

**ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ СОҒЛИҚНИ
САҚЛАШ ВАЗИРЛИГИ**

**ТОШКЕНТ ПЕДИАТРИЯ ТИББИЁТ
ИНСТИТУТИ**

ПЕДАГОГИКА ВА ПСИХОЛОГИЯ КАФЕДРАСИ.

ЛЕКЦИЯ №6.

МАВЗУ: ОНГ, ФАОЛИЯТ ВА ИРОДА.

ТОШКЕНТ 2008

МАЪРУЗА РЕЖАСИ:

1. Онг, ўз-ўзини англаш ва анланган ва анланмаган ходисалар ҳақида тушунча.
2. Онгнинг асосий вазифалари ва анотомик-физиологик асослари.
3. Уйқу ва туш ҳақида тушунча.
4. Фаолиятнинг шаклланиш босқичлари ва ирода ҳақида тушунча.

АННОТАЦИЯ: Онг, фаолият ва ирода тугрисида тушунчалар, уларнинг анатомио-физиологик асослари баён килинган.

МАҚСАД:

Онг, фаолият ва ирода психологиясини билиш, тушуниш ҳамда амалиётда қўллай олиш. «Онг» ўз-ўзини англаш тушунчасини таърифлаш. Онг структураси ва ривожланиш босқичи. «Онг»ўз-ўзини» англашнинг анотомик – физиологик ва психологик асослари». Уларнинг асосий вазифалари. «Анланган ва анланмаган ҳамда» онглилик, онгсизлик, онг ости ҳолатларини ёритиш. Уйқу, туш кўриш ҳақида тушунча. «Ўз-ўзини англашнинг онтогенези. «Мен» образи ва унинг таркибий қисмлари. «Ўз-ўзига баҳо бериши ва унинг турлари. «Роджерснинг» «Мен» концепция назариясини моҳиятини аниқлаш. Фаолият, «фаолият» уларнинг турлари ҳақида тушунча. Ихтиёрий фаолиятнинг кенг алгоритми (кетма-кетлиги). Фаолият онтогенези ва уларнинг ривожлантириши. Фаолиятнинг ўзлаштириши. Кўникма «Малакалар» ҳақида тушунча. «Ирода» ҳақида тушунча. Ирода структураси ва вазифалари. Шахснинг иродавий сифатлари ва уларни шакллантириш.

Диагностика қилувчи методикалар ҳақида тушунча. Онг, фаолият ва ироданинг шахсини психик ривождаги аҳамияти.

Онг, ўз-ўзини англаш ва анланган ва анланмаган ҳодисалар ҳақида тушунча.

Онг-фалсафий маънода воқеиликни акс эттиришнинг юқори даражаси. Онг-психик маънода фақат одамгагина тегишли нутқ билан боғлиқ бўлган марказий нерв системаси фаолияти бўлиб, у шахснинг теварак-атрофдаги нарсаларни, ҳозирги ва ўтмиш даврни яхши билиш, қарор қабул қилиш вазиятга қараб ўз хатти-харакатини бошқариш қобилияти билан намоён бўлади. Онгнинг 3та асосий компанентлари бор: ақл, ҳиссиёт, идрок. **Ўз-ўзини англаш**-одамнинг ўз танасини, фикрларни, ҳаракатларни, ҳис-туйғуларни, ижтимоий тизимдаги ўз мавқеини англашига айтилади.

Онгнинг асосий вазифалари ва анотомик-физиолологик асослари.

Онгнинг анотомик физиологик асослари: тор маънода тетиклик ва диққат жараёнларини таъминлаб турувчи бош миyaning таркибий қисмлари: ретикулятор, формация, лимбек система, медиобазал қисмдан иборат. Кенг маънода –онг асосини миyaning пешона-чакка қисми таъминлайди.

Онг ва ўз-ўзини англашнинг асосий вазифалари.

