

«ТАСДИ+ЛАЙМАН»
Психология кафедраси
мулдари
_____доц.Норбошева М.О.
«__» _____ 2006 йил

СОЦИАЛ ТРЕНИНГ ВА АМАЛИЁТ

Тузувчи: к.ы-итувчи Шарафутдинова Х./.

**Ушбу маъруза матни Психология кафедрасининг 2006 йил 28
август кундаги 1-йи\илиш =арори билан тасди=ланган.**

Та=ризчилар: доц. Б.Соди=ов

К.ы=ит.Э.+одиров

1-мавзу: СОЦИАЛ ТРЕНИНГ ТАЪЛИМНИНГ ФАОЛ ШАКЛИ СИФАТИДА

(4-соат)

Режа:

1. Социал тренинг хақида умумий маълумот
2. Социал тренинг пайдо булиш тарихи ва шарт шароитлари
3. Социал тренинг мақсади ва вазифалари
4. Социал тренинг турлари

Таянч сўз ва иборалар:

Ижтимоий психология, социал тренинг, мулоқот, шахс, мулоқотматлик (ИПТ) импровизация, табиий тренинг махсус уюштирилган тренинг.

Одамларнинг жамиятда ҳамкорликдаги иш фаолиятлари жараёни давомида уларда ҳосил бўладиган тасаввурлар, фикрлар, этиқодлар, ғоялар, ҳис туйғулар, кечинмалар, турли хил ҳулқ атвор шакллари психологиянинг асосий соҳаси бўлган ижтимоий психология ырганани ва тушинтириб беради. Ҳар бир шахснинг жамиятда яшашининг ижтимоий нормаларга риоя қилган ҳолда ызига ыхшаш одалар билан ырнатадиган мураккаб ызаро муносабатлари ва уларнинг таъсирида ҳосил бўладиган ходисаларнинг табиатини ва қонунларини тушинтириб бериш – ижтимоий психологиянинг асосий вазифасидир.

Социал тренинг ана шундай мураккаб психик воқеликларни ырганувчи ижтимоий психологиянинг Амалий тадбиқий соҳаси ҳисобланади.

Ҳозирги даврда ижтимоий психологиянинг долзарблиги ва унинг жамиятдаги содир бўлаётган барча жараёнларга алоқадорлиги унинг тадбиқий соҳалари доирасини ҳам кенгайтди. Социал тренинг аввало шахс ёки груҳни самарали мулоқот малакаларига ыргатиш ва улардаги комминакатив билимдонликни ошириш усуллари ва уларни амалётга тадбиқ этиш чора тадбирларини ишлаб чиқади.

Инсон ыз ҳаётида шахсий тажриба, ижтимоий малака ва қыникмаларни ортириб бориши жараёнида ҳосил бўладиган, бевосита шакланадиган ижтимоий билимдонлик ёки коммункатив

соводхонликдан фарқли психология фанида Ушбу жараёнларни мақсадли шакллантириш, шахс ва яхлит гуруҳ фаолиятига таълуқли ижтимоий фазилатларни зудлик билан шакллантириш учун қилланиладиган услублар мажмуи мавжуд. Уларни қисқача қилиб ижтимоий психология тренинг (ИПТ) ёки социал тренинг деб аталади.

«Тренинг» тушинчаси инглизча «ыргатиш» «машқ» деган маънони англатиб – бу турли ижтимои фаолият соҳаларига шахсни таёрлашдан иборат бўлиб бунда шахс ёки яхлит гуруҳнинг мулоқот соҳасидаги билимдоник даражаси мақсадга мувофиқ тарзда махсус машқлар тизими орқали ривожлантирилади. Яъни у шахсни ижтимои мулоқотга олдиндан мақсадли тарзда тайёрлайди. Масалан: булажак мутахассисларни келгуси фаолиятларини самарали амалга оширишга таёрлаш. Раҳбар кадрларни самарали бошқариш усулларига ыргатиш ва хоқозолар.

Ижтимоий психологик тренинг махсус тарзда уюштирилиб унда алоҳида вазиятларда ҳар бир тренинг иштирокчисининг шахсий эҳтиёжлари уларда индивидуал шакллиниши зарур бўлган сифатлар катта рол ыйнайди ва шахс атайлаб у ёки бу ижтимоий психологик вазиятларга қыйилади.

Тренинг машғулоти учун махсус вазият аниқ мақсад, шахсий эҳтиёжлар ҳамда ана шундай машғулотларни ытказувчи шахс ёки бошловчи зарур тренинг машғулоти мувофоқиятли бўлиши учун айрим тамонларга аниқ бўйсунуш ва бошқариш малакаси мавжуд бўлиши лозим.

Ижтимоий психологик тренинга қыйиладиган талаблар қуйдагилардан иборат:

Биринчидан: Тренинг гуруҳи аъзоларидан ижтимоий фаоллик талаб этилади чунки гуруҳ аъзолари вазиятларда ызгалардаги мавжуд билим ва малакалардан фойдаланиб гуруҳ аъзоларининг ҳаракатлари ҳамда вазиятнинг талабига қыра аниқ ҳулқ атвор шаклларини намоён қилишларига туғри келади.

Иккинчидан: Тренинг гуруҳи аъзоларида доимий изланувчанлик, муаян жойда вазият ҳамда ролларни таҳлил қилган ҳолда унинг моҳиятини тушиниш у ёки бу ролга кириши лозим бўлади, чунки тренинг тафаккур ва қарашларнинг эгилувчан ҳамда вазиятларга мос бўлишини тақозо этади.

Учинчидан: Ижтимоий психологик тренинг машғулотида намоён бўладиган ҳулқ-атвор шакларининг обективлашшуви, яъни гуруҳ аъзоларининг муносабати рулининг талабларидан келиб чиққан ҳолда ҳар бир иштирокчи Айни шу ролга мос ҳаракатни реал ҳулқда мустаҳкамлаши ва бошқлар тасирида уни онгли равишда қабул қилиши зарур.

Ва ниҳоят ҳар бир машғулот ва мулоқот шерикларининг максимал тарзда бир бирларини ҳурмат қилишларига асос қилинмоғи керакки, натижада шахс бундай машғулотлардан кейин

бегона фикрларни ҳам кадрлашга, улар билан ҳисоблашишга «Узга булиш» ва бировларни тинглашга мос тарзда уз фикр мулохазаларини баён этишга урганади.

Демак, ижтимои психологик тренингниг туб мохияти – кишиларни узини ва узгалрни билиш тушиниш, инсоний муносабатларга ургатишдан иборат.

Одатда тренинг машгулотлари махсус хоналарда ёки махсус танланган жойларда (табиат кучогида) утказилади. Лекин жойнинг таёрланишидаги асосий талб шуки шу гуруҳ аъзолари бир бирига хисси якин булишлари узаро бевосита тасир курсатиш ёки кузларига бокиш имкониятларига эга булиши керак. Масалан: «Юмалок стол» атрофида кишиларнинг тупланиши юзма-юз утириш ва хакозолар.

Гуруҳ аъзоларининг кандай шакли стол атрофида утиришлари, ёки бир-бирларига нисбатан фазовий жойлашишларига караб, шахсларни узларини рухий хис килишлари ҳам хар хил булади. Масалан: агар тренинг гуруҳи аъзолари турт бурчак стол атрофида жойлашган булсалар бунда хар бир аъзонинг фазовий таввурлари ва муносабатлари бахс-мунозарага мойил булади ва бундай холат «Мен-мунозарадаман» деб аталади. Ёки тахминан 1,5 метрга 2 метр диаметр юмалок стол атрофида утказилаётган сухбатдаги шахс холати «Мен уйиндаман» деб аталса юмшок юза (Крисло, гилам ва деван) устида хохлаган куай холат булса «Мен-узимда» деб аталади.

Шундай килиб хар бир ижтимоий психологик вазият, унинг максади ва бошловчининг ниятларига караб иштирокчиларнинг фазовий кай йусинда жойлашишлари кераклиги ҳам тренинг самарадорлигини белгилайди.

Ижтимои тренинг яна бир жихати борки бунда штирокчилар уртасида самимий, илик муносабатлар урнатилиши улар узаро бир бирларига ишонишлари лозим. Бунинг учун тренинг ташкил этувчи шахс машгулот бошида шундай шароит яратадики, натижада иштирокчилар бир бирини таниб илик муносабатларга мойиллик сезишлари шарт.

Бунинг учун масалан: Тренинг катнашувчилари бир бирларига хушомат килишлари таклиф этилади хушомат ёки такаллуф албатта ёнидаги шахснинг ташки куруниши, юз ифодаси, кийимининг ранги, диди кабиларга талукли булиши мумкин. Аммо бу хушоматда асл хушомад элементлари минимал ифодаланиши зарур, яъни буртириб йук нарсани айтиш ҳам мулокатга халк бериши мумкин.

Бу жараён, ёки услуб гиэриклар уртасидаги асабий тарнглашувни камайтириб, психологик танглик гуруҳ аъзоларининг уз кобиятларига ишонмаслик иккиланиш хавфининг олдини олади.

Психологияда ижтимоий тренинг ва шунга ухшаш фаоллик психологик методларнинг пайдо булиши психология фанида шахс ва унинг имкониятларини урганишга нисбатан карашларнинг узгариши билан боглик. Чунки психология тарихидан маълумки бу Фан XIX

асрнинг охириларигача ҳам алоҳида шахс психологиясини урганувчи атомистик Фан сифатида қаралган. Унинг шаклланиши, таракқиёти ва турли фазилятларнинг пайдо бўлишига сабаб бўлган омиллар орасида ижтимоий психологик омилларнинг роли ва урни шу давргача тан олинмаган ва махсус тарзда тадқиқ этилмаган эди.

Ижтимоий психологик фикрлар шаклланиши тарихидан шу нарса маълумки XIX аср охири ва XX асрнинг бошларига келиб психологик тадқиқотлар жарёнида ижтимоий психологик омиллар ҳам аста-секин ҳисобга олина бошланди масалан: кейинги йилларда (халқлар психологияси, омма психологияси, хулқнинг ижтимоий мотивлари назарияси) ва бошқалар каби ижтимоий психологик соҳалар тадқиқ этила бошланди. Бунга сабаб қуйдагича эди: шахс фаолияти жараёнида унинг ёнида бошқа шахсларнинг бўлиши, ёки яқинлиги уларнинг хулқ-атворида тасир қиладими, агар бундай тасир мавжуд бўлса у ижобийми, ёки салбийми? Каби саволларга жавобнинг ечимини топиш зарурати тугилди.

Америкалик психолог Ф. Олпарт биринчи марта Ушбу таъсир ижобий бўлиши ва бу ходисанинг номи «Ижтимоий фақилитация» эканлигини дабиётларда ёритди. Фақилитация сузи инглизча (facilitate) – янглишримок сузидан олинган бўлиб унинг туб маъноси – шахс онгида узга образнинг борлиги ёки гуруҳ ёки муаян шахснинг мавжудлиги туфайли одам фаолияти самарадорлигининг ортиши ва тезлашувидир.

1903 йилда немис олими А Найер эса Ушбу феномени таълим жараёнида текшириб чиқди у уйда яққа холда уқитиш билан гуруҳий шароитда уқитиш самарадорлигини қиёслаб, билимларнинг мустаҳкамланишида узлаштиришнинг тезлиги синф шаклида бўлганда узига хос афзалликларга эга эканлигини исбот қилди.

1913 йилда бошқа бир немис тадқиқотчиси В. Мёде узаро ҳамкорликдаги гуруҳлар дастурини ишлаб чиқди. Унинг тажрибалари бир қарашда шахсдаги билиш жараёнларини урганишга қаратилгандай бўлсада, лекин аслида уларда гуруҳнинг шахс психик фаолиятига тасири урганилди. 2-3 кишидан тортиб, то 16 кишигача бўлган гуруҳларда у махсус асбоб усқуналарни ишлатган холда, мушаклар иш фаолияти, оғриққа чидамлилиқ, сезгирлик, диққат, хотира, ассоциацияларнинг кечишига таъсирини дастлаб яққа-яққа холда кейинчалик эса гуруҳ шароитида урганди.

Кузатишлар шуни қурсатдики, уни қизиктирган руҳий жараён ва ҳолатларнинг қурсатгичлари гуруҳий вариатда индивидуал вариантдан анча афзалликлар мавжуд экан.

Шундай ҳолатлар ҳам қузатилганки гуруҳда «қучсиз, нимжон» болаларнинг борлиги бошқача «уртача» имқониятлар фаоллигини оширган. Олинган натижалар унинг, (В Мёде) «Омманинг экспериментал психологияси» китобида умумлаштирилган. В Мёде Ушбу асарида тажрибаларга асосланган холда барча турдаги

экспрементларда, албатта ижтимои психология факт инобатга олинши зарур деб таъкидлайди.

Кейинчалик тиббиёт соҳасида ҳам оммавий психотерапиянинг афзалликларини ёқлаб, француз тадқиқотчилари ва рус олимлари тадқиқотлар олиб бордилар.

Уларнинг фикрига кура инсон саломатилигини тиклашда бемор билан шифокор уртасида узаро мулоқотидан ташқари, уша касал атрофидаги узига ухшашлар гуруҳининг ҳа борлигини ва унинг бевосита дард азоблари кечишига таъсири булиши тиббий амалиётда (психология) асосланди ҳамда бу ҳақда асарлар ёзилди.

Бундан ташқари маориф, санат, иштиоми муносабатлар борасида ҳам ИПТ нинг роли масаласи кенг урганилди ва бу нарса мутахассислар таёрлаш соҳаси – педогогика в психология олдида ҳам «Қандай қилиб уқитган афзалроқ?» деган масалани долзарб қилиб қўйди.

Бу эса бевосита одамлар билан ишлаш жааёнига мақсадли таёрлашда фаол, тезкор усулларни уйлаб топиш муаммосини юзага келтирди. Психологик тадқиқотлардан шу нарса маълумки инсон хотираси эшитган нарсаларни фақат 10 % ини эшитган, қурган нарсаларни деярли 50% ини ҳамда бевосита узи иштирок этиб фаол равишда бажарган операциялар тафсилотининг 90% хотирасида сақлаб қолади. Демак бу факт ҳам ижтимоий фаол муносабатларнинг инсон имкониятларининг ривожланишидаги урнини яна бир бор эътироф этади.

Ушбу қонунятнинг аҳамияти миллий маърифатчилигимиз ананаларида ҳам ҳисобга олиганлигини қуришимиз мумкин.

Масалан: Ислом маърифатчилигида ҳам риёзат чекиш – инсон фаолиятининг шундай тури сифатида қаралган, унга кура инсон қамолат чуққисига эришиши, бирор нарсанинг туб моҳиятига етиши, англаш ва тушиниши учун уз қули билан амалда ишлаш қобилиятига эга булиши қерақлиги тақидланади.

Устоз ва шогирд ота-она ва фарзанд ва бошқа шу қаби муносабат қоидаларга амал қилиш инсонни маънавий юксакликка қутаради. Масалан: Ҳинд халқ эртаги «Маҳобҳорат» «Рамаёна»

Шундай қилиб, ижтимоий психологик тренинг услубларининг пайдо булиши ва амалда қулланилиши узига ҳос ананага эга булиб, улар айниқса бизнинг асримизда, саноат ривожланган, миграция жараёнлари тезлашган ва инсон омили ролининг нақадар аҳамиятлилигига эътибор қаратилган бир пайтда яна ҳам долзарб булиб бормоқда.

Ижтимоий психологик тренинг воситасида ишлаб чиқариш самарадорлигини ошириш, ишлаб чиқаришнинг бошқарувчилари менежерлар таёрлаш ижтимоий таъминот, педогогика, тиббиёт соҳаларига мутахассислар таёрлаш АКШ, Германия, Болтик бўйи республикалари, Санд – Петербург, Москва, Киев қаби қатор

саноати йирик шаҳарларда кенг тарқалган. Айниқса саноат корхоналарда ишловчи амалиётчи психологларнинг асосий курали ва иш йуналиши ҳам тренинглари воситасида ишлаб чиқариш муаммоларини ҳал қилиш бўлиб, ҳозиргача тупланган тажрибалар бу ишнинг таъсирчанлигини исботлади.

Бизнинг мустақил давлатимизда ҳам бу борада бир қатор ишлар қилинмоқда. Бунга Психологик маслаҳат ишларининг йулга қўйилаётгани, йирик, йирик ишлаб чиқариш корхоналарида амалиётчи психологларнинг фаолият курсатаётганликларини мисол қилишимиз мумкин.

Тош «Кизил тонг», «Алгоритм» «Тошсельмаш», «Тенолог» ишлаб чиқариш корхонаси ва бир қатор ташкилотларнинг «психологик маслаҳат» ва «ижтимоий психологик тадқиқотлар», «руҳий чарчокни ёзиш» хоналари фаолият курсатмоқда

Тренинг методларининг асосий вазифалари қуйидагилар билан изоҳланади:

- 1) шахснинг ижтимоий психологик билимдонлигини ошириш;
- 2) мулоқот (муомала) фаолиятида намоён бўладиган яққол билимлар, малакалар ва қуникмаларни ҳосил қилиш;
- 3) самарали мулоқотда намоён бўладиган зарур сифатлар, ижтимоий установақларни шакллантириш, ноадекватларини тузатиш (коррекция);
- 4) узини ўзи туларок англаш, билиш ҳамда ўзгаларга нисбатан туғри муносабатларни шакллантириш қобилиятини ўстириш;
- 5) умуман шахснинг ижтимоий муносабатлари тизимини яққол ижтимоий психологик вазиятларга мослигини таъминлаш ва мувофиқлаштириш.

Шундай қилиб, тренинг машғулотлари учун махсус вазият, аниқ мақсад шахсий эҳтиёжлар ҳамда ана шундай машғулотларни ўтказувчи шахс ёки бошловчи зарур. Машғулотларнинг муваффақияти айрим тамойилларга аниқ бўйсунгани ва бошқариш малақаси мавжуд бўлишини такозо этади.

Биринчидан, машғулотга ёзилган шахслардан, мунозара ёки ўйив иштирокчиларидан ижтимоий фаоллик талаб қилинади. Чунки аъзолар турли ролли вазиятларда ўзларидаги мавжуд билим ва малақалардан фойдаланиб, гуруҳ аъзоларининг ҳаракатлари ҳамда вазиятнинг талабига қура аниқ ҳулқ —аъвор шакллариини намоён қилишларига туғри келади.

Иккинчидан, Т —гуруҳ аъзоларидан доимий изланувчанлик, муайян жойда вазият ҳамда ролларини таҳлил қилган ҳолда унинг моҳиятини тушуниш у ёки бу ролга қиришга туғри келади, зеро

тренинг тафаккур ва карашларнинг згилувчан ҳамда вазиятларга мое булишини такозо этади.

Учинчидан, ижтимоий психологик тренинг машгулотларида намоён буладиган хулк — атвор шакллариининг объективлашуви, яъни гурух абзоларининг муносабати ва ролининг талаблардан келиб чиккан холда хар бир иштирокчи айнан шу ролга мое харакатни реал хулкда мустахкамлаши ва бошкарлар таъсирида уни онгли равишда кабул килиши зарур.

Ва ниҳоят, хар бир машгулот ва мулокот шерикларнинг максимал тарзда

бир — бирларини хурмат килишларига асосланмоги керакки, натижада шахе

бундай машгулотлардан кейин бегона фикрларни ҳам кадрлашга, улар билан

хисоблашишга, «гузга булиш» ва бировларни тинглашга, мос тарзда уз фикр

мулохазаларини баён этишга урганеди.

ИПТ нинг иккита асосий тури мавжуд:

1. табиий тренинг

2. махсус тарзда уюштирилган тренинг

Табиий тренинга кишининг ижтимоий хаёти муносабатлар тасирида, кундалик хаё фаолияти такозоси билан шаклланиш имконияти мавжуд булган аник ижтимоий психологик вазиятлар киритилади. Масалан: Ёш болаларнинг турли ижтимоий роллар доирасида узаро хар хил ролли ва суюжетли уйинлар билан машгул булишлари унда турли ролларни импровизация килишлари (мехмон, мезбон, укитувчи, доктор) ва хокозолар табиий равишда улардаги нафакат Дуне карашни (узгартиради) шакллантиради, балки булгуси ижтимоий фаолиятга таёргарлик вазифасини утайди.

Махсус тарзда ташкил этилган тренингда эса алохида вазиятлар ва хар бир уйин иштирокчисининг шахсий эhtiёжлари, уларда индивидуал шаклланиши зарур булган сифатлар катта рол уйнайди, ва шахс атайлаб у ёки бу ижтимоий психологик вазиятга узгалар тамонидан туширилади.

Назорат учун саволлар

1. Ижтимоий психология нимани урганеди?
2. Социал тренингнинг ва амалиёт нимани урганеди?
3. Сойиал тренингнинг кандай турлари мавжуд?
4. Социал тренинг асосчилари кимлар?
5. Социал тренинг макседи ва вазифалари нималардан иборат?
6. Махсус уюштирилган тренинг нима?

2-мавзу: СОЦИАЛ ПСИХОЛОГИК ТРЕНИНГНИ +ЫЛЛАШ ШАРТЛАРИ ВА ВАЗИФАЛАРИ (4-соат)

Режа:

1. Фаол ижтимоий психологик методларнинг асосий хусусиятлари.
2. Мунозора методлари.
3. Уйин методлари.
4. Перцептив тренинг методлари.
5. Самарали мулокатга ургатиш муаммолари.

Таянч сюз ва иборалар

Шахсий фаоллик, мунозара, бахс, ролли ўйинлар, Т – гуруҳлар, сензитив, перцептив, сезгирлик, самарали мулокат, мулокатманлик.

Инсоният тарихи қанчалик қадимий бўлса, инсоний муносабатлар, шахслараро ижтимоий муносабатлар масаласи ҳам шу даражада кўҳна ва ҳамиша долзарбдир. Инсон тафаккури ва унинг ақл-идрокига хос бўлган муҳим хусусиятлардан бири шуки, унинг таққиёти, энг аввало, кишилиқ жамиятидаги ызаро муносабатларнинг қай даражада мукамаллиги ҳамда инсонийлигига боғлиқ шунинг учун ҳам ҳар бир шахс ва жамият учун демократик, инсоний муносабатлар мезони муҳим ва ыта аҳамиятлидир. Зеро, демократик муносабатлар ижтимоий муносабатларнинг муҳим бир шакли сифатида ҳар бир мыътадил тараққий этаётган инсоннинг маънавий, иродавий, интеллектуал, ҳуқуқий ҳамда маърифий баркамоллиги негизини ташкил этади. Истиқлол туфайли ыз мустақил тараққиёти йылидан бораётган республикамиз ёшларини янгича ижтимоий муносабатларга тайёрлаш, давр руҳида тарбиялаш - шу куннинг энг долзарб ва устивор вазифаларидан биридир. Ижтимоий психологик муносабатларнинг психологик табиатини таҳлил қилар эканмиз, унинг шахс камолати ва салоҳиятига таъсири масаласига алоҳида тўхтаб ўтиш жоиздир, чунки айнан жамиятда шахслар аро муносабатларда шахсда ызини ызи англаш, ызини ызи камол топтириш жараёнлари тезлашади, самимий инсоний муносабатлар, инсон ҳақ ҳуқуқини эъозлашга асосланган муносабатлар шахснинг ызи ҳақидаги билимларини, ыз имкониятларини ва насл – насабини аниқроқ ҳамда тўғрироқ тасаввур қилишга имкон беради.

Иккинчидан, айнан тўғри ижтимоий муносабатлар ызга шахслар ҳуқуқ ва эркинликларини ҳам англаш, уларни ҳурмат қилишга қаратилган тасаввурлар мажмуининг былишига имкон яратиб, инсоний муносабатларда маданият ва илтифот тамойилларига амал қилинишига шароитлар яратади.

Юқоридаги фикрлардан келиб чиққан ҳолда ёшлар тарбиясида уларни янгича ижтимоий муносабатларга ургатишнинг айрим жиҳатлари ҳақида фикр юритамиз.

Биринчидан, ижтимоий муносабатлар ёшлар тарбиясининг барча босқичлари ва жабҳаларида эътиборга молик объект

сифатида қаралмоғи лозим. Яъни оилавий муносабатлардан тортиб, то меҳнат жамоаларидаги муносабатларда инсон шахси, индивидуаллиги, бетакрорлигини ҳурмат қилиш, унинг ыз иқтидори, маслаги ва имкониятларини қандай бўлса, худди шундайлигича табиий тарзда қабул қилиш ва шу асосда унинг ривожини учун мақбул шарт-шароитлар яратиш мақсадга мувофиқдир. Олий ўқув юрларида бўлғуси мутахассислар тайёрлашда уларда касбий маҳоратнинг ўсишини таъминловчи маънавий омиллардан бири - талабанинг шахсий интилиши, қизиқиши, маслаги нуқтаи назаридан ыз билимига ва малакаларига муайян талаблар қўя билишдир. Бошқача қилиб айтганда, биз таълим "стандарт" ларига тыла жавоб берадиган шахсни мутахассис сифатида бир қолипда тарбиялашимиз қийин, лекин мақсадли таълим-тарбия заминидан хар бир талабанинг ривожига туртки бериш, унинг муомала тафаккури ўсишига таъсир этиш усулларини қўллашда энг самарали муомала шакллари амалиётга татбиқ этиш зарур. Демократик тенг ҳуқуқлилика асосланган ызаро муносабатларгина талабага ызини ызини англаш, келажакда жамиятга нима бера олиши тасаввурларга эга бўлиш, ўз руҳиятида "ички тартиб-интизом"ни жорий этиш ва шу асосда ызини-ызини руҳий-маънавий жиҳатдан тарбиялаш тизимини амалга оширишга имкон беради. Зеро, шахс маънавиятини ривожини ҳам аввало ызини ызини англаш, кейинчалик ыз манфаатини англаш ва ниҳоят жамиятни таниш босқичларини тақозо этади.

Иккинчидан, айнан янгича демократик муносабатлар ёшларни касбга туғри йўналтириш, ўз иқтидори доирасида касб танлаш, унга туғри муносабатда бўлиш, бошқача қилиб айтганда, бозор муносабатлари эҳтиёжлари ва талабларига хос ҳамда хар бир шахсининг лаёқатига ва маслагига мос касбни танлашга йўналтиради. Бу жараён кейинчалик мутахассис учун зарур бўлган касб маҳорати ва профессионализм учун муҳим замин хозирлайди.

Илмий адабиётда фаол ижтимоий психологик тайёрлов методлари шартли равишда уч гуруҳга бўлинади:

1. Мунозара методлари. Бу туркумга асосан гуруҳ доирасида утказиладиган мунозаралар, беллашувлар, кундалик амалий фаолиятда учрайдиган турли ҳодисаларни таҳлил қилишлар, ахлоқий ҳулқ — атвор шакллари муҳокама қилишлар киради. Баъзан бу тоифа усуллар ҳулқ — атвор тренинги ёки амалий мулоқот тренинги деб аталади.

2. Ўйин методлари. Бунга дидактик ва ижодий ўйин — лар; бош - арув фаолиятига тааллуқли амалий ўйинлар; ролли ўйинлар — ҳулқ — атвор шаклларига ыргатиш, ўйинли психотерапия, психодраматик коррекция; контрўйинлар киради. Купинча, бу туркум методларни қисқача ролли тренинг деб аташади.

