

“O’zingni angla”

(psixodiagnostik metodikalar)

“O’zingni angla” psixodiagnostik metodikalar. Uslubiy qo’llanma

Maskur to’plam shaxs xususiyatlarini o’rganish bo’yicha bir qator psixodiagnostik metodikalar jamlangan. Yig’ilgan metodikalarni bajarish davomida inson o’z-o’zini bilishiga va o’z-o’zini anglashiga yordam beradi. Boshqa kishilarning psixologik xususiyatlari haqida ham ma’lumotga ega bo’lishi mumkin.

To’plam insonlar bilan ko’p muloqotda bo’luvchilar, pedagog va psixologlar, umuman o’zi va boshqalarning psixologiyasiga qiziquvchilar uchun foydalidir. Ayniqsa bo’lg’usi pedagoglar va amaliyotchi psixologlar faoliyatida yordam berishi mumkin.

KIRISH

Hozirgi davrimizda psixologik bilim va ko'nikmalarga nisbatan ehtiyojning kuchayishi natijasida psixologik usullardan foydalanish zaruriyati kuchaymoqda atrofimizdagi yaqin kishilarimiz, do'st-birodarlarimiz bilan munosabatimiz psixologik bilimlarni talab qiladi. To'plamnining maqsadi o'zligimizni yaxshiroq anglashga shaxsiy xususiyatlarimizni bilishga munosabatlarni to'g'ri yo'naltira olishga umuman hayotda o'z o'rnini topishga yordam berishdir.

Odam har doim ham o'z ruxiy holatini va psixologik xususiyatlarini to'g'ri tafsiflab bera olmaydi, bunga intilmasligi ham mumkin. Atrofdagilarning fikriga har doim ham tayanib bo'lmaydi. Biz o'zimizni qanchalik yaxshiroq bilsak to'g'ri baholasak boshqalarni to'g'ri tushuna olamiz bu bizning hayotdagi eng muhim yutug'imiz hisoblanadi.

Bo'lg'usi pedagoglarimiz o'z faoliyatlarida psixologik bilimlarga egaligi ular kasbiy faoliyatining asosidir. Ular nafaqat boshqalar va o'z-o'zini tarbiyalashi muhim bo'lib, bizning taqdim etayotgan psixodiagnostik metodikalarimizdan foydalanishsa psixologik bilimlari ortib boradi. Psixodiagnostik metodikalarimiz - testlar so'rovnomalar va topshiriqlardan iborat. Topshiriqlarni bajarishda haqqoniy javob berishga intilish lozim yaxshi natijalarga erishish maqsadidan uzoqroq bo'lgan maqul. Kamchiliksiz inson bo'lmaydi salbiy xususiyatlarimizdan uzoqlashishimiz ijobiy xususiyatlarimizni rivojlantirishimiz zarur.

I. INTELLEKT VA QOBILIYATLAR PSIXODIAGNOSTIKASI.

I.1. Кичик мактаб ёшидаги болалар тафаккурини ўрганиш diagnostik методикаси

Мазкур методика кичик мактаб ёшидаги болаларда тушунчалар, турли объектлар ўртасидаги сабабий боғланиш, ўхшашлик ҳақидаги тасаввурларнинг шаклланганлигини ўрганиш учун хизмат қилади. У 20 та саволдан иборат. Психолог болага ҳар бир саволни ўқиб беради ва боланинг жавобини қайд этади. Ҳар бир саволдан сўнг қавс ичида тўғри жавоб келтирилган.

Саволлар.

1. От каттами ёки итми? (от)
2. Эрталаб нонушта қиламиз, пешиндачи? (тушлик)
3. Кундузи ёруғ, кечаси-чи? (қорунғу)
4. Осмон ҳаво рангда, ўтлар – чи? (яшил)
5. Гилос, нок, олма, олхўри – булар нима? (мева)
6. Нима учун ҳали поезд ўтмасдан шлагбаум туширилади?
(машиналарни тўхтатиб туриш учун)
7. Тошкент, Самарқанд, Бухоро – булар нима? (шаҳар)
8. Соат неча бўлди? (болага соат кўрсатилади?)
9. Сигирнинг боласи бузоқ, итнинг боласи кучукча, қўйнинг боласи-чи? (қўзичоқ)
10. Ит кўпроқ товукқа ўхшайдими ёки мушукками? (мушукка)
11. Нима учун автомобилларда тормоз бор? (машинани секинлаштириш маъносидаги ҳар қандай жавоб тўғри бўлади)
12. Болға билан болта нимаси билан бир-бирига ўхшайди? (ўхшаш вазифаларини бажарувчи асбоблар мазмунидаги ҳар қандай жавоб тўғри)
13. Олмаҳон билан мушук нимасига кўра ўхшайди? (камида иккита ўхшаш белги санаб ўтилиши керак)
14. Мих билан винтнинг нима фарқи бор? (михнинг усти текис, винт ғадир – будур, мих болға билан қоқилади, винт бураб киритилади)
15. Футбол, тенис, сузиш – булар нима? (спорт, физкультура)
16. Қандай транспорт турларини биласан? (камида иккита ҳар хил транспорт санаб ўтилиши керак)
17. Қари одам ёшдан нима билан фарқланади? (камида иккита муҳим фарқли белги санаб ўтилиши керак)
18. Одамлар нима учун спорт билан шуғулланади? (соғлом бўлиш учун, бақувват бўлиш учун, кучли бўлиш учун, ғалаба қозониш учун, чемпион бўлиш учун)
19. Одамлар ишламаса нима бўлиши мумкин? (нарсалар ярата олмайдилар, нарсалар сотиб ололмайдилар, қийналиб яшайдилар каби жавоблар)

20. Одамни нима учун камаб қўядилар? (ёмон иш қилгани учун мазмунидаги ҳар қандай жавоб, бошқаларга зарар етказмаслиги учун деган жавоб тўғри).

Натижаларни қайта ишлаш.

Агар боланинг жавоби тўғри жавобга мос келса, унга 0,5 балл, қисман тўғри келса 0,25 балл қўйилади. Жавобни баҳолашдан аввал болага саволни тўғри тушунтирилганлигига ишонч ҳосил қилиш керак. Зарурат туғилганда психолог айрим сўзларнинг маъносини изоҳлаб бериши лозим (масалан, шлагбаум сўзи изоҳ талаб қилиш мумкин).

Натижаларни баҳолаш.

10 балл – жуда юқори даражада

8 – 9 балл – юқори даража

4 – 7 балл – ўрта даража

2 – 3 балл – паст даража

0 – 1 балл – жуда паст даража

(Методика манбаси: Немов Р.С. Психология: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений: В 3 кн. – 3-е изд. – М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 1999. – Кн. 3. Психодиагностика. Введение в научное психологическое исследование с элементами математической статистики. 81 - 83 бетлар.)

II.1. Sen kimsan? Intellectni aniqlash testi.

Quyida keltirilgan savollarni diqqat bilan o'qib chiq va ularga javobingni ber, javobni berishda uzoq o'ylab o'tirma, xayolingga kelgan birinchi javobni ber. Iloji boricha tezroq ishlashga harakat qil.

1. O'qituvchi soat 8 da budilnikni (soatni) soat 9 ga qo'yib, uyquga yotdi. U necha soat uxlaydi?

2. Zafarjonning 10 ta qo'yi bor edi. To'qqiztadan boshqa hammasi o'lib qoldi. Necha q o'y qoldi?

3. Sen Toshkentga qo'nib o'tadigan lekin Moskva reysi bo'yicha uchadigan samolyot uchuvchisidan. Reys haftada bir marta boladi. Uchuvchining yoshi nechada?

4. Tungi qorovul kunduzi o'lib qoldi. Unga nafaqa to'lanadimi?

5. Erkak kishi bevasining singlisiga o'ylanishi mumkinmi?

6. Avstraliyada ham 9-may bormi?

7. Oylar 30-31 kunlar bilan tugaydi. Qaysi oyda 28 bor?

8. Sen notanish xonaga kirib qolding. U yerda benzin va gaz bilan yonadigan chiroqlar bor ekan. Sen birinchi bo'lib nimani yoqishing kerak?

9. Arxeologlar «eramizdan avvalgi 25-yili» chiqqan tangani topib olishdi. Shunaqasi ham mumkinmi?

10. Ota va o'gil avtoxalokatga uchrashdi. Otasi shu joyning o'zidayoq halok bo'ldi, o'g'lini esa kasalxonaga yuborishdi. Operatsiya vaqtida jarroh bolani ko'rib: «Voy xudoyim-ey, bu mening o'g'limku?!» —deb yubordi. Shunday ham bo'lishi mumkinmi?

11. 6 ta sham yonib turgan edi, 4 tasini o'chirib q o'yishdi. Nechta sham qoldi?

12. Ikki kiloli griya (tosh) bir kilogramm va yarimta g'isht o'g'irligiga teng. Bitta g'ishtning og'irligi qancha?

13. Qo'llarda o'nta barmoq bor. O'nta qo'lda nechta barmoq bor?

14. Birdan 100 gacha bo'lgan qatorda nechta to'qqiz bor?

15. Yog'ochni 12 bo'lakka bo'lish uchun uni necha marta arralash kerak?

16. Andijondan Toshkentga va Toshkentdan Andijonga qarab bir vaqtda ikki poezd yo'lga tushdi. Andijondan Toshkentga kelayotgan poezdning tezligi ikkinchisidan uch marta katta. Uchrashgan vaqtda ularning har biri Toshkentdan qancha masofada uzoqlikda bo'lgan?

17. Ko'p qavatli binoning 16-qavatida bir liliput (pakana) odam yashaydi. Har kuni ertalab ishga ketayotib liftda pastga tushib so'ng ishga ketadi. Kechki payt ishdan qaytganda esa 10-qavatgacha liftdan ko'tarilib, u yog'iga piyoda ketadi. U nimaga shunday qiladi.

18. Vrach «hakam» bemorga 30 minut oralig'i bilan uchta ukol belgilaydi. Bemor ularning hammasini qancha vaqt ichida olib bo'ladi?

19. Bir kishi: «Bu mening bolam, lekin o'g'lim emas!» — deb ayanch bilan yig'lab o'tiribdi. Shunaqasi ham bo'lishi mumkinmi?

Savollarga javob berishda har bir turi javob uchun «—», noto'g'ri javob uchun «+» belgisi qo'yiladi. Faqat «—» belgili javobgina hisoblab chiqiladi va shunga sinaluvchining xarakteristikasi belgilanadi, aniqlanadi.

Sinaluvchidan 4, 5, 6, 9, 10, 19-savollarga berilgan javoblarga izoh berish talab qilinadi. Izohlar asosli bo'lsagina, tavakkal, tasodifiy javoblar bo'lmasa, ular to'g'ri deb hisoblanadi.

1. 1 soat. Sinaluvchining yoshi.2.9.3.Sinaluvchining yoshi. 4. Yo'q, (chunki o'lgan odamga nafaqa to'lanmaydi). 5. Yo'q (chunki ukishining o'zi o'lib ketgan, o'lgan odam nafaqat xotining singlisiga, balki mutlaqo uylana olmaydi). 6. Ha (bu kun hamma joyda kalendar bor). 7. Xammasidan. 8. Gugurtni. 9. Yo'q (u vaqtlarda tanga (tiyin) bo'lmagan. 10. Xa (bu uning onasi). 11. 6. 12. Ikki kilogramm. 13. 50. 14. 11. 15. 11. 16. Bir xil masofada. 17. Bo'yi yetmaydi. 18. Bir soatda. 19. Xa (bu uning qizi).

Minuslar (noto'g'ri javob) bo'yicha xarakteristikalar 0—2 geniy, 2-4 intellektual (zehni o'tkir, aqilli), 5—7 mulohazali, 9-10 o'rtacha, 11 — 12 aql uchqunlari ko'rinib turuvchi odam, 13—15, oddiy, ahmoq 16—18 alohida maxsus joylarda saqlanishi mumkin bo'lgan ahmoq.

I. 3.a. UMUMIY BILIMDONLIK SUBTESTI.

1-umumiy bilimdonlik (subtest). Ko'rsatma: 5-savoldan boshlang. Agarda 5 va 6-savollarga javob bermasa u taqdirda 4-savolni ko'rsating va 7-savoldan sinashda davom eting. Baholash: har bir to'g'ri javob uchun 1 ball beriladi. Subtestning maksimal baho ko'rsatkichi 27 ballga barobar.

№	Savollar	Javoblar
	O'zbekiston bayrog'ining rangi qanday?	
	Kaptokning qanday hillari mavjud.	
	1 yilda nechta hafta bor.	
	Termoregulyatsiya nima?	
	Rezina nimalardan olinadi.	
	To'rta kosmonavtning ismi sharifini ayting?	
	At Termiziy kim?	
	Bir yilda necha soat bor.	
	Agarda Kiyevdan Balgariyaga bormoqchi bo'lsangiz qaysi yo'nalishda harakatlanar edingiz?	
	Avstraliya qayerda joylashgan?	
	Xalq deputatlari qancha muddatga saylanadi?	
	Qora kiyim nega boshqa rangga qaraganda issiqroq.	
	Alisher Navoiyning tug'ulgan kuni qachon?	
	“Shox Edip” asarining muallifi kim?	
	Vatikan nimani anglatadi.	
	Achitqi nima sababli hamirni ko'taradi.	
	Turkiyaning qancha aholisi bor?	
	Idiadani kim yozgan?	
	Boqo'rg'oniy kim bo'lgan?	

	Qon tomirlari necha xil	
	AQSHda nechta shtat bor.	
	Al Xorazmiy nimani kashf qilgan?	
	Misr davlati qaysi qitada joylashgan?	
	Folklor nima?	
	Jadid ta'limi nimani anglatadi?	
	Etimologiya nimani o'rgatadi?	
	Beruniy nimani kashf qilgan?	

0-10-past, 11-20-o'rta, 21-27 gacha yuqori bilimdonlik darajasiga ega.

I.3.b. UMUMIY BILIMDONLIK SUBTESTI.

Sizga ikkita so'z berilgan, shu ikki so'z uchun umumiy bo'lgan so'zni toping.

Masalan, «Bug'doy — arpa» bo'lsa, umumiy so'z «donli o'simliklar» bo'ladi.

1. Osiyo — Afrika —
2. Botanika — Zoologiya —
3. Feodalizm — kapitalizm —
4. Ertak — Rivoyat —
5. Suyuqlik - Gaz –
6. Yurak- Arteriya –
7. Kopengagen — Managua —
8. Atom-molekula.
9. Yog'lar – oqsillar.
10. Fan – san'at.
11. Amper – vol't.
12. Kanal – to'g'on.
13. Yig'indi – ko'paytma.
14. Tofon – zil-zila.

15. Klassika – reallik.

Javoblar kaliti: 1. Qit'a; 2. Biologiya; 3. Ijtimoiy tuzum. 4. Xalq og'zaki ijodi 5. Moddaning agregat xolati; 6. Qon aylanish tizimi; 7. Poytaxt; 8. Moddaning kichik organlari; 9. Organik modda; 10. Madaniyat; 11. Elektr o'lchov birligi; 12. Sun'iy suv inshooati; 13. Matematik harakat; 14. Tabiiy ofat; 15. San'at yo'nalishi.

Javoblar izohi: har bir to'g'ri javob uchun — 1 ball.

0—5 — past; 6—10 — o'rta; 11 — 15 — yo'qori bilimdonlik darajasiga ega.

I.4. MATEMATIK QOBILIYATNI ANIQLASH TESTI.

Sizga bir qator sonlar berilgan. Ular qonuniyatlar orqali joylashgan. Sizning vazifangiz esa har qatorning keyingi sonini topishingiz lozim (10 daqiqa oralig'ida). Xar bir qator matematik amallar qo'llanilgan holda tuzilgan. Masalan, 2, 4, 6, 8, 10, keyingisi 12, chunki har safar 2 ga ko'paygan yoki 9, 7, 10, 8, 11, 9,

12. Bu yerda 2 ga ko'payib 3 olinganligi uchun keyingi son 10 bo'ladi.

Kalit.

- | | | |
|----------------------------|------|-------|
| 1. 6, 9, 12, 15, 18, 21? | 1-24 | 6-24 |
| 2. 9, 1, 7, 1, 5, 1? | 2 -3 | 7-18 |
| 3. 2, 3, 5, 6, 8, 9? | 3 -1 | 18-64 |
| 4. 10, 12, 9, 11, 8, 10? | 4 -7 | 9-37 |
| 5. 1, 3, 6, 8, 16, 18? | 5-36 | 10-49 |
| 6. 3, 4, 6, 9, 13, 18? | | |
| 7. 15, 13, 16, 12, 17, 11? | | |
| 8. 1, 2, 4, 8, 16, 32 ? | | |
| 9. 1, 2, 5, 10, 17, 26? | | |
| 10. 1, 9, 16, 25, 36? | | |

I.5. SHAXSNING KOMMUNIKATIV VA TASHKILOTCHILIK QOBILIYATLARI. (KTK)NI O'RGANISH USULI.

Shaxsni tashkilotchilik va kommunikativ qobiliyatlari haqida diagnostika qilish metodikasi psixologik tashxisda va maslaxat berishda keng qo'llaniladi. Tadqiqot o'tkazish uchun KTK savolnomasi va javob varaqasini tayyorlash kerak. Tadqiqotni individual va jamoaviy o'tkazish mumkin. Tekshiriluvchilarga javob varaqasini tarqatib bo'lingach **instruktsiyani** o'qib berish kerak. Quyida keltirilgan tasdiqlarni yaxshilab o'qib chiqing va bu tasdiqlarga rozi bo'lsangiz «+» belisini, agar rozi bo'lmasangiz «-» belgisini qo'ying. Xar bir detal ustida uzoq o'ylamaslikka va aniq xolatlarni ko'z oldingizga keltiring. Javob uchun ko'p vaqt sarflamang, miyangizga kelgan birinchi tabiiy javobni bering. Eng asosiysi to'g'ri samimiy javob bering. O'z javoblaringizni yaxshi tasavvur etishga harakat qiling, ular haqiqiy bo'lishi lozim. Xar bir savolga berilgan javob umuman ko'rib chiqilmaydi, bizni faqatgina umumiy ko'rsatkichlar qiziqtiradi.

K T K SAVOLNOMASI

1. Xar doim muloqotda bo'lib turadigan do'stlaringiz ko'pmi?
2. Do'stlaringizni ko'pchiligini fikringizni qabul qilishlariga og'dira olasizmi?
3. Do'stlaringizdan biri sizni ranjitsa uzoq vaqt xafa bo'lib yurasizmi?
4. Xosil bo'lgan keskin vaziyatlarda xar doim ham yo'l topishga qiynalasizmi?
5. Turli xil kishilar bilan tanishishga sizda intilish bormi?
6. Jamoat ishlari bilan shug'ullanish sizga yoqadimi?
7. Sizda odamlar orasida bo'lgandan ko'ra kitob yoki boshqa ishlar bilan vaqt o'tkazish yoqadimi?
8. Ko'zlagan maqsadlaringizni amalga oshirishga to'siq bo'lsa, siz ulardan osongina chekinasizmi?
9. O'zingizdan katta yoshdagi kishilar bilan osongina muomilaga o'ta olasizmi?
10. Siz o'z do'stlaringiz bilan qiziqarli o'yinlar va vaqtixushlik o'ylab chiqish va tashkil qilishni yaxshi ko'rasizmi?
11. Sizga yangi davraga kirishib ketish qiyinmi?

12. Bugun qilinadigan ishlarni boshqa kunlarga tez-tez qoldirib turasizmi?
13. Notanish odamlar bilan muomilaga kirish sizga oson bo'ladimi?
14. Do'stlaringiz sizni fikringiz bilan ish tutishga intilasizmi?
15. Yangi jamoaga o'rganish sizga osonmi?
16. Do'stlaringiz o'ziga olgan majburiyatlarni bajarishmasa sizda ular bilan kelishmovchilik chiqmasligi rostmi?
17. Qulay vaziyat bo'lib qolsa, siz yangi kishilar bilan tanishishga va suhbatlashishga intilasizmi?
18. Muhim ishlarni bajarishda tashabbusni ko'pincha o'zingiz qo'lingizga olasizmi?
19. Arofdagi odamlar sizni bezovta qiladimi va siz yolg'iz qolishni hohlaysizmi?
20. Siz noma'qul vaziyatda yaxshi tushinishingiz rostmi?
21. Sizga xar doim odamlar ichida bo'lish yoqadimi?
22. Bilmagan ishlaringizni bitira olmasangiz bezovta bo'lasizmi?
23. Yaxshi odamlar bilan tanishayotganda o'zingizda qiyinchilik xayajon, tortinish xis qilasizmi?
24. Do'stlaringiz bilan tez-tez bo'lgan muloqotda toliqasizmi?
25. Jamoa o'yinlarida ishtirok etishni yaxshi ko'rasizmi?
26. Do'stlaringizga tegishli bo'lgan muammolarni yechish uchun tez-tez o'z tashabbusingizni ko'rsata olasizmi?
27. Siz yaxshi tanimagan odamlar orasida o'zingizni erkin tuta olmasligingiz rostmi?
28. Siz o'z xaqligingizni isbotlash uchun kamdan-kam intilishingiz rostmi?
29. Yaxshi tanimagan doiraga jonlanish kiritish, siz uchun uncha qiyin emas deb o'ylaysizmi?
30. Siz jamoat ishlarida qatnashasizmi?
31. Siz o'z tanishlaringiz sonini bir necha odamlar bilan cheklashga intilasizmi?

32. Agar do'stlaringiz fikringizni birdaniga qabul qilishmasa, siz fikringizni himoya qilish uchun intilmasligingiz rostmi?
33. Siz notanish odamlar davrasiga tushib qolsangiz o'zingizni erkin tutasizmi?
34. Siz xar gal tadbirlar tashkil qilishga hoxish bilan kirishasizmi?
35. Katta gurux oldida so'zlaganda o'zingizni dadil va bosiq tutmasligingiz rostmi?
36. Siz ishga doir uchrashuvlarga tez-tez kechikib borasizmi?
- 37 Do'stlaringiz ko'pligi rostmi?
- 38 Do'stlaringiz ichida e'tibor markazida tez-tez bo'lib turasizmi?
39. Yaxshi tanimagan odamlar bilan muloqotda bo'lganda siz o'zingizni tez-tez noqulay va xijolatli tutasizmi?
40. Do'stlaringizni katta davrasida o'zingizni uncha dadil xis qila olmasligingiz rostmi?

DESHIFRATOR

Kommunikativ qobiliyatlar.

1	+	11	-	21	+	31	-
3	-	13	+	23	-	33	+
5	+	15	-	25	+	35	-
7	-	17	+	27	-	37	+
9	+	19	-	29	+	39	-

DESHIFRATOR Tashqilotchilik qobiliyati

2	+	12	+	22	+	32	+
4	-	14	-	24	-	34	-
6	+	16	+	26	+	36	+
8	-	18	-	28	-	38	-
10	+	20	+	30	+	40	+

Natijalarni qayta tanishash:

1. Tekshiriluvchilarni javoblarini deshifrator bilan solishtirib, kommunikativ va tashqilotchilik qobiliyatlariga to'g'ri kelganini hisoblab chiqing.
2. Kommunikativ (K.k) va tashkilotchilik (K.t) qobiliyatlarni baholash koeffitsientini quyidagi formula orqali hisoblab chiqing.