Баҳолаш-асослаш

Ахборотлаш-акс эттириш

Тузиш – ўзгартириш

Олдиндан айтиш

Бошқариш

Текшириш (назорат қилиш)

Химоялаш

Ўз-ўзини тиклаш

Ўз-ўзини тиклаш

Ўз-ўзини ривожлантириш

Ўз-ўзини бошқариш, сақлаш

Онг асослари: фаоллик, мақсадга йўналганлик, юқори даражада такомиллашганлик ва нутқ билан ифодаланганлик. **Анланганлик ва анланмаганлик** ходисалари онглилик ва онгсизлик тушунчалари билан бевосита боғлиқ. Бунда улар ўртасидаги ўзаро муносабати, психика бирлиги, онг эса иккиламчилиги билан аниқланади. Маълум миқдордаги жараёнларнинг натижаси онгли, яъни анланган ҳолда билинади. Анланмаган ёки онгсиз ходисаларга автоматлаштирилган ихтиёрсиз фаолият хосдир.

Онгсизлик-кишини ўзини тута олмайдиган қилиб қўядиган таъсуротлар билан боғлиқ психик жараёнлар, ҳаракатлар ва ҳолатлар йиғиндисидир.

Онгнинг ривожланиш босқичлари: 1) тетиклик 2) Сенсамотор 3)

Предметли 4) Игоцентрик (шахсий) 5) Рефлектив 6) Ижтимоий

Уйқу ва туш ҳақида тушунча.

Уйқу- организмда вақти-вақти билан рўй берадиган нисбатан ҳаракатсиз ҳолат бўлиб, бунда онг билан ташқи муҳит ўртасидаги алоқа маълум даражада ўзилади. И.П.Рпавлов таълимотига кўра, уйқу бош мия қобиғининг хужайралари ва қобиғ ости қисмларига тарқалган тормозланиш жараёнидир. уйқу ҳолатига нерв хужайралари организмнинг тетиклик ҳолатига сарфланган потенциал энергиясининг қайтадан тўплайди, яъни тегишли психик ходисалар ўзининг функционал қобилятини тиклайди. Туш кўриш-ухлаб ётган одамнинг бош мия яримшарлари қобиғидаги баъзи нерв марказлари фаолияти натижасида уйқу вақтида ҳосил бўладиган маълум даражадаги аниқ образлар. Туш кўриш бош мия яримшарлари қобиғидаги баъзи марказларнинг қисман тормозланиши натижасида рўй беради. Туш кўриш мазмуни шахснинг эҳтиёж ва қизиқишларига, ҳаёт шароитдлақрига касби, дунёқараши, айниқса уйқу жараёнида организмда маълум даражада таъсир қилиб турган кўзғовчиларига боғлиқдир.

Фаолиятнинг шаклланиш босқичлари ва ирода ҳақида тушунча.

Фаолият - кишининг англашилган мақсад билан бошқариб туриладиган ички ва ташқи фаоллигидир.

Фаоллик - шахснинг ўз эҳтиёжларини қондириш учун воқеиликни ўзгартиришга қаратилган муҳим қобилиятдир. Ихтиёрий ва ихтиёрсиз бўлади.

Ихтиёрий фаоллик - психик жараёнлар ҳолатлар ва ҳатти-ҳаракатларнинг мақсадга мувофиқ равишда иродавий ҳамда асабий куч сафлаган ҳолда намоён бўлиши, инсон ҳуққининг онгли равишда содир бўлиши. Масалан: Бирор бир дарсга тайёрланиб келиб жавоб бериш.

Ихтиёрсиз фаоллик - психик жараёнлар ва ҳолатлар, ҳатти-ҳаракатларнинг онгнинг бевосита иштироксиз намоён бўлиши. Мас: 2та ёки ундан ортиқ одамни бирор бир мақсадсиз, муҳим аҳамият касб этмайдиган мавзуда суҳбатлашиши.

