

ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ ХАЛҚ ТАЪЛИМИ ВАЗИРЛИГИ

**М.БЕҲБУДИЙ НОМИДАГИ САМАРҚАНД ВИЛОЯТИ
ПЕДАГОГ КАДРЛАРНИ ҚАЙТА ТАЙЁРЛАШ ВА
МАЛАКАСИНИ ОШИРИШ ИНСТИТУТИ**

**Педагогика-психология ва таълим менежменти
кафедраси**

**Шахсинг психологик жараёнлари ва
хусусиятларини аниқлаш, шакллантириш
методлари**

Тузувчи:

Оқилова К.С.
Бўтаева У.А.

Самарқанд – 2009 йил

Одатда методик қўлланмалар мутахассислик бўйича таълим олаётган талабаларга мўлжалланади, лекин бу қўлланма кенг китобхон оммаси ва шунчаки психология билан қизиқувчи ўқувчилар учун ҳам қизиқарли бўлади деб ўйлаймиз.

**Педагогика, психология ва таълим
менежменти кафедраси катта
ўқитувчилари У.Бўтаева
К.Оқилова**

Самарқанд давлат университети
Доценти, п.ф.н. С.Ўтаназаров
Катта ўқитувчиси: М.Сулаймонов

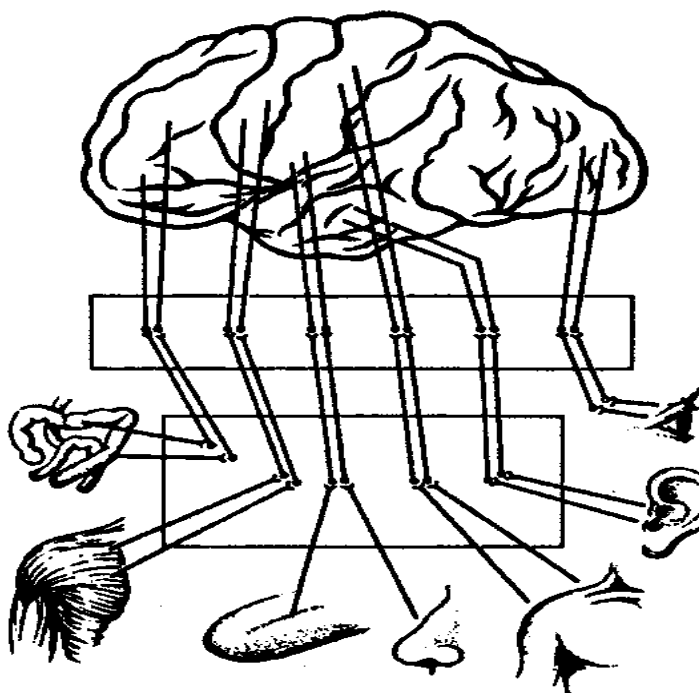
**Педагогика, психология ва таълим
менежменти кафедраси мудири,
Доцент п.ф.н. Р.Аминов**

2

СЕЗГИ

Одам сезгилар оркали моддий борлиқдаги барча предмет ва ҳодисаларни ўз онгида акс эттиради, ташқи дунёнинг предметлари ва воқеа-ҳодисалари муносабатини боғлайди. Ташқи кўзғатувчиларнинг сезги азолаларга узлуксиз таъсир этиши туфайли **сезги** вужудга келади. Одамни ўраб турган оламдаги нарса ва ҳодисаларнинг турли хил белги ва хусусиятлари сезгиларда акс этади. Жумладан, кўриш сезгиси оркали ёруғлик нурларини, рангларни, эшитиш сезгиси оркали нафас олиш натижасида бурун бўшлиғига ҳаво заррачаларининг таъсири, предметларнинг терига таъсири натижасида тери сезгалари ҳосил бўлади. Сезгилар ўз моҳияти жиҳатидан шахснинг барча билимлари учун асос ва манба ҳисобланади. Сезгилар туфайлигина идрок, хотира, тасаввур, тафаккур ва ҳаёл каби рухий жараёнлар ҳосил бўлади. Сезгилар ташқи таъсиротларнинг характери, йўналиши ва мазмуни билан боғлиқ ҳолда қуйидаги турларга бўлинади:

- 1.Кўриш сезгиси;
- 2.Эшитиш сезгиси;
- 3.Ҳид билиш сезгиси;
- 4.Таъм ёки маъза сезгилари;
- 5.Тери сезгиси;
- 6.Мускул-ҳаракат сезгилари;
- 7.Органик сезгилар.



1-расм

Демак, **сезги** деб, моддий дунёдаги нарса ва ҳодисаларнинг сезги азоларига таъсири натижасида вужудга келадиган ва бу нарса ёки ҳодисаларининг айрим белгиларини акс эттирадиган психик жараёнга айтилади.

1. Сизги. Сизгиларнинг ривожланишда машиқларнинг роли.

Кўрсатма: Ўқувчиларга оқ қоғоз бетига узунлиги 18 см 3 та горизонтал чизик чизиш таклиф этилади.Сўнг учала чизик кўз билан чамалаб тенг иккига бўлинади.Ҳосил бўлган бўлақларни линейка ёрдамида ўлчаб тенг ёки тенг эмаслиги аниқланади.Улардаги оғиш см билан ҳисоблаб чиқилади.

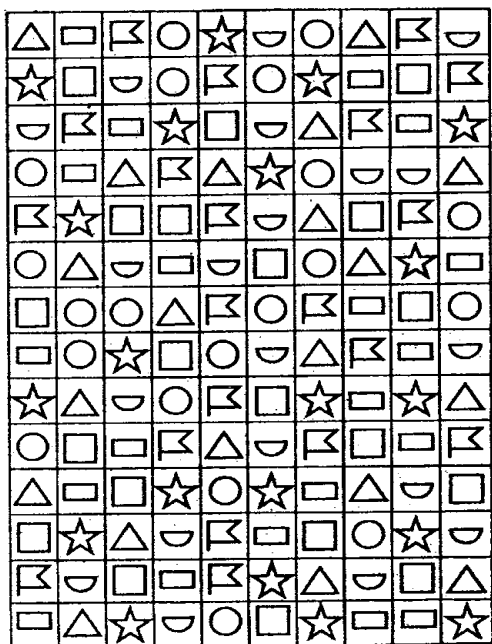
Ўлчов фарқлари жамланади,ўнга тақсимланади.

