bayon eting	
S-Fikringiz bayoniga sabab ko‘rsating	
M-ko‘rsatilgan sababingizni isbotlovchi dalil keltiring	
U- fikringizni umumlashtiring	

Diqqatning turlari

Ayrim adabiyotlarda diqqatning ikkita va ayrimlarida uchta deb ko‘rsatiladi. Ular ixtiyorsiz diqqat, ixtiyoriy diqqat va ixtiyoriydan so‘nggi diqqat turlaridan iboratdir. **Ixtiyorsiz diqqat** deb to‘satdan ta’sir qilgan biror sabab tufayli bizning hohishimizdan tashqari hosil bo‘ladigan diqqatga aytiladi. **Ixtiyoriy diqqat** deb, oldindan belgilangan qat’iy bir maqsad asosida va ongli

ravishda diqqatimizni ma’lum bir narsa va hodisalarga qaratishimizga aytiladi. Ixtiyoriy va ixtiyorsiz diqqatdan tashqari uning yana bir alohida turini ixtiyoriydan so‘nggi diqqatni ko‘rsatib o‘tish mumkin. Bu tushuncha psixologiyaga N.F.Dobrinin tomonidan kiritilgan. Agar maqsadga qaratilgan faoliyatda shaxs uchun diqqatning ixtiyoriy to‘planganidagi kabi faqat faoliyat natijasi emas, balki uning mazmuni va jarayonning o‘zi qiziqarli va ahamiyatli bo‘lsa ixtiyoriydan so‘nggi diqqat deb tushunish mumkin. Bu holda faoliyat kishini shu qadar qiziqtirib yuboradiki, u diqqatni ob’ektga qaratish uchun sezilarli irodaviy kuch-g‘ayrat sarflamasa ham bo‘laveradi. SHunday qilib, ixtiyoriydan so‘nggi diqqat ixtiyoriy diqqatdan keyin namoyon bo‘lgan holda shuning o‘zidangina iborat deb hisoblash mumkin emas.

o‘quv topshiriq
3x4 oranayzerini to‘ldiring

Mavzuning asosiy mazmunini ochib berishga yordam beradi va “3x4” texnologiyasi orqali talabalarni mavzu yuzasidan tushuncha, tasavvurlari aniqlanadi.

Diqqat –bu .....

“Muammo” organayzerini to‘ldiring

Diqqatning nerv-fiziologik asoslariga doir muammoli masalalarni echimini topishga yordam beradi va “Muammo” usuli orqali muammo hal qilinadi.

Muammoning turi	Muammoning kelib chiqish sabablari	Muammoni echish yo‘llari va sizning harakatingiz
I.P.Pavlov va A.Uxtomiskiylarning diqqatning nerv fiziologik asoslari borasidagi nazariyalaridangi o‘shashlik va farqli jihatlar nimalardan iborat?		

1-o‘quv topshiriq
FSMU texnologiyasi

Ushbu texnologiya munozarali masalalarni hal etishda hamda o‘quv jarayonini bahs-munozarali o‘tkazishda qo‘llaniladi, chunki bu texnologiya talabalarni o‘z fikrini himoya qilishga, erkin fikrlash va o‘z fikrini boshqalarga o‘tkazishga, ochiq holda bahslashishga hamda shu bilan birga bahslashish madaniyatini o‘rgatadi. Tinglovchilarga tarqatilgan oddiy qog‘ozga o‘z fikrlarini aniq va qisqa holatda ifoda etib, tasdiqlovchi dalillar yoki inkor etuvchi fikrlarni bayon etishga yordam beradi.
F-fikringizni bayon eting
S-Fikringiz bayoniga sabab ko‘rsating
M-ko‘rsatilgan sababingizni isbotlovchi dalil keltiring
U- fikringizni umumlashtiring

1-guruh

Savol	Ixtiyorsiz diqqatning inson hayotidagi o‘rni

	nimalardan iborat?
F-fikringizni bayon eting	
S-Fikringiz bayoniga sabab ko‘rsating	
M-ko‘rsatilgan sababingizni isbotlovchi dalil keltiring	
U- fikringizni umumlashtiring	

2-guruh

Savol	Ixtiyoriy diqqat inson faoliyatini ta’minlovchi omil ekanligini asoslang?
F-fikringizni bayon eting	
S-Fikringiz bayoniga sabab ko‘rsating	
M-ko‘rsatilgan sababingizni isbotlovchi dalil keltiring	
U- fikringizni umumlashtiring	

3x4 oranayzerini to‘ldiring

Mavzuning asosiy mazmunini ochib berishga yordam beradi va “3x4” texnologiyasi orqali talabalarni mavzu yuzasidan tushuncha, tasavvurlari aniqlanadi.

Idrok –bu .....

Idrokning nerv fiziologik asoslari Idrok ham sezgi kabi reflektor jarayon hisoblanadi. I.P.Pavlov bo‘yicha idrokning negizini tevarak-atrofimizdagi narsa va hodisalar retseptorlarga ta’sir etishi natijasida bosh miyaning katta yarim sharlari qobig‘ida hosil bo‘ladigan shartli reflekslarning muvaqqat nerv bog‘lanishlari tashkil etadi. Tashqi olamdagi narsalar va hodisalar kompleks qo‘zg‘atuvchi sifatida xizmat qiladi. Analizatorlarning qobiq bo‘linmalar o‘zagida ana shu kompleks qo‘zg‘atuvchilarning murakkab tahlili va sintezi amalga oshiriladi. Idrok sezgilarga qaraganda miyaning ancha yuksak darajadagi tahlil qilish, umumlashtirish faoliyati hisoblanadi. Tahlil qilmasdan turib, idrokning anglangan bo‘lishi mumkin emas. Jumladan, notanish xorijiy tilda aytilgan nutq boshdan-oyoq tovushlar oqimi tarzida idrok etiladi. Nutqning anglangan holda idrok etilishi, ya’ni u tushunishi uchun nutqning alohida iboralarga mohiyat e’tibori bilan so‘zlarga ajratish shartidir. Ayni paytda nutqni idrok etish jarayonida tahlil bilan bab- baravar tarzda sintez qilinadi, shu tufayli biz alohida tarqoq tovushlarni emas, balki so‘zlarni va iboralarni idrok etamiz.

o‘quv topshiriq
“Muammo” organayzerini to‘ldiring

Idrok nerv fiziologik asoslariga doir muammoli masalalarni echimini topishga yordam beradi va “Muammo” usuli orqali muammo hal qilinadi.

Muammoning turi	Muammoning kelib chiqish sabablari	Muammoni echish yo‘llari va sizning harakatingiz
Idrok jarayonini yuzaga kelish mexanizmi nimadan iborat ekanligini tushuntiring?		

Idrokning xossalari

Idrokning o‘ziga xos juda muhim xususiyatlaridan yana biri kuzatuvchanlikdir. Umuman olganda idrok jarayonining hammasi kuzatish bilan har doim uzviy bog‘liq. CHunki odam idrok qilayotganida nimanidir kuzatadi. Lekin ixtiyorsiz idrok jarayonidagi kuzatiladigan narsa va hodisalar odamning esida saqlanib qola bermaydi. Kuzatishning muvaffaqiyati oldindan qo‘yiladigan tayyorgarlikka, kishining bilim va tajribalariga, diqqatining kuchiga va fikrlash faolligiga bog‘liq. Kishining rejali, tizimli va davomli ixtiyoriy idrok qilish qobiliyatini **kuzatuvchanlik** deyiladi. Kuzatuvchanlik shaxsning shunday xislatidirki, bunda u narsa va hodisalarning unga bilinmaydigan muhim xarakterli xususiyatlarini payqay oladi. Idrok qilinadigan narsani o‘rab turgan boshqa narsa, jism yoki hodisalarga nisbatan **ob’ekt** hisoblanib, ob’ektning atrofdagilari esa **fon** deyiladi. Masalan, o‘qituvchi bir darsda bir necha o‘quvchilardan so‘raydi. Har safar so‘rayotganlarni ko‘radi. CHaqirilgan o‘quvchi uning javobi xatti-harakati idrok ob’ekti hisoblanadi. **Appersepsiya** – idrok jarayonini shaxsning oldingi bilimlari, shaxsiy va ijtimoiy tajribalari, qiziqishlari, motivatsiyasi, ehtiyojlari va odatlari, umuman ruhiy hayotining barcha mazmuni bilan belgilanishidir. Appersepsiya xodisasi tufayli odamlar o‘zaro idrokining mazmuni bilan bir-birlaridan muayyan darajada tafovutlanadilar, ya’ni ular aynan bir xil narsani uzining bilimi, saviyasi, nuqtai nazari, dunyoqarashi va ijtimoiy kelib chiqishiga asoslangan holda turlicha idrok qiladilar hamda aks ettiradilar. Idrokning **konstantligi** deganda biz idrok qilishdan ongimizda hosil bo‘lgan obrazning real voqelikdagi bizga ta’sir etib turgan narsaning tabiiy holatiga har jihatdan mos bo‘lishini tushunamiz. **Illyuziya** – bizga ta’sir qilayotgan narsalarni yanglish idrok qilish demakdir. Voqelikdagi narsa va hodisalarning tana a’zolarini qabul qilish analizatorlarga bevosita ta’sir etmasdan inson ongida turli obrazlarning (ovozlarning eshitilishi, sharpalarning sezilishi) xayolan, fikran paydo bo‘lishidan iborat idrokning psixopatalogik (ruhiy xastalik) hodisasiga **gallyusinatsiya** deyiladi.

1-o‘quv topshiriq
FSMU texnologiyasi

Ushbu texnologiya munozarali masalalarni hal etishda hamda o‘quv jarayonini bahs-munozarali o‘tkazishda qo‘llaniladi, chunki bu texnologiya talabalarni o‘z fikrini himoya qilishga, erkin fikrlash va o‘z fikrini boshqalarga o‘tkazishga, ochiq holda bahslashishga hamda shu bilan birga bahslashish madaniyatini o‘rgatadi. Tinglovchilarga tarqatilgan oddiy qog‘ozga o‘z fikrlarini aniq va qisqa holatda ifoda etib, tasdiqlovchi dalillar yoki inkor etuvchi fikrlarni bayon etishga yordam beradi.
F-fikringizni bayon eting
S-Fikringiz bayoniga sabab ko‘rsating
M-ko‘rsatilgan sababingizni isbotlovchi dalil keltiring
U- fikringizni umumlashtiring

1-guruh

Savol	Kuzatuvchanlikning inson hayotidagi o‘rni nimalardan iborat?
F-fikringizni bayon eting	
S-Fikringiz bayoniga sabab ko‘rsating	
M-ko‘rsatilgan sababingizni isbotlovchi dalil keltiring	
U- fikringizni umumlashtiring	

2-guruh

Savol	Appersepsiya insonning turmush tarzi bilan bog‘liqmi?
F-fikringizni bayon eting	
S-Fikringiz bayoniga sabab ko‘rsating	
M-ko‘rsatilgan sababingizni isbotlovchi dalil keltiring	

U- fikringizni umumlashtiring	

Insert usulidan foydalanib ishlash qoidasi

1.Ma’ruza
matnini o‘qib, matnning chetiga quyidagi belgilarni qo‘yib chiqing:
V-bilaman
+ – men uchun yangi ma’lumot
– – men bilgan ma’lumotni inkor qiladi
? – noaniq (aniqlashtirish talab qiladigan) qo‘shimcha ma’lumot
2.Olingan natijalarni jadval shaklida rasmiylashtiring.

№	Mavzu savollari	V	–	+	?

Xotira biz ilgari idrok qilgan, boshdan kechirgan va bajargan ishlarimizni yodda saqlash, keyinchalik ularni eslash yoki xotirlash jarayonidir. Biz har kuni yangi narsalarni bilamiz, kun sayin bilimlarimiz boyib boradi. Xotira faoliyatida shaxsning g‘oyaviy yo‘nalishi katta o‘rin egallaydi. Bu yo‘nalish uning faoliyatini hayot sharoiti ta’sirida shakllantiradi. Kishi o‘zining shu faoliyati uchun muhim bo‘lgan voqea, hodisalarni yaxshi eslab qoladi. Aksincha, kishi uchun kam ahamiyatga ega bo‘lgan narsalar yomon esda qoldiriladi va tezda unutib yuboriladi. SHu o‘rinda xotira borasidagi ta’riflarga qaytsak, ko‘pgina adabiyotlarda xotira tushunchasi quyidagicha ta’riflanadi. «Indvidning o‘z tajribasida esda olib qolishi, esda saqlashi va keyinchalik uni yana esga tushirishi *xotira* deb ataladi». SHuni ta’kidlash joizki, keltirilgan mazkur ta’rif xotiraning murakkab, keng qamrovli jihatlarini to‘la ta’kidlash imkoniyatiga ega. SHaxsning yo‘nalishi uning qiziqishida ifodalanadi. Kishining qiziqishi xotiraga aniq va kuchli ta’sir ko‘rsatadi, ya’ni yaxshi esda olib qolishni ta’minlaydi. Biz ko‘pincha u yoki bu narsa va hodisalarni yomon esda qoldiramiz. Bu xotirani yomonligini emas, balki ularga qiziqish yo‘qligini ko‘rsatadi
1-ilova.

“Konseptual jadval” grafigi asosida tizimlashtiring

Predmeti	Tavsif, toifa, ajarlib turadigan belgilar		
	Ta’rif	O‘rganishning axamiyati	O‘rganishdagi qiyinchiliklar
Xotira			
Tafakkur			
Idrok			
Diqqat			
Sezgi			

1-o‘quv topshiriq
3x4 oranayzerini to‘ldiring

Mavzuning asosiy mazmunini ochib berishga yordam beradi va “3x4” texnologiyasi orqali talabalarni mavzu yuzasidan tushuncha, tasavvurlari aniqlanadi.

Xotira –bu .....

Xotiraning nerv fiziologik asoslari Xotiraning nerv-fiziologik asosida bosh miya po‘stida hosil bo‘ladigan shartli reflekslar, turli assotsiativ bog‘lanishlar yotadi. Lekin, odam esda olib qolish paytida assotsiatsiyalar hosil bo‘lganligini mutlaqo sezmaydi. Har xil assotsiatsiyalarning hosil bo‘lganini odam keyinchalik biror narsani esga tushirish paytida bo‘ladi. Xotiraning nerv-fiziologik mexanizmlari xususida to‘xtalar ekanmiz, so‘nggi yillarda texnikaning g‘oyat tez rivojlanishi natijasida turli esda olib qoluvchi apparatlarga bo‘lgan ehtiyoj benihoya ko‘payib ketganligini ta’kidlash joiz. Bu o‘z navbatida xotiraning nerv-fiziologik mexanizmlarini psixolog va fiziologlardan tashqari injenerlar, bioximiklar, genetiklar hamda kibernetiklar tomonidan o‘rganilishiga olib keldi. Natijada xotiraning nerv fiziologik mexanizmlarini tushuntiruvchi bir qancha yangi nazariyalar maydonga keldi. Ana shunday nazariyalardan eng muhimi molekulalarning o‘zgarishi bilan bog‘liq bo‘lgan bioximik nazariyadir. Bu nazariyaga ko‘ra biror narsani esda olib qolish va esda saqlab turish maxsus tuzilishni o‘zgarishi bilan bog‘liqdir. O‘tkazilgan tekshirishlarga ko‘ra, biror narsa esda olib qolinganda, asosan nerv hujayralarining (neyronlarning) dendrit shoxlari tarkibida o‘zgarish yuzaga keladi. Ular qandaydir boshqacharoq tuzilishga kirib oladilar. Dendritlar tuzilishidagi hosil bo‘lgan o‘zgarish darrov o‘tib ketadigan bo‘lmay, ancha mustahkam bo‘ladi. SHu sababli esda olib qolgan narsa uzoq vaqt xotirada saqlanib turadi.

“Muammo” organayzerini to‘ldiring

Xotiraning nerv fiziologik asoslariga doir muammoli masalalarni echimini topishga yordam beradi va “Muammo” usuli orqali muammo hal qilinadi.

Muammoning turi	Muammoning kelib chiqish sabablari	Muammoni echish yo‘llari va sizning harakatingiz
Nima uchun assotsiatsiya xotiraning nerv fiziologik asosi ekanligini tushuntiring?		

1-guruh

Savol	Inson kundalik faoliyatida muloqotning o‘rnini qanday baholaysiz?
F-fikringizni bayon eting	
S-Fikringiz bayoniga sabab ko‘rsating	
M-ko‘rsatilgan sababingizni isbotlovchi dalil keltiring	
U- fikringizni umumlashtiring	

2-guruh

Savol	SHaxsda psixik jarayonlarni rivojlanishida faoliyatning o‘rni sizningcha qanday?

F-fikringizni bayon eting	
S-Fikringiz bayoniga sabab ko‘rsating	
M-ko‘rsatilgan sababingizni isbotlovchi dalil keltiring	
U- fikringizni umumlashtiring	

“Tushunchalar tahlili ” organayzerini to‘ldiring

1-guruh

Muhim muammoning echimini topishga yordam beradi va “Tushunchalar tahlili” usuli orqali muammo hal qilinadi.

Tushunchalar	Mazmuni
Esda olib qolish	
Esda saqlash	
Esga tushirish	
Unutish	

2-guruh

Tushunchalar	Mazmuni
Ixtiyorsiz esda olib qolish	
Ixtiyoriy esda olib qolish	
Tanish	
Eslash	

Tafakkur haqida tushuncha

Tafakkur inson aqliy faoliyatining yuksak shaklidir. Tafakkur orqali biz sezgi a’zolarimiz bilan bevosita aks ettirib bo‘lmaydigan narsa va hodisalarni ongimizda aks ettiramiz. Umuman olganda tashqi muhitdagi narsa va hodisalar o‘rtasida ko‘z bilan ko‘rib, quloq bilan eshitib bo‘lmaydigan ichki munosabatlar hamda qonuniyatlar mavjud. Ana shu ichki bog‘lanish hamda qonuniyatlarni biz tafakkur orqali bilib olamiz. Demak, **tafakkur** deb narsa va hodisalar o‘rtasidagi eng muhim bog‘lanishlar va munosabatlarning ongimizda aks ettirilishiga aytiladi. Tafakkur faoliyati muayyan maqsadga qaratilgan alohida ongli jarayon tariqasida sodir bo‘ladi. Bosh miyaning biror uchastkasidagi faoliyat emas, balki butun bosh miya po‘stining faoliyati mana shu jarayonning fiziologik asosidir. Tafakkur faoliyati uchun avvalo analizatorlarning miyadagi uchlari o‘rtasida vujudga keladigan murakkab bog‘lanishlar muhim ahamiyatga egadir. Analizatorlarning bosh miya po‘stidagi uchastkalari bir-biridan keskin ajralgan holda emas, balki bir-biriga tutashib, bir-biri bilan chambarchas bog‘lanib ketganligi sababli mazkur bog‘lanishlarning vujudga kelishi yuqorida aytib o‘tilganidek, tafakkurning maxsus nerv-fiziologik mexanizmlaridir. Bunda ikkinchi signallar tizimining bog‘lanishlari birinchi signal tizimidagi bog‘lanishlarga tayanadi. I.P.Pavlov ikkinchi signal tizimining ishi hamisha birinchi signal tizimi bilan o‘zaro o‘tkazish jarayonida hozir bo‘ladi, deb ta’kidlagan. Ikkinchi signal tizimi asosida birinchi signal bilan o‘zaro ta’sir qilish jarayonida dastlab umuminsoniy empirizmni va nihoyat odamning o‘z tevaragidagi olamni va uning o‘zini bilish uchun oliy qurol bo‘lgan oliy tafakkur voq’e bo‘ladi. Tafakkurning muayyan bir narsaga qaratilishi uchun nerv-fiziologik asos bo‘lgan orientirovka refleksi tafakkur jarayonlarida katta rol o‘ynaydi. Akademik I.P.Pavlov ta’kidlaganidek, “avvalo umuminsoniy empirizmni nihoyat, atrof olamni va insonning o‘zini ham bilish uchun oliy qurol bo‘lgan fanni ham yaratuvchi maxsus insoniy oliy tafakkur zarurdir”.

B/B/B jadvali

Bilaman	Bilishni xohlayman	Bilib oldim

3x4 oranayzerini to‘ldiring

Mavzuning asosiy mazmunini ochib berishga yordam beradi va “3x4” texnologiyasi orqali talabalarni mavzu yuzasidan tushuncha, tasavvurlari aniqlanadi.

Tafakkur –bu .....

Tafakkur operatsiyalari

Analiz, sintez, taqqoslash, abstraksiyalash va umumlashtirish, tasniflash va tizimga solish aqliy operatsiyalarning asosiy turlaridir. **Analiz** – shunday bir tafakkur operatsiyasidirki uning yordami bilan biz narsa va hodisalarni fikran yoki amaliy jihatdan xususiyatlarini tahlil qilamiz. Analiz jarayonida butunning uning qismlariga va elementlariga bo‘lgan munosabati aniqlanadi. **Sintez –** shunday bir tafakkur operatsiyasidirki, biz narsa va hodisalarning analizda bo‘lingan, ajratilgan ayrim qismlarini, bo‘laklarini sintez yordami bilan fikran va amaliy ravishda birlashtirib, butun holiga keltiramiz. **Taqqoslash** – shunday bir tafakkur operatsiyasidirki, bu operatsiya vositasi bilan ob’ektiv dunyodagi narsa va hodisalarning bir-biriga o‘xshashligi va bir-biridan farqi aniqlanadi. **Abstraksiya –** shunday fikr tafakkur operatsiyasidirki, bu operatsiya yordami bilan moddiy dunyodagi narsa va hodisalarning muhim xususiyatlarini farqlab olib, ana shu xususiyatlardan narsa va hodisalarning muhim bo‘lmagan ikkinchi darajali xususiyatlarini fikran ajratib tashlaymiz. **Umumlashtirish** – tafakkurda aks etgan bir turkum narsalarning, o‘xshash muhim belgilarning shu narsalar to‘g‘risidagi bitta tushuncha qilib, fikrda birlashtirish demakdir. **Konkretlashtirish** – hodisalarni ichki bog‘lanish va munosabatlardan qat’iy nazar bir tomonlama ta’kidlashdan iborat fikr yuritish operatsiyasidir. **Klassifikatsiyalash** – bir turkum ichidagi narsalarning bir-biriga o‘xshashligiga va boshqa turkumdagi narsalardan farq qilishiga qarab narsalarni turkumlarga ajratish tizimidir. **Sistemalashtirish** – tizimga solish shundan iboratki, bunda ayrim narsalar, faktlar, hodisa va fikrlar muayyan tartibda makondagi, vaqtdagi tutgan o‘rniga yoki mantiqiy tartibda joylashtiriladi.

o‘quv topshiriq

“Muammo” organayzerini to‘ldiring

Tafakkur operatsiyalariga doir muammoli masalalarni echimini topishga yordam beradi va “Muammo” usuli orqali muammo hal qilinadi.

Muammoning turi	Muammoning kelib chiqish sabablari	Muammoni echish yo‘llari va sizning harakatingiz

Biogenetik va sotsiogenetik nazariyalarda shaxs muammosining talqini nimalardan iborat?		

Tafakkur shakllari

Psixologiyada nutq fikr yuritish faoliyatining vositasi deb yuritiladi. Odamda nutq tafakkur jarayonida hukm, xulosa chiqarish va tushunchalar shaklida ifodalanib keladi. Narsa va hodisalarning belgi va xususiyatlari haqida tasdiqlab yoki inkor qilib aytilgan fikr **hukm** deb ataladi. Hukmlar ob'ektiv voqelikni aks ettirilishiga qarab chin yoki xato bo‘ladi. Narsa va hodisalarda voqelikda haqiqatan o‘zaro bog‘liq bo‘lgan belgilar, alomatlar hukmlarda bog‘liq ravishda ko‘rsatib berilsa yoki voqelikda bir-biridan ajratilgan narsalar hukmlarda ajratib ko‘rsatilsa bu **chin hukm** deb ataladi. Masalan, metallar elektr tokini o‘tkazuvchidir; metallar qizdirilganda kengayadi, degan chin hukmlardir. CHunki elektr tokini o‘tkazish qizdirilganda kengayishi metallarga xos xususiyatdir. Bir qancha hukmlarning mantiqiy bog‘lanishi natijasida hosil bo‘lgan yangi hukm insonning bilish faoliyatida alohida ahamiyatga ega. **Xulosa chiqarish** shunday tafakkur shaklidirki, bu shakl vositasi bilan biz ikki yoki undan ortiq hukmlardan yangi hukm hosil qilamiz. Xulosa chiqarish uch turga bo‘linadi: induktiv, deduktiv va analogiya. **Induktiv xulosa chiqarish** – bu xulosa chiqarishning shunday mantiqiy usulidirki, bunda bir necha yakka va ayrim hukmlardan umumiy hukmga o‘tiladi, yoki ayrim fakt va hodisalarni o‘rganish asosida umumiy qonun va qoidalar yaratiladi.

Deduktiv xulosa chiqarishda umumiy va yakka hukmlardan yakka yoki juz'iy hukm keltirib chiqariladi. **Analogiya** xulosa chiqarishning shunday shaklidirki, bunda biz ikki predmetning ba'zi bir belgilari o‘xshashligiga qarab, bu predmetlarning boshqa belgilarining o‘xshashligi to‘g‘risida xulosa chiqaramiz. **Analogiya** deb narsa va hodisalarning bir-biriga o‘xshash bo‘lgan ba'zi belgilariga qarabgina hukm yuritishdan iborat xulosa chiqarish shakliga aytiladi. **Tushuncha** deganda biz narsa va hodisalarning eng muhim va eng asosiy xususiyatlarini aks ettirishni tushunamiz. Tushunchalar hukmlardan tarkib topadi. SHu sababli tushunchaning mazmunini ochib berish uchun bir qancha hukm yurtishga to‘g‘ri keladi.

1-o‘quv topshiriq
FSMU texnologiyasi

Ushbu texnologiya munozarali masalalarni hal etishda hamda o‘quv jarayonini bahs-munozarali o‘tkazishda qo‘llaniladi, chunki bu texnologiya talabalarni o‘z fikrini himoya qilishga, erkin fikrlash va o‘z fikrini boshqalarga o‘tkazishga, ochiq holda bahslashishga hamda shu bilan birga bahslashish madaniyatini o‘rgatadi. Tinglovchilarga tarqatilgan oddiy qog‘ozga o‘z fikrlarini aniq va qisqa holatda ifoda etib, tasdiqlovchi dalillar yoki inkor etuvchi fikrlarni bayon etishga yordam beradi.

F-fikringizni bayon eting
S-Fikringiz bayoniga sabab ko‘rsating
M-ko‘rsatilgan sababingizni isbotlovchi dalil keltiring
U- fikringizni umumlashtiring

1-guruh

Savol	Malaka va uning inson hayotidagi o‘rnini qanday baholaysiz?
F-fikringizni bayon eting	
S-Fikringiz bayoniga sabab ko‘rsating	
M-ko‘rsatilgan sababingizni isbotlovchi dalil keltiring	
U- fikringizni umumlashtiring	

2-guruh

Savol	Inson odatlar uning ijobiy va salbiy tomonlarini nimada deb o‘ylaysiz?
F-fikringizni bayon eting	
S-Fikringiz bayoniga sabab ko‘rsating	
M-ko‘rsatilgan sababingizni isbotlovchi dalil keltiring	
U- fikringizni umumlashtiring	

Tafakkur turlari

A.V.Petrovskiy muharrirligida chop etilgan, “Umumiy psixologiya” darsligida tafakkurni quyidagi turlari ajratib ko‘rsatiladi: ko‘rgazmali-harakat, ko‘rgazmali-obrazli, mavhum nazariy tafakur turlari va boshqalar.

Ko‘rgazmali-harakat tafakkur turi. Tarixiy taraqqiyot davomida odamlar o‘z oldilarida turgan maqsadlarni dastlab amaliy faoliyat nuqtai nazaridan echganlar, keyinchlik unda nazariy faoliyat ajralib chiqqan. amaliy va nazariy faoliyat chambarchas bir-biri bog‘langandir. **Ko‘rgazmali-obrazli tafakkur** sodda shaklda ko‘pincha bog‘cha yoshidagi bolalarda, ya’ni 4-7 yoshgacha bo‘lgan bolalarda paydo bo‘ladi. Bu yoshdagi bolalarda tafakkurning amaliy harakatlar bilan aloqasi avvalgidek to‘g‘ri va bevosita bo‘lmaydi. Bog‘cha yoshidagi bolalar faqat ko‘rgazmali obrazlar bilan fikr yuritadilar va uncha tushunchaga ega bo‘lmaydilar. Fikr yuritilishi lozim bo‘lgan narsa-hodisalarni idrok yoki tasavvur qilish mumkin bo‘lsa, bunday tafakkur **konkret tafakkur** deb ataladi. U o‘z navbatida yaqqol-predmetli va yaqqol-obrazli tafakkur turlariga ajratiladi. Agar fikr yuritish ob’ekti bevosita idrok qilinsa, bunday tafakkur **yaqqol-predmetli tafakkur** deyiladi. Fikr yuritilayotgan narsa va hodisalar faqat tasavvur qilinsa, bunday tafakkur **yaqqol-obrazli tafakkur** deb ataladi. **Abstrakt tafakkur** narsalarning mohiyatini aks ettiruvchi va so‘zlarda ifodalovchi tushunchalarga tayanib fikr yuritishdir. Algebra, trigonometriya, fizika, chizma geometriya, oliy matematika masalalarini echish mahalida fikr yuritish, mulohaza bildirish, abstrakt tafakkurga xos misollardir. Abstrakt tafakkur konkret tafakkurdan g‘oyat keng ma’no anglanishi bilan qator narsa va hodisalar to‘g‘risida, abstrakt tafakkur yordamida mulohaza borliq to‘g‘risida cheksizlik, sifat, miqdor, tenglik to‘g‘risida, go‘zallik yuzasidan mavhum abstrakt mulohaza yuritish mumkinligi bilan farq qiladi. Hodisalarni izohlashga, faraz qilishga qaratilgan tafakkur **nazariy tafakkur** deb ataladi. Tushunchalar o‘rtasidagi bog‘lanishlarni yoritib borish va shu bog‘lanishlarni nazariy jihatdan fikr yuritish yo‘li bilan izohlash kabi jarayonlarni nazariy tafakkur yordamida amalga oshirish mumkin. Izohlash paytida izohlanayotgan narsa va hodisalar, xossa va xususiyatlar, jism va predmetlar, umuman butun voqelik ma’lum turkumdagi tushunchalar qatoriga kiritiladi va ularning farq qiladigan belgi va alomatlari fikran ajratib ko‘rsatiladi. Bundan tashqari muayyan ob’ektlarning mohiyati, mazmuni mavjud bo‘lishlik sabablari, kelib chiqishi, taraqqiyoti, o‘zgarishi, shuningdek ularning ahamiyati va funksiya hamda vazifalari izohlab beriladi.

“Tushunchalar tahlili ” organayzerini to‘ldiring

1-guruh

Muhim muammoning echimini topishga yordam beradi va “Tushunchalar tahlili” usuli orqali muammo hal qilinadi.

Tushunchalar	Mazmuni
Ko‘rgazmali –obrazli	
Ko‘rgazmali –harakat	
Konkret tafakkur	
Abstrakt tafakkur	

2-guruh

Tushunchalar	Mazmuni
Ijodiy tafakkur	
So‘z mantiq tafakkur	
Ixtiyorsiz tafakkur	
Ixtiyoriy tafakkur	

Jonlantirish uchun savollar:

1.Diqqat tushunchasining mohiyatini izohlang?
2.Diqqat turlarini ko‘rsating?
3.Diqqatning xususiyatlarini ajratib ko‘rsating?
4.Parishonxotirlik tushunchalarining mazmuni nimalarda ko‘rinadi?
5.Jahon psixologiyasida diqqat nazariyalari xususida nimalarni ayta olamiz?
6.Idrok tushunchasining mohiyatini ko‘rsating?
7.Idrokda kuzatish va kuzatuvchanlikning mohiyati nimalarda ko‘rinadi?
8.Idrokda illyuziya va gallyusinatsiya hodisalarini izohlang?
9.Idrokning tasnifini izohlang?
10Xotira turlarining mohiyatini ko‘rsating?
11.Xotira jarayonlari mohiyatini izohlang?
12Xotira tasavvurlarining o‘rnini qanday izohlaysiz?
13.Tafakkur tushunchasining mazmunini izohlang?
14.Tafakkur operatsiyalarini ajratib ko‘rsating?
15.Tafkkur shakllari nimalarda ko‘rinadi?
16.Tafakkur sifatlarining mazmunini izohlang?
17.Tafakkurning turlarining mohiyatini izohlang?
18Tafakkurdagi individual farqlar nimalarda ko‘rinadi?

4-Mavzu: Shaxsning emotsional-irodaviy xolatlari

Reja:

1. Xissiyot xolatlarni ifodalanishi. Xissiyot turlari.
2. Irodaviy faoliyatning umumiy xususiyatlari.
3. Shaxsning irodaviy sifatlari va ularni tarbiyalash.
4. Shaxsni kasbga moslashish psixologiyasi.

O‘quv mashg‘ulotining maqsadi: iroda, ixtiyoriy haraktlar, irodaviy akt va uning tuzilishi, irodaviy sifatlar haqidagi bilimlarni shakllantirish.

O‘quv faoliyatining natijasi: talabalarga iroda, ixtiyoriy haraktlar, irodaviy akt va uning tuzilishi, irodaviy sifatlar haqida dastlabki ma’lumotlar zahirasini berish hamda mazkur jihatlar psixologiya sohasining o‘rganish ob’ekti ekanligini asoslab berildi.

Xissiyot xolatlarni ifodalanishi. Xissiyot turlari.

Hissiyot tushunchasiga adabiyotlarda turlicha ta’riflar uchraydi jumladan; A.V.Petrovskiy tahriri ostida chiqqan «Umumiy psixologiya» darsligida 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 kichik munosabatdir. M.Vohidovning «Bolalar psixologiyasi» o‘quv qo‘llanmasida hissiyot deb – tashqi olamdagi narsa va hodisalarga bo‘lgan ichki kechinmalarimizning ongimizda aks ettirilishga aytiladi. Q.Turg‘unov muallifligidagi lug‘atda hissiyot-shaxsning voqelikdagi narsa va hodisalarga, kishilarga hamda o‘z-o‘ziga bo‘lgan munosabatlarida kelib chiqadigan yoqimli yoki yoqimsiz kechinmalardan iborat. Professor E.G‘oziev muallifligidagi «Umumiy psixologiya» darsligida hissiyot odamda, tirik mavjudotlar miyasida, ya’ni shaxslarning ehtiyojlarini qondiruvchi va unga monelik qiluvchi ob’ektlarga nisbatan uning munosabatlarini aks ettirish ma’nosida qo‘llaniladi. YUqoridagi ta’riflardan ko‘rinib turibdiki, **hissiyot** bizning tuyg‘ularimizning o‘ziga xos aks ettirish jarayoni bo‘lib, bunda narsa va hodisalarni aks ettirish jarayonida bizda tug‘iladigan ichki kechinmalar va munosabatlar aks ettiriladi. Demak, hissiyotlar o‘z- o‘zidan yuzaga kelmasdan, tashqi olamdagi narsa va hodisalarning ta’siri bilan bog‘liq ravishda yuzaga keladi. Adabiyotlarda hissiyot bilan birga emotsiya tushunchasi ham keng doirada qo‘llaniladi. Aynan emotsiya tushunchasining mazmuni nimadan iborat va hissiyot tushunchasi bilan o‘zaro bog‘liqligi qanday degan savol tug‘iladi? SHunga muvofiq emotsiya tushunchasining mazmun mohiyatini yoritadigan bo‘lsak; jumladan professor E.G‘ozievning “Umumiy psixologiya” darsligida emotsiya-odatda tashqi alomatlari yaqqol namoyon bo‘ladigan his-tuyg‘ularni, ichki kechinmalarni ifodalanishidan iborat psixik jarayonni yuzaga kelishining aniq shaklidir, deb ta’riflanadi. **Emotsiya** – shaxsning voqelikka o‘z munosabatini his qilishidan kelib chiqadigan, uning ehtiyoj va qiziqishlari bilan bog‘liq bo‘lgan yoqimli yoki yoqimsiz kechinmalaridir. Keltirilgan ta’riflardan ko‘rinadiki, hissiyot tushunchasi emotsiyaga nisbatan kengroq tushuncha bo‘lib, shaxsning kundalik hayoti, turmush tarzidagi barcha jabhalarni qamrab oladi. Hissiyot boshqa hamma psixik jarayonlar kabi bosh miya po‘sti qismining faoliyati bilan bog‘liqdir. Bosh miya hissiyotlarning kuchini va barqarorligini idora qilib turadi. Hissiyotlar boshqa bilish jarayonlaridan farqli bosh miya po‘stining faoliyatidan tashqari organizmning ichki a’zolari faoliyati bilan ham bog‘liqdir, boshqacha qilib aytganda hissiyotlar vegetativ nerv tizimining faoliyati bilan ham bog‘liqdir. CHunonchi, odam qattiq uyalgan paytida qizarib ketadi, qattiq qo‘rqqan paytida esa rangi o‘chib, qaltirab ketadi, xattoki odamning ovozida ham o‘zgarish paydo bo‘ladi. Ana shunday hissiy holat yuz bergan paytda odamning yuragi tez ura boshlaydi,

nafas olishi ham tezlashadi.