Ичкир фаоллик - бу бир томондан у ёки бу фаолиятни бошқариш мобайнида физиологик жараёнлар ҳамда, 2-томондан бевосита психик жараёнлар яъни аслида қуримайдиган, лекин фаолият кечишига таъсир кўрсатувчи омилларни ўз ичига олади. Мас: Бирор бир мавзунинг онгимизга таҳлил қилишинимиз, ўйлашимиз, ҳаёл суришимиз.

Ташқи фаоллик - бу ташқаридан ва ўз ички истак –хоҳишларимиз таъсирида бевосита кўриш, идрок этишимиз мумкин бўлган ҳолатларимиз, мушакларимизнинг ҳаракатлари орқали намоён бўладиган фаолликдир.

Киши фаолияти онгли равишда фаоллик сифатида унинг онгли шаклланиб, ривожланиб бориши туфайли таркиб топади ва ривожланади. Фаолият –ўзи онгнинг шаклланиши ва ривожланишининг қизиғи ва манбаи бўлиб хизмат бўлади. Фаолият ҳамisha кишининг бошқа одамлар билан муносабат системасида намоён бўлади. Фаолият бошқа одамларнинг ёрдами ва иштирокини тақозо этади, яъни биргаликдаги фаолият хусусиятига эгалик бўлади. Фаолиятда кишининг шахси аниқланиб шунинг бирга фаолият унинг шахсни шакллантира олиб фаолиятнинг дастлабки шаклланиш босқичи мулоқат жараёнида бошланади. бола ҳаётининг дастлабки йўлларида, яъни 11-12 кунлигидан бошлаб шартли рефлекслар шаклана бошлайди. Дастлаб изланиш ҳуққ атори ривожланиб боради бунинг натижасида бу ташқи дунёдаги нарсаларнинг хоссалари ҳақида маълумот йиғади. Бир ёшдан болада амалий ҳуққ-атвор шаклана боради. Фаолликнинг ушбу шакллари билан бирга болада мулоқат ҳуққ-атвори ривожланиб боради. Фаолликнинг дастлабки кўринишлари нутқгача даври бўлиб, унда бола бақариш, имо-ишора қилиш орқали атроф-муҳит билан муносабатга киришади. 7-8 ойлигида сустрок, кейинрок эса фаол равишда нутқни ўзлаштира бошлайди. Ўйин фаолияти эса бирор моддий ёки маънавий нематлар яратишни назарда тутмайди, лекин унинг жараёнида жамиятдаги муракab ва хилма-хил фаолият нормалари, ҳаракатларининг белгилари бола томондан ўзлаштиради. Ўқиш фаолияти ҳам камолатида муҳим рол ўйнайди. Бу фаолият жараёнида билимлар, малакалар, турли кўникмалар ўзлаштирилади. Меҳнат фаолиятида бирор моддий ёки маънавий неъматларни яратиш ҳамда ҳаракат тараққиётига ҳисса қўшиш мақсади ётади. Кўриш мумкин бўлган фаолият. Бунга жисмоний машқлар қилиш, ёзиш, велосипед учиш, машина ҳайдаш ва бошқалар мисол бўла олади.

Ақлий фаолият кўринишлари: 1) Перспектив – бу шундай ҳаракатки, унинг оқибатида атрофдаги нарса ва ходисалар тўғрисида яхлит образ шаклланади. Мас: бир одам сакради, югирди ва қўл оёқларига машқлар қилди, ўтириб турди. Бу ходиса ҳақида бадан тарбия деган яхлит образ юзага келди.

Мнемик фаолият – нарса ва ходисаларнинг моҳияти ва мазмунига алоқадор материални эслаб қолиш, эсга туширган ҳолда эслаб қолиши билан боғлиқ мураккаб фаолият тури. Мас: Агар бир биронта касалликка чалинса, бу касалликка алоқадор маълумотларни эслаб қоламиз, яъни у нима оқибатига юзага келди, уни қандай даволаш мумкинлиги ҳақида қизиқамиз.

