

88.3
T57

TILLASHAYKOVA X.A, JO'RAYEVA S.N,
ABDULLAYEVA R.M.

DARSLIK

UMUMIY PSIXOLOGIYA



TILLASHAYKOVA X.A, JO'RAYEVA S.N.
ABDULLAYEVA R.M.

UMUMIY PSIXOLOGIYA

DARSLIK



933711

TOSHKENT – 2023

Tillashayxova X.A., Jo'rayeva S.N., Abdullayeva R.M. Umumiy psixologiya. Darslik. T., 2023. 416– b.

Mas'ul muharrir:

Psixologiya fanlari doktori, professor B.Umarov

Umumiy psixologiya insonda turli psixik jarayonlarning namoyon bo'lish shakllariga doir bilim, ko'nikma, malakalarni hamda ulardagi mavjud tushuncha va tasavvurlarini boyitishga xizmat qiladi. Ushbu darslikda psixologiyaning predmeti, maqsad, vazifalari, psixologlarining kasbga moslashish borasidagi fikrlari, psixologiyaning tadqiqot metodlari, motiv va motivasiya, shaxsning kasbiy kamoloti, shaxsning individual psixologik xususiyatlari, shaxs bilish jarayonlari va boshqa ilmiy nazariy ma'lumotlar joy olgan.

Darslikda talabalarning psixologiya sohasida mustaqil bajaradigan ishlari va uning turlari, mazmuni, talabalarning o'z-o'zini tarbiyalashi va bilim olishida mustaqil ishlashning roli ochib beriladi.

Ushbu darslikdan oliy o'quv yurtlari pedagogika va psixologiya yo'nalishi bo'yicha ta'lim olayotgan talabalar va sohaga qiziqqan keng kitobxonlar jamoalari foydalanishlari mumkin.

Taqrizchilar:

Psixologiya fanlari doktori, professor Abdurasulov R.

Psixologiya fanlari doktori, v.b.professor Akramova F.A.

O'zbekiston Respublikasi Oliy ta'lim, fan va innovatsiyalar vazirligining 2023–yil “27“ martdagi “68” – sonli buyrug'iga asosan Umumiy psixologiya darslik O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasi tomonidan litsenziya berilgan nashriyotlarda nashr etishga ruxsat berildi.

MUNDARIJA		3
KIRISH		6
I MAVZU. PSIXOLOGIYA FANINING PREDMETI VA RIVOJLANISH TARIXI, SOXALARI VA TADQIQOT METODLARI		8
1.1.	Psixologiya fanining rivojlanishi, yo'nalishlari.....	8
1.2.	Psixologiya fanining tarixiy taraqqiyoti	18
1.3.	Psixologiya faniga nazariy yondashish	30
1.4.	Psixologiyaning asosiy muammolari	31
1.5.	Psixologiyaning rivojlanishi	33
1.6.	Psixologiyaning ilmiy tadqiqot metodlari va metodologik asoslari	34
II- MAVZU. XULQ-ATVORNING PSIXOFIZIOLOGIK ASOSI		62
2.1.	Nerv tizimi va endokrin tizimining inson organizmi va hulq atvoridagi ahamiyati	62
2.2.	Hulq-atvor va irsiyatning psixologik xususiyatlari	69
2.3.	Instinkt tushunchasining mazmuni	74
2.4.	Odam va hayvon psixikalari o'rtasidagi tafovut	79
III- MAVZU. ONG TARAQQIYOTI VA ONGSIZLIK		81
3.1.	Ong va uning taraqqiyoti	81
3.2.	Ongning xususiyatlari	83
3.3.	Psixika va ongning paydo bulishida muxit, a'zolarining tuzilishi va mexnat faoliyatining ijtimoiy-tarixiy mohiyati	84
3.4.	Psixikaning ontogenezda va filogenezda rivojlanishi	86
IV- MAVZU. DIQQAT VA SEZGI		93
4.1.	Bilish jarayonlar haqida asosiy tushunchalar.	93
4.2.	Diqqat. Diqqatning vazifalari va turlari.	94
4.3.	Sezgi psixik jarayon sifatida.	104
V- MAVZU. IDROK VA XAYOL		122
5.1.	Idrok haqida umumiy tushuncha.	122
5.2.	Idrokning fiziologik asoslari.	123

5.3.	Idrok jarayonining qonuniyatlari.	124
5.4.	Xayol	137
5.5.	Tasavvurning asosiy turlari	140
5.6.	Tasavvurning qayta ishlab chiqish mexanizmlari	142
5.7.	Tasavvurning individual xususiyatlari va uning rivojlanishi.	144
VI- MAVZU. XOTIRA		149
6.1.	Xotira va shaxs tajribasining boyligi	149
6.2.	Hayotimizda xotiraning ahamiyati.	151
6.3.	Xotiraning nerv fiziologik asoslari.	155
6.4.	Xotira turlari	157
VII- MAVZU. TAFAKKUR		177
7.1.	Tafakkur xaqida tushuncha	177
7.2.	Tafakkurning nerv-fiziologik asosi.	178
7.3.	Tafakkur turlari.	184
7.4.	Tafakkur borasidagi psixologik nazariyalar talqini	190
VIII- MAVZU. INTELLEKT VA KREATIVLIK		196
8.1.	Intellekt va kreativlik haqida tushuncha.	196
8.2.	Intellekt va kreativlikning o'zaro aloqasi	201
IX- MAVZU. SHAXS		208
9.1.	Shaxs haqida tushuncha.	208
9.2.	Shaxsning yo'nalganligi.	210
9.3.	K.Yung va uning analitik psixologiyasi.	212
X- MAVZU. FAOLIYAT VA MOTIVATSIYA		221
10.1.	Faoliyat va uning tuzilishi	221
10.2.	Faoliyat turlari. jismoniy va aqliy harakatlar.	224
10.3.	O'yin va o'qish faoliyatining o'ziga xos jihatlari.	226
10.4.	Mehnat faoliyatining psixologik xususiyatlari.	230
10.5.	Munosabat va sabab.	237
10.6.	Malaka, ko'nikma va odatlar.	238
XI- MAVZU. MULOQOT PSIXOLOGIYASI		244
11.1.	Muloqot haqida tushuncha.	244
11.2.	Muloqotning vazifalari va turlari	246
11.3.	Muloqot o'zaro ta'sir sifatida	251

11.4.	Muloqot orqali insonning inson tomonidan idrok qilinishi	253
XII- MAVZU. SHAXSNING XISSIIY VA IRODAVIY SOXASI		267
12.1.	Hissiyot to'g'risida tushuncha.	267
12.2.	Hissiyotning nerv-fiziologik asoslari.	270
12.3.	Inson va hayvonlardagi emotsiyalar.	271
12.4.	Hissiy holatlarning ifodalanishi.	272
12.5.	Yuksak hislar.	282
XIII- MAVZU. TEMPERAMENT		305
13.1.	Temperamentning psixologik tavsifi.	305
13.2.	Temperamentning fiziologik asoslari.	306
13.3.	Temperamentning faoliyatda namoyon bo'lishi	317
XIV- MAVZU. XARAKTER		320
14.1.	Xarakter to'g'risida umumiy tushuncha	320
14.2.	Xarakterning fiziologik asoslari.	323
14.3.	Xarakterning taraqqiyoti.	324
14.4.	Psixologiyada xarakter muammosi.	327
14.5.	Xarakter namoyon bo'ladigan munosabatlar tizimi.	329
14.6.	Xarakter hislatlari va shaxsning munosabatlari.	330
14.7.	Xarakterning tarkib topishi	333
XY- MAVZU. QOBILİYATLAR		336
15.1.	Psixologiyada qobiliyat tushunchasi	336
15.2.	Qobiliyatlardagi tug'ma va orttirilgan sifatlar	341
15.3.	Qobiliyatlarning psixologik strukturasi	343
SEMINAR MASHG'ULOTLARI UCHUN MATERIALLAR		345
GLOSSARIY		395
FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR		414

KIRISH

O'zbekiston o'z mustaqilligini qo'lga kiritgan dastlabki kunlardan boshlab, jamiyatimizning barcha sohalari qatori ta'lim va tarbiya tizimida ham ulkan o'zgarishlar amalga osha boshladi. Bu o'zgarishlar voyaga yetib kelayotgan shaxsni kamol toptirish bilan bog'liq. Har qanday jamiyatda shaxs va uning kamol topish muammosi eng dolzarb masalalardan biri hisoblanadi. Shaxsning har tomonlama yetuk, komil inson bo'lib voyaga yetishi unga beriladigan ta'lim va tarbiya bilan uzluksiz bog'liqdir. Shu maqsadda "2017 - 2021 yillarda O'zbekiston Respublikasini rivojlantirishning beshta ustuvor yo'nalishi bo'yicha harakatlar strategiyasida" ta'lim va fan sohasini rivojlantirish masalalariga alohida e'tibor qaratilgan. Unda ta'lim va fan sohasini rivojlantirish: uzluksiz ta'lim tizimini yanada takomillashtirish yo'lini davom ettirish, sifatli ta'lim xizmatlariga imkoniyatlarni oshirish, mehnat bozorining zamonaviy ehtiyojlariga muvofiq yuqori malakali kadrlarni tayyorlash, jismonan sog'lom, ruhiy va intellektual rivojlangan, mustaqil fikrlaydigan, qat'iy hayotiy nuqtai nazariga ega, Vataniga sodiq yoshlarni tarbiyalash, demokratik islohotlarni chuqurlashtirish va fuqarolik jamiyatini rivojlantirish jarayonida ularning ijtimoiy faolligini oshirishga yo'naltirilgan ishlarni amalga oshirishga qaratilgan ishlarni amalga oshirish ko'zda tutilgan.

Yuqorida qayd etib o'tilgan vazifalarni bajarish davomida yoshlarni psixologik bilimlar bilan qurollantirish ham muhim vazifalardan biridir. Chunki psixologiya jamiyatning harakatlantiruvchi kuchi bo'lgan insonni shakllantirishda alohida o'rinda tutadi. Psixologik bilimlarning insonning har qanday faoliyatini tashkil qilishda yetakchi ekanligini bugungi kunda barcha tan olmoqda.

Oliy ta'limning barcha yo'nalish va mutaxassisliklarida ta'lim olayotgan yoshlarni psixologik bilimlar bilan qurollantirishga bugungi kunda alohida e'tibor qaratilmoqda.

Psixologiya fani talabalarni kasbiy faoliyatga doir bilimlar bilan qurollantirish hamda amaliy ko'nikma va malakalarni hosil qilishga xizmat qiladi. Shuningdek, psixologik bilimlarni chuqur o'zlashtirgan talabalar o'zlarining kelgusi faoliyatlarida, qaerda o'z faoliyatlarini davom ettirishlaridan qat'iy nazar, psixologik bilimlar ularga turli hayotiy muammolarni, nizolarni hal qilishda, shaxslararo munosabatlarni to'g'ri yo'lga qo'yishlariga yordam beradi.

Bugungi kunda turli buzg'unchi g'oyalar yoshlar ongiga psixologik ta'sir ko'rsatish orqali singdirilmoqda. Shu sababli psixologik bilimlar

yoshlarni turli buzg'unchi kuchlardan o'zlarini himoya qilishlarida juda qo'l keladi.

Mazkur darslik bo'lajak psixolog mutaxassislarga mo'ljallangan bo'lib, ularni psixologiya fani bilan tanishtiradi. Darslikda psixologiyaning fan sifatida shakllanishi, uning tarixi va barcha bilish jarayonlari, shaxsning individual psixologik xususiyatlari o'z aksini topgan.

Darslik oliy o'quv yurtlari bakalavr talabalari, magistrlar, professor-o'qituvchilarga mo'ljallangan bo'lib, undagi asosiy masala psixologiyaga oid bilimlarni o'zlashtirishga qaratilgandir.

Oliy o'quv yurtida yuqori malakali pedagogik kadrlar yetishtirishda psixologiya fanining roli va o'rni beqiyosdir. Chunki psixologiya jamiyatning harakatlantiruvchi kuchi bo'lgan insonni shakllantirishda alohida o'rinda turadi. Biz tayyorlayotgan mutaxassislar psixologiya fanini chuqur va puxta o'zlashtirgan taqdirdagina yosh avlodni har tomonlama kamolga erishgan kishilar qilib tarbiyalay olishlari mumkin.

Psixologiya fani harbiylarga aynan psixologik bilimlar asosini berib, ularda o'z atroflarida ro'y berayotgan islohotlarga xolis baho berish, o'zi va o'zgalar ruhiyatiga befarq bo'lmaslik, o'z layoqatlarini o'stirishning elementar vositalaridan xabardor bo'lishlariga yordam beradi.

I MAVZU. PSIXOLOGIYA FANINING PREDMETI VA RIVOJLANISH TARIXI, SOXALARI VA TADQIQOT METODLARI

Tayanch tushunchalar: *Psixologiya, psixika, psixik jarayonlar, psixologik holatlar, shaxsning individual xususiyatlari.*

1.1. Psixologiya fanining rivojlanishi, yo'nalishlari

Psixologiyaning asoslari. Ma'lumki, jamiyat va tabiat o'rtasidagi munosabatlarni tadqiq etishga mo'ljallangan fanlardan bittasi psixologiya hisoblanadi. Psixologik bilimlarni ijtimoiy hayotning barcha jabhalariga tatbiq etilayotganligi uning nufuzi, mas'uliyati ortayotganligidan dalolat beradi. Istiqloq sharofati tufayli ilmiy yondashuvlarga, oldingi metodologik muammolarga xolisona munosabatda bo'lish imkoniyati vujudga keldi. Mutaxassislarni tayyorlashda umumiy psixologiya fani ularning kasbiy bilimlari, ko'nikmalari va malakalarini shakllantirish ustuvor o'rin egallaydi. Jahon fanlarining muayyan qonuniyatlariga asoslanib turkumlarga kiritilishiga ko'ra, psixologiya fani bu tizimda salmoqli o'rin egallaydi. Shu boisdan fanni to'liq yetkazib berish maqsadida xorij tajribalari, adabiyotlaridan foydalangan holda, murakkab psixologiya fanining ilmiy-amaliy bilimlarini tushunarli qilib yetkazib berishga harakat qilamiz.

Eramizdan avvalgi 300 yillarda yunon faylasufi Arastu til, xotira, motivatsiya, emotsiya, anglash va shaxs haqida fikr yuritgan: Masalan u: "To'yib tamaddi qilgandan keyin asosiy organ- yurak atrofida gaz va issiqlik yig'iladi",- degan fikrlarni bergan. Bugungi kunda bu fikrlar biz uchun kulguli. 1600 yillarda ingliz faylasuflari kuzatishga asoslangan bilim va ratsional yondashuvga asos solgan. Jumladan: Jon Lok tug'ma g'oyalar tushunchasini rad etadi. Charlz Darvinning eng mashhur g'oyasi – bu tabiiy tanlanish g'oyasidir. Bu evolyutsiya nafaqat biologiya, balki, psixologiyaning ham printsipiga aylangan.

Germaniyalik professor Velgelm Vund tomonidan birinchi psixologik eksperiment o'tkazilgan, u "Ong" atomlarini o'lchashga harakat qiladi. Keyinchalik Velgelm Vund yanada murakkabroq topshiriqlarni bajarishga harakat qiladi. Shunday qilib, psixologiyada psixologik laboratoriyaga ehtiyoj tug'ildi. Velgelm Vund eksperimental laboratoriyasida biologiya va falsafa fanlari asosida yosh psixologiya fani rivojlandi. Psixologiyaning dastlabki zabardast olimlari sifatida fiziolog va faylasuf V. Vund, ingliz tabiatshunosi Ch.Darvin, birinchi rus fiziologi

I. Pavlov, mashhur avstriya vrachi psixo – analiz asoschisi Zigmund Freyd, bolalar psixologi Piaje hamda amerikalik faylasuf Uilyam Djeyslarning ilmiy qarashlari psixologiya fanining rivojlanishiga katta hissa qo'shdi.

Psixologiya – nima o'zi? degan savolga bir nechta psixologik ta'riflarni ko'rish mumkin. Avvaliga psixik jarayonlarni o'rgangan V. Vundning fikricha, psixologiyaning asosiy vazifasi introspektsiya bo'lib, u shaxsiy psixolog ya'ni emotsional holat va hissiy jarayonlarni o'zi tahlil qilishidir. 1920 yillardan 1960 yilga qadar amerikalik psixolog J.B.Uotson introspektsiyani rad etib, psixologiyani xatti-harakati kuzatuvchi fan deb atadi.

Psixologlar 1960 yillarda bu fanni xulq va ruhiy jarayonlar haqidagi fan deb atashgan. Xulq, ya'ni organizm bajaradigan barcha holatni qichqirish, kulish, ko'zni qisish, terlash – barcha harakatlarni kuzatish mumkin. Ruhiy jarayonlar ichki subyektiv jarayon bo'lib, buni hulqiga qarab aniqlaymiz – his qilish, anglash, tush ko'rish, o'y-xayol hislardir. Psixologiya fan sifatida kuzatuv asosida fikrlarni tahlil qilish va g'oyalarga baho berishga intiladi-degan ilmiy fikrlar ham bo'lgan. Psixolog olimlar qarama-qarshi g'oyalarni qanday tahlil qilishadi? Psixologlar o'z fikriga ega: psixologik g'oyalarni ilmiy filtratsiyadan o'tkazib, ko'plab tushunchalar beradi, lekin biz ulardan eng yaxshisini tanlab olamiz.

Psixologiyaning ilmiy tavsifi. *Psixologiya inson ongi va psixikasining paydo bo'lishi, rivojlanishi qonuniyatlari haqidagi fandır.*

Psixika – bu ob'ektiv olamning sub'ektiv tasviri. Psixika individning hulq-atvori va faoliyatida shakllanadi, rivojlanadi va namoyon bo'ladi. Psixika inson va hayvonlarga tevarak atrofdagi predmet va hodisalarning ta'sirini aks ettirishini ta'minlovchi bosh miyaning xususiyatidir. Ong inson psixikasining oliy formasi bo'lib, tarixiy taraqqiyot mahsulidir.

XIX asr oxiri - XX boshlarida faoliyat yuritgan mashhur psixolog G.Ebbingauz shunday yozgan: "Psixologiyaning tarixgacha bo'lgan katta va kichik tarixi bor". Bu yerda tarix deyilganda psixologiyaning falsafadan ajralib chiqib, mustaqil fan sifatida shakllanish, tabiiy fanlar bilan yaqinlashish va o'zining eksperiment metodiga ega bo'lish davri nazarda tutilmoqda. Psixologiyaning tarixida psixikani o'rganishning quyidagi asosiy davrlarni ajratish mumkin:

ruh haqidagi ta'limot doirasida psixik hodisalar haqidagi tasavvurlarning rivojlanishi (qadimgi davrdan XVII asrgacha);

falsafiy ta'limotlarda psixika haqidagi tasavvurlarning rivojlanishi (XVII asr boshlaridan -XIX asr o'rtalarigacha);

psixologik bilimlarning psixologiyaning mustaqil fan sifatidagi tizimida o'rganish (XIX o'rtalaridan hozirgi kungacha).

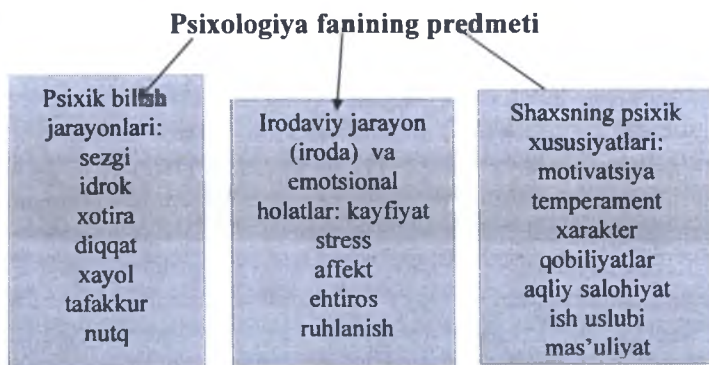
Psixik jarayonlar, psixik xususiyatlar va psixik holatlar zamonaviy psixologiyaning predmeti hisoblanadi (1-sxema).

Psixik jarayonlar ruhiy dunyoning uchta asosiy tomonini qamrab oladi: bilish, his va iroda. Bilish jarayonlariga sezgi, idrok, diqqat, xotira, tasavvur, xayol, tafakkur va nutqni kiritish mumkin. Bu jarayonlar orqali biz dunyoni va o'zimizni bilamiz. Hissiyot insonning tevarak dunyodagi va o'z hayotidagi hodisalariga munosabatining kechinmalarda aks etishidir. Iroda xatti-harakatni boshqarishni ta'minlaydi.

Shaxsning psixik holatlari – shaxsning faollik darajasini xarakterlaydigan muayyan vaqtdagi ichki holati.

Shaxsning psixik xususiyatlari - uning barqaror xususiyatlari: yo'nalganlik, motivatsiya, temperament, xarakter, qobiliyatdir.