$(K.k) = \text{to'g'ri kelgan javoblar soni} \times 1.05$

$(K.t) = \text{to'g'ri kelgan javoblar soni} \times 1.05$

Masalan: Tekshiriluvchining kommunikativ qobiliyatlari deshifrator bilan to'g'ri kelgan javoblar soni 18 deb olaylik tashkilotchilik qobiliyatlari va deshifrator bilan to'g'ri kelgan javoblar soni 15 deb olaylik. Demak kommunikativ qobiliyatni baholash koeffitsienti quyidagiga teng.

$(K.k) = 18 \times 0.05 = 0.90$

Tashkilotchilik qobiliyatini baholash koeffitsienti

$(K.t) = 15 \times 0.05 = 0.75$

Shu metodikalar orqali olingan ko'rsatkichlar 0-1 o'zgarishi mumkin. 1 ga yaqin ko'rsatkichlar kommunikativ yoki tashkilotchilik qobiliyatlarini yuqori darajasini bildiradi. 0 ga teng ko'rsatkichlar past darajasini bildiradi. Ko'rsatkichlarni sifatli baholash uchun olingan koeffitsientlarni baholash bilan solishtirib chiqish mumkin.

Kommunikativ va tashkilotchilik qobiliyatlarini baholash shkalasi Kk Kt baho qobiliyatlari ifodalanish darajasi.

Kk	Kt	Baho	Qobiliyatlarni ifodalanish darajasi
0.10-0.45	0.20-0.55	1	Past
0.46-0.55	0.56-0.65	2	O'rtadagi past
0.56-0.65	0.66-0.70	3	O'rta
0.66-0.75	0.71-0.80	4	Yuqori
0.76-1.00	0.81-1.00	5	Juda yuqori

Natijalarni taxlil qilishda parametrlarni ko'zda tutish kerak:

1. Baho olgan tekshiriluvchilar kommunikativ va tashkilotchilik qobiliyatlari past darajasi bilan ta'riflanadi.
2. Baho olgan tekshiriluvchilarni kommunikativ va tashkilotchilik qobiliyatlari o'rtadan pastda ta'riflanadi. Ular muloqotga intilishmaydi, ya'ni jamoada o'zlarini erkin tuta olmaydi, vaqtini yolg'iz o'tkazishni afzal ko'radi. O'zlarini tanishuvlarini chegaralab qo'yadi. Odamlar bilan muloqot o'rnatishga va auditoriya oldida gapirishga qiynaladi, o'z fikrini ximoya qila olmaydi, ko'p ishlarda mustaqil qaror qabul qilishda o'zlarini chetga tortishni afzal ko'radi.
3. Baho olganlar tekshiriluvchilarni kommunikativ va tashkilotchilik qobiliyatlari o'rta darajada deb hisoblanadi. Ular odamlar bilan muloqot o'rnatishga intiladi, o'zlarini tanishuvlarda chegaralamaydi, o'z fikrlarini ximoya qila oladi, ishlarini rejalashtiradi, lekin qobiliyatlarini yo'qori to'rg'unlik bilan ta'riflab bo'lmaydi. Bunday guruxdagi odamlarda kommunikativ va tashkilotchilik qobiliyatlarini rivojlantirish uchun katta va jiddiy tarbiyaviy ishlar olib borish kerak.
4. Baho olgan tekshiriluvchilarning kommunikativ va tashkilotchilik qobiliyatlari yo'qori darajada deb hisoblanadi. Ular yangi vaziyatlarda o'zini yo'qotmaydi, do'stlarini tez-tez topadi, tanishuvlar darajasini xar doim kengaytirishga intilishadi, jamoat ishlari bilan shug'ullanadi, yaqinlari va do'stlariga yordam beradi. Jamoat tadbirlarini tashkil qilishda qatnashadi, og'ir vaziyatda mustaqil qaror qabul qila oladi. Aytilib o'tilgan gaplarni ular majburiy emas, o'z ichki intilishlari bilan bajaradilar.

5. Baho olgan tekshiriluvchilarni kommunikativ va tashkilotchilik qobiliyatlarlari juda ham yo'qori darajada deb hisoblanadi. Ular muloqot va tashkiliy faoliyatga katta ehtiyoj sezadilar va shunga faol intiladilar, og'ir vaziyatlarda tez yo'l topa oladilar, yangi jamoada o'zlarini erkin tutadilar. Tashabbuskor, muhim ishda yoki murakkab vaziyatda mustaqil faoliyat yuritishni afzal ko'radilar, o'zlarini fikrlarini ximoya qila oladilar, do'stlari ularni fikrlari bilan ish tutishga intiladilar, notanish davralarga jonlanish kirita oladilar, xar xil o'yinlar tashkil qilishni yaxshi ko'radilar. O'zlarini kommunikativ va tashkilotchilik faoliyatlarini qoniqtiradigan ishlarini izohlab beradi.

J A V O B V A R A Q A S I :

FAMILIYA VA ISM: _____

TASHXIS O'TKAZILGAN VAQT: _____

1	2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31	32
33	34	35	36	37	38	39	40

II. PROEKTIV METODIKALAR.

II.1. SURAT TESTI ASOSIDA ODAM XARAKTERI TAXLILI.

Odam chizgan rasm mantiqiy, natija, xulosalardan emas, rasmning ma'nosini, chizuvchining dunyoqarashi, hayotga bo'lgan munosabati, uning mantiqiy istedodi va kechinmalarini anglatadi, o'sha to'g'risida ma'lumot beradi. Rasmlarni o'rganib chiqib, insonlarni asosan 8 tipdagi xarakter-xususiyatlarga bo'lish mumkin.

Tip - insonning xarakteristikasini aniqlaydi. Masalan, lider (boshqaruvchi) tipiga moslashgan yoki o'rinbosar tipiga moslashgan xarakter egasi va xokazolar. Rasmlarni o'rganib chiqish jarayonida unda tip u yoki bu tug'ma xislarning ustunligi, temperament, ruhiy xolatni tekshirishda aniq, muhim xulosalarga asoslanganligi isbotlangan.

Grafolog Enn Maxoni ilk bor rasm orqali inson xarakterini o'rganishda geometrik shakllar: uchburchak, to'rtburchak yoki kvadrat, aylanalardan foydalanish kerakligini tushuntirgan. Uning fikr va g'oyalari ko'plab shu bo'yicha o'tkazilgan tadqiqot ishlarida aniq va to'g'ri javoblarini topgan.

Xo'sh, shunday qilib, Enn Maxoni taklif qilgan figuralar qanday ma'noga ega?

Aylana - maqtanish, maqullash, sezuvchanlik, sezgirlik, do'stlik, o'ynoqilik, sho'xlik, quvonch kabi jarayonlar ko'p kuzatiladi.

Bu figura «yumshoqlik», «noziklik» simvoli bo'lib, unda asosan ayollarga xos bo'lgan xususiyatlar aks etiladi.

To'rtburchak — bexavotirlik, mantiqiy xarakterlarning ustunligi, xoxish-istaklarni birinchi darajaga qo'yish va mustahkamlash, bunda erkak va ayollarga xos belgilar bir xil kuzatiladi.

Uchburchak - tajovuz, bosqinchi, qat'iy bir fikrga keluvchi, shuxratparastlikni ustun qo'yuvchi (ba'zi xollarda juda kuchli darajada) insonlarga xos xususiyatlar kiradi.

Uchburchak - «bosqinchi» figura deb ham yuritiladi. Unda asosan erkaklarga xos bo'lgan xususiyatlar kuzatiladi.

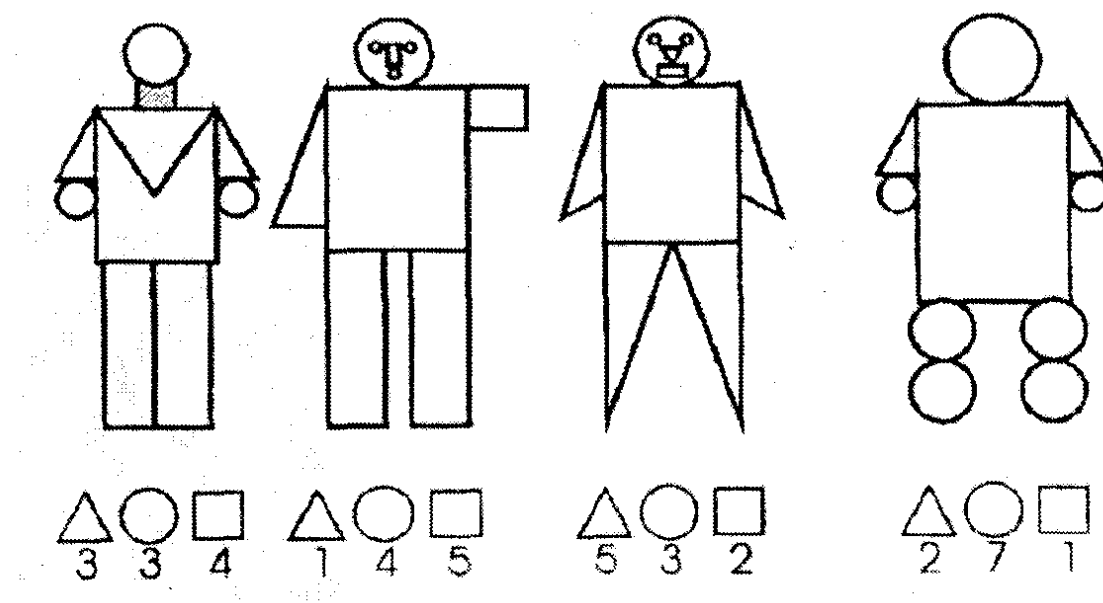
O'NTA GEOMETRIK FIGURALARDAN TUZILGAN ODAM

Testning maqsadi: Insonning individual xususiyatlari, ko'rinishlarini aniqlashtirish.

Vazifa: Odam rasmini chizing. Unda geometrik shakl – uchburchak, to'rtburchak aylanalar ishtirok etishi kerak. Odam faqat shu figuralardan iborat bo'lishi kerak unda boshqa shakllar qatnashmasligi lozim. Eng asosiysi, bu geometrik shakllar soni jami 10 ta bo'lsin (ya'ni odam 10 ta geometrik shakllardan tuzilgan bo'lishi kerak) o'ndan ortiq va kam bo'lmasligi shart!

Kerakli ashyolar: Bu testni bajarish uchun 10x10 santimetrdagi oq qog'oz kerak bo'ladi. Xar bir oq qog'oz tartib raqami bilan belgilanadi. Xuddi shunday 3ta varaqda vazifada ko'rsatilgandek bajariladi.

Ashyolarni o'rganish: xar bir rasm alohida tekshiriladi. Rasmda ishtirok etgan



geometrik shakllar (uchburchak, turtburchak, aylana soni alohida sanalib, shakllar soni uch xil belgilanadi.

Uchburchak - 3 ta.

Aylana - 3 ta.

To'rtburchak - 4 ta.

Endilikda chiqqan miqdorga binoan inson xarakteri ifodalanadi. (334) kabi.

1 tip. Boshliq boshqaruvchi

Bunga: 901, 910, 802, 811, 820, 703, 712, 721, 730, 604, 613, 622, 631, 640 lar kiradi.

Qattiqqo'l boshliqlar: 901, 910, 802, 811, 820.

Vaziyatdagi boshliqlar: 703, 712, 721, 730.

Ta'lim-tarbiya boshliqlari: 604, 613, 622, 631, 640.

Bu tipdagi insonlarda asosan o'zini ustun qo'yish, liderlikka intilish yaqqol ko'zga tashlanadi. Ko'proq xolerik temperament egasi hisoblanadi. O'zining jamiki g'ayratini asosan ijtimoiy sohadagi juda muxim masalalarni taxlil qilish va o'rganishga qaratadi. Yaxshi suhbatdosh, yoki ma'ruzachi ham bo'lishi mumkin. O'qituvchilik kasbida yuksak muvaffaqiyatlarga erishadi. Tashkiliy va boshqaruvchanlik faoliyatida asosan juda layoqatli. Boshqaruvchanlik sohasida aqlli, farosatli va o'ylab ish qiladigan xususiyatga ega. Ko'proq yashil rangni yoqtiradi. (M.Lyusher testi bo'yicha). Ular daraxt testida esa archa rasmini solishadi.

2 tip. Mas'ul bajaruvchi. (ongli, tez qabul qiladigan)

Bunga quyidagi sonlar kiradi: 505, 514, 523, 532, 541, 550. Odatda 1 tipdagi boshqaruvchanlik xususiyatiga ega bo'ladi, biroq qaror qabul qilayotganda ikkilanadi. Bu toifa kishilar boshqalardan ko'ra o'sha soxani mukammal o'rganish, o'z ishini ustasi bo'lib, faol mehnat qiluvchi inson hisoblanadi. Juda mas'uliyatli, o'ziga va boshqalarga nisbatan talabchan, xaqiqatparvar. Erkinlikni ustun qo'yadi, insonni qadr-qimmatini e'zozlaydi. Bunday toifadagi insonlar odatda juda ko'p ishlaydi, mehnat qiladi va xatto buning natijasida ba'zan o'z ishlaridan beziy boshlaydi. Ishdan zerikish ruxiy jarayon bilan bog'liq bo'lib, bu xususiyat ularni tark etmaydi.

3 tip. Vaximachi va hadiksirovchi.

Ushbu tipga tegishli sonlar: 406, 415, 424, 433, 442, 451, 460. 415-asosan shoirona, ijodiy iste'dod egalari hisoblanadi. Bu tilda iste'dodli, salohiyatli va uddaburonlik xususiyatlari ko'p kuzatiladi. Biroq bu insonlar o'z iste'dod, xususiyatlarini ma'lum bir aniq yo'nalishda rivojlantirishda qiynaladilar. Shuning uchun ham bu insonlarga bir kasb kamlik qiladi va ular o'z imkoniyatlarini boshqa soxalarda sinaydilar, xatto umuman qarama-qarshi yo'nalishlarda faoliyat olib borishi mumkin. Masalan, texnika bilan ishlovchi kishi birdan psixologiya bilan shug'ullana boshlaydi. Ba'zan bu tipdagi insonlar o'z qiziqishlari, xobbilarini ikkinchi kasb ham qilib oladilar. Jismonan tartibsizlik va ifloslikni umuman yoqtirmaydilar, odatda aynan shu tufayli boshqalar, atrofdagilar bilan bahslashib, urushib qoladilar. Ko'p xollarda o'zlariga ishonmaydilar, birovning muloyimligi, rag'batiga ehtiyoj sezadilar. Ularni begonalarning e'tibori va mukofoti, rag'bati ko'nglini to'ldirib turadi. 424-asosan vijdonli, halol va tartibli mehnatkash insonlarga xos xususiyatlarni ifodalaydi. Bu kabi insonlar yomon ishlaymaydilar va boshqalardan ham shuni talab qiladi.

4 tip. O'qimishli, ziyoli.

Bunga 307,316,325,334,343,352,361,370 lar kiradi. Bu tipga kiruvchi insonlarda taxlil qilish qobiliyati kuchli. Uni o'rab to'rgan atrofdagi insonlarga bizni o'rab turgan dunyoning aniq modellari mavjudligini tushuntirishga intiladi. Hayotda esa o'zining aniq to'g'ri qonun, qoida, teoriylariga ega. Bu insonlarda asosan, doimiy izlanish, tadqiqot ishlarini olib borish xususiyati kuchli. Insonni ruhan tushunuvchi, samimiy va ruxiy muvozanatni saqlab turuvchi insonlar ham sanaladi. Ularning xatti-harakatlari puxta o'ylab topilgan va aniq maqsadlarga muvofiqlashtirilgan. 316 global, dunyoviy qoidalarni yaratish, ishda ma'lum murakkab koordinatsiyalar yaratishga asoslangan. 325 esa qisman ijtimoiy hayotga e'tibor qaratgan, lekin, tibbiyot, biologiya va sog'liq salomatlik sohalarini ayniqsa kuchli izlanuvchan insonlardir.

5- tip. Intuitiv.

208, 217, 226, 235, 244, 253, 262, 271, 280 sonlari bilan xarakterlanadi. Bu tipdagi insonlar kuchli tasavvur va juda ta'sirchanligi bilan ajralib turadi. Ular har narsani o'zlariga tez qabul qiluvchi hamdir. Shu sababdan bu insonlarda ruhiy zo'riqish tez-tez sodir bo'ladi va albatta buning natijasida insondagi energiya ko'p sarflanishi kuzatiladi. Bu xolatga tez-tez tushib qolmaslik uchun, yaxshisi bu insonlar o'z yo'nalishlari, qiziqishlari va g'ayratlarini boshqa tomonlarga ham yo'naltirishlari maqsadga muvofiq. Odatda bu kabi insonlar hayotda omadsizlar, mashaqqat chekkanlarga ko'maklashadi, umuman yordamga muxtoj insonlardan o'z yordamini hech qachon ayamaydi. O'zining ichki dunyosiga ega. Bu insonlarda ayniqsa bosh miya faoliyati va qo'llar yaxshi ishlaydi. Texnik ijodni sevadi. O'zini doimo nazorat qilib tura oladi. Uning erkinligini bo'g'ib qo'yuvchilarni yoqtirmaydi.

235-asosan professional psixolog yoki psixologiyaga kuchli qiziqishlari bor insonlar bilan xarakterlanadi.

244-bular yozuvchi, adib va badiiy ijodiyotga qiziquvchilarga xos.

217-kashfiyot, ijrochi yoki ixlosmandlariga tegishli xususiyatlarga xos.

226-bu kabi insonlar o'z oldilariga juda yo'qori maqsaddar qo'yishadi. Bunga asosan o'zlariga xaddan ortiq ishonishlari va o'zlariga nisbatan shafqatsiz munosabatda bo'lishlari sabab bo'ladi.

6 –tip. Intellektual odam.

Sonlar: 109, 118,127, 136, 145, 019, 028, 037, 046. Odatda bu insonlar tug'ma kuchli ta'ssurot egalari hisoblanadi. Biroq ular orasida ijodiy intellektual, rassom va faylasuflar ko'p. Bu turdagilar o'z ichki dunyolariga asoslanib

yashovchi odamlardir. O'z xissiyotlari, xulosalari, ruhiyati bilan ishlaydilar. Xudojo'y hamdirlar. Sirtidan cheklashlarni yomon ko'radi, biroq o'zi ko'p narsani cheklab qo'yadi barcha qarashlar, hodisalarga o'zining fikr, g'oyalariga ega va asosan o'z g'oya, xulosalari bilan shug'ullanadi.

019-asosan auditoriyani o'ziga jalb eta oladiganlarda ko'p uchraydi.

118-ixtirochi, yaratuvchi va konstruktorlik xususiyatlari mavjud insonlarga xos.

7- tip. Raqobatchi.

Sonlar: 550, 451, 460, 352, 361, 370, 253, 262, 271, 280, 154, 163, 172, 181, 190, 055, 064, 073, 082, 091. Bu tipdagi insonlar boshqa insonlarga nisbatan xissiy ta'sir etishi kuchliligi bilan izohlanadi. Ular odatda insonlarga achinish, ko'ngliga taskin berish, dardiga sherik bo'lish kabi odatlarni tez-tez namoyon qiladi. Ba'zan xatto kino yoki teatrni ko'rib yig'lab olishadi. Biror kishining noxaqligi yoki shu turdagi insonlarga nisbatan qilgan qo'polliigi uzoq vaqt uni ta'qib qiladi. Ya'ni u shu noxaqlik va qo'pollikning ta'sirida yuradi. Birovning dardini xuddi o'zining dardi singari qabul qiladi, uning ruxi tushadi. Buning natijasida, qayg'urish uning bor energiyasini susaytiradi. Shuning uchun, birovlarining dardini o'ylab, o'zining muhim ishlarini xal qilolmay yana qiynalib yuradi.

Bu turdagi insonlar kuchli boshqaruvchi bo'la olmaydi, ular juda bo'sh va zaif boshliqlardir. Mabodo boshliq bo'lib qolgan taqdirda muhim ish qolib ketib, ishchilarining ruhiy dardini, mashaqqatlarini o'ylay boshlaydi.

8 -tip. Raqobatbardosh. Biroq raqobatchi emas.

Sonlar: 901, 802, 703, 604, 505, 406, 307, 208, 109. Bu kabi insonlar birovning dardini xis qilmaydi, yoki umuman undaylarga e'tiborini qaratmaydi. Aksincha, azob chekayotgan insonni bosimini ko'tarib, uni ruhan ezadi. Aqlan olib qaraganda bu toifa insonlar judayam yaxshi boshqaruvchi boshliqlar, chunki ular qo'li ostidagi ishchilarini o'z hoxish va qoidalariga moslab tartibga chaqira oladi. Agarda u yana o'z ishining yetuk mutaxassisi bo'lsa, o'sha kollektiv juda faol, unumli bo'ladi. Biroq ko'p hollarda juda bag'ritosh, buning natijasida o'zini nazorat qilishni eplay olmay qoladi. Agar bu tipdagi boshliqning aql-idroki past bo'lsa, kollektiv tezda zarar ko'rib, shikastlanib, oxiri sinadi. Chunki bunday insonlar juda beshavqat bo'ladi va noxaq ishchilarga tazyiq o'tkazadi.

Testga izoh

Ushbu metodikaning nisbatan ishonchsizligiga qaramay, mazkur metodika psixokonsultant bilan mijoz o'rtasida yaxshi aloqa vositasi bo'lishi mumkin. Individual tavsif berish chog'ida quyidagi savollarni berishni o'rinli deb hisoblaymiz. (odatda tasdiq javobi beriladi):

- Bo'yin bo'lsa, - ko'ngli nozikmisiz? Sizni hafa qilish osonmi?

- Quloq bo'lsa, - sizni eshitishni biladigan odam deb hisoblashadi-mi?
- Cho'ntak bo'lsa - bolalaringiz bor-mi?
- Agar rasmda bosh kiyimi bo'lsa - kimgadir majburan yon bosib, endi afsusdamisiz?
- Agar rasmda ham bosh kiyimi bo'lsa - o'zingizni qo'lingiz bog'liqday, chorasizday xis qilayapsizmi?
- Yuz to'liq chizilgan bo'lsa - muloqotchan odammisiz?
- Og'iz kattaroq bo'lsa - Sergapmisiz?
- Burun kattaroq bo'lsa, hidga sezgirmisiz? Atirni xush ko'rasizmi?
- Odamcha tanasida aylanalar bo'lsa kimgadir buyruq berish majburiyatingiz bormi?

II.2. Psixogeometrik test: «Kimsiz: kvadrat, aylana, to'rtburchak uchburchak zigzag?»