Фикрлаш фаолияти – ақл, фаҳм-фаросат воситасида турли хил муаммолар, масалалар ва жумбоқларни ечишга қаратилган фаолият. Мас: Кроссворд ечиш.

Имажитив фаолияти – у ижодий жараёнларда ҳаёл ва фантазия воситасида ҳозир бевосита онгда берилмаган нарсаларнинг хусусиятларни англаш ва ҳаёл тиклаш фаолиятидир. Агар ташқи **фаолият асосида психологик** жараёнга ўтиш рўй берган бўлса, бу –интериоризация дейилади, ё аксинча ақлда шаклланган ғояларни бевосита ташқи ҳаракатларда ё ташқи фаолиятга кўчирилиши экстериоризация дейилади. Мас: Актёр ёки режиссёр фаолияти, улар ўз фантазияларига таяниб, асарни нихоятда бетакрор намоиш этишга интиладилар.

Ирода киши олдида қўйилган мақсадларга эришишда қийинчиликларни енгиб ўтишда қаратилган ички, ташқи фаолият ва ҳуқ атворларни онгли равишда ташкил қилиши ва ўз –ўзини бошқаришига **ирода** дейилади. Ирода онгнинг бир қисми бўлиб инсоннинг ҳаёт ва фаолиятининг англаган ҳолда бошқаришини таъминлайди. Ирода қуйидаги вазифаларни амалга оширади: 1. Фаолият дастурига мослаштирилган ҳолда бир ҳаракатни тормозлаб, бошқа ҳаракатни фаоллаштиради. 2. Субъектни фаолиятга ундайди ва зарур ички ва ташқи имкониятларни сафарбар этади. 3. Яширин ҳолдаги ихтиёрсиз эмоционал импульсларини ва туғма рефлексларни назорат қилади ва ўзига бўйсиндиради. 4. Асосий мотивларни ажратади ва бошқаларини бўйсиндиради. 5. Фаолиятнинг асосли воситаларини, усулларини, йўлларини ва шарт-шароитларини танлайди. 6. Ақлий (ички) ва амалий (ташқи) фаолиятни дастурлайди, бошқаради, назорат қилади ва коррекциялайди. 7. Ички ва ташқи тўсиқларни бартараф этиб, енгиб чиқишини таъминлайди. 8. Фаолият натижасида йўқ хатти- ҳаракат сабабларини ва маъсулиятни ўзига олишни тақозо этади. 9. Кишининг ҳаётий мазмуни ўтмишдаги, келажакдаги мақсадлари билан мослашган ҳолда ҳозирги даврдаги ҳаёт ва фаолиятни адаптация қилади.

Иродавий сифатлар фаолиятда асосан қуйидагиларни бартараф этишда намоён бўлади. Унинг сифатлари қуйидагилар: 1. Мустақиллик, фаоллик, дадиллик 2. Тиришқоқлик, мақсадга эришишга интилувчанлик 3. Жасурлик 4. Бардошлик, вазминлик ва тоқатлилиқ 5. Кам куч сарфлаб юқори маҳсулдорликка эришувчанлик.

Адабиётлар рўйхати

1. Умумий психология. (А.В.Петровский тахрири остида чиққан). Тошкент, Ўқитувчи, 1992й.
2. Умумий психология. Э.Ғозиев Тошкент 2002й.
3. Н.Д.Творогова, Психология, Лекция для студентов медвузов. М. 198г.
4. Р.С. Немов. Психология (в3-х книгах). М. 1998г.
5. В.Г. Крисько. Психология и педагогика в схемах и таблицах. (Уч.-метод. Пособия). Минск.1999г.
6. Современная психология. (Справочное руководство).Ред. В.Н.Дружинин. Ин-т психология РАН. М. 1999г.
7. П.И. Иванов Умумий психология. 1967й.