3. Перцептив тренинглар. Бу туркумга асосан махсус Т — рухрарда олиб бориладиган сезгирлик тренинглари, сензитив тренинглар киради. Бундан кызланган асосий мақсад — шахслараро мулоқот жараёнида шахсий қийинчиликларни бошдан кечирадиганларда узига ишонч, сезгирлик ва инсоний муносабатлар сирларини ыргатиш ва шахснинг ызи ҳамда яхлит психофизиологик тасаввурларни янада ойдинлаштиришга ёрдам беришдир. Охириги пайтларда ушбу ва бошка мақсадларда ҳам видеотренинг усули пайдо булдики, бу фан — техника тараққиётининг инсоний муносабатлар соҳасига ҳам кириб келганлигидан далолат беради. Видеотренинг кыпроқ шахсий хулқни коррекция қилиш — тузатиш мақсадларига хизмат қилади. Ижтимоий психологияда барча тренинг методлари былган қуйидаги умумий сифат ёки хусусиятлар фарқланади;

- Энг муҳим хусусият — бу фаолликдир, яъни тренинг гуруҳи аъзолари машгулотларнинг қайси тури былмасин, аввало фаол шахсий мавқеда булишлари ва уни машғулот охиригача сақлашлари шарт, бу холат умуман ушбу услубнинг фаоллигини билдиради; — Тренинг хусусида гап кетганда ҳар доим конкрет ижтимоий гуруҳ назарда тутилади, яъни албатта конкрет, компакт, реал гуруҳнинг былиши ҳам тренингнинг муҳим жихатларидандир;

- Гуруҳнинг ҳар бир алоҳида шахс психикаси ва миссий холатларига таъсирининг рый бериши ҳам унинг ҳар бир турига хос былган хусусиятидир;

- Машғулотларнинг бир неча марта қайтарилиши, яъни тренинг самарадорлиги бир марталик машғулот билан чекланмай, одатда 4 — 8 мартагача давом этиши мумкин;

- Машғулот бошқарувчиси ёки тренер былиши, яъни тренингда гуруҳнинг фаоллиги эътироф этилсада лекин бари бир унинг инструктори, ташаббускори ва бошловчисининг ырни ва роли катта аҳамият касб этади;

Т - гуруҳ хажмига қыйиладиган талаблар, яъни бевосита самарали мулоқотнинг былиши учун машғулотлар ытказиладиган гуруҳдаги одамлар сони 9—12 киши булиши мақсадга мувофиқдир;

Мақсаднинг аниқ ва равшан былиши, танланган мавзу ёки муҳокама, бахс юритиладиган вазият, албатта, маҳал - лий шарт - шароитларга мос былиши, кишиларнинг талаб - эҳтиёжлари ва малаклари доирасидан чиқиб кетмаслиги керак. Шундай қилиб, Ызбекистон шароитида ытказиладиган тренинг услубларини қыллашдан мақсад аввал ундан кызланаётган охириги натижа бошловчи ёки мураббийга аниқ булиши ва гуруҳга одамларни танлашда албатта уларнинг мулоқоти стратегияси ва техникаси, гаплашиш «тилининг» мослигини инобатга олиш керак. Бундан ташқари, Т - гуруҳ аъзолари машғулотлар ытказилиш даврида

муайян маънода узгармас былиши, машғулот ытказиш жойи ҳам имкони борича алмаштирилмаслиги мақсадга мувофиқ.

Маълумки, мулоқотнинг мақсади ва унинг қай даражада амалга оширилишига қира самарадорлиги ҳақида фикр билдириш мумкин. Яъни мулоқот эҳтиёжларидан келиб чиқиб унинг қондирилиши, муаммо ечими билан боғлиқ вазифаларнинг бажарилишига асосланиб, мулоқотнинг самарали ёки самарасизлиги туғрисида хулоса чиқарса бўлади. Шахслараро муносабат мулоқотга киришувчиларнинг ызаро бир-бирларини тушунишга олиб келса, бундай ызаро муносабатлар самарали ва фойдали ҳисобланади.

Муомалага киришувчи томонларнинг ызаро бир-бирларини тушунишга олиб келувчи йил ёки маром ыз навбатида ыша шахсларнинг ызаро бир-бирларини мавқе быйича билишни таъминлайди. Мулоқотнинг психологик тизимидан шу нарса маълумки, унинг уч асосий қисми, яъни муомала субъектларининг ызаро бир-бирлари билан ахборот, хиссий кечинмалар ва фикр алмашинувини таъминловчи **коммуникатив**, ызаро бир-бирларининг ҳулқ атворларига таъсирларини белгиловчи **интерактив** ва бир-бирларини туғрироқ, аниқроқ, идрок қилиш ва баҳолашларини таъминловчи **перцептив** томони мавжуд. Ушбу тизимнинг ҳар бир томони муомаланинг зарурий ва муҳим таркиблари ҳисобланиб, унинг учинчи бўлаги шахслараро таъсир ытказиш учун жуда муҳимдир. Чунки муомалага киришувчи шахслар бир-бирларини яхши тушунишлари учун, аввало, суҳбатдошнинг юзи, хиссий кечинмаларини идрок қилган ҳолда фикран унинг мавқеида тура билиши, ызини унинг урнида ҳис қилиб, узида ҳукм сураётган ҳис-туйғулар доирасида унинг ҳолатига киришга интилиш (идентификация), қолаверса, бу жараёнда индивидуал ва ижтимоий онгда мавжуд бўлган мутлақ стереотип, онгда ырнашиб қолган тасаввурлардан фойдаланиши (стереотипизация) ушбу жараён туғри кечишини таъминлаб туради. Лекин бу жараёнлар шунчалик тез ва қисқа фурсатда кечадики, шахс баъзан ызидаги ана шундай қиёслашларни онгсиз равишда, ҳаётий тажриба орқали ырнашиб қолган шаблонлар - қолиплар асосида амалга оширади, шунинг учун айрим ҳолларда мулоқот самарасиз ёки хато кечиши мумкин. Ана шундай ҳатоликларга олиб келувчи жараён ижтимоий психологияда **каузал атрибуция** деб аталиб, унинг моҳиятини шахснинг қипинча ыз хиссий кечинмалари ва тасаввурларида ырнашиб қолган қолиплардан нотуғри фойдаланиш натижаси ташкил қилади. Масалан, ташқи қиёфаси қыримсиз талабанинг имтиҳон саволларига жавоб бераётганлигини идрок қилган профессор, негадир, унинг қониқарсиз жавоб бериши, билими етарли эмаслиги ҳақидаги нотуғри тасаввурга эга эканлиги каузал атрибуциянинг айнан ызидир. Ана шундай

жихатларнинг олдини олиш ва мулоқотнинг самарадорлигини ошириш мақсадида унинг ижтимоий психологик омилларини ҳисобга олиш ва шу асосда ҳар бир шахснинг ижтимоий билимдонлигини юксалтириш амалий аҳамиятга эга.

Муомала жараёнининг самарадорлигини таъминловчи ижтимоий психологик омиллар ичида шахснинг мулоқот маромини эгаллаш курсаткичи муҳим ырин тутади. Бу сифат мулоқот саводсизлигига зид былиб, охирги хислат қуйидаги омилларга боғлиқ: 1) узгалар мавқеида тура олмаслик, уларнинг ҳиссий кечинмалари, туйғулари ва муносабатларига бефарқлик; 2) ыз ҳис туйғулари ва муносабатларини бошқара олмаслиги, ыз-ызига масъулиятнинг йықлиги, ыз-ызини таҳлил қилиш имконининг заифлиги; 3) суҳбатда ҳар бир инсон учун бир қарашда табиий ҳисобланган нутқ қобилиятининг йықлиги, яъни фикр-мулоҳазалардаги мантиқ ва узвийликнинг мавжуд эмаслиги; 4) эшитиш қобилиятининг кучсизлиги, яъни бировга мурожаат маъносида гапириш қанчалик буюк фазилат ва масъулиятли фаолият былса, ызгаларни, суҳбатдошни тинглаш ҳам шахсдан қатор сифатларни талаб қиладики, тинглай олиш ўқуви ҳам суҳбатни ызига оғдиришнинг муҳим омилдир.

Юқоридаги омилларнинг кучига эътиборсизлик, ызгалар мавқеида тура олмаслик муомалада субъектив ҳодисани келтириб чиқаради. Шунинг учун ҳам туғри йылга қыйилган самарали мулоқот ва уни таъминловчи йыл ва

воситалар иккита асосий камчиликни бартараф этишга хизмат килади;

- ҳар бир шахс тафаккурининг муқобил былиши мумкинлигини англаши, яъи суҳбатдош аввал бошдан ызгаларда ҳам ызиниинг фикрига қарама-қарши фикр былиши мумкинлигини тушуниши ва бу нарса билан ҳисоблашиши зарурлиги; ыз фикрлари ва ҳаракатларининг мотивлари, уларнинг асл сабабларини англаш имконияти, яъни ҳар бир шахсда ыз шахсий тажрибаси, ҳаётга субъектив муносабатлари оқибатида "Эго" - эҳтиёжлар мажмуи шаклланиб борадики, у бошқалардаги айни шундай эҳтиёжларга тубдан қарама-қарши ёки қисман зиддиятли былиши мумкин.

Юқоридаги икки ҳолатнинг мавжудлигини англаш ижтимоий вазиятларда содир былиши эҳтимоли мавжуд ҳатоликлар ва атрибуцияларнинг олдини олади. Шуниси характерлики, айнан қарама-қарши мавқеларнинг былиши аслида ҳаётимизнинг мазмуни ва унинг серқирралигини англатади. Ҳаётий, амалий муомала қарашларнинг айнан бир хиллигини эмас, балки уларнинг ызаро солиштириш имконини беради. Ана шундай мулоқотнинг самараси туфайли одам турли ижтимоий психологик вазиятларда эгилувчан ва мослашувчан сифатлари билан онгли равишда шахслараро зиддиятлар ва низоларни бартараф этади.

Назорат учун саволлар:

1. Янгича ижтимоий муносабатларга ыргатиш нима учун зарур?
2. Хақиқий демократик муносабатлар қарор топишининг асоси нимада?
3. Самарали мулоқатга ыргатиш учун нималарга эътибор қаратиш лозим?
4. Мунозара ва унинг асосий хусусиятлари нимадан иборат.
5. Ёйин методлари нима?
6. Перцептив тренинг хусусиятлари нималарда иборат?

3-мавзу: ПСИХОТЕРАПИЯ ША+ИДА БИЛИМЛАР (2-соат)

Р е ж а :

1. Замонавий психология терапия.
2. З.Фрейд психоаналитик назарияси.
3. Бихевиористик йўналишнинг терапевтик методлари.
4. Гештальт терапия методлари.
5. Нейролингвистик программалаштириш.

Таянч сызлар ва иборалар:

Психотерапия, психоанализ, мижоз, терапевт, бихевиористик йўналиш, имплозив терапия, оперант методлар, гештальт терапия, интрекция, проекция, НЛП.

Психология фани инсоннинг рухий олами, ҳули, инсонлараро муносабатни урганади. Унинг амалий йўналиши тадқиқот предметининг чекланганлиги билан чегараланиб қолмасдан, балки инсоннинг шахс сифатида услишига ёрдам берувчи бир қанча жабахаларни узига қамраб олади ва текширади. Психотерапиядан фарқ қилган ҳолда, бу йўналишлар уз олдига мақсад қилиб рухан носоглом одамни эмас, балки соғлом инсон шахсининг қамол топишини, инсоннинг узлигини англашга ёрдам беришни қуяди. Мақкур амалий психология йўналишида клиник психологлар ва психолог қонсултантлар фаннинг сунгги ютуқларига таяниб иш олиб борадилар. Жамият тараккиёти, Фан-техника революцияси, иқтисодий узғаришлар инсоннинг рухий экологиясига баъзан салбий таъсир қилади. Агарда бундай салбий таъсирлар йигилиб қолса, «Тома-тома қул булур» дейилгандек, одамнинг рухиятида узғаришлар содир булиб, рухий қусурлик даражасига етиши мумкин. Шунинг учун қасаллик пайдо булишидан илгари унинг олдини олса, у ҳолда

инсоннинг баркамол шахс булиб етишувига шарт-шароит яратилади. Бу эса Амалий психологиянинг вазифасидир.

Машхур йуналишлардан бири веналик психолог З.Фрейд томонидан ишлаб чиқилган психоанализдир. Психоанализ таълимоти буйича инсоннинг асосий эhtiёжи - бу сексуал (шахвоний) эhtiёжлардир. Жамият ахлоқ нормаларининг бу эhtiёжларга карама-каршилиги натижасида инсон шахсида турли хил рухий камчиликлар пайдо булади, деб хисоблайди. З.Фрейднинг фикрича, бу жараён онгсиз холда кечади, яъни одам узиди бу нарсалар кечаётганлигини англаб етмайди.

Инсоннинг хар бир хатти-харакати «У», «Мен», «Менинг менлигим» лар уртаидидаги конфликтлар (зиддиятлар) натижаси деб тахмин килинади.

«У» - биологик эhtiёжлар, «У»нинг табиати асосан онгсиздир.

«Мен» - ташки мухит билан мулоқотдан хосил булган рухий тузилмадир. «Менинг менлигим» - ижтимоий мухит ва бу мухит таъсирларининг тусикларидир.

Шу нарсалар орасидидаги карама-каршиликлар, З.Фрейднинг фикрича касалликларни келтириб чиқаради.

Психоанализ назарияси психодинамик йуналиш каторига киради.

Психодинамик йуналиш таркибига Яна Адлернинг индивидуал психологиясини ва Юнгнинг аналитик психологиясини киритиш мумкин.

Адлер Т., З.Фрейднинг шогирди, кейинчалик эса ундан ажралиб уз назариясини ишлаб чиққан олимдир. Унинг фикрича, одамда асосан хукмдорликка интилиш хисси устун туради. Болалиқдаги бундай интилиш унда узини тулик англамаслик хиссини пайдо килади. Натижада у катталарга нисбатан узини камситилган деб хисоблайди. Мазкур психологик холат одамнинг бундан кейинги хаётида муаммолар келиб чиқишига сабаб булади. Айрим одамларда бу хис камситилганли мажмуасини (комплексини) келтириб чиқарса, бошқаларда эса устунлик мажмуасини (комплексини) келтириб чиқаради. Адлернинг фикрича, бу икки мажмуа инсон фаолиятининг асосидир.

Психолг Юнг хам Фрейднинг шогирдларидан бири эди. У хам алохида бир йуналиш, яъни аналитик психологияни ишлаб чиққан. Юнгнинг фикрича, либидо (жинсий алоқага интилиш) инсон яшаши, турмуш кечириши учун зарурий эhtiёжлар энергиясидир. Унингча, либидо факат сексуалликдан иборат эмас. Чунки Юнг коллектив онгсизлик мавжуд булишини курсатиб утади. Юнгнинг фикрича, шахс индивидуализация, яъни узок давом этувчи психологик ривожланиш жараёни оркали узини англайди.

Психоанализнинг терапия сифатида кулланилиши мураккаб ва узок кечадиган жараён хисобланади.

Психоаналитик терапияда 5 та асосий ҳолатни ажратиб курсатиш мумкин:

1. Мижоз билан чуқур ҳиссий муносабатга киришиш. Мижоз бу ҳолат кечишида узининг ижобий ва салбий ҳисларини терапевтга йуналтириши учун имконият пайдо бўлади. Бунинг натижасида миждоз терапевтга узининг хаёт тажрибасини проекция қилади. Масалан онасини рашқ қилган бўлса, терапевтни уз отаси деб, онгсиз равишда ёмон куриб қолиши мумкин.

2. Тушларни талқин қилиш. Тушлар, Фрейднинг фикрича, онгсизлик зонасига йулдир.

3. Эркин ассоциялар - миждоз бир-бири билан боғланмаган фикрларни билдиради. Терапевт уни эркин ҳолда эшитиб туриб ҳулоса чиқариши лозим.

4. Терапевт миждоз қаршиликларини аниқлаб, унинг сабабини тушуниб етиши керак.

5. Терапевтнинг тушунтириши натижасида миждоз болалигида бўлган ходисани объектив равишда бошидан кечиргандай ҳис этиб, қатарсис оқибатида қасаллик йук бўлиб кетишига олиб қелиш қараёнидир.

Бихевиористик йуналиш. Бихевиористик йуналиш «Инсон фаолияти **S-R** (стимул-реакция) орқали кечади» деган назариянинг Дж.Б.Уотсон томонидан ривожлантирилиши асосида юзага келди. Кейинчалик бу формула **S-I-R** (стимул-индивид-реакция) сифатида узгартирилди.

Бу йуналиш буйича шахс индивиднинг қобилиятлари, хаёт тажрибаси, қутишлари ва атроф муҳит таъсирида уз ҳулк-атворини намоён қилиш натижасидир.

Юқорида таҳлил қилинган интерпсихик терапия, фрейдизм ва ҳокозолар миждозга унинг муаммолари сабабини курсатиб, ҳал этиш йулларини курсатмаган бўлса, бихевиористик йуналиш ҳулк-атвор терапиясининг вақиллари инсоннинг муаммолари нотугри реакция билдиришнинг натижаси деб, унинг ҳатти-ҳаракатларини узгартириш муаммони ҳал қилади, деган фикрни илгари сурганлар.

Ушбу фикрнинг негизида миждоз билан ишлашнинг методлари ривожлантирилган. Бу йуналишнинг ютуқлари миждозни даволашга қам вақт сарф этиш ва самарадорлигидир. Лекин кейинги даврдаги тадқиқотларда аниқланишича, бу йуналишнинг натижалари ҳам интерпсихик йуналишники билан бирҳил ҳисобланади.

+арама-қарши шартлантириш. Бу типдаги методлардан бири **систематик десенсибилизация** бўлиб, у нотугри жавоб реакциясига нисбатан қарама-қарши реакция ҳиссини ишлаб чиқишга қаратилган. Масалан, ҳавотирланиш (безрвталаниш) ҳиссини йукотиш учун психотерапевт миждозни қарама-қарши реакция ҳолатидан булашга ургатади. Кейинчалик ижтимоий турмушда одам

бундай вазиятдан бушаши оркали муаммони ечиш йулини топиши мумкин.

Имплозив терапия систематик десенсибилизациядан фаркли уларок, миждода хавотирлани сезаётган булса, унда хавотирланиш кучайиши натижасида «портлаш» келтириб чиқарилади ва ш у оркали миждоз вазиятга мослаштирилади.

Аверсив шартлантириш ижтимоий зарарли хулкни йукотишга каратилгандир. Бу метод буйича ёкимсиз холатни ёки таъсирни келтириб чиқариш муаммони ечиши мумкин. Масалан, алкоголь ичса, кустирадиган дори берилди ва бу ёкимсиз кайтарилиш ундан олинадиган «кайф»ни йукка чиқаради. Кейинчалик даволанувчи ичишни ташлаб юбориши мумкин. Юкоридаги методлар куркинчли вазиятларни енгишда фойдалидир. Улардан фойдаланиш учун миждоз розилигини олиш мақсадга мувофиқдир.

Оперант методлар. Бу методлар Скиннернинг керакли хулк-атвор турига аста-секинлик билан якинлаштириш принципига асосланган.

Хулк-атворни вужудга келтириш методи. Миждознинг куникмаларини хар томонлама урганиб чиқиш оркали унинг учун ахамиятли совга хадя килиш мумкин. Масалан, керакли хулк-атворга якин харакат килса, конфет бериб, шу тарзда давом эттириш оркали керакли хулк тури вужудга келтирилади. Бу метод болаларда ишлатилади.

Жетонларни йигиш методи. Бемор ижобий харакатлари учун жетон олади. Маълум бир миқдорда жетонлар тупланганидан кейин эса бошкалар олдида устунликка эришади. Масалан, сигарет чекиш хукукини олади.

Моделга таклид методи. Терапевтнинг берилган вазиятга нисбатан реакцияларини имитация (таклид) килиш оркали керакли хулк-атворни эгаллаш.

Ўз-ўзини назорат килиш методи. Мақсадга мос харакат учун ташкаридан эмас, балки шахсинг узи томонидан мукофотлаш юзага келади. Пациент уз хулкидаги ўзгаришлар учун узини узи ёкимли мукофот билан такдирлайди.

Юкоридаги хулк-атвор терапияси методлари билан кискача танишиб чикдик. Энди Яна бир интерпсихик терапия мажмуасига кирувчи гуманистик йуналишнинг асосчиси Роджерс голярига тўхталиб утаммиз. **«Клиентга марказлашган терапия»** методи билан танишамиз.

Гуманистик йуналиш гуманистик фалсафага асосланган булиб, у 1950-йилларда Калифорнияда вужудга келган. Бу йуналиш вакилларининг фикрича одам узича усиши, камол топиши мумкин. Агарда инсонга уз такдирини узи хал килишга шароит яратиб берилса, Роджерснинг фикрича, хар бир одамда узининг имкониятларини амалга ошириш учун асос факат мос ижтимоий

мухитдагина ривожланиши мумкин. Боланинг «Мен» концепцияси ижтимоий тажрибалардан келиб чикиб шаклланади. Идеал сифатида уз имкониятлари чгарасида узининг мавжудлиги хакидаги фикр идеал «Мен» концепциясининг тугилишига олиб келади. Реал «Мен» идеал «Мен»га якинлашишга ва идеал «Мен» даражасида ривожланишга харакат килади. Одамдаги узини хурмат килишга интилиш, бошқалар Кузи унгида обрули (нуфузли) булишга интилиш тускинлик килади. Бинобарин, одам узлигини йукотади. Узини англаб етишга ёрдам бериш оркалигина миждоз олдидаги муаммоларни ечиш мумкин, чунки реал «Мен»ни идеал «Мен»га якинлаштириш оркали уртадаги ораликни камайтириш мумкин, деган гоё илгари сурилади.

Клиентга марказлашган терапиянинг асосий усулларини куйида тахлил киламиз.

Миждоз уз-узига ёрдам килиш имкониятига эга, терапевт эса йуналтирувчидир, деган тамойилга асосланиб, у узига нисбатан хурмат даражасини оширишга харакат килиши лозим.

Роджерс энг мухим 4 та шартни илгари сурган:

1) Терапевт уз установакаларига карши чикиб булсада, миждоз хисларига шартсиз иждобий муносабатда булиши лозим;

2) Миждознинг эмпатия хисларини терапевт уз тажрибасига таянган холда хис килиб куриши, оламга унинг нигохи билан караши лозим;

3) Аутентлик - узининг ички жавобларини никобламасдан миждоз билан муносабатга киришиш;

4) Терапевт миждоз муаммосинитушни кузатшунтиришга, уни ечишга харакат килмаслиги керак. У факат акс эттирувчи ойна сингари хизмат килиши ва миждоз айтганларини эшитиб утириши лозим. Миждоз фикр билдириши давомида унинг муаммосини терапевтик шаклдаги аксини куриб, унга янгича мантикий тахлил килиб ечиши мумкин. Роджерснинг фикрича, одам уз реал «Мен»ни хакида тасаввурга эга булганидагина уз муаммосини хал килиш йулини топади. Терапевт одамнинг реал «Мен»ини куришга;

5) Ёрдам бериши зарур.

Бу метод асосан хисларини ва фикрларини очик-ойдин айта оладиган миждозларга самарали ёрдам беради.

Назорат учун саволлар:

1. Замонавий психологик терапия.
2. Т.Адлер ва К.Юнг тадқиқотлари
3. Психоаналитик терапиянинг асосий холатлари.
4. Бихевиористик йўналиш.
5. +арама-рарши шартлантириш.
6. Имплотив терапия.
7. Аверсив шартланиш.

8. Оперант методлар.
9. Хул=-атворни вужудга келтириш методи.

4-мавзу: ГУРУХИЙ ПСИХОТЕРАПИЯ

(2-соат)

Р е ж а :

1. Гуруший психотерапия ща=ида маълумот.
2. Психодрамма.
3. Итрекция, проекция ва катарсис.
4. Тренинг гурушларининг асосий хусусиятлари.

Таянч сыз ва иборалар:

Психодрамма, Якоб Морено, ижтимоий роль, теле психодрамма, катарсис, гуруший психотерапия, тренинг гуруши, гуруший тренинг.

Психодрама - 20-йилларда Морено томонидан ишлаб чиқилган метод булиб, у гурухий психотерапиянинг шаклланишига асосий туртки булиб хизмат қилган.

Бу метода миждознинг рухий оламини урганиш учун психодрамада гурухий драматик импровизация кулланилади. Психодрамада миждоз уз долзарб муаммосини гурух билан уйнаб куриши мумкин.

Масалан, миждознинг муаммоси отаси билан гаплашиш булиши мумкин. Терапевт режиссер сифатида ролларни булиб беради. Шароитга караб одамлар предметлар ролида стол, стуль, лампа ва бошкалар ота ролида чиқиши мумкин. Ота ролини уйновчи миждозга отасининг хусусиятлари айтилади ва у вазиятни уйнаб куради., кейин бошка вазиятни кузатиб турган гурух аъзолари уз вариантларини курсатишади. Ёки булиб утган воқеанинг миждозда кучли хис уйготган томонини уйнаб курсатишади. Шуниси кизикарлики, бу ходиса уйналаётганда миждозда уша хис бошдан кечирилиши, хатто у хушидан кетиб қолиши мумкин.

Психодраманинг максоди ҳам, Морено фикрича, миждозда кучли туйгу ва хислар кчишини уйготиш оркали тажрибани янада такомиллаштиришдир. Психодрамада роли уйин услуби кулланилади. Бунда уйин спонтан ва иждодий кечади. Бу нарсалар уз ичига адекват жавоб беришни ва янгиликни олади. «Теле психодрама» проекция сифатида кулланивчи тушунчадир, яъни роллар уйналиши давомида оламга бошка одам Кузи билан караш гоёси ётади.

Катарсис - кучли хисни бошдан кечшунишириш булиб, унинг натижасида инсайт йули билан муаммони янгича тушуниш келиб чиқади. Купинча «Монолог» ва иккинчи «Мен» методлари ишлатилади.

Роллар алмаштириб борилади ва охирида фикр алмашиш оркали янги билим ва янги хулк- атвор эгалланади.

Гурухий психотерапия термини Якоб Морено томонидан психология фанига олиб кирилган.

Гурухий йуналишда, юкорида курилган терапевтик йуналишларнинг аксариятидан фойдаланилади. Гурухий йуналиш факат рухий касаллар билан эмас, балки соғлом, узини шахсан ривожлантиришга ва англашга, муаммосини ечишга интиладиган одам билан ишлашга ҳам каратилган. Гурухий йуналишнинг устун томони шуки, унда терапевт эмас балки гурух аъзолари муаммони ечишга ёрдамлашади, яъни бошкалар муаммосини хал кили шоркали уз рухий оламини бойитишади. Бизда гурухий йуналиш социал психологик тренинг деб номланади.

Тошкентда тренинг гурухлари билан ишлаш аста-секинлик билан ривожланмокда, бироқ бу хали етарли даражада эмас.

Чет элларда гурухий тренинг ишлари яхши йулга куйилган, шулардан айримларига тухталиб утамиз. Гурухий тренинг одамнинг бошкалар хакидаги тасаввурини узгартириб, Янги харакат шаклларини, яъни жамиятнинг кичик моделини гурухда урганиш методидир.

Гурухий психотерапияда асосий нарса гурухда лабилизация, яъни доимий урганилган харакатлардан кучли хислар натижасида воз кечиш ва янги хатти-харакат шаклларини кабул килиши, бошкача килиб айтганда, оламни тор кобикдан чикиб идрок килишдир.

Трансакцион анализ назарияси. Бу назария Э.Берн томонидан ишлаб чикилган. У асосан ижтимоий муаммолар ва муносабатларни ижобийлаштиришга каратилган. Э.Берннинг фикрича, одам хётида уч хил позициядан иборат рольни уйнайди: «ота-она», ката одам ва ёш бола. Одам хаётида шу позициялардан бирига асосланиб фаолият курсатишга урганган. Вазиятга караб бу позицияар узгариб боради. Яъни болада ёшлигидан катта одам хакидаги тасаввур асосида «катта одам» позицияси, ота-онанинг тасирида эса «ота-она» позицияси вужудга келади.

Болалигидан тупланган тажриба боланинг шахсий позициясини вужудга келтиради ва бу нарса унинг муносабатларида намоён булиши мумкин. Масалан: бир одам бошка одамга ота-она позициясидан туриб маслахат килса, бошкаси эса бола позициясидан туриб жавоб килиши ёки карама-каршилик мавжуд булса, у холда бошка позицияларнинг бириданжавоб бериши эхтимол. Карама-каршилик, яъни трансакцияларнинг карама-карши келиши конфликт (низо)ларнинг олдини олиш ролларни ижро этмасдан туриб, яшаш учун узидаги «катта одам» позициясини англаб етганидагина ривожлантириши мумкин. Бу метод одамнинг муносабатларини англашга ёрдам беради.