Кўз билан ўлчаб (қобилияти паст ўқувчи ажратилади.5 кун давомида чизикли кўз билан чамалаб бериш машқи 10 марта такрорланади ҳамда машғулот қайтадан ўтказилади).

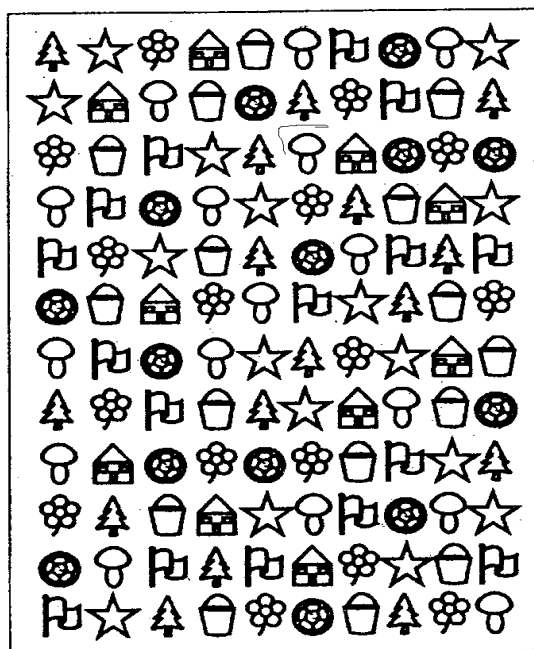
Ўтказилган тажриба	Топшириқ	Натижа	Оғиш фарқи (миллиметр)	Изоҳ
1-тажриба				
2-тажриба				

ДИҚҚАТ

Идрокнинг аниқлиги ва самарадорлигига бевосита алоқадор бўлган психик жараёнлардан бири – **диққатдир**. Шунинг учун ҳам уйқусираб ўтириб маъруза тинглаган талабанинг ўша маъруза матнини идрок қилиши қай даражада бўлиши мумкинлигини тасаввур қилиш қийин эмас. Шунинг учун ҳам биз диққатимизни керакли объектда ушлаш учун, юқорида мисолда талабанинг маърузани тўла идрок қилиши учун конспект қилиш кераклиги тавсия этилади. Чунки, шу пайтда онгимиз эшитаётган сўзларнинг мазмунига қараган бўлади.



2-расм



3-расм

Диққат – шундай психик жараёнки, унинг ёрдамида онгимиз ўзимиз учун аҳамиятли бўлган насалар, ҳодисалар, предметлар моҳиятига қаратилади.

Яъни, диққат – онгнинг йўналганлигини тушунтирувчи психик жараёндир. Масалан, ўқитувчининг саволига жавоб бераётган ўқувчини тасаввур қилинг: гапираётиб, бармоқлари билан дафтарининг қирғоғини ҳадеб буклаётганлигини ўзи сезмайди. Ўқитувчининг “дафтарни тинч қўй”, деган танбеҳигина унинг диққатини ўзи амалга ошираётган ҳаракатга йўналтиради.

2. Диққат. Диққатнинг кўламини аниқлаш.

Кўрсатма: Ўқувчиларга

а) бир-бирига боғланмаган ҳарфлар;

б) бир-бирига боғланмаган рақамлар;

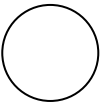
в) турли рангдаги турли шакллар;

г) бир-бирига боғланган сўзлар;

10 секунд кўрсатилади. Карточка яширилганидан сўнг ўқувчи карточкада нималарни кўрганлигини ёзиб боради. Натижа қуйилagича таҳлил этилади:

Текширилувчининг исми, фамилияси _____

Ёши _____

Т/ р	Топшириқ	Жавоб	Натижада тўғри баж. иш. сони.	Изоҳ
1. 1 2 3 4	Бир-бирига боғланмаган ҳарфлар ТВП ВПРС ЗОИКВ НЧЦБФЖ			
2. 1 2 3 4 5	Бир-бирига боғланмаган рақамлар 2 5 9 0 2 4 8 6 9 7 6 4 3 5 2 4 9 6 3 7 1 3 6 8 5 4 9 7			
3. 1 2 3 4	Турли рангдаги турли шакллар    			

4.	Бир-бирига боғланган сўзлар			
1	Автобус			
2	Автомобил			
3	Автобекат			
4	Мактаб			

ИДРОК

Идрок – бу билишимизнинг шундай шаклики, у борликдаги кўплаб, хилма-хил предмет ва ходисалар орасида бизга айти пайтда керак бўлган объектнинг хосса ва хусусиятлари билан яхлит тарзда акс этишимизни таъминлайди. Яъни, идрокнинг асосида нарса ва ходисанинг яхлитлашган образ ётадики, бу образ бошқалардан фарқ қилади. Идрок юқорида таъкидлаганимиздек, соат товушига ўхшаш, ўнга нисбатан соддароқ сезги жараёнларидан ташкил топади. Масалан, олманинг шаклини, ҳидини, маъзасини, рангини сезамиз, яъни алохида -алохида хоссалар онгимизда акс этади. Бу – сезгиларимиздир.



4- расм



5-pacm



Bu rasmda
nechta predmet yashiringan?

Ot,
Ayiqlar,
Sher,
Burgut,
Bo'ri,
Ota,
Ayol...

Yana nimalar???

6-pacm

Сезгилар яхлит тарзда идрок жараёнини таъминлайди. Лекин олимлар идрокни сезгиларнинг оддийгина, механик тарзидаги бирлашуви, деган фикрга мутлоқо қаршилар. Чунки идрок – онгли, мақсадга қаратилган мураккаб жараён бўлиб, унда шахснинг у ёки бу объектга шахсий муносабати ва идрокдаги фаоллиги асосий роль ўйнайди.