Ushbu test shaxsga aloqador bir qancha muhim xarakterologik sifatlarni aniqlashga imkon beradi. Tavsiya etilgan geometrik figuralardan qaysi biri sizga yaqinligini belgilang va unga 1 raqami qo'ying. Qolganlarni ham yoqishiga qarab, 5 gacha baholab chiqing. Endi sizga xos bo'lgan psixologik xususiyatlar va fazilatlarni bilib oling.

Kvadrat. Hayotiy kadriyatlari: tartib, ish, an'analar, obro'.

Asosiy psixologik xususiyatlari: Ijobiylari — tartiblilik, intizom, o'z vaqtida ishlarni bajaradigan, ozoda-pokiza, qonunga bo'ysinuvchi, mehnatsevar, chidamli, tirishqoq qat'iyatli, qarorlari qat'iy, so'zining ustida turadigan, halol, oqil, aql bilan ish ko'radigan, bosiq tejamkor, pishiq.

Salbiylari-ko'ngliga har xil fikrlar keladigan, biryoqlama, pedant, o'ta talabchan, mayda-chuydaga ham e'tibor beradigan, jiddiy, chidamli, qaysar, konservativ, yangilikdan cho'chiydigan, fantaziyasi kambag'al, pismiqroq pishiq.

Uchburchak. Asosiy qadriyatlari: hokimiyat, liderlik amal, mavqe, g'alaba, manfaat.

Asosiy psixologik sifatlari: Ijobiylari — yaxshi lider, o'ziga mas'uliyatlarni oladigan, har narsada asosiy, mohiyatni ko'ruvchi, kuchini safarbar qila oladigan, galabaga erisha oladigan, o'ziga ishonchli, qatg'iyatli, tavakkalchi, g'ayratli, to'g'riso'z, xissiyotlari boy, aqlli.

Salbiylari-egotsentrik xudbin, nazorat qilishni yaxshi ko'radigan, O'zgacha fikrlarga toqatsiz, ishga o'ta beriluvchan, har narsadan manfaat qidiradigan, qaysar, impulsiv, beshafqat, toqatsiz, qo'pol, rahmsiz, achchig'i tez, zaxarxanda.

Aylana. Asosiy qadriyatlar: insonlarga hizmat qilish, oila baxti va manfaati, bolalar, muloqot.

Asosiy psixologik xususiyatlari: Ijobiylari — muloqotga extiyoj, Kirishuvchanli hammabop, mehribon, g'amxo'r, sadoqatli, kuchli ijtimoiy intuitsiyaga ega,

empatiya xissi kuchli, bag'ri keng, qo'li ochiq xisssiyotlarga beriluvchan, bosiq yuvvosh, kechirimli, janjaldan yiroq yuruvchi.

Salbiylari: o'zgalar fikriga tobelik betartib, o'ta yumshoq talabchan emas, qat'iyatsiz, narsalarni ayamaydigan, laqma, sentimental, ko'ngli bo'sh.

To'rtburchak. Asosiy qadriyatlari: o'zgarish, dinamika, ishqibozlik.

Asosiy psixologik xususiyatlari: Ijobiylari — intiluvchan, yangilikni qidiradigan, qiziquvchan, yaxshi ta'lim oladigan, ziyrak sezgir, ishonuvchan, empatiyaga xos, samimiy, dadil, yaxshi "o'yinchi".

Salbiylari: Qat'iyatsiz, qarorlari mavhum, ish va so'z birligi yo'q engiltak ishonuvchan, emotsional beqaror, sodda, o'ziga bahosi past, lanj, unutuvchan, kechirimli.

Zigzag. Asosiy qadriyatlari: erkinlik ijod, o'zgarish.

Asosiy psixologik xususiyatlari: Ijobiylari — yangilik ijodga intilish, bilishga chanqoqlik g'alayonchi, hayolparast, optimist, kelajakka intilgan, ruhi tetik ekspressiv, tashabbuskor, aqlli.

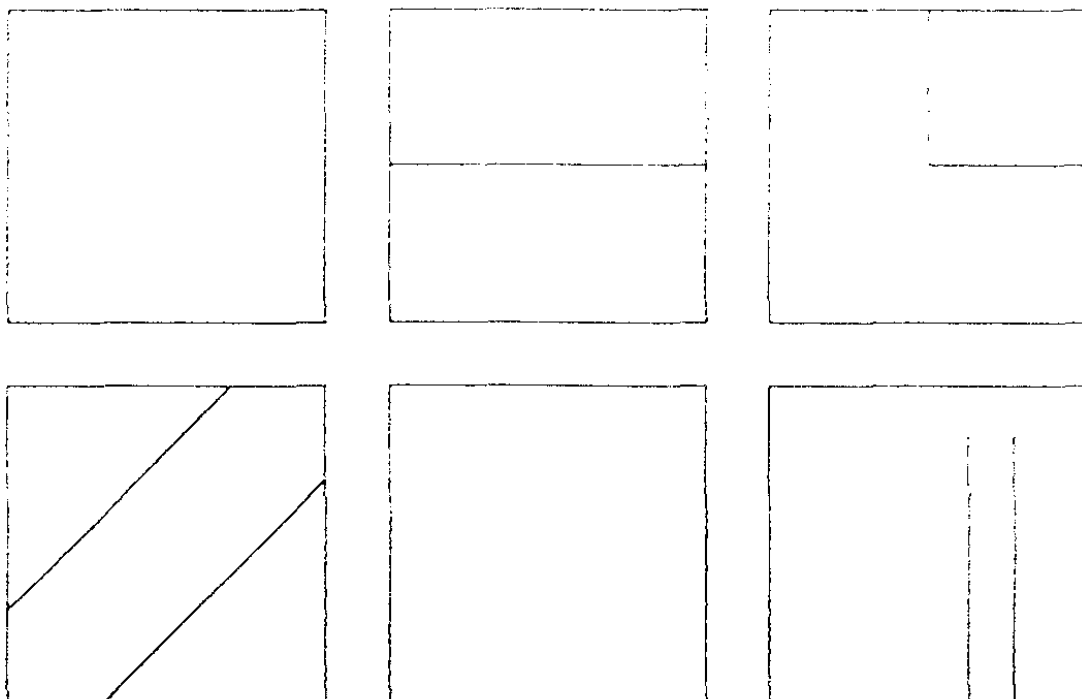
Salbiylari: tartibsizlik qo'nimsizlik o'zgaruvchanlik individualizm, ishonchsiz, qonunlarni buzuvchi, realistik qarashning yo'qligi, subutsiz, impulsiv, o'zini namoyishkorona ko'rsatadigan, zaxar, kesatib gapiradigan.

Yo'qoridagi test o'z-o'zini tahlil qilish malakalarini mustahkamlaydi va o'zini o'zi tarbiyalashga yordam beradi.

II.3. «Siz qanday odamsiz?» testi

O'z xaqingizda bilmoqchimisiz? Unda ko'p o'ylab o'tirmay quyidagi kvadratlardan har biriga hoxlagan rasmni chizing.

Rasmlarning sifati axamiyatli emas.



Chizib bo'lgan bo'lsangiz. endi natijalarni tahlil qilamiz.

Birinchi kvadrat - sizni maqsadga intiluvchanligingizni bildiradi. Agar kvadrat ichidagi nuqta siz chizgan figuraning markazi bo'lsa, sizning hayotdagi asosiy maqsadingiz bor. Puhta rasm fonida. manzarada yo'qolib ketsa. Siz xuddi hayotdagi asosiy maqsadingizni topa olganlingizcha yo'q.

Ikkinchi kvadrat - sizni boshqa odamlar ta'siriga beriluvchanligingiz, qaror qabul qilishda qanchalik mustaqil ekanligingizni bildiradi. Agar siz yana bir shunday to'liq chiziq chizgan bo'lsangiz. siz tez ishonuvchan. beriluvchan odamsiz. Kvadrat o'rtasidagi chiziqqa e'tibor bermasdan rasm chizilgan bo'lsa. demak siz o'z fikringizga egasiz,. mustaqil qaror qabul qila olasiz.

Uchinchi kvadrat - oilangizga bo'lgan munosabatingizni bildiradi. Agar chizgan rasmingizning ko'proq qismi burchakdagi kichkina kvadratchaga jamlangan bo'lsa. sizning uyingizda yoqimli muhit hukm suradi. Rasm kvadratcha yaqinlashmasa, ahvol yaxshi emas.

To'rtinchi kvadrat - muloqotchanligingizni. Jamoaga munosabatingizni ko'rsatadi. Agar qandaydir chiziqlar bilan ikkita diagonalni birlashtirgan bo'lsangiz, demak muloqot sizning faoliyatingizda asosiy o'rinda.

Beshinchi kvadrat - sizni yoki mavxum tafakkur yuritishingizdan dalolat beradi. Agar odam qandaydir naqsh yoki geometrik shakl chizsa u mavxum tafakkurli, mabodo qandaydir bir predmet, hayvon yoki odam rasmini chizsa. aniq tafakkurga ega bo'ladi.

Oldinchi kvadrat - sevgi-muxabbat va intim munosabatga bo'lgan qiziqishingizni bildiradi. Parallel chiziqlarga nisbatan qanchalik ko'p qarama-qarshi chiziqlar chizilgan bo'lsa, qanchalik ko'p bezatilsa shunchalik bu masalaga qiziqishingiz ko'p. Agar parallellarga qarama-qarshi chiziqlar yo'q bo'lsa, qiziqish ham yo'q.

II.4. Siz yoqtirgan rang va sizning xarakteringiz.

Ayollar va erkaklar bitta yoki ikki-uch rangni afzal ko'radilar. Rangni idrok etish vaqt o'tishi bilan o'zgarishi ham mumkin. Biroq xar qanday holatda ham siz yoqtirgan rang xarakteringiz va emotsional xolatingiz haqida xabar beradi. Ta'kidlanishicha, to'q ranglar (ko'k yashil va ularga o'xshash) deb ataluvchi ranglar xotirjamlik noziklik g'amg'inlik och ranglar kuch, xokimiyat, faollik quvonch ramzidir.

Ushbu test asosida keltirilgan muloxazalarga qarab, xar birimiz o'zimiz uchun zarur xulosalarni chiqarib olishimiz mumkin.

Oq rang - barcha ranglarning sintezi hisoblanadi, chunki u «ideal» rang, «orzular rangi»dir. Unda bir necha ma'no mujassamlashgan. Oq rang bir vaqtning o'zida yorug'lik jilvasi xamda muz xaroratini aks ettiradi. Ushbu rangni inson xarakteridan qat'iy nazar afzal ko'rishi mumkin, chunki u o'zidan hech kimni itarmaydi.

Qora rang - oq rangning aksi. Ushbu rang hayotni qayg'uli idrok etish ramzi, ishonchsizlik rangidir. Qora rangli liboslar kiyishni yoqtiruvchi kishilar ko'pincha hayotni to'q ranglarda idrok etadilar, o'zlariga ishonchni xis qilmagan ruhiyatini tez-tez almashtirib turish tushkunlik kayfiyatining ko'pincha o'zgarib turishidan dalolatdir.

Kul rang - biror qaror qabul qilishdan avval ko'p o'ylaydigan, muloxazalilik va ishonchsizlik xos bo'lgan kishilarning sevimli rangidir. SHuningdek kul rang o'zini ko'rsatishdan cho'chiydiganlar afzal ko'radigan neytral rangdir. Kul ranglar, baxtsiz, depressiyaga moyil bo'lib, hayotda ideallariga erishishga shubxa bilan qaraydilar. Qora rangli kostyum yoki ko'ylakni ancha yorqin, ko'zga tashlanadigan salbiy munosabat esa impulsiv, yengil tabiatli xarakter ko'rsatkichidir.

Qizil rang - extiroslar rangi. Bu mard, irodali, hokimlikka moyil, beqaror, fidoiy, muloqotchan kishilarning afzal ko'ruvchi rangidir. Bu rangni yoqtirmaydiganlarga ko'pincha nomukammallik kompleksi, janjaldan qo'rqish, yolg'izlikka intilish xos, munosabatlarda barqarorlikka intilishdan jabr ko'radilar.

To'q sariq - yaxshi rivojlangan intuitsiyaga ega bo'lgan hamda extirosli, xayolparast kishilar yoqtiradigan rang. SHu bilan birga bu rang munofiqlik ikkiyuzlamachilik mug'ombirlik timsoli xisoblanadi.

Jigar rang (yer rangi) - va uning barcha turlarini qatiyatli, o'ziga ishongan odamlar afzal deb biladilar. Ular an'analar xamda oilalarni kaqrlaydilar. Bu rang

xudbin, o'zini yaxshi ko'radigan, pisman kishilar uchun yoqimsiz rang xisoblanadi. Bunday odamlarning ochilishi juda qiyin bo'ladi.

Sariq rang-xotirjamlik ziyolilik odamlar bilan munosabatda erkinlik timsolidir. Qoidaga ko'ra, bu rangni muloqotchan, bilimlarga qiziquvchan, mard, sharoitlarga yengil moslashuvchan xamda boshqalarga yoqimli bo'lish imkoniyatidan zavqlanadigan kishilar sevadilar. Ushbu rang odatda jiddiy, pessimistik kayfiyatda bo'lgan, tanish-bilishlik o'rnatish qiyin bo'lgan kishilarga yoqmaydi.

Och yashil rang - bu rang odamlarni yoqtirmaydiganlar va beadablik rangi. U faqat xukmdor, o'z irodasini boshqalarga singdirishga intiluvchan, biroq o'zi xarakat qilishga qo'rqadigan, murakkab vaziyatlarga xarakat qilishdan qochuvchi kishilarga yoqadi.

Pushti rang - bu xayot va butun tiriklik rangi bo'lib, u hammaga sevis va oq ko'ngil bo'lishga undaydi. Uni sevuvchi kishilar arzimagan sabablarga ko'ra xayajonlanishga moyildirlar. Bu rang xisob-kitobli (pragmatik) kishilarni asabiylashtiradi.

Binafsha rang - kuchli emotsionallik ta'sirchanlik yuksak ma'naviylik ruxan ko'tarinkilikni va xushmuomalalikni bildiradi. Uni qabul qilmaslik kuchli rivojlangan burch xissi, bugungi kun bilan yashash istagi belgisidir. Bu garmonik rivojlangan odamlarning tipik rangidir.

Ko'k rang - bu osmon rangi bo'lganligi uchun uni odatda odamning ruxan ko'tarinkiligi va pokligi bilan bog'lashadi. Agar bu rang yoqsa, jiddiylik va melanxoliyani bildiradi. Bunday odam tez - tez dam olib turish kerak chunki u tez va oson charchaydi. Unga atrofdagilarning ishonch xissi, yaxshilik tilashlari juda muxim. Bu rangni yoqtirmaydiganlar hamma narsa qo'lidan keladiganday taassurot qoldirgisi keladigan odamlardir. Lekin, aslida u o'ziga ishonmaydiga va yopiqlik namunasidir. Bu ranga nisbatan e'tiborsizlik xissiyotlar soxasida xushmuomalalik bilan yashiringan ma'lum yengiltaklikni bildiradi.

Yashil rang - tabiat rangi, tabiiylik baxor, xayotning o'zini rangi. Bu rangni afzal biluvchilar begonalar ta'siridan qo'rqadilar, o'zini ta'kidlash yo'llarini qidiradilar, chunki bu ular uchun hayotiy zarurat. Yashil rangni yoqtirmaydiganlar xayotiy muammolardan, taqdirning burilishlaridan qo'rqadilar, umuman xamma qiyinchiliklardan vaximaga tushadilar.

III. SHAXSNI BAHOLASH METODIKALARI.

III. 1. Shaxsning muloqotga kirishuvchanligini aniqlash testi.

1. Mas'ul ishga duchor bo'lganingizda xayajonlanasizmi?
2. Axvolingiz yomon bo'lmaguncha ham shifokor chaqirmaysizmi?
3. Kutilmaganda ma'ruza qilasiz deilsa norozilik bildirasizmi?
4. Mehmonxona tayin bo'lmasa ham begona shaharga safarga borishdan bosh tortasizmi?
5. Begona kishiga kechinmalingizni so'zlaysizmi?
6. Begona odam sizdan yo'lni yoki vaqtni so'rasa g'ashingiz keladimi?
7. Har xil avlod o'rtasida xayot masalasida kelishmovchilik bo'ladi deb o'ylaysimi?
8. Bir necha oy ilgari tanishingizga bergan pulingizni so'rashga xijolat qilasizmi?
9. Kafeda sifatsiz taom keltirishsa indamay qo'yaverasizmi?
10. Vagonda bir mecha soat begona yo'lovchi bilan ketsangiz gapni birinchi Bo'l ib boshlaysizmi ?
11. Navbatda turish maqsadingizga erishish uchun zaruriyat bo'lsa xam uzundan uzoq navbat kutishdan voz kechasizmi?
12. Xodimlar o'rtasida bo'lgan majoroni hal qilishdan o'zingizni olib qochasizmi?
13. Biror adabiyot **yoki** san'at haqida gap ketsa o'z fikringizni himoya qilasizmi'?
14. Sizga yaxshi ma'lum bo'lgan masala bo'yicha noto'g'ri fikr gapirishsa jim tura olasizmi?
15. Sizdan ish yoki o'qish yuzasidan yordam so'ralsa norozi bo'lasizmi?
16. O'z fikringizni og'zaki bayon etishga imkoniyat bo'lsa xam yozma ravishda bayon etishni afzal ko'rasizmi?

Natijalar izohi.

Tavsiya etilayotgan 16 ta savolning hammasiga ochiq ko'ngillik bilan javob bering va ochkolar yig'indisini toping. Agar siz "ha" deb javob bergan bo'lsangiz - 2 ochko, «BILMADIM», «HAYRONMAN», deb javob bersangiz - 1 ochko, <YO'Q> deb javob bergan bo'lsangiz - 0 ochko bo'ladi.

Agar ochkolar yigindisi: **30-32** ochkoni tashkil qilsa, u holda siz <kommunikabelniy> emassiz, ya'ni muloqotga ehtiyoj sezmaydiz, bu xusustingizdan hammadan ham O'zingiz - jabrlanasiz, yaqinlaringizni siz bilan muomala qilishlari murakkab. Jamoa kuchini talab qiladigan ishlarni sizga topshirib bo'lmaydi. Odamlar bilan ko'proq mulotda bo'lishga intiling.

25-29 ochko yig'ilganda: Siz indamassiz, kamgapsiz, yolg'izlikni yoqtirasiz. Yangi ish, yangi muloqotlar sizni anchagina muvozanatdan chiqaradi. Sizni bu xususiyatingiz ko'pincha o'zingizga yoqmaydi. O'zingizni o'zgartirish o'zingizga bog'liq.

19-24 ochko yig'ilganda: Atrofdagilar bilan osoyishta mulotqotda bo'lasiz va notanish sharoitda o'zingizga ishonasiz Yangi masalalar sizni cho'chitmaydi. Odamlar bilan kelisha olasiz, tartishuvlarda qatnashishni unchalik yoqtirmaysiz.

14-18 ochko yig'ilganda: Siz qiziquvchansiz, sergap suhbatdoshingizni qiziqish bilan tinglaysiz. O'z nuqtai- nazaringizni jahlsiz himoya qila olasiz. Shunga qaramaya, shovqinli davralarda bo'lishni yoqtirmaysiz.

9-13 ochko yig'ilganda: Atrofdagilar bilan tez muloqatga kirishasiz, ko'plab yangi odamlar bilan tanishishni istaysiz. Qiziquvchansiz, sergapsiz, har xil masalalar bo'yicha gapirishni yoqtirasiz. Hech kimning iltimosini rad etmaysiz, har doim ham -uni bajarish imkoniyati bo'lmasada. Xammaning diqqat- e'tiborida bo'lishni istaysiz. Murakkab masalalarni hal qilishda sabr-toqat, «qat'iylik yetishmaydi. Lekin hoxishingiz bo'lsa maqsadingizga erishish uchun o'zingizni majbur qila olasiz.

4-8 ochko yig'ilganda: Atrofdagilar bilan muloqatda bo'lishga intilish sizni tinch qo'ymaydi. Siz har doim hamma yangiliklardan xabardorsiz, har qanday masala bo'yicha gapirib ketaverasiz, har qanday sharoitda o'zingizni erkin tutasiz, har qanday ishni cho'chimay, ishonch bilan boshlaysiz, vaxolanki, ko'pchilik xollarda uni oxirigacha yetkazmaysiz. SHu sababli sizning hamkasblaringiz sizga ishonchsizlik bilan qaraydi.

3 ochko yig'alganda: Sizni muloqatga bo'lgan intilishingiz kasallik xarakterini olgan. Siz ezmasiz, sizga xech qanday aloqasi bo'lmagan ishlarga aralshasiz. Mutaxassisligingizga tegishli bo'lmagan masalalar bo'yicha ham hukm chiqarmochi bo'lasiz. Jahldorsiz, tez xafa bo'lasiz, ko'pincha qat'iy va odil bo'lmaysiz. Atrofdagi odamlarning siz bilan birga bo'lishi qiyin. Ustingizda ishlash sizga xalal bermaydi, O'zingizda sabr-toqatni, o'z-o'zini boshqarishni, odamlarga hurmat bilan ' munosabatda bo'lishni tarbiyalang.

