

**O`ZBEKISTON RESPUBLIKASI XALQ TA`LIM VAZIRLIGI
NAVOIY DAVLAT PEDAGOGIKA INSTITUTI
BOSHLANG'ICH TA'LIM USLUBIYOTI FAKULTETI**

“PSIXOLOGIYA” KAFEDRASI

“PSIXOLOGIYA” FANIDAN

LABORATORIYA ISHLANMASI

NAVOIY 2010

Тузувчи:

Нормуродов Г

Laboratoriya mashg'ulotlari.

Laboratoriya ishi № 1

1- Mavzu: Psixika va kasalliklar.

Reja

I. Nazariy savollarga javob berish:

1. Kasalliklarning paydo bo'lishida psixogen omillarning roli.
2. Psixogeniyalar va samatogeniyalar.
3. Nevroz xolatining psixoin mexanizmi. Psixoz va uning turlari.

II. Amaliy ishlar:

Vaziyatli psixologik masalalar yechish: N=1, N-2, N-3 masalalar.

Adabiyotlar:

1. Ta'lim to'g'risidagi qonun va kadrlar tayyorlash milliy dasturi .- T., 1997y.
 2. Daminov K., Otavaliyeva U., Ibrohimov X. Psixologiyadan seminar va laboratoriya mashg'ulotlari.- T.,1994.
 3. Qosimov U. Shaxs psixologik faoliyatining ichki zaxiraviy manbalari.- Xalq ta'limi jurnali 2004 yil 1-son 74 bet.
- www.ziyounet.uz – Internet-set «ZiyoNET»;

Tayyorlash joyi:-

o'quv zali

O'tish joyi:-

laboratoriya xonasi

Laboratoriya mashg'ulotining maqsadi:

A) **Ta'limiy**:- Guruhdagi shaxslararo munosabatlar psixologiyasini o'rganish.

B) **Tarbiyaviy**:- talabalarga o'qituvchiga xos bo'lgan ziyraklik, sabr- toqatlilik bilan maqsadga intilish, o'z- o'zini boshqarishni tarbiyalash.

V) **Rivojlantiruvchi**:- talabalarda guruhdagi o'quvchilar munosabatlarini bilish qobiliyatini shakllanishi uchun zamin tayyorlash.

Kasalliklarning paydo bo'lishida psixogen omillarning roli.

Tibbiyot psixologiyasi psixik xolatning somatik holatga va somatik kasalliklarning psixikaga ta'sirini o'rganishning o'z vazifalari qatoriga kiritadi. Psixik jarayonlar bilan organizmning o'zaro bog'liqligi psixologiya va tibbiyotning asosiy vazifalaridan biridir.

Psixik omillar ta'siri ostida kelib chiqadigan kasalliklar psixogen kasalliklar yoki psixogeniyalar deyiladi.

Psixogeniyalar –organizmda va psixikada odatda shaxs uchun og'ir bo'lgan turli psixik jarohatlarning ta'siri ostida paydo bo'ladigan buzilishlardir.

Psixogeniya omillari ta'siri ostida somatik soxada quyidagi buzilishlar sodir bo'lishi mumkin.

Me'da ichak trakti tomonidan-ko'ngil aynish, qusish, ichburug', qabziyat, anoreksiya (ishtahaning yo'qolishi); nafas olish a'zolari tomonidan-nafas siqilishi, nafas bo'g'ilishi, yo'tal: yurak-tomir sistemasida-arteriya bosimining psixogen ko'tarilishi, taxikardiya, bradikardiya, yurakda og'riq his qilish, yurak faoliyati maromining buzilishi.

Psixik kasalliklar somatik sabablari tufayli kelib chiqadigan bo'lsa, ular samotogen kasalliklar yoki samotogeniyalar deb ataladi. Infeksiyalar, intoksikatsiyalar, ichki a'zolarning kasalliklari ko'pincha, psixik buzilishlarning manbai hisoblanadi. Bu ko'proq yurak kasalliklarida, yuqumli kasalliklarda kuzatiladi.

Ayrim hollarda psixogen omillar samotagen omillar bilan qo'shib, o'zaro bir-birini kuchaytirishi mumkin

4. Psixogeniyalar va samatogeniyalar.

Psixogen psixoz (reaktiv psixoz) – ruhiy jaroxatga yoki ko'ngilsiz xodisaga javoban vujudga keladigan psixotik pog'onadagi patologik jarayon.

Reaktiv psixozlar psixogen asab buzilgan holatlarga nisbatan qisqaroq, alomatlari og'irroq, psixomotor va effektiv buzilishlarning kuchliligi, vasvasa gallyusinasiyalar, qo'pol isterik buzilishlar bilan tavsiflanadi.

Reaktiv psixozlarga olib keluvchi sabablar quyidagilar hisoblanadi.

Hayot uchun xavfli bo'lgan vaziyat yaqin kishidan ajralib qolish, tabiiy ofat, xarbiy xolat, xibs, xizmatdagi kelishmovchilik va boshqalar.Reaktiv holatlarning vujudga kelishida bosh miya holati muhim ahamiyatga ega. Bu holatlar ko'pincha psixopatik shaxslarda, miya shikastlanganda, og'ir somatik kasalliklarda tezda paydo bo'ladi.

O'smirlar va qariyalar ayniqsa tashqi ruhiy ta'sirotlarga chidamsiz bo'ladi.

Nevroz xolatining psixoin mexanizmi. Psixoz va uning turlari.

Psixogen kasalliklarning hammadan ko'p tarqalgan formalari, nevrasteniya, isteriya va miyadan nari ketmaydigan xayol nevrozidir. Nevroz so'zi (grekcha – ‘neyron’ - nerB) so'zidan olingan bo'lib, psixogen kasalliklar, ya'ni oliy nerv faoliyati turmushdagi mushkul axvollar va kechinmalarning psixikaga yomon ta'sir qilishi natijasida ro'y beradigan holatdir.

Nevrozlar tasnifi uchun I.P.Pavlovning odam oliy nerv faoliyati tiplari to'g'risidani ta'limoti katta ahamiyatga ega. Nevrozlar ko'pincha nerv tizimi kuchsiz yoki muvozanatlashmagan kuchli tipdagi kishilarda vujudga keladi.

Odam shaxsining o'zi va uning tarixiy rivojlanish davrida shakllangan butun xususiyatlari nevrozlarning vujudga kelishida muhim rol o'ynaydi.

AyniqSA qiyin va uzoq davom etadigan mushkul vaziyatlar tug'lsa shu mahalgacha soppa sog' yurgan odamlarda ham nevrozning hamma asosiy formalari, jumladan isteriya paydo bo'lishi mumkin.

Biroq isterik xarakter ko'rinishidagi moyillik bo'lsa anna shunda ko'pincha isteriya kelib chiqadi. Isterik xarakter asosan odamning nozik qilib tarbiyalanib, turmushga moslashaolmaydigan, no'noq bo'lib qolishi natijasida shakllanib boradi.