Inson psixik hayotining barcha tomonlarining birligi uning faolligida – tevarak muhit bilan o'zaro ta'sirlashuv jarayonida va xatti-harakatlarida namoyon bo'ladi. Faollikning asosiy shakli faoliyatdir. Faoliyatning asosiy shakllari: o'yin, muloqot, o'qish va mehnat. Faoliyatda shaxsning asosiy xususiyatlari shakllanadi, uning qobiliyatlari rivojlanadi.



Demak, psixologiya - voqelikni aks ettirishning o'ziga xos shakli sifatida psixikaning rivojlanish va namoyon bo'lish qonuniyatlarini o'rganadigan fan.

Psixika insonning faoliyatida va xatti-harakatlarida namoyon bo'ladigan faolligining ichki boshqaruvini ta'minlaydi.

Shuning uchun zamonaviy psixologiyaning vazifalariga quyidagilar kiradi:

- psixik jarayonlar va hodisalarning sifat xususiyatlarini o'rganish;
- psixik hodisalarning faoliyatda shakllanishi va rivojlanishini tahlil qilish;
- psixik hodisalarning asosida yotadigan fiziologik mexanizmlarni o'rganish;
- psixologik bilimlarni amaliyotga tatbiq etishga ko'maklashish.

Psixologiya fanini amaliy vazifalarni yechishga jalb etish uning nazariyasining ham rivojlanish xususiyatlarini ma'lum darajada o'zgartiradi. Psixologik kompetentlikni talab etadigan masalalar jamiyatning hayotining barcha sohasida uchraydi. Bugungi kunda psixologiya inson hayoti va faoliyatining davlat boshqaruvi, ta'lim, tibbiyot, sport, harbiy, yuridik sohalar va h.k. tizimlardagi inson ruhiyatining turli tomonlarini qamrab oladigan juda katta tuzilishga ega.

Psixologiyaning boshqa fanlar bilan o'zaro aloqadorligi va uning tarmoqlari. Psixologiya yaxlit va mustaqil fan sifatida odamlarda gumanistik mentalitetning shakllanishiga xizmat qilib, inson omiliga aloqadorligi uning shu yo'nalishdagi muammolarni ma'lum ma'noda o'rganadigan barcha fanlar bilan bevosita aloqasini taqazo etadi. Bular birinchi navbatda ijtimoiy-gumanitar fan sohalari bo'lib, psixologiyaning ular orasidagi mavqei o'ziga xos va yetakchidir.

Falsafa va uning oxirgi paytlarda shakllanib, rivojlanib borayotgan ijtimoiy falsafa qismi bilan bo'lgan aloqa bu ikkala fanning inson va uning hayoti mohiyatini to'la anglash va uning rivojlanib borish tendentsiyalarini belgilashdagi o'rni va ahamiyatidan kelib chiqadi. Tabiat, jamiyat va inson tafakkurining rivojlanishiga oid bo'lgan umumiy qonuniyatlar va tamoyillarni psixologiya falsafaning bazasidan oladi va shu bilan birga o'zi ham inson ongi va tafakkuri qonuniyatlari sohasidagi yutuqlari bilan falsafani ma'lumotlar bilan boyitadi.

Sotsiologiya fani erishgan yutuqlardan psixologiya ham foydalanadi. Ayniqsa, psixologiyadan mustaqil ravishda ajralib chiqqan, bugungi kunda alohida ahamiyat kasb etgan ijtimoiy psixologiyaning sotsiologiya bilan aloqasi uzviy bo'lib, ular jamiyatda ijtimoiy taraqqiyot va rivojlanishni ta'minlash ishiga xizmat qiladilar. Respublikamizda "Ijtimoiy fikr" markazining turli mavzular bo'yicha olib boradigan ijtimoiy so'rovlari aholining kayfiyati, qiziqishi, xohishi, ehtiyoji, niyatini ifodalash bilan birga, hukumat va davlat tomonidan qanday istiqbolli

rejalar tuzishiga xizmat qiladi. Ijtimoiy-psixologik so'rovlarning oliygohlarda o'tkazilishi ustoz-shogird, talaba-o'qituvchi munosabatlarini, ish joylarida o'tkazish xodim-rahbar, xodim-xodim munosabatlarini bilib olish imkonini yaratadi. Bu orqali nafaqat sotsiologik so'rov, balki inson shaxsiga aloqador psixologik xususiyatlarni aniqlash mumkin bo'ladi.

Pedagogika bilan psixologiyaning o'zaro hamkorligi va aloqasi an'anaviy va azaliy bo'lib, ularning yosh avlod tarbiyasini zamon talablari ruhida amalga oshirishdagi roli va nufuzi o'ziga xosdir. Ta'lim va tarbiya jarayonida ta'lim oluvchi shaxsining individual psixologik xususiyatlarini hisobga olish pedagogik jarayonning samarali bo'lishini ta'minlaydi.

Tabiiy fanlar: biologiya, fiziologiya, ximiya, fizika va h.k. psixik hodisalar va jarayonlarning tabiiy fiziologik mexanizmlarini tushunish va shu orqali ularning kechishi qonuniyatlarini ob'ektiv o'rganish uchun material beradi. Ayniksa, bosh miyaning hamda markaziy asab tizimining psixik faoliyatlarni boshqarishda va ularni muvofiklashtirishdagi ahamiyatini hisobga olib, psixologiya fani tabiiy fanlar erishgan yutuqlar va ulardagi tadqiqot uslublaridan foydalanadi. Masalan, shaxs qobiliyatlarini diagnostika qilish uning tug'ma layoqatlari hamda orttirilgan sifatlarini bir vaqtda bilishni taqozo etgani sababli, o'sha tabiiy layoqatning xususiyatlarini aniqlashda psixofiziologiyaning qator usullaridan foydalanadi va biologiya, anatomiya, fiziologiya, neyrofiziologiya kabi fanlarning shu kungacha erishgan yutuqlaridan foydalanadi.

Kibernetika fani sohasidagi erishilgan yutuqlar psixologiya uchun ham ahamiyatli va zarur bo'lib, u inson shaxsining o'z-o'zini boshqarish va psixik jarayonlarni takomillashtirish borasida axborotlar texnologiyasi va kibernetika tomonidan qo'lga kiritilgan yutuqlar va tadqiqot metodlari, maxsus dasturdan o'z o'rnida foydalanadi. Ayniqsa, ma'lumotlar asri bo'lgan XXI asrda informatsion texnologiyalar va modellashtirish borasida psixologiya hamda kibernetika hamkorligining salohiyati yanada ortadi. Masalan, oddiy muloqot jarayonini yanada takomillashtirish, har bir so'zning shaxslararo munosabatlardagi ta'sirchanligini oshirish maqsadida hamda ana shunday ijtimoiy faoliyat jarayonida shaxs tizimini takomillashtirishda turli kibernetik modellardan o'rinli foydalanish zamonaviy psixologiyaning jamiyatdagi o'rni va rolini oshiradi, maxsus kompyuter dasturlarining keng qo'llanilishi inson miyasi va ruhiy olami sirlarini tez va aniq o'rganishni kafolatlaydi.

Yuqorida ta'kidlangan fan tarmoqlari psixologiya bevosita uzviy aloqada rivojlanadigan fanlarning asosiy qismidir. Bugungi kunda har bir fanning rivoji uchun inson omilini hisobga olish juda muhimdir. Psixologiya bu fanlar bilan o'zaro aloqada va hamkorlikda rivojlanadi.

Shu o'rinda bugungi kunda psixologiya fanidan alohida bo'lib ajralib chiqqan tarmoqlar xususida ham fikr yuritish lozim.

Insonning shaxsiy hayoti ham unga psixika haqidagi muayyan tasavvurni beradi. Shuning uchun maishiy va ilmiy psixologiyani ajratib olish zarur. Turmush psixologiyasi insonning hayotdan olgan psixologik bilimlaridan iborat. Har bir odam ma'lum darajada psixolog, chunki, u o'zining hayotiy tajribasiga ega. Ilmiy psixologiya –bu nazariy va eksperimental tadqiqotlar davomida olingan barqaror psixologik bilimlar tizimi.

Zamonaviy psixologiya psixikaning yuqori darajadagi materiyaning ob'ektiv voqelikni psixik hodisalar shaklida aks ettira oladigan alohida xususiyati sifatida bilimlarning juda keng sohasiga ega.

Ko'p qirrali psixologiya fanini turli asoslarda toifalarga ajratish mumkin. A.V.Petrovskiy ajratishning 3 ta asosiy toifa belgilarini ko'rsatadi. Bularga quyidagilar kiradi: inson faoliyatining xilma-xilligi, inson va jamiyat munosabatlari hamda rivojlanish. Inson faoliyatining xilma-xilligiga ko'ra psixologiya fanidan quyidagi tarmoqlarni ajratib ko'rsatish mumkin: mehnat psixologiyasi, pedagogik psixologiya, tibbiy psixologiya, yuridik psixologiya, harbiy psixologiya va h.k.

Ikkinchi belgisi inson va jamiyat munosabatlari bo'yicha ijtimoiy psixologiya va differentsial psixologiya tarmoqlari ajratiladi.

Uchinchi belgi - rivojlanish bo'yicha yosh davrlari psixologiyasi, maxsus psixologiya - surdopsixologiya (eshitish-gapirishda nuqsonlari), tiflopsixologiya (ko'rishdagi nuqsonlari) va zoopsixologiya kabi tarmoqlar ajratiladi. Lekin psixologiya fani bu alohida tarmoqlargina emas, balki asosini *umumiy psixologiya* tashkil etgan butun bilimlar tizimidir. U bir tomondan barcha tarmoqlarni nazariya va tekshirish metodikalari bilan ta'minlaydi, bir metodologiya bilan birlashtiradi. Boshqa tomondan, umumiy psixologiya barcha tarmoqlarning yutuqlarini umumlashtiradi.

Bugungi kunda ilmiy psixologiya fundamental va amaliy psixologiyaga ajratiladi.

Fundamental psixologiya:

Umumiy psixologiya;

SHaxs psixologiyasi;

Differentsial psixologiya;
Neyropsixologiya;
Ijtimoiy psixologiya;
Taraqqiyot psixologiyasi;
Maxsus psixologiya;
Zoopsixologiya.

Amaliy psixologiya:

Pedagogik psixologiya;
Yuridik psixologiya;
Iqtisodiy psixologiya;
Siyosiy psixologiya;
Din psixologiyasi;
Sport psixologiyasi;
Mehnat psixologiyasi;
Harbiy psixologiya;
Kosmik psixologiya va boshqalar.

Fundamental psixologiya inson uchun xarakterli bo'lgan psixologik hodisalarni, barcha psixik hayot sohalaridagi umumiy psixologik qonuniyatlarni o'rganadi.

Fundamental psixologiyaning tarmoqlari:

Umumiy psixologiya psixologiyaning predmeti, psixologik bilimlarning tuzilish tamoyillarining nazariy va metodologik asoslarini o'rganadi, katta odam psixikasining umumiy xususiyatlari va qonuniyatlarini, bilish va emotsional jarayonlarni, shaxsning emotsional holatlarini tadqiq etadi.

Umumiy psixologiya psixologik bilimlarning fundamenti, chunki, uning tushunchalarini, qonunlarini va psixik ishlash mexanizmlarini o'zlashtirmasdan turib, uning muayyan tarmoqlarining o'ziga xos xususiyatlarini tushunib bo'lmaydi.

Shaxs psixologiyasi insonning ijtimoiy muvofiqlashgan xususiyatlarini, qobiliyatlari rivojlanishining umumiy qonuniyatlarini, temperamenti, xarakteri, motivatsiyasi, o'z-o'zini anglashini o'rganadi.

Differentsial psixologiya (yoki individual farqlar psixologiyasi) odamlar orasidagi individual psixofiziologik farqlarni, oliy asab faoliyatining xususiyatlarini va ularning xatti-harakatlarda namoyon bo'lishini o'rganadi.

Psixofiziologiya psixikaning markaziy asab tizimi faoliyati va organizmning fiziologik jarayonlari bilan o'zaro bog'liqligini o'rganadi. Insonning psixik jarayonlari, holatlari, xususiyatlarining paydo bo'lishiga

olib keluvchi miya faoliyatining fiziologik mexanizmlarini o'rganish alohida ilmiy ahamiyatga ega.

Neyropsixologiya oliy psixik funksiyalarning anatomik-fiziologik asoslarini o'rganish bilan shug'ullanadi. Mutaxassislar idrok, xotira, xayol, tafakkur, diqqat, emotsiyalarning asosida yotuvchi inson miyasidagi jarayonlarni tadqiq etadilar.

Ijtimoiy psixologiya odamlarni ijtimoiy guruh tarkibida bo'lganlik fakti bilan muvofiqlashgan xatti-harakatlari va faoliyatlarining qonuniyatlarini, shuningdek, mazkur guruhlarning psixologik xarakteristikasini o'rganadi.

Taraqqiyot psixologiyasi (yosh davrlari psixologiyasi) shaxsning turli psixik jarayonlari va xususiyatlarini rivojlanishining umumiy qonuniyatlarini o'rganadi. Taraqqiyot psixologiyasida bolalar psixologiyasi, o'smirlar psixologiyasi, o'spirinlar psixologiyasi, yetuk insonlar psixologiyasi, gerontopsixologiya (keksalik psixologiyasi) ajratiladi.

Maxsus psixologiya (yoki anomal rivojlanish psixologiyasi) normadagi rivojlanishdan og'ish bilan bog'liq psixologik muammolarni o'rganish bilan shug'ullanadi. U bir necha bo'limlardan iborat: miyaning tug'ma nuqsonlari bilan bog'liq psixik rivojlanishdagi patologiyani o'rganadigan oligofrenopsixologiya, eshitishida jiddiy nuqsoni bor bolalarning rivojlanishini o'rganadigan surdopsixologiya, ko'rmaydigan yoki zaif ko'radigan bolalarning rivojlanishini o'rganadigan tiflopsixologiya, psixik kasalliklarda shaxsning psixik faoliyati va xususiyatlaridagi buzulish qonuniyatlarini, psixikadagi o'zgarishlarni o'rganadigan patopsixologiya.

Zoopsixologiya – hayvonlar psixikasi, psixik aks ettirish qonuniyatlari, ularning xulqining tug'ma va egallangan shakllari haqidagi fan.

Qiyosiy psixologiya – odamning va hayvonning psixik faoliyatidagi umumiy jihatlarni va farqlarni, inson xulqidagi biologik va ijtimoiylik munosabatlarining muammosini o'rganish bilan shug'ullanadi.

Amaliy psixologiya insonning muayyan kasbiy faoliyati uchun xarakterli umumiy psixologik muammolarni o'rganadi.

Pedagogik psixologiya – insonning ta'lim va tarbiya jarayonining psixologik qonuniyatlari haqidagi fan. U ta'lim va tarbiya psixologiyasi, o'qituvchi psixologiyasi, psixikasida og'ish bo'lgan bolalar bilan o'quv – tarbiyaviy ishlar psixologiyasi kabi bo'limlarga ajratiladi. Pedagogik psixologiyada bilimlarni o'zlashtirish jarayonini boshqarish, intellektual

faoliyatning usul va ko'nikmalari muammolari ko'riladi; o'quvchilarning tafakkurining shakllanishiga, ta'lim jarayonining muvaffaqiyatli bo'lishiga ta'sir ko'rsatuvchi omillar aniqlanadi; o'quvchilarning bir-birlari bilan, pedagoglar bilan o'zaro munosabatlari, shuningdek, o'qituvchilarning ota-onalar bilan munosabatlari o'rganiladi; o'quvchilarning individual farqlari tadqiq etiladi.

Tibbiy psixologiya turli kasalliklarda psixikaning namoyon bo'lishini, kasalliklarning paydo bo'lishi va kechishida, ularni davolashda, kasalliklarni oldini olish va salomatlikni mustahkamlashda psixikaning rolini o'rganadi.

Yuridik psixologiya huquqiy munosabatlarni boshqarish sohasiga psixologik bilimlarni tatbiq etish bilan shug'ullanadi. Huquqiy, operativ-qidiruv, sud, kriminal va petentsiar psixologiya kabi bo'limlarga ajratiladi.

Iqtisodiy psixologiya odamlar orasidagi iqtisodiy munosabatlar bilan bog'liq masalalarni o'rganadi. Mutaxassislar, bozor, talab va taklif masalalarini tadqiq etadilar. Iqtisodiy psixologiyada xizmat ko'rsatish, sotuvchi va xaridor o'rtasidagi o'zaro munosabatlardagi psixologik muammolarni o'rganadigan savdo psixologiyasi muhim o'rin egallaydi.

Siyosiy psixologiya millat, sinf, ijtimoiy guruh, davlat, individning siyosiy ongi darajasida shakllanadigan va namoyon bo'ladigan va ularning aniq siyosiy harakatlarida amalga oshadigan jamiyatning siyosiy hayotidagi turli psixologik komponentlar (kayfiyat, ijtimoiy fikr, hislar va h.k.) ni o'rganadi. Psixologik targ'ibot va tashviqot, ommaviy ijtimoiy-psixologik jarayonlar, siyosiy arbobning va hokimiyatning psixologik imidji siyosiy psixologiyaning o'rganish muammolari hisoblanadi.

Din psixologiyasi odamlarning diniy ongi, tasavvurlari va hislarini tadqiq etadi.

Sport psixologiyasi sportchi shaxsining va faoliyatining psixologik xususiyatlarini, samarali mashq jarayonining sharoitlari va vositalari, shuningdek, musobaqalar bilan bog'liq psixologik muammolarni o'rganadi.

Harbiy psixologiya harbiy xizmatchining shaxsi va harbiy jamoaning psixologik xususiyatlarini, zamonaviy jang hamda harbiy va janogovar xizmat faoliyatining, harbiy qurol-aslaha va texnikaning harbiy xizmatchi shaxsiga ta'sirini o'rganadi.

Mehnat psixologiyasi insonning mehnat faoliyatining psixologik xususiyatlarini, mehnatni ilmiy tashkil qilishning psixologik asoslarini o'rganadi. Mutaxassislarning vazifalari insonlarning kasbiy faoliyatlari

bilan bog'liq psixologik xususiyatlarni, mehnat ko'nikma va malakalarining shakllanish qonuniyatlarini tadqiq etish, ishlab chiqarish jarayonining insonni holatiga va uning faoliyati samaradorligiga ta'sirini aniqlashdan iborat. Mehnat psixologiyasiga psixologiyaning bir qator tarmoqlari kiradi. Bular: muhandislik psixologiyasi, aviatsiya psixologiyasi, kosmik psixologiya va boshqalar.

Psixologiya fanining umumiy metodologiyasi. Har bir fan rivojlanishi uchun o'rganayotgan fenomenlari haqida to'g'ri tasavvur beradigan boshlang'ich qoidalarga ega bo'lishi kerak. Bunday qoidalarga nazariya va metodologiya kiradi.

Metodologiya (yunon. *metodos* – bilish yoki tadqiqot yo'li, *logos* – fan, ta'limot) – fanning g'oyaviy pozitsiyasi, mantiqiy tuzilishi, tadqiqotdagi ilmiy yondoshuvlar haqidagi ta'limdir.

Fan bilimlar, faktlar, qonunlar va tadqiqot metodlaridan iborat tizimdan tashkil topgan. Metodologiya umumiylik xarakteriga ega bo'lib, turli amaliy va nazariy faoliyat sohalariga qo'llanilganda konkretlashadi. Psixologiyada bunday soha tadqiqoti muayyan metodlarni ishlab chiqishni talab etadigan psixika hisoblanadi. Psixologiyaning metodologiyasida uchta daraja ajratiladi: umumiy, maxsus va xususiy.

Psixologiya fanining umumiy metodologiyasi sifatida tevarak muhit va unda psixikaning o'rni va rolini tushunishga dialektik –materialistik yondoshuv olinadi.

Dialektik – materialistik yondoshuvning asosiy tamoyillari quyidagilardan iborat:

1) tabiat va jamiyatdagi mavjud narsa va hodisalar o'zaro bog'liqlikda hamda o'zaro munosabatda yashaydi. Biron narsa yoki hodisa bilan bog'liq bo'lmagan, yakka holda yashaydigan narsa yoki hodisa bo'lmaydi va bo'lishi ham mumkin emas;

2) tabiat va jamiyatdagi mavjud narsa va hodisalar har doim harakatdadir, harakatdan to'xtab, qotib qolgan hech narsa va hech bir hodisa bo'lmaydi va bo'lgan ham emas;

3) tabiat va jamiyatdagi mavjud narsa va hodisalar har doim o'zgarib turadi. Narsa va hodisalarning bunday o'zgarishi dastlab bilinar-bilinmas bo'lishi mumkin. Lekin ma'lum bir nuqtaga yetganda bu miqdor o'zgarishlari sakrash yo'li bilan sifat o'zgarishlariga o'tadi. Ya'ni narsa va hodisalar evolyutsion tarzda (sekin-asta emas), balki revolyutsion tarzda (birdaniga) o'zgaradi;

NIZOMIY NOMIDAN
TDPU
AXBOROT-RESURS
MARKAZI

4) tabiat va jamiyatdagi mavjud narsa va hodisalarning taraqqiyoti asosida ichki qarama-qarshiliklar kurashi yotadi, ya'ni taraqqiyot ichki ziddiyatlarning hal qilinishi jarayonida amalga oshadi.