III. 2 a. SIZ QANDAY TEMPERAMENT TIPIGA MANSUBSIZ?

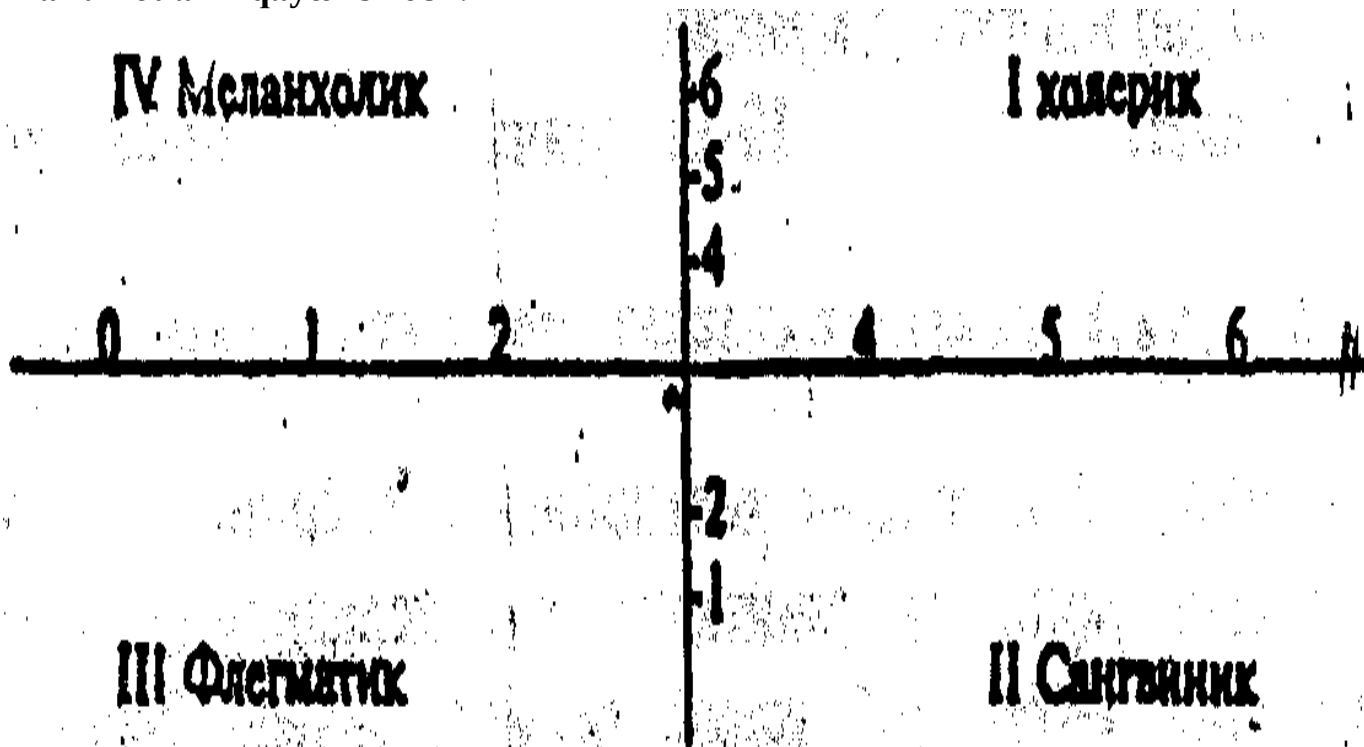
Quyida 12 ta ta'sdiq keltirilgan. Ularning har birini diqqat bilan o'qing va O'zingizga mos keladiganiga «Xa», mos kelmaydiganga «Yo'q» deb javob bering. Javob berishda ko'p o'ylamang. Eng to'g'ri javob odatda, sizning hayolingizga kelgan birinchi fikrdir.

1. Siz, odatda ishlarni oldindan rejalashtirib olib bajarasiz?
2. Biron-bir jidiy sabablarsiz, siz o'zingizni goh baxtli, goh baxtsiz (xisoblaysiz) deb xis qilasiz?
3. Tezkor xatti harakatlarni bajarishi talab qilinadigan ishlarni bajarayotganingizda o'zingizki mamnun (shod, xursand) xis qilasiz?
4. Siz biron-bir jiddiy sabablarsiz, u yoki bu kayfiyatga beriluvchansiz?

5. Biron-bir kishi bilan yangitdan tanishganigizda birinchi bo'lib tashabbusni qo'ligizga olasiz?
6. Tez-tez kayfiyatingiz yomon bo'lib turadi.
7. Siz jadal (tezkor) va qat'iy ish ko'rishga moyilsiz.
8. Diqqatingizni biron-bir ish ustida to'plashga xarakat qilasiz-u, lekin to'play olmaysiz.
9. Siz jo'shqin (beg'ayrat) kishisiz. ,
10. Siz ko'pincha bir kishi bilan gaplasha turib, boshqa kishi haqida o'ylaysiz.
11. Biron-bir kishi bilan gaplashish imkoni bo'lmaganida, siz o'zingizni noqulay xis qilasiz.
12. Siz goxida gayrat shijoatga to'la, gohida sustsiz.

Toq tasdiqlar bo'yicha «ha» yig'indisini grafikning ko'ndalang chizig'iga, juft tasdiqlar bo'yicha «ha» yig'indisini tik chizilar bo'yicha belgilang. Ko'rsatkichlaringizni koordinatini va temperamentingiz tipini aniqlang.

Ma'lumotlarni qayta ishlash:



III. 2 b MIJOZINGIZNI BILASIZMI?

Quyidagi har bir gaplardan o'zingizga mos kelganini belgilab chiqing:

1. a) betoqat. bexalovat:
b) quvnoq va xushchaqchaq:
v) sokin va sovuqqon:
g) uyatchan va tortinchoq;
2. a) sabotsiz va jahldor:
b) serxarakat va ishchan:
v) qat'iyatli va sinchkov;
g) yangi shart- sharoit izlovchi.
3. a) chidamsiz:
b) boshlagan ishingizni oxiriga yetkazmaysiz:
v) exiyotkor va muloxazali:
g) yangi tanishlar bilan muloqotga kirishishingiz qiyin:
4. a) keskin va betgachopar;
b) qadringizni yaxshi bilasiz
v) kutishga qodir:
g) o'z kuchingizga ishonmaysiz:
5. a) juratli va tashabbuskor:
b) yangiliklarni tez ilg'ab olishga layoqatli:
v) kamgap. ortiqcha gap sotishni yoqtirmaysiz;
g) yolg'izlikda o'zingizni yengil xis qilasiz:
6. a) qaysarsiz:
b) qiziqish va ishtiyoqlaringiz o'zgaruvchan:
v) tanaffslar bilan sokin va bir tekis gapirasiz:
g) ko'pincha omadsizlikdan tushkun va parishon xotir yurasiz:
7. a) baxslarda xozirjavob;
b) tez xavotirga tushu vchan:
v) o'z jaxlingizni bosa olasiz:
g) tez o'zingizni yo'qotib qo'yasiz:
8. a) tavakkalchi:
b) yangi shart- sharoitga tez moslashasiz:
v) boshlagan ishingizni oxiriga yetkazasiz:
g) tez charchaysiz:

9 . a) uzun- yulduz ishlaysiz:

b) xar qanday yangi ishni ishtiyoq bilan qabul qilasiz;

v) kuchingizni bekorga sarflamaysiz:

g) past ovozda. sokin suxbatlashasiz:

10. a) kek saqlamaydigan va xadiksiraydigansiz:

b) sizni qiziktirmay qo'ygan ishdan tez xavfsalangiz pir bo'ladi:

v) ish tartibingizni qat'iy rejalar asosida olib borasiz:

g) suhbatdoshingiz fe'l- atvoriga beixtiyor moslashasiz:

11. a) tez berilib poyma- poy so'zlaysiz:

b) bir ishdan boshqasiga tez ko'chasiz:

v) ishtiyoqlaringizdan oson tiyilasiz:

g) tez yig'laysiz;

12. a) bir xilda turmaydigan va tez qiziquvchansiz:

o) diqqat talab qiladigan ishlarini bajarishga qiynalasiz:

v) maqto'v va tanbexlarga unchalik e'tibor bermaysiz:

g) o'zingizga xam o'zgalarga xam katta talab qo'yasiz:

13. a) ba'zan tajavvuskor jangariga aylanib qolasiz:

b) kirishuvchan va ko'ngilchansiz xatti xarakatlaringizni cheklamaysiz:

v) tagida zaxarxondalik yotgan gaplarini xam muloyim iltifotli ifodalaysiz

g) shubxa va gumonsirashga moyilsiz:

14. a) yetishmovchilikka betoqatsiz:

b) chidamli va ishga qobiliyatlisiz;

v) fakat o'z qiziqishlaringiz bilan ish bajarasiz;

g) dardchilsiz va ko'nglingiz nozik:

15. a) ma'nodor imo- ishoralar bilan gapirasiz:

b) xatti- xarakatlar va imo- ishoralar yordamida ochiq baland ovoz da gapirasiz

v) ishga sekin kirishasiz va bir ishdan ikkinchisiga xam sekin ko'chasiz:

g) achchig'ingiz burningizni uchida

16. a) tez xarakatga tushishni va birdaniga xal qilishni istaysiz:

b) kutilmagan va qiyin sharoitlarga xamisha tayyor turasiz;

v) xammaga birday muomalada bo'lasiz:

g) ko'nglingizni ochmaysiz. kirishimli emassiz:

17. a) yangiliklarni bajonidil qabul qilasiz:

b) kayfiyatingiz xar doim tetik:

v) xamma narsada tartibni xush ko'rasiz:

g) tortinchoq va sustkashsiz:

18. a) keskin va qizg'in xarakatlar qilasiz;
b) tezda o'zingizni bosib olasiz;
v) notanish xarakatga qiyinchilik bilan ko'nikasiz;
g) itoatkor va ko'ngilchansiz:

19. a) bir qarorga kelishingiz qiyin;
b) muvaffaqiyatga erishish uchuy bor kuchingiz bilan tirishasiz;
v) kamxarakat so'lg'insiz;
g) odamdardan xamdardlik kutasiz:

20. a) kayfiyatingiz birdan o'zgaradi;
b) ba'zan yuzaki qarashga rad etishga moyilsiz;
v) o'zingizni tuta bilasiz;
g) mexr yoki e'tiborsizlikni chuqur qabul qilasiz:

“a”-xolerik, “b”-sangvinik, “v”-flegmatik, “g”-melanxolik.

Qaysi biri bo'yicha ko'p belgilagan bo'lsangiz shu mijoz vakili hisoblanasiz.

Psixologiya bo'yicha adabiyotlarda temperament tiplari va ularning xarakteristikasiga oid yetarli ko'p materiallar berilganligi munosabatlari bilan biz bu yerda temperament tiplariga yuzaki xarakteristika berish bilan kifoyalandik.

TEMPERAMENT TIPLARIGA QISQACHA XARAKTERISTIKA.

Xolerik - agressiv, kayfiyatda beriluvchan, arazchi, aptimist, faol, bexolovat, impulsiv, ...

Sangvinik - muloqatga tez kirishuvchan, so'zamol, ochiq, gapdon, jonli, betashvish, qulaylikni yoqtiradigan, tashashabbuskor,

Flegmatik- passiv, intiluvchan, o'ychan, yuvosh, ishonchli, xotirjam, o'zini tuta biladigan,...

Melanxolik – ta'sirlanuvchan, serxavotir, o'zini tuta biladigan, odamovi, gapga kirisha olmaydigan,...

III.3. SHAXSNING UMUMPSIXOLOGIK tipologiyasi.

(K.Yung) metodikasi.

Yo'riqnoma: xar bir savol uchun ikkita javob varianti berilgan, o'zingizga mos javobni tanlang va ana shu javobni ko'rsatuvchi xarfni belgilang.

1. qaysi biri afzalroq
- A) uncha ko'p bo'lmagan do'stlar
- B) kattaroq o'rtoqlik kompaniyasi

- 2 Siz qanday kitoblarni o'qishni afzal ko'rasiz?
A) qiziqarli, syujetli
B) qaxramonlarni kechinmalarini aniqligini
3. Siz ishda nimaga ko'proq yo'l qo'yasiz?
A) kech qolish
B) xatolar
4. Agar siz nojo'ya xarakatlar qilsangiz, unda..
A) juda tashvishlanasiz.
B) tashvishlanmaysiz.
5. Odamlar bilan muloqotga qanday kirishasiz?
A) tez va yengil
B) sekinroq va ehtiyotkorlik bilan.
6. O'zingizni tez xafa bulaman, deb xisoblaysizmi?
A) xa b) yo'q
7. Siz qalbdan chiqarib xo-xolab kulishga moyilmisiz?
A) xa b) yo'q
8. Siz o'zingizni xisoblaysizmi?
A) kam gap 6) ko'p gapiradigan
9. Siz ochiq ko'ngilmisiz yoki kamsuqum?
A) ochik ko'ngil b) kamsuqum
10. Siz o'zingizni kechinmalingizni taxlil qilishni yoqtirasizmi?
A) ha b) yo'q
11. Jaomat orasida sizafzal ko'rasiz?
A) gapirishni b) tinglashni
12. O'zingizdan qoniqmasligingizdan tashvishlanasizmi?
A)ha b) yo'q
13. Siz nimanidir tashkillashtirishni yoqtirasizmi?
A) xa b) yo'q
14. Intim kundalik yuritishni xoxlaganmisiz?
A) xa b) yo'q
15. o'z qarorlaringizni tez bajarishga kirishasizmi?
A) xa b) yo'q

16 o'z kayfiyatingizni yengil o'zgartira olasizmi?

A) xa b) yo'q

17. o'z qarashlaringiz bilan boshqalarni ishontirishni yaxshi ko'rasizmi?

A) ha b) yo'q

18. Sizni xarakatlaringiz,

A) tez b) sekin

19. siz tashvishlanasiz.

A) tez-tez b) kamdan kam

20. qiyin xolatlarda s i z

A) boshqalardan yordam so'rab murojat qilasiz. B) murojat qilmaysiz.

Natijalarni hisoblang.

Ekstroversiya ko'rsatkichlari: 16, 2a, 36, 46, 5a, 66, 7a, 86, 9a, 106, 11a, 126, 13a, 146, 15a, 16a, 17a, 18a, 196, 20a.

Javoblarni hisoblab, ularni 5 ga ko'paytiriladi.

Ballar: 0-35 introversiya

36-64 amboversiya

66-100 ekstroversiya

Ekstrovertlar - muloqotda yengil, yo'qori darajadagi agressivlikka ega, etakchilikka moyil, diqqat markazda bo'lishni yoqtiruvchi, muloqotga yengil kirishuvchi, oshkora, odamlarni tashqi ko'rinishga qarab baxo beradigan, ichki dunyosiga karamaydi, xoleriklar, sangviniklar.

Introvertlar - o'z kechinmalari dunyosiga qaratilgai, kamsuqum, indamas, yangi tanishlar bilan qiyinchiliklar bilan topishadi, tavakkal qilishni yoqtirmaydi, eski aloqalarni uzilishi tashvishlantiradi, g'olib chiqish va yutqazish variantlari yo'q tashvishlanishni yo'qori darajasiga ega, flegmatik melanxolik

III.4. SHAXSNING EMOTSIONAL XOLATINI BAHOLASH

Ko'rsatma, quyida keltirilgan gaplarning xar birini diqqat bilan o'qing va ayni damda o'zingizni qanday xis qilayotganingizga yoki so'z-simvollariga munosabatingizga bog'liq xolda tegishli raqamni aylana ichiga olib, belgilang.

1-yo'q bu umuman bunday emas

2-extimol, shunday bo'lishi mumkin

3-xoynaxoy, shunday bo'lsa kerak

4-xa,mutlaqo shunday

№Tasdiqlar	Raqamlar.
1. Men xotirjamman	1 2 3 4
2. Menga xech narsa taxdid solmaydi	1 2 3 4
3. Asablarim taranglashgan	1 2 3 4
4. Men o'zimni toliqqan xis qilmoqdaman	1 2 3 4
5. O'zimni erkin xis etyapman	1 2 3 4
6. Oilaviy muammolar tufayli xafaman	1 2 3 4
7. Omadsiz bo'lishdan xavotirdaman	1 2 3 4
8. Men o'zimni bardam xis etyapman	1 2 3 4
9. Men dunyodagi vaziyatlardan xavotirdaman	1 2 3 4
10. Men o'z ishimdan qoniqish hissini tuymoqdaman	1 2 3 4
11. Men o'z kuchimga ishonaman	1 2 3 4
12. Menga buyruq berishlarini yoqtirmayman	1 2 3 4
13. Men asabiylashayapman	1 2 3 4
14. Men xayotda o'z o'rnimni topa olmayapman	1 2 3 4
15. Menga ideal jamiyat g'oyasi ma'qul	1 2 3 4
16. Men ancha qiziqqonman	1 2 3 4
17. Odamlarniig menga bo'ysunishlarini yoqtiraman	1 2 3 4

18. Men zo'riqishni xis etyapman	1 2 3 4
19. Men o'zimdan mamnunman	1 2 3 4
20. Men o'z muammolarim bilan mashg'ulman	1 2 3 4
21 Odam - odamga bo'ri	1 2 3 4
22. Men juda xayajondaman	1 2 3 4
23. Men o'zimni yaxshi xis etyapman	1 2 3 4
24. Men baxtliman	1 2 3 4
25. Men juda tez charchayman	1 2 3 4
26. Men tez yig'lab yuboraman	1 2 3 4
27. P u l - bu eng asosiy narsa	1 2 3 4
28 Erkinlik tenglik birodarlik mening idealimdir	1 2 3 4
29. Men boshqalarga qaraganda baxtliman	1 2 3 4
30. Men xamma narsani yuragimga yaqin olaman	1 2 3 4
31. Men o'zimni havfsiz xis etayapman	1 2 3 4
32. Men xamma insonni yaxshi ko'raman	1 2 3 4
33. Bahzan yuragim siqilib ketadi	1 2 3 4
34. O'zimni demokrat deb bilaman	1 2 3 4
35. Menga muxabbat yetishmaydi	1 2 3 4
36. Mening do'stlarim ko'p	1 2 3 4
37. Men mutlaqo sog'lomman	1 2 3 4

Test natijalarini 37 dan 148 ball oralig'ida quyidagicha sharxlash mumkin:

37-74 ball to'plagan shaxs o'zining vazminligi, barqaror temperamenti, odamoviligi, o'qituvchi-o'quvchi, o'qituvchi pedagogik muxit tizimlarida interfaol o'zaro ta'sirlashuvda kasbiy-shaxsiy muammolarga egaligi bilan aloxida ajralib turadi. U keng ko'lamda aloqa o'rnatmaydi, yangi sharoitlarga va jamoaga moslashishda qiynaladi, bir psixologik-pedagogik faoliyatdan boshqasiga juda sekin o'tadi. SHu bilan birga, u o'ta mas'uliyatli, asabiylashmay, xis-tuyg'ulari va kechinmalarini nazorat qila oladi, ishga nisbatan juda sinchkov. Ammo

qarashlarida taraqqiyparvarlik yo'q xo'jalik-iqtisodiy ishlarida tejamkor, ba'zida ziqnalik xam qiladi.

75-111 ball to'plagan shaxs muloqatmandligi va odamlarga e'tiborliligi bilan ajralib turadi. Jamoada samarali mexnat qilishga qodir, iltifotli, ammo atrofdagilarini ta'kid qilishga intiladi. Emotsional ta'sirlarga munosabati o'rtacha. Aqlli, extiyotkor, muloxazali. O'ziga va o'zining imkoniyatlariga ishonadi. Tassavuri keng va ijodiy imkoniyati yuqori. Bunday shaxslar xulq-atvori xamma vaqt xam barqaror emas. Ba'zan muomalada xaddan ortiq keskin bo'ladi. Ular zo'riqish talab etiladigan ishlarda ishlashga qodir ijtimoiy munosabatlarda demokrat, xo'jalik-iqtisodiy soxalarda esa ancha extiyotkor.

112-148 ball to'plagan shaxs muloqotmand, ijtimoiy munosabatlarga tez kirishadi, ammo ko'p xolatlarda yuzakichillikka yo'l qo'yadi. Kasbiy-shaxsiy e'tirofga extiyoji kuchli, tanishlari va do'stlari ko'p oxirini o'ylamasdan faoliyat yuritishga moyil, yangi va notanish ishlarni tashkil etishga qodir, ammo ularni oxirigacha yetkazmaydi, quntalab qiladigan ishlarda qiyinchilik sezadi. Agressivlikka moyil. Xayotga bo'lgan munosabatlarda juda demokrat, xujalik-iqtisodiy ishlarda isrofgarchilikka yo'l qo'yadi.

III.5. «O'ZINGNI ANGLA» (IKKI KISHI QAYIQDA).

Suv toshqini natijasida kimsasiz orolga quyidagilar kelib qoldi:

- qari olim; — yosh bola;
- xamshira; — arxeolog-talaba.

Ko'p o'ylamasdan javob beringchi: SHulardan qaysi ikki kishini birinchi bo'lib, qutqarar edingiz? Qayiqda faqat ikkita bo'sh o'rin bor.

Agar Siz...

1. Qari olim va bolani tanlasangiz siz pishshiq, oddiy hissiyotli, hayotda mustaqil, o'z o'ringizni bilasiz. Ishda va hayotda o'ylab ish qilasiz, shuning uchun yaxshi yashaysiz.

2. Bola va hamshirani tanlasangiz sizning xarakteringiz juda murakkab bo'lib, ayrim vaqt bo'shanglik qilasiz, lekin irodangiz kuchli bo'lib, odamlarga va o'zingizga o'ta talabchansiz. O'z imkoniyatingizdan yaxshi foydalana olmaysiz, qat'iyatlilik yetishmaydi.

3. Agar bola va talabani tanlasangiz siz qatiyatli odamsiz. O'zgalarga homiylik qilishni yaxshi ko'rasiz. O'z ishingizdan mamnunsiz. Do'stlik va davralarni yaxshi ko'rasiz. Yolg'onchilarni, aldoqchilarni yomon ko'rasiz.

4. Agar qari olim va hamshirani birinchi bo'lib qutqarsangiz, siz muloyim, artistlik qobiliyati bor odam bo'lib, himoyaga, maslahatga, qarindosh-urug'lar mexriga muhtoj odamsiz.

5. Qari olim va talabani tanlasangiz harakatchan, chaqqon xarakterli bo'lib, doim izlanuvchan, tashkilotchi bo'lganingiz uchun siz bilan yashash juda qiyin.

6. Talaba va hamshirani tanlagan bo'lsangiz sizda artistlik xususiyati bo'lib, talant sizda kuchli, lekin irodangiz bo'sh, injiq, yettinchi qavatda suzib yurasiz.

III.6. YOZUV ORQALI SHAXSNING O'ZIGA XOSLIGINI ANIQLASH USULI

Tegishli adabiyotlardan bizga ma'lum bo'lgan ushbu usulni qullashda o'quvchining har kunlik yozadigan daftaridan emas, balki o'rganilayotgan o'quvchiga alohida vaqt (10—15 daqiqa ajratib, shu vaqtdagi yozgan yozuvidangina foydalanish talab qilinadi. Usulni tatbiq etishda quyidagi yetti bo'limga va ular uchun ajratilgan shartli ballarga rioya qilish zarur.

Usulni qo'llash tartibi.

t/r	Shartli belgilar	Ball
Xarf xaimi		
1.	Juda kichik	3
2.	Kichik	7
3.	O'rtacha	17
4.	Katta	20
Xarfning qivaligi		
1.	Chap tomonga butunlay qiya	2
2.	Chap tomonga biroz qiya	4
3.	Ung tomonga butunlay qiya	6
4.	Ung tomonga biroz qiya	14
5.	Tik yozuv	16
Xarfning ko'rinishi		
1.	Yumaloq	9
2.	Ma'lum ko'rinishsiz	10
3.	Qiya	19
Dastxat vo'nalishi		
1.	Yozuv yuqoriga «o'rimalaydi»	16
2.	Yozuv to's'ri	12
3.	YOZUV pastga «o'rimalaydi»	1
Ezuvda qo'l kuchining ishlatilishi		
1.	Engil kuch bilan yozish	8
2.	O'rta kuch ishlatish	15
3.	Xarflarni kuchli bosim bilan yozish	21
Xarflarning bog'lanishi		
1.	Xarflar bir-biri bilan bog'langan	11
2.	Xarflar bog'lanmagan	18
3.	Xarflar gox, bog'langan, goh bog'lanmagan	15
Umumiy baho		

1.	Xarflar tartibli joylashgan	13
2.	Ba'zi harflar aniq, ba'zilar noaniq vozilgan	9
3.	Xarflar tartibsiz, yozuvi esa tushunarsiz	4

Natijalar ishlanmasi:

Agar o'quvchi 51—58 ball to'plagan bo'lsa, uning sog'ligi zaif, xarakteri esa melanxolik tipga yaqinroq.