Nevrozning yana bir formasi nevrastenianing paydo bo'lishida xarakterdagi bir qator xususiyatlarni noto'g'ri shakllanishi sabab bo'ladi.

Ota-onalar balalarn kuch va imkoniyatlarini hisobga olmay turib, muvaffaqiyat qozonishga undashi shu hildagi xarakter shakllanishiga imkon beradi.

Odamning yoshlikdan ortiq darajada hissiyotli qilib tarbiyalanishi va ziddiyatli murakkab vaziyatlarda bir qarorga kelishi zarur bo'lib turgan sharoitlarda o'z xarakterlarini bo'g'ib qo'yishga moyil bo'lishi ko'pincha miyadan nari ketmaydigan hayolnevrozining kelib chiqishiga yo'l ochadi. Bemor kayfiyati pasayib umidsizlik o'z-o'zidan qoniqmaganlikni ifoda etadi. Hayoldan ketmaydigan fikrlar nevrozi uzoq vaqt davomida saqlanib qolishi, surunkasiga kechish xususiyatiga ega.

1-MASALA

O'n olti yashar Malika o'zining tahririyatga yo'llagan maktubida quyidagilarni yozadi: «Ota-onam mening axvolimga tushunmaydilar! Ular meni yaxshi ko'rishar emish, shunaqayam yaxshi ko'radimi?

Ular menga doim shubha bilan qarashadi, hamisha kim bilan yurgan eding, qayoqqa bording, — deb so'rashadi, xatlarimni menga bildirmay o'qishadi. Qachon qarasang urishishadi. Besh baho olib kelgan kunim—bir og'iz shirin so'z aytishmaydi, shunday bo'lishi kerak, deb xisoblashadi, mabodo uch baho olib qolsam bormi — har doim janjal boshlashadi! Nega uch olganimni so'rab ham o'tirishmaydi. So'kishdan to'xtashmaydi. Xo'sh, shuning hammasini yaxshi ko'rishgandan qilishadi, deb o'ylaysizmi?»

Savollar

1. Malika bilan ota-onasi o'rtalaridagi o'zaro nosog'lom munosabatlarning sababi nimada ekanligini tushuntirib bering?

2. Ota-onalar bilan bolalar o'rtasida sog'lom munosabatlar qaror topmog'i uchun ota-onalar qanday shaxsiy fazilatlarga ega bo'lishlari kerak?

2-MASALA

Tadqiqotlardan birida sinalayotgan kishilarga, talabalarga elektron taxistoskop orqali 0,02 sekund ichida bir necha kishining yuzi aks ettirilgan fotosuratlar ko'rsatganlar, endi ana shu kishilarga ta'rif yozish talab qilingan edi. Fotosuratlar birinchi marta ko'rsatilganida tadqiq etilayotgan kishilar o'sha suratdagi shaxslarning faqat tashqi ko'rinishlari asosidagina idrok etilgan axborot asosida «erkin» ta'rif-tavsif berdilar. Fotosuratlarni takroriy namoyish qilish vaqtida ularga izoh berib, bu «guruh yetakchisi (starostasi)», uchinchi ko'rsatishda esa bu «yaxshi o'rtoq», to'rtinchi safar ko'rsatishda — bular «a'lochilar», va nihoyat beshinchi marta ko'rsatish vaqtida — bu «qoloq» — deb ta'riflab turganlar.

Shu narsa ma'lum bo'ldiki, barcha hollarda sinalayotgan kishilar bir odamning o'ziga, ya'ni idrok etilayotgan ob'yektga har xil ta'rif berganlar, uni turli ehtiyoj va qobiliyatlarga ega bo'lgan, o'qishga, hayotga nisbatan bir xil munosabatda bo'lmagan kishi sifatida ta'riflab berganlar.

Savollar

1. Ob'yekt sifatida tanlab olingan kishilarga ta'rif berishda sinalayotganlar shaxsiga xos qanday xususiyatlar hal qiluvchi rol o'ynaganligini ko'rsating?
2. Inson hayotida, uning voqelikni idrok etishida bu xususiyatlar qanday ijobiy ahamiyat kasb etadi?

3-MASALA

O'zbekistonda har bir yigit-qiz kafolatlangan ish bilan ta'minlanish huquqiga, shu jumladan, o'zlarining layoqatlariga, qobiliyatlariga, kasb-hunar malakalariga, bilimlariga muvofiq ravishda va jamiyat ehtiyojlarini hisobga olgan holda kasb, mashg'ulot va ish tanlash huquqiga egadirlar. Kasb tanlash faqat shaxsiy emas, balki katta ijtimoiy ahamiyatga ega bo'lgan ish sifatida qaraladi. Shuning uchun ham kasb tanlanayotganda faqat kim bo'lib yetishish masalasi emas, balki qanday inson bo'lib yetishish masalasi ham hal qilinadi. O'zbekiston bo'lg'usi mutaxassisleri o'zlarining kasbga tayyorgarlik ko'rish jarayonidayoq bo'lg'usi kasblari bo'yicha mahoratga ega bo'lib borishlaridan manfaatdordir.

Pedagogik faoliyat — jamiyat katta a'zolarining amalga oshiradigan faoliyat turi hisoblansa, ularning kasb egallash maqsadi esa o'sib kelayotgan yosh avlodga tarbiya berishdir. O'qituvchining pedagogik mahorati—bu o'quvchida mavjud shaxsiy fazilatlarining, undagi bilimlar, ko'nikma va malakalarining sintezidir. O'qituvchining mahoratini shakllantirib borish har

bir talaba shaxsini bo'lg'usi o'qituvchi va murabbiy sifatida tarbiyalab borish ishi bilan uzviy bog'liqdir.

Savollar:

1.O'zini maktabda yoki davolash muassasasida ishlash uchun yaxshiroq tayyorlash maqsadida pedagogika yoki tibbiyot o'quv yurtida ta'lim olayotgan talaba qanday shaxsiy fazilatlariga ega bo'lmog'i kerak?

2.Nima sababdan bo'lg'usi o'qituvchilar—talabalar pedagogik mahoratini shakllantirish ularning shaxsini tarbiyalash ishi bilan tarkibiy bog'liq ekanligini tushuntirib bering?

Labaratoriya ishi № 2

2- Mavzu: Psixoterapiya.

Reja

I. Nazariy savollarga javob berish:

1. Psixoterapiya haqida tushuncha. Psixotirapivtik metodikalar va ularning qo'llanishi.
2. Kasalliklarning paydo bo'lishida psixogen omillarning roli.
3. . Psixoterapiyaning ahamiyati.

II. Amaliy ishlar:

Vaziyatli psixologik masalalar yechish: N=4, N-5 N-6 masalalar.