3. Идрок.Идрок қилишнинг ўзига хос хусусиятлари.

Мақсад: Билиш фаолиятида идрокнинг роли.

Материал: Майда предметлар тўплами (резина, бўр, пахта ва ҳ.к.)

Кўрсатма: Синалувчи ўқувчи аудитория томонга қараб туради, кўзларини юмади, кафтни пастга қараб узатади ва бошини қарама-қарши томонга узатилган қўли кўринмайдиган қилиб бурилади.

Биринчи босқичда эксперимент ўтказувчи қўлидаги предметни синалувчи кишидан бўлак ҳамма кўрадиган тарзда намоиш қилади. Шундан кейин у предметни синалувчи киши узатган қўлининг орқа томонига қўяди ҳамда ундан предмет тўғрисида нима билса, ҳаммасини айтиш сўралади. Предмет секин, эҳтиёткорлик билан олинадди, сўнг кейинги предмет қўлнинг орқа томонига кетма-кет қўйилади.

Иккинчи босқичда предмет қўлнинг кафтига қўйилади. Синалувчи қўли ва бармоқлари билан предметни ушламаслиги керак, шу ҳолда предмет нима эканлигини айтиб бериши лозим.

Учинчи босқичда синалувчига ўз кафтида турган предметни ушлаб кўриш топширилади. Синалувчи мазкур предмет билан иш бошланишидан олдин баённома ёзувчи, биринчи ва иккинчи босқичларда синалувчи берган маълумотлар ўқиб берилади.

Тажриба қуйидагича схемада тўлдирилади:

Текширувчининг исми, фамилияси _____

Ёши _____

Предмет рақами	Предмет номи	Синалувчининг тасаввурлари		
		1-босқич	2-босқич	3-босқич
1.				
2.				
3.				
4.				

ХОТИРА

Одам кўрган, ҳис қилган ва эшитган нарсаларининг жуда оз миқдоринигина эслаб қола олади. Маълум бўлишича, бир вақтнинг ўзида одам онгида 7 тадан ортиқ белгига эга бўлган маълумотнинг қолиши қийин экан бу еттита сўз, сон, белги, нарсанинг шакли билиши мумкин. Агар телефон рақамлари 8 та белгилари бўлганда, уни ёдда сақлаш анча қийин бўларкан. Демак, онгнинг танловчанлиги ва маълумотларни саралаб, териб ишлатиши яна бир психик жараёни – хотирани билишимиз лозимлигини билдиради.

14	21	33	18
75	72	96	10
12	81	27	64

7-расм

		
	27	
		
	К	
		
H ₂ O		

8-расм

Хотира – бу тажрибамизга алоқадор ҳар қандай маълумотни эслаб қолиш, эсда сақлаш, эсга тушуриш ва унутиш билан боғлиқ мураккаб жараёндир. Хотира ҳар қандай тажрибамизга алоқадор маълумотларнинг онгимиздаги аксидир.

4. Хотира.

Мақсад: Матнни структурага солишнинг эсда қолдиришга таъсири.

Материал: Эсда қолдириш учун матнлар.

Бўри катта итга жуда ўхшайди. Бўрининг юнглари узун-узун ва қаттиқ бўлади. Кўзлари ғилайга ўхшаш, икки томонга қараб туради. Думи пастга осилиб ётади.

Бўрилар ўрмонларда, жарликларда яшайдилар. Гоҳо чўлларда ҳам учрайди. Кузда бутун бир оила бўлиб яшайдилар, қиш кунлари улар кўпинча тўда-тўда бўлиб юрадилар. Бўри йирик уй ҳайвонларига хужум қилади. У майда жониворларни ва ҳатто ҳашаротларни ҳам еб қорин туйғизади. Ёзда бўри ўзига кўп овқат топади, қишда у баъзи қишлоқларга келиб уй ҳайвонларини бўғизлаб кетади. Бўриларга қарши овчилар гуруҳи кураш олиб боради. Улар бўриларни қидириб овлайдилар. Тутиш учун хандақлар қазиб, қопқонлар қўядилар. Қопқонга илинган ва тутилган бўрилар ўлдирилади.

Тулки (группалаштирилмаган текст)

Тулкининг бўйи кичикроқ кучукдек келади. У ўрмонда, қир-адирларда яшайди. Тулки майда ҳайвонларни тутиб ейди. Тулки болалари апрель ойларида туғилади. Тулкининг тумшуғи узун бўлади. Тулки душманлари келаётганини сезиб, ўз болаларини тўплаб бошқа жойга кетади. Тулкининг думи учун, майин бўлади. Тулки кўпинча бошқа ёввойи ҳайвонлар ташлаб кетган бўш инларда яшайди, баъзан уй паррандаларига хужум қилади. Тулкининг янги туғилган болалари бир ойгача инидан чиқмайди. Тулкининг мўйнаси қалин, юмшоқ ва майин бўлади. Баъзи тулки тош уюшмалари орасида ёки буталар ичидаги чуқурларда яшайди. Тулки нок, олхўри ейишни хуш кўради. Тулки болаларига овқатни уларнинг онаси олиб келади.

Кўрсатма: Ўқувчиларга биринчи ҳикоя ўқиб берилади. Ҳикояни тинглаётганда улар ҳеч нарсани ёзмасликлари керак. Биринчи ҳикоя ўқиб бўлингач, синалувчилар эсларида қолган ҳамма нарсани ёзиб чиқади.

Сўнгра иккинчи ҳикояни ҳам тинглайдилар, худди шунингдек уни ҳам эсларида қолганча ёзиб чиқадиладар.