59—63 balgacha kam harakat, jur'atsiz, indamas, xarakterida esa flegmatik temperament elementlari ko'proq uchraydi.

64-75 ball yumshoq, ba'zan o'ta ishonuvchan, g'ururi va e'tiqodi kuchli.

76—87 ball nixoyatda ochiq ko'ngil, yaxshi ta'surotlarga boy, istarasi issiq odamlar bilan muomalasi yaxshi, o'ziga xos xurmat e'tiborga ega.

88—98 ball aniq; va puxta ish yurita oluvchi, kuchli va barqaror, tashabbuskor, muammolarni qat'iy va oqilona hal qila oluvchi.

99—109 ball egoistik xarakter ko'proq uchraydi. Ba'zan betgachopar, ba'zan yengiltak. Odatda bironing fikrlari bilan hisoblashmaydi, tez ranjiydi, bironni tez xafa qilishi ham mumkin, hamma do'stlari bilan bir xil muomalada bo'lmaydi, mayda gap, serjahl. Lekin bunday kishilar orasida juda iqtidorli va ijodiy ishga qobiliyati yuksak kishilar ko'proq uchraydi.

110—120 ball bunday dastxat mas'uliyatsiz, qo'pol, balandparvoz, o'ta g'ururli kishilarda uchraydi.

III.7. KIM QAYSI TOMONI BILAN O'YLAYDI?

(miyaning chap yoki o'ng yarim sharlari faoliyati)

Bizga neyropsixologiyadan ma'lumki, inson miyasining ikkita yarim sharlari turlicha ishlaydi: chap yarim shar mantiqiy va lingvistik tafakkurni boshqaradi, o'ng yarim shar esa ularning obrazlilik, tuliqligi va xissiyotlilikini nazorat qiladi. Inson organizmining bunday faoliyati uning turli xulq-atvor shakllarida namoyon bo'ladi. Bunday xulq-atvor reaksiyalari chap va o'ng turlardan tashkil topadi. Demak, siz bir nechta mashq bajarib o'zingizda qaysi turdagi reaksiya ustunligini aniqlashingiz mumkin. Qog'oz va qalam tayyorlab, xar bir mashqdan keyingi natijani «O'ng» bo'lsa — «O'», «CHap» bulsa — «CH» deb belgilab boring.

Birinchi mashq - Qo'llaringizni oddinga cho'zib, barmoqdaringizni chalkashtiring. Endi qarang, bosh barmoqlaringizni qaysi biri ustida turibdi — o'ngimi, chapimi?

Ikkinchi mashq. - Ko'rsatkich barmoqlaringizni birlashtirib, nishonga olayotgandek oldinga cho'zing. Biror nuqtani nishonga olib bir ko'zingizni yuming. Endi qaysi bir barmog'ingiz nishonni aniq olganini belgilang.

Uchinchi mashq - Bu «Napoleon turishi» deb ataladi. Qo'llaringizni ko'ksingizda chalkashtiring. Qaysi qo'lingiz ustida turgan bo'lsa, belgilab qo'ying.

To'rtinchi mashq . Biroz qarsak chaling. Endi esa qaysi qo'lingiz ustida ekaniga e'tibor bering. Natijani qog'ozga yozing.

Birinchi mashq sizning tafakkuringiz mantiqqa yoki xissiyotga moyilligini bildiradi. Ikkinchi mashq qattiqqo'llik va jahldorlikni, uchinchi mashq soddadillikka yoki takabburlikka moyillikni, to'rtinchisi xarakterdagi qat'iylik va qat'iyatsizlikni anglatadi.

Test natijalari esa quyidagicha:

1. O'O'O'O'. Umumqabul qilingan fikrga ergashish, eski qonun va aqidalarga moyillik, xulq-atvordagi barqarorlik.

2. O'O'O' CH. Ishonchsiz qonservatizm, kuchsiz temperament. Jur'atsizlik.

3. O'O'CHO'. Xushomad, qat'iylik, yumor hissi, faollik, serxarakatlik, temperamentlilik, «artistlik». Bu kuchli xarakter kuchsiz turlarni qabul qilmaydi. U bilan muloqotda yumor va qat'iylik zarur.

4. O'O'CHCH. Kamyob va mustaqil xarakter turi. Yumor xissi, xushomad, yumshoqlik va «artistlik». Xarakterida kat'iylik va jur'atsizlik o'rtasida biroz qarama-qarshilik bor. Aloqa o'rnatish darajasi yuqori, ammo moslashish juda sekin.

5.O'CHO'O'. Ishbilarmon xarakter, taxliliy fikr va yumshoq xarakter. Ko'prok, bu tur ayollarda uchraydi. «Ishbilarmon ayol» ramzi. Moslashishi sekin, extiyotkor. Bunday odamlar yuzma-yuz janga kirishishadi. Ularda sabr, xisob-kitob ustun turadi. Munosabatlar rivoji sust, biroz sovuk.

6.O'CHO'CH. Kuchsiz xarakter, juda kam uchraydi. Ximoyasiz va kuchsiz. Turli ta'sirlarga beriluvchan. Faqat ayollarda uchraydi.

7.O'CHCHO'. Yangi taassurotlarga o'ch va ziddiyatlar yuzaga kelishidan qochuvchi. Biroz beqarorlik, o'ziga xos yumshoqlik. Xissiyotlari sekin, jiddiy.

oddiy va muloqotda ko'pincha tortinchoq. Yangi xulq-atvorga o'tishga moyil. Ko'pincha ayollarda uchraydi.

8.O'CHCHCH. Beqaror va erkin xarakter. Asosiy xususiyati — taxliliy fikr yuritish. Kam uchraydi.

9.CHO'O'O'. Turli sharoitlarga juda yaxshi moslashuvchi ko'p uchraydigan xarakter. Hissiyotli va kat'iyatsiz. Begona ta'sirga yuqori beriluvchanlik. Boshqacha xarakterlar bilan oson aloqaga kiradi. Erkaklarda xissiyotlar past, flegmatiklikka moyillik kuzatiladi.

10. CHO'O'CH. Kuchsiz kat'iyat, yumshoqlik, asta-sekin ta'sirga beriluvchan, soddalik. O'ziga O'ta e'tibor talab qiladi — «kichik malika» tipi.

11. CHO'CHO'. Eng kuchli xarakter egasi. Fikriga ta'sir o'tkazish qiyin. Qat'iylik ko'rsatishga qodir. Ammo, bu narsa ba'zan ikkinchi darajali maqsadlar uchun jon kuydirishga olib keladi. Kuchli shaxs, xarakatchan, qiyinchiliklarni yengishga qobiliyatli. Birovlarning nuqtai nazariga yetarli e'tibor bermaydigan, biroz konservator. Bunday odamlar qaramlikni (ma'naviy va moddiy) yomon ko'radilar.

12. CHO'CHCH. Kuchli va erkin xarakter. Fikriga ta'sir o'tkazish qiyin. Asosiy xususiyati — yuzaki yumshoqlik va xissiyot bilan o'ralgan ichki g'azab. O'zaro ta'sir tez, o'zaro tushunish sekin.

13. CHCHO'O'. Do'stlik va oddiylik. Qiziqishlari biroz tarqoq.

14. CHCHO'CH. Asosiy xususiyati: soddadillik, yumshoqlik, ishonuvchanlik. Bu juda kam uchraydigan xarakter (ayollarda 1%, erkaklarda umuman uchramaydi).

15. CHCHCHO'. Hissiyotlilik va jur'atlilik (asosiy xususiyati), serxarakat, biroz besaranjomlik. Bu narsa o'ylanmagan, tez qaror qilingan, xissiyotga asoslangan ishlarga olib keladi. Ular bilan muloqotda «tormozlovchi mexanizmlar» zarur.

16. CHCHCHCH. Narsalarga yangicha nazar tashlovchi qobiliyat soxibi (antikonservatizm), kuchli xissiyot, o'ziga xoslik, xudbinlik, o'jarlik, ximoyalanganlik, ba'zan o'ta indamas. «Ko'zni qamashtiruvchi» tabassum qilishga qodir.

Эмпатия қобилиятини ўрганиш методикаси.

Мазкур сўровнома И. М. Юсупов томонидан ишлаб чиқилган бўлиб, эмпатия қобилиятининг ривожланиш даражасини аниқлаш мақсадида қўлланади. Эмпатия инсоннинг бошқалар кечинмаларига ҳамдард бўла олиш қобилияти.

Кўрсатма: «Ҳурматли иштирокчи, қуйида берилган 36 та ҳукумга нисбатан ўз муносабатингизни билдиринг. Бунинг учун сиз баҳолашнинг қуйидаги тизимидан фойдаланишингиз лозим: 0- билмайман; 1- ёки, ҳеч қачон; 2- баъзида; 3- кўпинча; 4- деярли доим; 5- ҳа ёки ҳар доим».

Менга машҳур одамларнинг ҳаёти ҳақидаги китоблардан кўра саргузашт китоблар ёқади.

1. Ота- оналарнинг ғамхўрлиги катта ёшдаги болаларнинг ғашига тегади.

2. Менга бошқа одам эришган муваффақият ёки учраган муваффақиятсизликнинг сабаблари ҳақида мулоҳаза юритиш ёқади.

3. Мусиқий кўрсатувлар орасидан мен кўпроқ «Эстрада тароналари» кўрсатувини ёқтираман.

4. Адолатсиз танқидлар бир неча йиллар давом этса ҳам, уларга чидаш керак.

5. Касалга ҳатто сўз билан ёрдам бериш мумкин.

6. Бегоналар икки киши орасидаги низога қўшилмаслиги керак.

7. Кексайганда одам жуда инжиқ бўлиб қолади.

8. Болалигимда ғамгин ҳикояни тинглаганимда, кўзим ўз ўзидан ёшланиб кетарди.

10. Ота –онамнинг асабийлашиши менинг ҳам кайфиятимга таъсир этади.

11. Мен танқидларга бефарқман.

12. Мен табиат манзаралари тасвирланган расмлардан кўра портретларни томоша қилишни ёқтираман.

13. Ота- онам ноҳақ бўлганда ҳам, мен уларни кечирардим.

14. Агар от аравани тортмаса, уни хивичлаш керак.

15. Бошқа одамлар ҳаётидаги фожеалар ҳақида ўқиганимда бу ходисалар мен билан рўй бераётгандай бўлиб туюлади.

16. Ота-оналар ўз фарзандларига нисбатан ноҳақ муносабатда бўладилар.

17. Жанжаллашаётган болаларни ёки катталарни кўрсам мен улар ўртасига тушаман.

18. Мен ота-онамнинг ёмон кайфиятига эътибор бермайман.

19. Мен бошқа ишларимни қолдириб, ҳайвонлар ҳатти –ҳаракатини кузатаман.

20. Нега айрим одамлар кинофильм кўриб ва китоб ўқиб, кўз ёш тўкишини тушунмайман.

21. Нотаниш одамларнинг юз ифодаси ва хулқ атворини кузатиш менга ёқади.

22. Болаликда мен уйга қаровсиз қолган кучук – мушукларни олиб келардим.

23. Барча одамлар бирор сабабсиз ҳам бир - бирига қарши тишини қайраб туради.

24. Бегона одамга қараб, унинг келажаги қандай бўлишини билгим келади.

25. Болалигимда кичкинтойлар ҳеч кетимдан қолишмасди.

26. Жароҳатланган ҳайвонни кўрсам, унга қандайдир ёрдам беришга ҳаракат қиламан.

27. Одамни эътибор билан тинглашса, унинг дарди енгиллашади.

28. Кўчада бирор қоида бузарликни кўрсам, гувоҳлар қаторига тушиб қолишдан ўзимни четга тортаман.

29. Кичкиналарга мен таклиф этган фикр, иш ёки кўнгил очарлик ёқади.

30. Ҳайвонлар ўз эгаларининг кайфиятини сезади деганлар, менга муболаға қилади.

31. Муаммоли вазиятдан одамнинг ўзи мустақил чиқиши керак.

32. Бола бесабаб йиғламайди.

33. Ёшлар қарияларнинг ҳамма илтимосини ва инжиқликларини бажо келтириши керак.

34. Нима учун айрим синфдошларим баъзида ўйчан бўлиб қолишларини билгим келарди.

35. Қаровсиз ҳайвонларни тутиш ва йўқ қилиш керак.

36. Агар дўстларим мен билан ўз шахсий муаммосини муҳокама қила бошласа, гапни бошқа мавзуга буришга ҳаракат қиламан.

Натижаларни қайта ишлаш.

1. Жавоблар холислигини аниқлаш учун муайян ҳукмларга қандай жавоблар берилганлигини аниқлаш лозим;

«Билмадим»- 2,4,16,18,33.

«Ҳа ёки ҳар доим»-2,7,11,13,16,18,23.

«Ҳа ёки ҳар доим»7ва17,10 ва 18, 17ва31,22ва35, 34ва36.

«Йўқ ёки ҳеч қачон»-3ва36,1ва3,17ва28.

Эслатма: маълум жуфтлик кирган иккала ҳукм (масалан, «ҳа ёки ҳар доим»даги 7 ва17 ёки «йўқ ёки ҳеч қачон»даги 3 ва 36 рақамли ҳукмларга бир ҳил «ҳа ёки ҳар доим» ёки «йўқ ёки ҳеч қачон» каби муносабат билдирилган бўлса, бу муносабат ҳолис эмас.

Ноҳолис муносабат ҳолатлари 5 тенг ёки ундан катта- умумий натижа ишончли эмас.

Ноҳолис муносабат ҳолатлари 4 га тенг- умумий натижанинг ишончли даражаси шубҳали.

Ноҳолис муносабат ҳолатлари 3 га тенг ёки ундан кам - умумий натижа ишончли.

2.Умумий натижани аниқлаш. Якуний натижани аниқлаш учун 2,5,8,9,10,12,13,15,16,19,21,22,24,25,26,27,28.29 ва 32 рақами остидаги ҳукмларга қўйилган баҳоларнинг йиғиндисини топиш керак.

Эслатма: Сўровнома 6 та шкалага эга бўлиб, қуйида ушбу шкалалар ҳамда ҳар бир шкалага кирувчи ҳукмларнинг тартиб рақами кўрсатилган.

№	шкалалар	ҳукмлар тартиб рақами
1.	Ота- онага нисбатан эмпатия	10,13,16.
2.	Ҳайвонларга нисбатан эмпатия	19,22, 25.
3.	Карияларга нисбатан эмпатия	02,05,08.
4.	Болаларга нисбатан эмпатия	26,29,35.
5.	Бадий қаҳрамонларга нисбатан эмпатия.	09,12,15.
6.	Нотаниш одамларга нисбатан эмпатия	21,24,27.

Натижаларни баҳолаш.

№	Даража	шакл бўйича	умумий
1.	Жуда юқори	15	82-90
2.	Юқори	13-14	63-81
3.	Ўрта	5-12	37-62
4.	Паст	2-4	12-36
5.	Жуда паст	0-1	5-11

Методика манбаъси: Ратанова Т. Шляхта Т. Психодиагностические методы изучения личности: Учебное пособие.-М.Московский психолого- социальный институт. Флинта, 1998. 251-255 бетлар.

Ўсмир томонидан синфнинг идрок этилишига хос хусусиятларини ўрганиш методикаси.

Шахслараро муносабатларнинг таркибий қисмларидан бири одамларнинг бир-бирини идрок этиши ва тушунишидан иборат. Инсоннинг инсон томонидан идрок қилиниши жараёнига бир қанча омиллар- ижтимоий установкалар, шахслараро муносабатларнинг хусусиятлари, инсонларнинг бир – бири ҳақидаги маълумотлари ва бошқалар таъсир кўрсатади. Ижтимоий перцепсия жараёнига нафакат шахслараро муносабатлар, балки инсоннинг гуруҳ билан бўлган муносабатлари ҳам таъсир кўрсатади. Шу туфайли гуруҳ индивид томонидан қандай идрок этилаётганини ўрганиш шахслараро идрок жараёнини тадқиқ этишнинг муҳим жабҳасидир.

Мазкур методика Е.В.Залюбовская томонидан таклиф этилган бўлиб, индивидда гуруҳни идрок этишнинг 3 типидан қайси бири устун эканини аниқлашга хизмат қилади. У типлар қуйидагилардан иборат.

1 - тип. Индивид гуруҳини ўз фаолиятига ҳалақит бераётган нарса сифатида идрок қилади ёки унга нейтрал муносабатда бўлади. Гуруҳ индивид томонидан яхлит бирлик сифатида идрок этилмайди. Индивид ҳамкорликдаги фаолиятдан ўзини четга тортади, кўпроқ индивидуал фаолиятни хуш кўради, унинг гуруҳ аъзолари билан бўлган алоқалари суст бўлади. Гуруҳни идрок этишнинг бундай типини «Индивидуалистик тип» деб аташ мумкин.

2 – тип. Индивид гуруҳни у ёки бу шахсий мақсадларга эришиш воситаси сифатида идрок этади. Бунда гуруҳ индивид учун қанчалик фойдалигига боғлиқ равишда идрок этилади ва баҳоланади. Индивид гуруҳнинг мутасадди, муайян масалалар бўйича зарур ахборотни ва ёрдамни бера оладиган вакиллари маъқул кўради. Гуруҳни идрок этишнинг мазкур типини «Прагматик тип» деб аташ мумкин.

3 - тип. Индивид гуруҳини яхлит бирлик ва мустақил қадрият сифатида идрок қилади. Унинг учун бутун гуруҳ ва гуруҳ аъзоларининг муаммолари биринчи ўринда туради. Шу туфайли индивид бутун гуруҳнинг ҳам, айрим аъзоларнинг ҳам муваффақиятидан ўзини манфаатдор, деб билади. Умумий фаолиятга ўз ҳиссасини қўшишга интилади. Индивидда жамоавий меҳнатга нисбатан эҳтиёж кузатилади. Гуруҳни идрок этишнинг бундай типини «Коллективистик тип» деб аташ мумкин.

Сўровнома 14 ҳукмдан иборат. Ҳар бир ҳукм 3 муқобил вариантга эга. Вариантлар гуруҳни идрок этишнинг 3 типидан бирига мос келади.

Кўрсатма: «Биз таълим жараёнини такомиллаштириш мақсадида махсус тадқиқот ўтказаяпмиз. Сизнинг сўровнома саволларига берадиган жавобларингиз бизга бу борада ёрдам бериши мумкин. Сиз сўровномада ҳар бир ҳукм гапдан кейин берилган вариантлар (а, б, в) дан биридаги фикрни танлашингиз керак. Танланган фикр сизнинг нуқтаи назарингизни тўлиқроқ акс эттириши лозим. Унутманг, жавоблар орасида тўғри ёки нотўғриси йўқ. Улардан фақат биттасини танланг».

Сўровнома саволлари:

1. Гуруҳда менга энг яхши шерик бўлиши мумкин...

А. Мендан кўра кўпроқ нарсани билган одам.

Б. Барча масалаларни ҳамкорликда ечишга интиладиган одам.

В. Ўқитувчининг диққатини бўлмайдиган одам.

2. Энг яхши ўқитувчи бу...

А. Индивидуал ёндашадиган ўқитувчи.

Б. Бошқаларнинг ёрдам бериши учун шароит яратиб берувчи ўқитувчи

В. Жамоада ҳар кимга эркин фикр билдириш учун имконият берувчи ўқитувчи.

3. Мен хурсанд бўламан, агар менинг дўстларим...

А. Мендан кўра кўпроқ нарсаларни билсалар ва менга ёрдам бера олсалар.

Б. Бошқаларга ҳалақит бермай мустақил равишда муваффақият қозона олсалар.

В. Зарурат туғилганда бошқаларга ёрдам берсалар.

4. Менга жуда ёқади, агар...

А. Гуруҳда ҳеч кимга ёрдам керак бўлмаса,

Б. Вазифаларни бажаришга ҳеч ким ҳалақит бермаса.

В. Бошқалар мендан кўра ёмонроқ тайёрланган бўлса.

5. Менимча, кўлимдан кўп нарса келади, қачонки...

А. Бошқалар қўллаб – қувватлаганда ва менга ёрдам берганда.

Б. Ҳаракатларим етарлича рағбатлантирилганда.

В. Ҳамма учун фойдали бўлган ташаббусни илгари суриш имкони бўлганда.

6. Менга шундай жамоалар ёқадик...

А. У ерда ҳар бир инсон барчанинг муваффақиятидан манфаатдор бўлади.

Б. У ерда ҳар ким ўз иши билан билиб–билиб шуғулланади ва бир–бирига ҳалақит бермайди.

В. У ерда ҳар бир инсон ўз вазифасини бажаришда бошқаларга суянади.

7. Ўқувчилар фикрича энг ёмон ўқитувчи бу...

А. Ўқувчилар ўртасида рақобат муҳитини ҳосил қилувчи ўқитувчи.

Б. Ўқувчиларга етарлича эътибор бермайдиган ўқитувчи.

В. Гуруҳ билан ҳамкорликда ишламайдиган ўқитувчи.

8. Инсонга қониқиш бахш этади...

А. Ҳеч ким халақит бермайдиган шароитда ишлаш.

Б. Бошқалардан янги ахборотни олиш.

В. Бошқаларга фойда келтириш.

9. Ўқитувчининг асосий вазифаси...

А. Бошқалар олдидаги бурчига содиқ одамларни тарбиялаш.

Б. Одамларни мустақил ҳаётга тайёрлаш.

В. Бошқалар ёрдамидан фойдалана оладиган одамларни вояга етказиш.

10. Агар гуруҳ олдида бирор муаммо турган бўлса, мен...

А. Бу муаммонинг бошқалар томонидан ҳал этилишини кутиб туришни маъкул кўраман.

Б. Бу муаммони бошқалар ёрдамсиз мустақил ҳал этишга ҳаракат қиламан.

В. Бу муаммони ҳал этиш учун ҳаракат қилаётганларга ёрдам беришга интиламан.

11. Мен жуда яхши ўқиган бўлардим, агар ўқитувчи...

А. Менга индивидуал ёндашганда.

Б. Менга бошқалардан ёрдам олиш учун шароит яратиб берганда.

В. Гуруҳ муваффақиятига хизмат қиладиган ташаббусларимни қўллаб – қувватлаганда.

12. Энг оғири...

А. Сен мустақил равишда муваффақиятга эриша олмаслигинг.

Б. Сен гуруҳда ўзингни кераксиз одамдек ҳис этишинг.

В. Атрофдагиларнинг сенга ёрдам бермаслиги.

13. Ҳамма нарсадан кўра мен кўпроқ...

А.Дўстларим ёрдами билан эришган муваффақиятларимни
кадрлайман.

Б. Менинг хиссам ҳам бор бўлган умумий муваффақиятни кадрлайман.