1-o‘quv topshiriq
3x4 oranayzerini to‘ldiring

Mavzuning asosiy mazmunini ochib berishga yordam beradi va “3x4” texnologiyasi orqali talabalarni mavzu yuzasidan tushuncha, tasavvurlari aniqlanadi.

Hissiyot –bu .....

Irodaviy faoliyatning umumiy xususiyatlari.

Odam tevarak – atrofdagi narsalarni o‘zgartirib o‘ziga moslashtirar ekan, yangilik yaratadi, ijod qiladi, shu yangilikni tevarak-atrofdagi voqelikka qo‘shadi, voqelikni o‘zgartiradi va to‘ldiradi. Umuman odam har doim harakat qilmasdan tura olmaydi. Ana shu jihatdan olganda odamning barcha harakatlarini ikki turkumga bo‘lish mumkin. Ulardan birinchisi ixtiyorsiz harakatlar bo‘lsa, ikkinchisi ixtiyoriy harakatlardir. Odamning ixtiyorsiz harakatlari qat’iy bir maqsadsiz, ko‘pincha impul’siv tarzda, ya’ni reflektor tarzda yuzaga keladi. Ixtiyorsiz harakatlar har qanday sharoitda yuz berishi mumkin. Ixtiyorsiz harakatlar ba’zan, odamning aqliy faoliyatlari bilan ham bog‘liq bo‘ladi. CHunonchi, ixtiyorsiz idrok, ixtiyorsiz diqqat, ixtiyorsiz esda olib qolish, ixtiyorsiz esga tushirish holatlari ham bo‘ladi. Bunday hollarda odamning ixtiyorsiz harakatlari idrok qilinayotgan narsaning boshqa narsalardan keskin farq qilishi yoki odamning qiziqishlari, ehtiyojlari bilan bevosita bog‘liq bo‘ladi. Ixtiyoriy harakatlar iroda bilan bog‘liq bo‘lgan harakatlardir. Ixtiyoriy harakatlar oldindan belgilangan maqsad asosida to‘la ongli ravishda amalga oshiriladigan harakatlardir. Lekin ixtiyoriy harakat deganda, faqat jismoniy harakatlar emas, balki, aqliy harakatlar ham tushuniladi. SHunday qilib, iroda tushunchasiga nisbatan adabiyotlarda turlicha ta’riflar uchraydi. Jumladan, A.V.Petrovskiy darsligida iroda – bu kishining o‘z oldiga qo‘ygan maqsadlariga erishishida qiyinchiliklarni engib o‘tishga qaratilgan faoliyati va xulq-atvorini ongli ravishda tashkil qilishi va o‘z-o‘zini boshqarishi demakdir, deb ta’riflanadi. Q.Turg‘unov muallifligidagi lug‘atda ta’riflanishicha, iroda – shaxsning ongli harakatlarida, o‘z-o‘zini bilishida ifodalanadigan, ayniqsa maqsadga erishish yo‘lida uchraydigan jismoniy va ruhiy qiyinchiliklarni engib chiqishda namoyon bo‘ladigan ixtiyoriy faolligidir. M.Vohidov fikricha, iroda deganda biz oldindan belgilagan, qat’iy bir maqsad asosida amalga oshiriladigan va ayrim qiyinchiliklarni, to‘siqlarni engish bilan bog‘liq bo‘lgan harakatlarni tushunamiz. Professor E.G‘ozievning “Umumiy psixologiya ” darsligida iroda-bu tashqi va ichki qiyinchiliklarni engishni talab qiladigan qiliqlarni va harakatlarni inson tomonidan ongli boshqarilishidir, deb keltiriladi. Umuman olganda iroda shaxs faolligining ko‘rinishi hisoblanadi.

1-o‘quv topshiriq
“Muammo” organayzerini to‘ldiring

SHaxs borasidagi hissiy holatlarga doir muammoli masalalarni echimini topishga yordam beradi va “Muammo” usuli orqali muammo hal qilinadi.

Muammoning turi	Muammoning kelib chiqish sabablari	Muammoni echish yo‘llari va sizning harakatingiz

Asosiy hissiy holatlarni keltirib chiqaruvchi sababalarni ko‘rsating		

- **1-o‘quv topshiriq**
- **“Tushunchalar tahlili ” organayzerini to‘ldiring**

Muhim muammoning echimini topishga yordam beradi va “Tushunchalar tahlili” usuli orqali muammo hal qilinadi.

- 1-guruh

Tushunchalar	Mazmuni
Hissiyot	
Emotsiya	
Talabchanlik	
Kayfiyat	
Iroda	

- 2-guruh

Tushunchalar	Mazmuni
Affekt	
Stress	
Ehtiros	
Muhabbat	
Sevgi	

Mavzu buyicha keys

Аффектлар

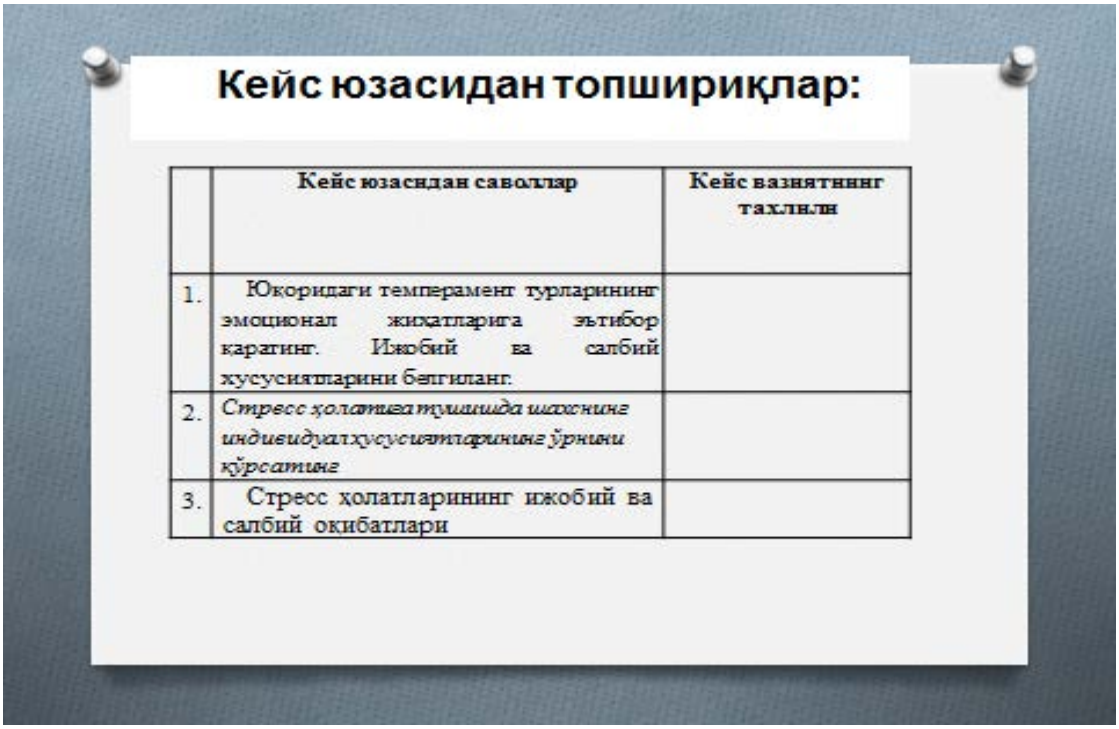
Кишини тез чулғаб оладиган ва шиддат билан ўтиб кетадиган жараёнлар *аффектлар* (эмиссий портлашлар) деб аталади.

Аффектлар бирданига катта куч сарф қилинишига сабаб бўлгани учун ҳам қисқа муддатли бўлади: улар ҳис-туйғуларнинг бамисоли бирдан лов этиб ёниб кетишига, портлашига ўхшайди.

Агар оддий ҳиссиёт фақат руҳий ҳаяжонланишини ифода этса, у ҳолда аффект бўрондир.

Кейс юзасидан топшириқлар:

	Кейс юзасидан саволлар	Кейс вазиятнинг тахлили
	Юқоридаги фикрга муносабатингиз. ФСМУ жадвалини тўлдиринг.	
	Аффект ҳолатларини келтириб чиқарувчи чиқарувчи сабаблар	
	Нерв системаси билан ҳиссиётнинг боғлиқлиги ва келиб чиқадиган омилларнинг моҳиятини белгиланг.	



Hissiyot mavzusidan test savollari

1. ..... tashqi olamdagi narsa va hodisalarga nisbatan bo‘lgan munosabatlarimizning va bu munosabatlarimizdan hosil bo‘ladigan ichki kechinmalarimizning ongimizda aks ettirilishiga aytiladi.

A)kayfiyat
B)ehtiros
*V)hissiyot
G)affekt
D)stress

2.Unchalik kuchli bo‘lmagan lekin juda uzoq vaqt davom etadigan hissiy holat bu.....

*A)kayfiyat
B)ehtiros
V)hissiyot
G)affekt
D)stress

3. .....to‘satdan paydo bo‘lib tez orada o‘tib ketadigan nihoyatda kuchli holatdir.

A)kayfiyat
B)ehtiros
V)hissiyot
*G)affekt
D)stress

4.....uzoq davom etadigan anchagina kuchli hissiy holatdir.

A)kayfiyat
*B)ehtiros
V)hissiyot
G)affekt
D)stress

5.....bu oddiy psixik holat bo‘lib u inson organizmini umumiy holatidan yuzaga keladi va ehtiyojlarni qondirish jarayonida mavjud bo‘ladi.

*A)emotsiya
B)kayfiyat

V)stress
G)hissiyot
D)affekt
6.His-tuyg‘u psixik holat bo‘lib u qanday xususiyatlar bilan belgilanadi.
A)qoniqish yoki qoniqmaslik holatini mavjud bo‘lishi;
B)ijobiy va salbiy hislar;
V)nerv keskinligini yuzaga kelishi va keskinlikni yumshatish;
*G) barcha javoblar to‘g‘ri
D) to‘g‘ri javob berilmagan
7.Emotsional holatlarning xususiyatlari qaysi qatorda to‘g‘ri ko‘rsatilgan?
A)shaxsni ob’ektga ijobiy munosabati;
B)salbiy munosabati;
V)ikkilamchi munosabat;
*G) barcha javoblar to‘g‘ri
D) to‘g‘ri javob berilmagan
8.His-tuyg‘uni yuzaga keltiruvchi sabab bu.....
A)faollik
B)qo‘zg‘atuvchi kuch
V)kuchli ta’sirot
*G)stimul
D)motivatsion doira
9.Faolligiga ko‘ra hislar qanday turlarga ajratiladi?
A)kuchli va kuchsiz, ijobiy va salbiy
B) mimika va pantomimika
V)apatiya va ekspressiya
*G)astenik va stenik
D)salbiy va ijobiy
10.Inson faolligini oshiruvchi uni umumiy energiyasiga asos soluvchi hislar bu.....
A)astenik
B)apatiya
*V)stenik
G)ekspressiya
D)mimika
11.SHaxsdagi faollikni ortga qaytaruvchi hislar bu.....
*A)astenik
B)apatiya
V)stenik
G)ekspressiya
D)mimika
12.SHaxsdagi befarqlik,beparvolik holati bu.....
A)astenik
*B)apatiya
V)stenik
G)ekspressiya
D)mimika
13..... hislarning spetsifik namoyon bo‘lishi bo‘lib, u ovozdan mimika pantomimika yig‘i, kulguda namoyon bo‘ladi.
A) astenik
B) apatiya
V) stenik
*G) eksperssiya
D) mimika

14.....insonni yuz tuzilishida ifodalanishi bo‘lib bunda idrok etilayotgan narsaga nisbatan munosabat aks etadi
A) astenik
B) stenik
V) mimika*
G) pantomimika
D) eksperssiya
15.....emotsional holat bo‘lib u biror bir maqsadiga intilganda yuzaga keladi
A) ko‘tarinkilik*
B) astenik
V) stenik
G) pantomimika
D) eksperssiya

Jonlantirish uchun savollar:

1. Hissiyot tushunchasi va uning mohiyati
2. Hissiy holatlar va ularning turlari (affekt,stress,kayfiyat)
3. Astenik va stenik emotsiyalar
4. Iroda tushunchasining mazmunini izohlang?
5. Irodaviy faoliyatning umumiy xususiyatlari nimalarda ko‘rinadi?
6. Iroda nazariyalarining mohiyatiga ta’rif bering?
7. Irodaviy akt va uning tuzilishini mazmunini ko‘rsating?
8. Shaxsning irodaviy sifatlariga nimalar kiradi?
9. Irodaning individual xususiyatlarining mazmunini izohlang?

5-Mavzu: Muloqot va shaxslararo munosabatlar psixologiyasi.

Reja:

1..Insoniy munosabatlar psixologiyasi.
2. Shaxslararo muomalaning shaxs taraqqiyotidagi o‘rni.
3. Insoniy muomala va muloqotning psixologik vositalari.
4.Nutqiy qobiliyatlar
5.Nutq va tafakkur

O‘quv mashg‘ulotining maqsadi: Muloqot haqida umumiy tushuncha berish nutq haqida tushuncha ichki va tashqi nutq,og‘zaki va yozma nutq tasnifi, nutqiy qobiliyatlar haqidagi bilimlarni shakllantirish Mavzuning maqsadi tahsil oluvchilarga muloqotning insoniy munosabatlardagi o‘rni, ahamiyati va muloqotning o‘ziga xos funksiyalariga munosabatini hamda to‘liq o‘zlashtirish metodikasiga asoslangan ilm orqali ta’lim olish texnologiyasini shakllantirishdan iboratdir.

O‘quv faoliyatining natijasi: talabalargamuloqot, nutq haqida tushuncha ichki va tashqi nutq,og‘zaki va yozma nutq tasnifi, nutqiy qobiliyatlar haqida dastlabki ma’lumotlar zahirasini berish hamda mazkur jihatlar psixologiya sohasining o‘rganish ob’ekti ekanligini asoslab berildi.

1-o‘quv topshiriq
3x4 oranayzerini to‘ldiring

Mavzuning asosiy mazmunini ochib berishga yordam beradi va “3x4” texnologiyasi orqali talabalarni mavzu yuzasidan tushuncha, tasavvurlari aniqlanadi.

Muloqot bu .....

Muloqot odamlarning jamiyatda o‘zaro hamkorlikdagi faoliyatlarining ichki psixologik mexanizmini tashkil etadi. Qolaversa, hozirgi yangi demokratik munosabatlar sharoitida turli ishlab chiqarish qarorlarini yakka tartibda emas, balki kollegial - birgalikda chiqarish ehtiyoji paydo bo‘lganligini hisobga olsak, odamlarning muomala madaniyati va mulokat texnikasi mehnat unumdorligi va samaradorlikning muhim omillaridandir.

Insoniy muomala va muloqotning psixologik vositalari

Odamlar bir - birlari bilan muomalaga kirishar ekan, ularning asosiy ko‘zlagan maqsadlaridan biri - o‘zaro bir-birlariga ta’sir ko‘rsatish, ya’ni fikr-g‘oyalariga ko‘ndirish, harakatga chorlash, ustanovkalarni o‘zgartirish va yaxshi taassurot qoldirishdir. *Psixologik ta’sir* - bu turli vositalar yordamida insonlarning fikrlari, hissiyotlari va hatti-harakatlariga ta’sir ko‘rsata olishdir.

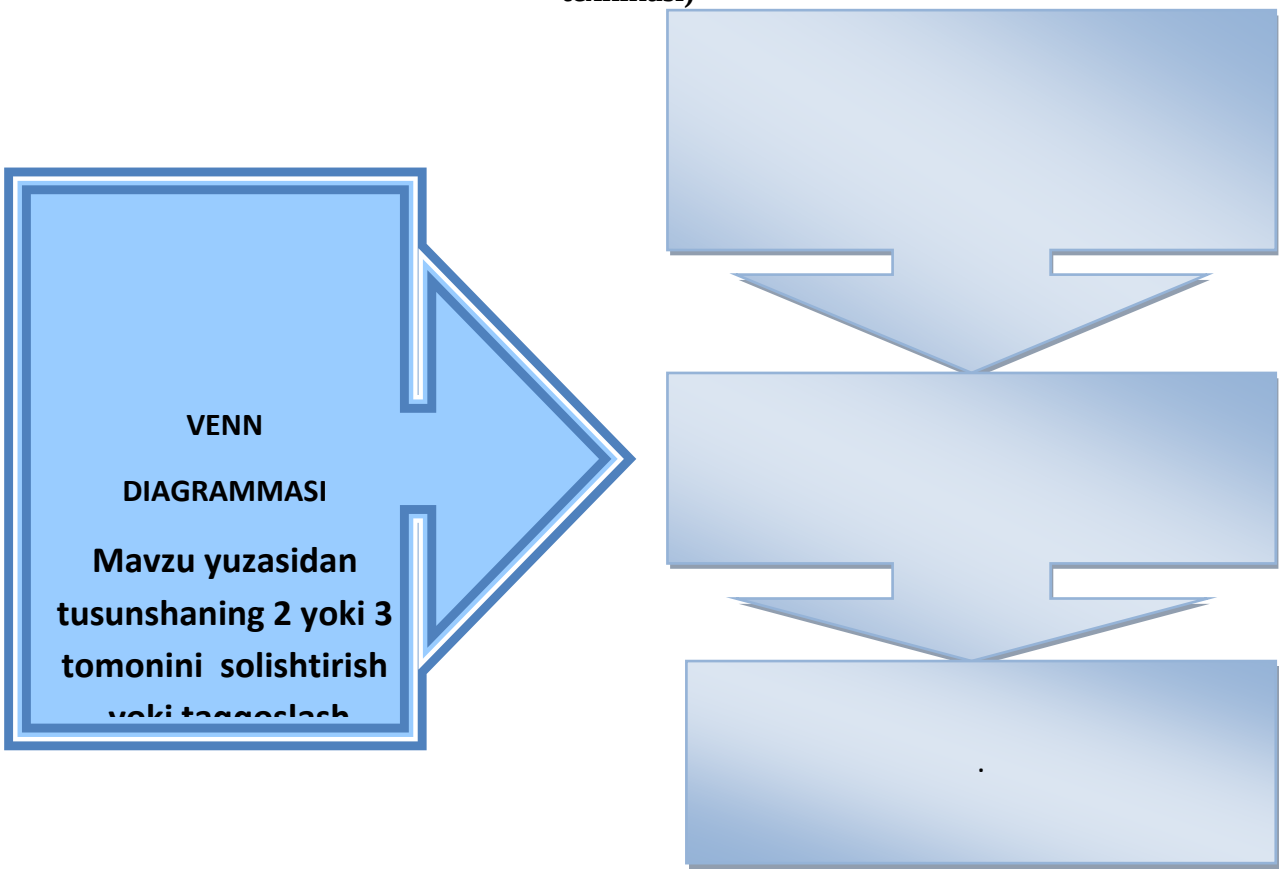
Ijtimoiy psixologiyada psixologik ta’sirning asosan uch vositasi farqlanadi.

1. ***Verbal ta’sir*** - bu so‘z va nutqimiz orqali ko‘rsatadigan ta’sirimizdir. Bundagi asosiy vositalar so‘zlardir. Ma’lumki, nutq - bu so‘zlashuv, o‘zaro muomala jarayoni bo‘lib, uning vositasi - so‘zlar hisoblanadi. Monologik nutqda ham, dialogik nutqda ham odam o‘zidagi barcha so‘zlar zahirasidan foydalanib, eng ta’sirchan so‘zlarni topib, sherigiga ta’sir ko‘rsatishni xohlaydi.

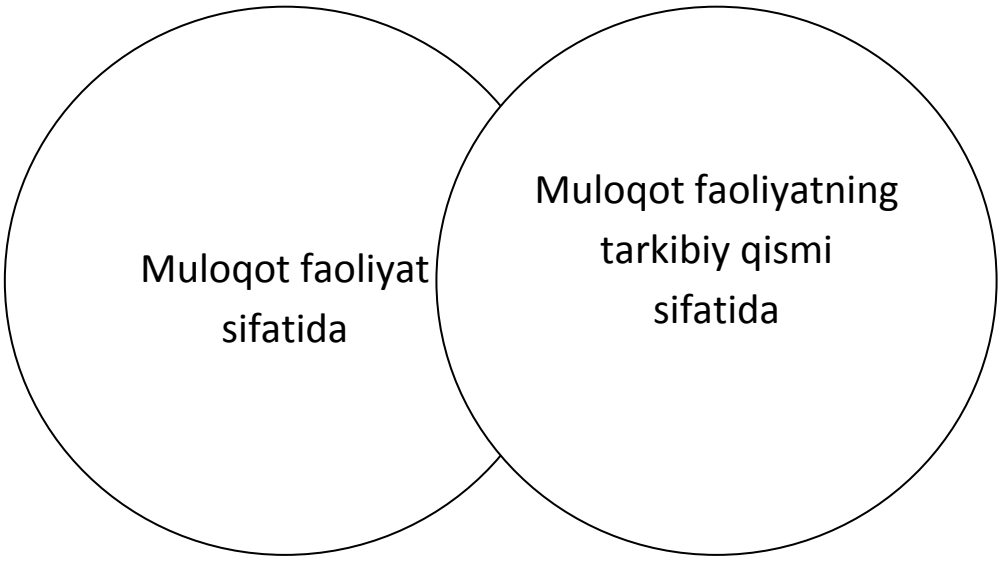
2. ***Paralingvistik ta’sir*** - bu nutqning atrofidagi nutqni bezovchi, uni kuchaytiruvchi yoki susaytiruvchi omillar. Bunga nutqning baland yoki past tovushda ifodalanayotganligi, artikulyasiya, tovushlar, to‘xtashlar, duduqlanish, yo‘tal, til bilan amalga oshiriladigan harakatlar, nidolar kiradi. SHunga qarab, masalan, do‘stimiz bizga biror narsani va’da berayotgan bo‘lsa, biz uning qay darajada samimiyligini bilib olamiz. Kuyib - pishib, ochiq yuz va dadil ovoz bilan «Albatta bajaraman!», desa ishonamiz, albatta.

3. ***Noverbal ta’sirning*** ma’nosi «nutqsiz» dir. Bunga suhbatdoshlarning fazoda bir-birlariga nisbatan tutgan o‘rinlari, holatlari (yaqin, uzoq, intim), qiliqlari, mimika, pantomimika, qarashlar, bir-birini bevosita his qilishlar, tashqi qiyofa, undan chiqayotgan turli signallar (shovqin, xidlar) kiradi. Ularning barchasi muloqot jarayonini yanada kuchaytirib, suhbatdoshlarning bir-birlarini yaxshiroq bilib olishlariga yordam beradi. Masalan, agar uchrashuvning dastlabki daqiqalarida o‘rtog‘ingiz sizga qaramay, atrofga alanglab, «Ko‘rganimdan biram xursandman», desa, ishonasizmi?

VENN DIAGRAMMASI
(darsda diagramma bilan ishlash texnikasi)



VENN DIAGRAMMASI



Ekspert guruhlar ish natijalarini baholash mezonlari

Mezonlar	**Maks. ball**	**Guruh natijalarini baholash**				
		1	**2**	**3**	**4**	**5**
Axborotning to‘liqligi	3 b.					
Axborotning grafik shaklda ifoda etilishi	1 b.					
Guruhning faolligi	1 b.					
Ballarning maksimal summasi, jami	5 b.					

“Insert” strategiyasi uslubi

Strategiya o‘zlashtirilishi ko‘zda tutilgan yangi mavzu bo‘yicha talabalarning muayyan tushunchalarga egaliklarini aniqlash va ularda matnga nisbatan tahliliy yondashish ko‘nikmalarini shakllantirishga hizmat qiladi.

Strategiyani qo‘llash jarayonida quyidagi harakatlar amalga oshiriladi:

- kichik guruhlar shakllantirilib, ular nomlanadi; har bir guruhdan o‘zlashtirilishi rejalashtirilayotgan mavzuga oid ikkita fikr bildirish so‘raladi;
- talabalar navbatma- navbat mulohazalarni bayon etadilar;
- so‘ngra o‘qituvchi yangi mavzu mohiyatini yorituvchi matnni guruhlarga tarqatadi;
- guruhlar matn bilan tanishib chiqib, matn va o‘zlari bildirgan fikrlarning bir-biriga qay darajada muvofiq kelganligini aniqlaydilar(o‘xshashlik va farqlar maxsus belgilar yordamida qayd etiladi);
- guruh a’zolari shaxsiy qarashlarini ifoda etadilar va maxsus belgilar soni umumlashtiriladi;
- guruh a’zolari orasidan liderlar belgilanadi;
- liderlar sinf jamoasini guruh natijalari bilan tanishtiradilar;
- guruhlarning yondashuvlari umumlashtirilib yakuniy hulosa chiqariladi.

Berilgan mavzu bo‘yicha talabalar bilishi lozim bo‘lgan

yozma javob savollari

Bilishi lozim bo‘lgan savollar	Berilgan savollarning mazmuni
Muloqot o‘zi nima?	
Muloqotning funsiyalarini ayting?	
Biz muloqotni qanday amalga oshiramiz?	
Inson yuz ifodasiga qarab nimalarni bilish mumkin?	
Jilmayish va tabbassum qilish qiyin ishmi?	
Muloqot bu ehtiyojmi? Nima uchun shunday?	
Odamlar bir –biriga muloqot jarayonida qanday ta’sir ko‘rsatadilar?	
Nima uchun noverbal ya’ni nutqsiz ta’sirni eng kuchli deb bilamiz?	
Bizning muloqot qilishimiz ongimiga qanday ta’sir ko‘rsatadi?	
Muloqot olib borishda kimni faol deb o‘ylaysiz,ayollarmi yoki erkaklarmi?	
Muloqotning muvafaqiyatini ta’minlovchi omil nima?	
Oltin so‘zlarni bilasizmi?	

Berilgan mavzu bo‘yicha talabalar bilishi lozim bo‘lgan savollarning javobi

Egallangan bilimlarni tekshirish va baholash

Bilishi lozim bo‘lgan savollar	Berilgan savollarning mazmuni
Muloqot o‘zi nima?	Muloqot birgalikdagi faoliyat ko‘rsatuvchilar o‘rtasida axborot ayirboshlanishini o‘z ichiga oladi.
Muloqotning funksiyalarini ayting?	Muloqot – shaxsning doimo insonlar davrasida, ular bilan o‘zaro ta’sir doirasida bo‘lishining eng etakchi va nufuzli faoliyatlaridan biridir
Biz muloqotni qanday amalga oshiramiz?	Muloqot yordamida odamlar bir-birlari bilan o‘zaro ruhiy jihatdan aloqaga kirishadilar, o‘zaro axborot almashadilar, bir-birlariga ta’sir

	o‘tkazadilar, bir-birlarini his qiladilar, bir-birlarini tushunadilar.
Inson yuz ifodasiga qarab nimalarni bilish mumkin?	YUz ifodasi hissiyotlar natijasi bo‘libgina qolmay, shu hissiyotlarni paydo qilishi ham mumkin. SHuning uchun o‘zini baxtli his qilishni istagan odam ko‘proq jilmayishi kerak.
Jilmayish va tabbassum qilish qiyin ishmi?	*U juda arzon, lekin ko‘p narsa beradi. Kim uni olsa, uni boy qiladi, hadya etganlar esa kambag‘al bo‘lib qolmaydi. U bir necha daqiqalar davom etadi, lekin xotirada umrbod saqlanib qoladi.*
Muloqot bu ehtiyojmi? Nima uchun shunday?	Muloqotga bo‘lgan ehtiyojimiz qondirilmasa, ongimiz ham rivojlanmaydi.
Odamlar bir –biriga muloqot jarayonida qanday ta’sir ko‘rsatadilar?	Birinchi marta ko‘rishib turgan suhbatdoshlardagi taassurotlarning ijobiy bo‘lishiga gapirgan gaplari 7%, paralingvistik omillar 38%, va noverbal harakatlar 58% gacha ta’sir qilarkan.
Oltin so‘zlarni bilasizmi?	Azizim, aylanay, o‘rgilay, juda ham ajoyibsiz, bugun boshqachasiz, ochilib ketibsiz, kiyimingiz juda yarashibdi kabi so‘zlardan kundalik hayotimizda ko‘proq foydalanishimiz zarur
Muloqotning elementar funksiyasi nima?	Har qanday muloqotning elementar funksiyaning bu suhbatdoshlarning bir-birlarini tushunishidir.
Muloqot olib borishda kimni faol deb o‘ylaysiz,ayollarmi yoki erkaklarmi?	Ayollar tilda aks etgan 6 ta belgini eshitishlari bilan, intonatsiyadan, tilning harakatlanishidan hali suhbatdoshlari gapini tugatmasidanoq 10 soniya ichida unga to‘la-to‘kis javob qaytara olishga tayyor bo‘ladilar. Erkaklarda esa bu qobiliyat yo‘q
Muloqotning muvafaqiyatini ta’minlovchi omil nima?	Muloqotning eng qiyin sohalaridan hisoblangan tinglash qobiliyati odamga ko‘proq foyda keltirarkan.

1.Egallangan bilimlarni tekshirish va baholash

Egallangan bilimlarni tekshirish va baholash bo‘yicha o‘qituvchi trenerning amalga oshirishi lozim bo‘lgan jarayonlar

TARTIBI

1.Talabalar bilimini baholash uchun tayyorlangan savollar hamma talabalarga tarqatiladi.

2. Ularga javob berish uchun (masalan, 45minut) vaqt beriladi.

3.Berilgan savol varaqlari yig‘ishtirib olinadi va shu jarayonda talabalardan og‘zaki ham so‘raladi yoki frontal so‘rov o‘tkaziladi.

4.Hamma varaqlar yig‘ishtirib olingach, javoblar oldindan echib qo‘yilgan savollar bilan solishtirib ularning to‘g‘riligi tekshiriladi.

5. Savollarga javoblar yig‘ishtirib olingandan keyin, ularning tayyor javoblari doskaga ilinib qo‘yiladi yoki savollarga javoblar tayyor bo‘lgandan keyin, ularni yig‘ishtirib olmasdan oldin tayyor javoblar doskaga ilinadi. Har bir talaba o‘zlarining bilimlarini o‘zlari tekshirib boradilar va baholaydilar.

6. Savollarning natijasi baholanadi. Baho besh ballik tizimda amalga oshiriladi:

- har bir to‘g‘ri javob 0,33 balni tashkil qiladi;

- agar talaba 15 ta savoldan 10 ta savolga to‘g‘ri javob bergan bo‘lsa uning bahosi 3,3 ni tashkil qiladi;

- baholashda raqamlar amaldagi tartib bo‘yicha yaxlitlanib olinadi. Masalan, 10 ta to‘g‘ri javob topgan talabaning bahosi 3 ni tashkil qiladi.

- o‘qituvchi talabalar javoblariga albatta munosabat bildirishlari lozim. YUqori baho olganlarni rag‘batlantirish va kam baho olganlarga tanbeh bermasdan, ularni o‘qishga da’vat etish;

7.Og‘zaki va yozma savollarga javoblar umumlashtiriladi.

“Muloqot” mavzusida Assesement texnologiyayasi

foydalanishi

TEST	**MUAMMOLI VAZIYAT**
1.Mashhur Amerikalik olim Megrabyan formulasiga ko‘ra birinchi marta ko‘rib turgan suhbatdoshda ijobiy taassurot qoldiruvchi eng kuchli omil? A)gapirgan gaplari V)paralingvistik omillar G) Noverbal harakatlar Eng yaxshi suhbatdosh u kim ? A) Suhbatda tashabbusni o‘z qo‘liga olib so‘zlovchi V) suhbatdoshini diqqat bilan tinglovchi	Sizning suhbatdoshingiz siz bilan suhbatlashishga qiynalyapti, anchagina tortinchoq va qattiyatsiz. Sizning bu holatga javoban atti- h arakatlaringizni izohlab bering.

G) Ko‘proq gapiradi, kamroq eshituvchi suhbatdo	
SIMPTOM Muloqotning funksiyasi	**AMALIY KO‘NIKMA** Professional tinglash texnikasi bu: *Aktiv holat *Suhbatdoshga samimiy qiziqish bildirish *O‘ychan jimlik
TEST Mashhur Amerikalik olim Megrabyan formulasiga ko‘ra birinchi marta ko‘rib turgan suhbatdoshda ijobiy taassurot qoldiruvchi eng kuchli omil G) noverbal harakatlar 2. Eng yaxshi suhbatdosh V) suhbatdoshini diqqat bilan tinglovchi	**MUAMMOLI VAZIYAT** Avvalo u o‘zini erkin his qilishi uchun, o‘zim bilgan biror bir qiziq bir holatni aytib, unda ham shunga o‘xshash holat bo‘lganmi deb samimiy hazil bilan, jilmaygan holda, suhbatga tortardim va va bu iliq vaziyatdan foydalanib, uni qiziqib tinglayotgan tinlovchi sifatida ”qarang-a” “zo‘rku” “shunaqami” deb uning gaplarini tasdiqlab turgan bo‘lardim va bilan uni bemalol suhbatga kirishishiga imkoniyat yaratardim

SIMPTOM	AMALIY KO‘NIKMA
Muloqotning funksiyasi 1.Suhbatdoshning bir-birini tushunishini ta’minlash 2.Ijtimoiy tajribaga asos solish(Maugli misolida) 3.SHaxsni u yoki bu faoliyatga hozirlaydi, ruhlantiradi 4.Muloqot qilmaslik odamda muvozanatsizlik, hissiyotga beriluvchanlik, hadiksirash, xavotirlanish,o‘ziga ishonchsizlik va qayg‘u hislarini keltirib chiqaradi,o‘zi bilan o‘zi gapira boshlaydi.	*__Aktiv holat.__ Suhbat davomida divan yoki kresloga yastanib yotib olmaslik, suhbatdoshning yuzidan tashqari joylariga qaramaslik, mimika, bosh chayqash kabi harakatlar bilan uning har bir so‘ziga qiziqayotganingini bildirish *__Suhbatdoshga samimiy qiziqish bildirish.__ Bu suhbatdoshni o‘ziga jalb qiladi va natijada uni ham ko‘ndirishning samarali yo‘lidir __*O‘ychan jimlik__ Bu suhbatdosh gapirayotgan paytda yuzida masuliyat bilan tinglayotganday tasavvur qoldirish orqali o‘zingizning suhbatdan manfaatdorligingizni bildirish yo‘li

Bu texnologiya orqali talabalarning qayd etgan reyting natijalari orqali o‘qituvchi talabalar mavzuni qanchalik o‘zlashtirganliklarini belgilab oladi va olgan natijalalarga qarab o‘ziga tegishli xulosalar chiqaradi.