Adabiyotlar:

1. Karimov I.A. „Yuksak ma'naviyat-yengilmas kuch“-T., 2008-yil
 - 2.Karimov I.A. „Jahon moliyaviy inqirozi, O'zbekiston sharoitida uni bartaraf etishning yo'llari va choralari” T. O'z. 2009
 3. Karimov I.A.Barkamol avlod O'zbekiston taraqqiyotining poydevoriT. - 1997 yil.
 4. Umumiy va tibbiy psixologiya T - 2003 yil.
 5. Tibbiyot psixologiyasi etikasi va deoitologiyasi asoslari T- 1997yil.
- www.ziynet.uz – Internet-set «ZiyoNET»;
 - www.myp.uz – Национальный молодежный портал;
 - Tayyorlash joyi:- o`quv zali
 - O`tish joyi:- labaratoriya xonasi

Labaratoriya mashg`ulotining maqsadi:

A) **Ta'limiy:-** Guruhdagi shaxslararo munosabatlar psixologiyasini o`rganish.

B) **Tarbiyaviy:-** talabalarga o`qituvchiga xos bo`lgan ziyraklik, sabr- toqatlilik bilan maqsadga intilish, o`z- o`zini boshqarishni tarbiyalash.

V) **Rivojlantiruvchi:-** talabalarda guruhdagi o`quvchilar munosabatlarini bilish qobiliyatini shakllanishi uchun zamin tayyorlash.

Psixoterapiya haqida tushuncha. Psixotirapivtik metodikalar va ularning qo'llanishi.

Psixoterapeya – davo maqsadlarida bemor yoki bemorlar guruxi psixikasiga (bir yo'la) ta'sir ko'rsatish jarayonidir.

Davo maqsadida kasal psixikasiga ko'rsatiladigan har handay ta'sir ham psixoterapiya jumlasiga kiravermaydi. Masalan, psixafarmakologiya preparatlar bilan psixikaga ta'sir ko'rsatish psixoterapiya emas.

Psixoterapevtik ta'sirning asosiy turi so'z bilan ta'sir ko'rsatishdir. Biroq har qanday so'z ham davo bo'lavermaydi.

Ba'zi hollarda psixoterapiya asosiy davo usuli bo'lsa (nevrozlar, alkogolizm, duduqlanish, ba'zi ichki kasalliklar, teri kasalliklari va boshqalar), boshqa kasalliklarda u zarur yordamchi vosita hisoblanadi (ko'pgina ichki kasalliklarda, operatsiyaga tayyorlanish va operatsiyadan keyingi davrda akusherlik, ginekologiya va boshqalarda)

Psixoterapiyaning xajmi va metodikasi kasallarning yoshiga, kasallikning xarakteri, shaxsiyat xususiyatlariga, davo olib borilayotgan muassasaning xususiyatlariga qarab har xil bo'ladi.

Kasalliklarning paydo bo'lishida psixogen omillarning roli.

Psixoterapevtik metodikalarning hammasini shartli ravishda inontirish, ishonch hosil qilish va faollashtiruvchi psixoterapiyaga bo'lish mumkin.

Bundan tashqari, individual va jamoa psixoterapiya tafovut qilinadi.

Inontirish – bir odamning ikkinchi odamga psixologik yo'l bilan o'ziga xos tarzda ta'sir qilishdir. Inontirish bosh miya po'stlog'ida konsentrlangan ta'sirlanish o'chog'idir, bu o'chog' manfiy induksiya tufayli o'z atrofida tormozlanish zonasini hosil qiladi. Inontirishning gipnoz holatida inontirish, tabiiy uyqu holatida inontirish, uxlatadigan yoki narkotik dorilar berilgandan keyingi inontirish (narkogipnoz) uyg'oqlik vaqtida inontirish va o'z-o'zini inontirish kabi turlari tafovut qilinadi. **Gipnotik xolat** (gipnoz) – uyg'oqlik bilan uyquga o'tish orasidagi chala uyqu holatidir.

Bemorning gipnoz qilishning ko'pgina usullari mavjud. Gipnotik holat yuzaki, o'rta va qattiq gipnozga bo'linadi. **Yuzaki gipnozda** ko'z qovoqlari va qo'l-oyoqlar og'ir tortib, mudroq bosadigan, ko'pincha puls va nafas siyraklashib qoladigan holatdir.

O'rtacha gipnoz – yengil uyqudir, kasal ko'zini ocholmaydi, so'z bilan ta'sir ko'rsatib, harakat sferasi bilan sezgi sferalarida o'zgarishlarni keltirib chiqarish mumkin.

Qattiq chuqur gipnoz – ro'yirost gipnotik uyqudir.

Rapport (miya po'stlog'ida sergak qolgan alohida punkt hisobiga vrach bilan bemor o'rtasida bog'lanadigan aloqa) tamomila alohidalanib qoladi (ya'ni vrachdan boshqa kishi kasal bilan aloqa qila olmaydigan bo'lib qoladi).

Tabiiy uyqu holatida ishontirish.

Bu usul asosan bolalarda qo'llaniladi.

Uyqu vaqtida ko'pgina odamlar inson nutqini idrok eta olish qobiliyatini saqlab qoladi, shuning uchun bemor uyg'oqligi vaqtida uning oldida aytish mumkin bo'lmagan narsalarni kusal uxlab yotgan paytida ham gapirish mumkin emas.

Psixoterapiyaning ahamiyati.

Bemor yetarli gipnoble bo'lmasa (gipnozga tez berilmaydigan bo'lsa) va boshqa ba'zi hollarda narkogipnozdan foydalaniladi. Bemorga uxlatadigan dori ichiriladi yoki venasiga yuboriladi. Odamni uyqu bosib turgan paytda so'z bilan ta'sir ko'rsatib inontiriladi.

Uyg'oqlik holatida inontirish gipnozdan tashqari paytda ham inontirish shifobaxsh ta'sir ko'rsatadi.

Uyg'oqlik davrida inontirish anchagina emosional ko'tarinkilik ruhida ayniqsa yaxshi kor qiladi.

Duduqlanish, alkogolizm, nevrozlarga davo qilish uchun uyg'oqlik holatida inontirish usuli qo'llaniladi.

O'z-o'zini ishontirish ham psixoterapevtik usullardan hisoblanadi.

Bemorning o'z-o'zini ishontirib aytgan so'zlari organizmning turli sistemalarida fiziologik o'zgarishlarni keltirib chiqaradi. Tansiq ovqat to'g'risida o'ylashga javoban me'da shirasining ajralishi, sovuq ta'sir qilishi to'g'risida o'ylashga javoban badan terisining «tuk-tuk» bo'lib ketishi va boshqalar organizmdagi fiziologik jarayonlarga ta'sir ko'rsatishini aniq - ravshan qilib isbotlaydi.

Autogen trenirovka (ya'ni bemorning o'zi bajaradigan mashq) psixoterapiyaning keng tarqalgan metodikasidir.

Autogen trenirovkani nemis olimi I.Shuls taklif etgan jamoa va gurux psixoterapiyasi bir-biriga yaqin tushunchalardir. Ularning o'rtasidagi farq shundan iboratki, gurux psixoterapiyasida asosiy psixoterapevtik ta'sir vrachdan chiqadi va umuman butun guruxga qaratilgan bo'ladi.