Т/р	Ўқувчилар ф.и.ш.	1-ҳикоя		2-ҳикоя	
		Ёзилган гап миқдори	Ёзилган сўз миқдори	Ёзилган гаплар миқдори	Ёзилган сўзлар миқдори

Амалиётчи

психолог

хулосаси

ТАФАККУР

Бизнинг дуёни, унинг сир-асрорларини тушунишимизнинг заминиди нарсани ва ҳодисаларининг биз учун шахсий алоқаси, аҳамиятлилиги даражаси ётади. Ана шундай дунёни тушунишимиз, англашимиз ва унга онгли муносабатимизни билдириб, изҳор қилишимизга алоқадор билиш жараёни психологияда **тафаккур, фикрлаш** деб аталади.



9-расм

Тафаккур – инсон онгининг билиш объектлари ҳисобланмиши нарсани ва ҳодисалар ўртасидаги мураккаб, ҳар тамонлама алоқаларнинг бўлишини таъминловчи умумлашган ва мавҳумлашган акс эттириш шаклидир.

5. Тафаккур.

Мақсад: Умумийлаштириш жараёнининг характеристикаси.

Кўрсатма: Ҳар бир қатордаги сўзларни ўқиб, “ортиқча” сўзни ўчириб ташлаш ва қолган сўзларни нима бирлаштиришини айтиб бериш керак.

1. Кучук, сигир, қўй, лос, мушук.

Кучук, сигир, қўй, лос, от.

Жавоб: биринчи қатордаги “ортиқча” сўз – лос, қолган сўзлар уй ҳайвонларининг номидир, иккинчи қаторда эса “ортиқча” сўз кучук, қолган сўзлар туёқли ҳайвонларнинг номидир.

2. Футбол, хоккей, қўл тўпи, баскетбол, бадминтон.

Жавоб: Биринчи қаторда “ортиқча” сўз – баскетбол, чунки шундан бошқа ўйинларда дарвозабон бўлади.

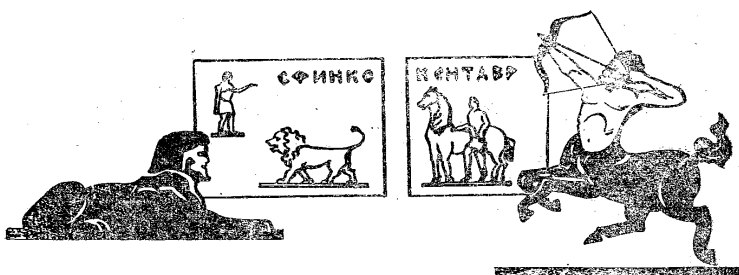
Ўқувчи фамилияси, исми, шарифи _____

Ёши _____

1-топширик учун берилган жавоблар			1-топширик учун берилган жавоблар		
1-қатордаги “ортиқча” сўз	1-қатордаги “ортиқча” сўз	Изоҳ	1-қатордаги “ортиқча” сўз	1-қатордаги “ортиқча” сўз	Изоҳ

ХАЁЛ

Хаёл еки фантазия, тафаккур каби, юксак билиш жараёнлари каторида кириб, кишининг узига хос инсоний характерга эга булган фаолиятларида намоён булади. Мехнатнинг таер натижасини хаёлга келтирмай туриб, ишга киришиб булмайди. Фантазия ердами билан кутилатган натижани тасаввур килиш инсон мехнатининг ҳайвонлар инстинктив фаолиятидан туб фаркидир. Исталган мехнат жараёни зарур тарзда хаёлни уз ичига камраб олади. Хаёл бадий, конструкторлик, илмий адабий, музикавий ва умуман ижодий фаолиятнинг зарур томони сифатида намоён булади.



10-расм

Хаёл инсон ижодий фаолиятининг зарур элементи булуб, мехнатнинг охирги ва оралик маҳсулотларида уз ифодасини топади, шунингдек муамоли вазият ноаниклик курсатган ҳолларда хулқ-атвор кулланмасини тузишни таъминлайди.

Хаёлниң психик жараён сифатидаги биринчи ва муҳим вазифаси шундан иборатки, у мехнатни бошламасдан олдин унинг натижасини тасаввур килиш имкониятини беради.

6. Хаёл.

Мақсад: Ижодий хаёлниң хусусиятлари. Сўз орқали ифодаланган ижодий хаёлниң баъзи бир хусусиятларини аниқлаш.

Кўрсатма: Ўқувчилар ҳикоянинг бошланиш қисмини тинглайдилар. Сўнг тугалланмаган ҳикояни давом эттириш сўралади, бунга 10 минут вақт берилади.

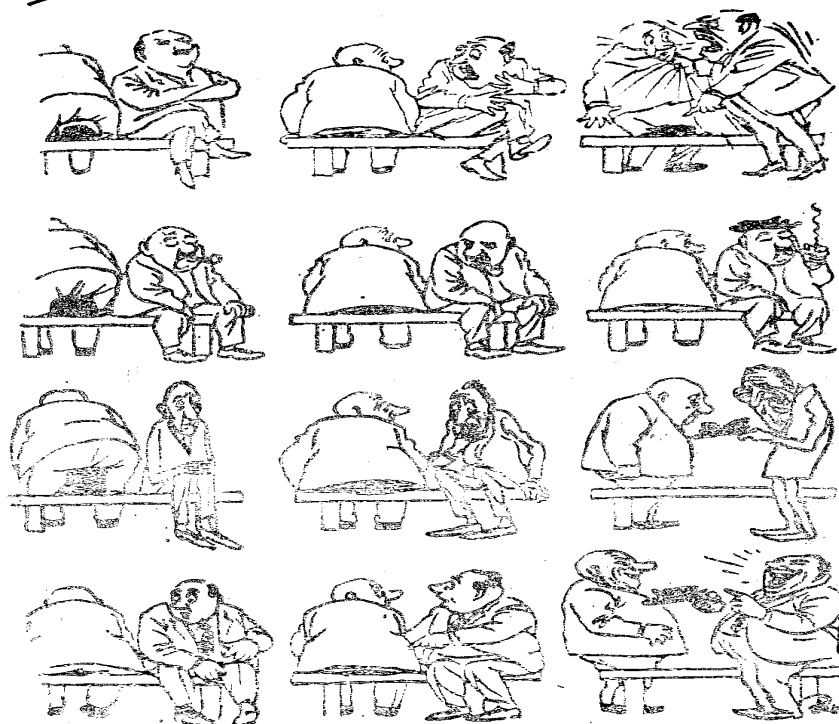
“Қош қорайди. Ёмғир зерикарли даражада майдаланиб ёға бошлади: автобус бекатида бир соябон остида икки киз туришарди. Улар алланималар ҳақида секин-секин пичирлашиб гаплашарди. Шу пайт бирдан...”.