SHuningdek bu texnologiyani talabalalarga qo‘llashdan oldin talabalar ruhiyatiga mos ravishda muloqotda bo‘la olishi, o‘tilgan mavzuni yana bir bor qisqacha takrorlash talab etiladi.

O‘quv jarayonida bu kabi turli pedagogik texnologiyalar hamda zamonaviy uslublarning qo‘llanishi talabalarni mustaqil, erkin fikrlashga, izlanishga, har masalaga ijodiy yondoshish, ma’suliyatni his qilish, ilmiy tadqiqot ishlarini olib borish, tahlil qilish, ilmiy adabiyotlardan unumli foydalanishga, eng asosiysi o‘qishga, fanga va o‘zi tanlagan kasbiga bo‘lgan qiziqishlarini, shuningdek pedagogga nisbatan hurmatini kuchaytiradi

Dars yakunida talabalarning o‘tilgan mavzu haqidagi ta’ssurotlarini bilish va fikrlarini umulashtirish maqsadida **FSMU** texnologiyasidan foydalanishni o‘rinlidir.

Ushbu texnologiyani o‘tkazish jarayonida **FSMU texnologiyasining** to‘rt bosqichi yozilgan kog‘oz varaqalarini har bir talabaga emas, balki dars jarayonida shakllangan kichik guruhlarga **FSMU** texnologiyasining to‘rt bosqichi yozilgan katta formatdagi kog‘ozlarni tarqataman ularni to‘ldirishni iltimos qilaman

S - o‘qituvchi talaba (yoki o‘quvchi)lar bilan bahs mavzusi (yoki muammo)ni belgilab oladi;

Vazifa. « **Insoniyatning eng yuksak ma’naviy ehtiyojlaridan biri — bu muloqotga bo‘lgan ehtiyojdir**!» mavzusi buyicha quyidagi fikrlaringizni bayon eting

S - kichik guruxlarga har birlari yozgan kog‘ozlardagi fikr va dalillarni katta formatda umumlashtirgan holda to‘rt bosqich bo‘yicha yozishlarini taklif etiladi;

F - fikringizni bayon eting;

Muloqot shaxslararo munosabatlarning shunday ko‘rinishidirki, uning yordamida odamlar o‘zaro psixik jihatdan aloqaga kirishadilar, o‘zaro axborot almashinadilar, ta’sir o‘tkazadilar, ta’sirlanadilar, idrok etadilar, tushunish va baxolash jarayonlarini kechiradilar.

S – fikringiz bayoniga sabab ko‘rsating;

Muloqotga bo‘lgan ehtiyojimiz qondirilmasa, ongimiz ham rivojlanmaydi.

Har qanday faoliyatdan zerikish, charchash mumkin, inson faqat muloqotdan, ayniqsa, uning norasmiy samimiy, bevosita shaklidan charchamaydi, yaxshi suhbatdoshlar doimo ma’naviy jihatdan rag‘batlantiriladilar

M - ko‘rsatgan sababingizni asoslovchi misol keltiring;

YOlg‘izlik va muloqotning etishmasligi odamda muvozanatsizlik, hissiyotga beriluvchanlik, hadiksirash, havotirlanish, o‘ziga ishonchsizlik, qayg‘u, tashvish hislarini keltirib chiqaradi. SHunisi qiziqki, yolg‘izlikka mahkum bo‘lganlar ma’lum vaqt o‘tgach ovoz chiqarib, gapira boshlasharkan. Bu avval biror ko‘rgan yoki his qilayotgan narsasi xususidagi gaplar bo‘lsa, keyinchalik nimagadir qarab gapiraverish ehtiyoji paydo bo‘lar ekan. Masalan, bir M.Sifr degan olim ilmiy maqsadlarini amalga oshirish uchun 63 kun g‘or ichida yashagan ekan. Uning keyinchalik yozishicha, bir necha kun o‘tgach, u turgan erda bir o‘rgimchakni ushlab oladi va u bilan dialog boshlanadi. «Biz, deb yozadi u, shu hayotsiz g‘or ichidagi tanxo tirik mavjudotlar edik. Men o‘rgimchak bilan gaplasha boshladim, uning taqdiri uchun qayg‘ura boshladim...»

U - fikringizni umumlashtiring.

Muloqot faoliyatida har bir shaxsning individualligi, betakrorligi, bilimlar va tasavvurlarning xilma-xilligi namoyon bo‘ladi va shunisi bilan u insoniyatni asrlar davomida o‘ziga jalb etadi.

SHundan so‘ng kichik guruxlarning yozgan fikrlarini jamoa o‘rtasida ximoya kilishlarini suraladi va muammo buyicha bildirilgan fikrlarni umumlashtirish bilan dars yakunlanadi.

Egallangan bilimlarni yanada mustahkamlash va talabalarda mustaqil ishlash ko‘nikmasini shakllantirish maqsadida uyga vazifa berish va uy vazifasini bajarishga tayyorlash bo‘yicha o‘qituvchi trenerning amalga oshirishi lozim bo‘lgan jarayonlar

TARTIBI

Talabalarning egallangan bilimlarni yanada mustahkamlash va ularda mustaqil ishlash ko‘nikmasini shakllantirish maqsadida uyga vazifa beriladi.

1. Uyga beriladigan vazifa aniq bo‘lishi lozim. Bunda:

- aniq, savollar;
- shu savollarni qaerdan topishi;
- adabiyotlarning aniq ko‘rsatilishi maqsadga muvofiq,

2.Bajarish shakli ham aniq bo‘lishni taqozo qiladi:

- referat tayyorlash;
- konspekt qilish;
- masalani echish;
- birorta tadbir ishlab chiqish;
- boshqaruv qarorlarini qabul qilish va h.k.

1. Oldindan talabalar nima uchun baho olishini bilishi kerak. SHu tufayli ularning bajargan ishlari qanday baholanishini ham aytib o‘tish maqsadga muvofiqdir.

“ **Muloqot**” mavzusi da, “**Insert” metodi,** “**Muloqot”,”Assissiment”, “FSMU” texnologiyalaridan** foydalanildi.

KEYS

Darsda talabaning *muloqatchanligini aniqlash mumkinmi*?” aniqlash mumkinmi?»

Mazkur keys oliy ta’limning barcha yo‘nalishdagi 3 kurs talabalari uchun mo‘ljallangan

Fanning nomi: “Psixologiya”.

Mavzuning nomi “**Darsda talabaning *muloqatchanligini diagnostika qilish”***

Berilgan keysning maqsadi: Oliy ta’lim tizimida ta’lim olayotgan talabaning ***muloqatchanligini*** aniqlashdan iborat.

O‘quv faoliyatidan kutiladigan natijalar:

- Ta’limda muloqatchanlikning o‘ziga xos tomonlarini ochib berish;
- Talabaning muloqot maromlarini egallash yo‘llarini tahlil qilish;
- Ta’lim samaradorligida talabalarning muloqatchanlik jihatlarining ta’sirini aniqlash;
- Har bir talabaning muloqot malakalarini , muloqot madaniyati, ta’sir usullari , tinglash texnikasi haqidagi bilimlarini aniqlash va ularga yaxshi suhbatdosh bo‘la olish malakalarini o‘rgatish.

Keysda ishlatilgan ma’lumotlar manbai quyidagilardan iborat:

1.V.F.Ryaxovskiy tomonidan ishlab chiqilgan so‘rovnoma **“Muloqatchanlikning umumiy darajasini aniqlash**” maqsadida qo‘llanadi.

Umumiy psixologiyadan amaliy mashg‘ulotlar.– T. «O‘qituvchi»: 2001y.

Texnologik xususiyatlaridan kelib chiqqan xolda keysning tavsifnomasi:

Mazkur keysdan “Psixologiya” fani bilan bir qatorda “Pedagogika. Kasbiy psixologiya”, “Kasbiy mahorat”, “Pedagogik mahorat” va “Tarbiyaviy ishlar uslubiyoti” kabi fanlar bo‘yicha foydalanish mumkin.

Psixologik jarayon

Ulug‘bek – kamtarin, odobli, o‘z ustida ishlaydigan yosh ijodkor talaba. U Tasviriy san’at fakulteti 3- kurs dastgohli rang-tasvir bo‘limida tahsil oladi. Birinchi kursdan buyon yaxshi va a’lo baholarga o‘qiydi.Ulug‘bek uchun o‘qituvchilar va guruhdoshlari bilan o‘zaro munosabatlar o‘rnatish masalasi murakkab kechinmalar manbai hisoblanadi. U 3 –kursda ham o‘qituvchilarga quyi kurslarda qanday munosabatda bo‘lgan bo‘lsa, shunday muomala qiladi – hamisha ulardan sal tortinib, hayiqib turadi. 3- kursda Ulug‘bek ustaxonada ishlash jarayonida ustozidan ko‘p masalalarda u bilan gaplashmoqchi va o‘z fikrlarini aytmoqchi bo‘ladi , lekin bunga jur’ati etmaydi, jimgina malbert(chizish uskunasi) oldida asar ustida o‘zi ko‘p xollarda ustaxonada yolg‘iz qolib ishlashni odat qilgan. Lekin e’tiborli jihati, mashg‘ulot jarayonida ustozlariga mehr qo‘yganini, ularning tanbehlariga g‘oyat diqqat-e’tibor bilan qarayotganini ko‘rish mumkin. Ularning har bir nigoh tashlashini, qo‘l haraktlarini kuzatib boradi. Ulug‘bek o‘z o‘rtoqlari bilan muloqotda ham qiynaladi. U o‘z suhbatdoshining irodasi va kayfiyatiga juda tez berilib ketadi, kim bilan gaplashayotgan bo‘lsa beixtiyor o‘sha kishining xarakteriga moslashib qoladi; o‘zining uyatchanligidan va tevarak-atrofdagi kishilarning shaxsiy xususiyatlariga ortiq darajada diqqat-e’tiborli, u o‘z shaxsiy xulq-odob qoidasini shakllantirishga jur’at eta olmaydi. Goho u xafachilikka moyil bo‘ladi va kimningdir etarli darajada mehribonchilik qilmagani uchun o‘zicha ich-ichidan hafa bo‘lib, mayus yuradi. U erkin gapira olmaydi, ehtiyotkorlik ko‘rsatib har bir so‘zini va jumlasini necha bor o‘ylab tanlab gapirayotganga o‘xshab tuyuladi. Suhbat vaqtida u ijodiy fikrlashni va shu zahoti bir qarorga kelishni bilmaydi. Uning oldindan o‘ylab qo‘ygan fikrlarigina ovoz chiqarib o‘rtoqlariga aytilgan vaqtda qiziqarli va e’tiborga sazovor bo‘lib chiqadi.

Ulug‘bek uzoq muddat aqliy mehnat qilgan vaqtlarida, garchi bu unga yoqadigan ish bo‘lsa ham, baribir u asta-sekin charchab, xorib-tolib bo‘shashib boradi.. YAngi materialni so‘zlab berayotganda u bir oz hayajonga tushadi. Eski mavzularni takrorlagan vaqtda esa butunlay boshqa holni ko‘ramiz. U o‘sha materialni puxta o‘rganib olgani uchun o‘zini juda bemalol erkin tutadi. Asosiy faktlar va g‘oyalarni egallab olganidan keyin “qolgan” gaplarni, fikr va mulohazalarni g‘oyat tiniqlik va aniqlik bilan ifodalab bera oladi. Ulug‘bek qiladigan ishini bir oz muddat “tashlab qo‘yishni” yaxshi ko‘radi. Bu vaqt ichida u o‘sha ishning butun detallarigacha o‘rganib oladi. U haqda uzoq muddat o‘ylab yurishni va o‘z o‘y-fikrlarini takomillashtira borishni afzal

ko‘radi. Ulug‘bek uchun xarakterli bo‘lgan aqliy mehnat topshirig‘ini qiyinchilik bilan engib o‘tish holati o‘zining ijobiy jihatlariga ham egadir. Bajariladigan ishni chuqur va puxta o‘ylab ko‘rilishi ana shunday ijobiy jihatlardandir. “Har bir asarni ishlash ustida ishni chuqur o‘ylab ko‘radi” degan ibora Ulug‘bek uchun juda mos keladi. U ba’zan javob berayotganda “kattalarga xos” fikr-mulohaza qilishi, javoblarining chuqur o‘ylab ko‘rilganligi va etukligi bilan hammani qoyil qoldiradi. U kelajakda taniqli rassom oliyjanob inson bo‘lib etishishiga ishonging keladi. Unga halaqit berayotgan holat, bu uning o‘z asarlari haqida ustozlari va do‘stlariga ochiq oydin o‘z fikrlari bilan o‘rtoqlashib aytib berishga qiynaliyotganligidir.

Talabalarga beriladigan mulohaza uchun savollar

1. Ulug‘bekka xos muloqot maromlarini qanday aniqlash mumkin?
2. Ulug‘bek shaxslararo muloqotda o‘zini qanday his etadi?
3. Darsning samaradorligiga talaba muloqatchanligining ta’siri qanday?

Talabada muloqotchanlik qay darajada ekanligini aniqlash.

Vazifalar

1.Ulug‘bek ning dars jarayoniga bo‘lgan munosabatini aniqlash.

2.Darsdan tashqari paytda Ulug‘bekda muloqotchanlik qay darajada ekanligini aniqlash.

Masalani echish tartibi

1. Ulug‘bekga xos bo‘lgan temperamentni aniqlash:

- talabaning muloqotchanligini aniqlash;

- talabaning muloqatchanlikning umumiy darajasini aniqlash maqsadida

V.F.Ryaxovskiy tomonidan ishlab chiqilgan so‘rovnoma

2.Jamoatchilik ichida Ulug‘bekning muomila qilish madaniyatini kuzatilishi:

- o‘z fikrini bayon qilishga nisbatan munosabati;

-dars jarayonida Ulug‘bekning muloqot texnikasining namoyon bo‘lishi.

3. Muloqotchanlikning dars jarayoniga ta’siri yuzasidan pedagoglarga maslahat va tavsiyalar berish.

Nazorat uchun savollar.

1. Muloqot madaniyati tushunchasiga ta’rif bering.
2. Munosabat deb nimaga aytiladi?
3. Muloqotning turli shakllari yoki bosqichlari mavjud. Ularga ta’rif bering.
4. Muloqotni verbal va noverbal vositasini ta’riflang.
5. Pedagogik muloqot tushunchasiga ta’rif bering.
6. Muloqot psixologiyasining asosiy vazifalari sanab o‘ting.
7. Muloqot turlariga izoh bering hamda ularni sanab o‘ting.
8. Demokratik, avtoritar, liberal muloqot turlarini ta’riflang.

III.MUSTAQIL TA’LIM MAVZULARI

Mustaqil ishni tashkil etishning shakli va mazmuni

Tinglovchilarning mustaqil ishi o‘rganilayotgan mavzu yuzasidan ma’lumotlarni axborot texnologiyalarining imkoniyatlaridan keng foydalangan xolda yig‘ish, olingan ma’lumotlarni mustaqil ravishda ishlab chiqish, tahlil qilish va amaliyotda qo‘llay olishdan iborat bo‘lib, uning shakllari turli ko‘rinishda bo‘lishi mumkin. Mustaqil ishga mo‘ljallangan mavzular quyida keltiriritilgan.

Tinglovchilarning mustaqil ishiga shuningdek, bitiruv malakaviy ishlarini bajarilishi borasida olib boradigan faoliyati ham kiradi. Mustaqil ishni bajarish natijalari baholanadi. Uyga vazifalarni bajarish, qo‘shimcha darslik va adabiyotlardan yangi bilimlarni mustaqil o‘rganish, kerakli ma’lumotlarni izlash va ularni topish yo‘llarini aniqlash, internet tarmoqlaridan foydalanib ma’lumotlar to‘plash va ilmiy izlanishlar olib borish, mustaqil ravishda ilmiy manbalardan foydalanib ilmiy maqola va ma’ruzalar tayyorlash kabilar tinglovchilarning mashg‘ulotlarda olgan bilimlarini chuqurlashtiradi, ularning mustaqil fikrlash va ijodiy qobiliyatini rivojlantiradi.

Fan buyicha mustaqil ish auditoriya va auditoriyadan tashqari o’tkaziladi.

Talaba mustaqil ishini tashkil etishda quyidagi shakllardan foydalaniladi: Talaba “Pedagogika. Psixologiya” fanidan mustaqil ta’limni tashkil etishda muayyan fanning xususiyatlarini xisobga olgan holda quyidagi shakllardan foydalanish tavsiya etiladi va joriy nazorat sifatida baxolanadi:

1) mavzular buyicha konspekt (referat, takdimot) tayyorlash.

Nazariy materialni puxta uzlashtirishga yordam beruvchi bunday usul o’quv materialiga dikkatni kuprok jalb etishga yordam beradi. Talaba konspekti turli nazorat ishlariga tayyorgarlik ishlarini osonlashtiradi, vaktni tejaydi;

2) o’qitish va nazorat qilishning avtomatlashtirilgan tizimlari bilan ishlash. Talabalar ma’ruza va amaliy (seminar) mashgulotlar davomida olgan bilimlarini o’zlashtirishlari, turli nazorat ishlariga tayyorgarlik ko’rishlari uchun tavsiya etilgan elektron manbalar, innovatsion dars loyixasi namunalari, uz-uzini nazorat uchun test topshiriklari v.b;

3) fan bo’yicha qo’shimcha adabiyotlar bilan ishlash. Mustaqil o’rganish uchun berilgan mavzular buyicha talabalar tavsiya etilgan asosiy adabiyotlardan tashqari qo’shimcha o’quv, ilmiy adabiyotlardan foydalanadilar. Bunda rus va xorijiy tillardagi adabiyotlardan foydalanish ragbatlantiriladi;

4) internet tarmog’idan foydalanish. Fan mavzularini o’zlashtirishda mavzu buyicha internet manbalarini topish, ular bilan ishlash nazorat turlarining barchasida qo’shimcha reyting ballari bilan ragbatlantiriladi;

5) mavzuga oid masalalar, keys-stadilar va o’quv loyihalarini ishlab chiqish va ishtirok etish;

6) amaliyot turlariga asosan material yig’ish, amaliyotdagi mavjud muammolarning echimini topish, hisobotlar tayyorlash;

7) ilmiy seminar va anjumanlarga tezis va makolalar tayyorlash va ishtirok etish;

8) masofaviy (distansion) ta’lim asosida mashg’ulotlarni tashkil etish bo’yicha metodik ko’rsatmalar tayyorlash va xk. Uyga berilgan vazifalarni bajarish, yangi bilimlarni mustaqil o’rganish, kerakli ma’lumotlarni izlash va ularni topish yullarini aniqdash, Internet tarmoqlaridan

foydalanib ma’lumotlar to’plash va ilmiy izlanishlar olib borish, ilmiy to’garak doirasida yoki mustaqil ravishda ilmiy manbalardan foydalanib ilmiy maqola (tezis) va ma’ruzalar tayyorlash kabilar talabalarning darsda olgan bilimlarini chuqurlashtiradi, ularning mustaqil fikrlash va ijodiy qobiliyatini rivojlantiradi.

Mustaqil ishni tashkil etish bo’yicha uslubiy ko’rsatma va tavsiyalar, keys-stadi, vaziyatli masalalar to’plami ishlab chikiladi. Unda talabalarga asosiy ma’ruza mavzulari buyicha amaliy topshirish, keys-stadilar echish uslubi va mustaqil ishlash uchun vazifalar belgilanadi.

• ***Shuningdek talabaning mustaqil ishi bo’lib:***
• Grafik organayzerlash ishlab chiqish va to’ldirish;
• Krossvordlar tuzish va echish;
• Prezentatsiya va videoroliklar tayyorlash xamda mustakil ish jarayonida keng kullash va xk.

Mustaqil ta’lim mavzulari:

1. *O’zbekiston Respublikasida ta’lim tizimi. (4soat)*
2. *Rivojlanishning yoshga oid va individual xususiyatlari. (4soat)*
3. *Didaktika - ta’lim nazariyasi sifatida. (4soat)*
4. *O’quvchilarning bilim, ko’nikma, malakalarini tashxis etish. (4soat)*
5*. Interfaol metodlar va ularning mohiyati.(5soat)*
6.Temperament va shaxs faoliyati
7.Xarakter va uning aktsentuatsiyasi
8.Inson tafakkurining oziga xos xususiyatlari
9.Muloqotning samarali tasir vositalasri
10.Boshqaruv psixologiyasi

I V . G L O S S A R I Y

Adekvatlik – teng, o‘xshash, muvofiq kelmoq.

Analogiya – psixik xodisalar va xulq-atvor xususiyatlarining o‘xshashligi.

Anketa – metodlardan biri bo‘lib, respondent to‘g‘risida aniq ko‘zlangan ma’lumotlarni yig‘ish maqsadida qo‘llaniladi.

Assotsiatsiya – psixik xodislar orasidagi o‘zaro bog‘lanish, u ma’lum qonunlar bo‘yicha tarkib topadi.

Attraksiya – bir kishini boshqa kishi ko‘rib qolganda, idrok etishda yuz beradigan tafakkur turi.

Apatiya – kishining tevarak atrofdagi olamga nisbatan befarqlik xolati.

Astenik – shaxsning faolligini susaytiruvchi kechinmalar.

Audivizual idrok – shaxsning bir vaqtning o‘zida ham eshitib, ham ko‘rib idrok qilishi.

Autogen mashq – shaxsning o‘z-o‘zini ishontirish va o‘z-o‘zini idora qilishga asoslangan psixoterapevtik usul.

Affekt – kuchli, jo‘shqin va nisbatan qisqa muddatli emotsional kechinmalar sifatida ro‘y beradigan psixologik holat.

Biografik metod – odamni uning tarjimai holi bilan bog‘liq bo‘lgan xujjatlar orqali o‘rganish usuli.

Bixeviorizm – psixologiyaning o‘rganish predmeti sifatida odam xulq-atvorini olinishi nazariyasi.

Breynshorming – aqlga xujum – baxslarni tashkil etishda qo‘llaniladigan interfaol usuldir.

Bosqichlar – muloqotda mavjud bo‘lgan shaxsning o‘zi bilan, boshqalar bilan va avlodlar orasida kechadigan jarayoni.

Verbal – og‘zaki ifodalangan nutq.

Vegetativ nerv tizimi – nerv tizimining organizm ichki a’zolari faoliyatini va modda almashinuvini boshqarib turadigan bir qismi.

Genotip – ota-onadan farzandga o‘tadigan irsiy belgilar majmui.

Gerontopsixologiya – psixologiya tarmog‘i, qarilik davri psixologiyasini o‘rganadi.

Gnostik – butun borliqni bilishga yo‘naltirilgan faoliyat.

Guruh **–** odamlarning birgalikdagi faoliyat mazmuni yoki muloqotda bo‘lish xarakteri kabi qator belgilarga asoslangan ijtimoiy jamoa.

Dunyoqarash – odamning tevarak-atrofdagi oamga va unda o‘zining tutgan o‘rniga qarashlaridan kelibchiqqan tizim. Uning falsafiy, siyosiy, ilmiy, diniy, aqliy va estetik qarashlari yig‘indisi.

Depressiya – tushkunlik kayfiyati.

Diqqatning barqarorligi – diqqatning ma’lum ob’ektga uzoq vaqtdavomida muttasil qaratilishi.

Diqqatning ko‘lami – bir vaqtning o‘zida diqqatning bir qancha ob’ektga qaratilishi imkoniyati.

Diqqatning taqsimlanishi – diqqatning bir vaqtda bir necha ob’ektga taqsimlanish xusuiyati.

Diqqatning ko‘chishi – diqqatni ixtiyoriy ravishda bir ob’ektdan ikkinchisiga ko‘chirish.

Dialog – ikki va undan ortiq kishilarning o‘zaro og‘zaki gaplashishi**.**

Dialogik nutq – nutq turlaridan bo‘lib, bunda so‘zlovchilar barobar teng, birgalikda faollik ko‘rsatadi.

Dominant shaxs – boshqalar bilan muomala va munosabat o‘rnatishda o‘z fikrini o‘tkazish xislatining yorqin namoyon bo‘lishi.

YOsh psixologiyasi – turli yoshdagi odamlarning psixologik xususiyatlarini va rivojlanish qonuniyatlarini o‘rganadi.

YOsh davri nizolari – o‘ziga xos, uncha uzoqqa cho‘zilmaydigan ontogenez davrlari bo‘lib, bu vaqtda keskin psixik o‘zgarishlar yuz beradi.

Jamoa – maqsadlari jamiyat maqsadiga ms keladigan umumiy faoliyat bilan birlashgan odamlar guruhi.

Jamoaning negizi – umuiy fikr, maqsad va ishlab chiqarishag taalluqli qarorlarni shakllantiruvchi jamoa a'zolari.

Yo'nalish – shaxsning xatti-harakati va faoliyatini aniq sharoitlardan qat'i nazar ma'lum yo'lga yo'naltiruvchi barqaror motivlar yig'indisi.

Individuallik – individning boshqalardan farqlanadigan ijtimoiy xususiyatlari va psixikasining o'ziga xosligi, qaytarilmasligi.

Idrokning konstantligi – idrok sharoiti o'zgarsa-da, idrok qilishdan hosil bo'lgan narsa obrazlarning nisbatan o'zgarmasligi.

Idrokning predmetliligi – jamiki olamdan olingan ma'lumotlarni ichki olam ob'ektiga kiritish xususiyati.

Idrokning butunliligi – sezgi a'zlariga bevosita ta'sir etib turgan ob'ektlarni, ularning belgi va xususiyatlari bilan birgalikda qo'shib idrok etish.

Istedod – shaxsning ma'lum faoliyatda ifodalanadigan qobiliyatining yuqori darajasi.

Ijtimoiy psixologiya – psixologiya fanining o'ziga xos maxsus tarmog'i bo'lib, unda psixik va jamiyat taraqqiyoti qonunlari o'rganiladi.

Ijtimoiylashuv - inson tomonidan ijtimoiy tajribani egallash va hayot - faoliyat jarayonida uni faol tarzda o'zlashtirish jarayoni.

Ijtimoiy tasavvurlar – shaxsga jamiyat orqali ta'sir etgan narsa va xodisalarning yaqqol obrazi.

Ilmiy taxmin – tekshirish va tadqiqot olib borish maqsadida ilgaridan kutilishi mumkin bo'lgan xolatning bashorat qilinishi.

Ijtimoiy psixologik eksperiment – asosiy metodlardan biri bo'lib, o'zgaruvchan mustaqil turli xolat va jarayonlarning boshqa nomustaqil xolat va jarayonlarga ta'sir etishdagi aniq ma'lumotlariga tayanadi.

Interaktiv – shaxslararo munosabatlarda bir-biriga xulq-atvor ta'sir ko'rsatish jarayoni.

Introvert shaxs - shaxsning xar qanday sharoit va xolatlarida o'z ichida kechayotgan fikrlarini bayon etish ehtiyojining nihoyatda pastligi.

Kasb – faoliyat shakllari birlashmasi bo'lib, mazmun, vositalar, tashkil otlar, mehnat natijalari hamda mehnat sub'ektini tayyorlashga qo'yiladigan talablar majmui.

Kontent-analiz – tekshirilayotgan matnda so'z, ibora, abzatslarni ma'no-mohiyatini takrorlanish darajasiga qarab tahlil etish usuli.

Kuzatish – sinaluvchini aniq maqsad, faoliyat, vaqt, guruh bilan bog'liq ravishda tekshirish, o'rganish, ma'lumotlar to'plash metodi.

Kommunikativ – shaxslararo munosabatlarda ma'lumot, axborot, g'oyalar almashinuvi jarayoni.

Kichik guruh – a'zolari birgalikdagi faoliyat bilan shug'ullanuvchi va bevosita shaxslararo munosabatda bo'luvchi kishilar guruhi.

Ko'nikma – odamening ma'lum ishni bajarishga tayyorligida ko'rinadigan qobiliyati. K. mahoratning asosini tashkil etadi.

Longityud tadqiqot – sinaluvchini uzoq muddat va doimiy ravishda o'rgansh.

Metod – bilishning nazariy va amaliy o'zlashtirish usullari yig'indisi.

Metodologiya – tadqiqot, tekshirish usuli bo'lib, bilishning nazariy va amaliy o'zlashtirish usullari yig'indisidir.

Motiv – ma'lum ehtiyojlarni qondirish bilan bog'liq faoliyatga undovchi sabab.

Motivatsiya – odamni faol faoliyatga undovchi sabablar majmui.

Malaka – mashq qilish jarayonida ish harakatlar bajarilishining avtomatlashgan usullari.

Mehnat psixologiyasi - kishi mehnat faoliyati psixologik xususiyatlarini, mehnatni ilmiy asosda tashkil etishning psixologik jihatlarini o'rganadigan fan.

Mehnat faoliyati psixologiyasi – bu psixologiyaning bir sohasi bo'lib, inson shaxsini mehnat sub'ekti sifatidagi shakllanishi xususiyatlarini, mehnatning shart-sharoitlari, yo'llari va usullarini

ilmiy jihatdan o‘rganadi.

Mehnat – inson ehtiyojini qondirish asosida tashqi olamni o‘zgartirishga qaratilgan maqsadli faoliyat.

Mutaxassislik – faoliyatning aniq shakli bo‘lib, mehnat egasining kasbiy tayyorligi, mehnat vositalari, mehnat jarayoni va maqsadining maxsus xususiyatlari bilan belgilanadi.

*Mehnat sub’ekti (*egasi) – bu faol harakat qiluvchi, anglash va o‘zgartirishga layoqatli, ong va iroda bilan ish olib boruvchi individ yoki ijtimoiy guruh.

Muloqot – ikki yoki undan ortiq odamlarning o‘zaro bir-biriga ta’sir etishi.

Melanxolik - temperament turlaridan biri bo‘lib, psixik faollikning sust, tez ta’sirlanuvchanlik, xatto arzimagan narsalar uchun ham juda chuqur ta’sirotga berilishi bilan xarakterlanadi.

Monologik nutq **–** bir odamning o‘z fikrlarini og‘zaki yoki yozma ravishda ifodalash nutqi.

Monolog – ma’ruzachi tomonidan nutq so‘zlanishi, ma’ruzachi aktiv, tinglovchi passiv bo‘lgan jarayon.

Mobil shaxs - shaxsning bir faoliyat turidan boshqasiga o‘tish va moslashish imkoniyatining yuqori darajada kuzatilishi.

Negativizm - individning har qanday sharoiitda ham guruh fikriga qarshi turishi va o‘zicha mustaqil fikr, mavqeni namoyon qilishi.

Norasmiy – odamlarning birgalikdagi muloqot va faoliyatlarida ular orasidagi munosabatlarning o‘zaro ishonch, bir xil qarash va maqsadlarning ko‘zda tutilishi.

Noverbal - nutqsiz ifodalangan xarakat, mimika, xolatlarning boshqa shaxsga yo‘naltirilishi.

Nizolar – o‘zaro ta’sir ko‘rsatayotgan kishilarning qarama-qarshi turishi, bunda fikrlar, pozitsiyalar, qarashlar teskariligi kuzatiladi.

Nizo turlari – nizolarning kimlar orasida yuzaga kelishiga ko‘ra farqlari: shaxslararo, guruhlararo, shaxsiy, etnik, milliy; namoyon bo‘lish xususiyatiga ko‘ra: ochiq, yopiq, uzoq muddatli, qisqa; mavqe yoki darajaga ko‘ra: vertikal va gorizontal; yo‘nalishiga ko‘ra: destruktiv va konstruktiv.

Nizo bosqichlari – uch bosqichda, ya’ni nizo oldi, nizo va nizodan keyingi bosqichlar.

Nizo hal etish yo‘llari – komromiss, ya’ni kelishuv; joyida hal etish; nizodan chekinish; orqaga surish; qochish.

Operativ xotira – xotira turlaridan biri bo‘lib, faoliyat bajarish jarayonida uzoq xotiradan vaqtincha foydalaniladi.

Oila – turmush qurish, qarindosh-urug‘chilik asosidagi kichik guruh.

Psixika – yuksak darajada tashkil topgan materiya, miyaning funksiyasi bo‘lib, uning mohiyati tuyg‘ular, idrok, tasavvur, fikrlar, iroda va boshqalar ko‘rinishida aks ettirishdan iborat.

Psixik jarayonlar – u yoki bu psixik maxsult va natijalarni (psixik obrazlar, xolatlar, tushunchalar, xissiyot va x.k.) xosil qiluvchi, shakllantiruvchi va rivojlantiruvchi jarayon.

Psixologiya – odamning ob’ektiv borliqni sezgi, idrok, tafakkur, tuyg‘u-hissiyot va boshqa psixik xolatlar orqali aks ettirish jarayonini o‘rganadigan fan.

Psixik holatlar – psixik hayot shakllari, diqqat, hissiyot, iroda jarayonlariga aytiladi. P.H. (xushchaqchaqlik, ruhlanish, siqilish, ziyraklik, qat’iylik, tirishoqlik v.b.) shaxslarda ma’lum darajada barqaror bo‘lib, ularning muayyan xususiyatiga ham aylanib qoladi.

Pilotaj tadqiqot – tadqiqotning muammoli izlovchi turi, asosiy tadqiqotgacha o‘tkaziladigan va soddalashtirilgan shakli.

Psixodiagnostika – shaxsning individual-psixologik xususiyatlarini aniqlovchi va o‘lchashni ishlab chiquvchi psixologiya usuli.

Psixologiya metodlari – psixik xodisalarni va ularning qonuniyatlarini ilmiy tomondan o‘rganishning asosiy yo‘l-yo‘riq va usullari.

Psixokorreksiya – shaxsning psixik rivojlanishidagi kamchiliklarni tuzatish usullarini *qo‘llash jarayoni.*

Psixologik xizmat – psixologiyani amaliyotda qo‘llash tizimi. U turli sohalarda diagnostika, konsultatsiya, ekspertiza vazifalarini bajaradi.

Psixologik maslahat - shaxsning turli darajadagi o‘z muammolarini yakka tartibda psixolog bilan tahlil etishiga qaratilgan psixologik xizmat turi.

Polilog – guruh ichidagi munozara bo‘lib, barcha ishtirokchilar faoolashuvi kuzatiladi.

Perseptiv tomon – shaxslararo munosabatlarda tushunish, his etish, idrok etishga qaratilgan jarayon.

Professiografiya - mehnat sub’ektining faoliyat tarkiblari (uning mazmuni, vositalari, sharoitlari, tashkil ot) bilan o‘zaro munosabati va bog‘liqligini o‘rganish va aniqlashga qaratilgan kompleks metod.

Psixogramma - faoliyatning psixologik xarakteristikalarining tasnifi.

Rigid shaxs – shaxsning bir faoliyat turidan boshqasiga o‘tish va moslashish imkoniyatining past darajada kuzatilishi.

Rasmiy – odamlarning birgalikdagi faoliyatlarida, ijtimoiy rollar taqsimotida mavqe, martabaning inobatga olinishi

Real – birgalikdagi faoliyat jarayonida bevosita muloqot amalga oshishi imkoniyati.

Referent guruh – shaxsning har tomonlama ishongan, o‘ziga yaqin tutgan guruhi.