Jamoa psixoterapiyada bemorlar jamoasining har bir bemoriga shifobahsh ta'sir ko'rsatishdan foydalaniladi.

Bemor yetarli gipnoble bo'lmasa (gipnozga tez berilmaydigan bo'lsa) va boshqa ba'zi hollarda narkogipnozdan foydalaniladi. Bemorga uxlatadigan dori ichiriladi yoki venasiga yuboriladi. Odamni uyqu bosib turgan paytda so'z bilan ta'sir ko'rsatib inontiriladi.

Uyg'oqlik holatida inontirish gipnozdan tashqari paytda ham inontirish shifobaxsh ta'sir ko'rsatadi.

Uyg'oqlik davrida inontirish anchagina emosional ko'tarinkilik ruhida ayniqsa yaxshi kor qiladi.

Duduqlanish, alkogolizm, nevrozlarga davo qilish uchun uyg'oqlik holatida inontirish usuli qo'llaniladi.

O'z-o'zini ishontirish ham psixoterapevtik usullardan hisoblanadi.

Bemorning o'z-o'zini ishontirib aytgan so'zlari organizmning turli sistemalarida fiziologik o'zgarishlarni keltirib chiqaradi. Tansiq ovqat to'g'risida o'ylashga javoban me'da shirasining ajralishi, sovuq ta'sir qilishi to'g'risida o'ylashga javoban badan terisining «tuk-tuk» bo'lib ketishi va boshqalar organizmdagi fiziologik jarayonlarga ta'sir ko'rsatishini aniq - ravshan qilib isbotlaydi.

Autogen trenirovka (ya'ni bemorning o'zi bajaradigan mashq) psixoterapiyaning keng tarqalgan metodikasidir.

Autogen trenirovkani nemis olimi I.Shuls taklif etgan jamoa va gurux psixoterapiyasi bir-biriga yaqin tushunchalardir. Ularning o'rtasidagi farq shundan iboratki, gurux psixoterapiyasida asosiy psixoterapevtik ta'sir vrachdan chiqadi va umuman butun guruxga qaratilgan bo'ladi.

Jamoa psixoterapiyada bemorlar jamoasining har bir bemoriga shifobahsh ta'sir ko'rsatishdan foydalaniladi.

Faollashtiruvchi psixoterapiyaning maqsadi – kasal shaxsiyatining saqlanib qolgan tomonlarini safarbar etib, uni real turmush sharoitlariga jalb qilish, kasallik natijasida izdan chiqqan funksiyalarni mashq qildirishdir.

Faollashtiruvchi psixoterapiya ko'ngliga doim bir xil xayol kelib yuradigan (odam doim vahimada yuradigan, miyyasidan har xil hayol va shubhalar nari ketmaydigan va boshqa) holatlarda foyda beradi.

Faollashtiruvchi psixoterapiyaning maqsadi – kasal shaxsiyatining saqlanib qolgan tomonlarini safarbar etib, uni real turmush sharoitlariga jalb qilish, kasallik natijasida izdan chiqqan funksiyalarni mashq qildirishdir.

Faollashtiruvchi psixoterapiya ko'ngliga doim bir xil xayol kelib yuradigan (odam doim vahimada yuradigan, miyyasidan har xil hayol va shubhalar nari ketmaydigan va boshqa) holatlarda foyda beradi.

4-MASALA

Psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatmokdaki, shaxslararo aloqalarda bir-birini tushunish xizmat sohasida va odamlar o'rtasidagi oilaviy munosabatlarda muloqot madaniyatining hamda sog'lom mikromuhitni vujudga keltirishning asosiy shartidir.

quyida «hayotdan olingan» bir misol to'g'risidagi axborotni diqqat bilan o'qib ko'ring: «Yosh kelin-kuyovlar bir-birlariga qaynoq muhabbat bilan turmush qurishgan edi, lekin oradan sal vaqt o'tmay, ajralish to'g'risida gapira boshladilar. Xo'sh, sababi nima ekan?...» «Murosarlari to'g'ri kelmagan emish».

- Xotinim har doim arzimagan narsani bahona qilib janjal ko'taraveradi. Rasvo tabiati bor, hech qachon bir masalada yon bosish nima ekanligini bilmaydi, — deb shikoyat qiladi eri.
- Erim hech bir ishni o'z vaqtida qilmaydi, men bilan hisoblashmaydi. Men ishdan charchab kelib, boshim og'rib yotgan vaqtimda u albatta qayergadir taraklatib mix qoqishi kerak. qachon nimani iltimos qilsang, nuqul ertaga, ertaga deb bahona qiladi... deya unga qarshi javob beradi xotini.

Savollar

1. Yuqorida keltirilgan misolda shaxsning qanday salbiy jihatlari odamlar o'rtasidagi o'zaro nosog'lom munosabatlarning sababchisi bo'lganligini ko'rsatib bering.
2. O'zaro muloqot jarayonida shaxsning qanday o'ziga xos xususiyatlari o'zaro munosabatlarga hal qiluvchi ta'sir ko'rsatadi?
3. Xizmat sohasi va oilaviy munosabatlarda, odamlar o'rtasidagi munosabatlarda bir-birini tushunish sog'lom mikromuhitni vujudga keltirishning asosiy sharti ekanligini isbot qilib bering?

5-MASALA

Agar ota-onalar o'z farzandlariga biron narsa va'da qilgudek bo'lsalar, albatta o'z va'dalarini bajarishlari shart ekanligi to'g'risida hamma ěqda yozishadi. Mening onam esa boshqacha yo'l tutadi. U menga portfel sotib olish uchun pul berdi.

Men undan: «Menga kolgotka ham olish uchun yana ozgina pul bermaysizmi? — deb so'radim. Onam rozi bo'ldi, lekin ertasiga menga bunday deb murojaat qildi: «Nasiba, menga pulni qaytarib ber. Sen hozir kolgotka sotib olishing shart emas». Men pulni qaytarib berdim, ammo shunaqa xafa bo'ldimki, hatto ho'ngrab yig'lab yubordim. Buni ko'rib onamning ham jaxli chiqib ketdi va menga qarab: «Men senda vijdon bor deb o'ylagan edim! Sen vijdonsiz ekansan», — dedida pulni stol ustiga tashlab chiqib ketdi.

Lekin men bu pulga qo'limni ham tekkizmadim. Dugonam meni ogoxlantirib qo'ydi: «Onang bu pulni qaytarib oladi», dedi. Lekin onam bunday qila olmasligini bilar va bunga qattiq ishonar edim. Lekin ma'lum bo'lishicha, onam har narsaga qodir ekan, men adashgan ekanman. Modomiki, sen bergan va'dangni ustidan chiqa olmas ekansan, yaxshisi va'da bermay qo'ya qol.

Aytingchi, bizning qaysi birimiz haqmiz?