Хулоса: Ҳикоя тугалланмаганлиги, образларнинг ёрқинлиги, оригиналлиги, сюжетнинг одатдан ташқари йўналишда қурилиши, якунининг қутилмаган ҳолда қизиқарли бўлиши баҳоланади.

Сиз ўзингиз турли хилдаги ҳикояларни тузиб улардан фойдаланган ҳолда ўқувчи шахсида ижодий ҳаёлни шакллантиришингиз мумкин.

ТЕМПЕРАМЕНТ

Шахснинг индивидиуал хусусиятлари ҳақида гап кетганда, уларнинг туғма, биологик хусусиятларига алоҳида эътибор берилади. Чунки, аслида бир томондан шахс ижтимоий мавжудот бўлса, иккинчи томондан – биологик яхлитлик, туғма сифатларни ўз ичига олган субстракт – индивид ҳамдир. Темперамент ва лаёқатлар индивиднинг динамик-ўзгарувчан психик фаолияти жараёнини таъминловчи сифатларни ўз ичига олади. Бу сифатларнинг аҳамияти шундаки, улар шахсда кейин онтегнетик тараққиёт жараёнида шаклланадиган бошқа хусусиятларга асос бўлади. Одам тепераментига алоқадор сифатларнинг ўзига хослиги шундаки, улар одам бир фаолият туридан иккинчисига, бир эмоционал ҳолатдан бошқасига, бир малакаларни бошқаси билан алмаштирган пайтларда реакцияларнинг эгилувчи ва динамиклигини таъминлайди ва шу нуқтаи назардан қараганда **темперамент** – шахс фаолияти ва ҳулқининг динамик (ўзгарувчан) ва эмоционал-ҳиссий тамонларини характерловчи индивидиуал хусусиятлар мажмуидир.



11-расм

“Теперамент” сўзи лотинча *temperamentum* сўзидан олинган бўлиб, қисмларнинг нисбати деган маънони билдиради.

Холерик – темперамент тез пайдо бўлувчи ва кучли туйғулар, зўр таъсирланиши, тажанглик, кўп-ғайрат, кўпроқ ҳаракатчанлик аниқ имо-ишоралар, бой мимика билан характерланади.

Сангвиник – тез пайдо бўлувчи ва осон алмашинадиган туйғулар билан фарқ қилади; сангвиник киши учун хатти- ҳаракатнинг барқарорлиги хосдир.

Флегматик – темперамент туйғуларнинг суст пайдо бўлиши билан характерланади: флегматик кишини унинг учун оддий бўлиб, қолган тинч ҳолатдан олиб чиқиш осон эмас, у ҳаракат ва гапиришдан ҳам шошилмайди, унинг мимики кам ифодали, ҳаракатлари сустдир.

Мелонхолик – темперамент туйғуларнинг нисбатан кам хилма-хил бўлгани ҳолда уларнинг секин пайдо бўлиши билан ажралиб туради: ташқи тамондан туйғулар деярли кўзга ташланмайди: мелонхолик кишини кўп нарса безовта қилмай лекин хис туйғудар пайдо бўлганда у одатда чуқур давомли ва анча кучли бўлади. Мелонхолик кишининг кайфияти кўпинча ғамгин бўлади. (сиқилган психик ҳолатни ифодалаши).

МИЖОЗНИ АНИҚЛАШ СЎРОВ ВАРАҚАСИ

(темперамент)

Берилган тўрт фикрдан бирини танлаб жадвалга ўша ҳарфга (+), қолганларига (-) қўйилади. Ҳамма (10 та) фикрлардан ўзингизга тааллуқлисини белгилаганингиздан сўнг қайси қаторда кўп (+) бўлса, ўша сизнинг темпераментингиз ҳисобланади.

Саволлар варақасини ўқишдан олдин ўзингизга жавоблар варақасини чизиб олинг.

Саволлар	Жавоблар			
т/р	1	2	3	4
1	А	Б	В	Г
2	В	А	Г	Б
3	Б	Г	А	В
4	В	Г	Б	А
5	А	В	Б	Г
6	В	Б	А	Г
7	Б	Г	В	А
8	Г	Б	В	А
9	А	Г	Б	В
10	А	В	Б	Г
Жами (+)				

САВОЛЛАР ВАРАҚАСИ

1. А – кайфиятингиз тез-тез ўзгариб туради, хурсандчилик тез хафачиликка айланиши мумкин, аччиғингизни чиқариш осон.