В. Ўз мустақил характерларим билан эришган муваффақиятимни қадрлайман.

14. Мен...

А. Ҳамкорликда фаолият юритишга ўрганган жамоада ишлашни хоҳлардим.

Б. Ўқитувчи билан индивидуал ишлашни хоҳлардим.

В. Ўз соҳасининг етакчи мутахассислари билан ишлашни хоҳлардим.

Натижаларни қайта ишлаш.

Натижаларни қайта ишлаш учун қуйидаги калитдан фойдаланилади.

КАЛИТ		
Гурухни идрок этиш типлари		
Индивидуалистик	Jamoaviylik	Прагматик
1 В	1 Б	1 А
2 А	2 В	2 Б
3 Б	3 В	3 А
4 Б	4 А	4 В
5 Б	5 В	5 А
6 Б	6 А	6 В
7 Б	7 А	7 В
8 А	8 В	8 Б
9 Б	9 А	9 В
10 Б	10 В	10 А
11 А	11 В	11 Б
12 А	12 Б	12 В
13 В	13 Б	13 А
14 Б	14 А	14 В
Жами:	Жами:	Жами:

(Методика манбаси: Залюбовская Е.В. Методика исследования восприятия индивидом группы// методы исследования межличностного восприятия: Спецпрактикум по социальной психологии// Под ред. Г.М.Андреевой, В.С.Агеева. М.:Изд-во Моск. ун-та, 1984. 64-71 бетлар.)

Учталиқ қиёс методикаси

Методика Т.А.Пушкина томонидан ишлаб чиқилган. У ўқувчининг ҳақиқий ўқув мотивларини аниқлаш учун қўлланиши мумкин. Ўқувчи ўзининг ҳақиқий ўқув мотивларини ҳар доим ҳам англайвермайди. Унинг ўқув фаолиятини мунтазам кузатиш билангина ҳақиқий ўқув мотивларини билиш мумкин. Кузатишда шуни ҳисобга олиш керакки, ўқув мотивацияси бир қанча ҳам ички, ҳам ташқи мотивлардан ташкил топади, аммо улардан бири етакчи бўлиб, бутун фаолиятни белгилаб беради. Қолган мотивлар фақат айрим ҳаракатларгагина сабаб бўлади. Ташқи мотивларга қуйидагилар киради: яхши баҳо олишга интилиш, тенгдошлар орасида ҳурмат қозониш истаги, ота – она ва ўқитувчиларнинг ёмон муносабатидан кўрқиш, ўқувчилик бурчини бажариш лозимлигини англаш ва б. Ички мотивларга қуйидагилар киради: ўрганилаётган материал мазмунига қизиқиш, ўқув материални чуқурроқ ва кенгроқ ўзлаштиришга интилиш, ўқув фаолиятидаги қийинчиликларни енгишга интилиш, эришилган муваффақиятлардан қониқиш ҳиссини олиш ва б.

Ўқувчиларнинг ўқув мотивларини ўрганиш учун уларнинг фаолиятини мақсадга мувофиқ кузатиш билан бирга турли методикалар орқали ташхис ўтказиш мумкин. Мазкур методика шулар жумласидандир.

Методиканинг қўлланиши. Доскага қуйидаги жадвал осиб қўйилади.

Масала рақами	Масала даражаси ва унинг баҳоси.		
	Янгилилик	Мураккаблилик	Фойдалилик
	а	б	с
1	5	4	4
2	5	4	2
3	5	3	4
4	2	3	3
5	4	5	4
6	4	5	2
7	2	5	4
8	3	2	5
9	4	4	5
10	4	3	5
11	3	2	5
12	3	3	2

Ўқувчиларга қуйидаги кўрсатма берилади: «Ҳар бирингиз жадвалдан ихтиёрий миқдордаги масалаларни танланг ва қоғозга уларнинг кўрсатилган тартиб рақамини ёзинг. Бу қоғозни менга топширасиз. Унинг ўрнига мен сизга тегишли масалаларни бераман, уларни ечишингиз керак бўлади. Сизга ечилган масала учун жадвалда унга мувофиқ келувчи балл қўйилади. Охирида ким ҳаммадан кўп балл тўплаганини аниқлаймиз. Шунини ҳисобга олинганда, ҳар бир масала уч хил даражага – янгилик, мураккаблик, фойдалилик даражаларига эга. Янгилик – масалада янги саволлар, янги ечимлар борлигини англатади. Мураккаблик – масаланинг қанчалик қийинчилигини билдиради. Фойдалилик масалани ечиш ўқув материалларини ўзлаштириш учун қанчалик фойда келтиришини англатади. Маълум тартиб рақами остидаги масаланинг жадвалда кўрсатилган бали қанча катта бўлса унинг тегишли даражаси шунча юқори бўлади. Шунинг учун қайси масалани ва қанча миқдордаги масалаларни танлашдан олдин яхшилаб ўйлаб кўринг».

Ўқувчилар танлаган масалалари тартиб рақами ёзилган қоғозни топширгач, ўқувчи уларга одатий масалаларни беради.

Натижаларни қайта ишлаш ва баҳолаш.

Натижаларни қайта ишлашда ўқувчиларнинг фақат танловлари инобатга олинади, масалаларни ечишлари аҳамиятсиздир. Тегишли фан бўйича ички мотив кучи қуйидаги формула ёрдамида топилади:

$$M = \frac{E \cdot (A_x + B_x + C_x)}{N}$$

A_x , B_x , C_x – ўқувчи танлаган «х» масаланинг а, б, с даражасига мос баллар. X – масаланинг тартиб рақами. N – иштирокчи танлаган масалалар миқдори.

E – х индексига эга бўлган барча а, б, с, лардаги баллар йиғиндиси.

$M \geq 4$ га тенг ёки ундан катта = ички – билиш мотиви кучли.

$M < 4$ дан кичик = ички мотивнинг кучи шубҳали даражада.

Методика манбаси: Фридман Л.М. Изучение процесса личностного развития ученика. Изд. 2 – е, пер., испр. – М.: Издательство «Институт практической психологии»; Воронеж: НПО «МОДЭЖ», 1998. 46 – 48 бетлар

Ўқув мотивациясининг йўналганлигини ташхис қилиш методикаси.

Тест – сўровнома шаклидаги мазкур методика муайян фанларни ўрганишга қаратилган ўқув фаолияти мотивациясининг йўналганлигини ва таълим олувчи шахс ички мотивациясининг даражасини ўлчаш учун хизмат қилади. Ушбу методика таълим олувчиларнинг барча гуруҳлари билан (12 ёшдан бошлаб) – ўз – ўзини таҳлил қилишга ва ўзи ҳақида хулоса чиқаришга қодир бўлган ҳар қайси таълим олувчи билан ўтказилиши мумкин.

Методика Т.Д.Дубовицкая томонидан тузилган бўлиб, унинг стимул материали 20 та таъкиддан иборат. Мазкур таъкидлар бўйича текширилувчилар маълум фанларга нисбатан ўз муносабатини билдириб, махсус жавоб варақаси (1 - жадвал) нинг муайян устун ва стартларида тегишли белгиларни қўядилар: «тўғри» - (+ +); «тўғри, шекилли» - (+); «нотўғри, шекилли» - (+); «нотўғри, шекилли» - (- -); «нотўғри» - (- -).

Жавоб варақаси

	Ўрганилаётган фанлар			
	Математика	Психология	...	...
1				
2				
...				
19				
20				
Қандай фанларнинг танлаши экспериментатор ихтиёрида				

Таъкидлар.

1. Ушбу фанни ўрганиш орқали ўзим учун кўп керакли нарсаларни ўрганиб олаётиман, ўз қобилиятларимни намойиш этиш имкониятига эга бўлиб турибман.

2. Бу фан менга қизиқ ва мен шу фан юзасидан имкон қадар кўпроқ нарса билишни хоҳлайман.

3. Мазкур фанни ўрганишимизда менга дарсда бериладиган билимларнинг ўзи кифоядир.

4. Ушбу фан бўйича бериладиган топшириқлар менга қизиқ эмас, мен уларни ўқитувчи талаб қилгани учунгина бажараман.

5. Бу фанни ўрганишда олдимда пайдо бўлувчи қийинчиликлар фанга бўлган қизиқишимни янада орттириб юборади.

6. Мазкур фанни ўрганишда дарслик ва тавсия этилган адабиётлардан ташқари мустақил равишда қўшимча адабиётлар билан танишиб бораман.

7. Ушбу фанга тегишли мураккаб назарий масалаларни ўрганмаса ҳам бўлади, деб ҳисоблайман.

8. Бу фанни ўрганишда бирор ишнинг уддасидан чиқолмаса, мен муаммонинг тагига етишга ҳаракат қиламан.

9. Мазкур фандан дарс ўтилганда негадир умуман ўқишни истамай қоламан.

10. Ушбу фан юзасидан бериладиган топшириқлар устида фақат ўқитувчи назорат қилиб тургандагина ишлайман.

11. Бу фанга тааллуқли маълумотларни бўш вақтда (танаффусда, уйда) синфдошларим (дўстларим) билан муҳокама қилиш менга қизиқ туюлади.

12. Мазкур фандан топширилган вазифаларни мустақил бажаришга ҳаракат қиламан, кимдирнинг маслаҳат ва ёрдам бериб туришини ёқтирмайман.

13. Ушбу фанга тегишли топшириқларни бошқалардан кўчириб олишга ҳаракат қиламан ёки кимдандир вазифани ўрнимга қилиб беришини илтимос қиламан.

14. Бу фан бўйича бериладиган барча билимлар керак деб ҳисоблайман, шунинг учун бу фандан имкони борича кўпроқ нарса билиш керак деган фикрдаман.

15. Мазкур фан бўйича қўйиладиган баҳо менга бу фандан бериладиган билимдан муҳимроқ.

16. Ушбу фандан ўтказиладиган дарсга яхши тайёргарлик кўрмаган бўлсам, бундан унчалик каттиқ хафа бўлмайман.

17. Бу фан билан шуғулланиш учун мен бўш вақтимнинг ҳам катта қисмини унга сарфлайман.

18. Мазкур фанни қийинчилик билан ўзлаштираман, шу фан бўйича бериладиган топшириқларни ўзимни мажбурлаб бажараман.

19. Ушбу фан бўйича ўтказиладиган дарсда касаллик ёки бошқа сабаб билан қатнаша олмасам, хафа бўлишим мумкин.

20. Агар имкониятим бўлганда, мен бу фанни дарс жадвали (ўқув режаси) дан олиб ташлаган бўлардим.

Натижаларни қайта ишлаш ва баҳолаш.

Натижалар қуйидаги калит ёрдамида қайта ишланади:

«тўғри», «тўғри, шекилли» - 1, 2, 5, 6, 8, 11, 12, 14, 17, 19.

«нотўғри», нотўғри шекилли» - 3, 4, 7, 9, 10, 13, 15, 16, 18, 20.

Калитга мос келган ҳар бир ҳолат учун 1 баллдан қўйилади. Барча баллар йиғиндиси қанчалик катта бўлса, тегишли фанни ўрганишда ички мотивация шунчалик баланд бўлади. Баллар йиғиндиси қанчалик кичик бўлса, ички мотивация даражаси шунчалик суст бўлади. Умумий натижаларни баҳолашда қуйида келтирилган меъёрий кўрсаткичлардан фойдаланиш мумкин:

0 – 10 балл – ташқи мотивация устун;

11 – 20 балл – ички мотивация устун.

Ички мотивация даражасини баҳолаш учун қуйидаги меъёрий кўрсаткичларга таяниш мумкин:

0 – 5 балл – ички мотивация паст даражада;

6 – 14 балл – ички мотивация ўрта даражада;

15 – 20 балл – ички мотивация юқори даражада.

Эслатма: илмий тадқиқот ўтказиш мақсадида бирламчи («хомаки») натижалардан фойдаланиш тавсия этилади

Методика манбаси: Дубовицкая Т.Д. К проблеме диагностики учебной мотивации. Вопросы психологии. – 2005. – С 73 – 78

4-Бўлим
(Қўшимча тестлар)
Низолашувчанлик даражасини аниқлаш сўровномаси.

Мазкур сўровнома шахсга низолашувчанлик хусусияти қанчалик хос эканини аниқлашга хизмат қилади.

1. Жамоат транспортида бошланиб кетган тортишувга сизнинг муносабатингиз қандай бўлади?

А) иштирок этаман; б) қайси томонни ҳақ деб билсам, унинг олдини олиб, бирор нарса дейман, в) фаол аралашиб, бутун зарбани ўзимга оламан.

2. Мажлисларда раҳбариятни танқид қилиб чиқасизми?

А) йўқ; б) етарли асосга эга бўлсам, танқид қиламан; в) ҳар қандай сабаб билан нафақат раҳбариятни, балки унинг олдини олганларни ҳам танқид қиламан.

3. Дўстларингиз билан тез – тез тортишиб турасизми?

А) ҳафа бўлмайдиганлари билан тортишаман; б) фақат айрим жиддий масалаларда тортишаман; в) тортишув менга сув ва ҳаводек зарур.

4. Яқинда келиб, навбат бошига суқилиб кираётган кишига муносабатингиз қандай бўлади?

А) Ичимдан норози бўламан-у, индамайман; б) эътироз билдираман; в) ўзим навбат бошига туриб, одамларни тартибга чақираман.

5. Уйда дастурхонга тузи паст таом тортилганда, реакциянгиз қандай бўлади?

А) арзимаган нарсани деб дод – вой солмайман; б) индамай туздонни оламан; в) пичинг қиламан, овқатланишдан намоишкорона бош тортаман.

6. Кўчада ёки транспортда оёғингизни босиб олишса, реакциянгиз қандай бўлади?

А) айбдор одамга кинояли қараб қўяман; б) икки оғиз эътироз билдираман; в) бисотимдаги ҳамма “чиройли” сўзларни тўкиб сочаман.

7. Яқинларингиздан бири сизга ёқмайдиган нарса харид қилганда реакциянгиз қандай бўлади?

А) индамай кўя қоламан; б) қисқача фикр билдириб кўяман; в) танқид қилиб ташлайман.

8. Лотореяда омадингиз чопмаса, бунга қандай муносабатда бўласиз?

А) ўзимни ҳеч нарса бўлмагандай кўрсатаман, аммо ичимда бошқа ўйнамасликка ўзимга ваъда бераман; б) ҳафалигимни беркитмайман ва бир кунмас алашимни олмасам бўлмайди деб ўйлаб кўяман; в) анчагача кайфиятим бузуқ бўлиб юраман.

Натижаларни ҳисоблаш.

Ҳар бир “а” вариант – 4 балл

Ҳар бир “б” вариант – 2 балл

Ҳар бир “в” вариант – 0 балл

Натижаларни талқин этиш

22 – 32 балл. Сиз тинчликсевар, низолардан осонлик билан чиқиб кетадиган, уйда ҳам, ишда ҳам тортишувли вазиятлардан ўзини олиб қочадиган одамсиз. Шунинг учун одамлар сизни мослашувчан инсон, деб билади. Унутманг, вазият тақазо қилганда принципиалликни намоён этиш ҳам ҳурматга лойиқ хусусият.

12 – 20 балл. Сиз низолашувчанроқ одамсиз, бироқ иложсиз ҳолатлардагина низога киришасиз. Сиз вақти келганда амалингиз ва дўстларингизни йўқотиб қўйишдан кўркмай ўз фикрингизни қаттиқ туриб ҳимоя иласиз. Бунда одоб – ахлоқ меъёрларидан четга чиқмайсиз, одамни ҳақорат қилмайсиз. Шунинг учун одамлар сизни ҳурмат қилишади.

0 – 11 балл. Баҳс, мунозара, тортишув – сиз нафас оладиган ҳаво. Бошқаларни танқид қилишни яхши кўрасиз, аммо сизни танқид қилганларни тириклай “еб юборишга” тайёрсиз. Вазминликнинг етишмаслиги ва кўрслик одамларни сиздан бездиради. Дўстларингиз кўпми? Кўп бўлишини истасангиз, характерингиз устида ишланг.

(Методика манбаси: Ратанова Т.А., Шляхта Н.Ф. Психодиагностические методы изучения личности: Учебное пособие – Переработанное и дополненное издание пособия: Т.А.Ратанова, Л.И. Золотарева, Н.Ф.Шляхта «Методы изучения и психодиагностики личности» - М.: Московский психолого – социальный институт : Флинта, 1998. 259 – 260 бетлар.)

Шварцландернинг мотор синови методикаси

Мазкур методика объектив ёндашувга асосланган амалий тест бўлиб, шахснинг талабгорлик даражасини аниқлаш учун қўлланилади. Талабгорлик даражаси аввалги ҳаракатларда муваффақият ёки муваффақиятсизликка учрагач, одамнинг кейинги ҳаракатлари учун қандай мураккабликдаги мақсадларни ўз олдига қўйишида намоён бўлади. Методика бир неча сония давом этувчи фаолиятни режалаштиришга қодир бўлган барча синалувчилар (10 ёшли болалардан тортиб кексаларгача) билан ишлашда қўлланилиши мумкин.

Методиканинг қўлланилиши.

Синалувчига махсус жавоб варағи берилади (1-расм). Синалувчидан у 10 сонияда варақда келтирилган бир тўғри тўртбурчакдаги нечта катакка «х» белгисини қўя олиши сўралади. Бу сон биринчи тўғри тўртбурчакнинг юқорисидаги ячейка (КН) га ёзиб қўйилади. Сўнгра белгиланган 10 сонияда экспериментатор ишораси билан синалувчи катакларга «х» белгисини қўйиб чиқа бошлайди ва экспериментатор ишораси билан ўз ишини тўхтатади. Кейин нечта катакка белги қўйилганини ҳисоблаб, уларнинг сонини тўғри – тўртбурчакнинг қуйидаги ячейкаси (ЭН) га ёзиб қўяди. Иккинчи ва тўртинчи тўғри –тўртбурчак билан ҳам худди шундай амаллар бажарилади. Учинчи тўғри тўртбурчакда топшириқни бажариш учун ажратиладиган вақт 8 сониягача қисқартирилади, бироқ бу синалувчиларга ошкор этилмайди (атайин муваффақиятсизлик вазияти вужудга келтирилади).

Натижалар таҳлили

Шахснинг талабгорлик даражаси (ТД) қуйидаги формула ёрдамида ҳисоблаб топилади:

$$ТД = \frac{(КН_2 - ЭН_1) + (КН_3 + ЭН_2) + (КН_4 - ЭН_3)}{3}$$

Бу ерда: КН₂, КН₃, КН₄ – 2, 3, 4 синовлардаги кутилган натижа.

ЭН₁, ЭН₂, ЭН₃ – 1, 2, 3 синовлардаги эришилган натижа.

Натижаларни баҳолаш.

5 ва ундан юқори – талабгорлик даражаси реал имкониятлардан жуда юқори;

4,99 : 3 – талабгорлик даражаси реал имкониятлардан юқори;

2,99 : 1 – талабгорлик даражаси ўртача (реал имкониятларга адекват);

0,99 : 1,49 – талабгорлик даражаси реал имкониятлардан паст;

1,5 ва ундан кичик – талабгорлик даражаси реал имкониятлардан жуда паст.

1 – расм: Жавоб варағи

1	КН ₁											
	ЭН ₂											

2	КН ₂											
	ЭН ₂											

3	КН ₃											
	ЭН ₃											

4	КН ₄											
	ЭН ₄											

(Методика манбаси: Бороздина Л.В. Исследования уровня притязаний: Учеб. Пособие. – М.: Изд – во МГУ, 1985, - 103с. 90 – бет.)

Мулоқотда ўз – ўзини бошқариш даражасини аниқлаш сўровномаси

Мазкур сўровнома америкалик психолог М.Снайдер томонидан ишлаб чиқилган бўлиб, шахсинг мулоқот давомида ўз – ўзини қанчалик кучли бошқара олишини ўрганишга хизмат қилади.

Кўрсатма: «Дикқат билан қуйидаги берилган 10 та гапни ўқиб чиқинг. Гаплар мазмунида ифодаланган фикр ўзингиз учун қанчалик тегишли эканини билдиринг. Бунда «тўғри», «тўғри шекилли» каби жавоблардан фойдаланинг».

Сўровнома материали

1. Менинг назаримда, бошқаларнинг хатти – ҳаракатларига тақлид қилиш осон эмас,

2. Мен атрофдагилар диққатини жалб этиш ёки уларни кулдириш учун ҳар хил қилиқлар қила олган бўлар эдим.

3. Мендан тузуккина актёр чиқиши мумкин эди.

4. Атрофдаги одамлар назарида мен баъзи нарсаларни ҳаддан ташқари юракка яқин оламан.

5. Дўстлар даврасида мен камдан – кам бошқаларнинг диққат марказида бўламан.

6. Ҳар хил вазиятларда ҳар хил одамлар билан мулоқот қилишда мен ўзимни турлича тутаман.

7. Мен бирор нарсага қатъий ишонганимдагина уни ҳимоя қилиб, ёқлаб чиқишим мумкин.

8. Одамлар билан муомала – муносабатда муваффақият қозониш учун мен атрофдагиларга маъқул тушадиган хатти-ҳаракатларни қилишга интиламан.

9. Мен «кўргани кўзим бўлмаган» одамлар билан ҳам ўзимни дўстона тута оламан.

10. Мен ҳар доим ҳам ўзимнинг ҳақиқий сифатларимни намоён этмайман.

Натижаларни ҳисоблаш.

Калитга мос келган ҳар бир жавоб учун 1 балл қўйилади

Калит: «тўғри», «тўғри шекилли» - 1, 5, 7;

«нотўғри», «нотўғри шекилли» - 2, 3, 4, 6, 8, 9, 10.

Текширилувчининг жавоблари калит билан солиштирилгач, балларнинг умумий йиғиндиси ҳисоблаб топилади.

Натижаларнинг талқини.

Агар текширилувчи самимий жавоб берган бўлса, унинг мулоқотда ўз – ўзини бошқара олиш даражаси ҳақида қуйидаги фикрларни билдириш мумкин:

4 – 3 – коммуникатив назорат суст; ҳуқ – атвор барқарор, вазиятга қараб ўзгаравермайди мулоқотда самимий равишда кўнгилдаги гапни гапириш эҳтимоли юқори: дангаллик ва чўрткесарликнинг кучли эканлиги баъзиларга ёқмаслиги мумкин.

4 – 6 – коммуникатив назорат ўртача; самимият даражаси юқори, лекин баъзида ҳиссиётлар «жилови» бўш қўйиб юборилади, ҳуқ – атворда атрофдагиларнинг фикрларини инобатга олиш мавжуд.

7 – 10 – коммуникатив назорат юқори; тезлик билан ҳар қандай ролга кириша олиш; вазият ўзгариши билан шахсий ҳуқ – атворни осонгина ўзгартириш; атрофдагиларда қандай таасурот қолдирилишини олдиндан билиш.