Psixologiya fanining tamoyillari. Determinizm tamoyili, ya'ni psixik hodisalarning sababiy muvofiqlashuvi. Bu psixikaning tabiiy va ijtimoiy sharoitlar bilan belgilanishi va ularning ta'sirida o'zgarishini anglatadi;

Ong va faoliyat birligi tamoyili. Ong faoliyatda paydo bo'ladi, rivojlanadi va namoyon bo'ladi va o'z navbatida ong faoliyatning faollik xarakterini ta'minlaydi;

Rivojlanish tamoyili psixikani rivojlanish mahsuli sifatida va rivojlanish jarayonida ko'rish imkonini beradi;

Shaxsiy yondoshuv tamoyili tadqiqotchilarni insonning individual va ijtimoiy –psixologik xususiyatlarini o'rganishga yo'naltiradi.

Psixologiya fanining xususiy metodologiyasi psixologiya tarmoqlarining o'ziga xosligini aks ettiruvchi yanada aniqroq psixologik yondoshuvlardan iborat.

1.2. Psixologiya fanining tarixiy taraqqiyoti

Antik dunyoda psixologiyaning paydo bo'lishi. Bizni o'rab turgan dunyo haqidagi qadimgi tasavvurlar animizm (lot. anima-ruh) bilan bog'liqdir. Animizmda har bir predmetning ruhi bor degan dunyoqarash shakllangan va u harakat hamda rivojlanish manbai hisoblangan.

Ruh haqidagi qarashlarning rivojlanishiga qadimgi Yunoniston faylasuflari katta hissa qo'shishgan. Ular tabiatning qacrida harakat va issiqlik bor bo'lsa, o'sha yerda ruh bor deb hisoblashgan. Qadimgi yunon faylasuflari dunyoning mohiyatini, uning kelib chiqishini bilishga intilganlar. Shu sababli, ular tabiat, inson, insonning ruhi haqida va ruhiy hayoti haqida o'z g'oyalarini ilgari surganlar.

Qadimgi yunon faylasuflarining ta'limotlariga ko'ra, dunyoning asosida moddiy narsa yotadi. Ularning fikriga ko'ra, inson ham dunyoning bir qismi sifatida shu moddadan tashkil topadi.

Animizmdan gilozoizmga (yunon. – hyle - materiya) o'tish aql inqilobi bo'lgan. Gilozoistlar ruhni tabiiy ilmiy qonunlar nuqtai nazaridan o'rgana boshlashgan.

Gilozoist *Geraklit* (m.a. 530-470 y) tabiatning asosi olovdan iborat deb hisoblagan. "Hamma narsa olovdan paydo bo'ladi va hamma narsa yana olovga aylanadi". U insonning ruhi ham olovdan paydo bo'ladi, degan g'oyani ilgari suradi.

Fales butun mavjudotning, shuningdek, insonning ham tabiati suv deb hisoblagan. Insonning ruhini bug' shaklida tasavvur qilgan.

Anaksimening fikriga ko'ra, dunyodagi barcha mavjudot havodan tashkil topadi va ruh siyraklashgan havodir.

Gippokrat odamlarni ilmiy tarzda tiplarga ajratishga asos soldi (m.a. 460-377 y). Gippokrat insonlardagi farqlarning manbaini va sababini organizmning ichidan qidirdi. Uning fikriga ko'ra, inson organizmida to'rt xil suyuqlik mavjud. Bular: o't, qon, shilimshiq, qora o't. Gippokrat bu suyuqliklarning nisbatiga ko'ra xolerik, sangvinik, flegmatik, melanxolik kabi to'rt xil temperament turini ajratgan. U insonlarni to'rt xil temperament turidan biriga mansub deb hisoblagan.

Demokrit (m.a. 460-370 y) dunyoning asosida bitta manba yotadi, olov ham, suv ham, tuproq ham, havo ham dunyodagi barcha turli-tuman narsa va hodisalar ham shu manbadan paydo bo'ladi, degan ta'limotni ilgari surdi. U butun mavjudotning asosini materiya deb atagan. Demokrit materiya atomlardan, ya'ni juda mayda, ko'zga ko'rinmaydigan zarralardan tashkil topgan, bu atomlar doimo harakatlanib turadi degan g'oyani ilgari surgan. Uning fikricha, atomlar faqat shakl jihatdangina bir-biridan farq qiladi va ular harakatlanganda bir-biriga tegib ketib harakatlari sekinlashadi.

Demokritning ta'limotiga ko'ra, inson ham xuddi shunday atomlardan tarkib topgan. Odamning tanasi qo'polroq atomlardan tashkil topadi, ruhi esa eng silliq va harakatchan atomlardan tashkil topadi. Ruh atomlari insonning butun tanasiga tarqalgan bo'lib, ular tananing barcha a'zolariga joylashgan. Insonning sezgilari, hislari va fikrlari shu ruh atomlarining o'ziga xos harakatidan iborat deb hisoblagan. Tabiatdagi barcha narsalardan doimo atomlar ajralib chiqadi. Mana shu atomlar ko'zga tushsa inson ko'radi, qulog'iga tushsa eshitadi, burunga kirsam, biror narsaning hidini sezish mumkin. Insonning fikrlari – bu bosh miyadagi ruh zarralarining harakati, insonning hislari, intilish-ehtirosi – bu yurakdagi ruhlarning harakati. Demokrit ruhiy hayotning markazi yurakda deb hisoblagan. U barcha ruhiy atomlarning tanadan butunlay ajralib chiqib ketishi o'limga olib keladi deb hisoblagan.

Suqrot (m.a. 470-399 y) birinchi bo'lib ruhni inson axloqining manbai sifatida ko'radi. U savollar berish orqali haqiqatni topish metodining asoschisidir. Ruh - individning psixik xususiyati sifatida aqli mavjudot bo'lganligi uchun unga xos ekanligini aytgan.

Platon (m.a. 427-347y) Suqrotning shogirdi bo'lgan. U ruh materiya bilan hech qanday umumiylikka ega emas deb hisoblagan. Moddiy

dunyodan farqli ravishda ruh idealdir degan g'oyani ilgari surgan. Bilish –bu psixikaning tevarak atrof bilan o'zaro ta'siri emas, balki ruhning odam tanasiga kirishdan oldin ideal dunyoda ko'rganlarini eslashidir deb hisoblagan.

Suqrot va Platon jon va tanani bir-biriga butunlay qarama-qarshi qo'yadilar, tanani moddiy, jon esa moddiy emas, u ruhiydir degan g'oyani ilgari surganlar. Tana moddiy bo'lgani uchun uni ko'rish mumkin. Jon moddiy bo'lmagani uchun uni ko'rib bo'lmaydi. U g'oyalar dunyosiga taalluqlidir. Ularning fikriga ko'ra, jon tanada vaqtinchalik mavjud bo'lib, tana o'lganidan so'ng, yana o'z dunyosiga qaytib ketadi.

Ular jonni uch qismga bo'lganlar. Oliy qism - yuksak aql hisoblanadi. Jonning bu qismi insonning boshida joylashgan bo'ladi. Jonning ikkinchi qismi yurakka joylashgan bo'lib, ular insonning axloqiy fazilatlarini manbaidir. Jonning uchinchi qismi qorinda joylashgan bo'lib, u his-tuyg'ular manbaidir.

Shunday qilib, Qadimgi Yunoniston falsafasida psixikaga nisbatan ikkita qarama-qarshi nuqtai nazar vujudga kelgan – materialistik (Demokrit yo'nalishi) va idealistik (Platon yo'nalishi).

Buyuk faylasuflardan biri Arastu (m.a.384-322y) o'simlik, hayvon va aqlli ruhlarni ajratgan va bu bilan inson psixikasining o'ziga xosligini qayd etgan. Antik psixologiyaning cho'qqisi Arastuning "Ruh haqida"gi traktatlari bo'ldi. Arastu o'z traktatlarida ruh va uning faoliyati haqidagi g'oyalarini birinchi bo'lib tizimli ravishda bayon etgan. U aqlli ruh ideal va tanadan ajrala oladi, uning mohiyati ilohiy deb tasavvur etgan. Tana o'lganidan keyin ruh tanasiz havoga qaytadi deb hisoblagan.

Arastu ruh bilan tana munosabatlari masalasida o'z fikrlarini bildirgan. Uning ta'limotida aqlli ruh markaziy o'rin egallaydi. Uning fikricha, ruhning bu turi, ya'ni aqlli ruh faqat insonlarga xos bo'lib, u ilohiy yo'l bilan paydo bo'ladi. Tana ruhga tobe, ruh tanani harakatlantiradi, hayotiga ma'no va yo'nalish beradi. Tana o'lgandan keyin aqlli ruh ilohiy ruh bilan qo'shilib ketadi.

Arastu ta'limotida beshta sezgi organlari, tafakkur, ijobiy va salbiy hislar, ixtiyoriy va ixtiyorsiz jarayonlar va tasavvurlar o'z aksini topgan. U inson sezgisi tashqi qo'zg'atuvchi ta'sirida vujudga keladi degan g'oyani ilgari surgan.

Arastu mantiqiy tafakkur shakllarining mukammal tizimini ishlab chiqqan. Shuningdek, u organizmdagi ruhiy va fiziologik o'zgarishlarning o'rtasidagi aloqalarni aniqlashga harakat qilgan.

Lukretsiy Karr (99-55 y). Epikurning shogirdi va Demokritning izdoshi bo'lgan Qadimgi Rim faylasufi Lukretsiy o'zining "Narsalarning tabiati haqida" degan asarida moddiy bo'lmagan ruhning mavjudligini inkor qiladi. U ruhni materiyaning turlaridan biri sifatida ko'radi. Ruhning faolligini va tanani o'ziga bo'ysundira olishini hamda uning dag'al materiyadan iborat ekanligini ta'kidlaydi.

Lukretsiy psixik hodisalarning tanaga bog'liqligini tajribaga asoslanib isbot qiladi. Uning fikricha, tana o'sgani sari aql ham o'sadi, tana kasal bo'lgani singari aql ham kasal bo'ladi. U ruhning abadiyligini inkor etgan. U psixik jarayonlarni ham tahlil qilib, barcha qo'zg'atuvchi ham sezgini paydo qilmasligini, buning uchun qo'zg'atuvchi ma'lum bir kuchga ega bo'lishi kerakligi haqidagi fikrni bildirgan. Bu g'oyani sezgi chegaralari haqidagi birinchi fikr desak to'g'ri bo'ladi.

O'rta asr psixologiyasi. Arastu bilan Platon yaratgan ruh haqidagi ta'limot o'rta asrlarga kelib Sharqda ham, G'arbda ham rivojlantirildi. Psixologiyadagi bu oqim XVII asrlarga kelib metafizik yoki ratsionalistik psixologiya deb nom oldi.

Bu yo'nalishning metafizik deb atalishiga sabab, ruhning, psixik jarayonlarning –hissiy dunyo chegarasidan tashqaridagi g'ayri jismaniy narsa deb tushuntirilishidir.

O'rta asr mutafakkirlarining ruh va ruhiy hayot haqidagi mulohazalari, asosan, ruhning mohiyati, uning kuchi, qobiliyatlari va kelib chiqishi, uning tana o'lgandan keyingi tadbiri, ruhning tanaga bo'lgan munosabati haqidagi masalalarga qaratilgan edi.

Deterministlar (Lot. Determinare – belgilamoq) inson irodasi ham, dunyodagi hamma narsalar singari, sababiyat qonuniga bo'ysunadi, binobarin, insonning barcha irodaviy harakatlari ham erkin emas, balki zarurat bilan, o'z sabablari bilan belgilanadi degan g'oyani ilgari surganlar.

Indeterministlar, deterministlarga qarama –qarshi inson irodasi va uning xatti-harakatlari har qanday sababiyatdan xoli va hech qanday zaruratga bog'liq emas, degan g'oyani ilgari surganlar. Indeterminizm sof idealistik ta'limot bo'lgan, lekin determinizm da esa, materialistik tendentsiyalar o'z ifodasini topgan edi.

Realistlar – umumiy tushunchalar ob'ektiv ko'rinishda aks etadi, deb ta'kidlaganlar.

Nominalistlar (lot.nominale – nom, ot) faqat individual sifatlarga ega bo'lgan alohida-alohida narsalargina real mavjuddir degan g'oyani ilgari surganlar.

Psixologiyaning o'rganilish bosqichlari

4 bosqich	Psixologiya, psixikaning mexanizmlari, qonuniyatlari va faktlarini o'rganuvchi fan sifatida	Dunyoga materialistik nuqtai-nazardan qarash shakllangan. Rossiya psixologiyasining asosida aks ettirish nazariyasi asosiy qonuniyat sifatida ko'rsatiladi.
3 bosqich	Xulq atvor haqidagi fan sifatida	XX asrdan boshlanadi. Psixologiyaning vazifasi ko'rgan narsalarni bevosita kuzatish, aniqrog'i inson xulq-atvorini, faoliyatini, reaksiyasini kuzatish deb hisoblangan. Bunda motivlarning o'rni hisobga olinmagan.
2 bosqich	Psixologiya ong haqidagi fan	XVII asrda tabiiy fanlar rivojlanishi bilan boshlanadi. Fikrlash, xoxlash, his qilish, qobiliyatini ong deb atashgan. O'z-o'zini kuzatish asosiy metod hisoblangan.
1 bosqich	Psixologiya jon haqidagi fan sifatida.	Bu yo'nalish psixologiyada bundan 2000 yil oldin paydo bo'lgan. Inson hayotidagi barcha narsalar tushunchasi, tushunarsiz hodisalarni jon, ruh bilan bog'lab tushuntirishga harakat qilganlar.

Fanning rivojlanishining har bir bosqichida ilmiy amaliy-nazariyalar yaratilgan. Psixologiya fanining ilmiy asosga qurilishida ingliz olimi Gobbs (1588-1679) ruhni mutlaqo rad etib, mexanik harakatni “yagona voqelik” - deb tan olib, uning qonuniyatlari psixologiyaning ham qonuniyatlari ekanligini ta'kidlaydi. Uning negizida – erifenomalizm (yunoncha eri - o'ta, rhainominon – g'ayritabiiy hodisa) vujudga keldi, ya'ni psixologiya tanadagi jarayonlarning soyasi singari ruy beradigan ruhiy hodisalar to'g'risidagi ta'limotga aylandi.

Garvard astronomi Oven Gingerich 100 milliard samo yo'li borligini xabar beradi. Bizning o'zimizni ham samo yo'limiz bor, u nisbiy dog' shaklida, yana 200 milliard yulduzlar borki, ular bizning quyosh-yulduzlarga o'xshaydi. Ulardan ko'pi planetalararo aylanadi. Tashqi fazo

qatlamida bizning umrimiz davomiyligi okean sohilidagi yolg'iz qum zarrasidan ham kichikroq tuyuladi.

Hali ham bizning ichki olamimizda qo'rquvdan ko'ra ko'proq jonlantiradigan, o'z domiga tortadigan hech narsa yo'q. Olim Gingerich qo'shimcha qilganidek, "bizning miyamiz domiga tortadigan hech narsa yo'q. Olim Gingerich qo'shimcha qilganidek, "bizning miyamiz butun kosmosdagi eng murakkab fizikali ob'ekt". Bizning ongimiz xotiramiz teran mahoratni eslatuvchi moddadan paydo bo'lgan. Bizning o'y-fikr, his-tuyg'u va harakatlarimiz va boshqalarning o'y fikrlari, hissiyot va harakatlarining ta'siri bilan bizni o'ziga jalb qiladi. Tashqi fazo bizni o'zining johilliklari bilan o'zidan chetlashtiradi. Lekin ichki fazo o'ziga jalb qiladi.

Falsafiy ta'limotlarda psixika haqidagi qarashlar va psixologiyaning mustaqil fan sifatida shakllanishi. XVII asrda ilm-fanning taraqqiyoti, mexanikaning kashf qilinishi psixologik g'oyalarning rivojida yangi davrni boshlab berdi. Fanda tajribaga asoslangan yangi oqim (empirik oqim) rivojlana boshladi. Ilm-fan sohasidagi rivojlanish ingliz faylasuflari F.Bekon, Gobbs, Lokk, frantsuz faylasufi R.Dekartning nomi bilan bog'liqdir.

Ingliz faylasufi Frensis Bekon materializmning asoschisi hisoblanadi. U Yevropa sxolastik falsafasini qattiq tanqid qildi va ilmiy bilimlarning yangi yo'llarini ko'rsatib berdi. Bekon fan, avvalambor, tevarak atrofdagi tabiatni, tabiatda ro'y beradigan hodisa va qonunlarni o'rganish bilan shug'ullanishi kerak deb hisoblagan. Tabiatni o'rganish tabiatga hukmronlik qilishga yordam beradi. Tabiat tajriba orqali o'rganilib, umumiy og'zaki mulohazalardan voz kechilishi kerak deb uqtirgan. Bekon ratsionalistik fanda deduktiv metodning qo'llanilishiga qarshi chiqib, tajribaga asoslangan induktiv metodni asoslab berdi. U o'zining metodini "Yangi organon" deb atalgan kitobida yoritib berdi. Shu vaqtda Bekon ruh va ruhiy hayot haqidagi masalalarga ham e'tibor qaratgan. Bekon ruhni aqliy va hissiy ruhlarga ajratgan. Aqliy ruh ilohiy nafsdan kelib chiqadi, hissiy ruh moddiy (jismaniy) bo'lib, barcha organik mavjudotlarga xos hisoblanadi. Hayvonlarning tanasi hissiy ruh organi bo'lib xizmat qiladi, insonning tanasi esa aqliy ruhning organidir. Lekin aqliy ruhni faqat teologiya o'rganishi mumkin deb hisoblaydi.

Bekonning ta'limotiga ko'ra, hissiy ruh moddiy bo'lishiga qaramasdan, issiqlik ta'sirida ko'zga ko'rinmaydigan suyuqlikka o'xshagan bo'lib, tabiatiga ko'ra havo va olovga yaqin turadi. Bekon ruh

miyada joylashgan bo'ladi, lekin asab tolalari va qon tomirlari orqali butun tana bo'ylab harakatlanishi mumkin deb hisoblagan.

Bekon fahm, aql, xotira, istak, irodalarni ruhning qobiliyatlari deb hisoblagan. Psixologiyaga oid masalalarda F.Bekon ba'zi bir mulohazalarnigina bildirgan xolos. Bekon fizik olam qonuniyatlarini insonning psixik hayotiga ko'chirish mumkinligini, psixikani tajriba va kuzatish yordamida o'rganish mumkinligini taxmin qilgan. Uning fikricha, "birinchi psixik element" (o'ziga xos psixik atom) tasavvur hisoblanadi. Psixologiyaning ideali "tibbiyotdagi atomlar mexanikasidan namuna olib, "tasavvurlar mexanikasini" yaratish deb hisoblagan.

Ingliz faylasuf materialistlaridan biri Tomas Gobbs Bekonning tasavvurlar mexanikasi haqidagi fikrlarini yanada rivojlantirdi. Uning fikricha, o'ziga tortuvchi, jalb qiluvchi (huzur, istak, muhabbat) va ranjitadigan (og'riq, qo'rquv, nafrat) kuchlaridan iborat bo'lgan ehtiroslar psixik hayotning asosini tashkil etadi. Psixologik hodisalarning o'zi moddiy tartibdagi omillardir. Ularning rivojlanishi nutqning rivojlanishi bilan bog'liq ravishda kechadi.