Sangvinik – temperament turlaridan bo‘lib, chaqqon, harakatchan, taassurotlari tez o‘zgaradigan, boshqalarga nisbatan dilkashlik, mehribonlik xislatlari bilan xarakterlanadi.

Sanoat psixologiyasi – sanoat va ishlab chiqarishda turli yuzaga keladigan muammo va xolatlarni psixologik va ijtimoiy omillarini tahlil qilib olishga qaratilgan xizmatlari turi.

Simpatiya – bir kishida boshqasiga nisbatan kuzatiladigan moyillik va yoqimlilik hislarining ichki namoyon bo‘lishi.

Sotsiologiya – jamiyatda yuz beradigan turli-voqea-xodisalarni va o‘zaro munosabatlarni o‘rganishga qaratilgan fan.

So‘rov – asosiy metodlardan biri bo‘lib, nutq muloqoti yordamida bevosita yoki bavosita ma’lumot olinadi.

Ta’lim maskanlari psixodiagnostikasi – shaxsni ta’lim tizimda qobiliyati, iqtidori, iste’dodini aniqlab olish maqsadida olib boriladigan psixologik xizmat turi.

Test – sinaluvchini tekshirish jarayonida maxus qo‘llaniladigan metodlardan biri bo‘lib, bu metod orqali aniq bir psixologik xususiyat aniqlanadi.

Tushuncha – narsa va xodisalarning muhim belgi va xususiyatlarini bitta so‘z yoki so‘zlar guruhi bilan ifodalashdan iborat tafakkurning mantiqiy shakli.

Tushunish – biror narsaning ma’nosi va ahamiyatini anglash qobiliyati, asosiy erishilgan natijasi.

Taxlil – tafakkur qilish usuli, bunda murakkab ob’ektlar qismlarga bo‘linib o‘rganiladi.

Taqqoslash – narsa va xodisalar o‘rtasidagi o‘xshashlik va tafovutlarni aniqlashga asoslangan fikrlash operatsiyasi.

Trening – mashq qilmoq, guruxlarda muloqotning samarali tashkil etish usuli bo‘lib, shaxsning muloqotga o‘rgatish va obro‘li bo‘lishini rivojlantirish maqsadida o‘tkaziladi.

Temperament – shaxsning individual-psixologik xususiyatlari majmui bo‘lib, u kishida faoliyat va xulq-atvorning dinamik va emotsional tomonlari bilan xarakterlanadi.

Tobe shaxs – muloqot va boshqa jarayonlarda shaxsda ko‘nikuvchanlik, boshqa kishilarga bog‘liqlik, fikriga bo‘ysunish xususiyatlarining tarkib topishi.

Umumlashtirish – voqelikdagi narsa va xodislarni umumiy va muhim belgilariga qarab fikran birlashtirishdan iborat tafakkur jarayoni.

Uyushganlik - guruh a’zolarining bir-birlarini yaxshi bilishlari, bir-birlarining dunyoqarashlari, hayotiy prinsiplari, qadriyatlarini anglashlari.

Ustanovka – yo‘nalish, kishining tevarak-atrofdagi odamlarga va ob’ektlarga nisbatan qanday munosabatda bo‘lish, ularni idrok qilish, ularga baho berish va ularga nisbatan xarakatining tayyorlik xolati.

Faoliyat – insongagina xos, ong bilan boshqariladigan ehtiyojlar tufayli paydo bo‘ladigan va tashqi olam bilan kishining o‘z-o‘zini bilishga, uni qayta qurishga yo‘naltirlgan faolligi.

Faollik – tirik materiyaning umumiy xususiyati, tevarak muhit bilan o‘zaro ta’sirda

bo‘lishida namoyon bo‘ladi.

Flegmatik – temperament turlaridan biri bo‘lib, harakatlar sekinligi, barqarorligi, emotsional xolatlarning tashqi ko‘rinishlari kuchli emasligida namoyon bo‘ladi.

Xarakter – kishidagi barqaror psixik xususiyatlarining individual birligi bo‘lib, shaxsning mehnatga, narsa va xodisalarga, o‘ziga va boshqa kishilarga munosabatlarida namoyon bo‘ladi.

Harakat – maqsadga muvofiq yo‘naltirilib, ongli ravishda amalga oshiriladigan harakatlar yig‘indisi. H. Ongli faoliyatning tarkibiy qismlari va motivlaridan biridir.

Xulosa chiqarish – tafakkurning mantiqiy shakllaridan bo‘lib, bir qancha xukmlar asosida ma’lum xulosa chiqariladi. X.ch. induktiv, deduktiv va analogik turlarga ajratiladi.

Xolerik – temperament turi bo‘lib, xissiyot jo‘shqinligi, kayfiyatning tezda o‘zgarishi, hissiyotning muvozanatsizligi va umuman xarakatchanligi bilan ajralib turishi xosdir.

SHaxs – ijtimoiy munosabatlarga kiruvchi va ongli faoliyat bilan shug‘ullanuvchi betakror odam.

SHaxs ijtimoiylashuvi - inson tomonidan ijtimoiy tajribani egallash va hayot - faoliyat jarayonida uni faol tarzda o‘zlashtirish jarayonidir.

SHaxslararo munosabat – muloqot jarayonidagi o‘zaro ta’sir etish natijasida ro‘y beradigan ijtimoiy-psixologik hodisalar.

SHakllar – bevosita va bavosita tur bo‘lib, yuzma-yuz yoki vosita orqali amalga oshishi ko‘zda tutiladi.

SHakllanganlik - odamlarning nima uchun jamoalarda ishlashi, odamlar ichida bo‘lishi bilan bog‘liq psixologik jarayon.

SHartli – odamlarning turli belgi, faoliyat shakllariga ko‘ra biror guruhga taalluqli deb qarash.

Emotsiya – odam va hayvonlarning sub’ektiv ifodalangan ichki va tashqi qo‘zg‘oluvchilar ta’siriga javob reaksiyasi.

Egotsentrizm – men, markaz ma’nosida individualizm va egoizmning eng tuban turi.

Ekstrovert shaxs – shaxsning xar qanday sharoit va xolatlarida o‘z ichida kechayotgan fikrlarini bayon etish ehtiyojining yuqoriligi.

Empatiya – boshqa odamlarning psixik holatini tushunish

O‘qish – shaxsning bilim va faoliyat usullarini egallashga hamda uni mustahkam esda saqlab qolish jarayoni.

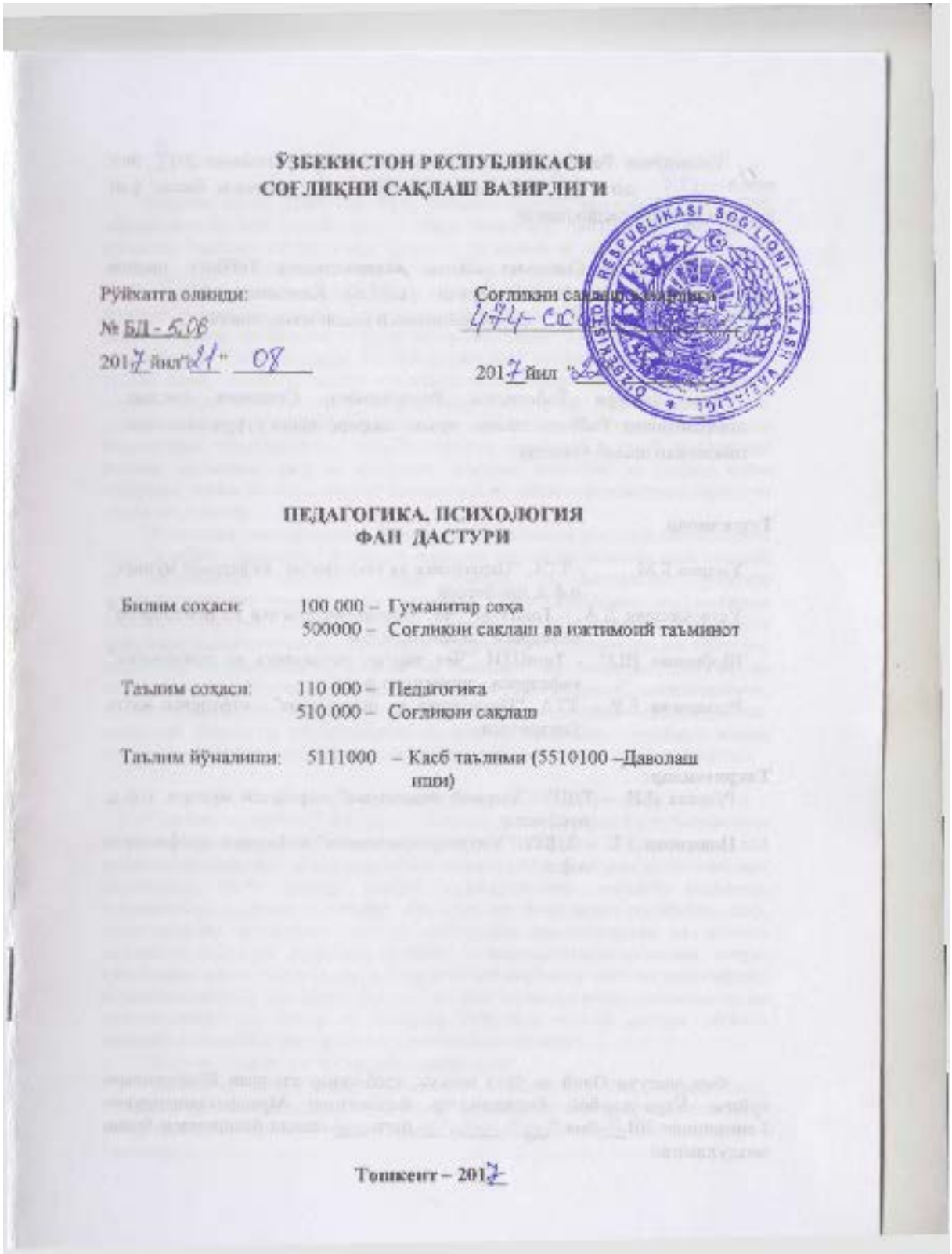
O‘yin – faoliyat turlaridan biri bo‘lib, bolalarning kattalar faoliyatini, ish xarakatlarini aks ettirishda ifodalanadigan va atrofni bilishga qaratilgan faoliyatdir.

Qobiliyat – shaxsning ma’lum faoliyatidagi muvaffaqiyatlarini va osonlik bilan biror faoliyatni egallay olishini ta’minlaydigan individual psixologik xususiyati.

Qiziqish – shaxsning o‘zi uchun qimmatli va yoqimli narsa yoki xodisalarga munosabati.

Qobiliyatlar – shaxsning ma’lum faoliyatdagi muvaffaqiyatlarini va osonlik bilan biron faoliyatni egallay olishini ta’minlaydigan individual psixologik xususiyati.

V. ILOVALAR



ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ
СОҒЛИҚНИ САҚЛАШ ВАЗИРЛИГИ

Рўйхатга олинди:
№ БД - 5.08
2017 йил "21" 08

Соғлиқни сақлаш вазири
474- сон
2017 йил "

ПЕДАГОГИКА. ПСИХОЛОГИЯ
ФАН ДАСТУРИ

Билим соҳаси: 100 000 – Гуманитар соҳа
500000 – Соғлиқни сақлаш ва ижтимоий таъминот

Таълим соҳаси: 110 000 – Педагогика
510 000 – Соғлиқни сақлаш

Таълим йўналиши: 5111000 – Касб таълими (5510100 –Даволаш иши)

Тошкент – 2017

I. Ўкув фанининг долзарблиги ва олий касбий таълимдаги ўрни

XXI асрда жуда куплаб давлатларда булгани каби дунё харитасида муносиб урин олган мустакил Узбекистонда хам барча сохаларда туб ислохотлар бошланди. Бу ислохотларнинг барчаси ***инсон омилини*** хар качонгидан хам юкори савияга кутариб, унинг кучи, идроки, салохияти, рухий хамда маънавий баркамоллигини бевосита тараккиёт, ривожланиш ва цивилизация билан узвий боглади. Бундан инсон ва унинг мукаммаллиги, уз устида ишлаши, уз мукаммаллиги хусусида кайгуриши муаммоси хар качонгидан хам долзарб масалага айланди.

Зеро, Узбекистон Республикаси биринчи Президенти И.А.Каримов таъкидлаганларидек, “ёшларимизнинг иймон-эътикодини мустахкамлаш, иродасини бакувват килиш, уларни уз мустакил фикрига эга булган баркамол
инсонлар этиб тарбиялаш”1 ишининг самарадорлигига улуш булиб кушилади.

Давримиз инсонни мустакил фикрли шахс сифатида хар бир сонияда уйлашга, фикрлашга, мулохаза юритиб, узи учун хулосалар чикаришга мажбур этмокда. Яъни, бу чексиз оламда биз узимизни узгаларсиз, уз манфатларимизни узгалар манфаатисиз тасаввур кила олмаганимиз учун хам педагогика ва психологияни билишга мажбурмиз. Мустакил давлатимизнинг сиёсати Инсон манфаатини химоя килиш, унинг учун муносиб турмуш тарзини яратиш экан, бу ишларни амалга ошириш учун булгуси мутахассис шифокор булиб, эл дардига дармон булиш жараёнида ижтимоий борлик конуниятларини билиши ва ундан маромида фойдалиб, турмуш нормаларига буйсуниши, жамиятда узининг муносиб урнини эгаллаб, фукаролик бурчини адо этишга тайёр булиши даркор.

Президент Ш.М.Мирзиёев хам “Олдимизга ёшларга тарбия бериш, психология ва бошка турли сохаларда кадрларни тайёрлаш ва кайта тайёрлаш буйича мураккаб вазифалар турибди”2, дея жамиятимиз хаётида руй бераётган барча узгаришларнинг педагогик-психологик мохиятини булгуси мутахассислар томонидан узлаштирилишига кумак берувчи илмий манбаларнинг ахамиятини яна бир маротаба таъкидлаб утди. Фан дастури Узбекистон Республикаси Давлат таълим стандарти ва тиббий йуналишдаги бакалавриат таълим йуналиши малака талабларига асосланган холда тузилган. Ушбу дастурда педагогика, психология фанлари асослари буйича умумий билимлар беришга оид масалалар камраб олинган булиб, уларнинг инсон камолотида тутган урнини ёритиб беришга асосий эътибор каратилган. Укув дастури асосида педагогика, психология фанларининг асосий категориялари ва унинг энг мухим конуниятларини очиб бериш кузда тутилади.

Мазкур “Педагогика. Психология.” фани тиббий таълим бакалавриат йуналиши укув режасининг клиникагача булган фанлар блокига таалукли хисобланади. Фанни укитишда жахон олимларининг таълим-тарбияга оид карашлари хамда педагогика ва психология фанига кушган хиссаларини миллий мафкурамиз талаблари нуктаи назаридан урганиб, талабаларга етказиш ва хаётга татбик этиш кузда тутилади. Шунингдек, мазкур фан бир катор ижтимоий-гуманитар ва педагогик ва психологик фанлар учун (фалсафа: этика, эстетика, мантик, тарих, социология, сиёсатшунослик, педагогика тарихи, психология тарихи, педагогика назарияси, умумий педагогика, умумий психология, касбий педагогика, касбий психология, таълим технологиялари, педагогик махорат, педагогик психология, касб таълими методикаси, ижтимоий педагогика, ижтимоий психология, тарбиявий ишлар методикаси) назарий замин булиб хизмат килади.

“Педагогика. Психология” фани талабаларнинг катор ижтимоий-гуманитар фанлар (фалсафа, этика, эстетика, мантик, тарих, социология, сиёсатшунослик, касбий педагогика, касбий психология, таълим технологиялари, педагогик махорат, педагогик психология, касб таълими методикаси) хамда тиббий йуналишдаги (тиббиёт психологияси, психиатрия, анатомия, физиология в.б.к.) фанларга доир билим ва малакаларни эгаллашларида мухим замин булиб хизмат килади.

II. Ўкув фанининг максад ва вазифалари

Фанни укитишдан максад - талабаларга умумий педагогик ва психологик билимларни бериш хамда уларда инсон фаолиятининг муваффакиятини таъминлаш омили сифатида педагогик ва психологик узига хос хусусиятлар хакидаги тасаввурларни яхлит шакллантириш, таълим-тарбиявий фаолият хусусиятлари хамда талабаларни бозор иктисодиёти шароитида ижтимоий - психологик ходисаларни тугри англаб етиши, юксак инсоний фазилатларни шакллантириш, одоб-ахлок, тарбия, инсоний хаёт ва касбий фаолиятнинг турли мураккаб вазиятларидан чикиб кета олиш, мустакил фикрлаш ва шахсий хатти-харакатлари окибатларини олдиндан сезиш, мустакил укиш ва уз имкониятларини айнан бахолаш, максадга эришиш буйича педагогик ва психологик билим ва куникмаларни шакллантиришдир.

Фаннинг вазифаси - талабаларни педагогика ва психология фани тараккиётининг асосий йуналишлари билан таништириш; маърифий (таълим, тарбия, шахс камолоти ва маданиятини тавсифловчи) тушунчалар мажмуини узлаштириш; укишга ва касбга оид муаммоли вазиятларни тахлил килиш; замонавий таълим жараёнини лойихалаштириш, ташкил этиш ва амалга ошириш, унинг бориши ва натижаларини ташхис килишнинг назарий асосларини узлаштириш; шахснинг камолоти ва унга таъсир курсатувчи омиллар, унинг онги, билиш жараёнлари, индивидуал психологик хусусиятлари, эмоционал ва иродавий сифатларини тахлил этишга хамда самарали шахслараро мулокотни ташкил килишни ургатишдан иборат.

Фан буйича талабаларнинг билим куникма ва малакаларига куйидаги талаблар куйилади.

Талаба:

- педагогиканинг объекти, предмети ва методлари, унинг фанлар тизимида тутган урни ва асосий тармокларини;
- шахсни шакллантиришда, инсоннинг хулк-атвори, мулокоти ва фаолиятида таълим ва тарбиянинг тутган урни хакида тасаввурга эга булиши;
- таълим ва тарбияда ирсият ва ижтимоий мухитнинг узаро муносабатини, миллий ва маданий-тарихий омилларнинг тутган урни ва ахамиятини;
- педагогика фанининг асосий тушунча ва терминларини;

психологик-педагогик тахлил килиш ва лойихалаш усулларини; маърифат (таълим, тарбия, шахс камолоти ва маданияти), маърифий жараёнлар ва уларнинг мохияти хакидаги билимлар тизимини; замонавий таълим технологияларини;

- укиш ва билишга оид фаолиятни ташкил килиш йулларини;
- таълим ва тарбия сифатини назорат килиш шакллари ва методларини эгаллаши;
- умумий психологик тушунчаларни, вокелик ва жамиятдаги вокеа- ходисаларни, шахснинг узида кечадиган ижтимоий-психологик жараёнларни,

шахсни психологик тадкик килиш усулларини билиши;

- талаба вокеликни психологик мушохада этиш, нарса-ходисаларни илмийлик ва мантикийлик асосида ургапиш, илмий тафаккур ва психологик тасаввурнинг уйгунлигини таъминлаш, мустакил ва замонавий фикрлаш, кундалик фаолиятда умумий психологик билимларни ва коидаларни куллай олиш куникмаларига эга булиши;
- талаба вокеа-ходисаларни психологик нуктаи назардан тахлил ва тадкик килиш, шахс мотивацияси, эмоционал ва иродавий сифатлари, индивидуал психологик хусусиятлари, шахс ва жамият орасидаги муносабатнинг психологик конуниятларини аниклаш малакаларига эга булиши керак.

III. Асосий назарий кисм (маъруза машҒулотлари)

Мавзу. Педагогика фан сифатида. Тиббиётда педагогик билимларнинг урни ва ахамияти

Педагогиканинг объекти, предмети ва тузилиши. Жахон маърифий фикрларининг тарихий-педагогик тахлили (Кадимги Юнонистон, Рим, Гарбий Европа, Я.А.Коменский, И. Г.Песталоцци, К.Д.Ушинский ва хк). Узбекистон худудида энг кадимги даврдан XIV асргача маърифий фикрлар тараккиёти (халк огзаки ижоди, кадимги ёзма

ёдгорликлар, зардуштийлик, ислом дини, хадис илми, Шарк уйгониш даври ва маърифий карашлари: Мухаммад Мусо ал-Хоразмий, Абу Райхон Беруний, Абу Наср Форобий, Абу Али ибн Сино, Юсуф хос Х,ожиб ва хк).Педагогиканинг асосий категориялари ва тушунчалари: тарбия, инсон камолоти, таълим, укиш, урганиш, укитиш кабилар. Педагогиканинг методлари. Педагогиканинг тармоклари. Педагогиканинг бошка фанлар билан узаро алокадорлиги. Педагогик тизимлар тушунчаси, унинг манбалари ва асосий таркибий кисмлари. Турли хил педагогик тизим ватехнологияларнинг фалсафий асосланиши. Тиббиётда педагогиканинг урни
ва ахамияти. Узбекистон Республикасининг таълим тизими ва уни бошкариш.
Мустакил Узбекистонда таълим тизими тараккиётининг тарихий тахлили.
Узбекистон Республикасининг “Таълим тугрисида”ги ва “Кадрлар тайёрлаш миллий дастури тугрисида”ги конунларида таълим тизимини бошкариш масалалари. Кадрлар таёрлаш Миллий модели – Узбекистонда ракобатбардош кадр таёрлаш асоси. Узбекистон Республикаси Вазирлар Махкамасининг таълим сохасидаги ваколатлари. Махаллий давлат хокимияти органларининг таълим сохасидаги ваколатлари. 2017-2021йилларда Узбекистонни ривожлантириш харакатлар стратегиясида таълим тизими масалалари. Узбекистон Республикаси Президентининг тиббиёт сохасига оид фармон ва карорлари. Узбекистонда таълим тараккиёти муаммолари ва истикболлари.

Мавзу. Педагогикада шахс шаклланиши ва ривожланишининг
умумий конуниятлари

Шахс шаклланиши ва ривожланиши жараёни хакида тушунча. Биологик ва ижтимоий омилларнинг хусусиятлари. Шахс ривожланишига ирсиятнинг урни ва ахамияти. Шахс ривожланиши жараёнида мухитнинг таъсири. Шахсни камол топтиришда таълим-тарбиянингроли. Фаолият - ривожланиш омили сифатида. Шахс ривожланишида ёшга оид хусусиятларининг даврланиши. Акселерация ва унинг шахс ривожланишига таъсири. Ривожланиш конуниятлари. Мактабгача тарбия даври хусусиятлари ва тарбиявий ёндошув. Кичик мактаб даври хусусиятлари ва тарбиявий ёндошув. Катта мактаб (усмирлик) даври хусусиятлари ва тарбиявийёндошув. Успиринлик даври хусусиятлари ва тарбиявий ёндошув. Шахсни шакллантириш ва ривожланишда индивидуал хусусиятларнинг хисобга олиниши масалалари.

Мавзу. Тарбия жараёнининг мазмун ва мохияти. Тарбиявий таъсир этиш усуллари, воситалари ва уни амалда куллаш шакллари

Тарбия тушунчаси. Тарбиянинг максади ва умумий вазифалари. Тарбия жараёнининг узига хос хусусиятлари. Тарбия конуниятлари ва тамойилари. Тарбия жараёнининг мазмуни, тамойиллари, воситалари ва унинг хаёт билан богликдиги, шахсни жамоа оркали тарбиялаш, инсон шахсига хурмат ва унга талабчанлик. Миллий тарбия ва унинг узига хослиги. Ватанпарварлик ва инсонпарварлик тарбияси. Тарбия метод (тушунтириш, намуна, ишонч, рагбат, жазо каби) лари, воситалари ва уларнинг мазмуни. Тарбияда таъсир этиш усулининг турт гурухи: ижтимоий онгни ва ижтимоий ахлокни шакллантириш, рагбатлантириш ва узини-узи тарбиялаш усуллари. Укув-тарбиявий тадбирлар. Тарбия шакл (аклий, ахлокий, хукукий, экологик, иктисодий, эстетик, жисмоний тарбия) лари ва уларнинг мазмуни. Оилавий тарбия асослари. Шахс тарбиясида оила ва жамиятнинг урни. Ижтимоий тарбиянинг максад ва вазифалари, мазмуни ва методлари.

Мавзу. Таълим (педагогик) технологиялари ва педагогик махоратасослари

Дидактика хакида тушунча. Таълимнинг мазмуни: малака талаблари, ўқув режаси, дастури, дарслик, укув ва услубий кулланмалар. Таълимни амалга оширувчи воситалар. Укитишнинг умумий ва муайян шакллари. Дарс, факультатив машгулотлар, курс ишлари, уй иши, кушимча машгулотлар, назорат ва мустакил фаолият шакллари. Маъруза дарслари,

лаборатория, амалий ва семинар машгулотлари, текшириш ва билимларни бахолаш дарслари. “Педагогик технология”, “методика”, “методлар”, “шакллар” ва “воситалар” хакида тушунча. Педагогик технологияларнинг мезонлари.

Педагогик технологияларнинг тузилиши. “Педагогик технология”нинг мохияти ва унга куйилган талаблар. Методика ва технология тушунчалари. Интерфаол методлар ва уларнинг мохияти. Шахсга йунатирилган таълим технологияси. Педагогик технологияларида масофавий таълим.

Педагог ва унга куйиладиган талаблар. Педагогик фаолият, унинг максади, вазифалари ва йуналиши. Педагогик махорат хакида тушунча. Педагогик кобилиятлар ва уларнинг классификацияси. Педагогик техника хакида тушунча. Педагогнинг мулокот маданияти, функциялари ва усуллари. Педагогик санъат ва махорат, уларнинг кисмлари ва ижтимоий ахамияти. Педагогик мулокатни моделлаштиришда уларни инобатга олиш.

Мавзу. Психология фанига кириш. Тиббиётда психологик билимларнинг урни ва ахамияти

Психология фанининг тиббиётдаги урни. Психологиянинг шаклланиш тарихи ва ривожланиш боскичлари. Кадимги дунё ва урта аср файласуф ва мутафаккирларининг психология илми тугрисидаги тушунчалари. Дунё ва рус олимларининг психология фанига кушган хиссалари. Психологиянинг предмети, максади ва вазифалари хамда принциплари. Психика ва онг муаммолари. Онгнинг психологик тавсифи. Онглилик ва онгсизлик тушунчалари.

Психологик конуниятлар ва уларни аниклаш методлари. Кузатув усули (ички, ташки, узи-узини кузатиш). Экспремент усули (лабораторияда тажриба утказиш; табиий шароитда тажриба утказиш). Суровнома усули. Таржимаи хол усули. Интервю усули. Социометрия усули. Тест усули. Моделлаштириш усуллари. Фаолият натижаларини тахлил килиш. Тиббий амалиёт жараёнида психологиянинг ахамияти. Психология фанининг тармоклари, бошка фанлар билан богликдиги.

Мавзу. Психологияда шахс муаммоси. Шахс фаолияти ва унинг индивидуал-психологик хусусиятлари: характер, темперамент, кобилият

Психологияда шахс муаммоси. Шахс ва унинг шаклланиши. Шахсни камол топтириш тушунчаси. Биогенетик, социогенетик, психогенетик концепциялар. Шахс хусусиятларининг баркарорлиги ва шахснинг фаоллиги. Эхтиёжлар ва фаолият мотивлари. ^изикдшлар. Шахснинг дунёкараши. Фаолиятнинг максади ва мотивлари. Фаолиятнинг таркибий кисмлари. Фаолият турлари. Шахснинг индивидуал-психологик хусусиятлари хакида тушунча. Темперамент. Темперамент хакида тушунча ва унинг турлари. Темпераментнинг физиологик асослари. Темперамент ва шахс. Характер. Характер тугрисида тушунча. Характернинг физиологик асослари. Характер хусусиятлари. Характер акцентуацияси. қобилиятлар. Қобилиятлар тугрисида тушунча. Лаёкат нишоналари ва кобилиятлар.Қобилият ва интеллект. Интеллект куплиги назарияси (Г.Г арднер буйича).

Мавзу. Шахснинг психик билиш жараёнлари: хотира, диккат, сезги, идрок, тафаккур, нутк, хаёл

Хотира. Хотиранинг умумий характеристикаси ва физиологик асослари.
Хотира назариялари. Эсда колдириш, унинг шартлари ва усуллари. Таниш ва
эсга тушириш. Эсда саклаш ва унутиш. Хотира турлари. Хотиранинг индивидуал фарклари. Диккат. Диккат хакида тушунча. Диккатнинг физиологик асослари. Диккатнинг турлари. Диккатнинг асосий хусусиятлари.
Паришонлик. Диккат-еътиборлилик (зийраклик) шахснинг фазилатидир. Билиш жараёнлари. Сезги. Сезги турлари, уларнинг урни ва узига хос хусусиятлари. Сезгирлик ва унинг узгариши. Идрок. Идрокнинг умумий таърифи ва физиологик асослари. Идрокнинг яхлитлиги, англанган булиши, айрим нарсаларга каратилиши ва баркарорлиги. Тафаккур хакида тушунча.Тафаккурнинг умумий таърифи ва физиологик асослари. Тафаккур турлари

ва аклнинг мухим сифатлари. Фикрлаш операциялари. Тушунча, хукм ва хулоса чикариш. Мантикий масалаларни ечиш. Нутк. Тил ва нутк тугрисида
умумий тушунча. Тафаккур ва аклий фаолият. Нуткнинг анатомик- физиологик механизмлари. Нуткни идрок килиш ва тушуниш. Нутк турлари. Хаёл. Хаёл турлари ва образлар яратиш усуллари.

Мавзу. Шахснинг эмоционал-иродавий холатлари

Хис-туйгулар. Хис-туйгулар хакида тушунча. Хис-туйгуларнинг ифодаланиши. Хис-туйгуларнинг физиологик асослари. Хис-туйгулар ва фаолият. Х,ис-туйгуларнинг асосий сифатлари. Эмоционал холатлар: стресс ва унинг боскичлари, бартараф этиш йуллари; аффект, кайфият, депрессия, фрустрация, рухланиш, эхтирос. Юксак хис-туйгулар. Хис-туйгулар сохасидаги индивидуал фаркдар. Х,ис-туйгулар ва инсон шахси. Ирода. Иродавий жараёнлар тугрисида тушунча. Ироданинг физиологик асослари. Иродавий харакатнинг манбалари. Иродавий харакатни тахлил килиш. Шахснинг иродавий сифатлари. Иродани тарбиялаш.

Мавзу. Мулокот ва шахслараро муносабатлар психологияси. Жамоа ва гурух психологияси

Мулокот ва муносабат тугрисида тушунча. Мулокотнинг коммуникатив сохаси. Мулокотнинг перцептив томони. Мулокот олиб бориш даражалари. Мулокот турлари. Вербал ва новербал мулокот. Мулокот усуллари. Ахборот
узатиш ва оммавий ахборот жараёнлари. Ахборот воситалари, уларнинг мохияти ва самарадорлиги. Манипуляция. Жамоа ва гурух тушунчалари. Кичик гурухлар классификацияси. Гурухда узаро мослик ва психологик мухит. Гурухий карор кабул килиш ва унинг омиллари. Гурухда бошкарув
муаммоси. Конформизм ва унинг окибатлари. Ижтимоий таъсир (фасилитация ва ингибиция) ходисаси. Лидерлик. Лидерлик усуллари ва назариялари. Суперлидерлик тушунчаси. Суперлидерликни шаклланиш боскичлари.

V. Амалий (семинар) машFулотлар буйича курсатма ва тавсиялар

Амалий (семинар) машгулотлар учун куйидаги мавзулар тавсия этилади:

1. Педагогика фан сифатида. Тиббиётда педагогик билимларнинг урни ва ахамияти.
2. Педагогикада шахс шаклланиши ва ривожланишининг умумий конуниятлари.
3. Тарбия жараёнининг мазмун ва мохияти. Тарбиявий таъсир этиш усуллари, воситалари ва уни амалда куллаш шакллари.
4. Таълим (педагогик) технологиялари ва педагогик махорат асослари
5. Психология фанига кириш. Тиббиётда психологик билимларнинг урни ва ахамияти.
6. Психологияда шахс муаммоси. Шахс фаолияти ва унинг индивидуал-психологик хусусиятлари
7. Шахснинг психик билиш жараёнлари
8. Шахснинг эмоционал-иродавий холатлари.
9. Мулокот ва шахслараро муносабатлар психологияси. Жамоа ва гурух психологияси.

Амалий (семинар) машгулотлар мультимедиа курилмалари билан жихозланган аудиторияда бир академик гурухга бир укитувчи томонидан утказилиши лозим. Машгулотлар фаол ва интерактив усуллар ёрдамида утилиши, мос равишда муносиб педагогик ва ахборот технологияларини куллаш максадга мувофикдир.

Амалий (семинар) машгулотларини утказишда куйидаги дидактик тамойилларга амал килинади:

- амалий (семинар) машгулотларни максадини аник белгилаб олиш;
- укитувчининг инновацион педагогик фаолияти буйича билимларни чукурлаштириш имкониятларига талабаларда кизикиш уйготиш;
- талабада натижани мустакил равишда кулга киритиш имкониятини таъминлаш.
- талабани назарий-методик жихатдан тайёрлаш;
- амалий (семинар) машгулотлари нафакат аник мавзу буйича билимларни якунлаш, балки талабаларни тарбиялаш манбаи хамдир.

V-Мустакил таълим ва мустакил ишлар

Тавсия этиладиган мустакил таълим мавзулари

1. Педагогика фан сифатида. Олий тиббиёт таълимида педагогика фанининг ахамияти.
2. Узбекистон Республикасида таълим тизими
3. Ривожланишнинг ёшга оид ва индивидуал хусусиятлари
4. Дидактика - таълим назарияси сифатида
5. Укувчиларнинг билим, куникма, малакаларини ташхис этиш.
6. Тарбия жараёнинг мохияти ва мазмуни
7. Педагогик технологиялар
8. Интерфаол методлар ва уларнинг мохияти
9. Таълим муасасаси менеджмента
10. Педагогик махорат асослари
11. Педагогик таъсир этиш йуллари
12. Психология фан сифатида замонавий тиббиёт ходими фаолиятида психология фанининг ахамияти
13. Интеллект коэффициенти ва тестлари хакида тушунча
14. Темперамент ва шахс фаолияти
15. Инсон кобилиятининг ривожланишига таъсир килувчи омиллар
16. Маълумотларни мустахкамлаш йуллари, усуллари, воситалари
17. Инсон хотираси ривожининг асосий омиллари ва шарт-шароитлари
18. Диккатнинг психологик назариялари
19. Сезгиларнинг узгариши ва уларнинг улчови
20. Характер акцентуацияси ва уни меъёрлаштириш усуллари
21. Образлар шаклланишига таъсир этувчи омиллар
22. Ижодий фикрлаш психологияси
23.Инсон тафаккурининг узига хос хусусиятлари
24. Тафаккурни ривожлантириш воситалари
25. Конформизм ва унинг шахсга таъсири
26. Хаёл ва ижодиёт
27. Бошкарув психологияси
28. Шахс тараккиёти юзасидаги Ж.Пиаже ва Л.С.Выготский, Э.Торндайк, К.Ливин, З.Фрейд назариялари
29. Саломатлик: психологик ёндашув ва мезонлар
30. Саломатлик психологияси: фан хамда амалиёт сифатида
31. Саломатликни таъминловчи зарур биологик хамда психологик омиллар
32. Психологик мослашувчанлик ва мувозанатни бахолаш мезонлари
33. Мулокотнинг самарали таъсир воситалари
34. Шахсда лидерлик кобилиятларини шакллантириш ва ривожлантириш масалалари

Фан буйича мустакил иш аудитория ва аудиториядан ташкари утказилади.