Гештальт терапия методи. Гештальт терапия методи Фредерик Перес томонидан асосланган булиб, Ушбу метод гештальтпсихологиянинг «шакл-фон» назарияси замирида ишлаб чикилган, яъни бирор объект шакл булса, бошка объектлар шу шаклни англашга ёрдам берувчи фон сифатида хизмат килади. Гештальттерапияда бирорта англанилган шакл булса, бошка хислар англанилмай қолади, деган тамойилга таянилади. Гештальт «яхлитлик» деган маънони англатиб, фонда вужудга келувчи шакл булиши мумкин. Одам рухий муаммоларининг келиб чикишида англанилмай колган тузилмани гештальт сифатида хизмат қилиши мумкин. Бу муаммони ечиш учун гештальт вужудга келиши, миждоз эса узини англаб етиши шарт. Бунинг учун терапевт «шу ерда ва хозир» тамойилини куллайди. Масалан; вербализация орқали «шу ерда ва хозир англаяпман» деб бошланувчи сузлар билан мувожаат қилади. Кейин бу ҳолатларнинг яхши ёки ёмонлиги, қулай ёки ноқулайлиги англанади. Гештальттерапевт миждозга узини англашига ёрдам бериш учун унинг хатти-харакатларига диққатини қаратиши, яъни хатти-харакатни англаш орқали хисни англашга, хисни англаш орқали эса гештальт тузилишига, муаммо ечилишига ёрдам бериши мумкин. Миждоздаги химояланиш механизмларини унинг узига англатиш ҳам гештальттерапиянинг йулидир, яъни одам ташқи олам йуналирган эhtiёж энергиясининг иждимой қарама-қаршилик натижасида узига қайтарилишидир. Бу нарса ретрофлексия деб аталиб, у «узига қайтариш» маъносини англатади. Бу энергия кейинчалик шу йуналишдаги бошка эhtiёжлар вужудга келишига тусик булиши мумкин. Масалан, бировни уришга эhtiёж тугилиши натижасида одам қулида оғрик пайдо булиши ва бунинг сабабини англаш оғрик зарбини йукотиши мумкин. Кейинчалик Перес одам узини узи қийнашини, «бу нарсани қиламан ва буни қилмайман» деган мулохазасини «юқори ва пастки» деб номлаган.

Интрекция. Интрекция одамнинг ташқи оламдаги нарсаларни бировлар обруйига асосланиб қабул қилиб олиши хисобланади. «интрект сингмай қолган, қайналмаган овқатга ухшайди», деб ёзади Перес. Интректни англаш ҳам муаммони ечишга ёрдам беради. Масалан «Қиз боланинг сочи узун булиши керак» деган интрект булиши мумкин. Бу нарсани англамасдан қабул қилган қиз чиройли булиши учун сочини кестиради ва виждон азобида қолади. Буни тушуниб етиши уни виждон азобидан қутқаради.

Проекция. Проекция-интрекцияга қарама-қарши уз фикрини бошқаларнинг фикрлари деб қабул қилишдан иборат. Масалан, ҳаммага қарама-қарши турадиган одам «Бошқалар ҳам менга қарши» деган фикрда булиши мумкин. Бошқалар бундай фикрда булмаса-да, у уз фикрларидан қайтмайди. Перес проекциянинг олдини олиш учун «Уз фикрига жавобгар қилиш» деган гоъни илғари суради. Жавобгарликни қабул қили шорқали, яъни муаммо узиники

эканлигини кабул килиш натижасида мижоз етуликка эришиши мумкин. Гештальттерапия - шахсинг узлигини англашга, анна шу оркали уз муаммоларини «шу ерда ва хозир» хал килишга ёрдам берувчи метод хисобланади.

Нейролингвистик программалаштириш. НЛП энг замонавий ва кенг таркалган терапевтик йуналиш булиб, у мижознинг узини англашга, хатти-харакатлари ва сузлари уртасидаги карама-каршиликни тушуниб етишга ва бошка одам бегона эканлигини тушунишга ёрдам беради.

НЛП юкорида тахлил килинган методларнинг энг самаралиларини танлаб куллаш натижасидир. НЛПда асосан лингвистикага, яъни сузларнинг тузилиши рухий оламнинг курсаткичи сифатида кулланишига асосланилади. НЛПда одам уз сезги аъзоларини ишлашидан келиб чикиб, ташки таъсирларга нисбатан уч хил жавоб бериши тан олинади. Репрезентив системада ташки олам **1) аудиял, 2) визуал, 3) кинестик**, яъни асосий масофали ва ички харакат рецепторлари асосида кабул килиниб, шу асосда ташки оламга нутк оркали жавоб кайтарилади, деб тушунтирилади. Юкорида куриб утилган терапевтик методлар оптимал ишлаши учун хозирги вақтда ижтимоий психологик терапевтик гурухлар билан ишлаш йуналиши ривожлантирилган.

Назорат учун саволлар:

1. Гуруший психотерапия.
2. Психодрамминг пайдо былиш тарихи.
3. Психодрамминг ма=сади.
4. Катарсис ва унинг асосий хусусиятлари.
5. Ижтимоий рол ва роллар алмашинуви.
6. Гуруший тренинг ва уни ташкил этиш.
7. Интрекция ва проекция методлари.
8. Нейролингвистик программалаштиришнинг ашчамияти.

5-мавзу: СОЦИАЛ ПСИХОЛОГИК ТРЕНИНГДА ГУРУШЛАРНИНГ АСОСИЙ ДИНАМИК УСУЛЛАРИ

(2-соат)

Р е ж а :

1. Тренинг гурушларининг пайдо былиши.
2. Гуруший маш\улотларни ташкил этиш.
3. Курт Левиннинг Т-гурушлари.
- 4.

Таянч сыз ва иборалар:

Психодрамма, Якоб Морено, ижтимоий роль, теле психодрамма, катарсис, гуруший психотерапия, тренинг гуруши, гуруший тренинг.

Гурухий машгулот утказишда асосан доира шаклида утириш кабул килинган. Доирада хама одам бир-бирини куриб туради. Шунинг узи одатда янгиликни кабул килиш учун узгаришни вужудга келтириши мумкин. Одам хар бир группа аъзоси тенглигини идрок килади ва англайди. Унинг асосий принциплари «шу ерда ва хозир», «активлик» ва «конфиденциаллик»дан иборат. Уз хатти-харакатлари хакида салбий гапларни эшитишни хохламаган гурух аъзоси «техника», «топ» каби сузларни ишлатиши мумкин.

Букаби машгулотлар Узбекистонда социал психологик тренинг утказишда кулланилади. Гурухий меъёрлар кабул килиш чет элларда бир мунча бошкачарок кечади. Масалан: баъзи бир психогимнастик машгулотларни Узбекистон шароитида тарбияланган одам бажаришни узига нокулай деб билиши мумкин. Худи шу сабабли, бизнинг фикримизча чет элларда кулланилаётган гурухий тренингларни Узбекистон шароитига мослаштирмасдан туриб, тугридан тугри куллаш мумкин эмас. Узбекистон шароитида тренингларни ташкил этишва утказишда этнопсихологик ва миллий хусусиятларни хисобга олиш яхши самара беради.

Чет Эл психологиясида Моренодан кейин гурух билан ишлашга кизикиш Курт Левин ишларида куринади. Курт Левинга кадар хам бир канча мутахассислар бу йуналишда иш олиб боришган, лекин Курт Левинни тренинг гурухларининг отаси деб аташ мумкин.

Курт Левин уз тадқиқотларини 1930-йилларда бошлаган. Биринчи Т-гурух тасодифан вужудга келган. К.Левин бизнесменлар билан ишашда гурухий муаммонинг тезда хал булишини кузатган ва ш у асосда бу йуналиш Т-гурухлари сифатида дунёга келган. Тренинг гурухи укитиш лабораторияси булиб, унда шахс турли ижтимоий муносабатларга ургатилати ва зарур ижтимоий билимларни эгвллвши мумкин. Шу сифати билан тренинг гурухлари хар хил мақсадга эга булиши мумкин. Масалан сенситивликни ошириш гурухларида тренинг гурухи катнашчилари сони 12 киши чегарасида булиши керак.

Карл Роджерс Гуманистик психологиянинг асосчиларидан бири булиб, узига хос терапевтик йуналишга асос солган. У инсоннинг бошка одамлар билан муаммоси аутентик булишига ёрдам беришни уз олдига мақсад килиб куяди. Унинг асосий белгилари; учрашув катнашчиларининг узлигини очиш, хисларини англаш, жавобгарлик, уз «мен»ини англаш, «шу ерда ва хозир» тамойилига асосланганликдир.

Психологияда шунингдек Гештальт психология йуналиши томонидан ишлаб чиқилган психотерапевтик методлар хам мавжуд. Гештальт гурухлар юкорида курилган гештальттерапия методларига

асосланади. Бошқа гуруҳлардан фаркли уларок, гуруҳ машгулотларини тренер хар бир аъзо билан айрим-айрим утказиши мумкин. Бошкалар эса «буш иссик стул» техникаси буйича кузатувчи хисобланади. Уз муаммосини ечишни истаган одам буш стулга келиб утириб, бошкаларни кузатиш оркали уз муаммосини оптимал йул билан англашга харакат килади. Бу гештальттерапиянинг гуруҳий курунишидир. Одатда икки стуль техникаси хам ишлатилади. Бу Моренонинг иккинчи «Мен» методига ухшайди. Киши уз ретрофлексиясини англаш учун ёнидаги буш стулга проекция килади ва иккита одам сифатида узига-узи савол-жавоб кила бошлайди. Гуруҳ «иссик стул»даги маслахатлар билан ёрдам бериб туради. Гештальт гуруҳларнинг асосий максоди жавобгарликни узига олган холда узлигини англашдир. Гештальт назарияси буйича одам узини англаш вақтида самимий курунгандагина яхлитлик, гештальт хосил булади, муаммо ечилади.

Гештальттерапиядан фарк килувчи яна бир йуналиш - бадан билан ишлаш гуруҳларидир. Бу йуналишга биоэнергетика, фельденкраса методи, Александр методи, струтуравий интеграция, бошлангич терапия ва хокозо бадан билан ишлаш гуруҳлари киради. Бадан терапияси асосида ретролексия, мускул броняси хосил булиши хакидаги Вильгельм Райх назарияси ётади.

Нафас олиш харакати машқлар оркали «мускул броня»сида котган энергия чиқарилади ва у оркали хисларни англаб, энергияни чиқариш – бу йуналишнинг максидидир.

Психологияда шунингдек санъат терапияси гуруҳлари хам мавжуд. Улар сублимацияга асосланган булиб, ички онгсизликдаги ортикча энергияни образлар оркали чиқариб ташлашни уз ичига олади.

Булардан ташқари бихевиористик назарияга асосланган гуруҳлар хам мавжуд.

Юкорида биз хозирги замон психологиясида мавжуд булган ва инсон шахсини ривожлантиришга каратилган индивидуал ва гуруҳий методларни кискача тахлил килиб утдик. Хозирги замон иктисодий кийинчиликлар шароитида узиги ишончини йукотиш ва ижтимоий мухитдан кочишга интилиш каби салбий туйгулардан кутулиш учун Узбекистонда мазкур методларга таяниб иш курадиган гуруҳий тренинг лабораториясига ухшаш марказлар аста секин ташкил этилмоқда. Уларнинг Янги хаёт бусагасига кадам ташлай деб турган инсонлар учун ахамияти жуда каттадир.

Жамият одамлардан, одамлар эса рухият ва тана яхлитигидан ташкил топади. Одам канча рухан соғлом булса, узига ишонса, шунча куп меҳнат кила олади.

Мавзу: МУЛОҚОТГА ЫРГАТИШГА ОИД ЫЙИН МАШҚЛАРИ ТИЗИМИ

Режа:

1. Мустақиллик тренинги
2. Мулоқатмандлик тренингининг таркибий қисмлари.
3. Мулоқатмандлик тренингига қўйиладиган талаблар.
4. Тренер шахсининг тренингдаги ўрни.
5. Муқотмандлик машқлари тизими.

Таянч сўз ва ибора:

Муомала, мулоқатмандлик, мулоқатмандлик машғулоти, психологик контакт, психодрама, самимийлик, хайрихоҳлик, ызаро ишонч, мулоқат усуллари, тренинг қоидалари.

Ўйинга оид социал тренинг-бу инсонни мулоқотга ургатиш учун бажариладиган ўйин машқлари ва хатти-харакатлари тазимидир. Тренинг жараёни-бу ҳар бир ўйин машқда унинг раҳбари қандай установка беришидан иборатдир. Тренингнинг асосий мақсади-шахсни психологик (рухий) жиҳатдан озод қилиш, унда табиий эркинликни ҳис қилиши ҳамда ўз гуруҳида ва ундан ташқарида ўзаро муносабат ва алоқа ўрната олишни шакллантириш.

Тренингда унинг раҳбари ё тренер ёки дирижёр сифатида иштирок қилган Тренинг мақсадини аниқ ва ниҳоятда тушунарли даражада тушунтириш мақсадга мувофиқ. Масалан, бошқа кишиларни ёки ўзини ўзи тушунишга ургатиш. Ўзгаларни ва ўзини ўзи урганиш, ўзига-ўзи баҳо беришни таъминлайди, бошқалар фикрини ўқиб олиш ва уларни идрек қила

Мулоқатда ўзини ўзи бошқаришга эътиборни туплашни айналма ошириш мақсадида тавсия қилинаётган схемага роли ўйин ва мунозарадар

итиш орқали тренинг вазифасини мураккаблаштириш мумкин

Тренинг 3 қисмдан ташкил топган бўлиб қуйдагилардан иборатдир.

1. Психофизиологик контакт ўрнатиш
2. Психологик контакт
3. Психодрама

Тренингнинг асосий установкиси: роли ўйин шаклида роли вазиятни этишни ташкил қилиш мутлақо зарур, чунки тренинг унинг қатнашчиларидан тренернинг ёрдамида ўйинда яратилган вазиятларга нисбатан индивидуал муносабатини ўйготиш зарур.

Тренингни ўтказиш давомида уни қатнашчиловарининг шахсий мулоқат усуллари ва ўзининг бошқаларга нисбатан позициясини яққол аниқлаштирувчи вазиятни рағбатлантириш жоиз.

Тренингнинг фаолиятит 8-10 машғулоти ва ичига қамраб олади холос.

Тренингнинг ҳамма машғулоти унинг иштирокчилари билан фақат дўстона, самимий ҳис-туйғулар асосида ва ихтиёрий тарзда ўтказилади.

Тренинг иштирокчиларининг сони 7-15 нафар булиши мумкин, лекин бундак ортмаслиги лозим. Гурух билан машқларни утказишдаги мажбурий шартлар буйича коидаларга риоя килинмаса, у холда уйинли тренинг ижобий натижа бермаслиги тугрисида олдиндан келишиб олишиш керак.

Жумладан,

1. бир-бирига самиймилик хайрихолик:
2. бир-бирига ишониш. (узуро ишонч):
3. машқларни бажариш давомида шахсга бахо бермаслик, балки унинг фаолиятига ва мулокат усулларига бахо беришлик:
4. иштирокчилар уйиндан кай даражада каноатланганлиги хакидаги таассуротларини шу захотиёк тренерга маълум килишлик:
5. топшириютарни бажариш факат ижобий гипотезага мылжалланганлик.
6. жисмоний нуксонларга нисбатан эътиборни каратмаслик:
7. тренингнинг бориши жараёнида хеч ким хеч кандай маслахат бермаслик:
8. "Бу ерда ва хозир"-деган шартни бажариш яъни тренинг пайтида руй берган хамма нарса ташқарига олиб чикилмасликка ва хозирги мулокатда нималарни хис этаётганлигини маълум килмаслик:
9. томошабинлар тренернинг рухсати билан эмас, балки гурухнинг барча аъзоларининг розилигигабиноан катнашишлик кабилар:

Тренингни муваффакиятли утказишнинг ва унинг сермахсуллиги муваффакуп жихатдан тренер билан иштирокчилар уртасидаги узуро бир-бирини тушиниш даражасига боғлиқдир.

Уйин тренингини уюштиришда қуйидаги энг қийин холатларни инобатга олиш ва уларни изчил равишда назарда тутиш мақсадга мувофиқ:

1. Узишшг шахсий ички сиқиклигини енгаш, барча иштирокчиларининг кузларига тугридан-тугри ва очик чирой билан, дадил қарай олиш:

2. Уйин фаолиятининг бошида яратилган вазият-энг омилкор ва кулай былиши керак:

3. Тренингни муваффакиятли утказиш тренердан катта (психик) рухий, интеллектуал ташкилий жихатидан катта куч сарфлашни биокувват талаб килади:

4. Тренинг узуро иштирокчиларни бир-бирига ишонган холда узуро самарали таъсир этиш мухитида утказилади:

Юкорида таъкидлаб утилган талабаларга риоя килмасдан туриб, асло уйновчи гурух хосил килиб булмайд. Ва бунга тренинг ижобий таъсир кырсата олмайди.

Машгулотни катта, кенг яхши шамоллатиш имкониятига эга булган шинам хонада утказиш лозим. Хонада иштирокчилар сонига тенг миқдорда стуллар булиши керак. Машгулотда кулай, рохатбахш этадиган, кунгил (дил) очадиган осойишта, сокин шароит яратилган

яхши (яхши лирик ва минор овозли) мусика, деразаларга нозик, нафис дарпардалар тутилгани маъқул ва хакоза.

Ҳар бир иштирокчи узининг уйинги ва уйин юзасидан импрозация килишга (тайёргарлик бажаришга) тайёрлаши рухий жихатдан тайёрламоги даркор.

Барча гуруҳ талабалари психологик-педагогик консилиум ҳақидаги назарий билимларни, унинг аҳамияти ва мақсадини чуқур ыргангандан кейин улар билан ролли ыйин ытказиш таклиф қилинади.

+уйида муло=отга ыргатишга доир ыйин Маш=ларидан намуналар келтирамиз.

1-маш\улот:

«Биз бу ерда нима учун йи\илдик?» Гуруцнинг щар бир аъзоси бу ерга келишдан кызлаган ыз ма=садини тушунтириб бериш лозим. Шундан сынг маш=лар бошланади.

1-маш=: «Саломлашиш»

Тренер гуруц аъзоларини доира =илиб ытир\изади, сынг уларни щар бири 2-3 кишидан иборат гуруцчаларга ажратади. Саломлашиш анди=, санди=, чанди=, хорманг, толманг сингари сылардан тузилган былади. Барча иштрокчилар саломлашишни бир ва=тада айтади, лекин щар бир гуруцча фа=ат ыз сызини айтади холос. Саломлашиш ба=ириб баланд овозда айтилмасдан, балки бир текис нафас олиб сынг танаффус =илинади. Ва ниящоят =андайдир «апчи»га оид ыхшаш сыз хосил былиши керак. У 2-3 марта такрорланади.

2-маш=: «Танишиш»

Тренернинг кырсатмасига биноан, унинг ынг ёки чап томонидан турган иштирокчилардан биттаси ыз исмини айтади, иккинчи иштирокчи эса биринчининг ва ызининг исмини айтади. Тренингнинг 3 иштирокчиси биринчининг, иккинчининг ва ызининг исмини айтади ваш у тарзда танишув охиригача давом этади. Тренингнинг охириг иштирокчиси биринчидан бошлаб гуруц аъзоларининг щаммасининг ва ызининг исмини айтади. Гуруц аъзоларининг бир-бири билан танишиши шу тарзда рй беради.

3-маш=: «Ассоциация»

Гуруц аъзоларидан бири ихтиёрий равищда танланиб, =атнашчиларнинг исмини айтади, сынг бир =атордан тартиб билан щамма иштирокчиларнинг исмини айтиб чи=иши мумкин. У исмларни шундай ощангда айтиши керакки, бу ощанг унинг фа=атгина номини айтаётган кишига нисбатан муносабатини ифодаласин. Шундан кейин у нималарни щис =илганлигини тушунтириб беради. Тренер иштирокчиларнинг щар бири ыз исмини этишган чо\ида =андай туй\уларни, юксак кечинмаларнинг юзага келганлиги хусусида шахсий мулоццазаларини билдирадлар. Тренер ощанг ифодаланиши, темпи, частотаси, тембрига биноан

шошмай мулойим, дыстона, самимий, или= кайфият билан олиб боради.

Ыйиннинг мақсади-хулқдаги салбий ызгаришларнинг мохиятини илмий тушуниш, бу салбий ызгаришларнинг олдини олиш, бартараф қилиш билан боғлиқ куникма ва малакаларни шакллантириш.

Ыйиннинг вазифалари:

-психологиядан ва педагогикадан олинган билимларни мустахкамлаш;

-тарбияси оғир ықувчилар билан ишлаш усули ва методларини ырганиш;

-хулқдаги салбий ызгаришларнинг илмий жихатдан бахолашга ырганиш;

-замонавий тарбия методларини хаётга татбиқ қилишга ыргатиш.

Ыйинни ытказиш учун барча талабалар ызлари амалиётда былган билим юрти ықувчиси ёки ызининг гуруҳдошига психологик характеристика ёзиб келадилар, Дарснинг биринчи ярмида шу характеристикалар, уларнинг камчиликлари, ютуқлари мухокама қилинади (3-4 характеристикани мухокама қилиш етарли). Кейин талабалар ызаро ролларни ("тарбияси кийин ықувчи", "унинг отаси", "акаси", "яқин дысти", "синф рахбари", "психолог", "билим юрти рахбари", "котиб", "врач" ва хоказо) булиб оладилар."

Хар бир талабага унинг вазифаси тушунтирилади. Қолган талабалар эса экспертлик вазифасини бажарадилар. Улар ыйин давомида йыл қыйилган хатоларни ёзиб борадилар. Масалан, "ықувчига" "ота-онага" тығри савол берилдими тығри диагноз қыйилдими, "ықувчининг" хулқини тығри бахоладиларми, тасия қилинган ишлар мақсадга мувофиқми ва хаказо.

Ыйин давомида психология фанидан олинган билимларни кенг қыллашга эришиш керак. Шахс, темперамент, характер, ысмирлар психологиясига боғланган темаларни амалда қылай олиш лозим.

Гуруҳ талабаларининг қизиқишларини, имкониятларини хисобга олган холда ыйин турли шакл ва вариантларида ытказилиши мумкин.

Психологик-педагогик консилиум куйидагича утиши мумкин (кискача баён қиламиз)

Психологик-педагогик консилиум утказиш учун талабалар узаро ролларни булишиб оладилар ва тайёрланади.

Кенгашни "раислик килувчи" очиб беради. У кенгашга нечта усмир ва нима учун таклиф килингани, килиниши зарур булган ишлар хакида маълумот беради. Кенгаш аъзолари билан таништириб чикади (агар янги кишилар булса). Кейин "синф рахбари"га суз беради.

"Синф рахбари" олдиндан тайёрланган характеристикага асосланиб укувчининг хулки, характери, темпераменти, кизикишлари, укишга булган муносабати, уйда узини тутиши, дарсда ва дарсдан буш вақтларни ким билан, каерда утказиши ва хоказолар хакида батафсил маълумот беради. "Синф рахбари" иложи борича "уз ықувчиси"ни тулик тарифлашга, хулқдаги салбий узгаришларни келтириб чикарувчи сабабларни очиб беришга харакат килиши лозим.

Кейин кенгашга укувчининг "ота-онаси" таклиф- килинади. Кенгаш аъзолари уларга мулойимлик, одоблилик билан, жуда эхтиёж булган холда савол берадилар. Улар боланинг ривожланиши кандай кечганини боскичма-боскич мухокама киладилар. Масалан: тугрик вақтида ёки кейинрок жарохатланиш, лат ейиш, захарланиш каби вокеалар булганми? Оилада нечанчи фарзанд? Акалари, опалари, сингиллари, укалари билан кандай муносабатда? Ота-оналари билан муносабати кандай?

Шу тартибда барчанинг консилиум аъзоларининг фикрлари эшитилади ва юкорида курсатилган назарий билимлардан фойдаланиб тавсиялар ишлаб чи=илади.

Назорат учун саволлар:

1. Ыйинга оид социал тренинг деб нимага айтилади?
2. Тренингнинг асосий қисмлари қайсилар?
3. Тренингнинг самараси нималарга боғлиқ?
4. Тренинг гуруҳини ташкил этишда эътиборни нималарга қаратиш лозим?
5. Мулоқатмантлик машқларидан мақсад нима?

Мавзу: ПСИХОЛОГИК ВА ПЕДОГОГИК КОНСИЛИУМ ЫТКАЗИШ ТЕХНОЛОГИЯСИ

Режа:

1. Психологик – педогогик консилиум предмети, мақсади ва вазифалари.
2. РРК ва унинг ыказиш методикаси.
3. Хулқдаги салбий ызгаришларни баҳолаш.
4. ППК нинг асосий функциялари.
5. ППК иштирокчилари ва уни ташкил этиш.

Таянч сыз ва иборалар:

Консилиум, ижтимоий назорат, реабилитация, қыллаб қувватлаш, психопрофилактика, рахбар, консультант, тарбия, фикр алмашилиш, суҳбат тавсиялар, психокоррекция, хулқ, ысмир хулқи.

Хунар – техника билим юрларида, мактабларда, баъзи хулқидаги салбий узгаришлар билан боғлиқ муаммоларни куплиги хеч кимга сир эмас. Бу муаммолар айниқса хунар-техника билим юрларида яққол кызга ташланади. Чунки мактаблар ва олий ўқув юрларидаги фаркли равишда, хунар-техника билим юрлари" ўқувчилари айтарли бир хил ёшда, Ысмирлардан. Ысмирларнинг психологик хусусиятлари, Ызини катта кишидек хис қилишга интилиш, мустақиллик интилиш баъзида уларнинг хулқида салбий узгаришларни келтириб чиқаради. Психолог шу Ызгарипшарнинг асосида қандай сабаблар ётганини яхшилаб урганиб энг мақбул психологик чоралар кыра олади.

Хозирги вақтда психологик фанининг амалий тармоқлари жуда кенга ривожланмоқда. Кыплаг психологик хизмат турлари пайдо булмоқда. Масалан: оилавий, психологик-педагогик, касб-танлашга ёрдам бериш ва хакозо. Бу борада амалий психология ишида ўқитувчилар, врачлар, ясихиатрлар, ота-оналар иштирок этадилар.

Амалий психологиянинг долзарб вазифаларидан бири Ысмирлар хулқидаги салбий узгаришларни Ырганиш ва уларга ёрдам беришдир.

Ысмирлик ёши ижтимоий, психологик, физиологик жихатлардан жуда мураккаб қарама-қаршилиқларга тыладир. Бу қарама - қаршилиқ ва мураккаблиқларнинг асл сабабларини кыпинча Ысмирнинг Ызи ва унинг атрофидагилар англамайдилар.

Ысмирларнинг ички дунёсидаги қийинчиликлар ташқи оламдаги, мактабдаги, хунар-техник билим юртидаги талаблар билан Ысмир дунёқарашы, мотивлари тықнашганда улар психологиясида, хулқида салбий Ызгаришлар келтириб чиқаради. Натижада Ысмирда асабийлик, бетга чопарлик, Ызини тутта билмаслик каби салбий хусусиятлар, шу билан бирга катталардан Ызининг ички дунёсидаги Ызгаришларни яшириш, катталарга, Ықитувчи ва тарбиячига ишонмаслик, Ыз-Ызига ишонмасликдек сифатлар пайдо булади.

Ысмир Ыз хаётидаги ички ва ташқи қарама-қаршилиқларни катталарнинг ёрдамисиз енгиб Ытиши жуда қийин. Бу борада ўқитувчилар, тарбиячилар, врачлар, ота-оналар хамкорликда ишлашлари керак. Шундай хамкорликдаги ишлардан бири психологик-педагогик консилиумдир.

Консилиум (лотинча consilium - кенгаш, маслахатлашиш) - бир ёки бир қанча соҳалардаги мутахассисларнинг маълум муаммони мукамал Ырганиш ва уни хал этиш усуларини аниқлаш учун кенгашишидир.

Бу тушунча кып фанларда, шу жумладан психология ва педагогика хам қулланилади. Ысмирлар хулқидаги салбий Ызгаришларни Ырганиш учун бу атамани қуллашда хеч бир ғайри табиийлик йық. Чунки бу масала ўқувчи хулқидаги Ызгаришларни хар томонлама чуқур Ырганишни, тарбия жараёнида хатога йыл қыймасликни, йыл қыйилган холатларни тузатишни кафолатлайди.

Шундай қилиб психологик-педагогик консилиум-бу ота-оналар, педагоглар, психологлар, медиклар ва бошқаларнинг

Ысмир хулқидаги салбий ызгариш сабабларини ырганиш, уларни бартараф қилиш учун кенгашишидир.

Агар тиббий консилиумнинг, асосий предмете бирор касалликни ҳар томонлама ырганиш былса, психологик-педагогик консилиумнинг предмети бирор ықувчи ёки ысмир хулқидаги салбий ызгаришлар ва уларни келтириб чиқарувчи сабабларни ырганишдир.

Психологик-педагогик консилиумнинг мақсади:

Ықувчини (ысмирни) психологик жихатдан мукаммал ырганиш ва тахлил қилиш (унинг психик ривожланганлик даражасини, шахсий сифатларини, характерини, темпераментини, ықишдаги ва оиладаги шароитини, соғлигини, ықув гуруҳидаги мавқейни, тенгдошлари орасида тутган ырнини) ырганиш ва ықувчига, унинг ота-онасига, педагоглар ёрдам бериш.