Rene Dekart. Frantsuz faylasufi, matematigi va tabiatshunosi R.Dekart tabiat fanlarini o'rganishda tajriba metodiga e'tiborini qaratadi. Shu bilan bir vaqtda u ratsionalistik metodning himoyachisi ham bo'lib chiqqan. Dekartning fikriga ko'ra, ratsionalistik metod tajribadan ham mukammalroqdir. Uning fikricha, to'liq ilmiy falsafa tizimi, shu jumladan, psixologiya ham, faqat ratsionalistik metod asosidagina ko'rilishi mumkin ekan. Dekart o'zining psixologiya sohasidagi g'oyalarini o'zining "Ruh ehtirosлари haqida" degan asarida bayon etgan. Dekart tana bilan ruhni bir-biriga mutlaqo qarama-qarshi deb hisoblagan. U tananing mohiyati, barcha moddiy narsalarniki singari, fazoviylikdir, ruhning mohiyati esa tafakkur deb hisoblagan. Dekart sezgi, tasavvur va irodani ham shunga kiritadi. Dekartning fikriga ko'ra, hayvonlar ruhga ega emas, ruhga faqat insonlar ega bo'la oladi. Ruhning faoliyati sezgilar, xotira, tafakkur, iroda o'z qonuniyatlariga ega bo'lib, mana shu qonunlarga binoan ro'y beradi, tananing faoliyati (harakat) esa mexanika qonunlariga binoan amalga oshadi. Shunday qilib, psixik va fiziologik (moddiy) jarayonlar bir-biriga parallel holda ro'y beradi. Dekart psixofizik parallelizm ta'limotining asoschisi hisoblangan. Bu ta'limot tafakkur va borliq munosabatlari haqida bo'lib, unga ko'ra tafakkur va borliqda ro'y berayotgan barcha jarayonlar bir-biriga mos keladi, lekin o'zaro ta'sirlashmaydi. Dekart ruhiy hodisalarni inson miyasida kechayotgan organik jarayonlar bilan tushuntirishga urindi. U organizmning tashqi

ta'sirga avtomatik javob usuli sifatida refleks tushunchasini kiritdi. Tana harakat qilishi mumkin, ruh esa fikrlashi. Tananing ishlash tamoyili refleks, ruhniki refleksiya. Bu tushuncha orqali u inson va hayvon xatti-harakatlarini tushuntirib berdi. Lekin u ruhiy holatlarni ilmiy jihatdan asoslab bera olmadi. Dekart ruhning makoni miyaning asosida joylashgan shishsimon bez deb taxmin qilgan. Dekart yashagan paytda shishsimon bez faqat odamlarda topilgan bo'lib, ko'p vaqt o'tmay u bir qancha hayvonlarda ham topildi. Bu holat Dekartning ruh va tananing munosabati haqidagi ta'limotining inkor etilishiga olib keldi. Dekart inson organizmini o'rganib, organizmning faoliyati organizmga tarqalgan va bir markazda – miyada birlashadigan asablar yordami bilan amalga oshiriladi deb hisoblagan. Bu asablar organizmning sezishiga, idrok qilishiga va atrofdagi olam hodisalarini bilishiga yordam beradi. Asablar orqali miyadan u yoki bu javob – mushak harakatlariga beriladi. Masalan, Dekart fiziologiyaga “refleks” tushunchasini kiritdi va birinchi bo'lib asab fiziologik jarayonlarning mexanizmini aniqladi. “SHartli reflekslar” nomini olgan asablar o'rtasidagi yangi bog'lanishlar mexanikasini ham u ta'riflab bergan. Dekart tajribaga asoslangan bilimlarga katta ahamiyat bergan. Lekin shuning bilan birga, u matematika va falsafaga doir eng umumiy tushunchalar tajribadan hosil qilinmasdan, balki ular insonga tug'ma holda beriladi, deb hisoblagan. Bu masalada Dekart Platonning “tug'ma ideallar haqidagi” ta'limotini qo'llab quvvatlagan.

Shunday qilib, Dekart psixika masalasida idealist, tabiat haqidagi, hayvon va inson haqidagi ilmda esa mexanistik materialist bo'lgan. Dekart o'z-o'zini kuzatishni psixologiyaning asosiy metodi hisoblagan. Dekartdan boshlab ruh aql bilan tenglashtirila boshladi: “Men fikrlayapman, demak, men mavjudman...”

Tomas Gobbs (1588-1679) psixikani asosida assotsiatsiyalar yotadigan moddiy substantsiyaning harakatlanishidir deb hisoblagan. Gobbs aqlni assotsiatsiyalar mahsuli va organizmning moddiy dunyo bilan bevosita hissiy aloqasini uning manbai sifatida e'tirof etadi. Bilishning asosi sifatida tajriba olinib, ratsionalizmga empirizm qarshi qo'yildi. Tajriba shiori ostida empirik psixologiya vujudga keldi. .

Jon Lokk. (1632 - 1704). Ingliz olimi va pedagogi Jon Lokk Bekonning izdoshi bo'lgan. Lokk psixologiya tajribaga asoslanishi kerak, deb hisoblagan. U ruhning va uning kuchlarining asl mohiyatini bilish mumkin emasligiga ishongan. Lokk tajriba va kuzatish orqali ruhiy hodisalarni o'rganish tarafdori bo'lgan.

Lokk sezgini asosiy va birlamchi psixik hodisa deb hisoblagan. Ruhiy hodisalarning qolgan turlari, murakkab bo'lishiga qaramasdan, faqat sezgilarning bir-biriga munosabati va qo'shilishidir degan fikrni ilgari surgan. Ruhda hech qanday tug'ma g'oyalar yo'q. Ruh o'zining barcha g'oyalarini tashqi tajriba- sezgilardan (birlamchi sifatlar) va qayta ishlangan ichki tajriba- refleksiylar, xotira, farq qilish, taqqoslash, murakkab tasavvur va boshqalardan (ikkilamchi sifatlar) hosil qiladi. Lokk yangi tug'ilgan bolaning ruhini toza taxtaga o'xshatadi, lekin tarbiyachi va hayot tajribasi bunga sezgilar orqali xohlagan narsani yozishi mumkin degan fikrni ilgari surgan.

Sezgilar haqidagi ta'limotida J.Lokk birlamchi va ikkilamchi sifatlarni ajratadi. Uning fikriga ko'ra, narsalarning sezgi organizmlariga bevosita ta'sir etishi natijasida birlamchi sifatlar yoki obrazlar hosil bo'ladi. Bu sifatlar ob'ektivdir. Lokk birlamchi yoki ob'ektiv sifatlar harakatni, o'tkazuvchanlikni, zichlikni, zarrachalarning ulanishini, figurani, hajmni va boshqalarni sezishni kiritgan. Ikkilamchi yoki sub'ektiv sifatlar "narsalarning o'zida emas", balki birlamchi sifatlar bog'liq bo'lib, sub'ektiv ravishda yaratiladi.

M.V.Lomonosov birlamchi va ikkilamchi sifatlar haqidagi ta'limotni tanqid qilib chiqqan. U sezgilar ob'ektiv va hech qanday ikkilamchi sub'ektiv sifatlar yo'q deb hisoblagan.

Ingliz faylasufi J.Berkli (1689-1753) va uning izdoshlari Lokkning ikkilamchi sifatlar haqidagi ta'limotining tarafdori bo'lib, ular insonning barcha hamma sezgilari sub'ektiv bo'lib, ong tomonidan yaratilgan deb hisobladi.

Xristian Volf (1679-1754). Nemis faylasufi X. Volf "ratsionalistik" va "empirik" psixologiyaning birgalikda mavjudligi qonunini taklif etdi. U o'zining "Empirik psixologiya" va "Ratsionalistik psixologiya" nomli ikki katta asarlarida bu ikki oqimni asoslab bergan. Ratsionalistik psixologiya aqliy-ratsionalistik metoddan foydalanib, ruh va uning mohiyatini o'rganadi. Empirik psixologiya kuzatish va tajriba yordamida ruh hodisalarini, ya'ni ichki tajriba faktlarini o'rganadi.

Umuman shuni aytish kerakki, XVIII asrda Yevropaning barcha mamlakatlarida empirik psixologiya yagona hukmron psixologiya tizimi bo'lib qoldi. Metafizik ratsionalistik psixologiyaning masalalari ba'zi bir faylasuflar (Leybnits, Kant va boshqalar) tomonidan bahs qilina boshladi.

Dekartning opponentlaridan biri B.Spinoza bo'lgan (1632-1677y). Spinoza uchta asosiy undovchi kuchni ajratgan: xohish, quvonch, g'am. U quvonch tananing harakat qobiliyatini oshiradi, g'am esa teskarisi

susaytiradi, ya'ni ruhning holati tananing harakatlariga ta'sir ko'rsatadi, deb hisoblagan.

Frantsuz faylasuflari D.Didro (1713-1784), P.Golbax ((1713-1789), K.Gelvetsiy (1715-1771), E.Kondilyak (1715-1780) lar psixik sifatlarning rivojlanishi ijtimoiy muhit ta'sirida ro'y beradi degan g'oyani ilgari surishdi.

D.Gartli (1705-1757). Angliyalik olim D.Gartli J.Lokkning g'oyalarni rivojlantirib assotsiativ psixologiyaning asoschilaridan biri bo'ldi. Assotsiatsiyalar tushunchasi ostida bir psixik hodisalarning boshqalari bilan qonuniy aloqasi tushunilgan. Gartlining fikriga ko'ra ruhiy dunyo uchta unsur: sezgi, fikr (g'oya) va hislarning asosida quriladi. U assotsiatsiyalar mexanizmini psixik faoliyatni tushuntiruvchi universal tamoyilga aylantirdi.

Evropada XIX asrda assotsiatsiyalar va ularning inson psixik faoliyatidagi roli haqidagi g'oyalar juda keng tarqaldi. Bu o'z navbatida empirik psixologiyaning tarkibida "assotsiativ psixologiya" deb atalgan yangi yo'nalishning vujudga kelishiga olib keldi. Assotsiativ psixologiya ayrim sezgi va tasavvurlar o'zaro mexanik bog'lanishlar bilan birlashadi degan g'oyani ilgari surdi. Assotsiativ psixologiyaning diqqat markazida ongning yuksak murakkab jarayonlarini, ya'ni tafakkur, nutq va irodalarni tajriba asosida (asosan o'z-o'zini kuzatish yo'li bilan) o'rganish turdi. Bu assotsiativ psixologiyaning psixologiyaga qo'shgan eng katta xizmati edi. XIX asrning 70-yillarida fanning rivoji psixika haqidagi barcha bilimlarni birlashtirib, alohida fan bo'lish zaruratini vujudga keltirdi.

V.M.Vundt (1832-1920). V.Vundt fiziolog bo'la turib, psixologiya bilan shug'ullana boshlagan. "Fiziologik psixologiya asoslari" asarida psixika haqidagi barcha bilimlarni to'plab yangi fanni shakllantirdi va unga psixologiya nomini berdi.

Vundt 1879 yilda Leyptsigda birinchi tajriba laboratoriyasini tashkil etdi. Bu laboratoriyada sezgi qonuniyatlari, turli qo'zg'atuvchilarga reaksiyalar vaqti, assotsiatsiyalar mexanizmi, diqqat o'rganilgan. Asosiy metod –introspektsiya, sub'ektning o'z ongidagi jarayonlarni kuzatishi hisoblangan. Tafakkur va iroda kabi murakkab jarayonlar masalasida Vundt dasturining kamchiliklari ko'rinib qolgan. Lekin shunday bo'lsada, Vundt maktabi tomonidan amalga oshirilgan ishlar eksperimental psixologiyaga asos solgan.

Xorij psixologiyasida zamonaviy yondoshuvlar. Psixologiya xorijda jadal rivojlandi: psixikani tadqiq etuvchi turli yo'nalishlar va yondoshuvlar vujudga keldi. Bir necha eng mashhurlarini ko'rib chiqamiz.

Bixeviorizm (behaviour xulq) XX asr amerika psixologiyasidagi yo'nalish hisoblanadi. Bu yo'nalish ongni ilmiy metodlar bilan o'rganishni inkor etadi va xatti-harakatni o'zlarining o'rganish predmeti sifatida tanlaydilar. Bu yo'nalish xatti-harakatni tevarak -muhit ta'sirotlariga organizmning javob reaksiyalarining yig'indisi sifatida ko'radi.

Bixeviorizmning asoschisi amerikalik psixolog D.Uotson (1878-1958y) va uning izdoshlari ko'nikmalarning rivojlanishini S-R (ctimul-reaksiya) sxemasiga javob beruvchi shartli reflekslarning vujudga kelishi natijasi sifatida tushuntirishga harakat qiladilar. Bu har bir vaziyatga (stimulga) muayyan harakat (reaksiya) mos keladi. D.Uotson o'zining "Bixeviorizm" kitobida yozadi: "Menga o'nta sog'lom normal bolani ishoning va ularni o'zim xohlaganimdek tarbiyalashga imkon bering va men ulardan har birini ixtiyoriy tanlab qobiliyati, layoqati va ajdodlarining irqidan qat'iy nazar o'zim o'ylaganimdek: vrach, yurist, rassom, sotuvchi, qashshoq yoki o'g'ri odam qilishga kafolat beraman". D.Uotson hayotining oxirida faqat muhit emas, irsiyat ham insonning taraqqiyotini belgilashini tan oldi.

B.Skinner (1904-1990) Uotsonning izdoshi bo'lgan. U tirik mavjudotning har qanday harakati muhitga bog'liq, degan xulosaga kelgan. U ichki mexanizmlarni o'rganishdan voz kechib, xulq reaksiyalarining namoyon bo'lishida tashqi omillarning roliga e'tiborini qaratgan.

Psixoanaliz. 1896 yilda Z.Freyd (1856-1939y) o'zining metodlarini tavsiflash uchun birinchi marta "psixoanaliz" tushunchasini qo'llagan. Psixoanalizning asosiy metodi erkin assotsiatsiyalardir. Psixoanalizning maqsadi ilgari kirish mumkin bo'lmagan ongsizlikdagi materialni ongli tahlil qilish uchun ozod etish. Asta-sekin uning atrofida uning g'oyalari bilan qiziquvchi vrachlar to'plana boshladi: A.Adler, K.Yung, K.Abraxam va boshqalar. Freyd butun hayoti davomida o'z g'oyasini rivojlantirdi. Uning asarlari to'plami 24 tomdan iborat. Freyd qanchalik mashhur bo'lgani sari, uning tanqidchilari ham ko'paydi. 1933 yilda fashistlar Berlinda uning ko'p kitoblarini yoqib tashlashgan. Buni ko'rib Freyd: "Qanday rivojlanish. O'rta asrlarda ular meni yoqqan bo'lishardi, endi kitoblarimni yoqish bilan cheklanishdi" degan edi. Freyd ong, ong osti va ongsizlikdan iborat uchta toifani ajratadi. Ong - aqliy faoliyatning kichik bo'lagi bo'lib, biz mazkur vaqtda angelayotgan narsalardan iborat. Ongsizlik oldingi fikrlar va hislar bilan bog'liq bo'lmagandek tuyulayotgan fikr yoki his. Ong osti osongina ongli bo'lishi mumkin

bo'lgan va xotiradan chiqazib olingan ongsizlikning bir kichik bo'lagi. Freyd insonni harakatga keltiruvchi ikkita asosiy instinktini ajratadi: hayot instinkti va o'lim. Birinchisi, hayotiy muhim jarayonlarni ushlab turishga xizmat qiluvchi va turning ko'payishini ta'minlovchi barcha kuchlardan iborat. Bunda jinsiy instinkt energiyasi - libido katta ahamiyat kasb etadi. Ikkinchi guruh instinklari - o'lim instinkti shavqatsizlik, tajovuzkorlik, qotillik kabi harakatlarning asosida yotadi. 20-yillarning boshlarida Freyd psixikaning kontseptual modelini qayta ko'rib chiqdi va uchta strukturani kiritdi: id, ego, super-ego.

Id (lot. id - u) - ovqat, uyqu kabi shaxsning eng oddiy, tug'ma mexanizmlari. Ular organizmga energiya beradi va qoniqish hissi tamoyili bo'yicha harakat qiladi. Ego (lot. ego-men) shaxsning qaror qabul qilish uchun javob beruvchi komponenti. U reallik tamoyiliga bo'ysunadi. Uning maqsadi instinktlarni qondirishni mumkin bo'lgunga qadar kechiktirish yo'li bilan organizmning butunligini saqlashdan iborat. Super-ego (lot. super ego - oliy-men) o'zida xulqning standartlari va normalarining yig'indisini namoyon etuvchi shaxs komponenti.

Freydning izdoshlari (K.Xorni, E.Fromm, E.Erikson, A.Freyd) yaratgan ta'limotlarning yig'indisi neopsixoanaliz deyiladi.

Kognitiv yondoshuv (lot.cognoscere - bilmoq) zamonaviy psixologiyadagi yondoshuv bo'lib, XX asrning 50-yillarida vujudga kelgan. Bu yo'nalish ma'lumotlarni olish, qayta ishlash va uning odamni xulqiga ta'siri qonuniyatlarini o'rganadi. Kognitiv psixologiyaning vujudga kelishiga bixeviorizm va psixoanalizning ong unsurlariga murojaat etmasdan insonning xatti-harakatlarini tushuntirib bera olmasliklari turtki bo'ldi. Kognitiv psixologiya o'zida ikkita yo'nalishni geshtalpsixologiya va konstruktivizmni birlashtirdi.

Geshtaltpsixologiya. XX asrning 20-yillarida vujudga keldi. Uning asosiy maqsadi psixikani yaxlit struktura (geshtaltlar) nuqtai nazaridan tadqiq etish bo'ldi. Geshtal'tchilarning asosiy g'oyasi tevarak dunyo yaxlit, demak, bizning bu dunyoni idrok qilishimiz ham yaxlit bo'ladi, ya'ni biz yaxlit butunni idrok qilamiz, uning bo'laklarini emas. Geshtaltpsixologlar ilgari surgan g'oyalar psixologiyaning idrokdan tortib guruh dinamikasigacha bo'lgan bo'limlariga kiritilgan.

Konstruktivizm. Bu yondoshuvning asoschilaridan biri shveysariyalik psixolog J.Piajedir (1896-1980 y). U psixikani rivojlanishining davrlashish nazariyasini ilgari surdi. Bu yondoshuv tadqiqotlarining asosiy yo'nalishlari: idrok jarayonlari, obrazlarni tanish, taraqqiyot psixologiyasi, tafakkur, intellekt, motivatsiya va boshqalar.

Gumanistik yondoshuv (K.Rodgers, A.Maslou, G.Olport, R.Mey). Gumanistik psixologiya zamonaviy psixologiyaning yo'nalishi sifatida XX asrning 60-yillarida vujudga keldi. U o'z-o'zini anglash jarayonida o'z imkoniyatlarini ochuvchi sog'lom ijodiy shaxsni o'rganadi. Gumanistik psixologiyaning o'rganish ob'ekti sevgi, ijod, rivojlanish, insoning o'z harakatlari uchun mas'uliyati va boshqalar.

1.3. Psixologiya faniga nazariy yondashish.

Zamonaviy psixologik yondashuvlar

Birinchi psixologik fenomenga turlicha nazariya bilan yondashish mumkin. Biologik yondashuvda miyadagi jarayonlarni va jismoniy o'zgarishlarini o'rganadi, masalan, yuz qizarishi, asabiylashish holatlari kirilgan. Evolyutsion yondashuv uchun individning "g'azab" holati geniga ta'siri e'tiborlidir deb keltirilgan. Bugungi kunda shu kabi zamonaviy psixologik yondashuvlar esa psixologiyaning nazariyasini boyitib bormoqda. Ularni quyidagi jadvalda ko'rish mumkin

Zamonaviy psixologik yondashuvlar

Nazariy yondashuvlar	Tadqiqot predmeti	Muhim savollar
Biologik	Fiziologik jarayonlar asosida emotsiya, xotira, sensor tajribaning bo'lishi	Impulslar qanday kuzatiladi? Qonning kimyoviy tarkibi kayfiyat bilan qanday bog'liq?
Emotsiyalar	Muayyan genlar yig'indisidagi xususiyatlarning tabiiy tanlash jarayonida saqlanishi	Evolyutsiya xulq-atvorga qanday ta'sir ko'rsatadi?
Xulq-genetikasi	Genlarning va atrof-muhitning individual farqlanishga ta'siri	Intellekt, shaxs, jinsiy orentatsiya, depressiya qay darajada gen va atrof muhitga bog'liq?
Bixevioristik	Kuzatuv orqali bilimga ega bo'lish	Nima uchun ba'zi ob'ekt va vaziyatlardan qochamiz? Ortiqcha vazn va chekish kabi odatlarni qanday o'zgartirish mumkin.

Kognitiv	Ma'lumotga ishlov berish, saqlash va qayta ishlab chiqish	Eslab qolishda, fikrlashda va muammoni yechishda ma'lumotdan qay tarzda foydalanamiz.
Sotsio-madaniy	Muayyan hayotiy vaziyat va madaniy an'analarga xulq-atvor va fikrlashning bog'liqligi	O'xshashlik nimada? Afrikalik, Avstriyalik, Osiyolik, Amerikalik - bir oila sifatida nima bilan farq qilamiz?

Genetik mutaxassislar fikricha inson temperamentiga irsiyat va tajriba ta'sir ko'rsatadi - degan yondashuvlarni berishgan.

Bixevioristlarni mimika va pantomima jarayonlari qiziqtirib kelgan.

Kognitiv yondashuvda esa, g'azab qismining intensivligi va uning ongga bo'lgan ta'siriga e'tiborini qaratadi.

Sotsial-madaniy yondashuvlar hisni paydo qiluvchi vaziyatni o'rgatadi.

Yuqorida ko'rsatilgan psixologiyadagi bu barcha nazariy yondashuvlar ziddiyatli bo'lishi shart emas, aksincha bitta psixologik holatga 6 xil nuqtai nazarning mavjudligidir. Bu yondashuvlar bir-birini to'ldiradi. Demak, ko'plab hodisalarga bog'liq turli xil savollar o'z-o'zidan psixologik yondashuvlarni talab qiladi.