Savollar:

1. Mazkur vaziyatda Nasiba bilan uning onasi o'rtasidagi munosabatlarga baho bering?
2. Siz maktub muallifiga qanday javob qaytargan bo'lardingiz?

6-MASALA

Bine — Shtern nazariyasiga binoan bolalarda kuzatishning rivojlanishi bir qancha bosqich yoki darajalardan o'tadi. Bu darajalar muayyan bir izchilliqda bir-birining o'rnini almashtirib turadi va doimiy ravishda shunday harakatda bo'ladi:

1. Turli aralash buyumlarni sanab, nomma-nom aytib bera olish bosqichi (3 yoshdan 7 yoshgacha).
2. Bayon eta olish bosqichi: bunda buyum (narsa)larga ta'rif beriladi, ular o'rtasidagi ba'zi bir aloqalar ko'rsatib o'tiladi.
3. Izoxlash, tushuntirish bosqichi: bunda manzara umuman to'liq idrok etiladi, narsa va hodisalar o'rtasidagi aloqalar hamda munosabatlar ochib beriladi.

Ushbu nazariyani amalda tekshirib ko'rish vaqtida psixolog olimlar (S. L. Rubinshteyn, G. T. Ovsepyan) shunday xulosaga keladilarki, yuqorida ko'rsatib o'tilgan bosqich va darajalarni bolalarning yoshiga nisbatan olmaslik kerak. Narsa va hodisalarni qay darajada idrok etishiga qarab, bir xil yoshdagi bir qancha bolalar turli kuzatish bosqichlarida bo'lib qolishlari, xuddi shuningdek turli yoshdagi bolalar aynan shu xil bosqichda bo'lib qolishlari mumkin.

Savollar:

1. Bine—Shtern nazariyasining xato ekanligi nimada namoyon bo'ladi.
2. S. L. Rubinshteyn va G. T. Ovsepyan xulosalarining (to'g'ri ekanligini aniq misollar bilan tasdiqlang.

Laboratoriya ishi № 3.

Mavzu: Vaziyatli psixologik masalalar

Reja

I. Nazariy savollarga javob berish:

1. Psixogigienaning tarmoqlari:
 - a) yosh psixogigiyenasi.
 - b) mehnat va o'qish psixogigiyenasi.

II. Amaliy ishlar:

Vaziyatli psixologik masalalar yechish: N=7, N-8, N-9 masalalar.

Adabiyotlar:

1. Karimov I.A. „Yuksak ma'naviyat-yengilmas kuch"-T., 2008-yil
 2. Karimov I.A. „Jahon moliyaviy inqirozi, O'zbekiston sharoitida uni bartaraf etishning yo'llari va choralari" T. O'z. 2009
 3. Karimov I.A. Barkamol avlod O'zbekiston taraqqiyotining poydevori T. - 1997 yil.
 4. Umumiy va tibbiy psixologiya T - 2003 yil.
 5. Tibbiyot psixologiyasi etikasi va deontologiyasi asoslari T- 1997yil.
- www.ziyounet.uz – Internet-set «ZiyoNET»;
 - www.myp.uz – Национальный молодежный портал;

Tayyorlash joyi:-

o`quv zali

O`tish joyi:-

laboratoriya xonasi

Laboratoriya mashg'ulotining maqsadi:

A) **Ta'limiy**:- Guruhdagi shaxslararo munosabatlar psixologiyasini o`rganish.

B) **Tarbiyaviy**:- talabalarga o`qituvchiga xos bo`lgan ziyraklik, sabr- toqatlilik bilan maqsadga intilish, o`z- o`zini boshqarishni tarbiyalash.

V) **Rivojlantiruvchi**:- talabalarda guruhdagi o`quvchilar munosabatlarini bilish qobiliyatini shakllanishi uchun zamin tayyorlash.

Psixogigienaning tarmoqlari: a) yosh psixogigienasi.

b) mehnat va o'qish psixogigienasi.

Psixogigienaning quyidagi tarmoqlari mavjud: 1. yoshga oid psixogigienasi. 2. mehnat va ta'lim psixogigienasi. 3. turmush psixogigienasi. 4. oila va jinsiy hayot psixogigienasi.

Yosh psixogigienasi.

Odamning ruhiy salomatligini saqlash va mustahkamlash vazifalari uning yoshi ulg'ayib borgan sari o'zgarib boradi. Shu jixatdan olganda bolalik davri, pubertat davr va involyusiya (rivojlanishning aksi, so'lish) davrini hammadan mas'uliyatli deb bilmoq lozim.

Mana shu paytlarda odam psixikasida, shuningdek, nerv tizimining ayrim bo'limlari va butun organizmda katta o'zgarishlar ro'y beradi (shaxs va xarakterning shakllanishi, qarish jarayonlari)

Ilk go'daklik davrida bolani qat'iy kun tartibi bilan boqish psixogigienik jixatdan kata ahamiyatga egadir.

Oiladagi sog'lom muhit ota bilan ona o'rtasidagi o'zaro munosabatlar farzandlar tarbiyasida muhim rol o'ynaydi.

Tarbiyaning buzilishi va kamchiligi – yomon ta'sir qoldiradigan psixogigiyenik omildir. Har bir davrning o'ziga hos psixogigiyenik talablariga amal qilish sog'lom turmush tarzigi ta'minlaydi. Jumladan kun tartibi, to'g'ri ovqatlanish jismoniy tarbiya bilan shug'ullanish va boshqalar.

Nima uchun odam mehnat qiladi?

Mehnat va o'qish psixogigiyenasi.

Psixogigiyena nuqtai nazaridan mehnat odamga foydali va zarurdir. Kishining mehnatga emosional jixatdan qanday munosabatda bo'lishi juda muhim omil hisoblanadi.

Mehnat shaxsni shakllantirish vositasi, ijod, ilxom va turli-tuman xissiy kechinmalarning manbai bo'lib xizmat qiladi. Mehnat psixologiyasining mehnat faoliyatining barcha turlariga ta'luqli bo'lgan bir necha umumiy vazifalari va muammolari mavjud.

Agar kishining kasbi uning qizishlari va tayyorgarligiga mos kelsa, u holda mehnat quvonch, zavq, ruhiy sog'lomlik manbaiga aylanadi.

Mehnat psixogigiyenasining muhim bo'limlaridan biri aqliy mehnat gigiyenasidir. Aqliy mehnat noto'g'ri tashkil etiladigan bo'lsa, salomatlikka putur yetkazadigan omil bo'lib qolishi mumkin.

Aqliy mehnat miya tinib turgan paytda (kunning birinchi yarmida) ayniqsa samarali va foydali bo'ladi. Bunday mehnat tanafussiz 3-4 soatdan uzoq cho'zilmasligi kerak.

Aqliy mehnat bilan shug'ullanayotgan odamning tez-tez chalg'ib turishi, shovqin-suron, telefon qo'ng'iroqlari va boshqalar ishga halal beradi.