Талаба мустацил ишини ташкил этишда цуйидаги шакллардан фойдаланилади:

Талаба “Педагогика. Психология” фанидан мустакил таълимни ташкил этишда муайян фаннинг хусусиятларини хисобга олган холда куйидаги шакллардан фойдаланиш тавсия этилади ва жорий назорат сифатида бахоланади: 1) мавзулар буйича конспект (реферат, такдимот) тайёрлаш.

Назарий материални пухта узлаштиришга ёрдам берувчи бундай усул укув материалига диккатни купрок жалб этишга ёрдам беради. Талаба конспекти турли назорат ишларига тайёргарлик ишларини осонлаштиради, вактни тежайди;

2) укитиш ва назорат килишнинг автоматлаштирилган тизимлари билан ишлаш. Талабалар маъруза ва амалий (семинар) машгулотлар давомида олган билимларини узлаштиришлари, турли назорат ишларига тайёргарлик куришлари учун тавсия этилган электрон манбалар, инновацион дарс лойихаси намуналари, уз-узини назорат учун тест топшириклари в.б;

3) фан буйича кушимча адабиётлар билан ишлаш. Мустакил урганиш учун берилган мавзулар буйича талабалар тавсия этилган асосий адабиётлардан ташкари кушимча укув, илмий адабиётлардан фойдаланадилар. Бунда рус ва хорижий тиллардаги адабиётлардан фойдаланиш рагбатлантирилади;

4) интернет тармоғидан фойдаланиш. Фан мавзуларини узлаштириш, курс иши, битирув малакавий ишларини ёзишда мавзу буйича интернет манбаларини топиш, улар билан ишлаш назорат турларининг барчасида кушимча рейтинг баллари билан рагбатлантирилади; 5) мавзуга оид масалалар, кейс-стадилар ва укув лойихаларини ишлаб чикиш ва иштирок этиш;

6) амалиёт турларига асосан материал йигиш, амалиётдаги мавжуд муаммоларнинг ечимини топиш, хисоботлар тайёрлаш;

7) илмий семинар ва анжуманларга тезис ва маколалар тайёрлаш ва иштирок этиш;

8) масофавий (дистанцион) таълим асосида машгулотларни ташкил этиш буйича методик курсатмалар тайёрлаш ва хк.

Уйга берилган вазифаларни бажариш, янги билимларни мустакил урганиш, керакли маълумотларни излаш ва уларни топиш йулларини аникдаш, Интернет тармокларидан фойдаланиб маълумотлар туплаш ва илмий изланишлар олиб бориш, илмий тугарак доирасида ёки мустакил равишда илмий манбалардан фойдаланиб илмий макола (тезис) ва маърузалар тайёрлаш кабилар талабаларнинг дарсда олган билимларини чукурлаштиради, уларнинг мустакил фикрлаш ва ижодий кобилиятини ривожлантиради.

Мустакил ишни ташкил этиш буйича услубий курсатма ва тавсиялар, кейс-стади, вазиятли масалалар туплами ишлаб чикилади. Унда талабаларга асосий маъруза мавзулари буйича амалий топшрик, кейс-стадилар ечиш услуби ва мустакил ишлаш учун вазифалар белгиланади.

• ***Шунингдек талабанинг мустакил иши булиб:***

• График органайзерлаш ишлаб чикиш ва тулдириш;

• Кроссвордлар тузиш ва ечиш;

• Презентация ва видеороликлар тайёрлаш хамда мустакил иш жараёнида кенг куллаш ва хк.

Фанни фаол узлаштиришда талабаларни олимпиада, танловлар, кургазма, анжуманлар ва бошка тадбирларда иштирок этиши рагбатлантирилади.

Фойдаланиладиган адабиётлар руйхати

Асосий адабиётлар:

1. Умаров Б.М., Шойимова Ш.С., Рузиева Д.И.Педагогика. Психология. Дарслик. Т., 2018 й.

2. Шойимова Ш.С. Шахс психологияси. Укув кулланма. «LESSON PRESS» Тошкент, 2017 й. 160 б.

3. И.В.Новгородцева Педагогика в медицине. Издательство «ФЛИНТА», 2017.

4. А.А.Реан, Н.В.Бордовская, С.И.Розум. Психология и педагогика. Учебник для вузов. -СПб.: Питер, 2002. 432 с.

Кушимча адабиётлар

1. Узбекистон Республикаси Кадрлар тайёрлаш миллий дастури. - Т.:Узбекистон, 1997.
2. Каримов И.А. Юксак маънавият - енгилмас куч. Т-2008.
3. Мирзиёев Ш.М. Танкидий тахлил, катъий тартиб интизом ва шахсий жавобгарлик- хар бир рахбар фаолиятининг кундалик коидаси булиши керак.
2017 й, 104 бет, Узбекистон матбуот ва ахборот агентлигининг “O’zbekiston” нашриёт матбаа ижодий уйи.
4. Мирзиёев Ш.М. Буюк келажагимизни мард ва олижаноб халкимиз билан бирга курамиз. 2017 й, 488 бет, Узбекистон матбуот ва ахборот агентлигинин “O’zbekiston” нашриёт матбаа ижодий уйи.
5. Мирзиёев Ш.М. Эркин ва фаровон, демократик Узбекистон давлатини биргаликда барпо этамиз. 2016 й, 56 бет, Узбекистон матбуот ва ахборот агентлигининг “O’zbekiston” нашриёт матбаа ижодий уйи.
6. Азизходжаева Н.Н. Педагогик технологиялар ва педагогик махорат. Окув колланма. - Т.: Узбекистон Ёзувчилар уюшмаси Адабиёт жамгармаси нашриёти, 2006. -160 б.
7. Бордовская Н.В., Розум С.И. Психология и педагогика. Учебник для вузов Питер, 2016 г. 624 с.
8. Зиямухамедов Б. “Педагогика” Тошкент. Тамаддун. 2014.
9. Иванов П.И., Зуфарова М.Е. “Умумий психология” Т.: Узбекистон файласуфлари миллий жамияти, 2008. -480б.
5. Искандарова Ш.Т., Шойимова Ш.С., Мирзаева Н.А. Психология. Дарслик - Тошкент, 2010. 266 б.
10. Каримова В.М. Психология. Т.: Шарк, 2000. -256б.
6. ***Кудрявая*** Н. В., Е.М.Уколова, Смирнова Н. Б., Волошина Е. А., Зорин К. В. (Под общей редакцией: Н. В. ***Кудрявая)*** Педагогика в медицине. М.: Издательский центр «Академия», 2012.
7. Мавлонова Р. ва бошк. Педагогика. - Тошкент, «Укитувчи», 2001.
8. Немов Р.С. Психология. М.: Владос, 2003. 1-2 т. -240с.
11. Педагогика. Укув кулланма. Ш.А.Абдуллаева, Д.А.Ахатова, Б.Б.Собиров, С.С.Сайитов. - Т.: Фан, 2004.
12. Подласый И.П. “Педагогика” 2 томлик китоб. Москва. Владос. 1999.
13. Умаров Б.М. Психология. Нопедагогик олий таълим йуналиши талабалари учун дарслик. Тошкент, 2011, - 480 бет.
14. Гозиев Э.Г. Умумий психология. -Т.: Узбекистон файласуфлари миллий жамияти. 2010. -488б.
15. Шойимова Ш.С. Мулокот психологияси. Укув-услубий кулланма «ZAMON POLIGRAF»OK Тошкент, 2017. 40 б.

Интернет сайтлари:
1. www.ziyonet.uz
2. www.pedagog.uz
3. www.psychology.uz
4. www.tdpu.uz
5. www.nutq.intal.uz

O’ZBEKISTON RESPUBLIKASI SOG‘LIQNI SAQLASH VAZIRLIGI
TOSHKENT FARMATSEVTIKA INSTITUTI
IJTIMOIY FANLAR KAFEDRASI

“Tasdiqlandi”
O‘quv ishlari bo`yicha prorektor

T.A.Nabiev_____

2018 yil “___” _____

PEDAGOGIKA.PSIXOLOGIYA FANINING ISHCHI O`QUV DASTURI

Ta’lim sohasi: 510000 – Sog‘liqni saqlash

Ta’lim yo‘nalishi: 5111000 –Kasb ta’limi (510500 – Farmatsiya (Farmatsevtika ishi)

Umumiy o’quv soati - 96

Shu jumladan:

Ma'ruza -26 soat

Amaliy (seminar) mashg`ulot –28 soat

Mustaqil ish -40 soat (5 semestr-40soat)

Toshkent - 2018

Fanning ishchi o`quv dasturi O‘zbekiston Respublikasi Oliy va o‘rta maxsus ta’lim vazirligi 201__yil “ __” ____dagi ____-sonli buyrug‘i bilan (buyruqning -ilovasi) tasdiqlangan “Pedagogika.Psixologiya” fani dasturi asosida tayyorlangan.

Fan dasturi Toshkent farmatsevtika instituti Kengashining 201__yil “ __” ____dagi ____-sonli bayoni bilan tasdiqlangan.

Tuzuvchilar:

N.E.Yusupova Ijtimoiy fanlar kafedrasi kata o’qituvchisi
L.B.Sultonova Ijtimoiy fanlar kafedrasi kata o’qituvchisi

Taqrizchilar:

S.M.To’ychieva - Tillar kafedrasi mudiri

Toshfarmi Farmatsiya
fakulteti dekani:
2018 yil “_____” _____ H.Sh.Ilxomov

Dori turlari tehnologiyasi
kafedrasi mudiri:
2018 yil “_____” _____ Yo.S. Karieva

KIRISH

1. ***O‘quv fani o‘qitilishi bo‘yicha uslubiy ko‘rsatmalar***

“Pedagogika. Psixologiya”fani talablarni nazariy bilimlar, amaliy ko’nikmalar, pedagogik hodisa va jarayonlarga uslubiy yondashuv hamda ilmiy dunyoqarashini shakillantirish vazifalarini bajaradi.

Fan bo’yicha talabalarning bilim, ko’nikma va malakalariga quyidagi talablar qo’yiladi. ***Talaba:***

- “Pedagogika. Psixologiya” fanlar tizimi tuzilishi, fanning mohiyati, ularning rivojlanish istiqbollari haqida;
- umuminsoniy qadriyat va milliy madaniyatning asoslarini e’tiborga olib, ta’lim -tarbiya mazmunini, milliy mafkurani shakllantirib borish imkonini yaratish;
- uzluksiz ta’lim tizimini yanada rivojlantirish muammolarini hal etish;
- pedagogik fikrlash qobiliyatini tarkib toptirish;
- ta’limning pedagogik qonuniyatlari hamda tamoyillariga tayangan holda tegishli qarorlar qabul qilish;

-“ Pedagogika. Psixologiya”ning tarmoqlari, tamoyillari, mexanizmlari, kategoriyalari ***haqida tasavvurga ega bo‘lishi***;

- “Pedagogika. Psixologiya” nazariyasi va metodologiyasi aloqalar tizimlar, kategoriyalar, qonuniyatlar, asosiy holatlar;
- pedagogik faoliyatni rejalashtirishda, yaqin, o‘rta davriy istiqbolni ko‘zlab maqsad, vazifalarni belgilash;

bilishi va ulardan foydalana olishi;

- Turli xil hayotiy vaziyatlarda shaxsni o‘rganishda pedagogikaning har xil usullarini qo‘llash;
- Pedagogik, ijtimoiy-etnik va “Kasbiyta’limmetodikasi” fanitadqiqotlarning metodlarini qo‘llash;
- Talaba pedagogik hodisa va jarayonlarni tahlil qilish usullarini qo’llash pedagogikmuammolar bo’yicha yechimlar qabul qilish ***ko’nikmalariga ega bo’lishi kerak;***

Pedagogika.Psixologiya fanining boshqa fanlar bilan integratsiyasi:

Pedagogika.Psixologiya fanini mukammal o'zlashtirish uchun talabalar quyidagi fanlardan yetarli bilim, ko'nikma va malakaga ega bo'lishlari kerak:

- kasbiy pedagogika;
- kasbiy psixologiya;
- kasbiy ta’lim metodikasi;
- yosh davrlar psixologiyasi;
- O’zbekiston tarixi;
- falsafa;
- sotsiologiya;
- pedagogik amaliyot.

2. **Ma’ruza mashg‘ulotlari**

1-Jadval

№	Ma’ruzalar mavzulari	Dars soatlari hajmi
	5 semestr	
1.	Pedagogika fan sifatida. Tibbiyotda pedagogik bilimlarning o’rni va ax,amiyati	4

2.	Pedagogikada shaxs shakllanishi va rivojlanishining umumiy qonuniyatlari	2
3.	Tarbiya jarayonining mazmun va mox,iyati.	2
4.	Tarbiyaviy ta’sir etish usullari, vositalari va uni amalda ko’llash shakllari	4
5.	Ta’lim (pedagogik) texnologiyalari va pedagogik max,orat asoslari	6
6	Psixologiya faniga kirish. Tibbiyotda psixologik bilimlarning urni va ahamiyati	2
7	Psixologiyada shaxs muammosi. Shaxs faoliyati va uning individual-psixologik xususiyatlari: xarakter, temperament, qobiliyat	2
8	Shaxsning psixik bilish jarayonlari: xotira, diqqat, sezgi, idrok, tafakkur, nutq, xayol	4
9	Shaxsning emotsional-irodaviy xolatlari	2
10	Muloqot va shaxslararo munosabatlar psixologiyasi.	2
	Jami	26

Ma'ruza mashg'ulotlari mul`timedia qurulmalari bilan jihozlangan auditoriyada akadem. guruhlar oqimi uchun o'tiladi.

3. **Amaliy mashg‘ulotlari**

Darsni olib borish rejasi (xronoharita):

1. O’qituvchining mavzu bo’yicha kirish so’zi - 10 daqiqa;
2. Talabalarning bilimini og’zaki va yozma,test usulda mavzuga tegishli savollar bilan tekshirish -80 daqiqa;
3. Mavzuni tushuntirish: o’qituvchi talabalarning bergan javoblariga qarab, yo’l qo’yilgan xatoliklarni tuzatib, javoblarni umumlashtiradi - 10daqiqa;
4. Konspekt daftarlarni tekshirish– 10 daqiqa;
5. Bajarilgan ishni qabul qilish va baholash- 10daqiqa.

Jami: 120 daqiqa.

2- Jadval

№	**Amaliy mashg‘ulotlarining mavzulari**	**Dars soatlari hajmi**
	5-semestr	
1.	Pedagogika fan sifatida. Tibbiyotda pedagogik bilimlarning o’rni va ax,amiyati	4
2.	Pedagogikada shaxs shakllanishi va rivojlanishining umumiy qonuniyatlari	2
3.	Tarbiya jarayonining mazmun va mox,iyati.	2
4.	Tarbiyaviy ta’sir etish usullari, vositalari va uni amalda ko’llash shakllari	4
5.	Ta’lim (pedagogik) texnologiyalari va pedagogik max,orat asoslari	6
6.	Psixologiya faniga kirish. Tibbiyotda psixologik bilimlarning urni va ahamiyati	2
7.	Psixologiyada shaxs muammosi. Shaxs faoliyati va uning individual-psixologik xususiyatlari: xarakter, temperament, qobiliyat	2

8.	Shaxsning psixik bilish jarayonlari: xotira, dikkat, sezgi, idrok, tafakkur, nutq, xayol	4
9.	Shaxsning emotsional-irodaviy xolatlari	2
10	Muloqot va shaxslararo munosabatlar psixologiyasi.	2
	Jami	28

Jami: 36 soat

Amaliy mashg‘ulotlari faol va interfaol usullar, ko‘rgazmali qurollar, tarqatma materiallar va axborot multimedia qurulmalari bilan jihozlangan auditoriyada o‘tiladi.

4. Mustaqil ta’lim

3-Jadval

№	Mustaqil ta’lim mavzulari	Dars soatlari hajmi
5-semestrda		
1	O’zbekiston Respublikasida ta’lim tizimi	(4soat)
2	Rivojlanishning yoshga oid va individual xususiyatlari	(4soat)
3	Didaktika - ta’lim nazariyasi sifatida	(4soat)
4	Ukuvchilarning bilim, kunikma, malakalarini tashxis etish.	(4soat)
5	Interfaol metodlar va ularning moxiyati	(5soat)
6	Temperament va shaxs faoliyati	(4soat)
7	Xarakter va uning aktsentuatsiyasi	(4soat)
8	Inson tafakkurining oziga xos xususiyatlari	(4soat)
9	Muloqotning samarali tasir vositalasri	(4soat)
10	Boshqaruv psixologiyasi	(5soat)
		42

Jami: 42 soat

Mustaqil o’zlashtiriladigan mavzular bo’yicha talabalar tomonidan internet ma'lumotlarni to’plash, bibliografik annotatsiya va taqdimotlarni tayyorlash, test savollarini va vaziyatli masalalarni tuzish tavsiya etiladi.

7. Fan bo‘yicha talabalar bilimini baxolash va nazorat qilish mezonlari

Baxolash usullari	Ekspress testlar, yozma ishlar, og‘zaki surov		
Baholash mezonlari	***86-100 ball “a’lo”*** - fanga oid nazariy va amaliy tushunchalarni to‘la o‘zlashtira olish, tasniflanishini bilish. -fanga oid o‘rganilayotgan dori shakliga to‘la ta’rif bera olish; -tayyorlanayotgan dori shakli tarkibiga qo‘shilayotgan yordamchi moddalarni fizik kimyoviy xossasidan kelib chiqqan xolda to‘g‘ri tanlay bilish; -tayyorlanayotgan dori shaklining texnologik jarayonlarni mustaqil ketma ketlikda tanlay olish; -tayyorlanayotgan dori shaklining texnologik jarayoniga ta’sir etuvchi omillarni aniqlash; - tayyorlanayotgan dori shaklini me’yoriy xujjat asosida sifat nazoratini o‘tkaza bilish; - tayyorlanayotgan dori shaklini boshqa dori shakllari ichida egallangan o‘rniga qiyosiy baho berish.		
	71-85 ball “yaxshi” - dori tayyorlash texnologik jarayoni xaqida mustaqil fikr yuritish; -texnologik jarayon bosqichlarini to‘g‘ri aks ettira olish; -tayyorlanayotgan dori shaklining texnologik jarayoniga ta’sir etuvchi omillarni aniqlash; - tayyorlanayotgan dori shaklini me’yoriy xujjat asosida sifat nazoratini o‘tkaza bilish va tegishli xulosa chiqarish.		
	55-70 “qoniqarli” -texnologik jarayon bosqichlarini to‘g‘ri aks ettira olish; -tayyorlanayotgan dori shaklining texnologik jarayoniga ta’sir etuvchi omillarni aniqlash; - tayyorlanayotgan dori shaklini me’yoriy xujjat asosida sifat nazoratini o‘tkaza bilish va tegishli xulosa chiqarish.		
	0-54 “qoniqarsiz” -o’tilgan fanning nazariy va amaliy tushunchalarni bilmaslik; - texnologik jarayon bosqichlari haqida tassavurga ega emaslik; - me’yoriy xujjatlar asosida tayyorlanayotgan dori shaklining sifatiga baho bera olmaslik;		
	Reyting baxolash turlari	**Maks. ball**	**O‘tkazish vaqti**
	Joriy nazorat: Laboratoriya mashg‘ulotlarida faolligi, savollarga to‘g‘ri javob berganligi, laboratoriya topshiriqlarni bajarilganligi uchun	**45**	Semestr boshlangandan ikkinchi mashg'ulotdan oxirgi mashg'ulotga qadar har bir mashg'ulotda 100 ballik tizimda joriy baholanadi, so'ngra ushbu ballar yig'indisidan o'rtacha ball chiqarilib, 0,45 koeffitsientga ko'paytiriladi.
	Mustaqil ta’lim	**5**	
	Oraliq nazorat:	**20**	Har bir semestrning 15

	Laboratoriya mashg‘ulotida og‘zaki so‘rov ko‘rinishida qabul qilinadi. Ma’ruzachi o‘qituvchi va laboratoriya mashg‘uloti o‘qituvchisi tomonidan birgalikda o‘tkaziladi. Oraliq nazorat savollari va retsept topshiriqlari 2 xafta avval e’lonlar doskasiga joylashtiriladi. Oraliq nazorat 15 ballni tashkil etib, undan: (86-100 %) 17,2-20,0 **A’lo "5"** (71-85 %) 14,2-17,2 **Yaxshi "4"** (55- 70 %) 11-14,2 **Qoniqarli "3"** (0-54 %) 11 baldan kam **Qoniqarsiz "2"**		xaftasida
	Yakuniy nazorat (yozma, og’zaki, test)	**30**	19-20 haftada
	JAMI	**100**	

6. Asosiy va qo’shimcha o’quv adabiyotlar hamda axborot manbaalar

O‘zbekiston Respublikasi Qonunlari

1.O‘zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi.- T.: O‘zbekiston, 2009. – 40 b.
2.O‘zbekiston Respublikasining «Ta'lim to‘g‘risida»gi Qonuni. T. «Sharq» 2001. Oliy ta'lim me'yoriy xujjatlari. 3-18 betlar.
3.Kadrlar tayyorlash milliy dasturi. T. «Sharq» 2001. Oliy ta'lim meyoriy xujjatlari. 18-52 betlar.

O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti asarlari

1. Mirziyoev SH.M. Tankidiy taxlil, kat’iy tartib intizom va shaxsiy javobgarlik- xar bir raxbar faoliyatining kundalik koidasi bulishi kerak.2017 y, 104 bet, Uzbekiston matbuot va axborot agentligining “O’zbekiston” nashriyot matbaa ijodiy uyi.
2. Mirziyoev SH.M. Buyuk kelajagimizni mard va olijanob xalkimiz bilan birga kuramiz. 2017 y, 488 bet, Uzbekiston matbuot va axborot agentligining “O’zbekiston” nashriyot matbaa ijodiy uyi.
3. Mirziyoev SH.M. Erkin va farovon, demokratik Uzbekiston davlatini birgalikda barpo etamiz. 2016 y, 56 bet, Uzbekiston matbuot va axborot agentligining “O’zbekiston” nashriyot matbaa ijodiy uyi.
4.Islom Karimov. «Yuksak ma'naviyat-yengilmas kuch». T., «Ma'naviyat».2008

Asosiy adabiyotlar

Darsliklar vao`quv qo‘llanmalar

1. Mavlonova R va boshq. Pedagogika. – Toshkent, «O‘qituvchi», 2001.
2.Ibragimov X, Abdullaeva SH. Pedagogika nazariyasi. T., 2008 yil.
3.Hoshimov K.,Nishonova S. Pedagogika tarixi T., 2005 yil.
4. Omonov X.T, Xo‘jaev N.X, Pedagogik texnologiya va pedagogik mahorat. T.,2009 yil.
5. M.Ochilov,N.Ochilova Oliy maktab pedagogikasi (darslik) lotin Oliy vao‘rta maxsus ta'lim vazirligi tomonidan tavsiya etgan T.2008
6. M.Asqarova,M.Hayitboev S.Nishonov. Pedagogika. Oliy vao‘rta maxsus ta'lim vazirligi tomonidan tavsiya etgan (lotin) T.2008y
7.B.Ziyomuhammedov,Pedagogik mahorat asoslari ,T.2009yil
8. Z.Ibodullaev. “Tibbiyot psixologiyasi”. T., 2008 yil darslik.
9. P.I.Ivanov va M.Zufarova.”Umumiy psixologiya”T., 2008 yil darslik.

10. M.A.Maqsudova.”Muloqot psixologiyasi” .T.; 2006 yil darslik.
11.Nishonova va Sh.Asomiddinova. «Psixologik maslahat» .T.2010 yil
12. Ibodullayev 3/ Tibbiyot psixologiyasi/ T., 2012 Darslik

Qo‘shimcha adabiyotlar

1. Umarov B.M., SHoyimova SH.S., Ruzieva D.I.Pedagogika. Psixologiya. Darslik. T., 2018 y.
2. SHoyimova SH.S. SHaxs psixologiyasi. Ukuv kullanma. «LESSON PRESS» Toshkent, 2017 y. 160 b.
3. I.V.Novgorodseva Pedagogika v meditsine. Izdatelstvo «FLINTA», 2017.
4. A.A.Rean, N.V.Bordovskaya, S.I.Rozum. Psixologiya i pedagogika. Uchebnik dlya vuzov. -SPb.: Piter, 2002. 432 s.
6.Prof.M.X.Toxtaxodjayevaning umumiy tahriri ostida; O’zbekiston Respublikasi Oliy va o’rta-maxsus ta’lim vazirligi. – Toshkent: “O’zbekiston faylasuflari milliy jamiyati” nashriyoti, 2010..
7.Holiqov.A, Pedagogik mahorat,T.,2011yil.
8. G‘aybullaev N., YOdgorov R., Mamatqulova R., Toshmurodova Q., Pedagogika ma’ruzalar matni. T., 2000 y.
9.Yo‘ldoshev J., Usmonov S. Pedagogik texnologiya asoslari. – T.: O‘qituvchi, 2004.– 123 b.
10.Avliyaqulov.N.X,Musaeva.N.N, Pedagogik texnologiya . – T.: Cho’lpon NMIU,2012y.
11. Ochilova G. Pedagogika. T.: 2005
13. G‘oziev E.G‘. Umumiy psixologiya. Toshkent 2010
6. Azizxodjaeva N.N. Pedagogik texnologiyalar va pedagogik maxorat. O’quv Qo’llanma. - T.: Uzbekiston YOzuvchilar uyushmasi Adabiyot jamgarmasi nashriyoti, 2006. -160 b.
7. Bordovskaya N.V., Rozum S.I. Psixologiya i pedagogika. Uchebnik dlya vuzov Piter, 2016 g. 624 s.
8. Ziyamuxamedov B. “Pedagogika” Toshkent. Tamaddun. 2014.
9. Ivanov P.I., Zufarova M.E. “Umumiy psixologiya” T.: Uzbekiston faylasuflari milliy jamiyati, 2008. -480b.
5. Iskandarova SH.T., SHoyimova SH.S., Mirzaeva N.A. Psixologiya. Darslik - Toshkent, 2010. 266 b.
10. Karimova V.M. Psixologiya. T.: SHark, 2000. -256b.
6. Kudryavaya N. V., E.M.Ukolova, Smirnova N. B., Voloshina E. A., Zorin K. V. (Pod obщey redaksiey: N. V. Kudryavaya***)*** Pedagogika v meditsine. M.: Izdatelskiy sentr «Akademiya», 2012.
8. Nemov R.S. Psixologiya. M.: Vlados, 2003. 1-2 t. -240s.
11. Pedagogika. O’kuv qo’llanma. SH.A.Abdullaeva, D.A.Axatova, .B.Sobirov, S.S.Sayitov. - T.: Fan, 2004.
12. Podlasыy I.P. “Pedagogika” 2 tomlik kitob. Moskva. Vlados. 1999.
13. Umarov B.M. Psixologiya. Nopedagogik oliy ta’lim yunalishi talabalari uchun darslik. Toshkent, 2011, - 480 bet.
15. SHoyimova SH.S. Mulokot psixologiyasi. Ukuv -uslubiy kullanma «ZAMON POLIGRAF»OK Toshkent, 2017. 40 b.

Internet saytlari

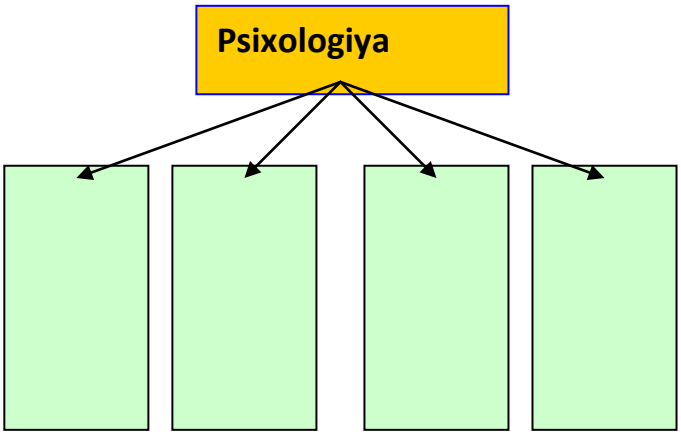
1.www.ziyonet.uz
2. www.tdpu.uz
3. www.pedagog.uz

TARQATMA MATERIALLAR

1-mavzu:Psixologiya faniga kirish. Tibbiyotda psixologik bilimlarning urni va ahamiyati

1-ilova

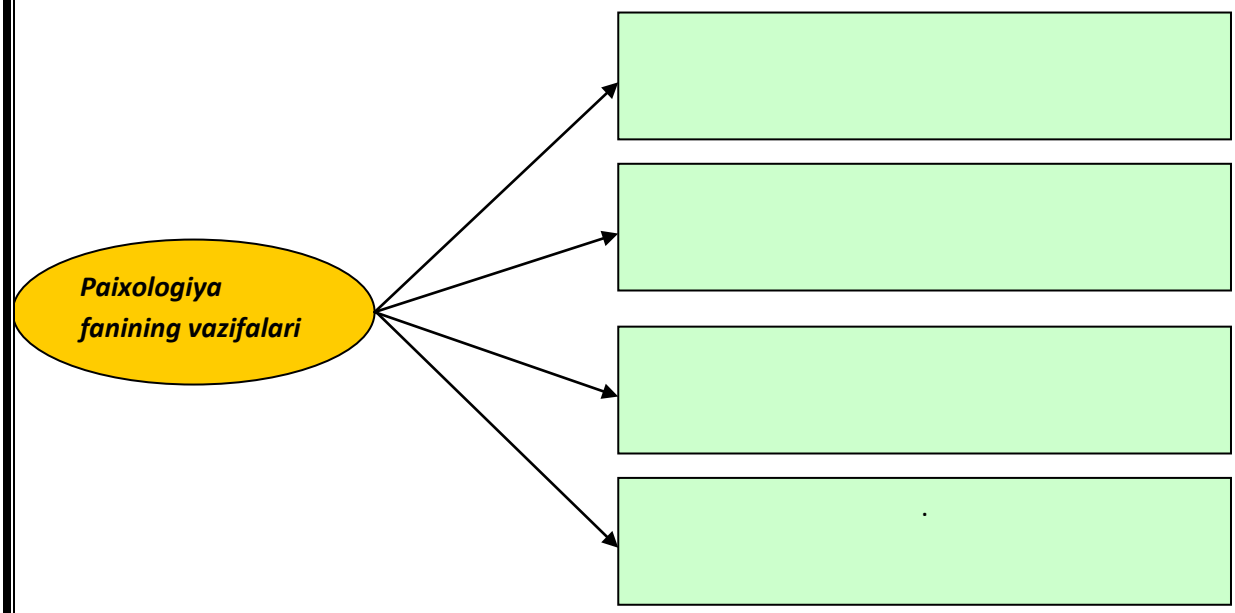
Psixologiyaning asosiy nazariy manbalarini yoritib bering.



2. *Ushbu tushunchalarning mazmunini yoriting.*

Psixologiya, jamiyat, oila, psixika,ong,individual xususiyatlar,psixik holatlar,psixologiya tarmoqlari,psixik metodlar,guruh turlari kichik guruhlar va jamoalar psixologiyasi, shaxsni kasb psixologik o‘rganish, ommaviy ijtimoiy psixologik hodisalar, ijtimoiy tasavvurlar.

Psixologiya fanining vazifalari:



O‘quv topshiriqlar

2- ilova

Guruh bilan ishlash qoidalari
Guruh a’zolarining har biri - o‘z sheriklarining fikrlarini xurmat qilishlari lozim; - berilgan topshiriqlar bo‘yicha faol, hamkorlikda va mas’uliyat bilan ishlashlari lozim; - o‘zlariga yordam kerak bo‘lganda so‘rashlari mumkin; - yordam so‘raganlarga ko‘mak berishlari lozim; - guruhni baholash jarayonida ishtirok etishlari lozim; - “Biz bir kemadamiz, birga cho‘kamiz yoki birga qutilamiz” qoidasini yaxshi bilishlari lozim.

B.B.B. usuli asosida bilimlarni sinash uchun tarqatma materiallar

№	Tushuncha	Bilaman “+”, Bilmayman “-”.	Bildim “+”, Bila olmadim “-”.
1.	Psixologiyaning yo‘nalishlari		
2.	Kichik guruhlar va jamoalar psixologiyasi		
3.	SHaxs –psixologiyaning o‘rganish ob’ekti sifatida		
4.	psixologiya faniga hissa qo‘shgan olimlar		
5.	psixologik tadqiqot metodlari		

1-o‘quv topshiriq
3x4 oranayzerini to‘ldiring

Fanning asosiy mazmunini ochib berishga yordam beradi va “3x4” texnologiyasi orqali talabalarni mavzu yuzasidan tushuncha, tasavvurlari aniqlanadi.

Psixologiya –bu .....

1-o‘quv topshiriq
FSMU texnologiyasi

Ushbu texnologiya munozarali masalalarni hal etishda hamda o‘quv jarayonini bahs-munozarali o‘tkazishda qo‘llaniladi, chunki bu texnologiya talabalarni o‘z fikrini himoya qilishga, erkin fikrlash va o‘z fikrini boshqalarga o‘tkazishga, ochiq holda bahslashishga hamda shu bilan birga bahslashish madaniyatini o‘rgatadi. Tinglovchilarga tarqatilgan oddiy qog‘ozga o‘z fikrlarini aniq va qisqa holatda ifoda etib, tasdiqlovchi dalillar yoki inkor etuvchi fikrlarni bayon etishga yordam beradi. F-fikringizni bayon eting S-Fikringiz bayoniga sabab ko‘rsating M-ko‘rsatilgan sababingizni isbotlovchi dalil keltiring U- fikringizni umumlashtiring

Savol	Psixologiya va jtimoiy psixologiya fanlar o‘rtasidagi aloqadorlikni tushuntiring?
Savol	Inson va hayvon psixikasi o‘rtasidagi farq
F-fikringizni bayon eting	
S-Fikringiz bayoniga sabab ko‘rsating	
M-ko‘rsatilgan sababingizni isbotlovchi dalil keltiring	
U- fikringizni umumlashtiring	

FSMU texnologiyasi

1-guruh

2-guruh

Savol	Psixologiya fani nima uchun alohida fan sifatida o‘rganiladi?
F-fikringizni bayon eting	
S-Fikringiz bayoniga sabab ko‘rsating	
M-ko‘rsatilgan sababingizni isbotlovchi dalil keltiring	
U- fikringizni umumlashtiring	

1. Klaster usullaridan foydalanamiz. Buning uchun doskani uchta qismga bo‘lib qo‘yiladi:

Strukturalizm	*Funksionalizm*	*Psixoanaliz*

SHu tarzda guruh a’zolarini ham uch guruxga bo‘lamiz. Birinchi guruxga birinchi ustunni to‘ldirishni, ikkinchi guruxga ikkinchi ustunni, uchinchi guruhga uchinchi ustunni to‘ldirish vazifasi beriladi.

3. Avvalgi guruhlarni saqlagan holda, tinglovchilarga muomalaning shaxsga ta’siri masalasini oydinlashtirib olish taklif etiladi.

SHaxs faoliyatida ijtimoiy kutishning ijobiy ta’siri	*SHaxs faoliyatida ijtimoiy kutishning salbiy ta’siri*

4. Dars yakunida Ushbu jadvalni to‘ldirishni taklif etiladi:

Nimani bilar edik?	*YAna nimani bilishni xoxlaymiz?*	*Nimani bilib oldik?*

Kutiladigan natija: Darsda hammani faollashtirish, har bir ta'lim oluvchida o'z fikrini ifoda eta olishga erishish.Bu texnologiyani qo'llash orqali dars maqsadi va mazmuniga bakalavrlarning o'zlari tezroq etib keladilar va kelgusi faoliyatlarida nimalarga e'tibor berish lozimligini o'zlari anglaydilar.