Psixologik yondashuvlardagi komplementorlik tamoyili (to'ldirish) boshqa nazariy fanlarga ham xosdir va bu tabiatdagi bizning o'rnimizni o'z holicha tushuntirib beradi. Tabiiy fanlar tabiatning qonuniyatlarini (atom, quvvat kuchlari, tirik hujayra)larni o'rganadi. Gumanitar fanlar hayot mazmunini va qadr-qimmatini o'rgatadi. Psixologiya esa bizning fikrimizni va xatti-harakatlarimizni o'rganadi.

Psixologiyaning o'z chegaralari bor, u sizga aniq va yakuniy javob bermaydi. Masalan, Lev Tolstoyning quyidagi "Nima uchun yashayapman? Nimadir qilishim shartmi? Hayotda kutib turgan o'limga bo'ysunmaslikdan maqsad bormi", -degan savollarga har bir shaxs o'zicha javob beradi. Biroq psixologiya sizga fan sifatida odamning hissiyoti, o'yi, xatti-harakatini yaxshiroq tushunishga yordam beradi.

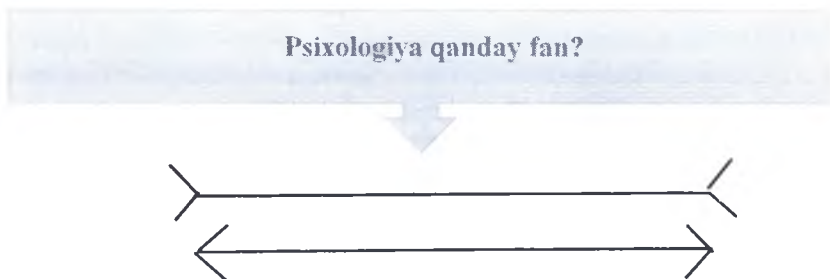
1.4. Psixologiyaning asosiy muammolari

Psixologiyaning asosiy muammosi biologik va ijtimoiy omilning insonga ta'siridir. Psixologiya hal qiladigan muammolardan biri o'zgaruvchanlik va qat'yatlikning nisbatidir.

Inson hayoti davomida o'zgaradimi? Tortinchoq bolakay, o'spirinligida sho`x yigitga aylanadimi?

Inson shaxsi turli vaziyatlarda o'zgaradimi? – kabi savollarga ilmiy izlanishlari, tajribalari bilan javob beradi. Psixologiyaning keyingi muammosi – ratsional va irratsionallik nisbati.

“Aqlli inson tushunchasiga qay darajada loyiqmiz? Ba’zan biz til bilishda abstrakt g’oyalarga ishlov berishda, eng yangi kompyuterdan ham o’tib tushamiz. Ba’zan xulqni sabab bilan bog’lashga harakat qilamiz, ba’zan ratsional, ba’zan oqilona fikr bildiramiz. Biroq, biz xato qilishga moyilmiz. Ba’zan reallikni o’zimizning soxta qarashlarimizga qarab o’z-o’zimizni aldaymiz. Ba’zan bizga quruq statistikadan ko’ra latifa ko’proq ta’sir ko’rsatadi. Mavjud bo’lmagan sabab va aloqalarni ko’ramiz. Biroq, eng asosiy muammo biologiya va tajriba o’rtasidagi nisbatdir.



2-rasm

Djeyms Kalatning “Psixologiyaga kirish” nomli kitobida psixologiyani o’rganishda 3 ta asosiy aspektlariga e’tibor qaratilgan. 1) xulq-atvorning barcha xususiyatlarini o’rganish; 2) xulq-atvorning genetik tomonidan o’rganilishi; 3) xulq-atvorning ijtimoiy muhit ta’sirida o’zgarib borishi. Djeyms U, Kalatning fikricha, psixologiya keng qamrovli fan bo’lib, u o’ziga shaxsning hissiyotlarini, idrok etishi, xotirasi, och qolishi, chanqashi, e’tibor berishi, bola rivojlanishining bosqichlarini ya’ni yosh davrlariga qarab xulq-atvorning o’zgarib borishini ko’rsatadigan ko’p aspektlarning o’zaro ta’sirini ham o’rganib boradigan fan deb aytib o’tgan. Psixologiya faniga shaxs xarakterini va tajribalarini o’rganuvchi tizim sifatida qarashimiz mumkin. Shaxsning xarakteri o’zgaruvchan xususiyatga ega.

Masalan:

Ushbu rasmda siz ko’rib turgan 1 xil chiziq ahamiyatsizdek ko’rinadi. Yaxshilab qarasangiz 1-chiziq uzun ko’rinadi 2-chiziq esa kalta ko’rinadi. Psixologiyada xarakter tushunchasiga juda ko’p ta’riflar

mavjud. Shunday bo'lsa-da 1 chiziq xarakterning cheksiz, o'zgaruvchan ekanligini ko'rsatadi. 2- chiziqda esa biz tajriba jarayonidagi ma'lum xarakterni ko'rishimiz mumkin¹.

Insoniyat taraqqiyotining muayyan bosqichida odam o'zini hayajonlantirgan, taajjubga solgan savollarga javob izlash imkoniyatini topgan. Buning natijasida “inson o'ziga-o'zi ta'sir o'tkaza oladimi?” “O'zgalargachi?”, “Inson qanday fikrlaydi?” Psixologiya o'zi nima? kabi turli-tuman muammolar yechimini qidirishga to'g'ri keldi.

1.5. Psixologiyaning rivojlanishi

Insonda jismoniy tanadan tashqari undan farqlanuvchi yana nimadir borligi haqidagi tasavvurlar qadimdan mavjud bo'lgan. Eng qadimgi davrlardayoq inson tush ko'rish hodisasi orqali ayrim odamlarning noyob qobiliyatlari (masalan, ovdagi muvaffaqiyatlar) o'lim va boshqa hodisalarning sabablarini tushuntirishga intilgan. Ammo dastlabki qarashlar mifologik xarakterda edi. Ular fikrlash orqali emas, ko'r-ko'rona ishonch vositasida egallanardi. Ruh haqidagi qarashlar ko'pincha nafas bilan bog'lanardi, ruhni esa uchar maxluq sifatida tasavvur etardilar. Bu fikrlarga ko'ra ilk davrlarda psixologik xususiyatlarni jonning ishi deb tushuntirilgan. Jonning o'zi esa odam tanasidagi maxsus ikkilamchi jism deb qaralgan. Bunday tasavvurlar «animizm» deb ataladi. Animizm so'zi –anima «jon» degan ma'noni anglatadi. Jon o'z mohiyatiga ko'ra olovsimon uchqundan iborat ekanligi Geraklit tomonidan, yoki olovsimon atomdan iboratligi Demokrit tomonidan ta'kidlangan. Demak, Geraklit, Demokrit, Aflotun, Arastularning ta'limotlari keyingi asrlarda psixologik g'oyalarning rivojlanishida tayanch nuqta bo'lib xizmat qildi. Psixologiyaning fan sifatida yuzaga kelish bosqichlari quyidagi jadvalda o'z aksini topgan.

Psixologik ilmlar qachon va qanday boshlandi? Inson bo'lish bu o'zimiz haqimizda bizni o'rab turgan dunyo haqida bilishga intilish hisoblanadi. Eramizdan 300 yil oldin grek tabiatshunosi va filosofi Aristotel o'rganish va xotira, motivatsiya va shaxs haqida o'z mulohazalarini bildirib o'tgan. Bugungi kunda, biz uning ba'zi taxminlaridan hayratlanamiz. Lekin, Aristotel psixologiyaga to'g'ri savollar bilan murojaat qilgan.

¹ James W. Kalat Introduction to Psychology, USA 2013

Ilmiy psixologiyaning rivojlanishi. Psixologiya keyingi vaqtlarda yosh ilmiy psixologiya sifatida ko'proq e'tibor qaratilgan sohalar: filosofiya va biologiya tarkibida rivojlandi. 1879 yilda V. Vund Leypsing universiteti huzurida eksperimental psixologiya bo'yicha birinchi laboratoriya ochgan. Faylasuf V. Vundning psixologik ilmiy nazariyalari paydo bo'la boshladi. Amerikalik faylasuf D.Jeymes, Rossiyalik psixolog Ivan Pavlovning markaziy nerv sistemasini o'rganishlari, V.F.Skinnerning qarashlarning xulq-atvorni o'rganuvchi yetakchi mutaxassis sifatida "rad etilgan fikrlar va g'oyalar kuzatuvchisi va oqibatlar qanday qilib xulq-atvorni shakllantirish"ini o'rganib psixologiyaning ilmiy izlanishlariga turtki berdilar.

Psixologik munosabatlar, xulq-atvor, ichki kechinmalar va fikrlar bilan aloqador bo'lgani uchun psixologiyani xulq-atvor va aqliy jarayonlar haqidagi fan sifatida ta'riflashimiz mumkin. Aniqroq ta'rif beradigan bo'lsak, xulq-atvor bu tirik mavjudot bajaradigan, biz ko'radigan va xotiraga saqlab qo'yadigan barcha harakatlardir. Dodlash, kulish, ko'zni pir-piratish, terlash, suhbatlashish va savol-javob o'tkazish bular barchasi kuzatiluvchi xulq-atvorlardir. Aqliy jarayonlar esa bu ichki, shaxsiy tajribalardan kelib chiqadigan taassurotlar, tushunchalar, orzular, fikrlar, ishonch va hissiyotlardir. Psixologiyadagi asosiy so'z bu ilmdir. D.Mayersning ta'rifi bo'yicha "Psixologiya bu savol so'rash va javob berishdan farqli o'laroq bir butun kashfiyotlar yig'indisidir".

1.6. Psixologiyaning ilmiy tadqiqot metodlari va metodologik asoslari

Psixologiya fanining asosiy ilmiy tadqiqot metodlari. Psixologiya fan sifatida kuzatuv asosida fikrlarni tahlil qilishda g'oyalarga baho berishga intiladi. Psixolog olimlar qarama-qarshi g'oyalarni qanday tahlil qilashadi? Psixologlar o'z fikriga ega: G'oyalarning ilmiy tahlili bizga ko'plab tushunchalarni beradi. Biz ulardan eng yaxshisini tanlab olamiz.

Psixologiyaning asosiy muammosi biologik va ijtimoiy omilning insonga ta'siridir. Psixologiya hal qiladigan muammolardan biri o'zgaruvchanlik va qat'yatlikning nisbatidir.

Inson hayoti davomida o'zgaradimi? Tortinchoq bolakay o'spirinligida sho'x yigitga aylanadimi?

Inson shaxsi turli vaziyalarda o'zgaradimi?

Keyingi muammo – ratsional va irratsionallik nisbati. Aqlli insonga qay darajada loyiqmiz? Ba'zan biz til bilishda abstrak g'oyalarga ishlov

berishda, eng yangi kompyuterdan ham o'tib tushamiz. Ba'zan hulqni sabab bilan bog'lashga ratsional oqilona fikr bildiramiz.

Biroq biz xato qilishga moyilmiz. Ba'zan reallikni o'zimizni soxta qarashlarimizga qarab o'z-o'zimizni aldaymiz. Ba'zan bizga quruq statistikadan ko'ra latifa ko'proq ta'sir ko'rsatadi. Mavjud bo'lmagan sabab va aloqalarni ko'ramiz. Biroq eng asosiy muammo biologiya va tajriba o'rtasidagi nisbatdir.

Garvard astronomi Oven. Gingerich (Owen Gingerich) (2006) 100 milliard samo yo'li borligi haqida xabar beradi. Ulardan biri bizni o'zimizni samo yo'limiz ham bor, u nisbiy dog' shaklida, yana 200 milliard yulduzlar bor bizning quyosh-yulduzga o'xshagan. Ulardan ko'pi planetalar orqali aylanadi. Tashqi fazoning qatlamida bizning umrimizning davomiyligi barcha okean sohilidagi yolg'iz qum zarrasidan kichikroq tuyuladi.

Hali ham bizning ichki olamimizdan ko'ra qo'rquvni ko'proq jonlantiradigan o'z domiga tortadigan hech narsa yo'q. Gingerich qo'shimcha qilganidek "bizning miyamiz butun kosmosdagi bizga ma'lum eng murakkab fizikali ob'ekt".

Bizning ongimiz xotiramiz teran mahoratni eslatuvchi moddadan paydo bo'lgan. Bizning o'y-fikr, his-tuyg'u va harakatlarimiz, boshqaralarning o'y fikrlari, hissiyot va harakatlari bilan ta'siri bizni o'ziga jalb qiladi.

Tashqi fazo bizni o'zining johilliklari bilan o'zidan chetlashtiradi. Lekin ichki fazo o'ziga jalb qiladi.

Kundalik so'zlashuvlarimizda biz ba'zida "teoriya" so'zidan "oddiy faraz" ma'nosida foydalanamiz. Ilm-fanda nazariya kuzatishlar bilan bog'liq. Ilmiy nazariya, kuzatilayotgan hulq yoki hodisalarning har xil turlarini birlashtiradigan va oldindan aytib beradigan printsiplarning ma'lum birligidan foydalanib, tushuntiradi. Tarqoq faktlarni sistemaga keltirib, nazariya ob'ektlar va hodisalarni soddalashtiradi. Hozirgi vaqtda hulqqa doir tarqoq faktlar shunchalik ko'pki, biz ularni hech qachon eslab qololmasdik. Nobel mukofoti laureati psixolog Alen Nyuel ulardan 3000 tasini sanagan (jumladan yozuv mashinkasi oldida o'tirganimizda bizga ta'sir ko'rsatadigan 29 tasi).

Nazariya ularni bir butunga birlashtirishga yordam beradi. G.E.Morton (1994) nazariyani yaratish jarayonini puzzle - mozaika o'yiniga o'xshatadi. Uning tarqoq bo'laklari bir-biri bilan birlashishadi, aniq bir kartina vujudga keladi, hatto mozaikaning hamma qismlari birlashtirilmagan bo'lsa ham. Depressiya nazariyasi, masalan, bu hodisa

yuzasidan cheksiz kuzatishlarni o'zaro bog'langan printsiplarning qisqa reestriga aylantiradi. Aytaylik, biz odatda odamlarning depressiya holatida eng qora ranglarda o'z o'tmishlarini eslashlarini, hozirgi kunlarini tasvirlashlarini va kelajaklarini bashorat qilishlarini kuzatamiz. SHu tufayli xulosa qilish mumkinki, o'z-o'ziga past baho berishda depressiyaning birlamchi sababi yashiringan. Qancha ilgarilasak, shuncha tushunarli: o'z-o'ziga baho berish holat haqidagi ma'lumotlarning uzun ro'yxatini birlashtiradi.

Ammo nazariya qanchalik aqlli bo'lmasin (o'z-o'ziga past baho berish esa haqiqatan ham depressiyaning vujudga kelishi uchun arzirli sabab bo'lishi mumkin), biz uni tekshirib ko'rishimiz kerak. Yaxshi nazariya keyinchalik amaliyotda tekshirib ko'riladigan takliflarning mavjudligini nazarda tutadi va ular gipotezalar, deb ataladi. Bunday prognozlar va oldindan ko'rishlar butun ilmiy tadqiqotni ma'lum yo'nalishga yo'naltiradi va nazariyani tekshirish va takomillashtirish imkonini beradi.

Depressiya o'z-o'zini hurmat qilish darajasiga bog'liq degan nazariyani tekshirib ko'rish uchun, bu darajani test o'tkazib aniqlashimiz kerak. Bunda ishtirokchilar, masalan, "mening kayfiyatim yaxshi" degan tasdiqlarga javob qilishlari kerak. So'ngra esa gipotezalarimiz tasdiqlangan yoki yo'qligini ko'ramiz: haqiqatan ham o'z-o'zini hurmatning past darajasini ko'rsatgan odamlar chuqur depressiya holatidami?

Nazariyani tekshirar ekanmiz, u o'z holicha bizning tadqiqotlarimizning borishiga ta'sir ko'rsatmasligini yodda tutishimiz kerak. Masalan, depressiyaning kelib chiqishi haqida nazariy xulosa qilar ekanmiz, kutayotgan narsamizni darhol ko'ramiz. Bizning ko'nglimiz kamsitilish kabi ezilgan holatdagi odamlarning barcha gaplarini eshitishga sust ketishi mumkin.

Oldindan xato fikrlashdan qochish usullaridan biri - boshqa olimlar kuzatishlarimizdan foydalana olishlari mumkin bo'lishi uchun tadqiqot natijalarini aniq ifodalash kerak. Agar tadqiqotchilar boshqa sub'ekt va materiallar bilan o'xshash natijalar olsalar, muvofiq ravishda bizning o'z kashfiyotlarimizning ishonchliligi borasida ishonchimiz ortadi. "insayd" fenomenining ilk tadqiqoti psixologlarning qiziquvchanligi sababli o'tkazilgan. Bugun, turli odamlar ishtirokida va turli verbal materiallar yordamida birinchi eksperimentlarni ko'p sonli muvaffaqiyatli takrorlashlardan keyin biz fenomen muhim ahamiyatga ega ekanligini his qilamiz.

Va nihoyat, bizning nazariyamiz foydali bo'ladi, agar u a) ko'p sonli tadqiqotlarni samarali gruppalasa; b) boshqa nazariyalarda yoki amaliy natijalarni olish uchun foydalansa bo'ladigan gipotezalarni ilgari sursa. (Agar biz odamni o'ziga past baho berishidan xalos qilsak, undagi depressiya yo'qoladimi?) Vaqt o'tishi bilan bizning nazariyamiz depressiya bilan bog'liq bo'lgan hodisalarni yaxshiroq tizimlashtiradigan va prognozlashtiradigan boshqa nazariya bilan alishtiriladi.

Tadqiqotning muqobil metodlari - bu tasvirlash, korrelyatsion va eksperimental metodlardir. Xatti-harakatlarni kuzatar va tasvirlar ekanmiz, ularni oldindan aytib berishga yordam beradigan korrelyatsiyalarni payqar ekanmiz, gipotezalarni tekshiramiz va nazariyalarni takomillashtiramiz, xatti-harakatlarni tushuntirib beradigan eksperimentlar o'tkazamiz.

Hamma tomonidan qabul qilingan psixologik bashoratlarni tanqidiy anglash uchun ilmiy metodlar yo'lidan borish va bizning odatdagi fikrlashimizni rivojlantirish uchun ulardan qanday foydalanishni bilishimiz kerak.

TASVIRLASH

Har qanday fanning boshlang'ich punkti - hodisa va faktlarni tasvirlash. Kundalik hayotda biz odamlarni kuzatamiz va ularga xarakteristika beramiz, bunda ko'pincha ular o'zlarini nega aynan shunday tutganlari borasidagi o'z shaxsiy gipotezalarimizni izlab topamiz. Professional psixologlar ham xuddi shunday qilishadi, ammo buni tizimli va xolisona bajarishadi.



11-rasm. Maymunlarda murakkab tanlash-ajratish qobiliyati borligini ko'rsatuvchi tajriba.

ALOHIDA FAKTLARNI O'RGANISH

Bu eng qadimiy metodlardan biri bo'lib, bunda psixologlar hammamiz uchun xarakterli bo'lgan xususiyatlarni aniqlash uchun bir yoki bir necha individlarni chuqur o'rganishadi. Miyaning ishlashi haqidagi dastlabki bilimlarning katta qismi alohida individlarni tadqiq

qilish jarayonida olingan bo'lib, ular miyalarining ba'zi sohalari shikastlanishi natijasida miya faoliyatining buzilishi kuzatilgan odamlar edi. Zigmund Freyd bir necha konkret faktlarni o'rganish asosida o'zining shaxs nazariyasini yaratdi.

Bizning representativ bo'lmagan ma'lumotlardan qochishga moyilligimiz - xato fikrlarning odatiy manbalari. Haqiqatdan ham, agar tadqiqotchi o'z ishining natijalari haqida gapirsa (kashandalar erta vafot etishadi: 85 yoshdan yuqori bo'lgan erkaklarning 95 % i chekmaydi), albatta unda o'zgacha ma'lumot borligini aytadigan odam topiladi ("mening amakim kuniga ikki quti sigaret chekardi, ammo u 89 yoshga kirgan edi"). SHaxsiy hayotdagi hodisalar - bu hayotiy voqealar, shaxsiy tajriba, hatto psixologik misollar ham - odatda umumiy haqiqatlarga zid bo'lishadi.

Raqamlar ba'zida hayratga soladi (o'g'irlangan bola taqdiriga oid bir tadqiqotda uning 1300 ishtirokchisiga bolaning turgan joyini tushlarida ko'rgan - ko'rmaganliklarini xabar qilishlari so'ralgan. Va ularning faqat 5% gina bolani tushlarida o'lik ko'rganlarini aytishgan, va bu haqiqatga mos edi). Ba'zida voqealar juda dramatik bo'ladi ("Men bir odamni bilaman, u tushida opasi avtomobil halokatiga uchraganini ko'rgan, ikki kun o'tgach esa u rostdan ham og'ir jarohatlar olgan").