- Б – доимо хушчақчақсиз ва шу кайфиятингиз одамларга ўтиб туради.
В – доим кайфиятингиз бир хил, аччиғингизни чиқариш қийин.
Г – доим кайфиятингиз ёмон, сизни кулдириш қийин.
2. А – чаққон ва ҳаракатчансиз.
Б – секин ва паст овозда гапириш ёқади.
В – тез ва шошилиб фикрингизни билдиришни хоҳлайсиз.
Г – секин ва баланд овозда кам ҳаракат билан гапирасиз.
3. А – агар ишингиз юришмаса ҳам бошлаган йўлингиздан қайтмайсиз ва бошқа йўлни излайсиз.
Б – ишингиз юришмаса ташлайсиз ва бошқа йўлни излайсиз.
В – ишингиз юришмаса хафа бўласиз ва ташлаб юборасиз.
Г – ишингиз юришмаса у ёдингиздан чиқади ва давом эттирасиз.
4. А – тез чарчайсиз.
Б – кўп ва охиригача етказиб ишлайсиз.
В – ютуқ бўладиган ишни яхши кўрасиз.
Г – ҳар қандай ишни бажарасиз, кўпинча активлик қиласиз.
5. А – танбеҳни ёқтирмайсиз, баҳслашасиз.
Б – танбеҳни жим тинглайсиз, лекин яна хато қиласиз.
В – танбеҳни диққат билан тинглаб тузатасиз.
Г – танбеҳни эшитиб хафа бўласиз, лекин баҳслашмайсиз.
6. А – ишлашдан олдин режа тузиб, кейин ишни бошлайсиз.
Б – агар ишда қийинчилик бўлса тезда мослашасиз (шу ишга).
В – ишга тез киришасиз, лекин кейин қийин бўлса тузатасиз.
Г – ишни бошлашдан олдин ўйлайсиз, ёқмаса ишламайсиз.
7. А – бир қарорга келишдан олдин ўйлайсиз, ҳаяжонланасиз.
Б – бир қарорга келишдан олдин ўйлайсиз.
В – бир қарорга келишингиз қийин.
Г – бир қарорга тез келасиз.
8. А – мулоқотда мулойим, тактикали, ҳозиржавобсиз.
Б – мулоқотда бошловчи, чаққонликни яхши кўрасиз.
В – мулоқотни кўп яхши кўрмайсиз, бир ўзингиз бўлсангиз яхши.
Г – ёлғизликни ёмон кўрасиз, мулоқот учун доимо киши излайсиз.
9. А – хафачиликдан қаттиқ ранжийсиз, лекин тезда унутасиз.
Б – хафачиликдан қаттиқ ранжийсиз, тез унута олмайсиз, бошқаларга билдиришни ёмон кўрасиз.
В – хафачиликни тез унута оласиз.
Г – хафачиликни оптимистик равишда қабул қиласиз, тез унутасиз.
10. А – ҳазилни, ҳазил қилишни яхши кўрасиз.
Б – ҳазилни яхши кўрасиз, фақат энг яқин кишингиз билан.
В – бўлар-бўлмас ҳазил қиласиз, лекин одамлар буни тушунмайди.
Г – ҳазилни унчалик ёқтирмайсиз, ҳазил қилишни ҳам.

1 – Холерик, 2 – Сангвиник, 3 – Флегматик, 4 – Меланхолик.

I. Холерик. (кучли барқарор, ҳаракатчан тип).

1. Қунимсиз ва шошқалоқ.
2. Ўзини босиши қийин.
3. Чидамсиз.
4. Муаммоларда кескин ва тўғри сўзли.
5. Ташаббускор ва тез бир қарорга келади.
6. Ўжар.
7. Тортишувда топқир.
8. Ишга гоҳ берилиб кетади, гоҳ ташлаб қўяди.
9. Таваккалчи.
10. Кишиларга кек сақламайди, хафа бўлмайди.
11. Сўзлаганда нутқи тез, эҳтиросли.
12. Табиати беқарор, қизишишга мойил.
13. Тажавузкор, жанжалчи.
14. Камчилик ва нуқсонларга бешафқат.
15. Юз кўриниши очилиб-сочилиб турган.
16. Масалага тез таъсир қилиш ва ҳал қилишга қобилиятли.
17. Доим янгиликка интилади.
18. Ҳаракатлари кескин ва шиддатли.
19. Мақсадга эришишга чидамли.
20. Кайфияти тез ўзгарувчан.

II. Сангвиник (кучли барқарор – ҳаракатчан тип).

1. Хушчақчақ ва қувноқ.
2. Ишчан, ғайратли.
3. Кўпчилик ҳолларда бошлаган ишини охрига етказмайди.
4. Ўзига ортиқча баҳо беришга мойил.
5. Янгиликни тез эгаллашга лаёқатли.
6. Қизиқиши ва майли турғун эмас.
7. Муваффақиятсизлик ва кўнгилсизликни енгил ўтказади.
8. Ҳар хил шароитга осон мослашади.
9. Ҳар қандай ишга зўр қизиқиш билан киришади.
10. Ўзини қизиқтирмаган ишдан тез совийди.
11. Бир ишдан иккинчи ишга осон ва тез кириша олади.
12. Бир хил, машаққатли ишдан қийналади.
13. Жамоатчи, одамгарчиликли, дилкаш ва кўнгилчан.
14. Чидамли ва ишчан.
15. Сўзлаган нутқи қаттиқ, тез, аниқ, имо-ишоралари жонли ва кескин.
16. Мураккаб шароитда ҳам ўзини тута билади.
17. Ҳамма вақт кайфияти яхши, тетик.
18. Тез ухлайди ва тез уйғонади.
19. Кўпчилик ҳолларда масалани ҳал қилишда хаёлпараст ва шошқалоқ.
20. Асосий масаладан четга чиқишга мойил.

III. Флегматик (кучли барқарор, кам ҳаракат тип).

1. Совуққон ва хотиржам.
2. Ишда батартиб ва шароитни ҳисобга олади.
3. Эҳтиёткор ва андишали.

4. Кутишга, чидамга лаёқатли.
5. Камгап, беҳуда сўзлашни ёқтирмайди.
6. Гапирганда нутқи бир хил, текис имо-ишорасиз ва ҳаяжонсиз.
7. Чидамли ва ўзини тута билади.
8. Бошлаган ишни охирига етказади.
9. Ишга беҳуда куч сарф қилмайди.
10. Иш тартиби ва режимига қатъий амал қилади.
11. Ўзини тута билади.
12. Мақтовларга бефарқ.
13. Кек сақламайди, кечиримли.
14. Ўз қизиқиш ва муаммоларида ҳамма вақт бир хил.
15. Бир ишдан иккинчи ишга қийин мослашади.
16. Муомаласи ҳаммага бир хил.
17. Тартиб ва интизомни яхши кўради.
18. Янги шароитга қийин мослашади.
19. Чидамли, сабр тоқатли.
20. Кўпчилик ҳолларда атрофидаги воқеа-ҳодисаларни сезмай қолади.