1-o'quv topshiriq
T-chizma grafik organayzerlari

Hozirgi zamon psixologiyasining ilmiy tadqiqot metodlariga doir muammoli masalalarni echimini topishga yordam beradi va "T-chizma" usuli orqali muammo hal qilinadi.

1)

Kuzatish metodining afzalligi	Kuzatish metodining kamchiliklari

2)

Eksperiment metodining afzalliklari	Eksperiment metodining kamchiliklari

3)

Test metodining afzalliklari	Test metodining kamchiliklari

4)

So'rovnoma metodining afzalliklari	Surovnoma metodining kamchiliklari

5)

Sotsiometriya metodining afzalliklari	Sotsiometriya metodining kamchiliklari

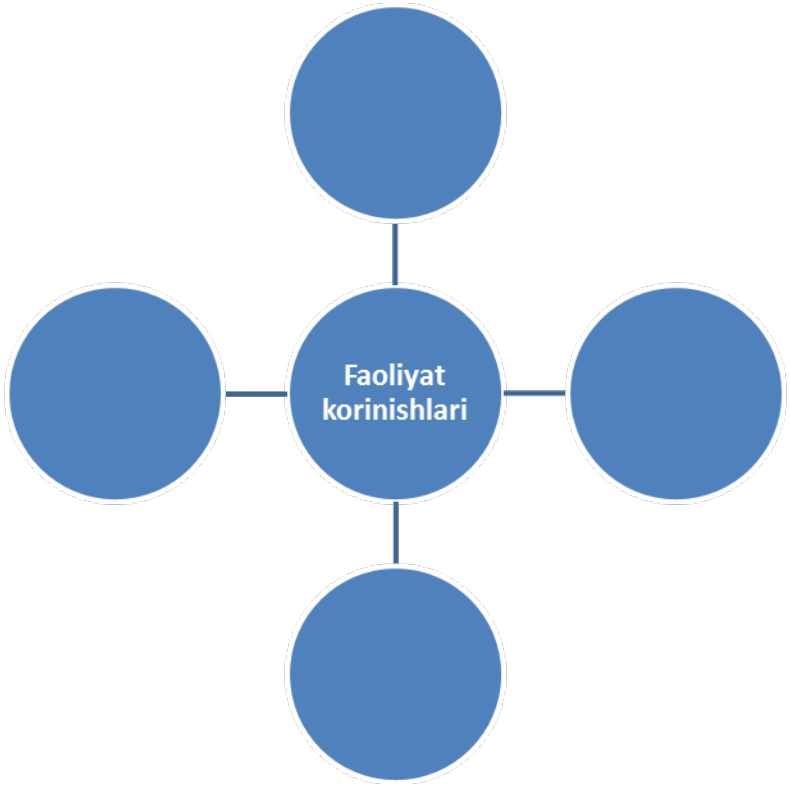
2-mavzu :Psixologiyada shaxs muammosi. Shaxs faoliyati va uning individual-psixologik xususiyatlari: xarakter, temperament, qobiliyat

“Muammo” organayzerini to‘ldiring

SHaxs borasidagi psixologik nazariyalarga doir muammoli masalalarni echimini topishga yordam beradi va “Muammo” usuli orqali muammo hal qilinadi.

Muammoning turi	Muammoning kelib chiqish sabablari	Muammoni echish yo‘llari va sizning harakatingiz
Biogenetik va sotsiogenetik nazariyalarda shaxs muammosining talqini nimalardan iborat?		

6-ilova



BBB jadvalini to‘ldiring

№	Mavzudagi savollar	Bilaman	Bilishni xohlayman	Bilib oldim
1.	Psixologiyada shaxs muomma sifatida			
2.	SHaxs va qiziqishlar			

3.	Faoliyat va faollik			
4.	Individual xususiyatlar :temperament,xarakter ,qobiliyat			

TEMPERAMENT BO‘YICHA KEYSLAR

1-keys

Кейс юзасидан топшириқлар:

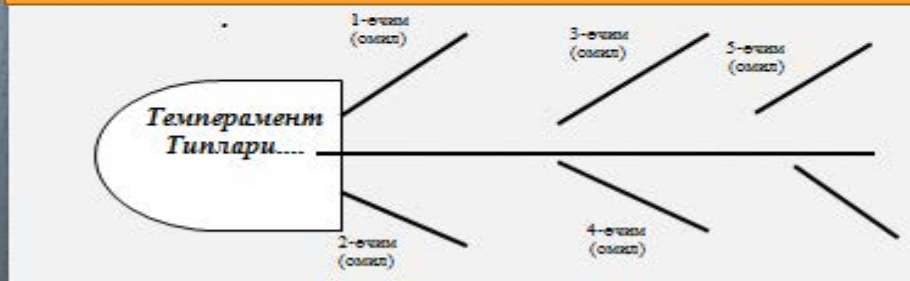
	Кейс юзасидан саволлар	Кейс вазиятнинг тахлили
1.	Юкоридаги темперамент турларининг эмоционал жихатларига эътибор каратинг. Ижобий ва салбий хусусиятларини белгиланг.	
2.	Оиланинг мустаҳкамлигида шахс темпераментининг ўрни	
3.	Қайси темпсрамент турлари ўртасидаги никоҳ тўлоқонли бахтли бўла олиш имкониятига эга эканлигини белгиланг.	

Baliq skleti metodi

"БАЛИҚ СКЕЛЕТИ" МЕТОДИ

Метод ўкувчи (талаба)ларда мавзу юзасидан муайян масала мохиятини тасвирлаш ва ечиш кобилиятини шакллантиради. Уни кўллашда ўкувчи (талаба)ларда мантикий фикрлаш, мавзу мохиятини ёритувчи таянч тушунча, маълумотларни муайян тизимга келтириш, уларни тахлил килиш кўникмалари ривожланади.

Методдан фойдаланиш куйидагича амалга оширилади:



Zinama-zina texnologiyasi

Mavzu: Temperament va uning xususiyatlari

/

Xolerik:

/

Sangvinik:

/

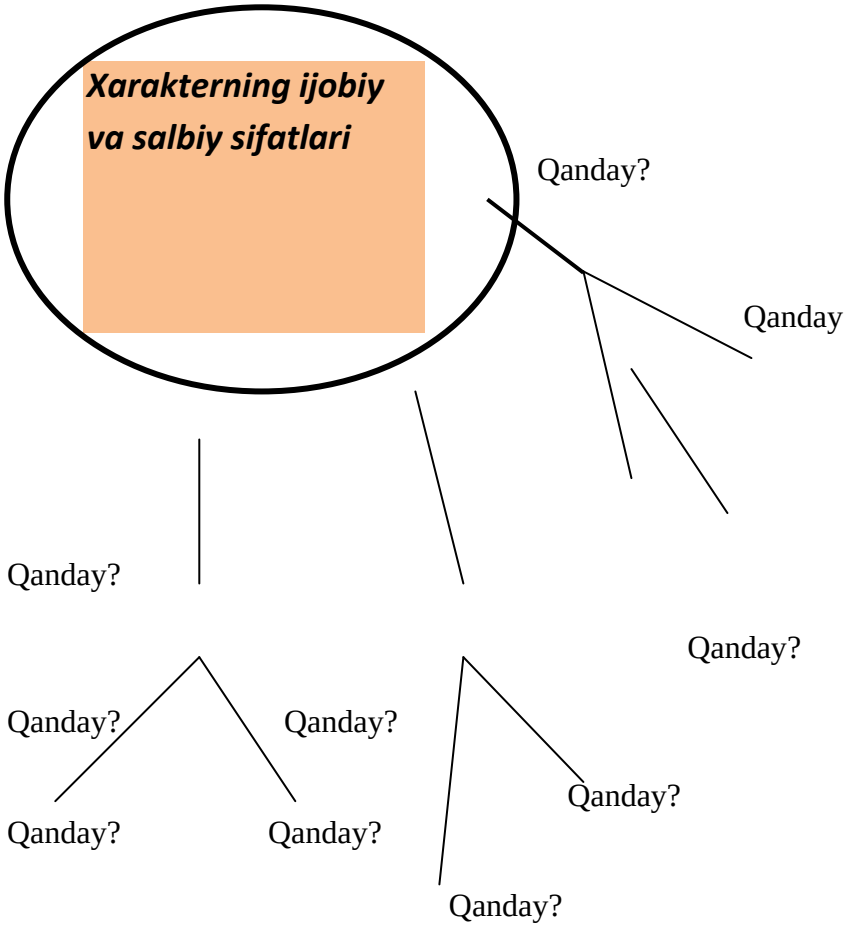
Flegmatik:

/

Melanxolik:

«Qanday» organayzerini to‘ldiring

Muhim muammoning echimini topishga yordam beradi va “Qanday” savoli orqali muammo hal qilinadi.



“FSMU” strategiyasi.

Fikr	
Sabab	
Misol	
Umumlashtirish	

1-gurux

Savol	Shaxs xarakteri o‘zgaruvchan xususiyatga ega
(**F**) Fikringizni bayon eting	
(**S**) Fikringiz bayoniga sabab ko‘rsating	
(**M**) Ko‘rsatgan sababingizni isbotlovchi dalil keltiring	
(**U**) Fikringizni umumlashti-ring	

2-gurux

Savol	Xarakter tug‘ma xususiyatga ega emas
(**F**) Fikringizni bayon eting	
(**S**) Fikringiz bayoniga sabab ko‘rsating	
(**M**) Ko‘rsatgan sababingizni isbotlovchi dalil keltiring	
(**U**) Fikringizni umumlashti-ring	

- **1-o‘quv topshiriq**

“Tushunchalar tahlili ” organayzerini to‘ldiring

Muhim muammoning echimini topishga yordam beradi va “Tushunchalar tahlili” usuli orqali muammo hal qilinadi.

- 1-guruh

Tushunchalar	Mazmuni
Mehnatsevarlik	
YAxshilik	
Talabchanlik	
Kamtarlik	

- 2-guruh

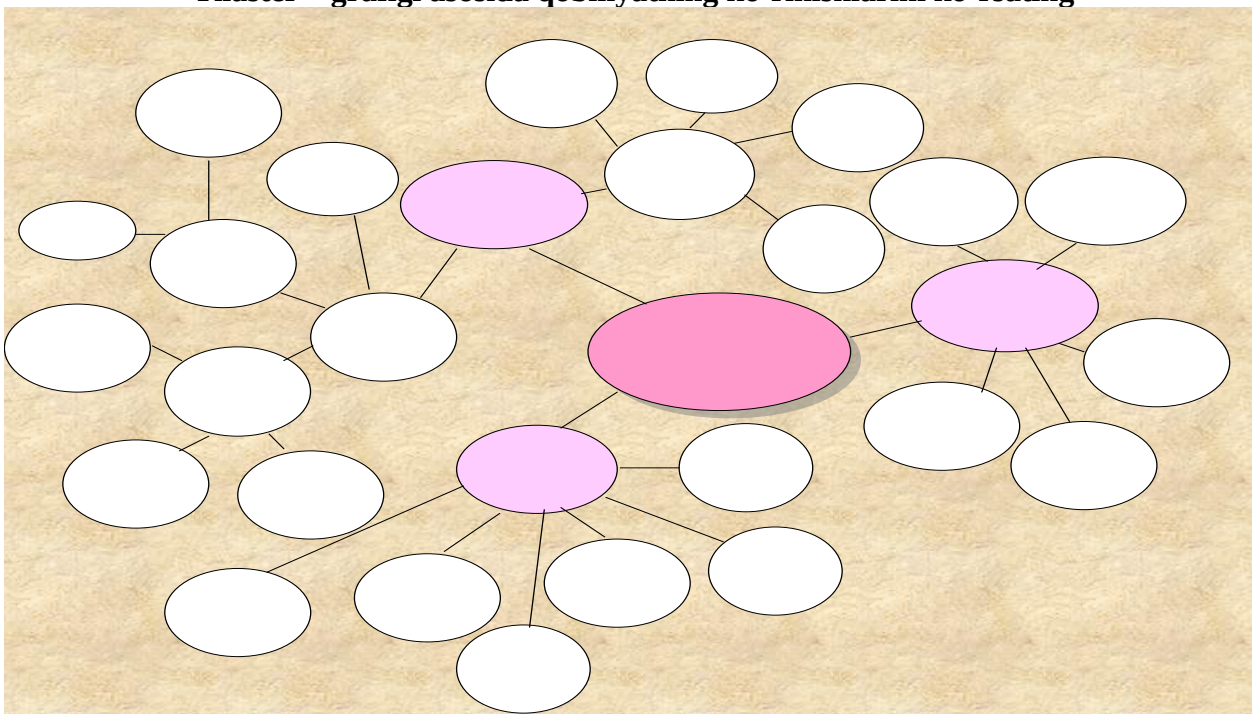
Tushunchalar	Mazmuni
Manmanlik	

Mas’uliyatsiz	
O‘ziga nisbatan yuqori baho berish	
Mag‘rurlik	

3-gurux

Tushunchalar	Mazmuni
Mexribon	
SHavqatsiz	
E’tiborli	
Sabrli	

“Klaster” grafigi asosida qobiliyatning ko‘rinishlarini ko‘rsating



SHAXSNING FAOLLIGI VA IJTIMOIY XULQNING MOTIVATSIYASI

SHAXS VA PSIXOLOGIK VAZIYATLAR

(Siz qanday odamsiz?)

Quyidagi savollarga javob berib ko‘ringchi, qanday odam ekansiz.

1. Tasavvur qiling siz o‘rmondasiz. Atrof-muhitni tasvirlab bering. (fasl, ob-havo, kunning qaysi payti: ertalab, kunduz, kechqurun)
2. Manzilingizga etishingiz uchun sizda 2 yo‘l bor. Birinchisi-uzoq vaqt ketsa ham tekis, ravon yo‘ldan borasiz yoki qisqa, lekin so‘qmoq yo‘lni tanlaysiz.
3. Yo‘lda ketayotganingizda oldingizdan zanjirband, yaralangan ayiq chiqib qoldi. U sizga yalinuvchan ko‘zlar bilan “qutqar” degandek tikila boshladi. Sizning unga juda rahmingiz keldi, ammo shuni yaxshi bilasizki, qutulgach ayiq sizga hamla qilishi mumkin. Harakatingiz:

a) xavfli bo‘lishiga qaramay uni albatta qutqaraman;

b) juda achinaman, lekin yordam berolmayman, nima bulganda ham “jon shirin”.

4. Yo‘lingizda davom etayapsiz, birdaniga qonxo‘r, badjahl, och bo‘ri sizga tashlanmoqchi bo‘ldi. Siz:

a) orqa-oldimga qaramay vaqt borligida qochib qolaman, axir bo‘ri bilan teng kelib bo‘ladimi;
b) bo‘rini ko‘ziga tik boqib, dadil kurashaman.
5. Judayam qorningiz ochdi, afsuski yoningizda yoyishga hech vaqo yo‘q. Atrofga qaragan edingiz daraxtda judayam chiroyli, qip-qizil, g‘arq pishgan olmani ko‘rib qoldingiz. Lekin o‘rmonga ishonib bo‘ladimi, olma zaharli bo‘lsachi?! Nima qilgan bo‘lardingiz?
6. Endi tasavvur qiling, cho‘lda yurgandek chanqadingiz, oldingizdan ko‘lmak suv chiqib qoldi. Suvni ichasizmi yoki yo‘qmi?
7. Yo‘lda ketayotib chiroyli otlar to‘dasiga duch keldingiz, ular bemalol ovqatlanib, o‘ynab yurishibdi. Sizning harakatingiz...
8. O‘rmon ichida ajoyib kulbaga ko‘zingiz tushdi. U sizni juda qiziqtirib qoldi, ammo uning ichida kimlar yoki nimalar borligini bilmaysiz. Nima qilasiz?
9. Oldingizdan osmondek musaffo, zilol suv chiqib qoldi. Siz qanday harakat qilgan bo‘lardingiz?
10. Manzilingizga yaqinlashib qoldingiz, yo‘lda devorga duch keldingiz. U unchalik baland emas, ya’ni sakrab o‘tsa bo‘ladi, uzun ham emas, aylanib o‘tsa bo‘ladi. Siz nima qilgan bo‘lardingiz?

Javoblar:

1. O‘rmon - bu inson hayoti: fasl-o‘tmishi, kunning payti esa hozirgi davri.

Masalan, “Kuz. Havo bulut, lekin quyosh chiqmoqchi bo‘lib turibdi, Atrofda mayin shamol esib, qushlarning sayrashi eshitilmoqda, hozir peshin xavo juda yoqimli...” desa, demak uning o‘tmishida biroz ko‘ngilsizliklar bo‘lgan, ammo hozirga kelib ular unut bo‘lib bormoqda, hayoti qiziqarli va mazmunli tus olib bormokda.

2.“Tekis” yo‘lni tanlagan inson qiynalib bo‘lsada, o‘z maqsadi tomon halol yo‘llar bilan borishga intiladi, undaylar hayotda unchalik tavakkalchi bo‘lavermaydilar, shuning uchun ham ba’zida o‘ylagan maqsadlarini amalga oshirolmay qoladilar.

“So‘qmok” yo‘lni avzal ko‘ruvchilar esa maqsadga etish yo‘lida hech narsadan tap totmaydilar. Unday insonlardan xavfli raqib chiqadi, lekin bu degani ular yomon odamlar toifasidan degani emas.

3. Ayiq - sizning yordamga muhtoj do‘stingiz;

4. Bo‘ri - dushmaningiz;

5. Olma - o‘zga jins vakillariga bo‘lgan ishonchingiz yoki qisman munosabatingiz;

6. Ko‘lmakdagi suv - sabru-toqat belgisi;

7. Otlar - bu qarama - qarshi jins vakillari. Masalan, siz otlar ichidan eng chiroylisini tanlab olsangizu, lekin oldiga borishdan qo‘rqsangiz, demak siz bu borada ikkilanuvchansiz. Qachon o‘zi kelarkan, deb kutib o‘tiraverasiz, olma pish og‘zimga tush qabilida ish ko‘rasiz va shu “ikkilanuvchanligingiz” oqibatida baxtingizni qo‘ldan chiqarib yuborishga ham tayyorsiz...

8. Kulba - bo‘lajak oilangizga bo‘lgan munosabatingiz...

9. Zilol suv – boylikka qay darajada qiziquvchanligingiz...

10. Devor – hayotda yuz berishi mumkin bo‘lgan qiyinchiliklar. Agar siz aylanib o‘tsangiz, demak bir burchakda qo‘l qovushtirib, ushbu noxushlik o‘tib ketishini kutasiz. Agar sakrab o‘tsangiz, siz “temirni issig‘ida bos” deydiganlar toifasidansiz. Noxushliklarga dadil, yuzma-yuz javob bera olasiz. Ushbu qat’iyatliligingiz albatta sizga omad keltiradi.

3-mavzu: Shaxsning psixik bilish jarayonlari: xotira, dikkat, sezgi, idrok, tafakkur, nutq, xayol

FSMU texnologiyasi

F	Fikringizni bayon eting.
S	Fikringizni bayoniga biror sabab ko‘rsating.
M	Ko‘rsatilgan sababni tushuntiruvchi misol keltiring.
U	Fikringizni umumlashtiring.

1-guruh

Savol	Psixikani muhit va a’zolar tuzilishiga bog‘liqligini qanday izohlaysiz?
F-fikringizni bayon eting	
S-Fikringiz bayoniga sabab ko‘rsating	
M-ko‘rsatilgan sababingizni isbotlovchi dalil keltiring	
U- fikringizni umumlashtiring	

2-guruh

Savol	Inson psixikasinining buzilishiga sabablar .....
F-fikringizni bayon eting	
S-Fikringiz bayoniga sabab ko‘rsating	
M-ko‘rsatilgan sababingizni isbotlovchi dalil keltiring	
U- fikringizni umumlashtiring	

1-o‘quv topshiriq
3x4 oranayzerini to‘ldiring

Mavzuning asosiy mazmunini ochib berishga yordam beradi va “3x4” texnologiyasi orqali talabalarni mavzu yuzasidan tushuncha, tasavvurlari aniqlanadi.

Diqqat –bu .....

“Muammo” organayzerini to‘ldiring

Diqqatning nerv-fiziologik asoslariga doir muammoli masalalarni echimini topishga yordam beradi va “Muammo” usuli orqali muammo hal qilinadi.

Muammoning turi	Muammoning kelib	Muammoni echish yo‘llari va

	chiqish sabablari	sizning harakatingiz
I.P.Pavlov va A.Uxtomiskiylarning diqqatning nerv fiziologik asoslari borasidagi nazariyalaridangi o‘shashlik va farqli jihatlar nimalardan iborat?		

1-o‘quv topshiriq
FSMU texnologiyasi

Ushbu texnologiya munozarali masalalarni hal etishda hamda o‘quv jarayonini bahs-munozarali o‘tkazishda qo‘llaniladi, chunki bu texnologiya talabalarni o‘z fikrini himoya qilishga, erkin fikrlash va o‘z fikrini boshqalarga o‘tkazishga, ochiq holda bahslashishga hamda shu bilan birga bahslashish madaniyatini o‘rgatadi. Tinglovchilarga tarqatilgan oddiy qog‘ozga o‘z fikrlarini aniq va qisqa holatda ifoda etib, tasdiqlovchi dalillar yoki inkor etuvchi fikrlarni bayon etishga yordam beradi.
F-fikringizni bayon eting
S-Fikringiz bayoniga sabab ko‘rsating
M-ko‘rsatilgan sababingizni isbotlovchi dalil keltiring
U- fikringizni umumlashtiring

1-guruh

Savol	Ixtiyorsiz diqqatning inson hayotidagi o‘rni nimalardan iborat?
F-fikringizni bayon eting	
S-Fikringiz bayoniga sabab ko‘rsating	
M-ko‘rsatilgan sababingizni isbotlovchi dalil keltiring	
U- fikringizni umumlashtiring	

2-guruh

Savol	Ixtiyoriy diqqat inson faoliyatini ta’minlovchi omil ekanligini asoslang?
F-fikringizni bayon eting	
S-Fikringiz bayoniga sabab ko‘rsating	
M-ko‘rsatilgan sababingizni isbotlovchi dalil keltiring	
U- fikringizni umumlashtiring	

3x4 oranayzerini to‘ldiring

Mavzuning asosiy mazmunini ochib berishga yordam beradi va “3x4” texnologiyasi orqali talabalarni mavzu yuzasidan tushuncha, tasavvurlari aniqlanadi.

Idrok –bu .....

1-o‘quv topshiriq
“Muammo” organayzerini to‘ldiring

Idrok nerv fiziologik asoslariga doir muammoli masalalarni echimini topishga yordam beradi va “Muammo” usuli orqali muammo hal qilinadi.

Muammoning turi	Muammoning kelib chiqish sabablari	Muammoni echish yo‘llari va sizning harakatingiz
Idrok jarayonini yuzaga kelish mexanizmi nimadan iborat ekanligini tushuntiring?		

1-o‘quv topshiriq
FSMU texnologiyasi

Ushbu texnologiya munozarali masalalarni hal etishda hamda o‘quv jarayonini bahs-munozarali o‘tkazishda qo‘llaniladi, chunki bu texnologiya talabalarni o‘z fikrini himoya qilishga, erkin fikrlash va o‘z fikrini boshqalarga o‘tkazishga, ochiq holda bahslashishga hamda shu bilan birga bahslashish madaniyatini o‘rgatadi. Tinglovchilarga tarqatilgan oddiy qog‘ozga o‘z fikrlarini aniq va qisqa holatda ifoda etib, tasdiqlovchi dalillar yoki inkor etuvchi fikrlarni bayon etishga yordam beradi.
F-fikringizni bayon eting
S-Fikringiz bayoniga sabab ko‘rsating
M-ko‘rsatilgan sababingizni isbotlovchi dalil keltiring
U- fikringizni umumlashtiring

1-guruh

Savol	Kuzatuvchanlikning inson hayotidagi o‘rni nimalardan iborat?
F-fikringizni bayon eting	
S-Fikringiz bayoniga sabab ko‘rsating	
M-ko‘rsatilgan sababingizni isbotlovchi dalil keltiring	
U- fikringizni umumlashtiring	

2-guruh

Savol	Appersepsiya insonning turmush tarzi bilan bog‘liqmi?
F-fikringizni bayon eting	
S-Fikringiz bayoniga sabab ko‘rsating	
M-ko‘rsatilgan sababingizni isbotlovchi dalil keltiring	
U- fikringizni umumlashtiring	

3x4 oranayzerini to‘ldiring

Mavzuning asosiy mazmunini ochib berishga yordam beradi va “3x4” texnologiyasi orqali talabalarni mavzu yuzasidan tushuncha, tasavvurlari aniqlanadi.

Xotira –bu .....

1-o‘quv topshiriq
“Muammo” organayzerini to‘ldiring

Xotiraning nerv fiziologik asoslariga doir muammoli masalalarni echimini topishga yordam beradi va “Muammo” usuli orqali muammo hal qilinadi.

Muammoning turi	Muammoning kelib	Muammoni echish

	chiqish sabablari	yo‘llari va sizning harakatingiz
Nima uchun assotsiatsiya xotiraning nerv fiziologik asosi ekanligini tushuntiring?		

1-guruh

Savol	Inson kundalik faoliyatida muloqotning o‘rnini qanday baholaysiz?
F-fikringizni bayon eting	
S-Fikringiz bayoniga sabab ko‘rsating	
M-ko‘rsatilgan sababingizni isbotlovchi dalil keltiring	
U- fikringizni umumlashtiring	

2-guruh

Savol	SHaxsda psixik jarayonlarni rivojlanishida faoliyatning o‘rni sizningcha qanday?
F-fikringizni bayon eting	
S-Fikringiz bayoniga sabab ko‘rsating	
M-ko‘rsatilgan sababingizni isbotlovchi dalil keltiring	
U- fikringizni umumlashtiring	

1-o‘quv topshiriq

“Tushunchalar tahlili ” organayzerini to‘ldiring

1-guruh

Muhim muammoning echimini topishga yordam beradi va “Tushunchalar tahlili” usuli orqali muammo hal qilinadi.

Tushunchalar	Mazmuni
Esda olib qolish	
Esda saqlash	
Esga tushirish	
Unutish	

2-guruh

Tushunchalar	Mazmuni
Ixtiyorsiz esda olib qolish	
Ixtiyoriy esda olib qolish	
Tanish	
Eslash	

B/B/B jadvali

Bilaman	**Bilishni xohlayman**	**Bilib oldim**

3x4 oranayzerini to‘ldiring

Mavzuning asosiy mazmunini ochib berishga yordam beradi va “3x4” texnologiyasi orqali talabalarni mavzu yuzasidan tushuncha, tasavvurlari aniqlanadi.

Tafakkur –bu .....

“Muammo” organayzerini to‘ldiring

Tafakkur operatsiyalariga doir muammoli masalalarni echimini topishga yordam beradi va “Muammo” usuli orqali muammo hal qilinadi.

Muammoning turi	Muammoning kelib chiqish sabablari	Muammoni echish yo‘llari va sizning harakatingiz
Biogenetik va sotsiogenetik nazariyalarda shaxs muammosining talqini nimalardan iborat?		

FSMU texnologiyasi

Ushbu texnologiya munozarali masalalarni hal etishda hamda o‘quv jarayonini bahs-munozarali o‘tkazishda qo‘llaniladi, chunki bu texnologiya talabalarni o‘z fikrini himoya qilishga, erkin fikrlash va o‘z fikrini boshqalarga o‘tkazishga, ochiq holda bahslashishga hamda shu bilan birga bahslashish madaniyatini o‘rgatadi. Tinglovchilarga tarqatilgan oddiy qog‘ozga o‘z fikrlarini aniq va qisqa holatda ifoda etib, tasdiqlovchi dalillar yoki inkor etuvchi fikrlarni bayon etishga yordam beradi.

F-fikringizni bayon eting
S-Fikringiz bayoniga sabab ko‘rsating
M-ko‘rsatilgan sababingizni isbotlovchi dalil keltiring
U- fikringizni umumlashtiring

1-guruh

Savol	Malaka va uning inson hayotidagi o‘rnini qanday baholaysiz?
F-fikringizni bayon eting	
S-Fikringiz bayoniga sabab ko‘rsating	
M-ko‘rsatilgan sababingizni isbotlovchi dalil keltiring	
U- fikringizni umumlashtiring	

2-guruh

Savol	Inson odatlar uning ijobiy va salbiy tomonlarini nimada deb o‘ylaysiz?
F-fikringizni bayon eting	
S-Fikringiz bayoniga sabab ko‘rsating	
M-ko‘rsatilgan sababingizni isbotlovchi dalil keltiring	
U- fikringizni umumlashtiring	

1-o‘quv topshiriq

“Tushunchalar tahlili ” organayzerini to‘ldiring

1-guruh

Muhim muammoning echimini topishga yordam beradi va “Tushunchalar tahlili” usuli orqali muammo hal qilinadi.

Tushunchalar	Mazmuni
Ko‘rgazmali –obrazli	
Ko‘rgazmali –harakat	
Konkret tafakkur	
Abstrakt tafakkur	

2-guruh

Tushunchalar	Mazmuni
Ijodiy tafakkur	
So‘z mantiq tafakkur	
Ixtiyorsiz tafakkur	
Ixtiyoriy tafakkur	

4- mavzu:Shaxsning emotsional-irodaviy xolatlari

x4 oranayzerini to‘ldiring

Mavzuning asosiy mazmunini ochib berishga yordam beradi va “3x4” texnologiyasi orqali talabalarni mavzu yuzasidan tushuncha, tasavvurlari aniqlanadi.

Hissiyot –bu .....

1-o‘quv topshiriq
“Muammo” organayzerini to‘ldiring

SHaxs borasidagi hissiy holatlarga doir muammoli masalalarni echimini topishga yordam beradi va “Muammo” usuli orqali muammo hal qilinadi.

Muammoning turi	Muammoning kelib chiqish sabablari	Muammoni echish yo‘llari va sizning harakatingiz
Asosiy hissiy holatlarni keltirib chiqaruvchi sababalarni ko‘rsating		

- **1-o‘quv topshiriq**
- **“Tushunchalar tahlili ” organayzerini to‘ldiring**

Muhim muammoning echimini topishga yordam beradi va “Tushunchalar tahlili” usuli orqali muammo hal qilinadi.

- 1-guruh

Tushunchalar	Mazmuni
Hissiyot	
Emotsiya	
Talabchanlik	
Kayfiyat	
Iroda	

- 2-guruh

Tushunchalar	Mazmuni
Affekt	
Stress	
Ehtiros	
Muhabbat	
Sevgi	

SHAXSDAGI EMOTSIONAL HISSIYOTNI ANIQLASH TESTI

Sevgilingiz hayotga kanday karashi sizni juda ham qiziqtirsa kerak, to‘g‘rimi? Masalan, uning qiziqishlari, kelajakdagi orzulari, xaqiqatni tan olishi va fe’l-atvorini to‘liq bilib olishni xohlaysizmi? Bu borada quyidagi test sizga yordam beradi.

1. Sevgilingizning yoqtirgan mashg‘uloti:

a) sumkasini to‘ldirib, toqqa jo‘nash;
v) chaqirilmagan bo‘lsa ham, bazmlarda yayrab o‘tirish;
s) turli mavzularda aqlli, o‘ylantiradigan gaplarni tinglash va o‘z munosabatini ham bildirib qo‘yish.

2. U pul yoki boylikdan birdaniga o‘zgarib ketishi mumkinmi?

a) oltin bo‘lsa, o‘zgarish ham gapmi, mendan voz kechishdan ham toymaydi;
v) ha desam ham, yo‘q desam ham bo‘ladi, yana bilmadim;
s) menimcha u pul va boylikka befarq.

3. Uning keladigan vaqtida birdan chiroq o‘chib qoldi. Sizningcha, voqeaning davomi qanday kechadi? U:

a) chetroqqa o‘tib chiroq yonishini kutib turishni taklif kiladi;
v) qorong‘ida yolg‘iz qolishimizni orzu qilganini aytadi;
s) hayolimga ham keltira olmayman! Balki u qorong‘ilikni yoqtirmas.

4. U sizga his-tuyg‘ulari haqida tez-tez gapirib turadimi?

a) har gal sevgi izhor qilganida osmonda uchayotgandek qanot yoza boshlaydi;
v) hayronman, nega men bilan ertaroq tanishmagan-a?!
s) uning maqsadi-istaklarimni bajarish, ko‘z oldimda qahramon bo‘lib gavdalanish.

5. Unchalik baland bo‘lmagan tepalik ustida turib, katta shahar va mashinalar gavjum ko‘chalarni kuzatayapsiz, shu vaqt u nima haqida gapirishi mumkin?

a) jim turgan xolda bir-birimizga termulamiz;
v) agar qanotlarimiz bo‘lganida, birga uzoqlarga uchib ketishimiz haqida;
s) «Qanday zerikarli va shovqinli shahar-a»… SHunga o‘xshash gaplar.

6. Sevgilisiga nimadir sovg‘a kilish u uchun an’anaga aylanganmi?

a) huda-behudaga pul sarflash unga xos emas;
v) sovg‘adan xissiyotlarini-sevishini, afzal ko‘radi;
s) menga sovg‘alar berish unga odat bo‘lgan.

7. U biror marta sizni erta tongda quyosh chiqishini kuzatishga taklif qilganmi?

a) yo‘g‘-e, bunday ishni axmoqlar qiladi!
v) quyosh chiqishini emas-u, lekin toqqa chiqishni taklif qilgan;
s) ajoyib fikr, u bilan kelishib olish kerak!

Test kaliti:

	1	2	3	4	5	6	7
a	0	6	3	6	3	6	3
b	3	0	6	3	0	3	0
s	6	3	0	0	6	0	6

REALIST - 0-18 ball: Do‘stim siz realist insonni sevib qolibsiz! U hamma narsani to‘g‘ri baholashga harakat qiladi. Hayotda juda ko‘p narsani-butun tabiat va olamdagi bo‘layotgan voqea-hodisalarni bilgisi keladi. Intuitsiya uning g‘ashini keltiradi. Voqealarni aniq tahlil qila olmagan va noto‘g‘ri xulosa chiqarganlardan nafratlanadi.

Maslaxat: unga turli to‘qima voqealarni gapirib, ichki tuyg‘ularini o‘yin qilib jig‘iga tegmang, uni o‘zingizdan uzoqlashtirasiz. Agar o‘zingizni aqlli insonlardek tutsangiz, yutasiz, sizga ishonib, siz bilan fahrlanib yuradi.

PRAGMATIK - 19-30 ball: Siz tanlagan odamning pragmatikligi aniq! Butun dunyo va o‘zi muloqot qiladigan hamma odamlarni u uchta rangga ajratgan. YOrqin rang-o‘zi uchun eng kerakli insonlar, qora rang-uning baxti, tinchligi va omadiga tahdid soluvchi insonlar, betaraf rang-

hayotidan o‘rin ololmaganlar. Agar unga sayohatlar haqida gapirsangiz, “Busiz ham yashasa bo‘ladi”, deydi bamaylixotir. Agar unga kechroq uchrashishni taklif qilsangiz, “judayam qorong‘i, umuman odamlar yo‘q joymi...” deya ensasini qotiradi. U bilan bir umr yashay olishingizga ko‘zingiz etmasa, tezroq bir qarorga keling.

ROMANTIK - 31-42 ball: Sizga ajoyib romantik nasib qilibdi-ku! Kamdan-kam uchraydigan holat! Xayotda hamma narsa u uchun his-tuyg‘uga limmo-lim. YOmg‘irli ob-havoda yalang‘oyoq sayr qilishni xush ko‘radi, qo‘lingizdan ushlab olib, dengiz shovqini va qushlar sayrashini soatlab eshitib o‘tirishga ham tayyor. Unga hayotda hamma narsa, hattoki, siz ham sirli tuyulasiz. SHuning uchun u bilan g‘aroyib mavzularda suhbat quring. Qanchalar sirli bo‘lsangiz, shunchalar sevimli yorga aylanaverasiz!!!