Психологик-педагогик консилиум фақатгина тарбияси оғир ысмирлар учун эмас, балки индивидуал-психологик хусусиятларига кыра оиласида, ықув гуруҳида ёки узининг ички қийинчиликларига учраган ысмирлар учун ҳам фойдалидир.

Ысмирларнинг психик ривожланиши қонуниятларини, уларга таъсир қилувчи сабабларни ырганиш оилада ва таълим-тарбия жараёнида туғри йыл тутиш имконини беради.

Психологик-педагогик консилиумнинг вазифалари қуйидагилардан иборат:

1. Ысмирларнинг психик ривожланганлик даражасини ҳар томонлама баҳолаш ысмирнинг диққати, хотираси, тафаккури, идроки, нутқи, хиссиёти ва хакозо ырганилади. Бунинг учун ҳар хил тестлар, эксперементлар кузатиш каби методлардан фойдаланилади. Ысмир шахсини ырганишда қуйидагиларни ҳисобга олиш керак.

а) ысмир ызининг психик фаолиятини мустакил бошқара оладими ёки катта кишилар ёрдамига мухтожми:

б) ысмир ызининг харакатлари, қилаётган ишларининг асл мақсадини тушуниб, шунга мувофиқ иш олиб борадими;

в) ысмир ызи кутган мақсадига эриша олмаган вазиятларни қанчалик тығри баҳолайди.

г) ызи йыл қыйган хатоларни тузатиш учун тығри йыл танлай олиши.

2. Ысмир ривожланишидага салбий ызгаришларни келтириб чиқарувчи, ысмирнинг ықишига, ишига, бошқалар билан ызаро муносабатига халақит берувчи сабабларни психологик жихатдан ырганиш. Масалан ысмир ақлий тараққиётда орқада қолган былиши мумкин. Бу эса ысмирнинг ықув материални, хатти-

ҳаракат қоидаларини, ёқув жамоасига қилинишни қийинлаштиради. Ёсмирдаги ёзгаришларнинг сабаблари органик характерга эга бўлиши ҳам мумкин.

Қўп ҳолларда ёсмирдаги ёзгаришларнинг асл сабаблари ижтимоий омилларнинг таъсири бўлиши мумкин. Бу ҳолда ёсмирнинг ёз атрофидаги одамлар билан муносабатини, улар билан келиша олмасликлари сабаблари, ёз-ёзини баҳолашини, ёзини психологик жиҳатдан ҳимоя қилиш усуллари ва ҳаққо ёрганилади.

3. Ёсмирнинг қамолатга эришишида, унинг қелажақдаги салбий ёзгаришлар қандай натижалари олиб келишини баҳолаш. Бу борада ёсмирнинг ҳаёти унинг ёқиши, ижтимоий маъқеи ва ҳ.к. ҳисобга олинади.

4. Ёсмирга ёрдам беришнинг энг маъқул йўллари аниқлаш. Бериладиган ёрдам ҳар хил бўлиши мумкин. Масалан: ота-оналар билан ишлаш, уларни педагогик жиҳатдан тарбиялаш, ёсмир ёқишини тўғри ташкил қилиш учун индивидуал режа тузиш, ёз устида ишлаш режасини тузиш, ёсмирнинг ҳиссиёти ёки характердаги салбий ёзгаришга қарши қурашиши ва ҳ.к.

Психологик-педагогик қонсилиум ётқазётганда салбий ёзгаришларни қелтириб қиқарган ва бу ёзгаришларнинг турғунлигини таъминловчи омилларни ҳисобга олиш қерак. Булар туғма, ирсий, ноқулай оила шароити, ёқув юртидаги ёмон шароит, қасаллик ва ҳ.к. бўлиши мумкин. Қонсилиум ётқазилётганда ҳисобга олиниши қерак бўлган асосий вазифалардан бири ёрганилаётган ёсмирнинг ҳатти-ҳаракати маъёрдан четга қиққанми ёки ҳусусиятларининг таъсири остида пайдо бўлган вақтинчалик ҳодиса эканлигини туғри аниқлашдир.

Ҳулқдаги ёзгаришларни баҳолаш.

Ёсмир ҳулқдаги ёзгаришларга тўғри баҳо бериш учун қўйидаги мезонларни ҳисобга олиш мақсадга мувофиқдир.

1. Ёсмир ёки боланинг ёшига мос қелувчи ҳусусиятдир. Баъзи бир ҳусусиятлар маълум ёшдаги болаларга ҳос бўлиб, бу ҳусусиятларни маъжудлиги улар учун табиий ҳолдир, лекин ёсмир учун бу нотабиийдир. Масалан, ёш бола агар бегона қишининг нарқасини меники, деб туғиб олса, бу унинг психикаси салбий ёзгариш бор, деб баҳолашга асос бўла олмайди. Агар бундай ҳодиса ёсмирда юз берса ота-оналар, тарбиячилар бунга алоҳида эътибор бериши шарт.

2. Ҳулқдаги салбий ёзгаришларни узоқ муддатгача сақланиш. Ҳар қандай ёшдаги болани текширишда ёки қузатишда уларда баъзи салбий ишёқмаслик, қиполлик. Аммо бу ҳусуситларнинг узоқ сақланиши ёки жуда тез-тез тақрорланиши қам учрайди. Ёки болада, ёсмирда

мактабга^э ХТБГЮ га боришни хохламаслик баъзида былиши мумкин. Лекин бу хол тез-тез такрорланса ёки узоқ муддат давомида сақланиб турса, бу ундаги салбий ызгаришлардан дарак беради.

3. Хаётий ызгаришлар.

Хар қандай кишининг хулқидаги ёки хиссиётида салбий ызгаришлар былиши мумкин. Бу хаёт шароити ёки танадаги ызгаришлар билан боғлиқ былади. Хар қандай кишининг куч-қувватга тылган, кайфияти кытаринки вақтлари хам былади ва ызини ёмон хис қилган вақтлари хам былади. Кайфияти ёмон былган вақтларда улар жахлдор, жиззаки ёки паришонхотир былиб қолиши мумкин. Шунинг учун ысмирнинг хулқини баҳолаётганда унинг кайфиятини, хаётий шароитларини хисобга олиш керак.

4. Ижтимоий-маданий мухит.

Ысмир хулқини салбий ёки ижобий, деб баёюлашда уни ыраб турган шароитини, ижтимоий мухитни, маданий талабаларни хисобга олинади. Чунки бир шароитда тығри, яхши одат, деб хисобланган одат, бошқа бир мухитда аксинча, ёмон одат, деб баҳоланиши мумкин (аммо хамма холларда эмас, албатта).

5. Хулқдага ызгаришнинг даражаси.

Баъзида ысмир хулқидаги салбий ызгаришларга нисбатан онааларнинг, ықитувчиларнинг шикоят кыпроқ булади. Табиийки ҳар бир ысмирда ялқовлик, катталарнинг айтганларини тылиқ бажармаслик, баъзида қыполлик холлари кузатилади. Бу холлар аниқса биз уларнинг мустақиллигига "тажавуз" солган холларимизда яққол кыринади. Бу хусусиятлар хақиқатдан хам меъёрий чиқиб кетган холларни аниқлаш керак ҳар қандай арзимаган нарса учун уларнинг асабий "эговлаш" хам яхши эмас.

6. Хулқдаги салбий ызгаришларнинг юзага чиқиш частотаси.

Кам холларда, унча сезиларли былмаган ызгаришлар бола рухий олами учун табиий былиши мумкин. Бир марта ызини тутта олмай қолган ысмирни биз хулқи ёмон дея олмаймиз. Унинг хулқига тығри баҳо бериш учун ундаги салбий ызгаришлар тез-тез такрорланиб туришини хисобга олишимиз керак. Бундан ташқари бу салбий хусусият одатдаги шароитларда юзага чиқадими ёки фақат экстремал шароитларда юзага чиқадими, буни аниқлаш лозим.

Хулқидаги салбий ызгаришларни баҳолашда бу ызгаришларни тығри диагностика қилиш. ва баҳолаш мухит. Агар хушчақчақ, харакатчан, фаол яхши ықийдиган ысмир (бола), пассив, инжиқ былса, ықишга қизиқиши кескин камайса бу ялқовлик эмас балки касалликдир.

Бундан ташқари хулқдаги ызгаришларни келтириб чиқарувчи сабабларни аниқлаш хам қарз, хам фарздир. Чунки ысмирдаги салбий ызгаришларни, унинг оиласидаги шароитнинг ызгариши, гуруҳидаги ызгаришлар, ёки бошқа бир объектив сабаблар келтириб чиқариши мумкин.

Диагностиканинг навбатдаги босқичи, бу диагноз қўйиш, яъни салбий ызгаришларнинг мохиятини, табиатини ва келажақда қандай натижаларга олиб келишини аниқлаш. Бунинг учун юқорида санаб ытилган мезонларга асосланган қўйидаги беш аспект быйича бахоланади:

1. психологик-педагогик синдром (аломатлар мажмуи);
2. ақлий ривожланиш даражаси;
3. ёмон хулқнинг биологик омиллари;
4. ёмон хулқнинг ижтимоий омиллари;
5. ривожланишдаги орқада қолиш.

Масалан; диагноз қўйидаги куринишга эга былиши мумкин: ижтимоий шароитга кыника олмайди (1), ақлий ривожланиш меёрида (2), тажавузкор, ызини тута билмайди (3), оиласининг шароити оғир, тез-тез жанжаллар былиб туради (4), ықишда ва хисобда бошқалардан орқада, қолган, (5).

Психологик-педагогик консилиум маълум бир вазифаларни бажариш керак. Бундай вазифалардан тырттасини ажратиб кырсатиш мумкин. Булар ижтимоий назорат, ижтимоий қыллаб-қувватлаш, педагогик реабилитация ва психопрофилактика.

1. Ижтимоий назоратнинг вазифаси.

Ижтимоий назорат функцияси ыз ичига ысмирнинг хулқ-атворини назорат қилиб борувчи, унга тығри йыл-йыриқлар кырсатувчи кишиларнинг ишини ыз ичига олади. Психологик-педагогик консилиум (ППК жараёнида синф рахбари, ота-оналар, ықитувчилар учун аниқ тавсиялар ишлаб чиқилади. ППК ысмирни тығри йылга солиш учун энг яхши восита ва йыларни аниқлайди. Чунки бериладиган ёрдам мақсадга мувофиқ былмаса, ысмир хулқидаги ызгаришларни чуқурлаштириши, катталар билан унинг орасидаги тушунмовчиликларни хам кыпайтириши мумкин,

2.Ижтимоий қуллаб-қувватлашнинг вазифаси.

Бу вазифа-шахс ызи мустақил равишда енгиб ытолмайдиган, шахс тараққиётига салбий таъсир қилувчи шартларни енгиб ытишда ёрдам бериш.

Бу борада психологик-педагогик консилиум билим юрти рахбарларига, ықитувчи-педагогларга, ота-оналарга маълум тавсиялар бериши лозим.

3.Педагогик реабилитациянинг вазифаси.

Бу вазифанинг асосий мазмуни ықувчининг обрысини ықитувчилар, ота-оналар, дыстлари орасида кутаришдир. Кыпинча хулқида салбий ызгаришлар рый берган болаларга нисбатан ықитувчи ва гуруҳдошларида, хатто ота-оналарда хам ишончсизлик хосил былади. Ундан ижобий иш, ижобий

муносабат, яхши хулқ кутмайдилар. Фақат "ёмонлик" кутадилар. Психологик-педагогик консилиум ықитувчининг фақат салбий томонини эмас, балки ижобий хислатларни ҳам ырганиб, уни ықувчининг ызига, ота-оналарига, педагогларга кырсатиши, унга былган ишончни уйғотиши мухим вазифадир.

4. Психопрофилактиканинг вазифаси.

Психологик-педагогик консилиум билим юрти (ёки беркитилган) хизмат ходимлари, психологик ва бошқа мутахассислар иштирокида ықитувчининг жисмоний ва рухий соғлигини сақлаш, иш қобилиятини ошириш, ықувчилар орасидаги низоларни камайтириш, ықувчиларда пайдо былган ижтимоий, психологик муаммоларни хал қилиш каби ишлар олиб бориш йылларини белгилайди. Бу борада қыйидаги ишлар олиб борилади:

- ықитувчиларнинг талабига биноан ықувчиларнинг ақлий ривожланиши, шахсий ва хиссий хуссусиятлари, уларнинг қизиқишлари ва

қобилиятлари ырганилади;

- ықувчилар билан индивидуал ишлаш режаларини тузиб чиқиб,

ықитувчилар ва ота-оналар тавсия қилади;

- ықувчиларнинг ыз гуруҳига мослашишини осонлаштирувчи, ықувчиларнинг ызига былган ишончини ошириш (ыз-ызини бахолаш) ишларини белгилайди;

- низолар пайдо былишининг олдини олиш учун педагоглар, ота-оналар, ықувчилар билан маслахат ишлари олиб боради.

Психологик-педагогик консилиумга хулқ-атворида салбий ызгаришлар рый берган, ақлий ривожланишида камчиликлар кузатила бошлаган, анъанавий тарбия методлари таъсир қилмай қолган ықувчилар, уларнинг ота-оналари, дыстлари, тарбиячилар таклиф қилинади.

Психологик-педагогик консилиум ықувчиларни, ота-оналарни ёки ықитувчиларни жазоловчи, кырсатма берувчи ташкилотга айланиб қолмаслиги керак. Шунинг учун психологик-педагогик консилиум олиб борувчилар юқори малакали мутахассислари былиши керак. Педагоглар, психологлар, медиклар, психатрлар, наркологлар, милиция ходимлари психологик-педагогик консилиумнинг доимий иштирокчилари былиши керак. Булардан ташқари ықувчилар ота-оналари, тыгарак рахбарлари ва бошқа кишилар таклиф қилиниши мумкин.

Консилиум рахбари. Консилиум рахбари консилиумнинг мунтазам

ишлашини, тавсия қилинган таклифларнинг амалга ошишини назорат қилиш

каби ишларни олиб боради. Ықув билим юртининг рахбарларидан

бири

консилиумнинг рахбари булиши мумкин.

Консилиум котиби. Консилиум котиби ықувчи хақидаги маълумотларни тыплайди, ықувчига характеристика ёзади ёки бу борада синф

рахбарига ёрдам беради, психологик-педагогик консилиум ёрдамига мухтож ықувчилар рыйхатини тузади, консилиум аъзолари билан алоқа боғлаб туради.

Мактаб (билим юрти) врач. Мактаб (билим юрти) врач ықувчи соғлиги ва унинг соғлигини мустахкамлаш борасида олиб борилган ишлар хақида маълумот беради, ықувчи биоан психопрофилактика ишларини олиб боради, иш ва дам олишини назорат қилади.

Балоғатга етмаган ёшлар ишлари быйича инспектор. Агар ықувчи унинг хисобида турган былса, унинг дыстлари, кимлар билан кыпроқ вақтини утказади, у билан қандай ишлар олиб борилганлиги хақида маълумот беради. Психологик-педагогик консилиум таклифига қарши иш олиб боради, ёшларга салбий таъсир қилаётган катталарни аниқлайди.

Махсус-маслахатчи (консультант). Махсус-маслахатчи (консультант) зарурат былган холларда таклиф қилинади. бу нарколог, психиатр, психоневролог ёки логопед былиши мумкин. Улар тығри диагноз қыйиш ва тығри тавсиялар ишлаб чиқишда ёрдам беради.

Психолог. Психолог консилиумнинг асосий иштирокчиси ва ташкилотчисидир. Психолог қыйилган диагнознинг тығрилиги, қылланилаётган ёрдам ва тарбия методларининг адекватлиги, уқувчи билан олиб борилаётган ишларнинг мақсадга мувофиқлиги, консилиум натижалари быйича шахсан жавоб беради. У ықитувчиларга, оналарга, ықитувчиларга маслахатлар беради.

Синф рахбари (гурух рахбари). Синф рахбари (гурух рахбари) ықитувчига характеристика ёзади, у билан ишлаш жараёнида юзага келаётган қийинчиликларни баён қилади, консилиум олдига маълум талаблар қыяди, кузатиш кундалигини тылдириб боради.

Лозим былганда таклиф қилинган ижтимоий ташкилотлардан келган кишилар (тренер, тыгарак рахбари махалла кенгаши аъзоси ва бошқалар) ықувчи хақида ыз фикрларини билдиради ва зарур ишларни оширишни ыз быйнига олади.

Консилиум кенгаши бир ойда бир-икки марта ытказилади. Консилиум фаолияти ықув йили бошида бошланади. Билим юрти рахбарлари ва психолог бир йиллик режа тузади, ёрдамга мухтож ықувчилар рыйхатини тузади, асосий қилинадиган ишларнинг йыналишини аниқлайдилар.

Кенгаш уч боскичда утказилади:

1) Уқувчи хақидаги маълумотларни ва тахлил килиш (олинган маълумотлар, характеристика, ызлаштириш натижалари ва хоказо) ва уларга аниқлақ киритиш;

Назорат учун саволлар:

1. Консилиум нима мақсадда ташкил қилинади?
2. ПП консилиумнинг вазифалари нималардан иборат?
3. Ўсмир хулқидаги ўзгариш сабаблари нималардан иборат?
4. Хулқида ўзгаришларни баҳолашда қандай мезонларга асосланади?
5. ПП консилиумнинг асосий вазифалари нималардан иборат?
6. Консилиум ўқув ўйини қандай ташкил этилади?

Мавзу: МУНОЗАРА МЕТОДЛАРИ ВА УЛАРНИ ТАШКИЛ ЭТИШ.

Режа.

1. Мунозара методларининг ижтимоий психологик аҳамияти.
2. Кичик ва катта гуруҳларда мунозараларни ташкил этиш қоидалари.
3. Мунозара иштирокчилари бўлинган гуруҳлар.

Таянч сўз ва иборалар:

Мунозара, баҳс, диспут, генераторлар, катализаторлар, танқидлар, катта гуруҳ, компакт гуруҳ, гуруҳ, Курт Левин. Ўз-ўзини англаш, шахсиятпараслик.

Баҳс ва мунозара йўли билан турли ижтимоий муаммоларни ҳал қилиш масаласига қизиқиш асримизнинг 30-йилларидан бошланган, деб ҳисобланади. Чунки айни бу ҳодисага қизиқиш шу даврга келиб педагогика ва психология соҳаларига ҳам ёйилган ва бу ҳақда биринчи илмий психологик хулосалар қилган олим швейцариялик психолог Жан Пиажедир. У бола ижтимоийлашуви жараёнини ўрганар экан, унинг ўз тенгқурлари билан турли мавзуларда қиладиган мунозара ёки баҳслари ундаги эгоистик шахсиятпараслик мавқеининг сусайиши ва шу тариқа ўз-ўзини англаш билан бир қаторда ўзгалар мавқеларини англаш ва "ўзга шахс бўла олиш" қобилияти-тини ўстиришни аниқлади. Кейинчалик шунга ўхшаш тадқиқотлар соф ижтимоий психологик ҳодисалар доирасида ҳам ўрганила бошланди. Масалан, немис олими Курт Левин ҳам 40-йиллардаёқ гуруҳда кўпчилиكنинг ягона бир қарорга келишининг психологик табиатини ўргана-нар экан, унда ана шу гуруҳларда ўтказиладиган табиий мунозараларнинг ҳар бир шахс ижтимоий установакалари, қарашлари ва гуруҳга муносабатига бевосита таъсири борлигини исботлади. Унинг фикрича, гуруҳдаги мунозара ҳар бир шахснинг гуруҳий фаолиятга нисбатан мотивациясини ошириб, шу билан бирга ҳар қайси аъзонинг гуруҳий жараёнларга қўшилиши, ўз мавқеини англаш, ўзгаларга ниманидир дейиш каби эҳтиёжини оширади. Эркин, демократик тарзда фикр алмашиниш имконияти-нинг яратилиши муҳокама қилинаётган муаммо бўйича

гуруҳ аъзоларидаги фикрлаш жараёнини тезлаштиради, уларнинг ижтимоий мавқеларини янада фаоллаштиради.

К. Левин экспериментларининг реал ҳаётда қандай самара бериши бййича кейинчалик, яъни иккинчи жаҳон уруши йилларида синовлар ытказилган. Ыша йиллари бир гуруҳ аёлларга айрим озиқ-овқат маҳсулотлари, жумла-дан, балиқ консерваси ва паштетининг ҳам фойдали эканлиги, ҳар доим ҳам янги сыйилган мол ёки бошқа ҳайвон гыштини истеъмол қилиш шарт эмаслиги ҳақида чиройли ва ишончли маърузалар ықилган. Лекин эртаси куни ыша тингловчиларнинг 3 фоизигина дьконлардан юқорида тарғибот қилинган нарсаларни харид қилганлар. Бошқа бир аёллар гуруҳига эса айнан шу мавзуда муно-заралар ытказиш шароити яратилган. Кейинги куза-тишларнинг кырсатишича, мунозара қатнашчиларидан 32 фоизи ыша озиқ-овқат маҳсулотларига нисбатан ыз фикрларини ызгартирганлар ва таклиф этилган маҳсулот-ларни харид қила бошлаганлар.

Илмий нуқтаи назардан олиб қараганда, мунозара-ларнинг моҳияти ва аҳамияти қуйидагиларда изохланади: анъанавий маъруза тингловчилари таништирилаётган муаммога нисбатан тахминан бир хил нейтрал мавқени билдирадилар, яъни ыша мавзу юзасидан ызида тығри фикр мавжуд былган шароитда ҳам маърузачининг билдираётган фикрларини ишончлироқ ва асосланганроқ, деб ҳисоблаб, мавзу юзасидан шахсий фикрини паст баҳолайди. Агар баён этилаётган фикрлар мутлақо янги былса, унинг моҳиятига тыла тушуниб етиш ва тушуниш қийин, деган маънода яна фикрий пасайиш юзага кела-ди. Фикрлар тықнашувини тақозо қилувчи мунозарада эса қарама-қарши ёки монанд фикрларнинг борлигини анг-лаш ҳам шахсда ушбу фикрларга нисбатан анча фаол мавқени шакллантиради.

Мунозаранинг қандай яқунланишидан қатыи назар, яъни унда фикрлар кесишмаслиги ҳам мумкин ёки уларда маълум уйғунлик былиши кузатилади, бунда нима былган-да ҳам баҳсининг мазмуни шахсининг ижгимойй тасаввур-лари ва қарашларида мустаҳкам ырнашади ҳамда хоти-рада қолади.

Баҳсли мунозаранинг предмети ёки объекти сифатида маҳсус тарзда танлаб олинган муаммо ёки амалий фао-лиятда учрайдиган турли ҳодисалар ва қарама-қарши ғоялар қабул қилиниши мумкин. Масалан, 50 - йилларда инглиз шифокорлари Майкл ва Энид Балинтлар психотерапевтлар семинарини ташкил этиб, унда мунозара ва муҳокаманинг амалий аҳамиятини исботлашган. Улар ҳар куни клиникадаги врачларнинг тыпланишлари ва кундалик амалиётларида рый берган ҳодисалар, фактлар ҳақида маълумотлар бериб, кейин билдирилган фикрлар ызаро муҳокама қилинган. Шу туфайли турли шифокорлар таж-рибасида табиий ҳисобланган "ызбилармончилик"нинг олди олинган ва ҳозиргача

сақланиб қолган " 5 дақиқалик" шифокорлар йиғини пайдо бўлган. Шифокорлар ызаро фикр алмашинишлари туфайли маълум умумий фойдали қарорларга келишлари тиббиёт илми ва амалиё-тининг ривожига ижобий таъсир кырсатган.

Ҳар қандай шароитда ҳам шахснинг ыз бошидан ке-чирганларини ызгаларга айта олиши ва бошқа фикрларни қабул қила олиши катга ижтимоий аҳамиятга эга. Ыша Ғарб мамлакатларида кенг тарқалган "Т-гуруҳ"лар мето-ди ҳам айнан турли ҳаётий казусларни таҳлил қилиш во-ситасида фикрлар уйғунлигига эришиш ва шахсни тар-биялаш имкониятини яратади.

Мунозара методларининг ижтимоий психологик аҳа-мияти шундаки, улар ҳар бир шахснинг ыз нуқтаи назари-ни таҳлил қилишга имкон яратиб, ундаги ташаббускор-лик, мулоқотдаги билимдонлик ҳамда ыз ақлий потенция-лидан тылиқ фойдаланиш имкониятини беради. Яъни уш-бу туркум методларнинг вазифалари ҳам унинг аҳамиятли мақсадларидан келиб чиқади: а) мунозара қатнашчилари-ни реал вазиятларни таҳлил қилишга, асосий, муҳим нар-сани номуҳим нарсадан ажратишга ва муаммони англашга ыргатади; б) ызгалар фикри, гапириш маҳоратини кузатиш ва шу асосида улар билан ҳамкорликда ишлашга ундай-ди; в) муаммога тааллуқли ранг-баранг қирраларни ажра-тиш, улар моҳиятини англаш имкониятини яратади; г) муаммонинг турли муқобил ечимлари былиши мумкинли-гини намойиш қилади.

Айниқса, ахлоқий-маънавий мавзулардаги муаммоларни ҳал қилишда мунозаранинг роли катта. Бундай шароитда баҳслашувчиларнинг етуклик даражалари, ахлоқий қадриятларни англаш даражалари катта аҳамиятга эгадир. Ахлоқий-маънавий масапалар юзасидан мунозарани ташкил этувчи шахсга алоҳида талаблар қый-илишини таъкидлаш керак. Чунки у баҳслашувчиларга ҳеч қандай тазйиқ кырсатмаслиги, ҳар бир шахснинг эркин фикр баён этишига йыл қыйган ҳолда улар фикрларининг тамоман зидлашиб кетишига йыл қыймаслиги, мунозара-дан келиб чиқадиган хулосани ва қарорни гуруҳнинг ызи-га ҳавола қилиш лозимлигини унутмаслиги зарур. Бу усул мактабларда, турли билим масканларида, маҳалла қыми-талари иш фаолиятида, турли маслаҳат шоҳобчалари, ыспиринлар тарбияси борасида кенг қылланиши мумкин.

"Мунозара" ёки "баҳс" сызларининг моҳияти шундаки, улар доимо кишилар гуруҳини англатади, яъни ҳар қан-дай баҳс ёки мунозара гуруҳда мавжуд былади. Лекин ижгимой психологияда (асосан) гуруҳларнинг икки тури былиб, улардаги шахслар сони ва гуруҳнинг ҳажмига кыра, катта ва кичик гуруҳ турларига ажратилади. Ижти-мой психологик тренинглар ытказиладиган махсус гу-руҳлар "Т-гуруҳлар", деб юритилади. Лекин анъанавий "Т-гуруҳлар" кишилар сонининг озлиги ва бевосита му-лоқот

шароитларининг етарли эканлиги билан тавсифла-нади. Шундай былишига қарамай, кыпинча реал амалиётда психолог шундай гуруҳлар билан ишлашига тыгри келади-ки, ундаги одамлар сони белгилангандан кыпроқ былади. Масалан, ырта мактаблардаги синфлар, ықув юртларидаги академик гуруҳлар шулар жумласидандир. Шунинг учун ҳам биз бевосита компакт - 8-10 кишилик кичик гу-руҳларда ҳамда одамларнинг сони 20-30 киши былган гуруҳларда мунозараларни уюштиришнинг моҳияти хақи-да алоҳида тыхтаб ытамыз.

Шундай қилиб, Т-гуруҳларда мунозаларни ташкил этишнинг айрим ызига хос томонлари ва турлари мавжуд-дир.

Кичик, тор доиралардаги компакт гуруҳларда уюшти-рилган мунозараларнинг эркин мавзули, йыналтирилган ва аниқ сценарийли диспут турлари мавжуд былиб, бу танланган мавзуга ва мунозара гуруҳларининг мулоқот тажрибасига боғлиқдир ("диспут" сызининг луғовий маъ-носи "фикрляпман", "тортишяпман", деган маънони бил-диради). Кичик гуруҳлардаги мунозарадаги асосий нарса гуруҳ аъзоларининг танланган мавзу хусусиятига қараб,

ҳар бирининг ыз фикр-мулоҳазаларини охиригача баён этиш имкониятларининг борлигидир. Бундай гуруҳда бошловчи ҳам қаторда ытириб, мавзунинг ечими батамом ҳап былмагунча фаол мулоқотларнинг иштирокчиси былиши мумкин. Лекин асосий рол гуруҳнинг аъзоларига юкланганлигини ва бевосита ажрапиб чиққан норасмий лидер асосий баҳс юритувчи былиши мумкинлигини унутмаслиги зарур. Бундай гурунлар турли шароитда, кыпинча баҳс иштирокчилари учун табиий шароитларда ытка зилса, мақсадга мувофиқ былади.