М.Снайдернинг таъкидлашича, коммуникатив назорат даражаси юқори бўлган одамлар қайси вазиятда ўзини қандай тутиш кераклигини биладилар, ўз эмоцияларининг ифодаланишини бошқарадилар. Бироқ улар ўзларини табиий тутишга қийналадилар, воқеалар ривожини олдиндан пайқаб бўлмайдиган вазиятларни хуш кўрмайдилар. Коммуникатив назорат

даражаси паст бўлган одамлар ўзини табиий ва очик тутадилар, лекин вазият ўзгарганда, янги вазиятга мослашишда қийналадилар.

Жавоб варақаси

№	Тўғри	Тўғри, шекилли	Нотўғри	Нотўғри, шекилли	№	Тўғри	Тўғри, шекилли	Нотўғри	Нотўғри, шекилли
1					6				
2					7				
3					8				
4					9				
5					10				

(Методика манбаси: Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога: Учеб.пособие: В 2 кн. – 3 – е изд. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2000: - КН. 2: Работа психолога со взрослыми. Коррекционные приёмы и упражнения. – 480 с. 57 – 58 бетлар.)

Шахс акцентуациясини диагностика қилиш сўровномаси (К.Леонгард)

Мазкур сўровнома А.А.Баранов томонидан ишлаб чиқилган. Бунда Карл Леонгарднинг шахс акцентуациялари типологияси асос қилиб олинган.

Сўровнома темперамент, характер ва тафаккур услубида акцентуациянинг қайси тури устунлик қилишини аниқлаш учун ёрдам беради. Сўровнома билан ишлашда текширилувчи берилган ҳукмлардаги таъкидлар унинг ҳулқ – атворига мос келиши ёки келмаслигини билдириши керак.

01. Намойишкороналик – доим диққат марказида бўлишга, тан олинисга устун бўлиши.

02. Гинахонлик – кўрқув ва жаҳл эмоцияларининг узок вақт барқарор сақлаб туриши.

03. Майдакашлик – ўрнатилган тартибга қатъий риоя этишга интилишнинг, ишнинг ташқи ва майда – чуйда томонларига эътибор беришнинг кучли бўлиши.

04. Қўзғалувчанлик – ҳулқ-атворда импульсивликнинг, етарлича мулоҳазасиз ҳаракат қилишга мойилликнинг устун бўлиши.

05. Оптимистлик – кўтаринки кайфият, фаолиятда жонбозлик, гапдонликнинг устунлиги.

06. Даврийлик – кўтаринкилик ва тушкунлик ҳолатларининг даврий равишда ўрин алмашиши.

07. Пессимистлик – ёмон кайфият, воқеаларнинг салбий томонларига кўпроқ эътибор берувчанликнинг устун бўлиши.

08. Беқарорлик – ҳаётий вазиятлар таъсирида эмоционал ҳолатнинг мусбат томондан манфий томондан мусбат томонга кескин ўзгариши.

09. Хавотирланувчанлик – хавотир, чўчиш, кўрқимсирашнинг юқори бўлиши.

10. Кўнгилчанликнинг – нозик инсоний ҳиссиётлар соҳасида чуқур кечинмаларининг, таъсирчанликнинг устун бўлиши.

11. Экстравертлик – ташқи оламдаги воқеа – ҳодисаларга йўналганликнинг устун бўлиши.

12. Интровертлик – шахсий кечинмалар, ўй – хаёллар оламига йўналганликнинг устунлик қилиши.

Эслатма № 1. Акцентуация номлари асосан клиник атамалар билан эмас, сўзлашув услубига хос сўзлар билан ифодаланган.

Таъкидлар қатори.

1. Бошқалардан уни ажратиб турадиган тақинчоқ ва кийимларни яхши кўради.
2. Ёқимсиз вазиятларни узоқ вақт эсда тутлади.
3. Ҳамма нарса ўзининг қатъий белгиланган жойида бўлишини таъминлашга интилади.
4. Тез жаҳли чиқади.
5. Ташаббускорлик - унинг асосий хусусияти.
6. Шундай бўладики, унинг кайфияти бирор жиддий сабабсиз ҳам ўзгаради.
7. Кўпинча пассив.
8. Ўз ҳиссиётларини ёрқин ва самимий ифода этиши билан ажаралиб туради.
9. Уни журъатсиз одам деса бўлади.
10. У кўнгли бўш одам.
11. Кайфияти кўпинча аъло.
12. Фикрлари антиқалиги билан бошқалар фикрларидан фарқланади.
13. Нотаниш одамлар билан осонликча мулоқотга киришади.
14. Уни мағрур одам деса бўлади.
15. Доим етти ўлчаб, бир кесиш қондасига риоя этади.
16. Баъзида ўз фикрларини кескин ва ортиқча андишасиз билдиради.
17. Мураккаб вазиятлардан устамонлик билан чиқиб кетади.
18. Кутилмаган қилиқ қилиб қўйиши мумкин.
19. Ҳар хил шартлар, ахлоқий талаблар билан ҳамма нарсани мужмаллаштириб юборади.
20. Беминнат ёрдам кўрсатишга мойил.
21. Алдаш қўлидан келмайди.
22. Кайфиятига қараб иш тутеди-ю, лекин меъёрдан четга чиқмайди.
23. «Аввал ўйла, кейин сўйла» қондасига риоя қилмайди.
24. У реал ҳаётдан бироз узилиб қолган.
25. Муваффақият қозониши учун бошқаларга маъқул тушадиган одам бўлишга интилади.
26. У бирдан янги ишга қўл ура олмайди, лекин ҳаммасини тушуниб олгач, ишни бошқалардан яхши бажаради.
27. Қарорлари ва ҳаракатлари ишончли ҳамда аниқ экани билан бошқалардан фарқланади.
28. Жамоада доим етакчиликка даъво қилади.

- 29.У қийин вазиятлардан чиқиш йўлини тезгина топади.
- 30.Вазият ўзгариши билан унинг ҳаракатлари ҳам ўзгаради.
- 31.Ён босиш ва бўйсунтишга мойиллик билдиради.
- 32.Ҳар хил миш – мишларга осонгина ишониб қўя қолади.
- 33.Масъулиятни ўз зиммасига олишдан ўзини олиб қочади.
- 34.Қондан қўрқади.
- 35.Дангаллик ва очиқлик унинг табиатига хос.
- 36.Кўпчиликнинг қарашларига зид келувчи фикр тарафдори бўлиши мумкин.
- 37.Бошқалар билан мулоқот қилишда ўзининг ҳатти – ҳаракатлари қандай бўлишини таҳлил этади.
- 38.Обрўсини йўқотишдан қўрқмай, узоқ вақт ўз қарашлари ва ғояларини ҳимоя қилиш учун кураш олиб бориши мумкин.
- 39.Қатъий қарор қабул қилишга қийналиб узоқ мулоҳаза юритади.
- 40.У ғалаба қозониш рақибининг кучига эмас, энг аввало ўзининг матонатига боғлиқ, деб билади.
- 41.Ўз вазифаларига жиддий муносабатда бўлмаган пайтлари учраб туради.
- 42.Баъзида бир неча кун, ҳатто, ҳафталаб ўз оламига «кириб кетиши» мумкин.
- 43.Унинг хулқ атвори биринчи навбатда жамиятда қабул қилинган меъёрлар билан белгилаб берилади.
- 44.Ваҳима қилишга мойил.
- 45.Дўстлари билан бўлган мулоқотда ўта ишонувчан.
- 46.Интизомли, ўз бурчига содиқ.
- 47.Унинг шиори – «Ҳамма қайси тарафга бўлса, мен ҳам ўша тарафга».
- 48.У камгап, зарурат туғилгандагина мулоқотга киришадиган инсон.
- 49.Ўз кайфиятини осонгина ўзгартириши мумкин.
50. Уришиб қолган бўлса, ярашиш томон биринчи бўлиб қадам ташламайди.
- 51.Кўпинча ишларнинг бажарилишини эрта – индинга ёки кейинги ҳафтанинг шу кунига қолдиради.
- 52.Ҳаётий режалар тузиб эмас, реал ҳаёт кечириб яшашни истайди.
- 53.Жамоанинг «юраги» бўла олади.
- 54.Ўзига нима керагини баъзида ўзи ҳам билмайди.
- 55.Шовқин–суронли давраларни ёқтирмайди, улардан ўзини олиб қочади.
- 56.Бадиий дид соҳиби.
- 57.Бошқаларнинг унга бўлган муносабатини жуда нозик ҳис этади.
- 58.Уни ҳафа қилиш осон.
- 59.Мақсадга эришиш учун синалган усул ва воситалардан фойдаланишни маъқул кўради.
- 60.Меҳнатда ишни қандай қилиб яхшироқ, тезроқ, кам вақт ва куч сарфлаб бажариш мумкинлигини кўп ўйлайди.
- 61.Уни бошқалар диққатини жалб этадиган одам деса бўлади.
- 62.Уни бировдан узоқ вақт ҳафа бўлиб юрадиган одам деса бўлади.
- 63.Уни нарсаларнинг майда-чуйдаларига кўп эътибор берадиган одам деса бўлади.
- 64.Уни ўйламай иш қилиб қўядиган одам деса бўлади.

65. Уни доим келажакка умид билан қаровчи одам деса бўлади.
 66. Унда гоҳ ўта умидворлик, гоҳ ўта умидсизлик кузатилади.
 67. Уни келажакка умидсизлик билан муносабатда бўлувчи одам деса бўлади.
 68. Уни ҳиссиётга жуда берилувчан одам деса бўлади.
 69. Уни ўта хавотирланувчан одам деса бўлади.
 70. Уни ҳаддан ташқари тинчликсевар одам деса бўлади.
 71. Уни киришимли, одамшинаванда одам деса бўлади.
 72. Уни яккаланувчан, одамови одам деса бўлади.

Эслатма № 2. Сўровномадан эксперт баҳоларини олиш учун фойдаланиш самарали бўлиши мумкин.

Баллар	Шахс акцентуацияси типлари ва уларга мувофиқ келувчи таъкидларнинг тартиб рақами											
	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12
5	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
4	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
3	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36
2	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48
1	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60
6	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72
Баллар йиғиндиси												

Жавоб варақаси

Эслатма № 3. Натижаларни қайта ишлаш ва ҳисоблашда текширилувчи фақат ўзига хос деб билган таъкидлар миқдори ҳисобга олинади.

(Методика манбаси: Шевандрин Н.И. Психодиагностика, коррекция и развитие личности. – М.: Гуманит.изд.Центр ВЛАДОС, 1998. 319 – 323 бетлар.)

Сиз билан яшаш осонми?

Қуйидаги тест – синовлари етарли жавоб олишингизга имкон беради.

1. Азонда соат жиринглаганда. Сиз:

- а) бошқа томонингизга ёнбошлаганча яна бир оз ётасиз (2)
- б) тўшакдан ирғиб тушасиз (5)
- в) соат тўла жиринглаб бўлгунча ётаверасиз (0)

2. Сиз нонуштага:

- а) кийиниб бўлиб ўтирасиз (6)
- б) кийиниб оласиз – у, аммо кўчага чиқиб кетишга тўла шай бўлмайсиз (5)
- в) қайси кийимда ётган бўлсангиз, ушандай ювиниб – таранмай ўтирасиз. (2)

3. Одатда эрталабдан сиз :

- а) белгилаб олган режаларингизни бажаришга киришасиз (5)
- б) доимо уйқусираб юрасиз (0)
- в) эринибгина иш кунини бошлайсиз (1)

4. (Хотинингиз ёки эрингиз) билан кафе(бар)да овқатланиш учун учрашганингизда сиз:

- а) кундузи содир бўлган воқеа — ходисалар гирдобидан чиқолмайсиз(2)
- б) учрашув ёддан сақланадиган бўлишига ҳаракат қиласиз (6)
- в) одатдаги ҳолатда бўласиз (3)

5. Сиз севган телекўрсатув кетаётган вақтда эрингиз (ота — онангиз)нинг дўстлари меҳмонга келишди? Сиз:

- а) ҳеч иккиланмай телевизорни ўчирасиз (6)
- б) овозини сал пасайтириб, томоша қилаверасиз (5)
- в) томошани биргаликда кўришни таклиф қиласиз (3)

6. Сизнинг турмуш ўртоғингиз:

- а) қалби тоза инсон — ку, аммо сал зикнароқ (2)
- б) бирга яшаш учун кўнгилдагидек инсон (5)
- в) оддийгина одам (4)

7. Сиз:

- а) дўстларингизнинг туғилган кунлари ва улар учун муҳим бўлган саналарни ёдда сақлайсиз (6)
- б) ёқтирмасангиз ҳам аммо баъзи саналарни одоб юзасидан нишонлайсиз (4)
- в) дўстларингиз ҳаётидаги бундай саналарни ёдингизда тутмайсиз (4)

8. Эрингиз (хотинингиз)нинг камчиликларини болаларингиз олдида юзига соласизми?

- а) ҳеч қачон (6)
- б) баъзан (2)
- в) ҳар доим (5)

9. Жаҳлингиз кўпроқ нимадан чиқади? У:

- а) нонуштага кеч қолса (4)
- б) яхши нарса харид қила олмаса (5)
- в) фаромушхотир бўлса (2)

10. Оилани одамни баъзан ёлғиз қолишга интилишини қандай баҳолайсиз?

- а) бу яхшилик белгиси эмас (0)
- б) табиий ҳолат деб биламан (6)
- в) ортиқча қилиқ деб баҳолайман (2)

11. Бошқалар ҳақида сиз:

- а) танқидий фикр юритасиз (0)
- б) фикрингизни юмор билан билдирасиз (4)
- в) бошқаларни ғийбат қилишни ёқтирмайсиз (2)

12. Ҳазил мутоибага нисбатан муносабатингиз :

- а) кўпам ёқтирмайман (2)
- б) доимо ҳазиллашишга тайёрман (5)
- в) умуман юморни жиним суймайди (0)

Натижалар

50 дан зиёд балл тўпладингиз. Бирга яшаш учун сиздан муносиб одамни бу дунёдан топиш қийин. Сиз оғир босиқ. Бошқаларнинг камчиликларига нисбатан сабрлисиз. Сиз билан яшаш қийин эмас. Аммо баъзан жонга тегиб кетасиз. Атрофда бўлаётган воқеа – ҳодисаларга эрингиз кўзи билан қарашга ҳаракат қилинг.

20 баллдан кам. Мен доим ҳақман деган ақидадан воз кечиш йўллари ахтаринг, акс ҳолда турмушингиз захар – заққумга тўлаверади.

Ўз - ўзини ривожлантириш тести.

Вазифани бажариш йўли. Педагог психолог синалувчиларга қуйидаги вазифаларни бажаришни топширади.

1. Қоғоз олиб унга тест ўтказиладиган санани ёзинг.

Вазифанинг ҳар бир таъкидини ўқиб, фақатгина ўзингизга мос келувчи рақамларни белгиланг. Агар тўғри келса рақам тўғрисига “+”, тўғри келмаса “-” белгисини қўйинг. Агар жавоб беришга қийналсангиз “?” белгисини қўйинг.

Охирги жавобни зарур пайтда ўтказинг, яна бир марта йўриқномани ўқинг ва ишни бошланг.

- 1. Менда, ўз ҳақимда билим олиш истаги туғилди.
- 2. Фикримча, менда ўзимни ўзгартиришга ҳеч қандай зарурат йўқ.
- 3. Мен ўз кучимга ишонаман.
- 4. Мен барча ўйлаган истакларимни амалга оширишимга ишонаман.
- 5. Мен ўзимдаги ижобий ва салбий хислатларни билишга хоҳишим йўқ.
- 6. Мен ўз режаларимни амалга оширишимда кўпроқ ўзимга эмас, балки омадга ишонаман.
- 7. Мен самарадор ва яхши ишлашни хоҳлайман.

8. Керакли вақтда мен ўзимни мажбурлаб ўзгартира оламан.
9. Менинг омадсизлигим бу кўпроқ ишни бажара олмаслигимга боғлиқ.
10. Бошқаларнинг мен ҳақимдаги фикрлари имкониятларим ва фазилатларим қизиқтиради.
11. Мен истакларимни мустақил амалга оширишга қийналаман.
12. Ҳар қандай ишда омадсизлик ва хатодан қўрқаман.
13. Менинг қобилиятим ва билимим касбим талабларига мос тушади.
14. Вазият мендан кучли, хатто мен ниманидир қилишни жуда ҳам хоҳлаётган бўлсам ҳам.

Натижаларни қайта ишлаш.

Олинган натижаларни қайта ишлаш жараёнида хатоларни тўғрилаш мумкин эмас. 14 та жавобни калиига солиб текширинг. Диққатли бўлинг уни қавс ичида ёзиб боринг. Ҳар бир таъкид “калит”и

1. (+), 3 (+), 5 (-), 7 (+), 9 (+), 11 (-), 13 (-)
2. (-), 4 (+), 6 (-), 8 (+), 10 (+), 12 (+), 14 (-)

Мос келувчи жавобларни яъни сизнинг жавобингиз калит жавоби билан тўғри келган вариантларни сананг. Масалан, (+) “+”; “-” (-)

Агар жавобда савол белгиси қўйилган бўлса мослик йўқ. Ҳамма ҳаракатингизни бўлмасдан уни назорат қилинг.

Мосликлар миқдори 0 дан 14 гача ўзгариб туриши мумкин. “Ўзимни билишни истайман” тушунчасига сизнинг тайёргарлигингизни аниқлаш учун фақат қуйидаги 1,2,5,7,10,13 таъкидлар рақами билан мослик миқдорини санаб чиқиш талаб қилинади.

“Ўзини билишга тайёрлик” тушунчасининг тахминий балли 7 балл.

Худди шундай усулда “Ўзимни такомиллаштира оламан” тушунчасига тайёргарлик 3,4,6,8,11,12,14 тасдиқларига мосликлар миқдорини ҳисоблаб аниқланади, тахминий балл 7 баллдир.

Натижаларнинг таҳлили.

Олинган тушунчалар графикка тушурилади. Горизонтал бўйлаб “Ўзимни билишни истайман” (ГБИ), вертикал бўйлаб “Ўзимни такомиллаштира оламан” (ВТО) тушунчалари қўйиб чиқилади. Икки

кордината бўйлаб нукталарни графикда белгилайсизлар. Улар квадратлардан бирига тушади. Квадратлар АБВГ.

Графикдаги квадратга “тушиши” бу сизнинг ҳозирги вақтдаги ҳолатингиздан бири:

А – ўзимни такомиллаштира оламан лекин ўзимни билишни истайман эмас

Б – ўзимни билишни истайман ва ўзгара оламан

В – ўзимни билишни истайман ва ўзгармайман

Г – ўзимни билишни истайман лекин ўзимни ўзгартира олмайман.

Мумкин бўлган имкониятларни талқини (Квадрат Г)

Бундай мослик ўзингиз ҳақингизда кўпроқ исташингизни, лекин ўзингизни такомиллаштириш малакаларини хали яхши эгалламаганингизни англатади. Бу тулки ва узум ҳақидаги масалга ўхшайди. Бунда тулкининг узуми жуда юқорида эди.

Эзоп масалидаги тулки уни олиш имкони йўқлигини кўриб узум ҳали пишмаган деб қарор қилди ва кетди.

Ўз-ўзини тарбиялашдаги қийинчиликлар сизда бундай реакцияни туғдирмаслиги керак. “Қила олмаяпман демак қилмаяпман”

Ўзини такомиллаштира олишдаги калит билан мос тушмайдиган тасдиқларга диққат билан қаранг. Қаерда ва нима устида ишлаш кераклигини тахмин кўрсатади. Ўзини-ўзи такомиллаштиришга қарор қилган бўлсангиз ушбу сўзни ёдда тутинг “инсон ўз қобилиятларини фақатгина қўллаш орқали билиши мумкин”. Сузишни ўрганиш учун ё ҳақиқатдан сузиш керак, ёки доимо ҳаракат қилиш керак. Шунда омад сизни қўлингиздадир.

Иккинчи ҳолат (квадрат А)

Ўзимни билишни истайман аҳамияти кўпроқ горизонтал ўзимни билишни истайманга қараганда сизда ўзингизни билиш хоҳишига кўра ўзингизни ривожлантириш кўпроқ. Бу ҳолда ўз ҳақида фикр юритиш керак бўлади. Бу эса ўз касбини ўзлаштиришни бошлашдир. Фаолиятда ўзининг индивидуал услубини топиш орқали турли соҳада профессионализмга эришиш мумкин бу эса ўз-ўзини англашсиз амалга ошмаслигини тушунасиз. “Ўзини билишга тайёрлик” ва “ўзини ривожлантиришга тайёрлик” ҳолатлари горизонтал ўзини билишни иташ ва горизонтал ўзини такомиллаштириш 4

балдан кам бўлган вазиятларда кўриб чиқилади. Шу билан бирга сизнинг таҳлилларингиз “калит” жавоблари билан мос тушмайдиган таъкидларга қаратилган бўлиши лозим. Ўзингизни диққат билан кузатинг ва бу ҳақида дўстларингиздан илтимос қилинг.

Ўзини ривожлантиришда қандай қийинчиликлар борлигини тушунишга ҳаракат қилинг. Анча вақтдан сўнг қайтадан кўриб чиқиш керак. Натижаларни таққосланг.

Sizning guruhdagi xulq-atvoringiz.

Har bir inson shaxslararo munosabatda o'zining xulq-atvorini namoyon qiladi. Quyida taqdim etilayotgan test inson xulq-atvorining tobelik, mustaqillik, muloqtmandlik, muloqotga kirisholmaslik, kurashuvchanlik va raqbotlashuvdan qochish singari namoyon bo'lish shakllarini o'rganishga yordam beradi. Har bir test savollarini diqqat bilan o'qing. Agar sizning tasavvuringizga mos kelgan savollarga “ha” yoki mos kelmaganlariga esa “yo`q” javobini bering.

HA. YO`Q. Savollar

1. Tevarak-atrofingizdagi kishilarga nisbatan tanqidiy munosabatda bo`la olasiz.
2. Guruhdagi nizolardan o`zingizni chetga olasiz.
- 3 Yetakchi (guruh sardori)ning maslahatlariga quloq solasiz.
- 4.O`rtoqlaringiz bilan haddan ortiq yaqin munosabatda bo`lishga moyil emassiz.
- 5.Guruhdagi do`stona munosabatlarni qo`llab-quvvatlaysiz.
- 6.Yetakchiga e'tiroz bildiradi olasiz..
7. Guruh a'zolarining ayrimlariga xayrixohsiz.
- 8.Guruhda tashkil etiladigan uchrashuv va yig'ilishlarda faol ishtirok etishga maylingiz yo`q.
- 9.Yetakchining rag`batiga muhtojsiz.
- 10.Fe'l-atvoringizda odamovilik mavjud.
- 11.Munozaralarda betaraf bo`la olmaysiz.
- 12.O`rtoqlaringizga yetakchilik qilishga moyilsiz.
- 13.Yaqin o`rtoqlaringiz bilan munosabatda bo`lganingizda quvonasiz.