Hissiyot mavzusidan test savollari

2. ..... tashqi olamdagi narsa va hodisalarga nisbatan bo‘lgan munosabatlarimizning va bu munosabatlarimizdan hosil bo‘ladigan ichki kechinmalarimizning ongimizda aks ettirilishiga aytiladi.

A)kayfiyat
B)ehtiros
*V)hissiyot
G)affekt
D)stress

2.Unchalik kuchli bo‘lmagan lekin juda uzoq vaqt davom etadigan hissiy holat bu.....

*A)kayfiyat
B)ehtiros
V)hissiyot
G)affekt
D)stress

3. .....to‘satdan paydo bo‘lib tez orada o‘tib ketadigan nihoyatda kuchli holatdir.

A)kayfiyat
B)ehtiros
V)hissiyot
*G)affekt
D)stress

4.....uzoq davom etadigan anchagina kuchli hissiy holatdir.

A)kayfiyat
*B)ehtiros
V)hissiyot
G)affekt
D)stress

5.....bu oddiy psixik holat bo‘lib u inson organizmini umumiy holatidan yuzaga keladi va ehtiyojlarni qondirish jarayonida mavjud bo‘ladi.

*A)emotsiya
B)kayfiyat
V)stress
G)hissiyot
D)affekt

6.His-tuyg‘u psixik holat bo‘lib u qanday xususiyatlar bilan belgilanadi.

A)qoniqish yoki qoniqmaslik holatini mavjud bo‘lishi;
B)ijobiy va salbiy hislar;
V)nerv keskinligini yuzaga kelishi va keskinlikni yumshatish;
*G) barcha javoblar to‘g‘ri
D) to‘g‘ri javob berilmagan

7.Emotsional holatlarning xususiyatlari qaysi qatorda to‘g‘ri ko‘rsatilgan?

A)shaxsni ob’ektga ijobiy munosabati;
B)salbiy munosabati;
V)ikkilamchi munosabat;
*G) barcha javoblar to‘g‘ri
D) to‘g‘ri javob berilmagan
8.His-tuyg‘uni yuzaga keltiruvchi sabab bu.....
A)faollik
B)qo‘zg‘atuvchi kuch
V)kuchli ta’sirot
*G)stimul
D)motivatsion doira
9.Faolligiga ko‘ra hislar qanday turlarga ajratiladi?
A)kuchli va kuchsiz, ijobiy va salbiy
B) mimika va pantomimika
V)apatiya va ekspressiya
*G)astenik va stenik
D)salbiy va ijobiy
10.Inson faolligini oshiruvchi uni umumiy energiyasiga asos soluvchi hislar bu.....
A)astenik
B)apatiya
*V)stenik
G)ekspressiya
D)mimika
11.SHaxsdagi faollikni ortga qaytaruvchi hislar bu.....

4-mavzu:Muloqot va shaxslararo munosabatlar psixologiyasi.

3x4 oranayzerini to‘ldiring

Mavzuning asosiy mazmunini ochib berishga yordam beradi va “3x4” texnologiyasi orqali talabalarni mavzu yuzasidan tushuncha, tasavvurlari aniqlanadi.

Muloqot bu .....

Muloqot odamlarning jamiyatda o‘zaro hamkorlikdagi faoliyatlarining ichki psixologik mexanizmini tashkil etadi. Qolaversa, hozirgi yangi demokratik munosabatlar sharoitida turli ishlab chiqarish qarorlarini yakka tartibda emas, balki kollegial - birgalikda chiqarish ehtiyoji paydo bo‘lganligini hisobga olsak, odamlarning muomala madaniyati va mulokat texnikasi mehnat unumdorligi va samaradorlikning muhim omillaridandir.

Insoniy muomala va muloqotning psixologik vositalari

Odamlar bir - birlari bilan muomalaga kirishar ekan, ularning asosiy ko‘zlagan maqsadlaridan biri - o‘zaro bir-birlariga ta’sir ko‘rsatish, ya’ni fikr-g‘oyalariga ko‘ndirish, harakatga chorlash, ustanovkalarni o‘zgartirish va yaxshi taassurot qoldirishdir. *Psixologik ta’sir* - bu turli vositalar yordamida insonlarning fikrlari, hissiyotlari va hatti-harakatlariga ta’sir ko‘rsata olishdir.

Ijtimoiy psixologiyada psixologik ta’sirning asosan uch vositasi farqlanadi.

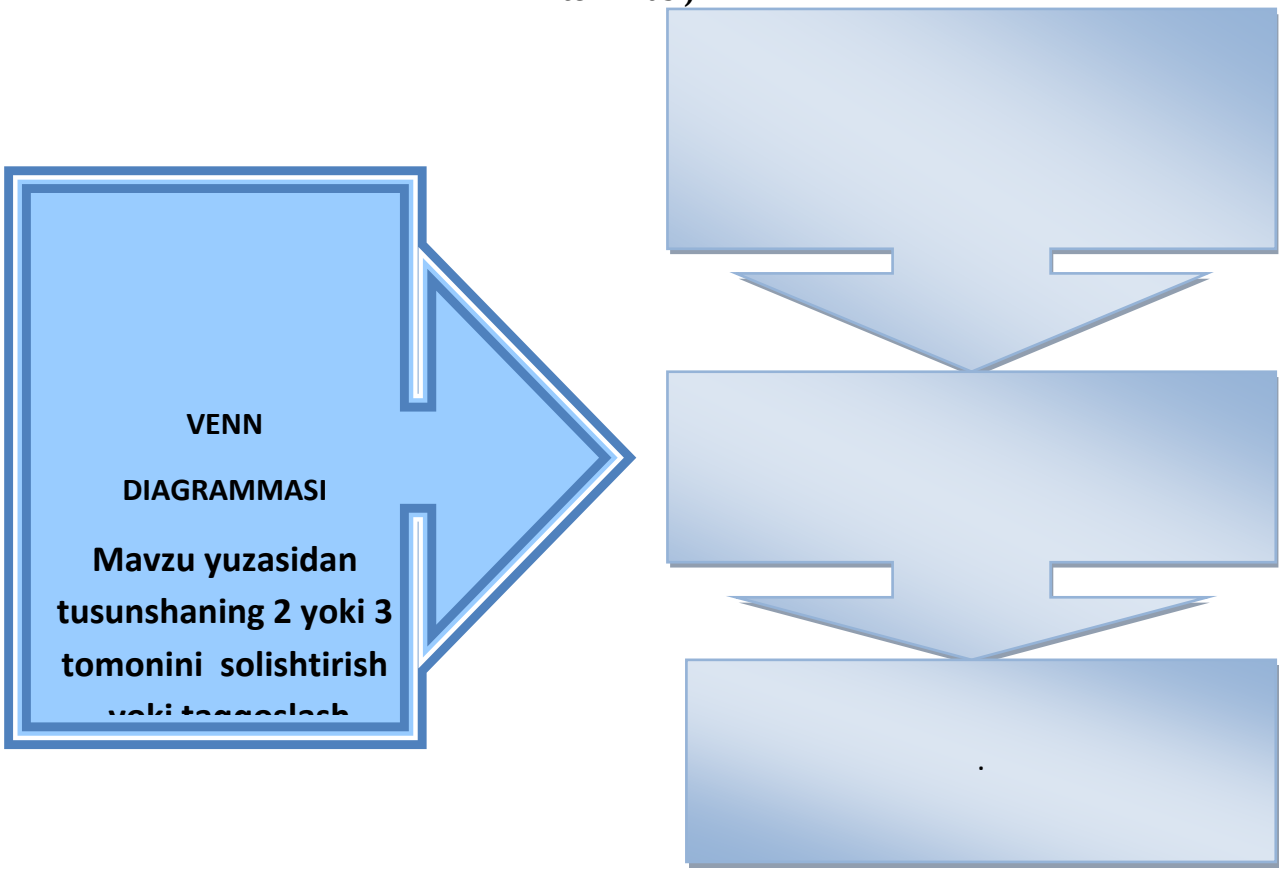
4. ***Verbal ta’sir*** - bu so‘z va nutqimiz orqali ko‘rsatadigan ta’sirimizdir. Bundagi asosiy vositalar so‘zlardir. Ma’lumki, nutq - bu so‘zlashuv, o‘zaro muomala jarayoni bo‘lib, uning vositasi - so‘zlar hisoblanadi. Monologik nutqda ham, dialogik nutqda ham odam o‘zidagi barcha so‘zlar zahirasidan foydalanib, eng ta’sirchan so‘zlarni topib, sherigiga ta’sir ko‘rsatishni xohlaydi.

5. ***Paralingvistik ta’sir*** - bu nutqning atrofidagi nutqni bezovchi, uni kuchaytiruvchi yoki susaytiruvchi omillar. Bunga nutqning baland yoki past tovushda ifodalanayotganligi, artikulyasiya, tovushlar, to‘xtashlar, duduqlanish, yo‘tal, til bilan amalga oshiriladigan harakatlar, nidolar kiradi. SHunga qarab, masalan, do‘stimiz bizga biror narsani va’da berayotgan bo‘lsa, biz uning qay darajada samimiyligini bilib olamiz. Kuyib - pishib, ochiq yuz va dadil ovoz bilan «Albatta bajaraman!», desa ishonamiz, albatta.

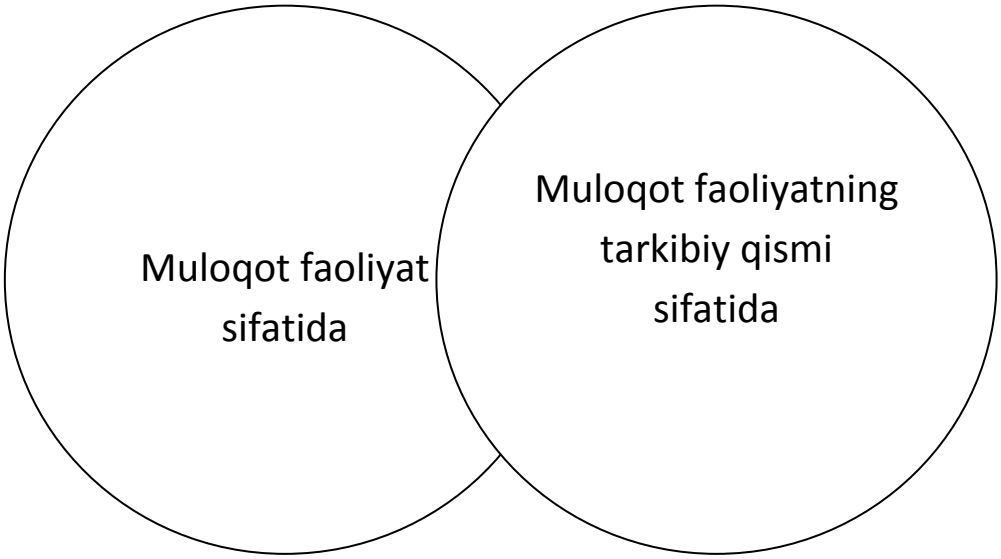
6. ***Noverbal ta’sirning*** ma’nosi «nutqsiz» dir. Bunga suhbatdoshlarning fazoda bir-birlariga nisbatan tutgan o‘rinlari, holatlari (yaqin, uzoq, intim), qiliqlari, mimika, pantomimika, qarashlar, bir-birini bevosita his qilishlar, tashqi qiyofa, undan chiqayotgan turli signallar (shovqin, xidlar) kiradi. Ularning barchasi muloqot jarayonini yanada kuchaytirib, suhbatdoshlarning bir-birlarini yaxshiroq bilib olishlariga yordam beradi. Masalan, agar uchrashuvning dastlabki daqiqalarida o‘rtog‘ingiz sizga qaramay, atrofga alanglab, «Ko‘rganimdan biram xursandman», desa,

ishonasizmi?

VENN DIAGRAMMASI
(darsda diagramma bilan ishlash texnikasi)



VENN DIAGRAMMASI



Berilgan mavzu bo‘yicha talabalar bilishi lozim bo‘lgan savollarning javobi

Bilishi lozim bo‘lgan savollar	Berilgan savollarning mazmuni
Muloqot o‘zi nima?	Muloqot birgalikdagi faoliyat ko‘rsatuvchilar o‘rtasida axborot ayirboshlanishini o‘z ichiga oladi.
Muloqotning funksiyalarini ayting?	Muloqot – shaxsning doimo insonlar davrasida, ular bilan o‘zaro ta’sir doirasida bo‘lishining eng etakchi va nufuzli faoliyatlaridan biridir
Biz muloqotni qanday amalga oshiramiz?	Muloqot yordamida odamlar bir-birlari bilan o‘zaro ruhiy jihatdan aloqaga kirishadilar, o‘zaro axborot almashadilar, bir-birlariga ta’sir o‘tkazadilar, bir-birlarini his qiladilar, bir-birlarini tushunadilar.
Inson yuz ifodasiga qarab nimalarni bilish mumkin?	YUz ifodasi hissiyotlar natijasi bo‘libgina qolmay, shu hissiyotlarni paydo qilishi ham mumkin. SHuning uchun o‘zini baxtli his qilishni istagan odam ko‘proq jilmayishi kerak.
Jilmayish va tabbassum qilish qiyin ishmi?	*U juda arzon, lekin ko‘p narsa beradi. Kim uni olsa, uni boy qiladi, hadya etganlar esa kambag‘al bo‘lib qolmaydi. U bir necha daqiqalar davom etadi, lekin xotirada umrbod saqlanib qoladi.*
Muloqot bu ehtiyojmi? Nima uchun shunday?	Muloqotga bo‘lgan ehtiyojimiz qondirilmasa, ongimiz ham rivojlanmaydi.
Odamlar bir –biriga muloqot jarayonida qanday ta’sir ko‘rsatadilar?	Birinchi marta ko‘rishib turgan suhbatdoshlardagi taassurotlarning ijobiy bo‘lishiga gapirgan gaplari 7%, paralingvistik omillar 38%, va noverbal harakatlar 58% gacha ta’sir qilarkan.
Oltin so‘zlarni bilasizmi?	Azizim, aylanay, o‘rgilay, juda ham ajoyibsiz, bugun boshqachasiz, ochilib ketibsiz, kiyimingiz juda yarashibdi kabi so‘zlardan kundalik hayotimizda ko‘proq foydalanishimiz zarur
Muloqotning elementar funksiyasi nima?	Har qanday muloqotning elementar funksiyaning bu suhbatdoshlarning bir-birlarini tushunishidir.

Muloqot olib borishda kimni faol deb o‘ylaysiz,ayollarmi yoki erkaklarmi?	Ayollar tilda aks etgan 6 ta belgini eshitishlari bilan, intonatsiyadan, tilning harakatlanishidan hali suhbatdoshlari gapini tugatmasidanoq 10 soniya ichida unga to‘la-to‘kis javob qaytara olishga tayyor bo‘ladilar. Erkaklarda esa bu qobiliyat yo‘q
Muloqotning muvafaqiyatini ta’minlovchi omil nima?	Muloqotning eng qiyin sohalaridan hisoblangan tinglash qobiliyati odamga ko‘proq foyda keltirarkan.

Bilishi lozim bo‘lgan savollar	**Berilgan savollarning mazmuni**
Muloqot o‘zi nima?	
Muloqotning funsiyalarini ayting?	
Biz muloqotni qanday amalga oshiramiz?	
Inson yuz ifodasiga qarab nimalarni bilish mumkin?	
Jilmayish va tabbassum qilish qiyin ishmi?	
Muloqot bu ehtiyojmi? Nima uchun shunday?	
Odamlar bir –biriga muloqot jarayonida qanday ta’sir ko‘rsatadilar?	
Nima uchun noverbal ya’ni nutqsiz ta’sirni eng kuchli deb bilamiz?	
Bizning muloqot qilishimiz ongimiga qanday ta’sir ko‘rsatadi?	
Muloqot olib borishda kimni faol deb o‘ylaysiz,ayollarmi yoki erkaklarmi?	
Muloqotning muvafaqiyatini ta’minlovchi omil nima?	
Oltin so‘zlarni bilasizmi?	

Bahs va munozara uchun guruhlar tomonidan berilgan savollar

Birinchi guruh savollari	**Ikkinchi guruh javoblari**
1.Nima uchun madaniyat Sharqdan boshlanadi deb aytiladi?	
2.Ajdodlarimizdan bizga meros bo‘lgan qadriyatlarimiz ota-onaga hurmat, ular bilan xushmuomilalik bilan munosabatda bo‘lish, barchasi aslicha bugun ham saqlanib qolganmi?	
3. Ota o‘tirgan uyning tomiga chiqma” degan naql nimani anglatadi.	
4.O‘ynab gapirsang ham , o‘ylab gapir” degan naqlni izohlang	
5.Siz kiygan kiyim, sizni kimligingizga ishora qiladi degan fikrga munosabatingiz?	
6.Evropacha kiyinish zamonaviylik belgisi deb o‘ylaysizmi?	
7.“Bir bolaga etti mahalla ota-ona “ degan naqlni izohlang	
8.Kiygan kiyimingiz faqatgina sizga yoqishi muhim deb o‘ylaysizmi?	
9.YOshlarning oila qurishida ota-onaning va qarindoshlarning fikri muhimmi?	
10. Tanigan va tanimagan odamlarim bilan salomlashish kerakmi?	
11.Suhbatdoshga ko‘rsatiladigan eng katta hurmat bu?	
12.Agar fikrim to‘g‘riligiga ishonsam, hech ikkilanmasdan kattalar oldida aytishish ni to‘g‘ri ish deb bilaman.Sizning fikringiz?	

6-boskich. O‘qituvchi xar ikkala tomonning savollari, fikrlari, ma’qullaydigan so‘zlari tugagach, ular tomonidan aytilgan fikrlarni umumlashtiradi va o‘zining bu masala xaqidagi fikr-mulohazasini bayon etadi. Kichik gurux ishtirokchilari tomonidan tushgan savollarga kerakli javobni berishga harakat qiladi.

Mashg‘ulot oxirida o‘qituvchi har ikkala guruhning mashg‘ulot jarayonidagi faoliyatlarini tahlil etib, ularga minnatdorchilik bildiradi va mashg‘ulotni yakunlaydi.

“ **Muloqot**” mavzusini o‘tish jarayonida talabalarning olgan bilimlarini ma’lum sinovdan o‘tkazishda, erkin, mustaqil va tanqidiy fikrlashga, o‘z ustida ishlashga, izlanishga, fikrlarni jamlab taqqoslash uslubi yordamida mavzudan kelib chiqqan holda o‘quv muammosini echimini topishga, har bir berilgan savol va vazifaga o‘z fikrini bayon etib, uni himoya qilishga hamda kerakli xulosa yoki qaror qabul qilishga, jamoaga o‘z fikri bilan ta’sir etishga, uni ma’qullashga, shuningdek berilgan muammoni echishda o‘tilgan mavzulardan egallagan bilimlarin qo‘llay bilish va eng

muhimi o‘z bilimlarini baholashga, o‘z -o‘zini anglashga o‘rgatuvchi **“Assesement ” texnologiyasini** foydalanish yaxshi samara beradi.

Bu texnologiyani ma’ruza darslarida, seminar va labaratoriya mashg‘ulotlarida yakka yoki guruhning barcha a’zolari bilan o‘tkazish va o‘yga vazifani berishda qo‘llash mumkin.

Mashg‘ulotning o‘tkazish tartibi:

*o‘qituvchi talabalarga mashg‘ulotning maqsadi va o‘tkazilish tartibi bilan va eng muhimi har talaba berilgan topshiriq va test savollariga o‘zi mustaqil javob berish bilan birga uni o‘zi baholash imkoniyatiga ega bo‘lishini ta’kidlanadi;

*o‘qituvchi guruhning barcha a’zolariga to‘rt qismga ajratilgan va unda shartlari ko‘rsatilgan qog‘ozlarni ya’ni unda qog‘ozning yuqori qismidagi o‘rtdan ikki qismida birida **Test**, ikkinchisida **Muammoli vaziyat** va qog‘ozning pastki ikki qismida **Simptom** va **Amaliy ko‘nikma** deb yozib qo‘yilgan qog‘ozlarni talabalarga tarqatadi .

*yakka holda har bir guruh a’zolari o‘qituvchi tomonidan o‘qilgan test savollari o‘zlari to‘g‘ri deb bilan variantini belgilaydilar. Talabalardan bir nechasi o‘z javoblarini guruh ichida ma’lum qilib, uni izohlab beradilar. SHundan so‘ng o‘qituvchi to‘g‘ri javobni ma’lum qiladi va to‘g‘ri javob egalari qog‘oz chetiga “5”. noto‘g‘ri javob berganlar “0” baho bilan belgilashlarini so‘raydi. **Muammoli vaziyat** qismida talabalar berilgan muammoli vaziyatlarga o‘z fikrlarini bildirib qog‘ozni shu qismiga aniq javobni yozadilar.Bunda aniq to‘g‘ri javoblar “5”. . mazmunan yaqin javob “4”yoki. “3” va umuman noto‘g‘ri javob “0” deb baholanadi.

Navbatdagi topshiriqlar ham shu tarzda bajariladi Bu texnologiyani qo‘llashning ahamiyati shundaki, unda talaba o‘z javoblariga qarab, o‘ziga o‘zi baho qo‘yadi, eng muhimi o‘z bilimini aniqlash, o‘z xato va kamchiliklarini tahlil qilish qilish imkoniyatiga ega bo‘ladi

“**Muloqot” mavzusida Assesement texnologiyayasi**

foydalanishi

TEST 1.Mashhur Amerikalik olim Megrabyan formulasiga ko‘ra birinchi marta ko‘rib turgan suhbatdoshda ijobiy taassurot qoldiruvchi eng kuchli omil? A)gapirgan gaplari V)paralingvistik omillar G) Noverbal harakatlar Eng yaxshi suhbatdosh u kim ? A) Suhbatda tashabbusni o‘z qo‘liga olib so‘zlovchi V) suhbatdoshini diqqat bilan tinglovchi G) Ko‘proq gapiradi, kamroq eshituvchi suhbatdo	**MUAMMOLI VAZIYAT** Sizning suhbatdoshingiz siz bilan suhbatlashishga qiynalyapti, anchagina tortinchoq va qattiyatsiz. Sizning bu holatga javoban atti- h arakatlaringizni izohlab bering.
SIMPTOM Muloqotning funksiyasi	**AMALIY KO‘NIKMA** Professional tinglash texnikasi bu: *Aktiv holat *Suhbatdoshga samimiy qiziqish bildirish *O‘ychan jimlik
TEST Mashhur Amerikalik olim Megrabyan formulasiga ko‘ra birinchi marta ko‘rib turgan suhbatdoshda ijobiy taassurot qoldiruvchi eng kuchli omil G) noverbal harakatlar 2. Eng yaxshi suhbatdosh V) suhbatdoshini diqqat bilan tinglovchi	**MUAMMOLI VAZIYAT** Avvalo u o‘zini erkin his qilishi uchun, o‘zim bilgan biror bir qiziq bir holatni aytib, unda ham shunga o‘xshash holat bo‘lganmi deb samimiy hazil bilan, jilmaygan holda, suhbatga tortardim va va bu iliq vaziyatdan foydalanib, uni qiziqib tinglayotgan tinlovchi sifatida ”qarang-a” “zo‘rku” “shunaqami” deb uning gaplarini tasdiqlab turgan bo‘lardim va bilan uni bemalol suhbatga kirishishiga imkoniyat yaratardim

SIMPTOM	AMALIY KO‘NIKMA
Muloqotning funksiyasi 1.Suhbatdoshning bir-birini tushunishini ta’minlash 2.Ijtimoiy tajribaga asos solish(Maugli misolida) 3.SHaxsni u yoki bu faoliyatga hozirlaydi, ruhlantiradi 4.Muloqot qilmaslik odamda muvozanatsizlik, hissiyotga beriluvchanlik, hadiksirash, xavotirlanish,o‘ziga ishonchsizlik va qayg‘u hislarini keltirib chiqaradi,o‘zi bilan o‘zi gapira boshlaydi.	*__Aktiv holat.__ Suhbat davomida divan yoki kresloga yastanib yotib olmaslik, suhbatdoshning yuzidan tashqari joylariga qaramaslik, mimika, bosh chayqash kabi harakatlar bilan uning har bir so‘ziga qiziqayotganingini bildirish *__Suhbatdoshga samimiy qiziqish bildirish.__ Bu suhbatdoshni o‘ziga jalb qiladi va natijada uni ham ko‘ndirishning samarali yo‘lidir __*O‘ychan jimlik__ Bu suhbatdosh gapirayotgan paytda yuzida masuliyat bilan tinglayotganday tasavvur qoldirish orqali o‘zingizning suhbatdan manfaatdorligingizni bildirish yo‘li

Bu texnologiya orqali talabalarning qayd etgan reyting natijalari orqali o‘qituvchi talabalar mavzuni qanchalik o‘zlashtirganliklarini belgilab oladi va olgan natijalalarga qarab o‘ziga tegishli xulosalar chiqaradi.

SHuningdek bu texnologiyani talabalalarga qo‘llashdan oldin talabalar ruhiyatiga mos ravishda muloqotda bo‘la olishi, o‘tilgan mavzuni yana bir bor qisqacha takrorlash talab etiladi.

Vazifa. « **Insoniyatning eng yuksak ma’naviy ehtiyojlaridan biri — bu muloqotga bo‘lgan ehtiyojdir**!» mavzusi buyicha quyidagi fikrlaringizni bayon eting

S - kichik guruxlarga har birlari yozgan kog‘ozlardagi fikr va dalillarni katta formatda umumlashtirgan holda to‘rt bosqich bo‘yicha yozishlarini taklif etiladi;

F - fikringizni bayon eting;

Muloqot shaxslararo munosabatlarning shunday ko‘rinishidirki, uning yordamida odamlar o‘zaro psixik jihatdan aloqaga kirishadilar, o‘zaro axborot almashinadilar, ta’sir o‘tkazadilar, ta’sirlanadilar, idrok etadilar, tushunish va baxolash jarayonlarini kechiradilar.

S – fikringiz bayoniga sabab ko‘rsating;

Muloqotga bo‘lgan ehtiyojimiz qondirilmasa, ongimiz ham rivojlanmaydi.

Har qanday faoliyatdan zerikish, charchash mumkin, inson faqat muloqotdan, ayniqsa, uning

norasmiy samimiy, bevosita shaklidan charchamaydi, yaxshi suhbatdoshlar doimo ma’naviy jihatdan rag‘batlantiriladilar

M - ko‘rsatgan sababingizni asoslovchi misol keltiring;

YOlg‘izlik va muloqotning etishmasligi odamda muvozanatsizlik, hissiyotga beriluvchanlik, hadiksirash, havotirlanish, o‘ziga ishonchsizlik, qayg‘u, tashvish hislarini keltirib chiqaradi. SHunisi qiziqki, yolg‘izlikka mahkum bo‘lganlar ma’lum vaqt o‘tgach ovoz chiqarib, gapira boshlasharkan. Bu avval biror ko‘rgan yoki his qilayotgan narsasi xususidagi gaplar bo‘lsa, keyinchalik nimagadir qarab gapiraverish ehtiyoji paydo bo‘lar ekan. Masalan, bir M.Sifr degan olim ilmiy maqsadlarini amalga oshirish uchun 63 kun g‘or ichida yashagan ekan. Uning keyinchalik yozishicha, bir necha kun o‘tgach, u turgan erda bir o‘rgimchakni ushlab oladi va u bilan dialog boshlanadi. «Biz, deb yozadi u, shu hayotsiz g‘or ichidagi tanxo tirik mavjudotlar edik. Men o‘rgimchak bilan gaplasha boshladim, uning taqdiri uchun qayg‘ura boshladim...»

U - fikringizni umumlashtiring.

Muloqot faoliyatida har bir shaxsning individualligi, betakrorligi, bilimlar va tasavvurlarning xilma-xilligi namoyon bo‘ladi va shunisi bilan u insoniyatni asrlar davomida o‘ziga jalb etadi.

SHundan so‘ng kichik guruxlarning yozgan fikrlarini jamoa o‘rtasida ximoya kilishlarini suraladi va muammo buyicha bildirilgan fikrlarni umumlashtirish bilan dars yakunlanadi.

Egallangan bilimlarni yanada mustahkamlash va talabalarda mustaqil ishlash ko‘nikmasini shakllantirish maqsadida uyga vazifa berish va uy vazifasini bajarishga tayyorlash bo‘yicha o‘qituvchi trenerning amalga oshirishi lozim bo‘lgan jarayonlar

KEYS

Darsda talabaning *muloqatchanligini aniqlash mumkinmi?”* aniqlash mumkinmi?»

Mazkur keys oliy ta’limning barcha yo‘nalishdagi 3 kurs talabalari uchun mo‘ljallangan

Fanning nomi: “Psixologiya”.

Mavzuning nomi “Darsda talabaning *muloqatchanligini diagnostika qilish”*

Berilgan keysning maqsadi: Oliy ta’lim tizimida ta’lim olayotgan talabaning ***muloqatchanligini*** aniqlashdan iborat.

O‘quv faoliyatidan kutiladigan natijalar:

- Ta’limda muloqatchanlikning o‘ziga xos tomonlarini ochib berish;
- Talabaning muloqot maromlarini egallash yo‘llarini tahlil qilish;
- Ta’lim samaradorligida talabalarning muloqatchanlik jihatlarining ta’sirini aniqlash;
- Har bir talabaning muloqot malakalarini , muloqot madaniyati, ta’sir usullari , tinglash texnikasi haqidagi bilimlarini aniqlash va ularga yaxshi suhbatdosh bo‘la olish malakalarini o‘rgatish.

Keysda ishlatilgan ma’lumotlar manbai quyidagilardan iborat:

1.V.F.Ryaxovskiy tomonidan ishlab chiqilgan so‘rovnoma **“Muloqatchanlikning umumiy darajasini aniqlash**” maqsadida qo‘llanadi.

Umumiy psixologiyadan amaliy mashg‘ulotlar.– T. «O‘qituvchi»: 2001y.

Texnologik xususiyatlaridan kelib chiqqan xolda keysning tavsifnomasi:

Mazkur keysdan “Psixologiya” fani bilan bir qatorda “Pedagogika. Kasbiy psixologiya”, “Kasbiy mahorat”, “Pedagogik mahorat” va “Tarbiyaviy ishlar uslubiyoti” kabi fanlar bo‘yicha foydalanish mumkin.

Psixologik jarayon

Ulug‘bek – kamtarin, odobli, o‘z ustida ishlaydigan yosh ijodkor talaba. U Tasviriy san’at fakulteti 3- kurs dastgohli rang-tasvir bo‘limida tahsil oladi. Birinchi kursdan buyon yaxshi va a’lo baholarga o‘qiydi.Ulug‘bek uchun o‘qituvchilar va guruhdoshlari bilan o‘zaro munosabatlar o‘rnatish masalasi murakkab kechinmalar manbai hisoblanadi. U 3 –kursda ham o‘qituvchilarga quyi kurslarda qanday munosabatda bo‘lgan bo‘lsa, shunday muomala qiladi – hamisha ulardan sal tortinib, hayiqib turadi. 3- kursda Ulug‘bek ustaxonada ishlash jarayonida ustozidan ko‘p masalalarda u bilan gaplashmoqchi va o‘z fikrlarini aytmoqchi bo‘ladi , lekin bunga jur’ati etmaydi, jimgina malbert(chizish uskunasi) oldida asar ustida o‘zi ko‘p xollarda ustaxonada yolg‘iz qolib ishlashni odat qilgan. Lekin e’tiborli jihati, mashg‘ulot jarayonida ustozlariga mehr qo‘yganini, ularning tanbehlariga g‘oyat diqqat-e’tibor bilan qarayotganini ko‘rish mumkin. Ularning har bir nigoh tashlashini, qo‘l haraktlarini kuzatib boradi. Ulug‘bek o‘z o‘rtoqlari bilan muloqotda ham qiynaladi. U o‘z suhbatdoshining irodasi va kayfiyatiga juda tez berilib ketadi, kim bilan gaplashayotgan bo‘lsa beixtiyor o‘sha kishining xarakteriga moslashib qoladi; o‘zining uyatchanligidan va tevarak-atrofdagi kishilarning shaxsiy xususiyatlariga ortiq darajada diqqat-e’tiborli, u o‘z shaxsiy xulq-odob qoidasini shakllantirishga jur’at eta olmaydi. Goho u xafachilikka moyil bo‘ladi va kimningdir etarli darajada mehribonchilik qilmagani uchun o‘zicha ich-ichidan hafa bo‘lib, mayus yuradi. U erkin gapira olmaydi, ehtiyotkorlik ko‘rsatib har bir so‘zini va jumlasini necha bor o‘ylab tanlab gapirayotganga o‘xshab tuyuladi. Suhbat vaqtida u ijodiy fikrlashni va shu zahoti bir qarorga kelishni bilmaydi. Uning oldindan o‘ylab qo‘ygan fikrlarigina ovoz chiqarib o‘rtoqlariga aytilgan vaqtda qiziqarli va e’tiborga sazovor bo‘lib chiqadi.

Ulug‘bek uzoq muddat aqliy mehnat qilgan vaqtlarida, garchi bu unga yoqadigan ish bo‘lsa ham, baribir u asta-sekin charchab, xorib-tolib bo‘shashib boradi.. YAngi materialni so‘zlab berayotganda u bir oz hayajonga tushadi. Eski mavzularni takrorlagan vaqtda esa butunlay boshqa

holni ko‘ramiz. U o‘sha materialni puxta o‘rganib olgani uchun o‘zini juda bemalol erkin tutadi. Asosiy faktlar va g‘oyalarni egallab olganidan keyin “qolgan” gaplarni, fikr va mulohazalarni g‘oyat tiniqlik va aniqlik bilan ifodalab bera oladi. Ulug‘bek qiladigan ishini bir oz muddat “tashlab qo‘yishni” yaxshi ko‘radi. Bu vaqt ichida u o‘sha ishning butun detallarigacha o‘rganib oladi. U haqda uzoq muddat o‘ylab yurishni va o‘z o‘y-fikrlarini takomillashtira borishni afzal ko‘radi. Ulug‘bek uchun xarakterli bo‘lgan aqliy mehnat topshirig‘ini qiyinchilik bilan engib o‘tish holati o‘zining ijobiy jihatlariga ham egadir. Bajariladigan ishni chuqur va puxta o‘ylab ko‘rilishi ana shunday ijobiy jihatlardandir. “Har bir asarni ishlash ustida ishni chuqur o‘ylab ko‘radi” degan ibora Ulug‘bek uchun juda mos keladi. U ba’zan javob berayotganda “kattalarga xos” fikr-mulohaza qilishi, javoblarining chuqur o‘ylab ko‘rilganligi va etukligi bilan hammani qoyil qoldiradi. U kelajakda taniqli rassom oliyjanob inson bo‘lib etishishiga ishonging keladi. Unga halaqit berayotgan holat, bu uning o‘z asarlari haqida ustozlari va do‘stlariga ochiq oydin o‘z fikrlari bilan o‘rtoqlashib aytib berishga qiynaliyotganligidir.

Talabalarga beriladigan mulohaza uchun savollar

4. Ulug‘bekka xos muloqot maromlarini qanday aniqlash mumkin?
5. Ulug‘bek shaxslararo muloqotda o‘zini qanday his etadi?
6. Darsning samaradorligiga talaba muloqatchanligining ta’siri qanday?