Агар Т-гуруҳ одатдагидан каттароқ ҳажмда (масалан, 30 кишигача) былса, унда мунозарани уюштиришнинг ызига хос томони бор. Бу ҳолда баҳс гуруҳи шартли равишда аъзоларга аниқ мавқелари баён қилинган ҳолда 3 га былинади. Биринчи гуруҳ - "фикрларни жамловчи-лар" - генераторлар гуруҳи дейилади; иккинчиси "танқидчилар" ва учинчи гуруҳ "фикрларни тезлатувчилар катализаторлар" деб атапади. Ҳар бир ажратилган гуруҳнинг ызига хос функциялари бор: "генераторлар" ыртага ташлаган муаммо ёки баҳс мавзуси быйича ызларидаги барча фикрларни ыртага холис ташлайдилар. Гуруҳ аъзоларидан биридир уларни жамлаб, фикрлар иккига былинган тақдирда ҳам, уларни умумлаштириб баён этади. Сынгра ыйинга "танқидчилар" киришади. Уларнинг вазифаси - эшитган фикрларига танқидий муносабат билдириш, яъни танқидий нуқтаи назардан улар ичидаги "мағзни" ва "пучак" фикрларни саралаш. Шундан кейин вазиятга қараб, яна сыз "генераторлар"га ёки "катализаторлар"га берилиши мумкин. Билдирилган фикр ва

таклифларда мабодо ҳисобга олинмай қолган жиҳат-лар ёки ноёрин фикр бўлса, ёки моҳиятан шу мавзуга алоқадор бўлган, лекин иккала томон ҳисобга олмаган бирор жиҳат аниқланса, томонлар диққатини қаратиш керак, бўлса, баҳсни давом эттиришга рухсат бериш ва уни яқун қилиш тақозо қилинса, иккала гуруҳнинг ўйинига баҳо берган ҳолда мунозарани тўхтатиш - "катализатор-лар"нинг вазифасидир. Улар кўпинча иккала гуруҳ учун ҳолис арбитрлар - "ҳакамлар" рўлини ҳам ўйнашлари мумкин.

Мактабда бир синф доирасида ёки талабалар гуруҳи-да ахлоқий-маънавий мавзуда баҳс уюштирилганда, юқори-даги усулни қўллаш, имконияти бўлса, суҳбатдошларни учбурчак - берк стол атрофига тўплаш мумкин. Демак, баҳслашувчиларнинг фазовий жойлашишлари ҳам бу ўринда маълум аҳамият касб этади.

Катта гуруҳларда баҳс ёки мунозара уюштирилганда, бошловчининг роли айниқса каттадир. Чунки у ҳар бир гуруҳдаги тортишувлар ва фикр алмашинувларнинг бо-шида турмоғи, керак бўлса, улар фаолиятини мақсадга мувофиқ тарзда йўналтириб турмоғи лозим. Кичик гуруҳдагидан фарқли бўлароқ, катта гуруҳларда бошловчи у ёки бу ички гуруҳга ён босмаслиги ёки уларни ўзининг шахсий фикрига мажбуран эргаштирмаслиги керак. Акс ҳолда, у ўзининг фаолияти билан бошқалар ташаббусига салбий таъсир кўрсатиши ва баҳснинг йўналишини бузиб қўйиши мумкин. Шунинг учун катта гуруҳларда уюштириладиган мунозаранинг мавзуси олдиндан танланган ва унга бошловчи маълум маънода тайёр бўлиши шарт.

Назорат учун саволлар

1. Мунозараларни ташкил этишнинг психологик муаммолари.
2. Немис олими Курт Левиннинг мунозара ҳақидаги фикрлари.
3. Баҳсли мунозара ва унинг аҳамияти.
4. 5 дақиқалик шифокорлар йиғинининг мақсади.
5. Мунозара методларининг вазифалари.

Мавзу: БРЕЙНСТОРМИНГ ВА УНИ ЎТКАЗИШ

Режа.

1. Брейнсторминг ва унинг мақсади.
2. Брейнсторминг мунозаранинг алоҳида шакли сифатида.
3. Брейнсторминг ўтказиш қоидалари.
4. Брейнстормингдан таълим жараёнида фойдаланиш.

Таянч сўз ва иборалар:

Мунозара, брейнсторминг, А.Осборн, фикрлар жанги, фикрлар тўқнашуви, мияга ҳужум, тилга нима келса айтиш, мантиқий фикр, эркин ассоциациялар, настандарт фикр.

Мунозарапар юритишнинг яна бир шакли борки, унинг номини рус тилида "мозговая атака", инглизчасига -"брейнсторминг" (brain storming) деб аталади. Бизнинг тилимизда бу тушунчанинг аниқ аналогик таржимаси йўқ, лекин уни "мияга хужум" ёки "фикрлар тықнашуви", "фикрлар жанги" деб аташ мумкин. Методнинг психоло-гик моҳияти шундаки, оддий мунозарада баҳслашувчилар кыпроқ онгли, асосли фикрларни баён этишга ҳаракат қиладилар. Бунда эса баҳслашувчиларга мияга қандай срикр қўйилиб келса, уни танқидсиз ва асосламай эркин, "тилга нима келса" айтиш имконияти берилади. Бу нарса кыпроқ муаммо анча нотаниш, савол мураккаб ёки ноаниқ былган шароитларда қыл келади. Яъни, бунда "эркин ас-социациялар"га йыл берилади ва охир оқибат гуруҳнинг ызи маълум рационал "маъзни" ажратиб олади.

Бу усулни биринчи марта америкалик олим А. Осборн 30-йиллардаёқ таклиф этган ва йирик лойиҳаларни режа-лаштириш ва олдиндан унинг натижапарини башорат қи-лишда маълум ютуқларни қылга киритган эди. Лекин ке-йинчалик мутахассислар уни фақат ностандарт, ызига хос ечими былган вазифаларни муҳокама қилгандагина қыл-лаш мумкин, деган фикрни билдира бошладилар. Бироқ тығри ташкил этилган брейнштормингнинг амалий афзалликлари кып. Фақат бунда қўйидаги қоидаларга риоя қи-лиш керак:

1. Жумлалар жуда қисқа былиши керак, лекин уларнинг асосланиши шарт эмас.

2. Ҳар қандай жумла ёки фикр танқид қилиниши мумкин эмас, яъни фикрлар танқиддан ҳолидир.

3. Мантиқий фикрдан кыра, фантастик ёки қыққисдан, тасодифан мияда пайдо былган срикр муҳимроқ.

4. Фикр ёки билдирилган қисқа мулоҳаза қайд этилади.

5. Билдирилган фикр ёки ғоялар у ёки бу иштирокчиники, деб ажратилмайди, яъни улар - муаллифсиздир.

6. Фикр ёки яхши ғояларни танлаш алоҳида "танқидчилар" ёки гуруҳнинг норасмий лидерлари томонидан амапга оширилади.

Юқоридаги гуруҳ катта былганда баҳс уюштиришда ҳам генераторларга ушбу усулда ишлашга имкон бериш тажрибада яхши натижалар беради.

Брейншторминг, айниқса, 50-йилларда Америка ва Франция давлатларида турли технологик муаммоларни ҳал қилишда кенг қылланилган ва унинг натижалари кыплаб мақола ва китобларда умумлаштирилган. Лекин оммавий қыллашда айрим тортишувлар пайдо былдики, айниқса, ёшлар аудиториясида уни ишлатишдаги ноқулайлик борлиги аниқланди. Аммо барибир, юқорида таъкидлангандек, кишиларни фаол ижтимоий психологик мулоқотга тайёрлаш, ностандарт муаммоларни ечиш ва одамнй умуман

гуруҳга кыниктириш мақсадида ундан фойдаланиш мумкин ва бу жиҳатдан унинг қатор афзаликлари ва татбиқий аҳамияти мавжуд.

Брейншторминг методидида ы=итишнинг фаол услуги сифати дарс жараёнида ҳам фойдаланиш мумкин. Ы=итишнинг Янги омилкор усулларига былган эҳтиёж кун сайин ортиб бораётганлиги ҳам бир педагогдан изланувчанлик ва яратувчанликни талаб этади. Фикрлар жанги майдони методининг мощияти шахсда ыз-ызига тан=идий муносабат ырнига, ыз-ызига ишонч ва ижодкорликни тарбиялашдан иборат, чунки ыта тан=идийлик шахсининг ижодий фикрлашига тыс=инлик килиб уни чегаралайди. Ушбу усулда танди=ийликни камайтириш эвазига эркин ижодкор, бетакрор былиш ызига ва ызга \оаяларга тан=идий =арашни енгиш , ыз =обилияти ва ички имкониятларини ты\ри баццолаш каби сифатлар шақклантиради. Шунингдек, гуруццошларни =ыллаб-=увватлаш, ызаро ёрдамлашиш каби ижобий фазилатлар сингдирилади.

Брейнштромингнинг ҳам бир иштирокчиси самимият билан баццслашиш, эшитиш, савол бериш, ра\батлантириш кыникмасига эга былади. Маш\улот жараёнида тан=идга ырин йы=лиги ҳам бир иштирокчи учун ыз фикрини =ыр=май баён этиш имконини яратади.

Брейншторминг усулини маъруза ва Амалий Маш\улотларда =ыллаш тартиби алоццида эътиборни талаб =илади. Аввало талабалар олдиндан огоццлантирилади. Муццокама этилиши лозим былган мавзу эълон =илиниб, тегишли ы=ув адабиётлари тавсия этилади,чунки ҳам бир талаба маълум даражада тайёргарликка эга былиши зарур. Бу эса талабалар томонидан муаммонинг ечимини топиш имконини оширади. Дарс бошлангандан сынг ы=итувчи ызи томонидан тайёрланган муаммоли саволни ыртага ташлаб муаммоли вазиятни юзага келтиради. Муаммоли вазият талабааниннг мавзу юзасидан маълум даражада билимга эга былган бир ва=тда ыртага ташланган муаммо ечими жиддий фикр юритишни талаб =илшини англаб етган та=дирдагина юзага келади.

Шунда ы=итувчи талабалардан узо= ыйланмасдан, унинг ечимини тавсия этишни сыйради. Талабалар 1,5-2 да=и=а давомида ыз фикрларини баён этиши мумкин. Энг маъ=ул \оаялар ы=итувчи томонидан ёзиб борилади ва та=дирланади. Фикрлар жанги майдони фикрлар ва \оаялар л=ими тугаганда тыхтатилади.

Муаммонинг Ани= ечими топилмай =олган ццолатда ы=итувчи фикрларни умумлаштиради ва муаммонинг ечимини очиб беради. Шунингдек ы=итувчи дарс якунида талабаларнинг ижобий ва эркин фикрлашлари жараёнида нималарга эътибор =аратилганлиги ва =айси жиццатлар эътибордан четда =олиб кетганлиги ташлил =илинади. Бу эса талабаларни кейинги дарсларда янада эътиборлиро=, зийракро= былишга ундайди. Дарсда фикрлар жанги майдони иштирокчиларининг юзма-юз ытиришлари ма=садга мувофи=дир.

Назорат учун саволлар:

1. Брейнсторминг методининг психологик моҳияти.
2. Брейнстормингга қачон, ким томонидан асос солинган.
3. Брейнсторминг жараёнида нималарга рухсат берилади.
4. Брейнстормингнинг амалий аҳамияти.

Мавзу: ЫЙИН МЕТОДЛАРИ ВА УЛАРНИНГ ИЖТИМОЙ ФАОЛЛИКНИ ОШИРИШДАГИ РОЛИ

Режа:

1. Ыйин методлари ҳақида умумий маълумот.
2. Ыйин методларининг класификацияси ва уларнинг психологик моҳияти.
3. Болалар ва катталар ўйинларидаги умумийлик ва фарқлар.
4. Социал тренингда қылланиладиган ўйинларнинг асосий тури.

Таянч сыз ва иборалар:

Ўйин, катталар ўйини, болалар ўйини, ўйин психологияси, Д.Б. Эльконин, тақлид, хулқ-атвор, идентификация, импровизация, табиийлик, ҳиссийлик, операционал ўйинлар, "меҳмон-меҳмон", ҳаётӣй вазиятлар.

Илмий ва оммабоп адабиётда "ўйин" тушунчаси кенг маънода ишлатилади. Масалан, "актёрлар ўйини", "бола-лар ўйини", "бошқарув ўйинлари", "шахмат ўйини", "стратегик ўйинлар", "хаёл ёки фантазия ўйинлари" ва ҳоказо. Кипгина психологик тадқиқотлар айнан болалар ўйинларига бағишланган. Рус психологи Д.Б.Эльконин "Нима учун болалар ўйнайдилар?" деган саволга тилақонли жавоб топиш мақсадида ўзининг кып йиллик илмий изланишларини 1960 йили чоп этилган "Ўйин психологияси" ("Психология игры") номли китобида умумлаштирган. Унда муаплиф ўйинлар генезиси - келиб чиқиши, унинг моҳияти, бола тараққиёти ва

шахс шаклланишидаги ырни ва аҳамиятини ёритишга ҳаракат қилган. "Болалар, - деб ёзилган китобда, - ыйинда катталарнинг ижтимоий хулқ-атвориға тақлид қилиш йили билан улар фаолиятини қайтардилар" ("Психология игры) .",.1978). х

Юқорида таъкидланганидек, Луйинлар категорияси на-фақат болалар, балки катталар фаолиятига ҳам хос. Бо-лалар ва катталар ыйинларида қатор умумийликлар мавжуд: яъни, а) иккаласида ҳам роллар импровизация қилинади, бошқача қилиб айтганда, ҳаётда бор былган у ёки бу ҳаракатлар, хулқ-атвор шакллари қайтариледи; б) ыйин фаолиятидаги вазиятлар иккапа ҳолда ҳам шарт-лидир; в) ыйинда меҳнат ёки бошқа турдаги ижтимоий фаолиятнинг энг муҳим томонлари қайта тикланади; г) табиийлик, ҳиссийлик - эмоционал жиҳатларининг бор-лиги катталар ва болалар ыйинларига хос былган жиҳат-лардир.

в ыйиннинг энг муҳим аҳамияти шундаки, унда табиий-лик сифати былиб, бу нарса, айниқса, болалар ыйинида яққол сезилади, зеро, улар унда ызидаги кыплаб табиий эҳтиёжларни қондиришга ҳаракат қилади. Шунинг учун былса керак, маълум тараққиёт босқичида болалар ти-нимсиз ыйнайдилар, ундан чарчамайдилар ва бунда ҳеч қачон улар ыз шеригига маънавий зиён етказмайди. Бу нарсалар ыйиннинг шундай қирраси билан боғлиқки, унда хаёл, ҳиссийёт жараёнлари яққол тафаккурдан устун келади. Ижтимоий психологик аҳамиятга эга былган катталар ыйини эса асосан иккита вазифани бажаради: маълум ижтимоий билимларни эгаллаш;

- зарур ижтимоий установакарни шакллантириш. Лекин бундай ыйинларнинг табиий болалар ыйинидан фарқли жиҳатлари ҳам бор:

а)болалар ыйинларида ижтимоий роль ызлаштирилса, катталарникида бу роль янада мустаҳкамланади, такомиллашади; масалан, болаларнинг "меҳмон-меҳмон" ыйинларида меҳмон ва мезбон ҳаракатларига хос былган асосий қирралар ызлаштирилиб, тақлид асосида кыникмалар ҳосил қилинса, катталар шунга ыхшаш "ыйинларда" муомаланинг энг мукамал ва чиройли жиҳатларини мустаҳкамлаб, давр маданиятига хос хулқ-атвор шакллариға ырганадилар;

б) болалар ыйинларидаги роллар ҳаётий вазиятларни умумлаштирган ҳолда, умумий тасаввурлар воситасида қайтарилса, катталарда бу нарса аниқ вазиятлар ва яққол роллар воситасида амалга оширилади;

в)болалар ыйинлари маълум маънода стихияли жараён былса, катталар ыйинида ҳаётий қоидалар, нормалар, меъёрлар атайлаб ташкил қилинади ва унга махсус назоратчилар мураббийлар раҳбарлик қиладилар;

г)болалар табиий равишда ызлари кираётган ролни ҳиссий бошдан кечириб, ыйинга киришсалар, катталар кыпроқ у ёки бу

ролга ызини идентификация қилиб,
сунъий равишда киради;

д) катталар ыйинининг сифати ва самарадорлиги ыйновчининг ҳаётий кузатишлари ва шахсий тажрибасига бевосита боғлиқ болади, бу ыринда онглилик, ташаббускорлик ва эрудиция, яққол омилларни умумлаштириш каби сифатлар муҳим роль ыйнайди.

Ижтимоий психологик билимдонликни оширишга хиз-мат қилувчи ыйинлар асосан икки турга былинади. Бу -операционал ыйинлар ва ролли ыйинлар.

Операционал ыйинлар ыз моҳияти жиҳатидан, яъни ушбу фаолият мотиви, унда ақлий операцияларнинг иштироки ва ҳиссий кыриниши жиҳатдан муаммоли вазиятларни таҳлил қилишга ыхшайдй. Лекин айни тизимга туширилмаган, спонтан мунозарадан фарқли, унда ыйин-нинг умумий сценарийси былиб, оқибатда қабул қилина-диган қарорлар ижтимоий нормаларга мос келиши, "тыф" ёки "нотығри"лиги алогоритмик белгилаб қыйилади. Шунинг учун ҳам бундай ыйинларда ҳаёт синовларидан ытказилган, ижтимоий тажрибага асосланган вазиятлар ишлатилади. Масалан, ҳозирда кенг тарқалган ишбилар-монлик ыйинлар (деловъле игры) ёки бошқарув ыйинлари шулар жумласига киради. Агарда, бошлиқнинг ходимни қабул қилиши вазияти ыйналаётган былса, унда бошқарув тажрибасида илгари юз берган бир нечта альтернатив хулқ шакллари олдиндан келишилган ҳолда ыйналади ва шулар асосида ыйинга баҳо берилади. Чунки амалий ыйинларда шахслараро бевосита муносабатлар нисбатан чекланган былиб, уларда расмиятчилик элементлари кып болади.

Демак, амалий ыйинлар қуйидаги вазифаларни бажариши керак:

1. Қарор қабул қилиш билан боғлиқ былган типик ҳаётий вазиятларни моделлаштиради.

2. Профессионал фаолиятда учрайдиган хулқ-атвор шакллари ва мулоқотнинг турли қирраларини очиб беради.

3. Ижтимоий хулқда мавжуд былган янги қирралар быйича башорат килади ва профессионал фаолиятнинг янги хусусиятларини очади.

Кыпчилик, ыйин методларини ыйлаб топганларнинг ва-тани Америка деб ыйлайди. Лекин аслида уни биринчи марта амалий фаолиятда руслар - Россияда қыллашган. 1936 йилда ҳозирги Санкт-Петербург шаҳридаги Ишлаб чиқариш Академияси талабалари "Ишлаб чиқариш дасту-рининг кескин ызгариши муносабати билан саноатни қай-та қуриш" мавзусидаги ыйинни "Красньж ткач" номли фабрикада дам олиш кунлари ытказган эдилар. Унинг натижалари кейинчалик оммавий ахборот воситаларида муҳокама қилинган, лекин ыша пайтда фан мутассаддила-ри бу усулнинг моҳиятини тыла тушуниб, уни қыллаб-қувватламаган эдилар. Шунинг учун ҳам илмий

адабиёт-ларда Америкада ташкил этилган "Т-гуруҳлар" тажрибаси кыпроқ ёритилган.

Ҳозирги кунга келиб, 200 дан ортиқ операционал ыйинларнинг стандарт дастурлари былиб, улар ықув, ил-мий - тадқиқот, халқ хыжалиги мақсадларида ишлатилади.

Ҳар қандай операционал ыйинни ташкил этишда қуйидаги тамойилларга амал қилиш шарт:

Иш ыйинлари ижодий, профессионал тафаккурни ривожлантиришга хизмат қилади. Шунинг учун ташкилотчи муаммоли вазият ечимининг, унинг ижтимоий моҳиятини тренинг мақсадига мослигини аниқлаши ва хулосаларини ишлаб чиқаришга жорий этиши керак;

Ишлаб чиқариш жараёнлари ва профессионал фаолиятни моделлаштириш ва уни реал турмуш вазиятига яқинлаштириб, имитация қилишга эришиш зарур;

Тренингнинг тарбиявий жиҳатларини соф ыйиннинг ызидан юқори қыйиш мақсадга мувофиқ эканлиги;

4 Ыйин қонун-қоидалари ва нормаларининг барча учун тенглигини доимо ёдда тутиш лозим;

5. Мақсадга эришишнинг қатор диалоглар ва мульти-логлар (кып қиррали) тизимига боғлиқлиги тамойили.

Юкорида қайд этилган тамойилларга быйсунган ҳолда ыйинни ташкил этиш мутахассисларни ықитиш ва улар профессионал сифатларининг такомиллашувига хизмат қилади. Ҳар бир ижтимоий психологик вазият бир неча марта қайтариб ыйналгани учун ҳам иштирокчиларда бир вақтнинг ызида ҳам ыйинчи, ҳам кузатувчи былиш имко-ниятлари мавжуд.

Назорат учун саволлар:

1. Ыйин методларининг турлар ва хусусиятлари.
2. Катталар ыйинларининг вазифалари.
3. Болалар ыйинларининг ызига хослиги.
4. Катталар ыйинларининг хусусиятлари.
5. Операционал ыйинлар.

Мавзу: РОЛЛИ ЫЙИНЛАРНИ ТАШКИЛ ЭТИШ ТЕХНОЛОГИЯСИ.

Режа:

1. Роли ыйин жараёни.
2. Ролли ыйинларининг асосий вазифалари.

3. Операционла ыйинларнинг асосий тамойлари.
4. Ролли ыйинларини ташкил этиш технологияси.
5. ыйин жараёнида ролга кириш талаблари.

Таянч сюз ва иборалар:

Ролли ыйин, Ж.Морено, психологик вазият, режисёр, сценарий, психодрама, персонал, роллар алмашинуви, ыхшаш чехралар, амалий ыйинлар, экпамия, идентификация, мимика, пантомимика, бошловчи.

Ролли ыйинлар кенг тарқалган ыйин методларидан былиб, улар моҳият жиҳатдан маълум образларга кириш, ыша образга хос былган хиссийётларни ыз бошидан кечи-ришни тақозо этади. Шунинг учун ҳам немис олими ва мутахассиси Маргарет Форверг улардаги драматизация

элементининг борлигини, бу - "шахсга ызиди мавжуд былган ва ызгалардаги бегона образларни тузатиш - кор-рекция қилиш самарасидир", (Введение в марксистскую социальную психологию. 1972) деб ёзган эди. Муаллиф ролли ыйинларнинг уч асосий жиҳатларга ажратган:

- ыйиннинг эмоционал жиҳатдан мукамаллиги;
- унда идентификация ва эмпатия ҳодисаларининг ривожланганлиги;
- бошловчининг алоҳида, ызига хос мавқега эга эканлиги.

Ролли ыйинларнинг коррекцион ва амапий аҳамияти шундаки, уларда ҳар бир шахс ыз реал фаолиятига яқин былган вазиятларга туширилади ва шу орқапи унинг уста-новкалари ызгартирилади. Бунда ыйин иштирокчисининг ыша вазиятни хиссий ыз бошидан кечира олиши катта аҳамиятга эга. Ролга киришнинг эса қуйидаги талаблари мавжуд: а) китоб тилида гапирмаслик; б) мулоқотнинг барча кодлари ва сирларидан фойдаланиш; в) овоз хусу-сиятларига мунтазам эътибор бериш, яъни интонациялар, товушларнинг паст-баландлиги, овознинг эмоционаллиги бу ыринда ролни аниқроқ идрок қилишга имкон беради;

- г) мимика ва пантомимика элементларини кенг қыллаш;
- д) ҳар бир ҳолат ва туришни жонлантира олиш; е) вақт ва фазони доимо тушуниб, ҳис қилиб туриш; ж) бошловчининг ролга кирганлар ҳолатларини аниқ тушуниши ва уларга мос баҳо бериб туриши.

Рояли ыйинларда энг аввало иштирокчи шахс сифати-да ызлигини намоён қила бошлайди. Ролли ыйинларнинг ыз-ызини намоён қилиш ва шу орқали ыз хулқини тузатиш-га имкон бериши хусусиятига ыз вақтида америкапик олим **Жон Морено** ҳам эътибор берган ва ызининг пси-ходраматик техникасида унга катта аҳамият берган эди. Техниканинг моҳияти шундан иборат эдики, иштирокчи ички зиддиятларга бой вазиятни ызига ыхшаш шахслар билан биргаликда

ҳис қилиш ва ыйнаш орқали тылароқ ҳамда аниқроқ англайди. Ролли ыйинларнинг ижтимоий психологик аҳамияти ҳам айнан шу нарсага боғлиқ. Шунинг учун ҳам санъаткорлар, драматик актёрлар ыз маҳоратларини такомиллаштиришда шундай психотаҳлил

усулидан кенг фойдаланадилар, зеро, ызини англамагун-ча, ызга быллолмайди, ва аксинча "ызга былиш санъати" -ызликни англамоқдир.

Ушбу тамойилларни ҳисобга олган ҳолда Морено кейинчалик "гуруҳий психотерапия"ни ҳам ривожлантир-ди, унда ҳам индивиднинг гуруҳ ҳаётига кириб бориши, гуруҳ таъсирига берилувчанлик ыз ички ҳолатларини ва ызгалар руҳий кечинмаларини бевосита ҳис қилиш орқали рый берилишига алоҳида эътибор қаратган.

Ҳар бир ыйин бир неча дақиқадан тортиб, то 1-2 соат-гача давом этиши мумкин ва унда 2 кишидан тортиб, то 10 кишигача иштирок этади. ыйин жараёни қуйидагича кечади: аввал типик ижтимоий психологик вазият модел-лаштирилади: масалан, агар бу мактаб ҳаёти былса, ықи-тувчилар, ықув ишларини бошқарувчи ва ҳоказолар пер-сонаж сифатида ҳар бирининг мавқеи аниқланади ва иштирокчиларга муаммо моҳияти тушунтирилади. Барча тренинг аъзолари вазият билан танишиб чиқадилар ва муаммоли вазиятдан чиқишнинг мос, мақсадга мувофиқ йилларини қидирадилар. Бунда эътибор берилиши лозим былган асосий нарса - иштирокчиларни соғлом шахслара-ро муносабатларга ыргатиш. ыйин бошида бошловчи ҳар бир иштирокчига унинг шахсий истаги ва хусусиятини ҳисобга олган ҳолда аниқ пер-сонажларни былиб беради. Кейинчалик роллар апмашиниши мумкин, яъни ҳар бир ролни навбат билан бир неча киши ыйнаб чиқиши мумкин. Масалан, стипендияни одилонга тақсимлаш муаммосини ҳал қилаётган декан роли ёки қарздор, лекин моддий ёрдамга муҳтож талаба роллари бир неча марта ыйнали-ши мумкин ва охирида ҳамма бир былиб, ытган ҳодиса-ларни таҳлил қиладилар. Бунда кыпроқ у ёки бу шахснинг ролни қанчалик актёрона ыйнаганлиги эмас, балки ролга муносабат, вазиятдан чиқишда эмоциянинг иштироки ва ролни ҳис қила олганлик санъати таҳлил қилинади.

Ролли ыйинлар орқали катта аудиторияларда тинглов-чилар олдига нутқ сызлаш, турли ишлаб чиқариш вазият-лари ёки йиғилишларда низоли вазиятнинг олдини олиш малакаларини ҳам шакллантириш мумкин. Маълум ижти-мой малакани ҳосил қилиш учун тренинг қатнашчиси бир

неча ыйинларда иштирок этиши зарур. Моделлаштирила-ётган вазият максимал тарзда реал ҳаётга яқинлаштири-лиши, қатнашчиларнинг ёши, профессионал кыникмалари бунда ҳисобга олиниши керак.

ыйинларни ташкил этишда бошловчининг роли катта былиб, у ҳар бир иштирокчининг муаммо "ташқарисида" ёки муаммога четдан туриб баҳо беришга эмас, балки вазиятга "ичкаридан" баҳо бериш, унга ҳиссий киришиш-га ёрдам бериши лозим. Бунинг учун унинг

ызи ушбу вазиятни тыла билиши, гуруҳда яхши маънавий муҳитнинг былиши, ишонч, самимийликка эришиши, ызидаги барча қобилиятларни ишга солган ҳолда, иштирокчиларга ҳис-сий ёрдам бериб туриши шарт. Унинг асосий вазифаси -ҳар бир иштирокчини болаларга хос ҳиссиётлар билан ыйинга берилиб кетишига имконият яратишдир. Бу ыринда ижтимоий психологияда фарқ қилинадиган уч асосий ролнинг ырни ҳақида тыхтаб ытишимиз керак.