Aqliy mehnatni harakat, jismoniy tarbiya, jismoniy mehnat, sayr qilish bilan birga navbatlab olib borish kerak. Chekish aqliy mehnatga halal beradi, asab tizimini stimullaydigan qo'zg'otuvchi moddalar (fenamin, kofein, kofe, achchiq choy) ham tavsiya etilmaydi.

Psixologik masalalar:

7-MASALA

O'quvchilar kichik yoshdagi sinflardan katta yoshdagi sinflarga o'tgani sayin ulardagi kuzatuvchanlik o'zgarib boradi. Agar kichik yoshdagi o'quvchilarda bu kuzatuvchanlik u yoki bu narsa, hodisaning sirtidagi belgilarni ko'rishda namoyon bo'lsa, o'rta va kichik yoshdagi o'quvchilarda bunday kuzatuvchanlik ularning voqea-hodisalarning mohiyatini tushuntirishga, ularning yashirin, lekin g'oyat muhim belgilarini aks ettirishga harakat qilishlarida namoyon bo'ladi.

Savollar:

1. Kuzatuvchanlikdagi bunday o'zgarish nimalar bilan izoxlanadi?
2. O'quvchilarning kuzatuvchanligini rivojlantirishda o'qituvchi qanday rol

o'ynaydi?

8-MASALA

Maktabgacha yoshdagi (4 yoshdan 7 yoshgacha bo'lgan) bolalarga eksperiment vaqtida o'rganish uchun 15 ta so'z o'qib berildi va bolalardan o'sha so'zlarni qayta talaffuz qilib berish so'raldi.

So'ngra o'sha bolalarga ayrim narsalar tasviri ishlangan rasmlar guruhi taqdim etildi. Aytilgan har bitta so'zni (bu safar endi boshqa so'zlarni) eslab qolish hamda mazkur so'zni esda yaxshiroq saqlab qolishga yordam beradigan tegishli rasmni ko'rsatish taklif qilindi. Keyin esa rasmlar olib qo'yilib, bolalarga endi boyagi so'zlarni rasmni ko'rmay turib takrorlash taklif qilindi. To'rt yashar va yetti yashar bolalar uchun yo'riqnoma (instruktsiya) tuzib chiqing.

9-MASALA

Bola — maktabgacha yoshdagilarning kattasi. Uning xulq-atvorida quyidagi omillar seziladi. Masalan, uning ovqat yegisi keladi, lekin ovqat bersangiz qo'lga oladida, uni oyoq ostiga to'kadi. Agar o'ziga ovqat yegin deb zo'rlasangiz, u ovqatni yemaydi, lekin dasturxon atrofiga boshqalar o'tirganda u ham, albatta ovqat yegisi kelib so'ray boshlaydi. Mabodo, onasi otlanib biror joyga borib kelmoqchi bo'lsa, u albatta ergashadi. Onasi: «qani otlana qol, birga ketamiz» — degan zahoti bola unga qarab: «Bormayman» — deydi. Agar shundan keyin onasi ko'cha eshikka qarab yura boshlasa, bola uning orqasidan: «Men ham boraman», — deb qichqiradi, ona orqasiga qaytgan zahoti, bola yana borishdan voz kechadi. Bunday manzara bir necha marta takrorlanishi mumkin va har safar bola albatta yig'lay boshlaydi.

Savollar:

1. Maktabgacha tarbiya yoshidagi bu bolaning xulq-atvorida qanday salbiy iroda sifatleri namoyon bo'ladi?
2. Bunday bolalar bilan olib boriladigan tarbiyaviy ishlarni qanday tashkil etish kerak?

Laboratoriya ishi № 4.

Mavzu: Vaziyatli psixologik masalalar

Reja

I. Nazariy savollarga javob berish:

2. Psixogigienaning tarmoqlari:
c) turmush psixogigiyenasi.

d) oila va jismoniy hayot psixogigiyenasi.

II. Amaliy ishlar:

Vaziyatli psixologik masalalar yechish: N=10, N-11, N-12 masalalar.

Adabiyotlar:

1. Karimov I.A. „Yuksak ma'naviyat-yengilmas kuch"-T., 2008-yil
2. Karimov I.A. „Jahon moliyaviy inqirozi, O'zbekiston sharoitida uni bartaraf etishning yo'llari va choralari" T. O'z. 2009
3. Karimov I.A. Barkamol avlod O'zbekiston taraqqiyotining poydevori T. - 1997 yil.
4. Umumiy va tibbiy psixologiya T - 2003 yil.
5. Tibbiyot psixologiyasi etikasi va deontologiyasi asoslari T- 1997 yil.
- www.ziyounet.uz – Internet-set «ZiyoNET»;
- www.myp.uz – Национальный молодежный портал;

Tayyorlash joyi:-

o'quv zali

O'tish joyi:-

laboratoriya xonasi

Laboratoriya mashg'ulotining maqsadi:

A) **Ta'limiy**:- Guruhdagi shaxslararo munosabatlar psixologiyasini o'rganish.

B) **Tarbiyaviy**:- talabalarga o'qituvchiga xos bo'lgan ziyraklik, sabr- toqatlilik bilan maqsadga intilish, o'z- o'zini boshqarishni tarbiyalash.

V) **Rivojlantiruvchi**:- talabalarda guruhdagi o'quvchilar munosabatlarini bilish qobiliyatini shakllanishi uchun zamin tayyorlash.

Psixogigienaning tarmoqlari: c) turmush psixogigiyenasi.

d) oila va jismoniy hayot psixogigiyenasi.

Psixogigienaning quyidagi tarmoqlari mavjud: 1. yoshga oid psixogigiyenasi. 2. mehnat va ta'lim psixogigiyenasi. 3. turmush psixogigiyenasi. 4. oila va jinsiy hayot psixogigiyenasi.

Turmush psixogigiyenasi

Bu psixogigienaning asosiy vazifasi turmushda kishilarning o'zaro munosabatlari, kechinmalari, har hil kelishmovchiliklar oqibatlarini o'rganish, oldini olishdan iborat.

Kishilar orasidagi kelishmovchiliklar negizida quyidagi kasallik va illatlar yotadi: nevrotik xastaliklar, psixopatiyalar va ruhiy kasalliklar, iqtisodiy yetishmovchiliklar, ichkilikbozlik, giyohvandlik, taksikomaniyalar va x.k. turmush psixogigiyenasi ushbu zararli omillarga qarshi psixogigienik chora-tadbirlar ishlab chiqishi kerak.

Bugungi kunda kishilar hayotida televideniya, Internet va radioning ta'sirini o'rganish psixogigiyenada dolzarb muammo bo'lib qolmoqda. O'zaro normal insoniy munosabatlarning

psixoprofilaktik ahamiyati benihoya katta. Ruhiy shikastlarni bartaraf etadigan hamma omillar ruhiy sog'lomlikni saqlash va psixik kasalliklarning olidini olishga imkon beradi.

Shahar sharoitlarida ishlab chiqarish, tarnspopt, radio, televizor va Musiqa asboblaridan chiqadigan shovqin odamga patogen ta'sir qiladi. Unga qarshi kurash jiddiy psixogigiyenik tadbirlardan biri hisoblanadi.