Kaliforniya shtatida 12 yashar Polli Klas o'z yotoqxonasidan o'g'irlanib, o'ldirilgach, ikki yashar Djeyms Balgerni Liverpulning yirik magazinlaridan birining bolalar o'ynaydigan maydonchasidan olib chiqib, to'qmoq bilan o'lgunicha do'pposlanganidan keyin bu ikki mamlakatlardagi bolalar va ularning ota-onalari ancha "qo'rqoq" bo'lib qolishdi (Ntwsweek jurnali muqovasida yozilishicha,1994), ular kidnepingdan yuz baravar ko'proq bolalar nobud bo'lishiga sabab bo'ladigan avtomobil halokatlari yoki saratondan ko'ra ko'proq qo'rqadigan bo'lib qolishdi.

Qo'pol kidnepinglar odamlarning ongiga o'rnamshib qolishdi, ular turli xavfli vaziyatlar haqida esda qoladigan voqealar asosida intuitiv mulohaza yuritishadi. Psixolog Gordon Ollport kunlardan bir kun shunday degan edi: "Odamlarga angishvonadek fojia haqida gapirib ko'ring va ular shu zahotiy oq shunchalar ko'p xulosa qilishadiki, butun boshli chelak to'ladi".

Shunday qilib, alohida faktlar sermahsul g'oyalarning paydo bo'lishiga yordam beradi. Ammo alohida voqealarni bosib ketadigan umumiy haqiqatlarni farqlash uchun biz boshqa metodlarga murojat qilishimiz kerak.

SO'ROV

Odatda tasviriy va korrelyatsion tadqiqotlarda foydalaniladigan so'rov metodi tadqiqotning sayozligi bilan ajralib turadi. Odamlardan o'z xatti-harakatlarini va o'z fikrini xarakterlash so'raladi. Haligacha odamlarga berilmagan biror-bir ma'noli savolni o'ylab topish mushkul. AQSHda, masalan, jamiyat fikrining Gellap Instituti tomonidan o'tkazilgan oxirgi so'rovi aniqlashicha, odamlarning 72% televideniya da zo'ravonlik ko'p deb hisoblaydi, 84% odamlar gomoseksualistlarning ishga kirishlari uchun boshqalar bilan teng huquqli bo'lishlari tarafdori, 89% amerikalik stress vaziyatda yashayotganlarini ta'kidlashgan, 95% xudoga ishonadi, 96% esa o'z tashqi qiyofasidan ko'ngli to'lmaydi va unda nimanidir o'zgartirishni xohlashadi.

SAVOLLARNING IFODALANISHI

Har bir daraja xulq-atvorga bog'liq aniq fikrlar bilan ta'minlaydi, garchi to'liq bo'lmasa ham. Turli akademik intizomlari singari, psixologik qarashlarni turli savollar so'rash va o'z chegarasi doirasida turlarga ajratadi. Bir perspektiv biologik, psixologik yoki ijtimoiy-siyosiy darajalarni ta'kidlab o'tadi.

Savol qo'yish - bu butun boshli fan, chunki ularda so'zlarning o'rni ozroq o'zgartirish ham sezilarli samara beradi. Televideniya ga sigaretalarni va pornografiyani reklama qilishiga ruxsat berish kerakmi? Odamlarning bunday narsalarga "ta'qiqlash" yoki "tsenzura kiritish" dan ko'ra "ruxsat bermaslik" atamasi bilan kelishishlari ehtimoli ko'proq. Oxirgi so'rov natijalariga ko'ra, 66% Amerikalik "televizorda ko'rsatilayotgan narsalar ustidan ko'proq nazorat o'rnatish"ni qo'llab-quvvatlashgan bo'lsa ham, ularning faqat 27 % ommaviy axborot vositalarida seks va zo'ravonlikning namoyishiga qo'yilgan "hukumat tsenzurasi"ni yoqlashdi.

Odamlar "Muhtojlarga yordam"ni "ularning turmush farovonligini oshirish" dan ko'ra ko'proq yoqlashadi, "daromadni oshirish vositalari" ni - "soliqlar" dan ko'ra. Chunki savollarni ifodalash - juda nozik ish, tajribali intervyuchilar savollar ifodalinishini o'zgarishi respondentning javobiga qanday ta'sir ko'rsatishini diqqat bilan taroziga solib ko'rishadi.

RESPONDENTLARNI TANLASH

Kundalik hayotda biz turli-tuman odamlar bilan muloqotda bo'lamiz, ammo asosan kim bizning odatlarimiz va hayotga munosabatimizni yoqlasa, o'shalar bilan. SHuning uchun ham qancha odam u yoki bu fikrni yoqlashini tasavvur qilishga urinsak, miyamizga darhol o'zimizga hamfikir bo'lganlar keladi. Boshqalar ham biz kabi o'ylaydi deb taxmin qilishga moyillik yolg'on konsensus effekti deb

ataladi. Vegetarianlar dunyoda faqat o'simliklar bilan oziqlanadigan odamlar go'sht yeydiganlarga qaraganda ancha ko'p deb o'ylashadi, konservatorlar esa o'zlarining siyosiy shiorlari liberallarnikiga qaraganda aholi tomonidan ko'proq qo'llab - quvvatlanadi deb faraz qilishadi.

So'rov odamlarning fikri va hulqini aniqlash metodi, savol javoblarga asoslanadi; odatda tasodifiy tanlash printsipi bo'yicha tanlab olingan reprezentativ guruh so'rov qilinadi.

Yolg'on konsensus effekti

Boshqa odamlar ham bizning fikrimizga qo'shilishi va xatti-harakatlarimizni ma'qullashiga bo'lgan haddan tashqari ishonch.

Muhim yig'indi

Tadqiqot uchun tanlov o'tkazish mumkin bo'lgan u yoki bu guruhda barcha alohida hodisalarning yig'indisi.

Tasodifiy tanlov

Respondentlarning shunday tanlovi bo'lib, muhim yig'indini eng yaxshi namoyish qiladi, chunki jamoaning har bir a'zosi reprezentativ guruhga kirishga bir xildagi imkoniyatlarga ega.

Ko'pchilik so'rovlar uchun respondentlarni maxsus tanlab olish xarakterli. Agar siz kollejingiz talabalari o'rtasida so'rov o'tkazmoqchi bo'lsangiz, hammasidan so'rab chiqishingiz mumkin, ammo bu ehtimol, ko'p vaqtni oladi. Yaxshisi, biz tadqiq qilmoqchi va xarakterlamoqchi bo'lgan barcha turdagi talabalarni ko'rsatib berishi mumkin bo'lgan guruh tanlab olish kerak.

Maqsadga tasodifiy tanlov yordamida erishiladi, qachonki mazkur jamiyatning har bir a'zosi bizning guruhimizga kirishga bir xil imkoniyatga ega bo'lishadi. Ammo tasodifiy respondentlarni bunday guruhga qanday tanlab olish kerak? Siz ularning hammasini anketa to'ldirish uchun uylariga jo'natmaysiz-ku, chunki ularni qaytaradigan barcha halol odamlar endi tasodifiy respondentlar bo'lishmaydi. Eng yaxshisi, har biridan javob olishga ishongan holda alfavit bo'yicha tuzilgan umumiy ro'yxatdan har o'ninchisi yoki yigirmanchisini tanlab olasiz. Yaxshisi 500 kishidan iborat emas, balki 100 kishidan iborat reprezentativ guruh tanlab olish kerak.

Bunday tasodifiy tanlov printsipi davlat miqyosidagi so'rovlarda o'zini yaxshi tavsiya qildi. Bahaybat bochkani tasavvur qiling, unda 60 million oq rangdagi loviya 40 million yashil rangdagi loviya bilan aralashtirilgan. Agar tavakkaliga 1500 loviyani suzib olgan shufel, o'z ichiga 60% oq va 40% yashil loviyalarni sig'dirsa - 2-3 % xatoga yo'l qo'yiladi. Keng qamrovli so'rovlarda respondentlarni tanlab olish

loviyalarni tanlab olishdek gap; tasodifiy tanlab olingan 1500 odam butun jamiyatning kayfiyati va fikri haqida hayratlanarli darajada aniq ma'lumotlar berishadi.

Respondentlarni tasodifiy tanlab olish sertashvish ish bo'lganligi sababli ba'zi so'rovlarning tashkilotchilari respondentlarni tanlashga alohida zo'r berishmaydi. Sher Xaytning "Ayollar va sevgi" nomli kitobida u pochta orqali olgan va 100 ming amerikalik ayolning fikrini aks ettiradigan faqatgina 4,5% javoblarga asoslangan so'rov natijalari haqida so'z boradi. Bu so'rov natijalarini nafaqat so'ralganlarning foizi past bo'lganligi uchun, balki kontakt o'rnatilgan ayollar tashkilotlarining a'zolari bo'lib chiqishgani uchun ham ikki marta reprezentativ emas deb hisoblash mumkin.

Shunga qaramasdan Xayt "Javoblar umumiy miqdorda 4500 odamdan olingan. Men uchun shuning o'zi yetarli", - deb ta'kidlaydi. Ko'rinib turibdiki, uning so'rovlari natijalarini muqovasiga joylashtirgan "Time" jurnali uchun ham bu yetarli bo'lgan: nikohiga 5 va undan ortiq yil bo'lgan 70% ayolning jazmani bor; 95% ayollar o'zlari sevgan erkaklardan emotsional stress olishadi.

Ko'rinib turibdiki, jurnal xodimlari uchun unchalik reklama qilinmagan so'rovlarda ixtiyorsiz ravishda saralangan guruhlardagi ayollar o'zlarining shaxsiy hayotlaridan ko'proq qoniqishlarini aytganlari haqidagi fakt hech qanday ahamiyatga ega emas ekan: ularning yarmidan ko'pi nikohda "juda baxtli" ekanliklari yoki "mamnun" ekanliklari haqida guvohlik berishgan, faqat 3% gina "butunlay baxtsiz" ekanliklarini ta'kidlashgan. Har 7 ayoldan bittasi nikohli bo'lsa ham jazmani borligini ta'kidlagan. Sodiq umr yo'ldoshlikning bu darajasi Britaniya, Frantsiya va Daniyada o'tkazilgan so'rovlar bilan tasdiqlangan.

Respondentlarni tasodifiy tanlab olmasdan odamlarning katta guruhlarida so'rov o'tkazish, masalan Xayt o'tkazgani singari, shu jumladan telefon orqali ham, - bu noto'g'ri raqamlarni olishga olib boradigan to'g'ridan to'g'ri yo'l.

Ob-havoni bulutlarga qarab yoki barmoqni shamolga tutib ko'rib, oldindan aytib berish mumkin, u haqda yana ishonchli meteorologik xabarlardan ham bilib olish mumkin. Odamlarning hayoti haqida ham umumiy tasavvurlardan kelib chiqib, turli hayotiy afsonalar, o'z kuzatishlarimiz yoki hayotdan olingan tarqoq faktlarga asoslanib xulosa chiqarish mumkin. Ammo hayotning ishonchli kartinasini va butun populyatsiya kayfiyatini aniqlash uchun faqat bir usul zarur - reprezentativ so'rov.

Yodda saqlang: so'rov ma'lumotlariga tanqidiy yondoshish kerak. Saralangan respondentlarga e'tibor qarating. Saralashning reprezentativ emasligini unga boshqa qo'shimcha respondentlarni jalb qilib kompensatsiyalash mumkin emas.

Biz bu ustanovkani kuzatilayotgan ayrim faktlarni umumlashtirish usulimizga ham qo'llashimiz mumkin. Kollejga tashrif buyurib, bir necha talaba bilan tanishib, darslarga qatnashib, biz barcha talabalar - yaxshi do'stlarimiz, ta'lim darajasi esa shunchaki ajoyibligi haqida umumiy xulosa chiqaramiz. SHotlandiyada bir hafta bo'lganimizda ob-havoni kuzatamiz va keyin do'stlarimizga bu mamlakatning iqlimi haqida hikoya qilamiz. Ayrim voqealardan global xulosalar chiqarish doimo kishilarni yo'ldan ozdiradi, ayniqsa ular yorqin va esda qolarli bo'lsa.

Bir tarafdin talabalarning professorga bergan baholari haqidagi statistik ma'lumotlarni hisobga olib va salbiy kayfiyatdagi ikki talabaning emotsional sharhini eshitib, ma'muriyat vakili ikkita arazlagan talabaning ta'sirida ham, ko'p sonli ijobiy fikrlar ta'sirida ham bo'lishi mumkin.

Chikagoga janub tarafdin kirisharkan, odamlar avtotrasa bo'ylab ko'plab milga cho'zilib ketgan, yashovchilar tomonidan ijaraga olingan ko'p xonadonli uylarni ko'rishadi va "Bunday baxtsiz shahar", - deb o'ylashadi. Supermarket kassasiga navbatda turarkan, Djordj undan oldinda turgan ayol xaridlari uchun hukumat tomonidan berilgan talonlar bilan to'layotganini payqab qoladi, so'ngra u BMV ga o'tirib ketganini ko'rib hayratga tushadi. Bu vaziyatlardan har birida ayrim yorqin, ammo reprezentativ bo'lmagan voqealardan umumlashgan xulosa chiqarishning yo'ldan ozdirishini deyarli yengib bo'lmaydi.

Yodda saqlang: umumlashtirishning eng yaxshi usuli - bu ayrim ekstremal faktlarga tayanmasdan reprezentativ saralash bilan ishlash.

TABIY SHAROITLARDA KUZATISH

Tirik jonzotlarning xatti-harakatlarini odatdagi sharoitlarda kuzatish va natijalarini yozib borish tabiiy sharoitlarda kuzatish nomi bilan ma'lum. Ular har xil bo'lishadi: djungli sharoitida shimpanzening to'da ichidagi xatti-harakatlarini kuzatishdan madaniy an'analari turlicha bo'lgan mamlakatlarda ota-onalar va bolalar o'rtasidagi o'zaro aloqalarni kuzatishgacha, hamda oq va qora tanli talabalar o'qiydigan kollejlarda talabalar stol atrofida qanday qilib o'zlariga joy tanlashlarini kuzatishgacha.

Xuddi alohida voqealarni tadqiq qilish metodi va so'rov kabi, kuzatishlar ham xatti-harakatlarni izohlamaydi, ular shunchaki xatti-harakatlarni tasvirlab boradi. Shunga qaramasdan bu tasvir juda namunal

bo'ladi. Bir qancha vaqt mobaynida turli xil uskunalardan faqat odamlargina foydalanishadi deb hisoblashardi. Ammo tabiiy sharoitlarda kuzatishlar natijasida ma'lum bo'lishicha, shimpanzalar ko'pincha terminiga novda tiqishadi va uni keyin sug'urib, yopishib qolgan termitlarni yeyishadi. Shimpanze va babuinlar o'z maqsadlariga yetishish uchun boshqa ayyorliklardan ham foydalanishadi. Psixologlar Andrew Whiten va Richard Byrne (1988) bir necha marta qanday qilib yosh babuin o'zini go'yoki birov tashlangandek qilib ko'rsatgan va bularning hammasini o'z onasini kelgindining o'z ovqatidan haydab solishga undash uchun qilgan.

Tabiiy sharoitlarda kuzatishlar tufayli biz lotin amerikaliklar, arablar va frantsuzlarga nisbatan skandinavlar, shimoliy amerikaliklar va britaniyaliklarga ko'proq shaxsiy hudud kerakligi haqida bildik. Agar kimdir bizning shaxsiy hududimiz - biz tanamiz atrofida yaratishni yaxshi ko'radigan bufer zonamizga bostirib kirsam, - biz o'zimizni noqulay his qilamiz. Turli millat vakillari bo'lgan odamlar uchrashib qolishsa, o'zlarini har xil tutishadi. Masalan, meksikalik amerikalik bilan suhbat uchun qulay masofa izlab, xona bo'ylab uning atrofida "raqsga tushadi"unga yaqinlashmoqchi bo'ladi, amerikalik esa undan doim qaerlargadir qochadi. Amerikalikka meksikalik juda shilqim bo'lib tuyulishi mumkin, meksikalikka esa amerikalik - juda bosiq va dimog'dor bo'lib.

KORRELYATSIYA

Xatti-harakatni tasvirlash ularni prognozlashga qo'yilgan birinchi qadamdir. Odam xarakterining qandaydir bir xususiyati yoki hulqining o'ziga xosligi boshqa bir xususiyat yoki o'ziga xoslik bilan hamroh bo'lsa, biz ular o'rtasida ma'lum munosabatlar bor yoki ular bir -birlari bilan korrelyatsiyada deymiz. Korelyatsiya - bu muvofiqliklarning statistik me'yori. U ikki ob'ekt bir-biriga nisbatan qanday o'zgarishini va qanday qilib ulardan biri ikkinchisini prognozlashini ko'rsatadi.

Pozitiv korrelyatsiya (0 va +1,00 o'rtasida) to'g'ridan to'g'ri o'zaro aloqani anglatadi. Bu 2 ta parametrlar bir vaqtning o'zida yo o'sadi, yoki kamayadi degani.

Bir nechta misollar:

-Ba'zi tadqiqotlarning ma'lumotiga ko'ra, biz televizordan ko'radigan zo'rvonlik sahnalari agressiv ijtimoiy hulq bilan +0,3 pozitiv korrelyatsiyalaydi. Odamlarning shunday teleko'rsatuvlar ko'rish odati ularning agressivligiga ta'sir qiladi (yoki aksincha).

-Bir urug'li egizaklar ekstraversiyalar uchun topshirilgan testlarda munosabatlarda +0,6 korrelyatsiyalashadi. Bu degani, egizaklardan birining xatti-harakati ikkinchisining xatti-harakatini prognozlaydi.

-Michigan universitetining 71 ming odamdan iborat bo'lgan yuqori kurs talabalarining reprezentativ saralash tadqiqotlari o'tkazilgan so'rovlarda shuni ko'rsatdiki, talabalar qanchalik ko'p vaqt shug'ullansalar, shunchalik kam uxlashgan va harakat qilishgan, ko'proq chekishgan, alkogol va narkotiklar iste'mol qilishgan.

Negativ korrelyatsiyani ham shu darajada oldindan aytib berish mumkin, u teskari aloqani bildiradi. Bir parametr o'sganida, ikkinchisi kamayadi. Bizning o'z-o'zimizni hurmat qilishimiz va depressiya o'rtasidagi muvofiqlik haqidagi ma'lumotlar negativ korrelyatsiyaga misol bo'la oladi: o'ziga past baho beradigan odamlar kuchli depressiv holatlarga ko'proq moyil bo'ladilar. Negativ korrelyatsiya -1 gacha yetishi mumkin. Bu ko'rsatkichlarning bir majmuasi yuqoriga ko'tarilganida, boshqasi pastga tushadi.

Korrelyatsiya yetarlicha axborot bersa ham, ko'pincha uning yordamida ba'zi shaxsga oid parametrlarning o'zgarishi boshqalarining o'zgarishiga qanday ta'sir ko'rsatishini oldindan aytib berib bo'lmaydi. Biz keyinchalik ko'ramizki, ota-onalarning qo'polligi va shafqatsizligi, ularning bolalari ham ota-ona bo'lgan paytlaridagi o'xshash xususiyatlari o'rtasida korrelyatsiya mavjud. Ammo bu ota-onalarining shafqatsizligidan azob ko'rgan bolalarning ko'pchiligi o'z bolalariga nisbatan shafqatsiz bo'lishadi degani emas.

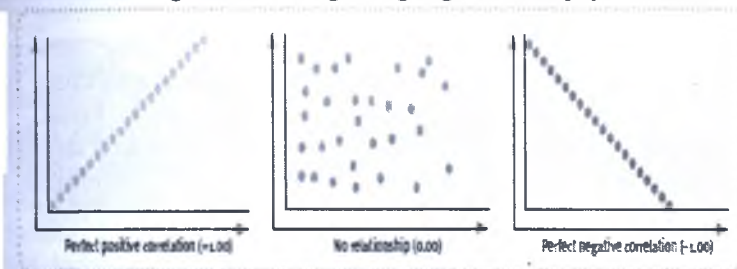
Korrelyatsiya shunchaki o'zaro statistik aloqani ko'rsatadi: ota-onalarining shafqatsizligidan aziyat chekkan ko'pchilik bolalar katta bo'lganlarida shafqatsiz odamlar bo'lishmaydi: o'zlariga nisbatan shafqatsiz munosabatni his qilmagan bolalar unga yanada kamroq moyil bo'ladilar.

O'xshash tarzda erta jinoyatchilik kechkisi bilan korrelyatsiyada bo'ladi. 14 yoshida sudlangan bolalarning doimo qonunbuzarlik qilishlari ehtimoli bu yoshda qamalmagan tengdoshlariga nisbatan 18 baravar ko'p, doimiy ravishda qonunni buzuvchilarning og'ir jinoyatlar sodir qilishlari ehtimoli esa 14 baravar ko'p). shunday bo'lsa ham bir marta qamalgan o'g'il bolalarning uchdan ikki qismi og'ir jinoyatlar sodir etishmaydi. Korrelyatsiya bashorat qilishga qodir, ammo odatda unchalik aniq emas.