Ижтимоий ҳаётдаги ижтимоий психологик роллар асосан куйидагилардир:

"Катта" роли - у доимо йыл кырсаувчи, ақл соҳиби, у адашмайди, чунки унинг ҳаётдаги мақсадлари аниқ ва равшан, унинг таклиф ва фикрлари одатда бошқалар томонидан эътирозсиз қабул қилинади. Бу роль хусусида шуни яна айтиш мумкинки, ҳаётдаги "катта" ёшга эмас, кыпроқ шахсий тажрибага, ҳаётга индивидуал муносабат-га боғлиқ. Шунинг учун баъзан кичик ёшли бола ҳам ызини "катта"дай ҳис қилиши мумкин, бундайларни ҳаёт-даги лақаби - "ёш қари" ёки "кекса қари" былиб, уларда ыз-ызига баҳо ҳамиша юқори ва турмуш икир-чикирларига бефарқ былмайди.

"Ота-она" роли - ҳам мавқе ва ижтимоий моҳият нуқтаи назаридан каттага ышайди, лекин унда кыпроқ насиҳатгыйлик сифатлари меҳрибонлик, доимий ғамхыр-лик килиш фазилатлари билан уйғунлашади. Бу ролни ижро этиш учун никоҳга кириш ёки никоҳ ёшида былиш шарт эмас, у одамнинг дунёқараши, шахс сифати ва фа-зилатларига кыпроқ боғлиқ.

Учинчиси - "кичик" роли. Бу роль ҳаётда кыпроқ уч-райди ва унинг моҳияти шундаки, одам доимо ызгалар

панд-насиҳати ва кырсаатмаларига муҳтож былади, уни доимо бошқариш ва етаклаш керак. Билим савияси ёки ёшидан қатъи назар, "кичик" - доимо ызгалар ҳаракатла-рига тақлид қилиш, тез, асоссиз хулосалар чиқариш, ман-тиқсизликка ҳам йыл қыйиш иллатларига эга. Кыпчиликка кичик ролда былиш қулай, чунки у ыз ҳаракатлари ва га-пирган гапи учун масъулият ҳис қылмайди, бошқалардан андоза олишга ырганган.

Юқоридаги роллар моҳиятини назарий жиҳатдан бир-биридан фарқ қилиб, англаб олган тренинг қатнашчилари уларни турли вариантларда қыллашлари мумкин. Масалан, шундай ыйин вазиятини олайлик: эр ва хотин бироз иш-лаб топган жамғармапарини қай йысинда оқилона сарф-лаш устида бош қотирмоқда Юқоридаги уч рол нуқтаи назаридан келиб чиқадиган былсак, бу ролларнинг олтига ва ундан ортиқ вариантларини тренинг қилиш мумкин. Масалан, эр навбат билан ё "катта", ё "ота-она" ёки "кичик" былиб, пулни ишлатиш хусусида турлича фикр-мулоҳаза юритади, хотин ҳам турли ижтимоий ролдан келиб чиқиб, муносабат билдириши мумкин. Бир вазият: хотин оила лидери, унинг роли "катта" : "Аслида, адаси,

Сизнинг айтганингиз маъқул-ку, лекин мен бир нарса ай-тай. Шу пулларнинг оилага умуман наф келтирадиган, яхши нарсага сарфласак-да, биздан кейин болаларга ҳам қолса. Мен яхшилаб ыйладим - бу пулларга олган маъқул...". Иккинчи вазият: хотин "кичик" ролида - "вой, мен қаердан билай, бу пулларни нимага сарфлашни, ызингиз нима қилсангиз, қилаверинг, доим ызингиз билиб иш қилардингиз-ку..!?". Учинчи вазият: хотин "ота-она" ролида - "Мен сизга ишонаманки, тыпланган пулларни ызингиз, фарзандлар учун ишлатарсиз, фақат беҳуда сарф-харажат былмаса былгани. Менга қолса, албатта, уй-рызғордаги камчиликларга ишлатган былар эдим, сизга ҳам шуни маслаҳат бераман...". Шунга ыхшаш эркак ки-шининг мавқеи ҳам юқоридаги роллар нуқтаи назаридан ҳар хил былиши мумкин. Бошловчи ҳар бир иштирокчи-нинг ролни ҳис қилишига қараб, уни ана шундай тоифа-ларга былиши ва чиқмаган ролни яхшироқ ыйнашга чор-лаши ҳам эҳтимол. Иловада ана шундай роллардан наму-налар келтирилган.

Ролли ыйинларни ташкил этишда бир қатор қийинчи-ликлар мавжуд былиб, улардан энг муҳими - ыйин вазия-тининг катталар томонидан нотўғри идрок қилиниши, унга расмий тус берилиши ва катталарнинг "болалар" образ-ларига кира олмасликларидир. Ушбу барьерни (тысиқ-ларни) олиб ташлашда етакчининг ырни муҳим былиб, бир томондан, ролли ыйиннинг предмети былмиш ижгимой психологик вазиятни танлай олгани, иккинчи томондан, иштирокчилар олдига муаммонинг қыйилиши ва ҳар бири-нинг уни ҳис қилишга кымак бериши катта аҳамиятга эга.

Ижгимой психологик вазият ыз ичига қуйидагиларни олади: ыйиннинг сюжети, қыйилган ижтимой психологик муаммо, берилган шахслараро муносабатларнинг харак-тери. Демак, танланган вазият икки асосий талабга жавоб бериши керак: а) унинг мазмуни ва муаммонинг характё-ри реал борлиққа, ҳаётдаги вазиятларга тўғри келиши; б) унинг иштирокчилар учун аҳамиятли былиши. Агар шу жиҳатларга бошидан эътибор берилмаса, иштирокчилар-да тренинг ҳақида нотўғри тасаввур шаклланади, унинг мақсади тескари талқин этилади ва самара кутилгандай былмайди. Шунинг учун иштирокчиларни ыйин вазиятига тўғри йиналтириш, уларнинг ҳар бирида тўғри мотивация ва қизиқишни ҳосил қилиш бошловчидан ҳам тажриба, ҳам психологик малака талаб қилади. Ана шу жиҳатлар, ыйин мазмунининг қатнашувчиларнинг хотирасида узок муддатда сақланишига ва фаол установкаларга айлани-шига сабаб былади.

Ролли ыйинлар жараёни. Бу жараён баъзан психоло-гик амалиётда психодраматик сеанс деб ҳам аталиб, унинг асосчиларидан бири юқорида таъкидланганидек, Ж. Моренодир. Ыйин жараёнидаги асосий шахслардан бири - бошловчидан кейин

ижтимоий психологик вазият-нинг марказида турган шахсдир, уни илмий адабиётларда протоголист деб аташади. Унинг ижтимоий психологик вазиятдаги муаммо ҳамда зиддиятларни ҳал қилишдаги роли каттадир, чунки у айнан воқеаларнинг марказида туради. Унга ыз ролининг барча жиҳатларини ҳар томон-лама намоён қилиш ҳуқуқи берилади, бошқа роллар эса унинг табиатидан ва хусусиятларидан келиб чиқади. Яъни протоголист асосий муаммони элтувчи ва бошқаларни ызига эргаштирувчидир. Роллар ыйнаб былинганидан сынг унинг муҳокамаси бошланади, унда барча гуруҳ аъзолари иштирок этадилар ва уларнинг ҳар бири ызини протоголистнинг ырнига қыйиб кыришга ҳаракат қилиши керак. Психодрамада одам ызини турли ролларга кира олишини синаб кыради, яъни бунда интерперсонал тажрибанинг ошишига ҳамда ҳар бир шахснинг ызидаги ва бошқалар-даги установка ва муносабатларнинг ҳис қилинишига им-коният туғилади, масалан, эркак киши аёлни идентифика-ция қилиши, ёш одам қарини, бола - каттани, ва аксинча, роллар эгилувчанлиги ҳис этилади.

Классик психодрамада, айниқса, "режиссёр" ролидаги бошқарувчи шахсининг роли катта. У ҳам ыйинни "сахнага қыювчи", ҳам терапевт, ҳам психоаналитик ролини ыйнай-ди. Бутун ыйин давомида у ыйиннинг катализатори, ҳар бир ҳаракатнинг мувосриқлаштирувчиси, ролларни аниқ персоналлар шаклида иштирокчиларга былиб берувчидир. У ызининг бошқарувчилик ролини адо эта бориб, одамларни ижтимоий вазиятни ҳис қилиш ва ундан чиқиш чоралари юзасидан терапевтик кырсаатмалар бериб бора-ди. Ҳар бир сеансда ролларни алмаштирувчи ва протоголистни тайинловчи ҳам у ҳисобланади.

Ролли ыйинлардан кутилган самаранинг ижобий былишини таъминловчи бир қанча усуллар мавжуд. Маса-лан, улардан бири "роллар апмашинуви", деб аталиб, сеанс мобайнида протоголистар ва бошқа роль ишти-рокчиларининг ыринлари алмаштирилиб турилади. Маса-лан, биринчи кыринишда фаол протоголист былиб ыйнаган шахс, бошқа кыринишда қышимча персонаж ролини ый-наши, бир ҳолатда ықитувчи ролидаги одам, кейин эса ықувчи ёки ота-она былиши мумкин. Демак, ыша вазиятдаги ҳар бир персонаж ички дунёсига кириш - тыла маънода ыша вазиятни ҳис қилишига ва унга мослашишига ёрдам беради. Яна бир усул "ыхшаш чехралар", деб аталиб, унинг моҳияти шундаки, ыйиннинг янада таъсирчан ва самарапи былиши учун икки кишига олдиндан айнан бир хил рол берилади, биринчи босқичларда уларнинг ҳар бири айнан бир хил ҳаракатлар билан ролга навбатма-навбат кирадилар, фақат маълум босқичдагина уларга "ыз" ҳаракатлари йыналишини ишлаб чиқиш ва керак былса, уларга ызгартиришлар киритиши мумкин. Яна бир усул шуки, у "монолог" деб аталиб, бир шахсга маъқул даражада

Ыз хиссий-кечинмаларини тылиқ баён этишга имконият берилади. Яъни вазият, муаммо ва сценарий бошловчи томонидан берилади, фақат рол ыйновчи уни ызича хиссий кечинмаларга бойитиши ва шу орқали ҳар бир индивид рухий дунёсининг бойлигини ва ызига хослигини намоён қилиши мумкин. Бундан ташқари, ҳар бир ролли ыйин вазиятига мос ҳолда уни ташкил этишининг ызига хос шакллари ҳам былиши мумкинки, бу ҳам ыйин методларининг имкониятларини янада кенгайтиради. Ма-салан, "Сеҳрли магазин" ыйини шундайки, унга кыра, ыйин иштирокчилари турли характер хусусиятларини ифода-ловчи ролларни имитация қиладилар, масалан, бири -"ақл", иккинчиси - "ирода", учинчиси - "иффат" ва ҳоказо. Протогонист "сеҳрли дыконга" кириб ызиде етишмайдиған қадрият, яъни сифатни ызиде бор былған, унга "қадрсизроқ" сифатга алмаштириб кетиши мумкин. Ызини ызи таҳлил қилиб тарбиялаш дастурини ишлаб чиқишда бу ыйиннинг аҳамияти катта.

Шунга ышаш "нотаниш одам билан танишиш", "кела-жакни тасаввур қилиш", "ойнадаги акс" каби ыйинлар ҳам шахсининг ызини ызи рухий тах/тил қилиш ва ыз хулқ-атворини тузатишда катта аҳамиятга эгадир. Бу ыйинлар ыз олдиға қыйған мақсад ва мазмуниға кыра турлича былиши ва аниқ мақсадларға хизмат қилиши лозим.

Вазиятли тренингниң ҳаётдаги таъсирчан мисоли си-фатида АҚШ мактабларидан бириде ытказилған экспери-ментни келтириш мумкин. Ыша мактабда болалар ыртаси-де кенг тарқалған этник зиддиятларнинг олдини олиш учун қуйидаги иш амалға оширилған. Ықитувчи синф ықув-чиларини "кык кызлилар" ва "қора кызлилар" тоифасиға ажратған, "кык кызли" болаларни маълум вақт мобайниде тинимсиз қыллаб-қувватлаб, бошқаларни камситаверған. Вақт ытгач, унинг аксини қилған, яъни энди "қора кызли-лар" ҳар қандай қилмишлари учун фақат мақтов олишған. Шу эксперимент давомида ҳар бир гуруҳ вакили "эъзозланған"лар, "камситилғанлар"нинг аҳволи қандай былишини ыз бошидан кечиргани учун ҳам бир-бирларига нисбатан муносабатларда кыз ранги ёки қайси ижтимоқий тоифаға тааллуқлилиқ омили рухий муносабатларға таъсир қилмаслиги ҳақида хулоса чиқаришға ырганғанлар. Бу эксперимент "классик социодрама" ҳам деб аталади. Шунга яқин "педагогик психодрама" ҳам борки, унинг ёрдамида тарбияси оғир хисобланған болапарни тарбия-лашда фойдаланилади. Бу услубларнинг барчаси ыз моҳияти жиҳатидан ыйиндир, лекин улар кыпинча ҳаётий вазиятлар доирасида махсус шароитларда ытказилса, хулқ-атворнинг тузатилишиға эришилади.

Америкалик олим Э. Берннинг трансакт таҳлиллар ме-тоди ҳам шунга яқин, фақат унда одамларни ҳар бир ижтимоқий вазиятлардаги самарасиз (ножыя, беҳуда) ҳа-ракатлари тах/тил қилинади ва ыйин воситасида ишти-рокчилар тығри ҳаракатларға ыргатилади.

Шундай қилиб, ыйин методларини қиллаш соҳапарини ниҳоятда қип, улар доимо инсонни ҳаётида тығри мавқега эга былишга, ызи истаган, орзу қилган ҳаётий вазиятларни ызи яратишга ыргатади ва ундайди. Ыйиннинг ҳар қандай шаклини ташкил қилишда ва уни самарапи ытказишда, табиийки, тренерга ижтимоий психологик билимдонлик, ҳаётий тажриба, мулоқот санъати ва сабр-тоқат керак. Шунинг учун ҳам ыйинни ырганиш ва ызи билган нарса-ларни бировларга ыргатиш малакасига эга былган шахсга-на уни тығри ташкил қилиши ва психокоррекцион мақсад-ларга эришиши мумкин.

Назорат учун саволлар:

1. Ролли ыйин методи асосчилари.
2. Психодрама ва унинг аҳамияти.
3. Роллар алмашинувининг психологик моҳияти.
4. Ролли ыйинлар дастлаб қачон қилланилган.
5. Ролли ыйин самарасига таъсир этувчи, омиллари.
6. Ыйин методларининг вазифаси.

Мавзу: ПЕРЦЕПТИВ ТРЕНИНГ ВА УНИНГ ИЖТИМОЙ ПСИХОЛОГИК ХУСУСИЯТЛАРИ

Режа:

1. Перцептив тренингнинглар ҳақида умумий маълумот.
2. Перцептив тренингларни ташкил этиш шаратлари.
3. Перцептив тренинг босқичлари.
4. Сензитив тренингнинг ижтимоий аҳамияти.
5. Перцептив тренинг турлари.

Таянч сыз ва иборалар:

Перцептив тренинг, сензитив тренинг, рефлексия, киришиш босқичи, мод тоғи, музнинг эриши, ызгариш босқичи, кыр-кырона ишонч, ыз-ызини тушуниш, ызгарларни тушуниш, назарий сензитивлик, номотетик сензитивлик.

Юқорида таъкидланганидек, перцептив тренинг ҳам ижтимоий психологик тренингнинг бир шакли былиб, у ҳам энг аввало шахсни ыз-ызини тығри англаш ва тушуниш орқали бошқаларни тығрироқ баҳолашга ва улар билан мос муносабатлар ырнишга ыргатади. Ушбу тренинг турининг асл моҳияти шундан иборатки, унда иштирок этувчи шахс аввало ызидаги айрим ҳиссиётларни уйғотиш орқапи ыз қилмишларини ҳолисона баҳолаш ва шу орқа-ли ызгалар ички оламида рый берадиган ҳиссий-кечинмапарни англаш имкониятига эга былади, натижада ыз-ызини мукаммаллаштириш дастурини ишлаб чиқади. Перцептив тренинг жараёнида иштирок этувчилар ызлари ызгалар кыз ынгида қандай баҳоланишларини, ызгалар мавқеида туриб, ызларига тығри баҳо бериш (рефлексия) ва ыз хулқига ызгалардан бериладиган муносабатни ҳис қилмишга муваффақ быладилар.

Илмий адабиётларда перцептив тренинг баъзан сен-зитив тренинг ҳам деб аталади. Зеро, "сензитив" сызи-нинг маъноси сезгирликдир. Яъни сензитив тренинг машғулотларида одамнинг шахслараро муносабатларда намоён бўладиган ҳиссиётларга сезгирлиги ошади, улар-ни одилона ва оқилона баҳолаш қобилиятлари ортади.

Бу усул асримизнинг 50-йилларида юзага келган бўлиб, у асосан педагоглар, режиссёрлар, психотерапевтлар, психологлар томонидан турли меҳнат жамоалари раҳбарларини ёқитиш ва улардаги коммуникатив қобилиятларни ёстиришда қўлланилган. Машғулотларда иштирокчилар "ёзгапар оёқ кийимида юриш" вазиятига солиниб, шу орқали уларда бировлар билан мулоқотга киришганда эҳтиёт бўлиш ҳисси ва эмпатия тарбияланган. Усулнинг муҳим хусусияти шундаки, Т-гуруҳни ташкил этишда ва шахсий фаолиятни йиналтиришда қатнашчиларга максимал даражада эркинлик берилади. Бунда

ишлатиладиган энг ёзига ҳослик шуки, ёйин иштирокчиларига олдиндан нима бўлиши ҳақида деярли ҳеч қандай маълумот берилмайди. Уйин қатнашчилари гўёки коммуникатив вакуум ҳолатига туширилади ва бунда уларнинг ёзлари мулоқот фаолиятини ташкил этишларига тўғри келади. Шунинг учун ҳам бу жараённинг самарасига "синашлар" ва "хатоликлар" воситасида эришилади.

Шундай қилиб, перцептив тренингда иштирокчилар фаолиятида ақлий (интеллектуал) жараёнлардан кыра ҳиссиётлар, эмоциялар муҳим роль ўйнайди.

Машғулотлар бошланишидан аввал иштирокчиларга лидерлик, мотивация, шахслараро мулоқот, гуруҳий жа-раёнлар, шахс типлари ҳақида маърузалар ёқилади, амалий машғулотлар олдиндан ҳар бир иштирокчига ёзма матнлар бериб чиқилади, уларда ҳам маърузаларда кыга-рилган муаммоларга оид амалий хулосалар ва тавсиялар мавжуд бўлади. Буларнинг барчаси аслида умумий "фон" ролини ўйнайди ва қатнашчиларни ёйинга руҳий жиҳатдан тайёрлайди. Чунки ёйин даврида кып нарсалар яна ёзга-риб бориши мумкин.

Тренинг машғулотларида ыртача 6-15 киши қатнашади ва улар 2 суткадан тортиб то 4 ҳафтагача давом этиши мумкин. Гуруҳда турли ёш ва касб вакиллари бўлиши мумкин, имкони борича уларни шундай танлаш керакки, натижада улар бир-бирларини танимасликлари керак. Одатда перцептив тренинг машғулотлари бироз ғайри-табiiй шароитларда, яъни кундалик иш шароитларида, масалан, махсус тренировка марказларида, меҳмонхона-ларда, шаҳар ташқарисида, сайлгоҳларда ётказилади. Лекин охирги йилларда кып жойларда ташкил қилинаёт-ган ана шундай тренингларда касби бир ёки бир-бирига яқин кишилар гуруҳида ҳам ётказилмоқда ва у ижобий натижа берапти. Одатда машғулотлар "сессиялар", деб аталади ва уларга ижтимоий психолог ёки амапиётчи

пси-холог раҳбарлик қилади, лекин унинг роли ызига хос ху-сусиятга эга былади. Яъни у маърузалар ықишдан ташқари, ызаро мулоқотлар жараёнида "катализатор" сифатида гуруҳий жараёнларни фаоллаштиришга' бевосита арала-шиши ва мулоқотга табиий иштирокчи сифатида қышилиб туриши мумкин. Тренингнинг асосий талабларидан бири шуки, унда кундалик ҳаётда одатланиб қолинган мулоқот тизимлари, шахснинг ҳаётдаги мавқеи ёки обрысига эъти-бор беришлар мавжуд былмайди. Чунки иштирокчилар эркин мулоқот жараёнида ызларини бошқалар томонидан қандай идрок қилинаётганликларини англашлари ва шу орқали ызларини идрок қилишга муяссар былишлари ке-рак ва бу нарса кыпинча ыйиндан кейинги мунозараларда кыриб чиқилади.

Перцептив тренингнинг уч асосий босқичи мавжуд:

1. Киришиш босқичи. Бунда гуруҳ аъзолари ыртасида ызаро илик муносабатлар ырнатилиши, уларда эски установкалар ва қарашлардан қутулиш имконияти мавжуд былиши лозим. Шунинг учун былса керак, бу босқич "музнинг эриши" ҳам деб аталади.

2. Ызгариш босқичи. Бунда янгича сифатлар ва муносабатлар шаклланиши бошланади ва гуруҳ аъзолари бирбирлари билан яхши муносабатлар ырнатганлари сабабли бир-бирларидан тортинмайдиган быладилар.

3. Мустаҳкамланиш босқичи, образли айтилса, бу босқич "музнинг яна қайтадан қотиши" ҳам дейилади. Бунда гуруҳ тан олган ва маъқуллаган, шахс учун манфаатли сифатлар мустаҳкамланади ва янгича муносабатлар тизими шаклланади. Ҳосил былган тизим узок муддатли хотирада сақланади.

Перцептив тренингнинг иштирокчилари барча босқичлардан ытишлари шарт ва уларда қайси босқич-нинг қай даражада узок кечиши гуруҳ аъзоларининг шахсий хоҳишлари, ҳаётий тажрибалари ва истакларига боғлиқ. Масалан, кыпинча биринчи босқич қисқа муддатда рый беради ва аъзолар мунозаралар ёки ыйинлар восита-сида турли вазиятларга ызларини қыйиш орқали янги қа-рашларни шакллантиришга кып вақт сарф қиладилар. Пёрцептив тренинг ыйинларидаи бири - "Кыр-кырона ишонч" "слепое доверие" деб аталиб, унга кыра, ишти-рокчилар икки гуруҳга былинадилар. Биринчи гуруҳ аъзо-

ларининг кызлари боғланади ва уларни биттама-битта иккинчи гуруҳ аъзолари етаклаб, йыл кырсадиб боради-лар. Ыйин 10 минутгача давом этади ва бу даврда ишти-рокчилар гаплашмайдилар. 10 минутдан сынг роллар ал-машинади, энди бошловчи "кызи ожиз" ролида былади. Одатда биринчи босқичда кызи боғланган ыз бошидан оғир қисматни кечиргани учун ҳам шеригини етаклашда кыпроқ эҳтиёткор былиб, қыйнамай етаклай бошлайди. Кечирилган ҳиссиётлар ыйин тугагач, кенг муҳокама қили-нади. Бу ыйиннинг

ижтимоий моҳияти шундаки, у орқали бошлиқ ва быйсунувчи, ночор ва бахтли одамлар тоифа-ларининг руҳий кечинмалари таҳлил қилинади ҳамда ҳа-ётда тушкунлик ёки тажрибасизлик туфайли ночор ин-сонларга қандай муомалада бўлиш кераклиги ҳақида хулосалар чиқарилади.

Кыпинча шундай ыйинларда айрим шахслар сира гу-руҳга қышила олмайдилар, бу ҳам уларнинг жамиятдаги мавқелари ва одамларга муносабатларини яққол намоён қилади. Масалан, ана шундай ыйинларнинг бирида бир раҳбар ходим "Мен ҳеч кимга қышила олмаяпман, мени гуруҳ қабул қилмаяпти-ку?" - деб эътироф этган. Шунда гуруҳ аъзолари: "Тығри, Сиз ызингизни гуёки орамиздаги айғоқчидай тутаяпсиз, ызингизни катта олмай, ҳамма қа-тори тутинг" - деб унга танбеҳ беришган. Демак, ыша бошлиқ ишда ҳам янги ходимлар ёки янги шахслар билан тез "тил топишиб" кета олмайди, унда "субординация" касали бор. Ыйин мобайнида ыша шахсдаги ана шу иллат тузатилган.

Демак, сензитив ёки перцептив тренинг жараёнида гу-руҳ аъзолари ыртасида доимий "тескари алоқанинг" бўлиши катта аҳамиятга эга. Чунки иштирокчилар доимо турли вазиятларда ызининг ва ызгаларнинг хулқ-атворини кузатиши қонуниятига эга бўлади ва бунда шахснинг ызи-га хос сифатлари тарбияланади.

Умуман, сензитив тренингнинг ижтимоий аҳамияти шундаки, у, биринчидан, ыз-ызини ва ызгаларни тушуниш жараёнини тезлаяйиради ва бунда шахслараро идрок стереотиплари таҳлил қилинади; иккинчидан, гуруҳий жараёнларнинг ызига хос қирраларини ҳис қилиш, одатдаги кундалик мулоқотда воз кечиш мушкул бўлган "эго-ҳимоя" шаблонларидан қутулиш им"кониятини беради; учинчидан, бировларнинг дард-х,асратларини ҳис қилиш, ызларини эшитиш қобилиятини ыстиради; тыртинчидан, турли вазиятларда тығри ва аниқ саволлар бериш, зарур бўлса, уларга ызи ҳам жавоб бериш мапакапари ҳосил бўлади; бешинчидан, ызгаларни ва ызини танқид қилиш, мулоқотнинг вербал ва новербал усулларида самарали фойдаланиш ва уларни ызлаштириш содир бўлади.

Бу усулни назарий ва амалий жиҳатдан ырганиб чиққан АҚШ олими Г. Смит унинг қуйидаги турларини фарқлаган эди:

1. Кузатувчанликка асосланган сензитивлик. Бунда асосий нарса, шахснинг кузатувчанлик қобилиятига асосланган ҳолда нафақат ызининг, балки бошқаларнинг ҳам ҳар бир ҳаракати, нутқи, тана ҳаракатлари, мимикалари ва бошқа жиҳатларини ташқи томондан бевосита идрок қилиш ва кузатув тажрибасига таянган ҳолда ыз ҳаракатларини тузатиш имкониятини берувчи фазилатларга эга бўлишдир. Яъни инсондаги бу сифатлар кузатувчанлик қобилияти шундай фаол жараёнки, унда фақат кыриш органлари орқали қайд қилинган

ташқи объектларгина инобатга олинмай, балки бунда шахс кыришни хоҳлаган жиҳатлар ҳам онгда қайд этилади. Масалан, ызи ёқтирган одамда бевосита қайд этилмаган сифатлар ҳам эътироф этилиши мумкин. Айниқса, ыз-ызини кузатишга асосланган интроспектив усул ҳам бунда катта рол ўйнайди.

2. Назарий сензитивлик. Бу - шахснинг ызидаги ғоялар, назарий қарашларни ызгаларнинг ҳиссиётлари, фикрлари ва ҳаракатларини шарҳлаш ва баҳолаш учун ишлатиш қобилиятидир. Масалан, шахс типлари ҳақидаги назарий билимлар бизга ызгаларни осонроқ билишга ёрдам беради.

3. Номотетик сензитивлик. Атаманинг маъноси грекча "қонуний ырнатилган" сызидан келиб чиқади, яъни у ёки бу шахснинг ызини ва ызгаларни билиш ва уларнинг хулқига баҳо бериш учун ыша шахс мансуб былган ижтимоий гуруҳ вакилининг типик фазилатларидан фойдаланиш, унга хос былган образ ҳамда тушунчаларни ишлатиш

қобилияти - номотетик сензитивликдир. Демак, бунда шахс ызини ва ызгаларни аниқроқ баҳолаш учун ыша иж-тимоий гуруҳ вакилининг "умумлаштирилган образидан" фойдаланади.