Oila va jinsiy hayot psixogigiyenasi.

Oilaning mustahkamligi sevgi, muhabbat, do'stlik oiladagi katta yoshdagi kishilarning bir-biriga o'zaro hurmati, kichiklarga nisbatan shavqatligi, oiladagi manfaatlarning umumiyligi, ularning o'zaro munosabatlarda zarur paytlarda kechirimli bo'lishlari baxtiyor oila vujudga kelishiga yordam beradi.

Oiladagi mavjud an'analar, urf-odatlar rasm-rusmlar va marosimlarning ijobiy ta'sirida yigit qizlar asta-sekin kamol topib boradilar.

Yoshlarni turmush qurishga muvaffaqiyatli tayyorlashni ko'zlab ish tutish uchun o'spirin yigit va qizlarning jinsiy tarbiyasini to'g'ri yo'lga qo'yish, oilaviy turmushning quvonchlari va tashvishlariga doir muayyan darajada ma'lumot berish ularga bardoshli va matonatli bo'lish hamda qiyinchiliklarni mardonavor yengish yo'llarini tushuntirish maqsadga muvofiqdir.

Oila – ijtimoiy zarurat.

Ma'lumki tabiatdagi butun mavjudod yirik organizmlar borki barchasining juftlikda yashashi hayotiy qonuniyatlardir. Shunday ekan, insoniyat tabiat sarvari sifatida kishi-shaxs tariqasida shakllanib chiqishiga qadar ham shunday tabiiy zaruratga ehtiyoj sezgan.

Nikohdan o'tishga qadar shaxslar o'zlarti tanlagan kishining irsiyatini bilishlari lozim. Afsuski, shunday kasalliklar borki, ular nasldan-naslga o'tadi. qarindosh Urug'dan qiz olish yoki qiz berish odati qat'iy qoralanish va undan butunlay voz kechish kerak. Chunki ayrim ota onalar shunday nikoxlarga rozilik berib, natijada nogiron va kasalmand farzand dunyoga kelishiga sababchi bo'ladilar. Psixogigiyenaning eng muhim vazifalaridan biri har tomonlama to'la to'kis jinsiy hayotni qaror toptirishga yordam berishdan iboratdir. Bu sohadagi buzilishlar ko'pincha ancha-muncha ruhiy jaroxatlar va asab buzilishlarga olib keladi.

Noto'g'ri olib borilgan jinsiy hayot ko'pincha kishini og'ir iztirobga solib u ko'pgina kelishmovchiliklarning sababchisi hisoblanadi. Ayniqsa jinsiy hayotdagi chekinishlar va bu hayotning estetik jihatlarini bilmaslik zahirida erkakda va ayolda jinsiy sovuqlik kabi buzilishlar kuzatiladi. Ayrim shaxslarda jinsiy moyillik ustunlik qilishi natijasida u jinsiy hayotga ko'proq e'tibor beradi. bunday holat shaxsda potologik rivojlanish belgisi borligini ko'rsatadi.

Jinsiy hayot faqat turmush qurgandan keyin boshlanishi kerak. Jinsiy ortiqchaliklar va seksual buzuvchiliklar nerv sistemasini holdan toydiradigan omil hisoblanadi.

PSIXOLOGIK MASALALAR YECHISH

10-MASALA

Guruhga burab yurgiziladigan yangi o'yinchoq—kuchukcha keltirishdi. Tarbiyachi uni qo'lga olib ko'rdi va o'yinchoqni buradi: kuchukcha gir-gir aylanib vovullay boshladi. Tarbiyachi o'yinchoqni bolalarga yaqinroq olib keldi. Akmal qo'rqib ketib, kuchukchani oyog'i bilan tepib yubordi. Barcha bolalar kuchukchaga rahm qilib, nega tepasan, hammayog'i og'riydi-ku, deb achina boshlaydilar.

Guruhga vrach kirib keldi va bolalar bilan kuchukchaning qayeri lat yeganini tekshira boshladi. Akmalning yomon ish qilganini so'zlab berdi. Bola darhol o'zgardi va yig'lab yubordi: «Men bunday bo'lishini xoxlamagan edim. Men endi bunday qilmayman. Men bunday qilishni xoxlamagandim, eshitayapsizmi?!» Tarbiyachi Akmalga kuchukchani silab qo'yishni taklif qildi, u rozi bo'ldi va shu zahoti yig'idan ovunib qoldi.

Savollar:

1. Akmalning xulq-atvorida, his-tuyg'ular kechishining qanday o'ziga xos xususiyatlari namoyon bo'ldi?
2. Uni qaysi temperamentga kiritish mumkin?

11-MASALA

Odil kirishimli, harakatchan bola. Applikatsiya yo'li bilan yasagan gullarni ko'rib, ularga baho berish vaqtida tarbiyachi Odildan so'radi:

Odil, senga hammadan ko'ra kimning ishi ko'proq ëqadi?

— Nigoraning ishi, lekin men undan ham yaxshiroq yasay olaman.

— Xo'sh, unda nima uchun yasamay o'tiribsan? Uni qara, hamma bolalar ishlarini tugatishdi, sen bo'lsang endigina novdachalarni yasabsan.

— Men hammadan keyin boshladim-da, agar yasab ulgurganimdami, mening gulim hammanikidan chiroyli chiqardi. Buni qarang, men novdalarni qanday nozik qilib ishladim!

Musiqqa mashg'ulotida Vatan xaqida qo'shiq aytishardi. Odil qo'shiq so'zlarini hammadan ko'ra qattiqroq aytardi. Nigora degan qiz tanbeh berganida, u shunday javob qaytardi: «Bu qo'shiqni sekin aytib bo'lmaydi, chunki u Vatan haqida. I. V. bizga so'zlarni aniq tushunarli qilib aytish kerakligini aytgan edi va men shunday aniq aytdim. Tarbiyachi unga savol berdi: «Xo'sh ayt-chi, sen aytayetgan qo'shiq musiqa ohangiga mos kelayapti, deb o'ylaysanmi?

Mening nazarimda sen o'zingcha ashula aytayotganga o'xshaysan. Musiqa esa o'zicha chalinayotganday». Odil javob berdi: «Men musiqa ohangiga mos ashula aytayapman».

Savollar:

1. Maktabgacha yoshdagi bola o'z-o'ziga baho berishning shakllanib kelayotgan qanday o'ziga xos xususiyatlarini ta'kidlab o'tish mumkin?
2. Temperamentning qaysi turiga mansub bolalar o'z-o'ziga ortiqcha baho beradi, qaysinisiga mansublari o'z qobiliyatiga pastroq baho beradi?
3. Mos kelmaydigan (noadekvat) ravishda o'z-o'ziga baho berishning shakllanishidagi ehtimol tutilgan sabablar xususidagi o'z fikr mulohazalaringizni ayting.