ILLYUZION KORRELYATSIYALAR

Korrelyatsiyalar oddiy ko'z bilan ko'rib bo'lmaydigan o'zaro aloqalarni ko'rinadigan qiladi. Ular aslida mavjud bo'lmagan o'zaro aloqalardan voz kechishga yordam berishadi. Aslida mavjud bo'lmagan korrelyatsiya illyuzor korrelyatsiya deb ataladi. Agar biz ikki ob'ekt o'rtasida aloqa bor deb, faraz qilsak, biz albatta fikrimizni tasdiqlovchi hodisalarni payqaymiz va eslaymiz. Illyuzor korrelyatsiyalar ko'pgina xurofiy fikrlarni, masalan, oy to'lgan kunda ko'proq bolalar tug'iladi, yoki farzandsiz juftlik farzand asrab olsa, tezda homilador bo'ladi va farzandini tug'adi degan fikrlarni izohlashga yordam beradi.

Bola asrab olgan ayolning homilador bo'lishi diqqatimizni o'ziga tortadi. Ammo biz bola asrab olsa ham haligacha o'zining farzandi bo'lmagan, yoki farzand asrab olmasdan homilador bo'lgan ayollarni juda kam payqaymiz. Boshqacha qilib aytganda, illyuzor korrelyatsiyalar biz 1.2 rasmning boshqa kvadratlaridagi muhimligi jihatdan teng bo'lgan ma'lumotlarni pisand qilmasdan, barcha umidlarimizni chap yuqori kvadratida tasvirlangan ma'lumotga bog'laganimizda paydo bo'lishadi.



Bunday illyuzor tafakkur nima uchun odamlar shuncha uzoq vaqt (ko'pchilik hatto hozir ham ishonadi) shakar bolalarga juda katta quvvat berishiga, sovuq qotish yoki oyoqni ho'l qilib olish - kasal bo'lish demakligiga va ob-havo artritning zo'rayishiga ta'sir qilishiga ishonishgan. Vrach Redelmeyer va psixolog Amos Tverski 18 nafar artrit bilan og'rigan bemorlarni 15 oy davomida kuzatib, "inson intuitsiyasini aniqlash" bo'yicha tajribalar o'tkazishdi. Tadqiqotchilar bemorlarning shikoyatlarini yozib borishgan va har kuni havo haroratini, namlikni va bosimni qayd qilib borishgan.

Bemorlarning ob-havo ularning ahvoliga ta'sir qilishiga bo'lgan ishonchiga qaramasdan, ob-havo ular shikoyat qilgan kuni ham, undan bir kun oldin ham, bir kun keyin ham ularning ahvoliga aloqador bo'lmagan. Hatto kollej talabalariga ham ixtiyorsiz ravishda olingan "arritidan

og'rish" va "bosim" ko'rsatkichlarini ko'rsatishganida, ular korrelyatsiya bo'lmagan joyda uni ko'rishgan. Biz turli hodisalarni - bo'lgan va bo'lmaganlarini - juda muvaffaqiyatli tarzda payqaymiz, ammo o'z gipotezalarimizni bu kabi muvaffaqiyatli tekshirib ko'rmaymiz.

Bizni odatda fojiali yoki noodatiy hodisalar qiziqtiradi: biz birin- ketin ro'y beradigan hodisalarni payqash va eslab qolishga moyilmiz. Masalan, biz umuman odatiy bo'lmagan telefon qo'ng'irog'ini kutamiz va turli his tuyg'ularga to'lamiz. Ammo shunda odatdagi telefon qo'ng'irog'i keladi. Agar shu bo'lmaganida edi, biz o'zimizning noodatiy qo'ng'iroq bilan bog'liq bo'lgan barcha kutishlar va oldindan sezishlarimizni bunchalik yaxshi eslab qolmasdik.

Yoki yana bir misol. Saraton bilan kasallangan odamlar vrachlarning ko'rsatmalariga qat'iy rioya qilib, tuzalib ketganlarida vrachlarning instruksiyalarini metodik tarzda bajarish kasallikka qarshi tura oladi deb hisoblaydigan odamlarga kuchli ta'sir ko'rsatadi. Ammo kasallikka bo'lgan bunday munosabat aslida kasallikka qanday ta'sir ko'rsatishini baholash uchun bizga yana uch xildagi ma'lumot kerak. Birinchidan, vrach ko'rsatmalarini tirishqoqlik bilan bajargan odamlarning qanchasi davo topmaganini aniqlashimiz kerak. Keyin esa saraton bilan kasallanganlarning vrach ko'rsatmalarini bajarmaganlarining qanchasi davo topganu, qanchasi tuzalmaganini bilishimiz kerak. Bunday solishtirma raqamlarsiz unchalik ko'p bo'lmagan umidga to'la odamlarning tuzalishlari haqidagi ijobiy misollar kasallikka bo'lgan munosabatlar va kasallikning o'zi o'rtasidagi bog'liqlik haqiqiy korrelyatsiya haqida hech narsa deya olmaydi.

Yodda tuting: tasodifiy mos kelishlarni payqar ekanmiz, biz bu haqda unutishimiz va ularni korrelyatsion deb idrok qilishimiz mumkin. SHu tariqa, biz yo'q narsani ko'rib, osongina adashishimiz mumkin.

Psixologiya fanida quyidagi tadqiqot metodlarining tasnifidan foydalaniladi. Tadqiqiy metodlar (usullar) - bu psixikaning xususiyatlari, qonuniyatlari va mexanizmlari haqidagi yangi ob'ektiv bilimlar olishga yo'naltirilgan maxsus tarzda tashkil topgan faoliyat usullaridir. Sub'ektiv yangi bilimlar (dalillar, baholar, ko'rsatkichlar, belgilar, psixologik yordam, maslahat, korrektsiya uchun muhim) omillarga qaratilgan psixologiya usullarini umumiy, pragmatik usulublar deb ataladi.

Psixologiyasi metodlari asosan ikkita metodologik tamoyillarga asoslanadi:

Sub'ektiv tamoyil - o'zini o'zgartirishga qaratilgan kasbiy shakllanishga erishishni ta'minlovchi tamoyil. Ob'ektiv tamoyil - psixik

hodisalarni tashqi tomonlama anglashning turli tadqiqiy vositalari orqali kasbiy shakllanish belgilarini o'rganishni nazarda tutuvchi tamoyil.

Tadqiqiy metodlarning 2 ta turi mavjud;

1. Longityud
2. Kesimli

Longityud metodi – ma'lum kishilar guruhi yoki aniq kishilarning bir xil belgilariga ko'ra psixik xususiyatlarini davomli va muntazam o'rganishni nazarda tutadi. Kesimli metod – ma'lumotlarni tadqiqotda qatnashuvchilarning turli guruhlariga nisbatan taqqoslash xosdir. Bu metod orqali sinovdan o'tayotgularning ko'p miqdorini qisqa vaqt ichida qamrab olishi mumkin. Kesimli tadqiqotlarni o'tkazishda savol-javob usullari, testlar tajribalar keng qo'llaniladi.

Longityud metodi - kasbiy shakllanishda individual yo'lni o'rganishga yordam beradi. Mazkur metod yordamida shaxsning obro' orttirishi uning faoliyatidagi turli xildagi tanqidiy holatlarini aniqlaydi. Psixologiyada qo'llaniladigan tadqiqot usullari kelib chiqishiga ko'ra umumapsixologik ko'rinishga ega, lekin spetsifik xususiyatiga ega emas.

Umumiy psixologiya yosh psixologiyasiga yondosh ekanligini hisobga olsak, bu o'z navbatida shakllanib bo'lgan metodlarni o'zlashtirishga olib keladi. Barcha tadqiqotlarda keng doirada metodlarni qo'llash o'ziga xos tadqiqiy metodlarni yaratilishiga olib keladi. Umumiy psixologiya tadqiqot metodlarining tizimlanishi, ularning qo'llanishi sohasini aniqlash shuningdek, sifat, xususiyatini ko'rib chiqish zaruriyatini keltirib chiqaradi. Psixologiya fanida yagona umuman olganda, tadqiqotlar metodlarining to'liq tasnifi mavjud emas. Ko'pincha, alohida metodlar yoki psixologiyada ma'lum muammoni hal etishga tavsiya etiladigan metodlar ro'yxati beriladi.

Psixologiyaning metodlar tizimini tahlil etgan olimlar quyidagi metodlar guruhini taklif etadi.

1. Tadqiqotni tashkillashtirish va rejalashtirish metodlari, ya'ni tashkiliy metodlar.
2. Dalillar to'plash, ilmiy ma'lumotlar olishga qaratilgan empirik metodlar (usullar).
3. Ma'lumotlarni qayta ishlash usullari
4. Interpretatsion metodlar (usullar).

Boshqa bir qator psixolog-olimlar psixologiyasining quyidagi usullarini ajratishadi:

1. Sub'ektiv metodlar (o'zini o'zi kuzatish);

2. Ob'ektiv metodlar (kuzatishning har xil turlari; eksperimental, testlar, savol-javob, so'rovnomalar).

Afsuski, bu metodlar muallifi psixologiya metodlarining tasniflanishini (klassifikatsiya) taqdim etmay, faqatgina psixologiya fanidagi mavjud metodlarini sanab o'tish bilan chegaralanadilar. Bu esa o'z navbatida aniq ilmiy tasniflanishning mavjud emasligi, psixologiyada metodlarning ko'pligi hamda bir tizimga solinmaganligi bilan izohlanadi. Yosh va pedagogik psixologiyaning metodlarini tahlil etib, tadqiqiy metodlarni tasniflashning asosi sifatida muhim jihatlarni ajratib olish kerak. Bu masalalar 4 xil shaklga ega: tasvirlash, o'lchash, tushuntirish va psixik hodisani shakllantirishdan iborat. SHunga muvofiq metodlarning 4 ta guruhi taklif etiladi: noeksperimental (klinik), diagnostik, eksperimental va shakllantiruvchi.

Shunday qilib Umumiy psixologiya oldida quyidagi tadqiqiy masalalar turibdi:

1 guruhi - shaxsning kasbiy shakllanishi bu murakkab, ba'zida esa dramatik jarayonning psixologik xususiyatlarini tasvirlashdan iborat. Bu jarayonni tadqiq etish uchun longityu'd, savol-javob, psixobiografiya, tanqidiy voqealar metodlarini qo'llash to'g'ri bo'ladi. Bu metodlar guruhini genetik metodlarga kiritishi mumkin.

2 guruhi - kasblarning psixologik tavsifi, kasbning psixologik mazmunini tadqiq etish, faoliyat mahsuldorligini o'rganish, mehnat metodi, hujjatlarni o'rganish, kuzatilayotganlarni savol-javob orqali o'rganish metodi, shuningdek, professiografiya yo'li bilan amalga oshirilishi mumkin. Bu uslublar guruhi praksimmetrik uslublarga tegishlidir.

3 guruhi - muhim kasbiy ko'rsatkich faoliyat va shaxs belgilarini o'lchash. Bu tadqiqiy masalani hal qilish uchun maxsus qobiliyat testlari, muvaffaqiyat va ta'lim testlari qo'llaniladi. Bu psixometrik usullar guruhidir.

4 guruhi - psixik shakllanishning xususiyatlarini, qonuniyat va mexanizmlarini tushuntirishdan iborat. Bu vazifani bajarish usullari eksperimental usullardir: ya'ni laboratoriya, modellashtiruvchi va tabiiy eksperimentlardir.

5 guruh - usullari tadqiqiy ma'lumotlarga miqdoriy ishlov berishga yo'naltirilgan. Ularga matematik ishlov berish usullari kiradi: ya'ni korrelyatsion, faktorli tahlil va boshqalar.

GENETIK USULLAR

Genetik metodlar uzoq vaqt davomida shaxs rivojlanishining o'zgarishlarini tadqiq etish uchun mo'ljallangan. Psixologiyada longityud metod, psixobiografiya, individning kasbiy shakllanishini monografik tasvirlash usullaridan keng foydalaniladi. Longityud metod - bir xil yoshdagi sinaluvchilarning ularni rivojlanishi jarayonini ko'p marotabali tizimli ravishda o'rganishdan iborat. Longityud metodi insonlardagi turli xususiyat va sifatlarni o'rganish maqsadida yillar davomida o'tkaziladi.

Longityud metodi psixologiyada XX asrning 20-yillarida shakllana boshladi va asosan psixik genezisi va bolalar, yoshlar psixik pragnozini ilmiy jihatdan asoslab berish uchun qo'llanilgan. Keyingi yillarda (20-30 yil davomida o'tkazilgan) davomli longityud tadqiqotlari jarayonida deyarli qo'llanilmagan. Longityud metod bir vaqtning o'zida boshqa metodlarni qo'llanilishini ham nazarda tutadi. Jumladan, kuzatish, savol-javoblar, test, psixografiya, praksimetriya va hokazo.

Longityud metodi yordamida olingan natijalar shaxsning yoshiga, ish stajiga, tadqiqot o'tkazilgandagi ijtimoiy iqtisodiy sharoitlariga hamda kasbiy faoliyat turiga bog'liq bo'ladi. Longityud metodini Umumiy psixologiyada qo'llash orqali shaxs kasbiy shakllanishining individual o'zgarishlarini o'rganish imkonini beradi shuningdek, kasbiy faoliyatda rivojlanish, obro'-e'tibor qozonishning yo'l-yo'riq va vositalarini aniqlash imkonini beradi. Longityudni qo'llashdagi qiyinchiliklardan biri sinovda ishtirok etayotganlarni tanlash hamda ularning sonining ko'pligi va kamligida bilinadi. Keyingi muammo o'lchovlar o'rtasidagi oraliq masofalar hisoblanadi. Bu metod orqali insonlarda tadqiqotlar gohida bir yil ayrim vaqtlarda esa undan ham uzoq vaqtlar oralig'ida o'tkazilgan.

Shaxsning shakllanishini o'rganishda tadqiqot intervali sifatida kasbiy rivojlanish fazalari va bosqichlarini ajratib olish mumkin. Longityud metodidagi muammolardan biri uning davriyligini belgilash bo'lib, bunda u 5-yildan 50 yilgacha davom etishi mumkin. Klassik longityud sifatida 1928 yildan bugungi kungacha davom etib kelayotgan Kaliforniya longityudini misol sifatida keltirish mumkin. Longityud metodning kamchiligi uning davriyligidadir.

Shaxsiy va kasbiy o'zgarishlar tasodifiy yoki drammatik voqealarga bog'liq bo'lishi mumkin. Yillar davomida tekshiriluvchilar sonining qisqarishi, o'rganilayotgan jarayonlarning mazmun mohiyati kengayib boradi. Longityud metodining qo'llanilishini chegaralovchi omillardan biri shaxsni o'rganish uchun ko'p vaqtni ketishidir. Longityud metodining

kamchiliklarini boshqa psixobiografik usullarni qo'llash yordamida bartaraf etish mumkin.

Biografik usul - shaxs hayot yo'lini o'rganish va loyihalashtirish usullari, hayotiy dasturlar, kasbiy rejalar, kasbiy shaxsiy shakllanishining tsenariylarini ishlab chiqishga yo'naltirilgan. Biografik usullarga tarjimai hol, ma'lumotlarni o'rganish, kasbiy mehnatdan qoniqish va boshqalarni kiritish mumkin.

Kavzometriya - Ye.I.Golovaxa va A.A.Kromiklar tomonidan taklif etilgan usul bo'lib, u shaxsning psixologik vaqti va hayotiy sub'ektiv holatlarini tahlilini tadqiq etish metodi hisoblanadi. Bu intervyu quyidagi jihatlarni o'z ichiga oladi: biografik savol-javob, muhim voqealar ro'yxatini tuzish, voqealarni keltirib chiqargan sabablarini aniqlash va boshqalardir. Intervyu natijalari kavzometriya shaklida tasvirlanadi. Kavzometriya kasbiy muammo va inqirozlarni yechish uchun qo'llaniladi.

Psixobiografiya -shaxslarning hayot yo'lini psixologik o'rganish metodi hisoblanadi. Avval psixobiografiya siyosatchilarining obro'-e'tiborini, kishilarning individual kasbiy biografiyalarini o'rganish maqsadida qo'llanilgan. Kasb psixologiyada psixobiografiyani qo'llash orqali shaxsning kasbiy maqsadlarining paydo bo'lishi, kasbiy shakllanishdagi inqirozlar haqida qimmatli ma'lumotlarni olish imkonini beradi. Anamnez metod - bu insoning mehnat sub'ekti sifatida rivojlanish tarixi haqidagi ma'lumotlarni yig'adi. Bu usul Ye.A.Klimov tomonidan batafsil ko'rib chiqilgan. Kasbiy anamnez mehnat motivlarini o'rganish, tanqidiy voqealarni aniqlash, kasbiy faoliyatda obro'-e'tibor qozonishni oldindan tashxis qilishda qo'llaniladi.

PRAKSIMMETRIK USULLAR

Faoliyat mahsulotlari va jarayonlarini tahlil etish yo'llari bo'lib, unga B.G.Ananev xronometriya, profesiografiya, bajarilgan ishlar va buyumlar bahosini izohlashlarni kiritadi. Umumiy psixologiyaning bu guruhidan quyidagi usullar muhim ahamiyatga ega.

Topshiriqlar tahlili - bu kuzatilayotgan inson va uning yashirin kasbiy xulqining yo'nalganligini psixologik jihatlarini tadqiq qilish metodidir. Topshiriqlarni tahlil etish metod F.Teylor tomonidan ishlab chiqilgan bo'lib, tasvirlash va tahlil etish maqsadida qo'llanilgan. Topshiriqlarni tahlil etish hamda bajarilgan ishlarni tahlil etish metodi ham muhandislik psixologiyasida keng qo'llaniladi.

Hujjatlarni o'rganish metod - mehnat jarayoni ishchilar tarkibi, ularning kasbiy tayyorgarligi va malakasi to'g'risidagi ob'ektiv

ma'lumotlarni yig'ish metodi hisoblanadi. Bu ma'lumotlar quyidagi hujjatlardan olinadi:

"Ishchilar harakatlarini tasvirlovchi texnologik kartalar, ishning bajarilish usullarini sifatiga quyiladigan talablar;

"Insonga psixofiziologik va psixologik ta'sir ko'rsatadigan asbob-uskunalarining texnik tavsifnomasi;

"Yoshi, staji, ma'lumoti, kasbiy tayyorgarligi, kadrlar qo'nimsizligi uning sabablari va hokazolar xaqidagi ma'lumotlar;

"Ishlab chiqarishdagi avariya va travmalar shuningdek, ishchilar sog'ligining holati to'g'risidagi ma'lumot.

Mehnat metod - bu kasbiy faoliyatni to'g'ridan-to'g'ri ish joyida o'rganishga qaratilgan tadqiqot metodidir. Kasbiy faoliyatni egallagan va bajaruvchisi sifatida psixolog ham tadqiqotchi ham ishchi sifatida faoliyat olib boradi. Har bir ish kunidan keyin standartlashgan sxema bo'yicha bayonnoma to'ldiriladi. Ish joyida tadqiqot olib borish usullari samaraliroq hisoblanadi. Tadqiqotchi standart kuzatish chizmasi asosida ishchining faoliyatini o'rganadi. Bu usullarning afzaligi kasbiy realikka maksimal darajada yaqin bo'lishidir.

KUZATISH – ma'lumotlarni psixik hodisalarning qayd etish yo'llari orqali to'plashdan iborat. Kuzatish ikki turda bo'ladi-formallashtirilgan kuzatuv va erkin kuzatuv. Erkin kuzatuv tadqiqotning boshlang'ich bosqichlarida qo'llaniladi, u o'rganilayotgan masala mohiyatiga chuqurroq kirib borish imkonini beradi. Formallashtirilgan kuzatuv standart dastur asosida olib boriladi hamda kuzatilayotgan voqealar bayonnomada qayd etilgan holda alohida elementlarga bo'linadi.

Tadqiqot metod sifatida kuzatishning xususiyati shundaki, ma'lumotlarni to'plash, turli sezgi organlari yordamida amalga oshiriladi, ya'ni ko'rish, eshitish, hid bilish va hokazo. Chunki kasbiy faoliyatda hidlar, shovqinlar va shunga o'xshash holatlar tez kuzatiladi va ular sinovdagilarning psixik holatiga hamda faoliyat mahsuldorligiga, mehnatdan qoniqishiga ta'sir etadi.