IV. Меланхолик (бўшанг тип).

1. Тортинчоқ ва уятчанг.
2. Янги шароитда ўзини йўқотиб қўяди.
3. Нотаниш киши билан тез тил топиша олмайди.
4. Ўз кучи ва имкониятларига ишонмайди.
5. Ёлғизликни яхши ўтказади.
6. Муваффақиятсизликларда ўзини йўқотиб қўяди.
7. Ўзи билан ўзи бўлишни яхши кўради.
8. Тез чарчайди.
9. Сўзлаганда нутқи кучсиз, баъзан шивирлаб қолади.
10. Суҳбатдошининг характериға иложсиз кўникади.
11. Таъсирчан, ҳатто йиғлаши ҳам мумкин.
13. Ўзига ва атрофдагиларга талабчан.
14. Гумонсирашга, майдачиликка мойил.
15. Гапга таъсирчан ва тез ўзига олади.
16. Ҳаддан ташқари тез хафа бўлади.
17. Ҳеч ким билан фикр олишмайди. Кўпчиликни ёқтирмайди.
18. Камҳаракат ва бесўнақай.
19. Индамас, ўта итоаткор.
20. Атрофдагилардан ўзи учун куйиниш ва ёрдам кутади.

ХАРАКТЕР

Характер. Кундалик ҳаётимизда тилимизда “характер”и сўзи энг кўп ишлатиладиган сўзлардан. Уни биз доимо бировларга баҳо бермоқчи бўлсак, ишлатамиз. Бу сўзнинг маъносини олимлар “босилган тамға” деб ҳам изоҳлашади. Тамғалик аломатлари нимада ифодаланади ўзи?

Характер – шахсдаги шундай психологик, субъектив муносабатлар мажмуи, улар унинг борлиққа, одамлардаги, предметли фаолиятга ҳамда ўз-ўзига муносабатни ифодалайди.

“Темперамент” ва “Характер” тушунчалари бир-бирига яқин туради. Характер шахснинг муҳим ва ўзига хос сифатли томонидир. Айни пайтда, шахснинг айрим хусусиятлари ҳам характерга ҳам темпераментга алоқадор бўлиши мумкин. Хулқ-атвор шахснинг йўналганлиги, иродаси ва фаолияти билан узвий боғлангандир. Характернинг кўп сонли таснифлари мавжудлигига қарамасдан, унинг умум қабул қилинган таснифи ҳанузгача йўқ.

Характернинг хусусиятлари жуда кўпдир. Унга қатъиятлилиқ, шижоатлилиқ, тиришқоқлик, вазминлик, довюрақлик ва аксинча қатъиятсизлик, журъатсизлик, кўрқоқлик, гумонсираш каби хусусиятлар хосдир. Одамнинг индивидуал хусусиятларини етарлича акс эттирувчи характернинг умум қабул қилинган таснифи йўқлиги туфайли, одатда, характерга баҳо бериш учун кишига хос бўлган энг муҳим белгиларни шунчаки санаб ўтишди холос, масалан, сахий, мақтанчоқ, қувноқ, ёлғончи, камсуқум, қасоскор, ҳасис, довюрақ, бағри кенг, қатъиятли. Агар темперамент туғма хусусият бўлса, характер кўп жиҳатдан тарбияга ва кишиларнинг ҳаёт тажрибасига алоқадор бўлади. Характерни шакллантиришда тарбия. Таълим бериш ва оиланинг тутган ўрнини ҳам эслатиб ўтиш жоиздир.

Айзенк шахсни ўрганиш бўйича ўз кузатувларига асосланиб одамларни икки тоифага ажратиб ўрганган, яъни экстравертлар ва интеравертларларга.

Экстраверсия – фаол, барча фаолият жараёнларида ўзга кишилар билан ўзаро таъсирлашувни афзал кўрувчи, жуда дилкаш, хис-туйғулари ташқарига йўналган, сир-синоатларини ҳаммага ошкор этадиган ва атрофдагилар билан мулоқатда бўлишни хуш кўрадиган инсонлардир. Бироқ шу билан бирга тез қўзғалувчан, сержаҳл ва жиззаки ҳамдир. Улар билан бирга жиддий ишларга киришганда, ҳамкорлик қилинганда эҳтиёткорликни қўлдан бермаслик зарур. Экстравертнинг дўстлари кўп бўлади. Улар ўзларини эркин тутишга, вазият таъсирида ҳаракат қилишга мойил бўлади. Хушчақчақ, сузамол, ҳазилни яхши кўради. Бундай кишилар беташвиш, оқ кўнгил, хушчақчақ, оптимист, кулишни ёқтирадиган, серҳаракат. Уларнинг эмоциялари қатъий назорат қилинмайди, ламиша ҳам тўлиқ ишониб бўлмайди.

Интроверт – ўта кам гап, индивидуал яқкаликка мойил, мулойим, уятчан, хис-туйғулари яшириш шахс. Унинг сир-асрорини билиб олиш ўта мушкул, дарров мулоқатга боравермайди, қайси бир жамоада суҳбатларга аралашиб қолса, кам сўзлайди ёки индамай ўтиришни хуш кўради. Ўз хатти-ҳаракатларини таҳлил қилади, ҳаммага ҳам қўшалавермайди, дўстлари кам бўлади. Қилиниши керак бўлган ишларни яхгилаб ўйлаб олади, кейин режасини тузади, унинг бирор қарорга келиши қийин, ўз хис-туйғуларини назорат қила олади, унинг жаҳлини чиқариш ҳам қийин. Ахлоқий нормаларга амал қилувчи, босиқ табиатли, китоб ўқишни ёқтиради. Беҳосдан пайдо бўлган интилишларга ишонмайди. Қарор қабул қилишга жиддий муносабатда бўлади, ҳар бир нарсада тартибни яхши кўради. Бироқ пессимистроқ бўлади.