TESTLAR

Psixologiya fani nimani o‘rganadi?
A) idrok qilish shakllarini
B) jon va ruh haqidagi talimot
V) ruxiy jarayonlar bilish faoliyatlari, indvidual psxologik xususiyatlarni
G) psixik faktlar va uning mexanizmlari qonuniyatlari haqidagi fan*
D) inson shaxsi uning psixologik xususiyatlarini

Psixik faktlar qaysi qatorda to‘g‘ri ko‘rsatilgan?
A) bilish faoliyatlari diqqat nutq faoliyat
B) bilish jarayonlari sezgi, idrok xotira, tafakkur va xayol
V) ruhiy holatlar yoki shaxsning xissiy irodaviy sohasi hissiyot iroda
G)ruhiy xususiyatlar yoki individual psixologik xususiyatlar temperament xarakter qobiliyat
D) barcha javoblar to‘g‘ri*

Qaysi qatorda psixik aks ettirish xususiyatlari ko‘rsatilgan?
A) obektiv borliqni to‘g‘ri aks ettirish imkonini beradi
B) obektiv borliqni to‘g‘ri aks ettirish xususiyatlari ko‘rsatilgan
V) doimo rivojlanib va shakllanib boradi.
G) shaxsning individualligi orqali namoyon bo‘ladi
D) barcha javoblar to‘g‘ri*

Qaysi qatorda dastlabki psixologiya to‘g‘risidagi ilk tasavvur ko‘rsatilgan?
A) dualizam
B) animizm*
V) afaziya
G) ideyalar tug‘ma bo‘ladi
D)to‘g‘ri javob berilmagan

Jon o‘z mohiyatiga ko‘ra olovsimon uchqundan iboratligini ilgari surgan olim?
A) Geraklit*
B)Demokrit
V) Aflotun
G) Arastu
D) Fales

8.Jon o‘z mohiyatiga ko‘ra olovsimon atomdan iboratligini ilgari surgan olim?
A) Geraklit
B) Demokrit*
V) Aflotun
G) Arastu
D) Fales

«Ideyalar abadiy va o‘zgarmas mohiyatdir, ularning tabiiy olamidan tashqarida oliy olam mavjud bo‘lib, ularni odam ko‘zi bilan ko‘ra olmaydi» mazkur fikr muallifini toping.
A) Geraklit
B) Demokrit*
V) Aflotun
G) Arastu
D) Fales

.«Dualizm» oqimining asoschisi qaysi katorda to‘g‘ri ko‘rsatilgan?
A) Geraklit
B) Demokrit
V) Aflotun*
G) Arastu

D) Fales
Dualizm talimotining mohiyati?
A) moddiy va ruhiy olam tana va psixikasining bir-biriga bog‘liq bo‘lmagan holda mavjud bo‘lib, azaldan karama- qarshi narsalar deb tushuntiradi*.
B) ideyalar adabiy va o‘zgarmas moxiyatdir.
V) jon va tana bir-biriga bog‘liqdir.
G) jon va tana bo‘linmas birlika ega lekin faoliyatlar jarayonida ular bir-birlarini tark etadilar.
D) to‘g‘ri javob berilmagan
Kishilik tafakkuri tarixida kim birinchi bo‘lib ruh va jonli tananing ajralmasligini isbotlab berdi?
A) Aflotun
B) Anakseman
V) Arastu*
G)Geraklit
D) Fales
«Jon qismlarga bo‘linmaydi lekin u faolyatning oziqlanishi, his etishi va harakatga kelishi, aql idrok kabi turlarga oid qobiliyatlarni namoyon qiladi» mazkur fikr kim tomonidan ilgari surilgan?
A) Aflotun
B) Anakseman
V) Arastu*
G) Geraklit
D) Fales
Dunyoda kim birinchi bo‘lib psixoterapevtik usullarni qo‘llagan?
A) Aflotun
B) Arastu
V) Abu Ali ibn Sino*
G) Abu Nasr Farobiy
D) Abu Rayxon Beruniy
Qaysi qatorda inson miyasining og‘irligi to‘g‘ri ko‘rsatilgan?
A) 1250-1300g
B) 1250-1350g
V) 1380-1450g
D) 1350-1475g
G) 1350-1400g*
. Inson miyasida qancha miqdorda hujayra mavjud?
A) 11 mil.
B) 13 mil.
V) 14-15 mil*.
G) 13-14mil.
D) 12-13 mil.
Inson miyasining funksional tuzilishini o‘rgangan olim qaysi qatorda ko‘rsatilgan?
A) I.P.Pavlov
B) I.M.Sechenov
V) A.R.Luriya*
G) M.Teplov
D) Neblitsin
Nerv xujayrasi va uning o‘simtalari ularni qoplovchi pardalar …… deb ataladi.
A) akson
B) dendrit
V) sinans
G) neyron*
D) refleks
«Bosh miya reflekslari» asarining muallifi qaysi qatorda to‘g‘ri ko‘rsatilgan?

A) I.P.Pavlov
B) I.M.Sechenov*
V) A.R.Luriya
G) M.Teplov
D) Neblitsin

«Ongli va ongsiz hayotning barcha aktlari o‘zining yuzaga kelishi jihatidan reflekslardan iboratdir» mazkur fikr muallifi va kitobning nomi qaysi qatorda to‘g‘ri ko‘rsatilgan?
A) I.M.Sechenov «Bosh miya funksiyalari»
B) I.P.Pavlov «Bosh miya reflekslari»
V) I.P.Pavlov «Oliy nerv faoliyati qonuniyatlari»
G) I.M.Sechenov «Refleks va reflektor yoyi»
D) I.M.Sechenov “bosh miya reflekslari”*

Psixik jarayonlar organizmda qanday funksiyalarni bajaradi?
A) aks ettiruvchanlik
B) signalilik
V) boshqaruv
G) psixik
D) aks ettiruvchilik, signallik,boshqaruv*

Psixik faoliyatning ruhiy jihatdan boshqarilishi reflektor xarakterga ega ekanligi haqidagi g‘oyani ilgari surgan psixolog olim qaysi qatorda ko‘rsatilgan?
A) I.P.Pavlov
B) I.M.Sechenov*
V) A.R.Luriya
G) M. Teplov
D) Neblitsin

I.P.Pavlovning psixologiya fanidagi yangiligi nimadan iborat?
A) oliy nerv faoliyati qonuniyatlarini
B) ikki xil signal tizimi xaqidagi talimot
V) shartsiz va shartli reflekslar tajriba asosida o‘rganildi
G) oliy nerv faoliyati qonuniyatlarini, ikki xil signal tizimi xaqidagi talimot
D) Barcha javoblar to‘g‘ri*

……psixikaning eng yuksak darajasi bo‘lib u faqat insongagina xosdir.
A) psixika
B)ongsizlik
V) ong*
G) amaliy tafakkur
D) to‘g‘ri javob yo‘q

Ongning xarakterli xossalari qaysi qatorda ko‘rsatilgan?
A) anglash
B) obekt bilan subekt o‘rtasidagi farqni anglash
V) maqsad ko‘zlash
G) kishilar munosabatlarining yig‘inisidir.
D) barcha javoblar to‘g‘ri*

……. bu shunday psixik jarayonlar holatlar yig‘indisiki unda inson o‘z xatti-harakatlariga javob bermaydi, anglamaydi.
A) tush ko‘rish
B) ongsizlik*
V) alahlash
G) gallyusinatsiya
D) patalogik hodisalar

turli nerv hujayralarining to‘plashgan joyi bu----
A) oraliq miya

B) neyron
V) dendrit
G) akson
D) sinans*

Refleks tushunchasi dastlab fanga kim tomonidan kiritilgan?
A) I.M.Sechenov
B) I.P.Pavlov
V) R.Dekart*
G) Spinoza
D) Anoxin

. Organizmning tashqi va ichki tasirotlariga markaziy nerv tizimi orqali beradigan javob refleksiyasi …… deb ataladi.
A) instinkt
B) refleks*
V) ko‘nikma
G) malaka
D) odat

Quyidagi fikr kim tomonidan ilgari surilgan «Ongni katta ko‘lamiga ega materiyadan sira qolishmaydigan voqelik, yani yaqqol narsa deb tushuntiradi»
A) Leybnits*
B)Gartli
V) Spinoza
G) Gobbs
D) Dekart

Ruhni mutloqo rad etib mexanik harakatning yagona voqelik deb tan olib uning qonuniyatlari psixologiyasining ham qonuniyatlari ekanligini takidlagan olim Kim qaysi qatorda ko‘rsatilgan?
A) Leybnits
B) Gartli
V) Spinoza
G) Gobbs*
D) Dekart

Psixika miyaning funksiyasi haqidagi talimot qachon vujudga keldi?
A) XVII asrda
B) XVI
V) XIX asr o‘rtalarida
G) XVIII asrda
D) XVIII asr o‘rtalarida*

Determinizm tamoyilini targ‘ibotchisi bo‘lgan psixolog olim qaysi qatorda to‘g‘ri ko‘rsatilgan?
A) Galmr
B)Gobbs
V) Dekart
G) Jon Lokk
D) Spinoza*

Hissiyot mavzusidan test savollari

..... tashqi olamdagi narsa va hodisalarga nisbatan bo‘lgan munosabatlarimizning va bu munosabatlarimizdan hosil bo‘ladigan ichki kechinmalarimizning ongimizda aks ettirilishiga aytiladi.
A)kayfiyat
B)ehtiros
*V)hissiyot
G)affekt
D)stress

Unchalik kuchli bo‘lmagan lekin juda uzoq vaqt davom etadigan hissiy holat bu.....
*A)kayfiyat
B)ehtiros
V)hissiyot
G)affekt
D)stress
.....to‘satdan paydo bo‘lib tez orada o‘tib ketadigan nihoyatda kuchli holatdir.
A)kayfiyat
B)ehtiros
V)hissiyot
*G)affekt
D)stress
.....uzoq davom etadigan anchagina kuchli hissiy holatdir.
A)kayfiyat
*B)ehtiros
V)hissiyot
G)affekt
D)stress
.....bu oddiy psixik holat bo‘lib u inson organizmini umumiy holatidan yuzaga keladi va ehtiyojlarni qondirish jarayonida mavjud bo‘ladi.
*A)emotsiya
B)kayfiyat
V)stress
G)hissiyot
D)affekt
.His-tuyg‘u psixik holat bo‘lib u qanday xususiyatlar bilan belgilanadi.
A)qoniqish yoki qoniqmaslik holatini mavjud bo‘lishi;
B)ijobiy va salbiy hislar;
V)nerv keskinligini yuzaga kelishi va keskinlikni yumshatish;
*G) barcha javoblar to‘g‘ri
D) to‘g‘ri javob berilmagan
Emotsional holatlarning xususiyatlari qaysi qatorda to‘g‘ri ko‘rsatilgan?
A)shaxsni ob’ektga ijobiy munosabati;
B)salbiy munosabati;
V)ikkilamchi munosabat;
*G) barcha javoblar to‘g‘ri
D) to‘g‘ri javob berilmagan
.His-tuyg‘uni yuzaga keltiruvchi sabab bu.....
A)faollik
B)qo‘zg‘atuvchi kuch
V)kuchli ta’sirot
*G)stimul
D)motivatsion doira
.Faolligiga ko‘ra hislar qanday turlarga ajratiladi?
A)kuchli va kuchsiz, ijobiy va salbiy
B) mimika va pantomimika
V)apatiya va ekspressiya
*G)astenik va stenik
D)salbiy va ijobiy
Inson faolligini oshiruvchi uni umumiy energiyasiga asos soluvchi hislar bu.....
A)astenik
B)apatiya

*V)stenik
G)ekspressiya
D)mimika
SHaxsdagi faollikni ortga qaytaruvchi hislar bu.....
*A)astenik
B)apatiya
V)stenik
G)ekspressiya
D)mimika
SHaxsdagi befarqlik,beparvolik holati bu.....
A)astenik
*B)apatiya
V)stenik
G)ekspressiya
D)mimika
..... hislarning spetsifik namoyon bo‘lishi bo‘lib, u ovozdan mimika pantomimika yig‘i, kulguda namoyon bo‘ladi.
A) astenik
B) apatiya
V) stenik
*G) eksperssiya
D) mimika
.....insonni yuz tuzilishida ifodalanishi bo‘lib bunda idrok etilayotgan narsaga nisbatan munosabat aks etadi
A) astenik
B) stenik
V) mimika*
G) pantomimika
D) eksperssiya
.....emotsional holat bo‘lib u biror bir maqsadiga intilganda yuzaga keladi
A) ko‘tarinkilik*
B) astenik
V) stenik
G) pantomimika
D) eksperssiya
Munozarada asabiylashib affektiv holatga tushgan kishini tilini og‘iz bo‘shlig‘ida 10 marotaba aylantirishini tavsiya etadi. Mazkur fikr kaysi olim tomonidan ilgari surilgan
A) L. N. Tolstoy
B) I .M. Sechenov
V) I. S. Turgenov
G) I. P. Pavlov
D) G. Sele
.....ular jamiyat ahloq normalariga bo‘ysunishi yoki bo‘ysunmaslik bilan namoyon bo‘ladi
A) axloqiy hislar*
B) intellektual hislar
V) praksis hislar
G) estetik hislar
D) to‘g‘ri javob berilmagan
.....inson tomonidan bilish faoliyati jarayonini his etish holatidir
A) axloqiy hislar
B) intellektual hislar*

V) praksis hislar
G) estetik hislar
D) to‘g‘ri javob berilmagan
Vatanparvarlik, milliy g‘urur, tilga hurmat, milliy qadriyatlarga hurmat kabilar qaysi hislar tarkibiga kiradi?
A) axloqiy hislar*
B) intellektual hislar
V) praksis hislar
G) estetik hislar
D) to‘g‘ri javob berilmagan
. Bu his hayrat qiziqish quvonch g‘urur yangilikka intilish kabi hislar qanday hislar tarkibiga kiradi
A) axloqiy hislar
B) intellektual hislar*
V) praksis hislar
G) estetik hislar
D) to‘g‘ri javoblar berilmagan
..... ijobiy hislar bo‘lib, go‘zal predmetlar ular orasidagi munosabatni aks etish bilan ifodalanadi
A) axloqiy hislar
B) intellektual hislar
V) estetik hislar*
G) praksis xislar
D) to‘g‘ri javob berilmagan
.....faoliyat natijasida yuzaga kelib ish jarayonida o‘zgaradi ishni muvaffaqiyati qiynchilikni tugallanganligiga bog‘liq bo‘ladi
A) axloqiy hislar
B) intellektual hislar
V) estetik hislar
G) praksis hislar*
D) to‘g‘ri javob berilmagan
Emotsiya oraliq jarayonlari sub’ektiv aks etish bo‘lib, u ixtiyoriy harakatga qodir va organizmda yuzaga keladi deb ta’kidlaydi Mazkur nazariyaning muallifi qaysi qatorda ko‘rsatilgan.
A) A. N. Luk
B) Djeyms-Lange
V) Kenon-Bard
G) Yorks- Dodason
D) I. P. Pavlov
« Biz yig‘laganimiz uchun xafa bo‘lmaymiz, qaltiraganimiz uchun qo‘rqamiz, kulganimiz uchun xursand bo‘lamiz » mazkur fikr asosachilari qaysi qatorda ko‘rsatilgan.
A) A. N. Luk
B) Djeyms-Lange
V) Kenon-Bard
G) Yorks- Dodason
D) I. P. Pavlov
Emotsiya signallarini qayta tiklash va uni organizmda aks etishidir, mazkur nazariya muallifi qaysi qatorda ko‘rsatilgan.
A) A. N. Luk
B) Djeyms-Lange*
V) Kenon-Bard
G) Yorks- Dodason

“Pedagogika. Psixologiya ” fanidan talabalar bilimini reyting tizimi asosida baholash mezoni

“Pedagogika. Psixologiya”fani bo‘yicha reyting jadvallari, nazorat turi, shakli, soni hamda har bir nazoratga ajratilgan maksimal ball, shuningdek joriy va oraliq nazoratlarining saralash ballari haqidagi ma'lumotlar fan bo‘yicha birinchi mashg‘ulotda talabalarga e'lon qilinadi. Fan bo‘yicha talabalarning bilim saviyasi va o‘zlashtirish darajasining Davlat ta'lim standartlariga muvofiqligini ta'minlash uchun quyidagi nazorat turlari o‘tkaziladi:

- **joriy nazorat (JN)** – talabaning fan mavzulari bo‘yicha bilim va amaliy ko‘nikma darajasini aniqlash va baholash usuli. Joriy nazorat fanning xususiyatidan kelib chiqqan holda amaliy mashg‘ulotlarda og‘zaki so‘rov, test o‘tkazish, suhbat, nazorat ishi, kollekvium, uy vazifalarini tekshirish va shu kabi boshqa shakllarda o‘tkazilishi mumkin;
- **oraliq nazorat (ON)** – semestr davomida o‘quv dasturining tegishli (fanlarning bir necha mavzularini o‘z ichiga olgan) bo‘limi tugallangandan keyin talabaning nazariy bilim va amaliy ko‘nikma darajasini aniqlash va baholash usuli. Oraliq nazorat bir semestrda bir marta o‘tkaziladi va shakli (yozma, og‘zaki, test va hokazo) o‘quv faniga ajratilgan umumiy soatlar hajmidan kelib chiqqan holda belgilanadi;
- **yakuniy nazorat (YaN)** – semestr yakunida muayyan fan bo‘yicha nazariy bilim va amaliy ko‘nikmalarni talabalar tomonidan o‘zlashtirish darajasini baholash usuli. Yakuniy nazorat asosan tayanch tushuncha va iboralarga asoslangan “Yozma ish” shaklida o‘tkaziladi.

ON o‘tkazish jarayoni kafedra mudiri tomonidan tuzilgan komissiya ishtirokida muntazam ravishda o‘rganib boriladi va uni o‘tkazish tartiblari buzilgan hollarda, ON natijalari bekor qilinishi mumkin. Bunday hollarda ON qayta o‘tkaziladi.

Oliy ta'lim muassasasi rahbarining buyrug‘i bilan ichki nazorat monitoring bo‘limi rahbarligida tuzilgan komissiya ishtirokida YaN ni o‘tkazish jarayoni muntazam ravishda o‘rganib boriladi va uni o‘tkazish tartiblari buzilgan hollarda, YaN natijalari bekor qilinishi mumkin.

Bunday hollarda YaN qayta o‘tkaziladi. Talabaning bilim saviyasi, ko‘nikma va malakalarini nazorat qilishning reyting tizimi asosida talabaning fan bo‘yicha o‘zlashtirish darajasi ballar orqali ifodalanadi.

“Pedagogika. Psixologiya”fani bo‘yicha talabalarning semestr davomidagi o‘zlashtirish ko‘rsatkichi 100 ballik tizimda baholanadi.Ya.N.-30 ball, qolgan 70 ball esa J.N(MI).-55+5 ball va O.N.-10 ball qilib taqsimlanadi.

1. Talabalarning fan bo‘yicha o‘zlashtirishini baholash semestr (o‘quv yili) davomida muntazam ravishda olib boriladi va quyidagi turlar orqali amalga oshiriladi:

- joriy baholash (JB)
- talabalarning mustaqil ishi (TMI)
- oraliq baholash (OB)
- yakuniy baholash (YAB)

Har bir fan bo‘yicha talabaning semestr (yil sikl) davomidagi o‘zlashtirish ko‘rsatkichi 100 ballik tizimida baholanadi.

Ushbu 100 ball baholash turlari bo‘yicha quyidagicha taqsimlanadi:

№	Baholash turi	Maksimal ball	Saralash ball
1	Joriy baholash	55	30,2
2	Talabaning mustaqil ishi	5	1,7
3	Oraliq baholash	10	5,5
4	Yakuniy baholash	30	16,5
	JAMI	100	55

Talabalarning fan bo‘yicha to‘plagan umumiy bali har bir baholash turlarida to‘plagan ballar yig‘indisiga teng bo‘ladi.

Joriy baxolash (JB)

JB da fanning xar bir bo‘lim bo‘yicha talabaning bilimi va amaliy ko‘nikmalarini aniqlab borish ko‘zda tutiladi va u amaliy mashg‘ulotlarda amalga oshiriladi. Baholashda talabaning bilim darajasi, amaliy mashg‘ulot materiallarini o‘zlashtirishi, nazariy material muhokamasida va ta'limning interaktiv uslublarida qatnashishining faollik darajasi, shuningdek amaliy bilim va ko‘nikmalarni o‘zlashtirish darajasi hisobga olinadi.Pedagogika fanidan semestr davomida 18 ta dars rejalashtirilgan, unda 18 ta JB o‘tkaziladi. 18 amaliy mashg‘ulotlarda maksimal ball 100 ballni tashkil qiladi. Bu ballar foizlarda quyidagicha taqsimlanadi:

“100” ball	baholar
100-86	“a'lo”
85-71	“yaxshi”
70-56	“qoniqarli”

JB og‘zaki, yozma ish, test yoki ularning kombinatsiyasi shaklida amalga oshiriladi. Har bir mashg‘ulotda barcha talabalar baholaniladi.

Talabaning ballarda ifodalangan o‘zlashtirishi quyidagicha baholanadi:

№	Baho	Talabaning bilim darajasi
1	A’lo	Talabalar uy vazifasini bajargan, og‘zaki savollarga aniq javob beradi, mavzu bo‘yicha mustaqil mushohada yurita oladi, mazmunini tushunadi mavzu bo‘yicha mustaqil fikrlay oladi. Vazifalarni mustaqil bajaradi, natijalarini rasmiylashtirib tahlil qila oladi.
2	Yaxshi	Talaba uy vazifasini bajargan, og‘zaki va test savollariga javob bera oladi. Ijtimoiy fanlar qonuniyatlarini va ta’riflarni yod biladi. Mavzuni tushungan, lekin ayrim masalalarni taxlil qila olmaydi.
3	Qoniqarli	Talaba uy vazifasini bajarib kelgan, og‘zaki va test savollariga qiynalib javob beradi, ta’riflarni yod biladi, lekin mohiyatini yaxshi tushunmaydi.
4	Qoniqarsiz	Talaba uy vazifasini daftariga yozib kelgan, lekin mavzu bo‘yicha savollarga javob bera olmaydi. Mohiyatini tushunmaydi.

Talaba darsga kelib unga mutloq tayyorlanmaganda va muhokamada mutloq ishtirok etmaganida (2) qo‘yiladi.

Talabaning mustaqil ishi (TMI)

Talabaning mustaqil ishi O‘zR oliy va o‘rta maxsus ta’lim vazirligining 28.08.2010 yil 333-sonli buyrug‘i va institut rektori tomonidan 2013 yil 3 sentyabrda tasdiqlangan “Talaba mustaqil ishini tashkil etish, nazorat qilish va baholash tartibi to‘g‘risida Nizom” asosida tashkil etiladi.

Mustaqil ish bo‘yicha belgilangan maksimal reyting balining 55% dan kam ball to‘plagan talaba fan bo‘yicha yakuniy nazoratga qo‘yilmaydi.

Talabaning mustaqil ishi kafedra arxivida ro‘yxatga olinadi va 2 yil mobaynida saqlanadi.

Ijtimoiy fanlar kafedrasida talaba mustaqil ishi bo‘yicha kafedra nizomi ishlab chiqiladi. Bunda talaba mustaqil ishining shakl va turlari, har bir ish turiga soatlarni taqsimlash va aniq baholash mezonlari ishlab chiqiladi.

TMI ning o‘zlashtirishi quyidagicha baxolanadi. Maksimal ball 5.

Ballar	Baho
4,3-5,0	“5” a’lo
3,6-4,2	“4” yaxshi
2,8-3,5	“3” qoniqarli
2,8 dan kam	“2” qoniqarsiz

Talabaning mustaqil ishdan olgan bali JB baliga qo‘shiladi.

Oraliq baxolash (OB)

OB da fanning bir necha mavzularini qamrab olgan bo‘limi yoki qismi bo‘yicha mashg‘ulotlar o‘tib bo‘lingandan so‘ng, talabaning nazariy bilimlari baholanadi va unda talabaning muayyan savolga javob berish yoki muammoni echish qobiliyati aniqlanadi.Bir semestrda o‘tiladigan fanlardan bitta OB o‘tkaziladi.Ikki semestrda o‘tiladigan fanlardan ikkita OB o‘tkaziladi. OBga o‘quv mashg‘ulotlarining qarzi bo‘lmagan talabalar qo‘yiladi.Oraliq baholashning maksimal bali 10 ball;

O‘zlashtirish	10 ball
A’lo	8,6-10
YAxshi	7,1-8,5
Qoniqarli	5,6-7
Qoniqarsiz	5,6

OB kafedra majlisi qarori bilan yozma ish, test, og‘zaki suhbat shakllarida yoki ularning kombinatsiyalarida o‘tkazilishi mumkin. OB bo‘yicha belgilangan maksimal reyting balining 55% dan kam ball to‘plagan talaba YAB ga qo‘yilmaydi.

Yakuniy baxolash (YAB)

YAB da talabaning bilim, ko‘nikma va malakalari fanning umumiy mazmuni doirasida baholanadi. YAB fan bo‘yicha o‘quv mashg‘ulotlari tugagandan so‘ng o‘tkaziladi. YAB ning maksimal bali - 30 ball.

O‘zlashtirish	30 ball
A’lo	30-25,8
YAxshi	25,5-21,3
Qoniqarli	21-16,5
Qoniqarsiz	16,5 dan kam

JB va OB ga ajratilgan umumiy ballarning har biridan saralash balini to‘plagan talabaga YAB ga ishtirok etishga huquq beriladi.

YAB o‘tkazish shakli – test, og‘zaki, yozma ish yoki ushbu usullar kombinatsiyasida Ilmiy Kengash qarori bilan belgilanadi.

JB, OB va YAB turlarida fanni o‘zlashtira olmagan (54 % dan kam ball to‘plagan) yoki uzurli sabablar bilan baholash turlarida ishtirok eta olmagan talabalarga quyidagi tartibda qayta baholashdan o‘tishga ruxsat beriladi:

- qoldirilgan amaliy mashg‘ulot kelgusi darsga qadar guruh o‘qituvchisiga qayta topshirish va maslaxat kunida topshiriladi. 3 ta mashg‘ulotni qoldirgan talaba fakultet dekani ruxsati bilan qayta topshiradi;

- OB ni 2 hafta muddatda qayta topshirishga ruxsat beriladi va bali koeffitsentsiz qayt etiladi;

- semestr yakunida fan bo‘yicha saralash balidan kam ball to‘plagan talabaning o‘zlashtirishi qoniqarsiz (akademik qarzdor) hisoblanadi;

- akademik qarzdor talabalarga semestr tugaganidan keyin dekan ruhsatnomasi asosida qayta o‘zlashtirish uchun – 2 hafta muddat beriladi. SHu muddat davomida o‘zlashtira olmagan talabaga belgilangan tartibda rektorning buyrug‘i bilan talabalar safidan chetlashtiriladi.

Talabaning reytingi quyidagi formula bo‘yicha hisoblanadi:

$R = \frac{Q \cdot V}{100}$ bunda: Q-o‘zlashtirish darajasi (ball), V-umumiy o‘quv yuklamasi (soat)

Reyting natijalarini qayd qilish tartibi

Fandan reyting nazorati bo‘yicha yakunlovchi qaydnoma varaqasi (vedomost) fan tugagan kundan bir kun muddatda kafedra 2 nusxada to‘ldiradi va mas’ul xodim kafedra mudiriga imzolatib, 1 nusxasi dekanatlarga topshiriladi.

Talabaning fan bo‘yicha baholash turlarida to‘plagan ballari reyting qaydnomsiga butun sonlar bilan qayd qilinadi. Reyting daftarchasining “Umumiy soat” ustuniga fanga ajratilgan umumiy yuklama soatlari, “Ball” ustuniga esa talabaning mazkur mezonning 3.1 bandiga muvofiq 100 ballik tizimdagi o‘zlashtirish bali, “Reyting” ustuniga hisoblangan reyting ko‘rsatkichi qo‘yiladi.

Talabaning saralash balidan past bo‘lgan o‘zlashtirishi “Reyting daftarchasi” da qayd etilmaydi.

Dekanat va kafedralar tomonidan belgilangan tartibda fan bo‘yicha talabaning JB, OB hamda YAB turlarida ko‘rsatilgan o‘zlashtirish reyting ko‘rsatkichlarining monitoringi olib boriladi. O‘zlashtirish natijalari kafedra tomonidan reyting nazorati ekranida muntazam ravishda yoritib boriladi va belgilangan tartibda qaydnomalarga kiritiladi. Reyting nazorati ekranining tashkil etishi va uning belgilangan muddatlarda to‘ldirish vazifasi kafedra mudiri va fakultet dekani zimmasiga yuklatiladi .

I. Maxsus adabiyotlar

I.O‘zbekiston Respublikasi Qonunlari

1.O‘zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi.- T.: O‘zbekiston, 2009. – 40 b.
2.O‘zbekiston Respublikasining «Ta'lim to‘g‘risida»gi Qonuni. T. «Sharq» 2001. Oliy ta'lim me'yoriy xujjatlari. 3-18 betlar.
3.Kadrlar tayyorlash milliy dasturi. T. «Sharq» 2001. Oliy ta'lim meyoriy xujjatlari. 18-52 betlar.

II.O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti asarlari

1. Mirziyoev SH.M. Tanqidiy taxlil, kat’iy tartib intizom va shaxsiy javobgarlik- xar bir raxbar faoliyatining kundalik koidasi bulishi kerak.2017 y, 104 bet, Uzbekiston matbuot va axborot agentligining “O’zbekiston” nashriyot matbaa ijodiy uyi.
2. Mirziyoev SH.M. Buyuk kelajagimizni mard va olijanob xalĭimiz bilan birga kuramiz. 2017 y, 488 bet, Uzbekiston matbuot va axborot agentligining “O’zbekiston” nashriyot matbaa ijodiy uyi.
3. Mirziyoev SH.M. Erkin va farovon, demokratik Uzbekiston davlatini birgalikda barpo etamiz. 2016 y, 56 bet, Uzbekiston matbuot va axborot agentligining “O’zbekiston” nashriyot matbaa ijodiy uyi.
4.Islom Karimov. «Yuksak ma'naviyat-yengilmas kuch». T., «Ma'naviyat».2008

Asosiy adabiyotlar

Darsliklar vao`quv qo‘llanmalar

1. Mavlonova R va boshq. Pedagogika. – Toshkent, «O‘qituvchi», 2001.
2.Ibragimov X, Abdullaeva SH. Pedagogika nazariyasi. T., 2008 yil.
3.Hoshimov K.,Nishonova S. Pedagogika tarixi T., 2005 yil.
4. Omonov X.T, Xo‘jaev N.X, Pedagogik texnologiya va pedagogik mahorat. T.,2009 yil.
5.M.Ochilov,N.Ochilova Oliy maktab pedagogikasi (darslik) lotin Oliy vao‘rta maxsus ta'lim vazirligi tomonidan tavsiya etgan T.2008
6.M.Asqarova,M.Hayitboev S.Nishonov. Pedagogika. Oliy vao‘rta maxsus ta'lim vazirligi tomonidan tavsiya etgan (lotin) T.2008y
7.B.Ziyomuhammedov,Pedagogik mahorat asoslari ,T.2009yil
8. Z.Ibodullaev. “Tibbiyot psixologiyasi”. T., 2008 yil darslik.
9. P.I.Ivanov va M.Zufarova.”Umumiy psixologiya”T., 2008 yil darslik.
10. M.A.Maqsudova.”Muloqot psixologiyasi” .T.; 2006 yil darslik.
11.Nishonova va Sh.Asomiddinova. «Psixologik maslahat» .T.2010 yil
12. Ibodullayev 3/ Tibbiyot psixologiyasi/ T., 2012 Darslik

Qo‘shimcha adabiyotlar

1. Umarov B.M., Shoyimova Sh.S., Ro’zieva D.I.Pedagogika. Psixologiya.Darslik. T., 2018 y.
2. SHoyimova SH.S. SHaxs psixologiyasi. Ukuv kullanma. «LESSON PRESS» Toshkent, 2017 y. 160 b.
3. I.V.Novgorodseva Pedagogika v meditsine. Izdatelstvo «FLINTA»,2017.
4. A.A.Rean, N.V.Bordovskaya, S.I.Rozum. Psixologiya i pedagogika. Uchebnik dlya vuzov. -SPb.: Piter, 2002. 432 s.
5.Prof.M.X.Toxtaxodjayevaning umumiy tahriri ostida; O’zbekiston Respublikasi Oliy va o’rta-maxsus ta’lim vazirligi. – Toshkent: “O’zbekiston faylasuflari milliy jamiyati” nashriyoti, 2010..

6.Holiqov.A, Pedagogik mahorat,T.,2011yil.
7. G‘aybullaev N., YOdgorov R., Mamatqulova R., Toshmurodova Q., Pedagogika ma’ruzalar matni. T., 2000 y.
8.Yo‘ldoshev J., Usmonov S. Pedagogik texnologiya asoslari. – T.: O‘qituvchi, 2004.– 123 b.
9.Avliyaqulov.N.X,Musaeva.N.N, Pedagogik texnologiya . – T.: Cho’lpon NMIU,2012y.
10. Ochilova G. Pedagogika. T.: 2005
11. G‘oziev E.G‘. Umumiy psixologiya. Toshkent 2010
12. Azizxodjaeva N.N. Pedagogik texnologiyalar va pedagogik maxorat. O’quv Qo’llanma. - T.: Uzbekiston YOzuvchilar uyushmasi Adabiyot jamgarmasi nashriyoti, 2006. -160 b.
13. Ziyamuxamedov B. “Pedagogika” Toshkent. Tamaddun. 2014.
14.Ivanov P.I., Zufarova M.E. “Umumiy psixologiya” T.: Uzbekiston faylasuflari milliy jamiyati, 2008. -480b.
15. Iskandarova SH.T., SHoyimova SH.S., Mirzaeva N.A. Psixologiya. Darslik - Toshkent, 2010. 266 b.
16. Karimova V.M. Psixologiya. T.: SHark, 2000. -256b.
21. Pedagogika. O’quv qo’llanma. SH.A.Abdullaeva, D.A.Axatova, .B.Sobirov, S.S.Sayitov. - T.: Fan, 2004.
23. Umarov B.M. Psixologiya. Nopedagogik oliy ta’lim yunalishi talabalari uchun darslik. Toshkent, 2011, - 480 bet.
24. SHoyimova SH.S. Mulokot psixologiyasi. O’quv -uslubiy qo’llanma «ZAMON POLIGRAF»OK Toshkent, 2017. 40 b.

Internet saytlari

1.www.ziyonet.uz
2. www.tdpu.uz
3. www.pedagog.uz

V. XORIJIY ADABIYOTLAR.

1. Бордовская.Н.В, Розум.С.И,Психология и педагогика. Учебник для вузов, Питер, 2016г..
2.Подласый.И.П “Pedagogika” 2 tomlik kitob. Moskva. Vlados. 1999.
3.Bodrev, Zazyuka. Osnovы pedagogicheskogo masterstva. M.: Prosveщenie, 1989.
4.Azarov YU.P.Kultura vospitani: Uchitel. M.: Prosveщenie. 1985.
5.Amonavshen SH.A., Edinstvo tseli.. M., Prosveщenie. 1987.
6Sibirskaya M.P. Professionalnoe obuchenie: Pedagogicheskie texnologii. – Sankt Peterburg, 2002.
7. Педагогика профессионального образования. // Pod. red. V.A.Slastenina. – M.: Akademiya, 2004.
8. Kudryavaya N. V., E.M.Ukolova, Smirnova N. B., Voloshina E. A., Zorin K. (Pod obщey redaksiey: N. V. Kudryavaya) Педагогика в медицине.M.: Izdatelskiy sentr «Akademiya», 2012г
9. Nemov R.S. Psixologiya. M.: Vlados, 2003. 1-2 t. -240s.