4. Идиографик сензитивлик - "ызига хос" сызидан олинган былиб, номотетикдан фаркли ылароқ, у ҳар бир шахсни ызига хос идрок қилиш ва шундай имкониятдан фойдаланиш қобилиятидир. Бу қобилият "қайтарилмас, ызига хос шахс" тушунчаларидан келиб чиқади.

Сензитивликнинг барча юқорида келтирилган турлари, табиийки, алоҳида-алоҳида қилланмайди, амалиётда эса ўйинларни ташкил этишда уларнинг барчасидан оқилона фойдапанишгина самара беради. Шунинг учун ҳам улар ҳақидаги билимларга эга былиш, биринчи навбатда, бош-ловчи психологлар учун зарурдир.

Шундай қилиб, агар маърузалар тинглаш жараёнида шахс бошқаларнинг умуман олганда ызларини қандай тутишлари ҳақида тасаввурга эга былса, Т-гуруҳ/1арда уюштириладиган машғулотларда у ызининг жамиятда тут-ган ыринини англаш, бошқалар томонидан қандай идрок қилинаётганлигини ҳис қилиш, ызгаларнинг унга таъсири қандай былаётганлигини сезиш имкониятига эга былади ва шу орқали бошқаларга нисбатан муносабат тизимини мукаммаллаштиради. Синектика бу ыринда инсон тасав-вурларини янада ривожлантириш усули сифатида турли мутахассислар тыпланган шароитда бирор ижодий муам-мони ечишда шахс қарашларини қайта таҳлил қилиш усу-ли сифатида қышимча ёрдам беради. Масалан, бу ыринда "Робинзон" ўйининг ызига хос вариантини таклиф қилиш мумкин. Айтайлик, гуруҳ инсонсиз оролга тушиб қолган, мақсад, катта қайиқ ясаш ва оролни тарк этиш. Гуруҳ аъзолари барча йылар ҳақида фикрлашиб, ва миҳоят, 12 ой ичида шу оролдан чиқиб кетиш

дастурини ишлаб чиқадилар. сбиқрлар, таклифлар бажарувчилар ҳақидаги фантастик образлар ва яхлит тизим гуруҳда қўйлаб шахслараро муаммоларни йил - йылакай ҳап қилишни талаб қилади, натижада одамлар бир-бирларини янада яқиндан билиб оладилар.

Назорат учун саволлар.

1. Перцептив тренинглари яна қандай номланади?
2. Перцептив тренинг неча босқичдан иборат?
3. “Музнинг қайта қотиши” нимани англатади?
4. Сензитив тренингни қандай турлари мавжуд?
5. Номотетик сензитивлик нима?
6. Кузатувчиликка асосланган сензитивликка мисол келтиринг.

Мавзу: ИЖТИМОЙ ПСИХОЛОГИК ФАОЛ УСЛУБЛАРНИ МАҲАЛЛИЙ ШАРТЛАРАДА ҚЙЛЛАШ.

Режа:

1. Ижтимоий психологик тренингни тарбиявий аҳамияти.
2. Ижтимоий психологик тренингни ташкил этишнинг миллий жиҳатлари.
3. Ижтимоий психологик тренингни ташкил этишда жинс тафовутлари.
4. Шахсни ыз фикрни эркин баён этишга ыргатиш.
5. Миллий кадриятлар, миллий таъб ва дидни ҳисобга олиш.
6. Ақлий фазилатларни шакллантириш муаммолари.

Таянч сыз ва иборалар:

Расм-русум, анъана, урф-ордат, миллийлик, миллий дид, миллий таъб, психоэмоционал танглик, кадриятлар, роллар, катта роли, кичик роли, ота-она роли, ролни удалаш.

Маълумки, янгилик доимо айрим қийинчиликлар ва кишилар онгидаги тысиқлардан ытиб, ҳаётда ыз аксини топади. Ижтимоий психологик тренингни шахс тарбия-си, унинг ижтимоий вазиятларга тығри мослашиши, му-лоқот маданияти ва техникасининг ҳосил былишидаги аҳамияти чексиз. Лекин бунга ыхшаш технологиялар инсоний муносабатлар соҳасида янги былиб, уларни кенг амалиётга жорий этишда халқнинг психологияси, унинг минг йиллар мобайнида шаклланиб, халқ онги ва хотира-сида сақланиб, мустаҳкам ырнашиб кетган анъаналар, расм-русумлар ва одатлар қаторида ыз ыринини топишига алоқадор маҳаллий ҳамма миллий ызига ҳосликни ҳисобга олиш зарур.

Бу ыринда китобхон диққатини икки нарсага қаратиш ыринлидир. Биринчидан, ызбек халқи ва Ызбекистонда яшаётган бошқа миллат вакилларида асрлар давомида шаклланиб, сайқал топган муомала маданияти, одоб-ахлоққа алоқадор фазилатлар ва кадриятлар

борки, улар дунё цивилизацияси доирасида жуда юқори баҳоланиб келинмоқда. Лекин, ана шу олижаноб инсоний муносабатларда айрим жиҳатлар борки, улар айнан ижтимоий психологик тренингни ташкил қилиш ва ытказишда ызига хос хусусиятларни келтириб чиқаради. Масалан, ызгалар фикрига эргашиш, шахс ёши ва ҳаётий тажрибасини, жа-миятдаги обры-этиборни ҳар қандай шароитда ҳам ҳисобга олиш, танқид ёки ызини танқид қилишда юз-хотирлик фазилатлари, ыз ҳиссий кечинмаларини ызгалар олдида очик-ойдин изҳор қилмаслик, Европа стандартла-ри быйича ижтимоий психологик тренингни ташкил қилиш ва ытказишга монелик қилиши мумкин. Иккинчидан, халқнинг, айниқса, ёшларнинг янгиликларга интилувчанлиги, янги инновацион технологиялар, хорижий тилларни ырганишга интилувчанлиги ва бу борадаги ёшлар иқтидо-рини ҳисобга оладиган былсак, уларда жаҳон талаблари даражасида тренингларни фақат ёшлар аудиториясида ташкил этиш мақсадга мувофиқмикин, деган табиий савол пайдо бўлади.

Бизнинг фикримизча, ҳар қандай вазият ёки омил доирасида ҳам этнопсихологик ва ҳудудий ызига хосликлар ҳисобга олиниши зарур. Бу ыринда шу нарса ҳеч қандай эътирозсиз қабул қилиниши лозимки, ҳозирги даврда ықитиш ва таълим-тарбия тизимининг барча жаб-ҳаларида фаол ижтимоий психологик тайёргарлик усул-ларидан фойдаланиш ва фойдаланилганда ҳам унинг энг самарали, миллат психологиясига мос услубларни кенг тарғиб этиш ва амалиётларда жорий этиш лозим. Ызбе-кистон Республикасида кадрлар тайёрлаш быйича миллий дастурни амалга оширишда ҳам узлуксиз таълимнинг барча босқичларида фаол методлардан кенг қыламда фойдаланиш ызининг самарасини бериши шубҳасиз. Зеро, бугунги кунда билимдонликнинг энг муҳим жиҳатла-ридан бири ҳам ижтимоий психологик билимдонликдир. Бу нарса, айниқса, катталар фаолиятини тығри ташкил этиш ва уни ызгартириш борасида ыз ырнига эга.

Ижтимоий психологик тренингни ташкил этишнинг ҳу-дудий ва миллий жиҳатларини ҳисобга олиш деганда нималарни тушунамиз?

Биринчидан, ҳар бир тренингнинг мақсадига оидинлик киритилаётганда, унинг қайси тоифали кишиларга мылжалланганлигига қараб таҳлил қилиш. Масалан, айрим психодраматик ыйинларда катталар ва кичиклар, эркаклар ва аёллар, ҳатгоки, турли касб эгалари ва насаб вакиллари аралаш иштирок этилаверган. Лекин бизнинг шароитимизда агар катга ёшлилар билан ёшларни, ман-сабдорлар билан оддий фуқароларни, эркаклар билан аёлларни қышиб тренинг ытказиш режалаштирилса, у ызининг яхши самарасини бермаслиги мумкин. Бизнинг тажрибалардан шу нарса аён былдики, тренингни бошлашдаги кириш қисмида иштирокчилар ыртасидаги психоэмоционал тангликнинг олдини олиш учун эркин мулоқот ёки

хушомадлар қилиш машқлари ҳам аралаш жинсли аудиторияларда жуда қийинчилик билан кечди. Еки бошлиқ билан ходим бирга былган ҳолларда, ташаб-бус негадир доимо бошлиқ қилида қолаверади. Одатда роллар алмашинуви мавжуд былиб, улар сунъий равишда ызгартирилганда ҳам, улар хулқида тортинчоқлик, кынгидаги бор гапларни айта олмасликларни учратиш мумкин. Шунинг учун қисқа вақт оралиғида ытказилган тре-нингларда гуруҳ аъзоларини ызига мос тоифаларга қышиш жонлироқ мулоқотларга сабаб былди.

Иккинчидан, тренинга иштирокчиларнинг яшаш шарт-шароитлари, яшаш ҳудуди ҳам ҳисобга олиниши зарур. Масалан, шаҳар ва қишлоқ, ишчилар шаҳарчаси вакили билан дехқонлар ыртасидаги мулоқотлардан тез самара олиш ҳам осон эмас. Ҳаттоки, бундай тоифали инсонлар "тилига" хос жиҳатлар ҳам мавжудки, улар мулоқот пайтида қийинчиликлар ва руҳий англашилмовчиликларни келтириб чиқарди.

Учинчидан, ыйин усулларини Т-гуруҳларда қылашда ҳам кутилган натижага эришиш учун миллий қадриятлар, миллий таъб ва дид ҳисобга олиниши керак. Катгалар гуруҳида ыйинни ташкил этиш учун гуруҳ иштирокчилари-ни кыпроқ психоэмоционал кыникишларига имкон яратиш, бир-бирларини янада яхши таниб олишларига шароитлар яратиш зарур. Чунки бизнинг халқимизда бегоналар ол-дида ыз ҳиссиётларини яшириш, тортинчоқлик, истиҳола қилиш сифатлари борки, шу сабабли одам сунъий ыйин шароитига кыникиш учун маълум вақт талаб қилинади. Бундан ташқари, ытказилган кузатишлардан шу нарса маълум былдики, бир сеансда ыйнаган ролга тақлид қи-либ, уни қайтариш ҳоллари ҳам миллий психологияда шахсан маъқул былган хулқ шаклига тақлид қилиш ва таъсирланишдан келиб чиқади. Шунинг учун бу ҳолатнинг олдини олиш учун ыйинчиларга олдиндан турли вариантли хулқ-атвор шакллари ҳақидаги сценарийлар билан таништирилгани маъқул, акс ҳолда, кутилганидек, кып вариантли ҳаракатлар модели вужудга келмайди.

Тыртинчидан, азадан ызбек оиласи ва маҳаллалар фаолиятида устувор былган жиҳат шуки, аёллар ва эр-каклар алоҳида эталонлар билан тарбияланган ва кып ҳолларда улар фаолияти алоҳида-алоҳида ташкил этилган. Шунинг таъсирида былса керак, Т-гуруҳларда жинслараро аралашув рый берганда, эркин фикрлаш ёки ҳаракатлар ыз-ызидан чеклана бошлайди. Шунинг учун му-нозара, баҳс ёки ролли ыйинлар ташкил этишда ҳам жинсий ызига хосликлар инобатга олиниши ёки ыйинчиларни максимал тарзда фаоллик кырсатишлари мақсадида гуруҳлараро жинсий былинишларни ҳам ҳисобга олиш даркор. Экспериментал кузатишлар шуни кырсатдики, масалан, қизлар гуруҳи алоҳида ыйин шароитига қыйилганда, бемапол, эмоционал жиҳатдан бой тренинглар кырсатдилар, унда улар ҳам эркак, ҳам аёл, ҳам катта, ҳам кичик ролларига бемалол кира олдилар. Йигитларнинг

соф гуруҳида ҳам иккала ролни уддалаш холлари кузатилди. Лекин аралаш гуруҳлар шароитида бундай самарага эришиш учун кыпроқ вақт, психологик маҳорат ва қайта-ришлар талаб қилинди.

Бешинчидан, маҳаллий шароитда шахсинг эркин ыз фикрини охиригача баён этишга ыргатиш маълум қийин-чиликлар билан рый беради. Чунки халқ онгида ызгалар фикри билан ҳисоблашиш, "обрыли бировнинг" ишига тақлид, ықитувчи айтган фикрни танқидсиз қабул қилиш . аънаалари мавжуд. Бу жиҳат ҳам самарали тренингни мақсадга мувофиқ тарзда ташкил этишга кыпинча тысиқ былади.

Шунинг учун ҳам Ызбекистон шароитида ижтимоий психологик тренингни ташкил этишга жуда пухта тайёр-гарлик кыриш, гуруҳларни шакллантиришда ёш, жинс ва мавқега боғлиқ жиҳатларни ҳисобга олиш, машқлантиришни (тренировкаларни) маълум маънода узоқроқ муд-датли қилиб ташкил этишга эътибор бериш зарур. Ай-ниқса, бу ыринда бошловчи-тренер шахсига бериладиган эътибор катта. Чунки, агар у кыпроқ ташаббускорлик қилиб, ыз "эрудициясини" намоён қилиб қыйса, мунозара қисқа былиши, ёки тажрибасизлиги аён былиб қолса ҳам мулоқот самарасиз яқунланиши мумкин. Шунинг учун ҳам У жиддий таёргарликдан ытган, тренинг тажрибасига эга былган малакали мутахассис былиши мақсадга мувофиқ. У нафақат айрим шахслар ва гуруҳлар психологиясини, балки миллий психологияни махсус равишда ырганган, ыта кузатувчан ва билимдон шахс былиши жоиз.

Ызбекистонда мавжуд былган психологлар тайёрловчи олийгоҳлар ыз дастурлари доирасида*ана шундай наза-рий ҳамда амалий малакаларга эга былган мутахассис-ларни тайёрлашга алоҳида эътиборни қаратмоқлари, педагогика олийгоҳлари ва бошқа йыналишдаги ықув юртларида ҳам ижтимоий психологик тренернинг ыша ихтисосликка алоқадор машқларини ықув дастурларига кири-тиш лозим.

Фақат шундагина, биз синфга кириб ықувчилардан чычимайдиган, бапки улар фаолиятини илмий жиҳатдан тығри ташкил эта оладиган билимдон ықитувчиларни, ыз жамоасидаги ҳар бир аъзо билан, бошлиқ ёки быйсунувчи ходим (тобе одамлар) билан тығри муносабатлар ырната оладиган зиёли шахсларни ижтимоий фаолиятнинг турли соҳаларига олдиндан қисман тайёрлаган быламиз. Шу нарсани яна ҳисобга олиш лозимки, ИПТлар меҳнат жамоаларидаги ижтимоий ходимлар - психолог, социолог ва бошқаларнинг ҳам одатий ишларидан бирига айланиши, жойлардаги мутахассисларни психологик коррекция қилишда тренинглардан унумли фойдаланиш керак. Ана шундагина, мамлакатимизда демократик жараёнларга одамларни ва яхлит гуруҳларни тайёрлаш иши янада жадаллашади ва шарқона демократик тамойиллар ҳар бир шахсинг онги (шуури)га айланади.

Назорат учун саволлар:

1. Ижтимоий ходисаларни халқ онгига синдиришнинг психологик масалари.
2. Кишиларининг ҳнгиликка нсибатан муносабати.
3. Миллий хусусиятлар нима?
4. Миллий қадриятлар нима?
5. Миллий онгинг хусусиятлари нималардан иборат?

Мавзу: ИЖТИМОЙ ПСИХОЛОГИКТРЕНИНГНИ ТАШКИЛ ЭТУВЧИ ШАХСЛАРНИ ТАЙЁРЛАШ.

Режа:

1. Ижтимоий психологик тренингни ташкил этиш муаммолари.
2. Тренер шахсига қўйиладиган талаблар.
3. Тренернинг асосий вазифалари.
4. Ижтимоий психологик тренинг муваффақиятнинг шартлари.

Таянч сўз ва иборалар:

Тренинг, тренер, бошловчи, мутахассис, ызгалар психологияси, шахсий фазилатлар, эмпания, эгилувчан ақл, ызига ишонч, эътиқод, қарор қабул қилиш, коммуникатив қобилият.

Ижтимоий психологик тренинг инсонлар ыртасидаги соғлом муносабатларнинг билишига эришишни мақсад қилиб қыяр экан, уни ытказувчи, уюштирувчи шахс ва унинг ыз ишини мукаммал билиши фаолият самарасини таъминловчи асосий омиллардан биридир. Тренинг ытказувчига қўйиладиган асосий шартлардан ва талаблардан бири шуки, у мулоқот жараёнининг барча қирраларини профессионал даражада мукаммал эгаллаган билиши керак. У ҳам былса - назарий билимларни бево-сита амалиётда, тренинг жараёнида цыллай олишидир. Уларни одатда тренерлар, инструкторлар, бошловчилар, деб аташади. Демак, тренинглар уюштирувчи муассаса ёки ташкилотда энг аввало эътибор берилиши зарур былган нарса ҳам шуки, у ерда ижтимоий психологик тренингни олиб борувчиларни ықитиш, тайёрлаш, улардан мутахассис этиштиришдир. Тренер шахсига қўйиладиган талаблар қуйидагилар: 1) у аввало ызгалар шахсига хос былган психологик хусусиятларни жуда яхши билиши ва бунда инглизлар айтганидек, "Ызгалар психологиясини билиш - улар устидан хукмронликнинг бир шаклидир", деган нақлни эсдан чиқармасликдир; лекин бунда педагогик альтруизм, яъни ызгалар манфаатини ызиникидан устун қўйиш хислати мавжуд билиши керак; 2) ызининг шахсий фазилатлари ва психологиясини мукаммал билиши ва уни бошқара олиш қобилиятига эга билиши зарур;

3) ҳар қандай чигал ёки зиддиятли вазиятлардан чиқиб кетишгина эмас, балки унинг олдини ола билиш, вазият тығри келганда эса уни бартараф этиб, иштирокчиларга тығри маслаҳат бера олнш;

4) эмпатия, яъни ызгалар хо латларини чуқур хис қила олиш қобилиятининг мавжудлиги;

5) ызгарувчан, мосланувчан ақл соҳиби былиш, кутилмаган ҳолатларга ызини олдиндан тайёрлаш, ызини йықот-гласлик;

6) ыз хатти-ҳаракатларини доимо маълум маром-да ушлаш ва керак былса ызидаги моторикани ривожлан-тира олиш;

7) ызгалар нутқи, реакцияларини аниқ тушу-ниш ва тинглаш, мимика ва ҳаракатлар моҳиятини тўғри талқин этиш ва тушуниш;

8) тингловчилар ва ыйин ишти-рокчиларининг эҳтиёжлари ва қизиқишларига қарши бор-маслик;

9) режалаштириш қобилиятининг былиши, бунда олдинда кутилаётган жараённинг барча муҳим ва ному-ҳим жиҳатларини олдиндан тахминан былса ҳам, тасаввур қилиб, аниқ режа туза олиш;

10) ызига ишонч, эътиқод-нинг мавжудлиги, реал тафаккур ва ироданинг былиши .

Бошловчи тренернинг асосий вазифалари ҳам унинг шахсига қыйиладиган талаблардан бевосита келиб чиқа-ди. Яъни, у аввало таълим дастурига эга былиши керак. Дастурга мос сценарийлар танлай билиши, уларни керак былса, ҳар бир аниқ ҳолат ва вазиятга мослаштириши, машғулотларни ташкил қилишда ҳам ушбу ҳолатларга эътибор қаратиши шарт. Қатнашчиларнинг еши, жинси, касбий малакалари, маданияти даражаси ва эҳтиёжлари-га мос равишда дастур ва сценарийларга ыз вақтида туза-тишлар' киритиш қобилиятига эга былиши, машғулотлар шакли, вақти, жойини ҳам юқоридаги омилларга мос ра-вишда танлаши уларнинг самарадорлигига бевосита таъсир қирсатади. Имконият борича, тингловчиларни машғулотлар бошланишидан аввал мавзу быйича ёзма матнлар билан таъминлаши ва маърузаларни иложи бо-рича, ызи ықиб, амалий машғулотларга ҳам бегоналарни жалб қилмагани маъқул. Чунки бу ерда "нимага ыргатиш" ва "қандай ыргатиш" деган саволларга жавобгар шахс бир киши былса, ҳаракатларда уйғунлик былиши мумкин.

Ижтимоий психологик тренинга бошловчи ролига дуч келган шахсларни жалб этиб былмайди. Чунки машғулот-ларни ытказувчи махсус танловларда иштирок этган были-ши ва унда унинг коммуникатив маҳррати, ыз-ызини на-зорат қила олиш қобилияти, босиқлиги, ҳиссиётларнинг муқобиллиги, уларга маълум маънода турғунлик хос были-ши шарт. Танловни умуман холис экспертлар ытказиб, тренерларни тайёрлаш курслари ҳам иисбатан узок муддатга мылжалланган машғулотлар тизимидан иборат былади. ИПТда самарали мулоқотга э(зишиш учун қуйидаги омиллар ҳисобга олиниши мақсадга мувофиқ:

а) мақсаднинг аниқ былиши, унинг бошловчи ва иштирокчилар томонидан бир хил идрок қилиниши ва тушунилиши. Демак, бу

ыринда гурухий ва индивидуал мақсадлар ыртасидаги мослик ва келишувнинг мавжудлигига эътибор қаратилиши шарт;

б) икки томонлама мулоқотнинг мавжудлиги, яъни фикр ва ҳиссий кечинмаларнинг аниқлиги, очиқлиги ва ростгыйлик тамойилларига эътибор бериш;

в) фаол иштирок ва гуруҳдаги лидерликнинг аъзолар ыртасида тенг тақсимланишига эришиш, яъни гуруҳда яққол кызга ташланган лидер ёки доимо ыз ҳиссий кечинмаларини ва иродасини бошқаларга ыкказишга ҳаракат қилаётган шахснинг былмаслиги;

г) таъсир кырсатиш ёки рухий тазйиқнинг иштирокчилар билимлари, қобилиятлари ва малакаларига асосланиши, лекин бунда бошқаларнинг камситилишига йыл қыймаслик;

д) қарор қабул қилиш ва мунозараларни яқунлаш босқичларида вазиятга қараб, бошловчининг ташаббусни ыз қылига олиш ҳуқуқидан фойдаланиш;

е) баҳс ва тортишувларга доимо тығри, оқилона, одилона, конструктив тус бера олиш, бу омил иштирокчилар ташаббусларини қыллаб-қувватлайди ва уларда шаккланадиган сифатларнинг мустаҳкамланишига замин ҳозирлайди;

ж) гуруҳ фаолиятининг самарадорлиги масаласи ҳам ыша гуруҳ аъзолари томонидан баҳоланиши ыйин ёки мунозарани яна давом эттириш ёки тыхтатиш масаласига ойдинлик киритади, акс ҳолда бошловчи бу масъулиятни ыз быйнига олса, унда гуруҳ ыз фаолиятидан қониқмай қолиши мумкин.

з) Т-гуруҳ аъзоларининг максимал тарзда ызини кырсатиш, ҳаттоки, ызидаги яшириш эмоцияларни ва янги ликларни рый-рост намоён этишга ундаш лозимки, токи у ҳар қандай шароитда ҳам ыз индивидуаллигини кырсатиш қобилиятига эга былсин.

Шундай қилиб, ижтимоий психологик тренингнинг са-марадорлиги бир томондан, иштирокчиларнинг фаол қатнашишлари ва ызларини эркин ҳис қилишларига боғлиқ былса, иккинчи томондан, бу нарса, бошловчи -тренер шахсининг хусусиятларига бевосита боғлиқдир. Шунинг учун ҳам тренер ёш былса ва унда ижтимоий пси-хологик тренинг ытказиш тажрибаси етишмаса, у ызига хос ва мос аудиторияни топиб ишлаши, бирданига катта-лар гуруҳида, номаълум кишилар билан ишлашдан ызи-нинг тийиши керак. Чунки агар у ыз амалий фаолияти бошидаёқ мағлубиятга учраса, кейинчалик у ҳеч қачон тренинг машғулотлари ытказа олмаслиги мумкин. Бу унда шахсий тушкунликни келтириб чиқариб, ызи ёрдамга муҳтож былиб қолади. Бошловчи ҳам ыз фаолиятининг амалга оширишида юқорйда таъкидланганидек, ИПТнинг турли шаклларида ызига маъқулроқ туридан бошлаши мумкин. Масалан, ызидан ёш былган болалар

гуруҳида турлича осон ыйинлар ташкил қилиш, савол-жавоб гуруҳларини уюштириш, думалоқ стол атрофида турли ҳаётӣ казусларни муҳокама қилишга ыргатиши мумкин. Чунки, психодраматик ыйинлар, айниқса, социодрамалар шахсдан юксак касбий сифатларни, инсонлар билан иш-лаш тажрибасини талаб қилади. Бошловчидан талаб қи-линадиган психологик профеесионализмнинг асл моҳияти шундаки, у одамлар кызига ва хатти-ҳаракатига қараб, уларнинг ният-истакларини, тренингда иштирок этиш қо-билиятини тахминан олдиндан чамалай олиши ва ыйин давомида моҳирлик билан улар ҳаракатини зимдан бош-қариш қобилиятига эга былиши шарт. Шунинг учун махсус ижтимоий психология курсларида таҳсил олмаган, профессионал тайёргарликка эга былмаган шахслар тренинг-ни бошқара олмайдилар. Бундан ташқари, бошқарувчи шахслардан фидойилик, ыз манфаатини ызгаларниқидан пастроқ қыйиш, сабр-чидам, тезкорлик, фаҳм-фаросат сифатлари талаб қилинади. Бу сифатлар, маълумки, нафақат назарий тайёргарлик асосида, балки кыпроқ ҳаётӣ мулоқот ва ижтимоий фаолиятнинг мураккаб турларида фаол иштирок этиш натижасидагина қылга киритилади.

Маълумки, янгилик доимо айрим қийинчиликлар ва кишилар онгидаги тысиқлардан ытиб, ҳаётда ыз аксини топади. Ижтимоий психологик тренингнинг шахс тарбия-си, унинг ижтимоий вазиятларга тығри мослашиши, му-лоқот маданияти ва техникасининг ҳосил былишидаги аҳамияти чексиз. Лекин бунга ыхшаш технологиялар инсоний муносабатлар соҳасида янги былиб, уларни кенг амалиётга жорий этишда халқнинг психологияси, унинг минг йиллар мобайнида шаклланиб, халқ онги ва хотира-сида сақланиб, мустаҳкам ырнашиб кетган анъаналар, расм-русумлар ва одатлар қаторида ыз ырнини топишига алоқадор маҳаллий ҳамма миллий ызига хосликни ҳисобга олиш зарур.

Бу ыринда китобхон диққатини икки нарсага қаратиш ыринлидир. Биринчидан, ызбек халқи ва Ызбекистонда яшаётган бошқа миллат вакилларида асрлар давомида шаклланиб, сайқал топган муомала маданияти, одоб-ахлоққа алоқадор фазилатлар ва кадриятлар борки, улар дунё цивилизацияси доирасида жуда юқори баҳоланиб келинмоқда. Лекин, ана шу олижаноб инсоний муноса-батларда айрим жиҳатлар борки, улар айнан ижтимоий психологик тренингни ташкил қилиш ва ытказишда ызига хос хусусиятларни келтириб чиқаради. Масалан, ызгалар фикрига эргашиш, шахс ёши ва ҳаётӣ тажрибасини, жа-миятдаги обры-этиборни ҳар қандай шароитда ҳам ҳисобга олиш, танқид ёки ызини танқид қилишда юз-хотирлик фазилатлари, ыз ҳиссий кечинмаларини ызгалар олдида очиқ-ойдин изҳор қилмаслик, Европа стандартла-ри быйича ижтимоий психологик тренингни ташкил қилиш ва ытказишга монелик қилиши мумкин.

Иккинчидан, халқнинг, айниқса, ёшларнинг янгиликларга интилувчанлиги, янги инновацион технологиялар, хорижий тилларни ырганишга интилувчанлиги ва бу борадаги ёшлар иқтидо-рини ҳисобга оладиган бўлсак, уларда жаҳон талаблари даражасида тренингларни фақат ёшлар аудиториясида ташкил этиш мақсадга мувофиқмикин, деган табиий савол пайдо бўлади.