Характер типини аниқлаш методикаси

1. Қайси бири сиз учун муҳимроқ?
 - а) кичиккина дўстлар давраси;
 - б) кўпгина дўстлар давраси.
2. Қандай китоблар сизга ёқади?
 - а) қизиқарли сюжетли;
 - б) одамлар руҳий кечинмалари акс эттирилган.
3. Ишда нимага кўпроқ йўл қўйишингиз мумкин?
 - а) кечикиш;
 - б) хатоликлар.
4. Агар ёмон иш қилиб қўйсангиз?
 - а) жуда қайғурасиз;
 - б) унчалик қайғурмайсиз.
5. Одамлар билан қандай чиқишасиз?
 - а) жуда тез ва осон;
 - б) секин, эҳтиёткорлик билан.
6. Ўзингизни аразкаш деб ҳисоблайсизми?
 - а) ҳа;
 - б) йўқ.
7. Чин дилдан кулишга мойилмисиз?
 - а) ҳа;
 - б) йўқ.
8. Сиз қандайсиз?
 - а) камгап;
 - б) сергап.
9. Сиз очиқмисиз ёки ҳисларингизни бировлардан яширасизми?
 - а) очиқман;
 - б) яшираман.
10. Ўз хис-кечинмаларингизни таҳлил қилишни ёқтирасизми?
 - а) ҳа;
 - б) йўқ.
11. Кўпчилик даврасида бўлганда, сиз:
 - а) тинмай гапирасиз;
 - б) бошқаларни тинглайсиз.
12. Тез-тез ўзингиздан норози бўлиб турасизми?
 - а) ҳа;
 - б) йўқ.
13. Бирор нарсаларни ташкил қилишни ёқтирасизми?
 - а) ҳа;
 - б) йўқ.
14. Сирларингиз ёзилган кундалик тутишни хоҳлармидингиз?
 - а) ҳа;
 - б) йўқ.
15. Бирор нарсанинг қароридан уни бажаришга тез ўтасизми?
 - а) ҳа;

б) йўқ.

16. Кайфиятингизни тез ўзгартира оласизми?

а) ҳа;

б) йўқ

17. Ўзгаларни ишонтириб, уларга ўз фикрингизни ўтказишни яхши кўрасизми?

а) ҳа;

б) йўқ.

18. Сизнинг ҳаракатларингиз?

а) тез;

б) секин.

19. Сиз бўлиши мумкин бўлган нохуш ҳодисалардан ташвишланасиз?

а) тез-тез;

б) баъзан.

20. Қийин ҳолатларда Сиз:

а) ёрдам сўрашга шошиласиз;

б) ҳеч кимга мурожаат қилмайсиз.

Энди жавобларингизни ҳисоблаб чиқинг.

Услубиятнинг калити.

Жавоблар ичидаги қуйидагилар Сиздаги экстроверсияни кўрсатади: 1б, 2а, 3б, 5а, 6б, 7а, 8б, 9а, 10б, 11а, 12б, 13а, 14б, 15а, 16а, 17а, 18а, 19б, 20а. Мос келган жавоблар сонин 5 га кўпайтиринг.

0-35 баллар-интроверсия;

36-65 баллар-амбиверсия;

66-100 баллар-экстраверсия.

ҚИЗИҚИШ

Қизиқиш шахснинг муҳим психологик жараёнларидан бири ҳисобланиб, унда инсоннинг индивидуал хусусияти бевосита мужассамлашади. Қизиқиш-инсонларнинг дунёқараши, эътиқодлари, идеаллари, яъни унинг олий мақсадлари, эзгу ниятлари, орзу умидлари билан бевосита муҳим роль ўйнайди ҳамда уларнинг муваффақиятли кишинин таъминлаш учун хизмат қилади.

Қизиқиш билимларни онгли, пухта, барқарор, англанган ҳолда ўзлаштиришда, кўникма ва малакаларни шакллантиришда, шахс қобиляти, зеҳни, укувчанлаги ривожлантиришга, оламни мукамалроқ тушунишга, билим савиясининг кенгайишига ёрдам беради.

Қизиқиш мотив сингари борлиқнинг мўъжизакор томонларини билишга, фан асосларини эгаллашга фаолиятнинг турли-туман шакллариغا нисбатан ижодий ёндашишни вужудаг келтиради, меҳнатга, таълимга маъсулият билан муносабатда бўлишни шакллантиради, ҳар қайси яккаҳол (индивидуал) шахсда ишчанлик, ғайрат-шижоат, эгилмас иродани таркиб топтиришга пухта психологик шарт-шароитлар яратади.

Қизиқишнинг психологик моҳиятидан келиб чиққан ҳолда ёндашилганда, қизиқиш, инсонда интилиш, фаоллик, ички туртки, эҳтиёжни рўёбга чиқариш манбаи ролини бажаради.

Фойдаланган адабиётлар

1. Каримов И.А. Баркамол авлод - Ўзбекистон келажагининг пойдевори.Т. 1997.
2. Каримов И.А. “Баркамол авлод орзуси”. Т. 1999 .
3. Каримов И. Ватанимизнинг тинчлиги ва ҳавфсизлиги ўз куч - қудратимизга, халқимизнинг ҳамжиҳатлиги ва буқилмас иродасига боғлиқ. Т. “Ўзбекистон” нашриёти. 2004. 32 б.
4. Давлетшин М.Г. Умумий психология. Т. ТошДПУ.2002.(ўқув қўлланма).
5. Каримова В. Ижтимоий психология ва ижтимоий амалиёт. Т. 1999.
6. Каримова В. Акрамова Ф. Психология. Т. 2000.
- 7.Каримова В. Психология. (ўқув қўлланма).Т. 2002.
8. Каримова В. Ижтимоий психология ва ижтимоий амалиёт. Т. 1999.