12-MASALA

She'rni yodlab kelish uyga vazifa qilib tolshirilgan edi. O'qituvchi kattagina she'rni bolalar qanday yodlab kelganligini tekshirib ko'rish uchun to'qqiz kishini doskaga chaqirdi. Chaqirilganlarnin hammasi o'qituvchini juda xursand qildi. To'qqiz o'quvchi bir so'zni ham qoldirmay she'rni yoddan aytib berdi.

Shu darslarga ilmiy bo'lim mudiri miyig'ida kuldi-da, shunday javob berdi: «Ha, bolalar chindan ham she'rni yaxshilab yoddan o'qidilar.

Lekin afsuski, darsingiz to'g'risida men bundan boshqa biror ijobiy fikr ayta olmayman. O'qituvchi bu gapdan hangu mang bo'lib qoldi: «Xo'sh, sizningcha men yana nimalar qilishim kerak edi? Axir men ko'p bolalardan so'rab ulgurdim, ko'plariga baho qo'ydim», - dedi.

Savollar:

1. Qani, aytingchi, fikringizcha nima uchun bu dars ilmiy bo'lim mudiriga yeqmadi? Sizningcha, mazkur darsda bolalar qunt bilan tinglab o'tirishdimi? Bolalarning oldida turgan o'quv vazifalari o'sib borishi va tarbiyaviy talablarning oshib borayotganligini hisobga olib, bolalar faoliyatini qay tarzda tashkil etshi mumkin edi?

13-MASALA

Bola nima uchun darsga kelmaganligini izoxlovchi xat olib keldi. «Sen chindan ham kasal bo'lib qoldingmi?» — deb so'radi, undan o'qituvchi. Bola churq etmay turadi. «Xo'sh, bu xatni chindan ham sening onang yozib berdilarmi?» —deb so'raydi yana o'qituvchi. Bola javob bermaydi. «Xo'sh, unda bu xatni kim yozdi?» — deb so'rashda davom etadi o'qituvchi. «Hech kim!» — deb keskin javob beradi bola.

Savollar:

1. Xo'sh, sizning fikringizcha, bola nima uchun o'qituvchiga shunday javob berdi?
2. O'qituvchining o'rnida siz bo'lganingizda qanday harakat qilgan bo'lardingiz?

ADABIYOTLAR RO'YXATI.

1. Karimov I.A. „Yuksak ma'naviyat-yengilmas kuch“-T., 2008-yil.
2. Karimov I.A. „Jahon moliyaviy inqirozi, O'zbekiston sharoitida uni bartaraf etishning yo'llari va choralari“ T. O'z. 2009.
3. Karimov I.A. O'zbekiston XXI Asr busag'asida xavsizlikka taxdid, barqarorlik shartlari va taraqqiyot kafolatlari – T., 1998 yil.
4. Karimov I.A. Barkamol avlod – O'zbekiston tarakkiyotining poydevori – T., 1997 yil.
5. Karimov I.A. O'zbekiston XX! Asrga intilmoqda – T., O'zbekiston. 1999 yil.
6. Karimov I.A. Barkamol avlod orzusi. T.: «Sharq», 1999.-182 b
- 7.V.Karimova. Psixologiya T. 2002 yil.
1. Karimova V.M. Akromova F. Psixologiya T. 2000. yil
2. Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya va ijtimoiy amaliyot. T. 1999 yil.
3. Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya asoslari. T. 1994 yil.
4. Prikladnaya psixodiagnostika M. 1999 yil.
5. Oilani urganishning psixodiagnostik metodikalari. Shoumarov. G. B. N.A. Soginov. F.G. Xabibullaev T. 1996 yil.
6. Oila psixologiyasi. Prof. G.B. Shoumarov taxriri ostida «Sharq» T. 2007.
7. 1001 savolga psixologning 1001 javobi. Prof. G.B. Shoumarov Taxriri ostida. «Sharq». T. 2000 yil.
- 13 Nemov R.S. Psixologiya. Ikki tomli M. 1994 yil.
- 14..Raxmonova “Defektologiya va logopediya asoslari” – T., 1990 yil.
15. Mamedov, G'.B.Shoumarov “Aqli zaif bolalar psixologiyasi” – T., 1994 yil.
16. Filicheva, L.Volkova, G.Cherken, L.Mo'minova, M.Ayupova “Logopediya“-T., 1993 yil.
17. K.Q.Mamedov, G'.B.Shoumarov, V.L.Podobed. “Ruhiiy rivojlanishi sustlashgan bolalar haqida”- T 1993 yil.
18. M.I.Sagatov “Yordamchi maktabda matematika o'qitish uslubiyoti – T., 1983 g.
19. V.Raxmonova «Defektologiya va logopediya asoslari» Toshkent. 1991 yil.

20. G.Shoumarov, K. Mamedov, V. Podobed. «Ruhiiy rivojlanish sustlashgan bolalar haqida». Toshkent. 1993 yil.
21. R. Shomaxmudova, L.Muminova, «Bog'cha va maktab yoshidagi bolalar talaffuzidagi nuqsonlarni tuzatish». T. 1981
22. Aytmetova «Yordamchi maktab o'quvchilarining psixik rivojlanish xususiyatlari» T. «O'qituvchi» 1984 yil.
23. T.Filicheva, Ya.Volkova, U.Chirkina, L. Muminova. «Logopediya» «O'qituvchi» 1993 yil.
24. M.Mo'minova, M.Qahramonova, «Logopediya terminlarining ruscha-o'zbekcha izogli lug'ati» T. «O'qituvchi» 1986 yil.
25. Sodiqova G.A. Nurkeldieva D.A. Rivojlanish orkada kolgan bolalar diagnostikasi (ma'ruza matni) T. 2001 yil.
26. Sagatov. M. Po'latova F. Mamedov «Oligofrenopedagogika. T. 1997 yil.
27. M. Hakimova. Jismoniy va ruhiy rivojlanishida nuksoni bor bolalarning mehnatga kasb – hunarga tayyorlash. Xalq ta'limi jurnali. 2002 yil, 6 - son.
28. M. Hakimova. Maxsus yordamga muhtoj bolalarni maktab va maktabdan tashkari sharoitda kasb-hunarga qiziqtirish yo'llari. Xalq ta'limi jurnali. 2002 yil, 4-son.

MUNDARIJA

1. MAVZU: Dorilar va boshqa vositalar bilan davolashning psixologik asoslari.....**Ошибка! Залкада не определена.**
2. MAVZU: Psixogigiena va psixoprofilaktika..... **Ошибка! Залкада не определена.**
3. MAVZU: Psixogigiena va psixoprofilaktika..... **Ошибка! Залкада не определена.**
4. MAVZU: Psixika va kasalliklar **Ошибка! Залкада не определена.**
5. MAVZU: Psixoterapiya.....
6. MAVZU: VAZIYATLI PSIXOLOGIK MASALALAR..... **Ошибка! Залкада не определена.**
7. MAVZU. PSIXOLOGIK MASALALAR ECHISH.....