Бизнинг фикримизча, ҳар қандай вазият ёки омил доирасида ҳам этнопсихологик ва ҳудудий ызига хосликлар ҳисобга олиниши зарур. Бу ыринда шу нарса ҳеч қандай эътирозсиз қабул қилиниши лозимки, ҳозирги даврда ықитиш ва таълим-тарбия тизимининг барча жаб-ҳаларида фаол ижтимоий психологик тайёргарлик усул-ларидан фойдаланиш ва фойдаланилганда ҳам унинг энг самарали, миллат психологиясига мос услубларни кенг тарғиб этиш ва амалиётларда жорий этиш лозим. Ызбе-кистон Республикасида кадрлар тайёрлаш бўйича миллий дастурни амалга оширишда ҳам узлуксиз таълимнинг барча босқичларида фаол методлардан кенг қыламда фойдаланиш ызининг самарасини бериши шубҳасиз. Зеро, бугунги кунда билимдонликнинг энг муҳим жиҳатла-ридан бири ҳам ижтимоий психологик билимдонликдир. Бу нарса, айниқса, катталар фаолиятини тығри ташкил этиш ва уни ызгартириш борасида ыз ырнига эга.

Ижтимоий психологик тренингни ташкил этишнинг ҳу-дудий ва миллий жиҳатларини ҳисобга олиш деганда нималарни тушунамиз?

Биринчидан, ҳар бир тренингнинг мақсадига ойдинлик киритилаётганда, унинг қайси тоифали кишиларга мылжалланганлигига қараб таҳлил қилиш. Масалан, айрим психодраматик ыйинларда катталар ва кичиклар, эркаклар ва аёллар, ҳатгоки, турли касб эгалари ва насаб вакиллари аралаш иштирок этилаверган. Лекин бизнинг шароитимизда агар катга ёшлилар билан ёшларни, ман-сабдорлар билан оддий фуқароларни, эркаклар билан аёлларни қышиб тренинг ытказиш режалаштирилса, у ызининг яхши самарасини бермаслиги мумкин. Бизнинг тажрибалардан шу нарса аён бўлдики, тренингни бошлашдаги кириш қисмида иштирокчилар ыртасидаги психоэмоционал тангликнинг олдини олиш учун эркин мулоқот ёки ҳушомадлар қилиш машқлари ҳам аралаш жинсли аудиторияларда жуда қийинчилик билан кечди. Еки бошлиқ билан ходим бирга бўлган ҳолларда, ташаб-бус негадир доимо бошлиқ қылида қолаверади. Одатда роллар алмашинуви мавжуд бўлиб, улар сунъий равишда ызгартирилганда ҳам, улар ҳулқда тортинчоқлик, кынг-лидаги бор гапларни айта олмасликларни учратиш мумкин. Шунинг учун қисқа вақт оралиғида ытказилган тре-нингларда гуруҳ аъзоларини ызига мос тоифаларга қышиш жонлироқ мулоқотларга сабаб бўлди.

Иккинчидан, тренинга иштирокчиларнинг яшаш шарт-шароитлари, яшаш ҳудуди ҳам ҳисобга олиниши зарур. Масалан, шаҳар ва қишлоқ, ишчилар шаҳарчаси вакили билан деҳқонлар ыртасидаги мулоқотлардан тез самара олиш ҳам осон эмас. Ҳаттоки, бундай тоифали инсонлар "тилига" хос жиҳатлар ҳам мавжудки, улар мулоқот пайтида қийинчиликлар ва руҳий англашилмовчиликларни келтириб чиқарди.

Учинчидан, ыйин усуллари Т-гуруҳларда қйллашда ҳам кутилган натижага эришиш учун миллий қадриятлар, миллий таъб ва дид ҳисобга олиниши керак. Катгалар гуруҳида ыйинни ташкил этиш учун гуруҳ иштирокчилари-ни кыпроқ психоэмоционал кыникишларига имкон яратиш, бир-бирларини янада яхши таниб олишларига шароитлар яратиш зарур. Чунки бизнинг халқимизда бегоналар ол-дида ыз ҳиссиётларини яшириш, тортинчоқлик, истиҳола қйлиш сифатлари борки, шу сабабли одам сунъий ыйин шароитига кыникиш учун маълум вақт талаб қйлинади. Бундан ташқари, ытказилган кузатишлардан шу нарса маълум былдики, бир сеансда ыйнаган ролга тақлид қй-либ, уни қайтариш ҳоллари ҳам миллий психологияда шахсан маъқул былган хулқ шаклига тақлид қйлиш ва таъсирланишдан келиб чиқади. Шунинг учун бу ҳолатнинг олдини олиш учун ыйинчиларга олдиндан турли вариантли хулқ-атвор шакллари ҳақидаги сценарийлар билан таништирилгани маъқул, акс ҳолда, кутилганидек, кып вариантли ҳаракатлар модели вужудга келмайди.

Тыртинчидан, азалдан ызбек оиласи ва маҳаллалар фаолиятида устувор былган жиҳат шуки, аёллар ва эр-каклар алоҳида эталонлар билан тарбияланган ва кып ҳолларда улар фаолияти алоҳида-алоҳида ташкил этилган. Шунинг таъсирида былса керак, Т-гуруҳларда жинслараро аралашув рый берганда, эркин фикрлаш ёки ҳаракатлар ыз-ызидан чеклана бошлайди. Шунинг учун му-нозара, баҳс ёки ролли ыйинлар ташкил этишда ҳам жинсий ызига хосликлар инобатга олиниши ёки ыйинчиларни максимал тарзда фаоллик кырсатишлари мақсадида гуруҳлараро жинсий былинишларни ҳам ҳисобга олиш даркор. Экспериментал кузатишлар шуни кырсатдики, маса-лан, қйзлар гуруҳи алоҳида ыйин шароитига қййилганда, бемапол, эмоционал жиҳатдан бой тренинглар кырсатдилар, унда улар ҳам эркак, ҳам аёл, ҳам катта, ҳам кичик ролларига бемалол кира олдилар. Йигитларнинг соф гуруҳида ҳам иккала ролни уддалаш ҳоллари кузатилди. Лекин аралаш гуруҳлар шароитида бундай самарага эришиш учун кыпроқ вақт, психологик маҳорат ва қайта-ришлар талаб қйлинди.

Бешинчидан, маҳаллий шароитда шахснинг эркин ыз фикрини охиригача баён этишга ыргатиш маълум қййин-чиликлар билан рый беради. Чунки халқ онгида ызгалар фикри билан ҳисоблашиш, "обрыли бировнинг" ишига тақлид, ықитувчи айтган фикрни танқидсиз қабул қйлиш . аъналарини мавжуд. Бу жиҳат ҳам самарали тренингни мақсадга мувофиқ тарзда ташкил этишга кыпинча тысикъ былади.

Шунинг учун ҳам Ўзбекистон шароитида ижтимоий психологик тренингни ташкил этишга жуда пухта тайёр-гарлик қириш, гуруҳларни шакллантиришда ёш, жинс ва мавқега боғлиқ жиҳатларни ҳисобга олиш, машқлантиришни (тренировкаларни) маълум маънода узоқроқ муддатли қилиб ташкил этишга эътибор бериш зарур. Айниқса, бу ыринда бошловчи-тренер шахсига бериладиган эътибор катта. Чунки, агар у кыпроқ ташаббускорлик қилиб, ыз "эрудициясини" намоён қилиб қыйса, мунозара қисқа былиши, ёки тажрибасизлиги аён былиб қолса ҳам мулоқот самарасиз яқунланиши мумкин. Шунинг учун ҳам У жиддий таёргарликдан ытган, тренинг тажрибасига эга былган малакали мутахассис былиши мақсадга мувофиқ. У нафақат айрим шахслар ва гуруҳлар психологиясини, балки миллий психологияни махсус равишда ырганган, ыта кузатувчан ва билимдон шахс былиши жоиз.

Ўзбекистонда мавжуд былган психологлар тайёрловчи олийгоҳлар ыз дастурлари доирасида*ана шундай наза-рий ҳамда амалий малакаларга эга былган мутахассис-ларни тайёрлашга алоҳида эътиборни қаратмоқлари, педагогика олийгоҳлари ва бошқа йыналишдаги ықув юртларида ҳам ижтимоий психологик тренернинг ыша ихтисосликка алоқадор машқларини ықув дастурларига кири-тиш лозим.

Фақат шундагина, биз синфга кириб ықувчилардан чычимайдиган, бапки улар фаолиятини илмий жиҳатдан тығри ташкил эта оладиган билимдон ықитувчиларни, ыз жамоасидаги ҳар бир аъзо билан, бошлиқ ёки быйсунувчи ходим (тобе одамлар) билан тығри муносабатлар ырната оладиган зиёли шахсларни ижтимоий фаолиятнинг турли соҳаларига олдиндан қисман тайёрлаган быламиз. Шу нарсани яна ҳисобга олиш лозимки, ИПТлар меҳнат жамоаларидаги ижтимоий ходимлар - психолог, социолог ва бошқаларнинг ҳам одатий ишларидан бирига айланиши, жойлардаги мутахассисларни психологик коррекция қилишда тренинглардан унумли фойдаланиш керак. Ана шундагина, мамлакатимизда демократик жараёнларга одамларни ва яхлит гуруҳларни тайёрлаш иши янада жадаллашади ва шарқона демократик тамойиллар ҳар бир шахснинг онги (шуури)га айланади.

Назорат учун саволлар:

1. Ўзбекистонда тренингларни тайёрлаш муаммоси.
2. Тренернинг шахсий фазилатлари.
3. Тренернинг тренинг жараёнидаги вазифаси.
4. Бошловчи роли.
5. Самарали мулоқот шартлари.
6. Ижтимоий психологиктренингни смарадорлигининг омиллари.

Мавзу: МУТАХАССИСЛАРНИ ТАЁРЛАШДА ТРЕНИНГНИНГ РОЛИ.

Режа:

1. Янгича ижтимоий муносабатлар зурарати.
2. Ижтимоий психологик билимдонлик
3. Самарали фаолият омили.

Таянч сыз ва иборалар:

Соғлом муносабат, соғлом руҳият, янгича фикрлаш, янгича тафаккур, ықиш, ықитиш, эскича стереотип, қарор қабул қилиш, ақллилик, фаросат, хушёрлик, таҳлил қилиш.

Маълумки, бугунги туб ислохотлар шароитида ёшлар тарбиясида ызини ызи бошқариш муаммоси катта аҳамиятга эга. Унинг самарадорлиги шахслараро соғлом, самимий муносабатлар мавжуд былишини тақозо этади. Хыш, бунинг учун нима қилиш керак?

Бугунги кунда олий ықув юртларини ислох қилиш за-рур экан, ықув режалари ва дастурларини замонавий та-лабларга мувофиқлаштириш билан бир қаторда, ҳар бир талаба билан профессор ықитувчилар ыртасидаги ызаро муносабатлар тамойилларини тубдан ызгартириш муам-моси борлигини ҳис этиши зарур. Ешларимизни мустақил фикрловчи, фаол, шижоатли, ызига ишонувчан, зукко, билимдон, демократик муносабатларнинг субъекти қилиб тарбиялашни амалга ошириш учун, сызсиз, ижтимоий психология ва унинг методлари муҳим роль ыйнайди. У тар-бия жараёнини соф ижтимоий муносабатларнинг маҳсу-ли, деб қарайди, янгича фикрлаш ва тафаккурнинг муҳим шарти сифатида демократик муносабатларга асосланган муомала жараёнини таҳлил қилади. Демак, барча олий ықув юртларида талабаларга махсус дастурлар асосида муомала техникаси ва этикет асослари ыргатилиши лозим. Иккинчидан, унинг асосида таълим берувчи билан таълим олувчи ыртасидаги янгича - "субъект-субъект" шаклдаги муомала устувор былиши керак. Бу муносабатларнинг асл моҳияти шундаки, эндиги асосий вазифа - профес-сор-ықитувчининг ықитиши эмас, балки уни "ықишга" ыргатиш, орқали таълим-тарбия жараёнининг фаол субъекти-га айлантиришдир. Бошқача қилиб айтганда, янгича му-носабатлар таълим ва тарбия жараенида иштирок этувчи шахсларнинг муносабатлари ызаро ҳурмат, ҳамкорлик ва бир-бирини тушуниш шартига быйсунган былишини тақо-зо этади.

Бизнингча, ызбекистон шароитида "субъект-субъект" шаклдаги муносабатларнинг асл мрҳияти, авторитар ва демократик лидерлик услубларини ыз фаолиятида уйғун-лаштирган, педагогик нуфузга, инсоний муносабатларга чанқоқлик, касбий билимдонлик билан узвий боғланган тақдирдагина ҳақиқий демократик муносабатлар

қарор топади, дейиш мумкин. Бу ыринда фанда мавжуд былган анъанавий бошқарувнинг демократик, авторитар ва либерал турлари ҳақидаги қарашларни яна бир таҳлил қилиш зарур, Шундай қилиб, агар биз профессор ықитувчини зскича стереотиплардан, яъни ызининг мутлоқ билимдонлиги, талабанинг вазифаси эса фақат уни танқидсиз қабул қилиш, тинглаш ва такрорлаш эканлиги билан боғлиқ турғун қарашлардан ҳоли қила олсак; илм олувчини эса эркин фикр юритиш ва ыз фи|ф-мулоҳазаларини баён этишга ва ыз эркини ҳис қилишга ыргата олсак, шахс пси-хологияси ва муносабатларида янгича ҳолат юзага кела-ди, яъни шунда шахс ызини :

а) эркин ҳис қилади;

б) ыз имконияти ва иқтидори ҳақида тығри тасаввурга эга былади;

в) тафаккурнинг альтернатив-муқобил былишини тылиқ англайди;

г) ҳар бир шахснинг ички "Мен" дастури мукаммалашиб боради;

д) ыз фикр ва қарашларининг, хулқ-атворининг асл сабабларини англаш, индивидуап эҳтиёжлар табиатини тушуниш имконияти туғилади. Бунда ижгимой-психологик тренинглр, яъни самарали мулоқот ва муомала усуллари ҳамда маромларини кенг қыллаш катта амалий аҳамият касб этади.

Демак, ижтимой психологик бйлимдонликдан кызлан-ган асосий мақсад - талабаларни былғуси ижтимой фао-лиятга психологик жиҳатдан тайёрлаш, уларда юксак инсоний фазилатларни шакллантириш, коммуникатив би-лимдонлик ва шахслараро мулоқотнинг мураккаб шакл-ларига мослашиш жараёнларини тезлаштиришдан иборатдир.

Жамиятимизнинг бугунги ижтимой ҳаётида рый бера-ётган туб ислохотларнинг моҳияти ҳақида фикр юритилар экан, энг ноёб миллий қадриятларни ёш авлод руҳига ва маънавий дунёқарашига синдириш ва ундан умуминсоний манфаатлар йылида фойдаланишнинг ягона йылларида бири - бу уларда билимдонликни етарли даражада шакл-лантиришдир. Президентимиз И.А.Каримов таъкидлага-нидек, "дунёнинг демократик қадрийтларидан баҳраманд былишда аҳолининг билимдонлиги муҳим аҳамият касб этмоқда. Фақат билимли, маърифатли жамиятгина демо-кратик тараққиётнинг барча афзалликларини қадрай олишини, ва, аксинча, билими кам, оми одамлар автори-таризмни ва тоталитар тузумини маъқул қыришини ҳаёт-нинг ызи ишонарли тарзда исботламоқда. (Каримов И.А. Ызбекистон XXI аср бысағасида..., 1997).

Давлатимизда мустақиллик қылга киритилиб, ҳуқуқий ва демократик ислохотлар амалга оширилишида қилина-ётган ижтимой саъй-ҳаракатларнинг неъматини шундаки, "мустақиллик мамлакатимиз аҳолисининг билим доираси-ни кенгайтирди". Ыз тарихимиз, тилимиз, миллий қад-риятларимиз, маданий меросимиз дурдоналарини ырга-нишга очилган йыл халқ тафаккурининг

ривожланиши, унинг ытмиши, бугуни ва эртаси хақида аниқ тасаввурларга эга 'былишига имкон яратади, ёшларни мустақил фикр юритишга ыргатади.

Юқоридаги фикрлардан келиб чиқадиган асосий ху-лоса шундан иборатки, давлатимиз келажаги былмиш ёшларнинг билим доирасини оширишда ва дунёқарашини янада кенгайтиришда фаннинг самарали успубларидан кенг фойдаланиш зарур. Бу ыринда эътиборни биз таъкидлаган "билимдонлик" тушунчасининг ижтимоий-пси-хологик моҳиятига қаратмоқчимиз.

Маълумки, илмий адабиётларда "билимдонлик" ту-шунчаси кыпинча "ақл", "ақллилик", "илмга чанқоқлик" тушунчалари билан бир хил маънода ишлатилади. Аслида психологик нуқгаи назардан ушбу тушунчалар, ыртасида моҳиятан бир оз былса-да, фарқ бор. Буюк бобомиз Алишер Навоий "ақл" тушунчасини "билимдонлик"дан кенгроқ таърифлаб, ақл сызининг

27 даражаси ва 27 си-фатини ажратади. Ушбу сифатлардан энг муҳим ва ижо-бийлари бевосита билимдонликка алоқадордир. Масалан, "ақл мухандислари" - донишмандлар, олимлар, билим-донларни; "ақл пири" тафаккур устози, фаросатли ки-шиларни; "Ақл ыти" зеҳн ыткирлиги, хушёрликни; "ақли кулл" энг етук ақл кабй қатор сифатларгина инсонни атроф-муҳитда рый берадиган воқеа ходисаларнинг моҳи-ятига етиш, уларни таҳлил қилиш ва умумлаштириш, янгилик очиш, ижодий изланиш хислатларини акс эттиради.

Ибн Симо эса инсон фаолиятидаги хақиқатни билишга олиб келувчи назарий ҳамда яхши ишларни бажаришга йынаптирувчи амалий билимларни фарқлайди.

Демак, шахснинг билимдонлиги униинг атроф-муҳит, табиат ва жамиятда рый бераётган мураккаб ходисалар-ни, кишилар ыртасидаги муносабатларни англаш, баҳо-лаш, ызи хақида тыгри тасаввурга эга былиш негизида ҳаетда, кундалик турмуш ва онгли фаолиятда намунали ишларни бажариш, инсоний фазилатларга амал қилишни тақозо этади. Бугунги кунда ёшлар тарбияси олдида тур-ган энг муҳим вазифа ҳам - келажагимиз бунёдкорларида айнан шундай сифатлар мажмуини шакллантиришдир.

Фанлар тарихидан маълумки, фалсафа фани илмлар-нинг энг юцори поғонаси былиб, энг фозил ва донишманд инсонлар ушбу соҳа билан шуғуланганлар. Лекин фал-сафанинг назарий ҳамда амалий қисмлари былиб, бирин-чи қисми уч босқичдан: табиатшунослик, математика ва метафизикадан; амалий қисм ҳам уч қисмдан:

- шахс хақидаги илмлар;

. - инсоннинг ызаро муносабатлари хақидаги илмлар;

- мамлакатни бошқариш илми қўсларига бўлинади. Бизнингча, билимдонликнинг юксак поғонаси барча илмлар соҳибининг диди, фаҳм-фаросати ва зукколигини тақозо этади. Яъни маърифатли, билимга чанқоқ шахс табиат ва жамият, инсон тафаккури ва маънавий дунёсига алоқадор барча билимларга бефарқ эмаслиги, уларни мукаммал эгаллагани билан фарқланади. Шундай авлод-гина мураккаб технология, халқаро муносабатлар ривож-ланган даврда халқ хўжалигининг устувор йўналишларини бошқарувчи юқори малакали мутахассис сифатида давлат ва жамиятга фойда келтириб ишлай олади. Бугунги кунда таълим тизимининг асосий вазифаси - кадрлар тайёрлаш миллий сиёсатининг устувор йўналишларидан келиб чиқа-ётганлиги мантиқан тығридир.

Ижтимоий психология ҳам билимдонлик тушунчаси-нинг моҳиятига Ызига хос тарзда ёндашади ва унинг серқирралигини эътироф этади, Психологик нуқтаи на-зардан олиб қаралганда шундай муҳим жиҳат мавжудки, у ҳам бўлса, аниқ илмлар соҳасида билимлар ҳамда шахснинг жамиятдаги инсоний, мафкуравий, ҳуқуқий, сиёсий, демократик муносабатлар тығрисидаги билимла-рининг Ызаро уйғунлиги масапасидир,

Ўзбекистон шароитида ушбу масаланинг ижобий тарзда ҳал қилинишига Президентимиз И.А.Каримовнинг 1996 йил "Маънавият ва маърифат жамоатчилиқ Марказлари фаолиятини такомиллаштириш ва улар самарадор-лигини ошириш тығрисидаги" Фармони, Республика Олий ва Ырта махсус таълими вазирлигининг ушбу Фармони Ықув юртларида бевосита бажаришга қаратилган қатор буйруқ ва қарорлари, турли Ықув масканларида "Маъна-вият ва маърифат асослари" курслари Ықитилишининг ташкил этилиши сезиларли рол Ыйнади. Маънавият соҳа-сидаги ислоҳотлар, амалга оширилган ва оширилаётган ишларнинг аҳамияти шундаки, улар ёшларда Ыз халқи маданияти, Ватанининг Ытмиши ва бугуни, миллий кадриятларга тығри муносабатларнинг шаклланишига сабаб бўлмоқда, бу эса зиёли, билимдон кишилар учун энг за-рур фазилатдир, Акс ҳолда, олам сиру асрорларини чуқур билган, кизиқишлари доирасида жиддий изланишлар олиб боришга тайёр шахс, агар у бу билимларни ав-вал Ыз халқи, миллати, яқинлари манфаатига Ыйналтира олмаса ва унинг жамият тараққиётига алоқасини тасаввур қила билмаса, маънавияти қашшоқ, иқтидори эса самарасиз, худбин сифатида баҳоланади. Шу боис ҳам мамла-катимиз олий ва Ырта Ықув юртларида, мактабларда "Маънавият сабоқлари"нинг киритилиши, улардан кутила-ётган самара айнан ана шу эзгу ниятларнинг амалга оши-шига сабаб бўлмоқда.

Бугун ташқари, Президентимизнинг қатор вилоятлар, халқ депутатлари Кенгашларининг навбатдан ташқари сессияларида

сызлагаи нутқларида яна бир ёшлар билимдонлигига алоқадор жиҳат аниқландики, "1997-йил Инсон манфаатлари йили" деб эълон қилинган даврда уларнинг ҳуқуқий онги ва маданиятини оширишга катта эътибор қаратилди. Дарҳақиқат, ёшлар тарбиясидаги кыплаб муаммолар айнан шу масалага келиб тақалишии ҳаёт исботлади. Республика Олий ва ырта махсус таълим ва-зирлиги ҳам ызининг қатор ҳужжатлари билан бу масалага янада ойдинлик киритиб, олийгоҳларда талабалар ҳуқуқий маданиятини ырганиш ва уни шакллантиришга қаратилган аниқ вазифаларни топширди.

Фарғона Давлат университети 'олимлари ҳуқуқий онг, билимлар билан ҳуқуқий маданият ыртасидаги ызаро алоқани ырганиш мақсадида социологик тадқиқот ығказ-ганлар. Маълум былишича, талаба ёшларнинг билим до-ирасида Республиканинг асосий Қомуси, унинг моҳияти, қонунчилик шартлари ва мазмуни ҳақида тасаввурлар мавжуд, яъни ҳуқуқий онгнинг шаклланганлик даражаси 2-4 курс талабаларида тахминан 70-75%ни ташкил этган былса, ҳуқуқий маданият мезони ҳақидаги тасаввурлари 18-20%ни ташкил қилган, холос.

Ниҳоят, юқоридагиларга алоқадор яна бир жиҳат борки, бу ёшларнинг психологик саводхонлиги ва уни ошириш масаласидир.

Психологик саводхонлик тушунчасининг асл моҳияти -бу шахснинг ызи, унинг ҳиссий кечинмалари, муносабат-лари мажмуи билан жамият ва ундаги шахслараро муно-сабатлар тизими, қадриятлар, маънавият тығрисидаги тыла тасаввурларидир. Психологик нуқтаи назардан билимдон одам тасаввурларида объективлик ва холислик сифатла-ри мавжудким, шу туфайли у ыз "Мени"ни мукаммаллаш-тириш ва ызгалар билан тығри муносабатлар ырнатиш қобилиятига эга. Тығри, ҳаёт, ундаги вазиятлар, ҳодисалар, шахсий тажриба шахсни маълум йыналишда ривожланишига сабаб ҳисобланиб, унинг маълум ижтимоий тасаввурлари тизимини ҳосил қилади. Лекин стихияли, тажри-бадаги "хатоликлар" ва "ютуқлар" эвазига орттирилган психологик саводхонлик аниқ мақсадга йыналтирилган, шахс ва жамият манфаатларига, аниқ таҳлил ва эзгу ниятларга таянган билимдонликдан фарқ қилади. Маса-лан, бошқарув тизимини оладиган былсак, раҳбар ва хо-дим ыртасидаги муносабатларнинг тығри йылга қыйилмаганлиги кыпинча шахслараро зиддиятлар ва низоларни келтириб чиқаради. Лекин агарда раҳбарнинг фаолияти мақсадларида ходимнинг индивидуал хусусиятлари ва ижтимоий кутиши ҳамда иқтидори ҳисобга олиниб мулоқотга киришилса, мулоқот самарадорлигини оширувчи усуллардан фойдаланилса, натижа ызаро келишув ва томонларнинг ҳамфикрлиги билан якунланади. Янги давр кишиси, умуман ишлаб чиқаришнинг турли соҳаларида фаолият кырсатаётган шахслар махсус дастур асосида муомала техникаси ва ызини ызи

тарбиялаш технологиясини эгалласалар, унда ижтимоий фаолият самараси ортади.

Психологик саводхонлик яна шунинг учун ҳам зарур-ки, кыпинча инсон ыз иқтидори ва имконияти даражасида аниқ тасаввур қилмайди, билимгоҳ ёки касб танлашда ызгалар таъсирига берилиб, муайян хатоликка йыл қыяди. Бунинг оқибатида нафақат ыша шахс азият чекади, балки жамиятга зарар келтиради. Ҳар бир шахс ызини ызи тар-биялашнинг малакаларига эга былиши, аутотренинг элементларидан бохабар былиши, ызгалар билан мулоқотга тайёрлиги - тренингларда кыникмалар ҳосил қилиши, "ызгача была олиш санъати", унинг руҳий баркамоллигига заминлиги туфайли жамиятда соғлом инсоний муносабат-лар устун туради. Билимдон кишилар ызининг билим ти-зимидан ҳам унумли, ҳам самарали фойдаланиш имко-ниятига эгадирлар. Зеро, баъзан билимлар доираси кенг-лиги сабабли димоғдорлик иллоти юзага келиши, са-лоҳияти быйича ыз ырнини тополмаслик ыз-ызини қуйи баҳолаш баркамол шахс тараққиёти учун салбий таъсир кырсатади.

Демак, ижтимоий психологик билимдонликдан кызланган асосий мақсад ёшларни былғуси ижтимоий фаолиятга психологик жиҳатдан тайёрлаш, уларда инсоний фази-латлар шакллантириш, коммуникатив билимдонлик ва шахслараро мулоқотнинг мураккаб шаклларига муво-фиқлашув жараёнларини тезлаштиришдир. Бугунги тала-балар эртанги куннинг бунёдкорлари, ватанпарварлари, меҳнатсевар инсонлар, жамоаларни бошқарувчи зиёли-лар былиб етишиши кераклигини ҳисобга олсак, улардаги билимдонлик даражаси ва кыламнинг кенг былишининг аҳамияти шак-шубҳасиздир. Зеро, юксак, теран ва атроф-лича фикр юрита оладиган ва ижтимоий фаолиятидан эл юртга наф етказадиган инсонларгина камолотга эришиши мумкин. Бу жараёнда ижтимоий психология ызининг фаол методлари ва қонуниятлари билан ыз ҳиссасини қышади.

Назорат учун саволлар:

1. Таълим соҳасидаги туб ислоҳатлар.
2. Субъектдан субъект муносабатларининг моҳияти.
3. Янгича фикрлаш ва янгича тафаккурнинг мазмуни.
4. Ижтимоий психологик билимдонлик моҳияти.
5. Самарали муаммола омили.

Фойдаланиш учун адабиётлар

1. В.М. Каримова «Ижтимоий психология ва ижтимоий амалий» Тошкент «Университет» 1999 йил
2. Н.П. Аникеева «Жамоадаги рухий муҳит» Тошкент «Ықитувчи» 1992 йил
3. Г.М. Андреева «Актуальные проблемы социальной психологии» М: Из-во МГУ. 1998 год

4.3.Т. Нишонова «Психологик хизмат» Тошкент 2006 йил