14. Guruh a'zolari qilgan dushmanlarcha munosabatlarga xotirjamsiz.
15. Hamisha guruhning kayfiyatiga qarab ish tutasiz.
16. Guruh a'zolarining shaxsiy sifatlariga ahamiyat bermaysiz.
17. Sizda guruh maqsadlarini o'zgartirishga rag'bat bor.
18. O'zingizni yetakchiga qarshi qo'yib, huzur olasiz.
19. Guruhning ayrim a'zolari bilan yaqin munosabatda bo'lishni xohlaysiz.
20. Bahslarda betaraflikni afzal bilasiz.
21. Yetakchining boshqarish qobiliyati va faolligini yoqtirasiz.
22. Guruh a'zolarining bir-biriga zid fikrlariga beparvosiz.
23. O'z hissiyotlaringizni namoyon etishda tortinchoq emassiz.
24. O'z atrofingizda hamfikrlaringizni birlashtirishga intilasiz.
25. Rasmiyatchilikka qarshisiz.
26. Ayblaganda o'zingizni yo'qotib qo'yasiz va jim turishni afzal bilasiz.
27. Guruh maqsadlariga mos ish tutasiz.
28. Guruh a'zolarining ayrimlariga emas, balkibutun guruhga bog'lanib qolgansiz
29. Munozaralarni keskinlashtirish va susaytirishga qodirsiz.
30. Boshqalar e'tiborida bo'lishga intilasiz.
31. Guruhlarga a'zo bo'lishga intilasiz..
32. Murosasozlikka moyilsiz.
33. Yetakchi muvaffaqiyatga erisha olmaganda unga achinasiz.
34. O'rtoqlaringizning e'tirozlarini o'kinch bilan qabul qilasiz.
35. Ba'zan makkorlik va tilyog'lamalik qilishga moyilsiz.
36. Guruhga rahbarlik qilishga qodirsiz.
37. Guruhdagilar bilan munosabat o'rnatishda ancha erkin va ochiq ko'ngilsiz.
38. Guruh a'zolarining qarama-qarshi fikrlaridan asabiylashasiz.

39. Ishlarni rejalashtirishda yetakchining mas'ul bo'lishini afzal bilasiz.
40. Do'stligingizni namoyon eta olmaysiz.
41. O'rtoqlaringizga jonkuyarsiz.
42. Boshqalarni yetakchiga qarshi qo'yishga urinasiz.
43. Guruh doirasida o'zgalar bilan tez tanishasiz..
44. Munozaralarga aralashishni yoqtirmaysiz.
45. Guruh a'zolarining gapini ma'qullaysiz.
46. Guruhda o'zingizga maslakdosh topishga qiynalasiz.
47. Ta'sirlanganda kulgili holatga tushib qolishdan qo'rqmaysiz
48. O'zgalarga bog'lanib qolmaslikka harakat qilasiz.
49. Ahil guruhga a'zo bo'lishga intilasiz.
50. O'zingizning haqiqiy tuyg'ularingizni namoyon qilmaslikka intilasiz.
51. Guruh a'zolarida xilma-xil fikr tug'ilganda yetakchining fikrini ma'qullaysiz.
52. O'zgalar bilan muloqot o'rnatishda tashabbuskor emassiz.
53. O'rtoqlaringizni tanqid qilishga moyilsiz.
54. Boshqalardan ko'ra ko'proq yetakchi bilan muloqot o'rnatasiz.
55. Guruhdagi haddan ortiq betakalluf munosabatga chiday olmaysiz.
56. Bahs-munozara qilishni yoqtirmaysiz.
57. Guruhda yuqori mavqega erishishga intilmaysiz.
58. O'rtoqlaringiz munosabat (ish)lariga aralashmay xato qilasiz.
59. «G'avg'o ko'tarishga» va «boshqalarning jig'iga tegishga» ustasi farangsiz.
60. Yetakchiga o'z noroziligingizni bildiradi olasiz.

Test natijalari

Ega bo`ldi

Tobelik - guruhii me'yorlarni qabul qiladi, undagi qadriyatlarga bo`ysunadi.

Mustaqillik - mustaqil harakat qilishga, yetakchilikka moyil.

Ega bo`ldi

Muloqotmand - insonlar bilan tez til topishadi, guruh a`zolari bilan hissiy iliq munosabat o`rnatishga layoqatli.

Muloqotmand emas - tund, o`zining ichki olamiga yo`nalgan, emotsional bog`liqlikni yoqtirmaydi, guruh a`zolari bilan til topisha olmaydi.

Ega bo`ldi

Faollik - shaxslararo munosabatlarga o`z mavqeiga ega, guruhii tadbirlarda faol ishtirok etadi.

Nofaollik - nizodan qochadi, guruhii munozaralarda o`zini chetga oladi, murosani yoqtiradi.

Сизнинг психологик қиёфангиз

Ҳар бир инсон бирон бир психологик тоифага мансуб. Инсонларнинг хусусиятларига кўра қуйидаги психологик тоифаларга ажратиш мумкин:

экстраверт (ҳиссиётлари ташқарига йўналтирилган) ёки интроверт (ҳиссиётлари ички оламига қаратилган)

сезгир (сенсор) ёки фаҳмли (интуитив)

фикрловчи (мантиқий) ёки ҳиссиётли (этикавий)

ҳал этувчи (рационал) ёки идрок этувчи (иррационал)

Тестдаги хусусиятлар алоҳида калит сўзларга бирлаштирилган. Калит сўзларни ифодаловчи жуфт сўзлардан ўзингизга мосини, устун билганингизни, хусусиятларингизни ифодаловчи биттасини белгиланг ва ўзингизни қайси тоифага мансублигингиз ҳамда психологик қиёфангиз ҳақида билиб олинг.

Экстраверт- интроверт, сўзламоқ- тингламоқ, ташқи оламга йўналтирилган - ички оламига йўналтирилган, ошкора айтади - ўзида кечиради, мулоқотманд –тўпланган, гапга чечан-тунд, жўшқин -хотиржам,

кенг-чукур, шовқинли –тинч, қувватни сарфлаш -қувватни сақлаш, сезгир (сенсор)-фаҳмли (интуитив), иш -илҳомланиш, бугун келажак- барқарор, янги имкониятлар, аниқ-мавҳум, амалиётчи-ҳаёлпараст, айнан- мажозий, далилларга таянувчи, назарий- амалиётга қўлламоқ, яширин-маъносини изламоқ, реалист- идеалист, фикрловчи (мантикий)-ҳиссиётли (этикавий), фикр туйғу- мантиқ, тез ҳиссиётга берилувчан-тахлил этмоқ, ҳамдард бўлмоқ- холисона, нохолис-адолатли, инсопарвар-пухталик, уйғунлик, танқидга мойил-хайрихоҳ, қаттиққўл-кўнгилчан, бош юрак, ҳал этувчи (рационалист) -идрок этувчи (иррационалист), тартиб-интизом, эркинлик, режали тайёрланмасдан- ҳаракат қилиш, уюшқоқ-беихтиёр, ҳал этмоқ- кутмоқ, тузилма- йўналиш, изга туширилган эркин ҳаракатланиш, аниқ мўлжалланган-бошқармоқ, мослашмоқ, якунламоқ-бошламоқ.

Тест натижалари.

Сизнинг психологик тавсифингиз:

- атроф олам билан ўзаро таъсирлашув усули;
- ахборотларни идрок этиш усули;
- қарор қабул қилиш усули;
- ҳаётни режалаштириш усули.

Агар сизда ҳар иккала типга тегишли сўзларни белгилашда савол туғилса, демак, шубҳаланаётганлигингизни билдиради. Шунинг учун, уларнинг тафсилотини яна бир бора ўқинг ва энг мосини танланг. Мабодо, 4 та типга хос хусусиятлардан иккита саволли ҳолатга дуч келсангиз, уларнинг умумий тавсифини ўқиб чиқинг ва саволларни мазмунига синчиклаб қаранг. Яна муаммога дуч келсангиз, бошқа тестга мурожаат қилинг. Албатта, ўзингизни қайси инсон тоифасига тегишли эканингизни аниқлашингиз лозим.

Экстраверт ёки интроверт

Биринчи гуруҳ шахс хусусиятлари инсоннинг атроф олам билан ўзаро таъсирлашувини, яъни қуввати ва туйғуларини қайсига йўналтириш усулини ифодалайди. Инсон ўз туйғуларини ё ички оламга, ё ташқи оламга йўналтириши мумкин. Агар инсон ўз туйғуларини ташқи оламга йўналтирган бўлса, у экстраверт ҳисобланади. Кимда-ким туйғуларини ўзининг ички оламга қаратган бўлса, у интроверт ҳисобланади. Жуда мулоқотманд ва доимо одамлар билан алоқада бўлишни ёқтирадиган инсон

бўлсангиз, демак экстравертсиз. Сиз муносабатларга осонгина киришасиз ва суҳбат мавзусини топишда қийинчиликларга дуч келмайсиз. Сиз ёлғизликни ёқтирмайсиз, қизиқишларингиз соҳаси ва танишларингиз давраси кенг, доимо ҳаётдан қувонч ола биласиз, атрофдагиларнинг эътиборида ва воқеа-ҳодисаларнинг марказида бўлишни ёқтирасиз. Сиз масалалар юзасидан қарор қабул қилишда атрофдагилар билан бамаслаҳат иш тутасиз ва уни ҳал этишда фаол иштирок этасиз. Сиз учун тинглашдан кўра кўпроқ сўзлаш маъқул. Баъзан бу хислатингиздан афсусланасиз. Туйғу ва кечинмалар ички оламингизга қаратилган бўлса, у ҳолда сиз интровертсиз. Сиз кўп вақтингизни ёлғиз ўтказишга ҳаракат қиласиз. Катта давраларда ўзингизни ноқулай сезасиз. Сизнинг дўстларингиз давраси кенг эмас. Сиз атрофдагиларни эътиборида бўлишни ёқтирмайсиз ва ўз хистуйғуларингизни намоён қилмасликка интиласиз. Сиз воқеа-ҳодисаларни синчиклаб ўрганасиз. Бу сизни дунёқарашингиз чуқур, аммо кенг эмаслигини кўрсатади. Сиз бирор масалани атрофдагилар билан муҳокама қилишдан олдин, у юзасидан атрофлича ўйлайсиз. Сиз яхши тингловчисиз. Аввал ўйла, сўнгра сўзла нақлига амал қиласиз. Баъзан мунозаралардан сўнгра “Нега мен буни айтмадим” деб афсусланасиз.

Сезгир (сенсор) ёки фаҳмли (интуитив)

Иккинчи гуруҳ хусусиятлари инсоннинг ахборотларни идрок этиши усулини ифодалайди. Сиз атроф оламини кузатишга, ахборотларни борлигича тўплашга ва улардан амалий фойдаланишга қизиқсангиз ахборотларни идрок этишда сезгиларга (сенсор) таянувчи инсон ҳисобланасиз. Сизнинг сезгиларингиз анча ривожланган (туюш, эшитиш, кўриш, таъмини татиш). Сиз масалани ечишда далилларга ва унинг деталларига эътибор қаратасиз. Аниқ савол қўя оласиз ва бошқалардан аниқ жавоб кутасиз. Сиз назарияни фактлар билан асослашни ёқтирасиз. Сиз натижадан кўра, айтиш дамида нима қилиш кераклигига эътибор қаратасиз. Сиз беш сезгилар ёрдамида ахборот тўпласангиз, уларнинг алоқадорлигини, яширин мазмунини фаҳмлашга (интуитив) ҳаракат қилсангиз интуитив (фаҳмловчи) идрок эгаси ҳисобланасиз. Сиз масаларни яхлит кўриб чиқасиз ва унинг деталларига эътибор қаратмайсиз. Масалаларга аниқ ёки умумий жавоб беришга, бир вақтни ўзида бир неча нарсалар ҳақида ўйлашга мойилсиз. Бу эса сизни атрофдагиларга баъзан паришонхотир кишидек таассурот қолдиришга олиб келади. Муаммонинг ечимларини олдиндан кўришга интиласиз.

Фикрловчи (мантиқий) ёки ҳиссиётли (этикавий)

Учинчи гуруҳ шахс хусусиятлари унинг қарор қабул қилиш усуллари ифодалайди. Агар қарор қабул қилишда мантиққа, холисликка ва ҳаққонийликка таянсангиз сизни фикрловчи (мантиқ) тип соҳиби дейиш мумкин. Сиз далилларни тўлиқ таҳлил этиб бўлгандан кейингина қарор қабул қиласиз. Сиз иродали инсонсиз. Кутилмаган ва тасодифий вазиятларда ўзингизни вазмин ва хотиржам тутасиз. Сизни бепарқликка айбласалар-да, ўзингизни холис инсон эканлигингиздан фахрланасиз. Агар қарорлар қабул қилишда шахсий тажрибангиз, субъектив баҳоларга таянсангиз, у ҳолда сиз ҳиссиётли (этикавий) инсонлар тоифасига мансубсиз. Тўғри қарор қабул қилишда одамларнинг туйғуларини ҳисобга олиш муҳим деб биласиз. Ҳақиқатни ёритишда келишувга ва низоларни юмшатишга интиласиз.

Ҳал этувчи (рационал) ёки идрок этувчи (иррационал)

Тўртинчи гуруҳ хусусиятлари инсонинг ахборот тўплаши ёки қарор қабул қилиш вазифларини аниқлашга қаратилган. Агар сиз ҳал этувчи типга мансуб бўлсангиз, у ҳолда батартиб ҳаёт кечиришни, ҳамма нарсани режалаштиришни, тизимлаштиришни ва назорат қилишни ёқтирасиз. Сиз тартибни ёқтирганлигингиз учун доимо ҳамма нарса жойида бўлишига эътибор қаратасиз. Бажариладиган ишларни қайд этиб борасиз. Тасодифий ва кутилмаган вазиятларни ёқтирмайсиз. Бошлаган ишингизни охирига етказасиз. Агар сиз идрок этувчи (иррационал) типга мансуб бўлсангиз, у ҳолда эркин турмуш тарзини ёқтирасиз. Режалаштириш сизнинг энг ожиз томонингиз. Сиз ҳаётни бошқаришга интилмайсиз ва вазиятларни ўзгаришига осонгина мослашасиз. Ноаниқлик сизни бука олмайди. Ишни муддатига етказиш учун охирги дақиқаларда кескин ҳаракат қиласиз. Масъулиятли ишларни ёқтирмасиз. Қарор қабул қилишда шошилмайсиз. Манфаатсиз ишларга қўл урмайсиз. Бошлаган ишингизни ҳар доим ҳам охирига етказа олмайсиз.

Bilib qo'ygan yaxshi.

1. Ер юзида қайси мактабда ўқувчилар сони энг кўп деб ўйлайсиз? Бу Ҳиндистон давлатида жойлашган Лукану шаҳридаги Мария Монтессори шаҳар мактабидир. 2003-2004 ўқув йили бу мактабда ўқувчилар сони 27911 тага етди.
2. Энг узок дарс 2003 йил 15-17-апрель кунлари Австралиядаги Квисленд шаҳрида жойлашган Лейдли давлат олий мактабида ўтказилган. Профессор Мари Барроуз 26 та тингловчидан иборат бўлган синфда биология бўйича 54 соат давомида маъруза ўқиган.
3. Энг кекса фан доктори бу АҚШ фуқароси Элизабет Эйчелбаумдир. У докторлик дипломини 90 ёшдан 58 кун ўтганда олди.
4. Великобританиялик Роберт Кронин деган шахс олий таълимда энг кўп муддат ўқиш бўйича рекорд ўрнатди. У Принстон университетида биология соҳаси бўйича ўқишни 1848 йил 9 февралдан бошлади ва 2000 йил 30 май куни тугатди. 52 йиллик ўқишни тугатган пайтида у 72 ёшдан ошган эди. Табиийки, унга университетнинг энг кекса битирувчиси деган унвон беришди.
5. АҚШда Айова штатидаги Чероки графлигида жойлашган Олий мактабни 1929 йил тугаллаган битирувчилар ўз мактабига ўта содиқ қолишди. Улар ҳар йили албатта мактабда учрашишни канда қилмадилар. 2003 йил мактаб битирганлигининг 74 йиллигига 30 та умргузаронлик қилаётган битирувчилардан 9 таси ташриф буюришган.
6. Буюк Британиядаги машҳур Айвор Спенсер ташкил қилган “Ёш хонимлар ва жаноблар халқаро Мактаби” энг қиммат ўқув курси ҳисобланади. Бу мактабдаги ойлик курслар учун 77500 фунт стерлинг ва ундан зиёд нарх тўланади. Талабалар Лондоннинг энг яхши меҳмонхоналарида яшайдилар, балет ва операга қатнайдилар ҳамда этикет сабоқларини оладилар.

7. Гарвард университети АҚШдаги биринчи олий ўқув юрти ҳисобланади. Ҳар йили ўртача ҳисобда 1600 ўринга 100дан ортиқ давлатдан 13000дан зиёд ариза тушади.
8. Кермогар Полина (1838 – 1925) – француз педагоги, мактабгача таълим назариётчиси ва амалиётчиси ҳисобланади. 1879-1917 й. “Оналар мактаби”нинг бош назоратчиси (инспектори), 1882-1887й. мактабгача таълим муассасалари учун дастур муаллифи. 1911й. “Оналар мактаби” тарбиячилари учун курслар очган. Франция мактабгача таълим соҳасига кўп ўзгартиришлар киритган. 1027 йилдан буён Францияда “Оналар мактаби” тарбиячилари учун Кермогар номидаги унвон таъсис этилган.
9. AU-Pair –бу халқаро дастур бўлиб, унинг мақсадига кўра ёшлар 1 йил чет эл оилаларида яшаб, шу оила болалари билан катта опа, катта ака ҳуқуқида шуғулланиб, тилни такомиллаштириб, мамлакат билан танишадилар. 1969 йили мазкур дастур ташкил қилинганида атиги 9та давлат иштирок этган эди, ҳозирги кунга келиб бутун дунё унинг Низомини қўллаб-қувватламоқда.
10. АҚШдаги Индиана штати давлат университети 2007 йилдан бошлаб талабаларга портатив компьютерлардан фойдаланиш мажбуриятини қўйди. Бунда Хитойнинг Lenovo компанияси томонидан ишлаб чиқарилган ThinkPad ноутбукидан фойдаланиш тавсия этилди. Бу дунёда шундай мазмунда ўқувчиларга қўйилган биринчи “расмий талаб” эди.
11. Германияда “Таълим машъали” деб номланган лойиҳа амалга оширилмоқда. Бу лойиҳанинг мақсади Германияда ўта иқтидорли болалар учун элитар тажриба мактаб-интернат ташкил қилиш эди. 2003 йил Гессен Федерал Ерининг Ханзесберг қасрида бу мактаб 240 болани қабул қилиб олди. Улар юқори интеллектуал ривожланишни ҳисобга олган ҳолда гимназиянинг юқори синф дастурлари бўйича таълим оладилар. Мазкур мактабни молиялаштириш Гессен Федерал Ери ҳукумати, Drezdner Bank ва Altona химия концерни томонидан молиялаштирилади.
12. Швейцария хусусий мактаб-пансионлари турли таълим дастурларини танлашни тавсия этади. Бу немисча Abitur, французча Baccalaureat,

итальянча *Maturita*, IV универсал халқаро дастури, *Matura* Швейцария федерал дастури бўлиши мумкин. Бу ерда Америка, Британия, инглиз-америка мактаблари ҳам бор.

13. Германия хусусий мактабларининг аксариятида турли муаллифлик методикалари бўйича ўқитилади. Вальдорф мактаблари, Мария Монтессори мактаблари, Питер Петерсон мактаблари шулар жумласидандир. Бундай мактабларда ўқиш учун имтиҳон топшириш ва суҳбатдан ўтиш керак бўлади.
14. АҚШнинг замонавий университетларида турли босқичдаги талабаларнинг норасмий номлари мавжуд. 1-курс талабаси **freshmen** – “янги”; 2-курс талабаси **sophomore** – “ақли кирган”, 3-курс талабаси **junior** – “ёш”, 4-курс талабаси **senior** – “катта” деб аталади.
15. Англиядаги Оксфорд ва Кембридж университетларининг “Оксбридж” деган турдош оти ҳам бор.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Axmedova M. Shaxs psixodignostikasi. T... 2012 y
2. Bolshaya ensiklopediya psixologicheskix test. Moskva. 2006
3. Дубовицкая Т.Д. К проблеме диагностики учебной мотивации. Вопросы психологии. – 2005. – С 73 – 78
4. Rasulov A.I. Psixodiagnostika T... 2010 y
5. Niyozmetova G.I. Shaxs psixodiagnostikasining proektiv metodlari. T 2013 y
6. Ibragimov X.I. Yo'ldoshev U.A. Bobomirzayev X. Pedagogik psixologiya. T., 2007y
7. G'oziyev Y. G'. Tashimov R. Y. O'zingizni bilasizmi?-T., 1994 y
8. Yo'ldosheva O. Insonni o'rganish ilmi. T., 2006 y
9. Немов Р.С. Психология: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений: В 3 кн. – 3 е изд. – М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 1999. – Кн. 3. Психодиагностика. Введение в научное психологическое исследование с элементами математической статистики. 81 - 83 бетлар
10. Ратанова Т. Шляхта Т. Психодиагностические методы изучения личности: Учебное пособие. - М. Московский психолого- социальный институт. Флинта, 1998. 251-255 бетлар.
11. Ратанова Т.А., Шляхта Н.Ф. Психодиагностические методы изучения личности: Учебное пособие – Переработанное и дополненное издание пособия: Т.А.Ратанова, Л.И. Золотарева, Н.Ф.Шляхта «Методы изучения и психодиагностики личности» - М.: Московский психолого – социальный институт : Флинта, 1998. 259 – 260 бетлар.
12. Залюбовская Е.В. Методика исследования восприятия индивидом группы// методы исследования межличностного восприятия: Спецпрактикум по социальной психологии// Под ред. Г.М.Андреевой, В.С.Агеева. М.:Изд-во Моск. ун-та, 1984. 64-71 бетлар.
13. Шевандрин Н.И. Психодиагностика, коррекция и развитие личности. – М.: Гуманит.изд.Центр ВЛАДОС, 1998. 319 – 323 бетлар.)

14. Фридман Л.М. Изучение процесса личностного развития ученика. Изд. 2 – е, пер., испр. – М.: Издательство «Институт практической психологии»; Воронеж: НПО «МОДЭЖ», 1998. 46 – 48 бетлар.

MUNDARIJA

1.INTELLEKT VA QOBILIYATLAR PSIXODIAGNOSTIKASI. Sen kimsan? Intellektni aniqlash testi.

I.2a. UMUMIY BILIMDONLIK SUBTESTI.

I.2b. UMUMIY BILIMDONLIK SUBTESTI.

1.3.Кичик мактаб ёшидаги болалар тафаккурини ўрганиш diagnostik методикаси

I.4. МАТЕМАТИК QOBILIYATNI ANIQLASH TESTI.