Kuzatilayotgan jarayonda tadqiqotchining ishtirok etish darajasiga ko'ra, kiritilgan kuzatish va tomonli kuzatishga ajratiladi. Kiritilgan kuzatuvda tadqiqotchi guruh tarkibiga kirib, shu guruhning barcha faoliyat turlarini bajaradi. Tomonli kuzatishda tadqiqotchi kuzatilayotgan hodisalardan chetda turib kino yoki videokamera tushirgan holda psixik hodisalarni tahlil etadi. Umumiy psixologiyaning tadqiqot metodi sifatida kuzatish ish o'rnini tashkil etish va umuman faoliyatdagi vaziyatga baho

berish, sinovdagilarning kirishimlilik xususiyatlarini tahlil qilish, uning kasbiy xulqi, kasbiy ta'limi va malakasiga baho berishda qo'llaniladi.

Kuzatishning negativ holatlari olingan ma'lumotlarning yetarli darajada ishonchli emasligi chunki, tadqiqot paytida ba'zida hodisalar ko'p uchraydi va kuzatilayotgan voqealarga aralashib ketish ehtimoli mavjud bo'ladi. Kuzatish paytida sinovdagilarga tadqiqot vazifalari haqida ma'lumot berishga to'g'ri keladi, bu esa ularning kasbiy xulqi va faoliyatiga o'zgartirish kiritishlariga olib keladi. Undan tashqari, ishchilar, rahbarlar ham tadqiqot natijalari ularning ish jarayonlariga salbiy ta'sir ko'rsatishidan qo'rqishadi.

PSIXOMETRIK USULLAR

Psixometriya-psixik voqea va hodisalarning miqdoriy tomonining nisbati va tavsiflarini o'rganadi. Psixometriyaning muhim belgisi psixik jarayonlarning individual farqlar, empirik dalillar dinamikasini, parametrlarini o'lchash texnologiyasining standartlashganligidir. Psixometriya ishonchliligi bilan ajralib turuvchi psixodiagnostik metodikalarini yaratishga yo'naltirilgan. Psixometrik usullar tarkibiga psixologik test ham kiradi.

TEST - psixologik diagnostika metod bo'lib, u ma'lum ma'noga ega bo'lgan standart savol va masalalardan iborat. Test intellektual va maxsus qobiliyatlarini, shaxsning psixofiziologik xususiyatlari va sifatlarining rivojlanishini, kasbiy layoqatni aniqlash, kasbiy ekspertiza va reabilitatsiya shuningdek, kasbiy maslahatlar jarayonida qo'llaniladi.

Test o'tkazish 3 bosqichga ajratiladi:

- test, savolnomasini tanlash (tadqiqot masalasi bilan belgilanadi);
- test o'tkazishda etika normalariga rioya qilgan holda ko'rsatmaga muvofiq tashkil etish;
- olingan ma'lumotlarni qayta ishlash va natijalarni o'rganish.

Umumiy psixologiyada maxsus qobiliyatlarning diagnostikasi va kasbiy yutuqlar muhim ahamiyat kasb etadi. An'anaviy intellektual testlar akademik qobiliyatlarni o'rganishga qaratilgan. Vakant (bo'sh) o'rinlarga nomzodlarni kasbiy tanlovi uchun ishonchli usullarga bo'lgan ehtiyoj psixologlarni maxsus qobiliyatlarni diagnostika qilish uchun test ishlab chiqildi. Ishlab chiqarishning turli sohalarida ishchilarning oldiga o'ziga xos talablarni qo'yadi.

Kasbiy tanlov, kasbiy maslahat, kadrlarni joylashuvi, vakant ishchi o'rinlarini to'ldirish maqsadida muhim kasbiy psixofiziologik xususiyatlar, psixologik sifatlar, kasbiy malakalarni aniqlash imkonini beruvchi testlar bo'lishi lozim. Kasbiy yutuqlar testi faoliyatning ma'lum

bir turini egallash darajasini o'lchash yoki kasbiy tayyorgarlik natijalarini tashxis qilish maqsadida qo'llaniladi. Maxsus qobiliyatlar testi asosan kasbiy tanlov uchun qo'llaniladi. Ayniqsa, sensor qobiliyatlar diagnostikasi xususiyatlarini ko'rib chiqamiz. Ko'pgina, kasblar sensor sohaning xususan ko'rish va eshitishning yuqori darajada rivojlanishini talab qiladi.

Vizual qobiliyatlar testi muhim kasbiy belgilarga bog'liq holda ko'rish o'tkirligini, ranglarni farqlay olish va ularning ichki xususiyatlari o'rtasidagi bog'liqliklar darajasini aniqlaydi. Eng keng tarqalgan ko'z o'tkirligini aniqlab beruvchi test - sinovda ishtirok etayotgan sinaluvchilarga bosma harflar tasvirlangan jadval ko'rsatiladi va tadqiqotchi tomonidan ko'rsatilayotgan harflarni aniqlash kerak bo'ladi. Eshitish qobiliyatlarini aniqlashda ovoz, signal ko'p hollarda odam ovozi eshittiriladi. Chuqurroq o'rganilishi maqsadida masalan, musiqiy eshitish qobiliyatini aniqlash testlari qo'llaniladi.

Harakat qobiliyatlarini diagnostika qilish-harakat reaksiyalarini tasvirlash va koordinata tezligini aniqlash maqsadida qo'llaniladi. Bunday hollarda biz sensomotor diagnostikasini nazarda tutishimiz kerak, chunki aksariyat hollarda bu ko'rish orqali bajariladi. Chet elda barmoqlar mahoratini, buyumlarni o'ynata olish tezligi, qo'l mustahkamligi, reaksiya vaqti, qo'l harakatining tezligini tahlil etuvchi testlar keng tarqalgan. Motor testiga misol keltiramiz. Bunda tadqiqotda ishtirok etayotganlarning oldiga ikki seriyadan iborat bo'lgan to'g'ri burchakli taxta qo'yiladi. har qaysi seriyasida 48 tadan teshik bo'lib, seriyalardan biridagi teshiklar silindrlil sterjenlar bilan to'ldirilgan. Sinaluvchilarga imkon qadar sterjinlarni boshqa seriyalardagi teshiklarga olib o'tish taklif qilinadi. Bunday tadqiqotda ishtirok etayotgan kishi ma'lum vaqt davomida ishning qancha qismini bajara olgani hisobga olinadi. SHuningdek, ishchilar kasbiy tanlovida texnik qobiliyatlar testi muhim o'rin egallaydi.

Texnik qobiliyatlar deganda - murakkab intellektual qobiliyatlar tushuniladi. Bu qobiliyatlar o'z ichiga keng tasavvurlar, texnik salohiyat va sensomotor malakalarini qamrab oladi. Texnik qobiliyatlar testi - injenerlar, mexaniklarni kasbiy tanlovida keng doirada qo'llaniladi. Bu borada A.A.Beknet va Minnesotski testlari keng tarqalgan. Maxsus qobiliyatlarning so'nggi guruhiga A.Anastazi kasbiylashgan qobiliyatlarni kiritadi. Ularni o'lchash uchun tuzilgan testlar faoliyatning ma'lum kasb sohasida shakllantiriladi.

AQSHda Minnesota shtatida konselariya testi keng ommalashgan bo'lib, tartibni qabul qilish tezligi, ishbilarmonlik atamalar ro'yxatini bilishi, eshitishi, xabardorlik, savodxonlik chiroyli nutqqa egalik kabi qobiliyatlarni aniqlab beradi. Kasbiylashgan qobiliyatlarga shuningdek, badiiy, musiqaviy, tadqiqiy konstruktorlik, ishbilarmonlik, ijtimoiy va ijrochilik qobiliyatlari kiradi. Yutuqlar testi sinovdagilarning ma'lum bilim, ko'nikma va malakalarini egallanganlik darajasini aniqlab beradi. Iqtidor testlaridan farqli ravishda ular maxsus ta'lim dasturlarining kasbiy tayyorgarlikning ma'lum samaradorligiga, kasb egallashga bo'lgan ta'sirini o'lchaydi. Boshqacha qilib aytganda, yutuqlar testi asosan individning ta'lim yakunidagi so'nggi muvaffaqiyatlarini baholashga yo'naltirilgan.

Insonlarda yutuqlar testining 3 ta shaklini qo'llashadi: harakat testlari, yozma va og'zaki testlar. Bu testlarda aniq kasbiy faoliyatda eng muhim bo'lgan bir qator topshiriqlarni bajarish talab etiladi. Harakat testlari idoraviy kasblarda (texnik kotiba, mashinistka, stenografist va hokazolarda) keng qo'llaniladi. Yutuqlarning yozma testlari maxsus bilimlar ya'ni, savodxonlik uchun muhim bo'lgan kasblarda ishlatiladi. Mazkur testlar asosiy tushunchalar, mavzulardagi sinfiy belgilar, texnik tavsiflar, formulalarni o'rganilganligini o'lchashga yo'naltirgan.

Standartlashgan baholash shakli ob'ektiv harakatga ega bo'lib, guruhiiy ishlashga imkon beradi va ko'p vaqtni talab etmaydi. Kasbiy yutuqlarning og'zaki testlari - maxsus kasbiy bilimlarga tegishli bo'lgan standartlashgan savollar seriyasidan iborat. Savollar kasbiy faoliyatni tahlil etish, malakali ishchilarni kuzatish va har qaysi savolning muhimligi asosida tanlanadi. Yutuqlar testlarini kasbiy salohiyatni baholash maqsadida qo'llanishi AQSHda psixologlar attestatsiyasi tajribasidan ko'rish mumkin.

Psixologlikka imtihan topshirish uchun nomzodlar universitetning psixolog ma'lumotga ega bo'lishlari va diplomli psixolog sifatida 2 yil ishlagan bo'lishlari shart. Imtihan ikki qismdan iborat. Yettita faoliyat sohasi bo'yicha 100 ta topshiriqni bajarish: klinik psixologik, rivojlanish psixologiyasi, umumiy eksperimental psixologiya, test va statistik tahlil, ijtimoiy psixologiya va psixologik konsultatsiya. Beshta savolga tasviriy javoblar berish, ulardan bittasi - tadqiqot metodologiyasi bo'yicha va 4 tasi sanab o'tilgan 7 ta faoliyat sohalarning 2 tasi bo'yicha hamda bu sohalardan qaysi biridan topshirishini nomzodning o'zi tanlaydi. Har qaysi shtatda psixolog unvonini va amaliy faoliyatga litsenziya berishning o'ziga xos qonun-qoidalari mavjud. Ammo ularning hammasi o'zlarni

psixolog deb nomlovchi salohiyatsiz psixologlardan jamiyatni chegaralash maqsadiga qaratilgan. Yutuqlar testining keng tarqalishi ular mutaxassislariga, ishchi kasbiy tayyorgarlik darajasini aniqlash hamda shaxsda kasbiy tanlashni kuzatish va kasbiy yutuqlarni bashorat qilish imkonini beradi.

EKSPERIMENTAL USULLAR (TAJRIBA USULLARI)

Eksperiment metod - psixologik reallik mexanizmi va qonuniyatlarini o'rganish bo'yicha asosiy metod hisoblanadi. Uning asosiy mohiyati nazorat qilinadigan va boshqariladigan sharoitlarda yangi ilmiy bilimlarni olishga qaratilgan. Eksperimentning asosiy nomutaxassislik vazifasi - sabab-natija aloqalarini o'rganish va psixologik jaryonlar va hodisalarni tushuntirishdan iborat.

Eksperiment o'tkazishda farq va rozilik qoidasini qo'llaydilar (J.S.Mill) A. B guruh voqealar guruhi ketidan D voqeasi kelsa ammo B, V ketidan A kelmasa, unda A, a, ning sababidir. Ikkala voqealar guruhidan birinchisi eksperimental sifatida ko'rib chiqiladi, ikkinchisi - nazorat guruhi deb ko'riladi. Ularni yagona farqlovchi voqea mustaqil o'zgaruvchi deyiladi va u jarayonning davomida turli o'zgarishlarga duch kelish mumkin. Eng tarqalgan eksperiment modeli quyidagi jadvalda ko'rsatilgan bo'lib, unda tadqiqotchi tahlil natijalarida sub'ektiv baholardan foydalangan holda, ya'ni $x_2 \times x_1$ dan katta, u_2 esa u_1 katta degan xulosani ta'kidlab qolmasdan balki, hech bo'lmaganda umumiy hollarda qay darajada kattaligini aniqlashi kerak bo'ladi. Aks holda, eksperiment va nazorat guruhlaridagi o'zgarishlarni tasdiqlashning o'zi bo'lmaydi.

Eksperiment modeli. Eksperimental tadqiqotni kasbiy tanlov misolida ko'rib chiqamiz. Korxonada mutaxassislar murakkab mexanik agregatlarni qabul qilishda ishlab turgan muhandislar ko'p deffektlarni o'tkazib yuborganliklari sabab, ishchilar orasidan nazoratchilarni tanlash zaruriyati kelib chiqadi. Eksperimentning mazmuni shundan iboratki nazoratchi uchun muhim bo'lgan qobiliyatlarni tashxis qilib beruvchi (diqqatni jamlay olish, mustaqillik, sensor farqlash darajasi, keng fikrlash) test loyihalashtiriladi.

Test tanlovchilar orqali nazoratchilarning eksperimental guruhi tuzildi. Eksperimental va nazorat guruhi ishlarini korreksion tahlil qilish asosida tasdiqlash, testning samaraliligini va nazoratchilarni tanlash va tayyorlash metodikasini aniqlash imkonini beradi. Psixologik tadqiqotlarda eksperiment natijalarini miqdoriy ifoda qilish masalasi eng qiyin masala hisoblanadi. SHuning uchun miqdoriy ma'lumotlar, odatda, absolyut emas, balki nisbiy ahamiyatga ega. Ular ikki guruh darajasini

tasdiqlash imkonini beradi, ammo har qaysining absolyut tavsifini aniqlay olmaydi. Shunday bo'lsa-da, psixologiya fani real o'quv-kasbiy faoliyatida o'zgarishlarni kutmaydigan, imkoniyatlar beruvchi vaziyatlar yaratish orqali shaxsdagi o'zgarishlarni o'lchash uchun turli xil shakllarni yaratadi.

Ekspirimentni o'tkazishda o'rganilayotgan jarayon o'tadigan sharoitlarni keng miqiyosda o'zgartiriladi, o'zgaruvchan omillar ta'sirini ajratish, ularning o'zaro aloqasini aniqlash va shu tariqa psixik hodisalarning qonuniyatlari va mexanizmlarni o'rgatish mumkin. Ekspiriment metodining muhim sifati shundaki-o'rganilayotgan jarayoniga to'g'ri baho berish,

Ma'lumotlarning miqdoriy hisobini olish imkonini beradi, bu esa tadqiqot natijalariga ishlov berish muhim statistik xulosa chiqarishga imkon beradi. Ekspirimental usulning 3 turi mavjud: tabiiy, modellashtiruvchi va laboratoriya eksperimentlaridir. Tabiiy eksperiment psixik hodisalarni odatiy tabiiy sharoitlarda o'rganishni nazarda tutadi (darsda, mehnat topshiriqini bajarish jarayonida va hokazo). Tabiiy eksperimentning afzalligi - tadqiqot maqsadlarining nisbatan yashirinligi, jarayonning norasmiy muhitda o'tishi va sinovdagilarning hayoti va faoliyatiga bevosita kirib borishi bilan belgilanadi.

Modellashtiruvchi eksperiment ayrim mehnat jarayonlarining nazariy dinamikasi va murakkabligi tufayli real texnik moslamalarni odatiy ish tartibidagi usullarni o'rganib bo'lmaganligi tufayli qo'llaniladi. Bu jarayonlar anglanilgan holda o'rganilayotgan mehnat jarayonida ishning muvaffaqiyatini belgilab beruvchi uning tarkibiy qismlariga ajratiladi, bu faoliyatni amalga oshirish uchun sun'iy sharoitlar yaratiladi va shu tariqa modellashtirilgan sharoitlarda murakkab mehnat jarayoni o'rganiladi. Modellashtiruvchi eksperiment shaxsning kasbiy shakllanish jarayonidagi muhim kasbiy sifatlarni o'rganishda qo'llaniladi.

Labaratoriya eksperiment tadqiqotlarni maxsus asbob-uskunalari bilan jihozlangan psixologik laboratoriyada o'tkazishni nazarda tutadi. Ekspirimentning bu turi odatda elementar psixik funksiyalarni o'rganish maqsadida qo'llaniladi ya'ni, sensor va motor reaksiyalari tanlov reaksiyalari va boshqalarni kiritish mumkin. Insonning ish-harakatlarini o'rganish borasida oxirgi 20 yil mobaynida videotexnika va turli antik mexanik moslamalar rivojlanishining yuqori darajasiga ko'tarilgan. Bu bir tomondan videoga tushirish, streoskopik tushirish kabi usullarni keng qo'llashga olib kelgan bo'lsa, boshqa tomondan tayyorlov ishlari ya'ni,

eksperimentni o'tkazish va materiallarni tahlil etish kabi ishlarni yengillashtirishga xizmat qiladi.

Videofotoregistratsiya metodining universalligiga qaramay tadqiqotlarda EHM va boshqa maxsus texnikaning qo'llanilishi bugungi kunda murakkab muammo bo'lib kelmoqda.

Shakllantiruvchi eksperiment - bu usulning asosiy belgisi V.V Davidovning "psixikaning u yoki bu empirik shakllarining xususiyatlarini oddiygina ta'kidlab emas, balki ularni faol modellashtirib maxsus sharoitlarda namoyon etib, ular mohiyatini ochib berishi" kerak degan fikri bilan belgilanadi. SHakllantiruvchi eksperiment usullarini qo'llash o'quv-kasbiy jarayonlarning ma'lum tavsiflarini o'zgartirish va shu o'zgarishning ta'lim oluvchilarning yosh, intellektual xususiyatlariga bo'lgan ta'siri bilan bog'liq.

Mohiyatiga ko'ra, bu usul keng tadqiqot o'tkazish vositasi sifatida boshqa usullarni qo'llash orqali o'tkaziladi. Shakllantiruvchi eksperiment V.V.Davidov bergan tavsifiga ko'ra - birinchidan, ko'p sonli ya'ni, statistik muhim; ikkinchidan, u yoki bu konseptsiyani yuritish uchun amalga oshiriladigan; uchinchidan uzoq davomli va nihoyat pedagogik-nazariyotchi diagnostik metodistlarni o'zaro hamjihatlilikini ta'minlab beruvchi eksperimentdir. SHakllantiruvchi eksperiment kasbiy ta'limning optimal texnologiyalarida, korxonada kasbiy tayyorgarlikning samarali metodikasida, malaka oshirish tizimiga innavatsion usullarni qo'llash jarayonida foydalaniladi.

MATEMATIK ISHLOV BERISH USULLARI

Miqdoriy ma'lumotlarga ishlov berish usullariga tadqiqot xulosalarini chiqarishning statistik usullari hamda ular o'rtasidagi ma'lum aloqalarini aniqlash, ilgari suralgan gipotezaning haqqoniyligini tekshirish kabilar hisoblanadi. Natijalarga matematik ishlov berish, tadqiqotlarning isbotlanganligini (reprezantlilik) tanlab beradi.

Sifat ko'rsatkichlarining miqdoriy ishlov berilganlik bilan bir qatorda psixologik tadqiqotning ob'ektligi sezgilari darajada oshiriladi. Tadqiqot usullarining to'g'riligi nafaqat qo'llanilgan matematik apparatning takomillashganligiga balki, o'rganayotgan hodisa va ob'ektlarni real miqdoriy tavsiflarini qay darajada aks etishiga bog'liq. Bu talablarga rioya etmaslik, matematik o'lchovni oddiy formulalar o'yiniga aylantiradi.

Ta'lim yoki tarbiyaning u yoki bu amallarini yoki tomonlarini baholash uchun miqdoriy belgilarni topish - matematik muammo hisoblanmaydi. Bu vazifani tadqiqotchi psixologlar hal etishi kerak.

Ammo bu masalani hal etish uchun o'lchov usullarining qo'llash chegaralari va sharoitlarini hisobga olib, psixologik hodisalarni to'g'ri o'lchash kerak bo'ladi. O'lchov – ma'lum qoidalarga muvofiq voqealar va ob'ektlarga raqamlarni qo'yib, yozish raqamli tavsiflarni, narsa - buyum va hodisalarga qo'shilib yozilishining eng oddiy metodi - ularni qayd etishdir.

Qayd etishning mohiyati shundaki - qandaydir belgini ajratib kuzatish va eksperimentda shu belgisi bo'lgan predmet yoki hodisa paydo bo'lsa shu holat muntazam qayd etib boriladi. Masalan, o'qish sabablarini o'rganishda so'rovnomasida javobning u yoki bu variantini tanlangan talabalar sonini aniqlashadi qayd etish natijalariga statistik ishlov berish o'rganilayotgan hodisalarga nisbatan ayrim muhim umumlashgan va xulosalarni qilish imkonini beradi.

Qayd etishning muhim xususiyati shundaki, u psixologik - pedagogik tadqiqotlarda ko'p uchraydigan qol bo'lib, ya'ni o'rganilayotgan hodisalarning belgilarini aniqlash, imkoni bo'lmagan hollarda ham miqdoriy jihatlarini tahlil qiladi. Masalan talabalarning bilim va malakalari darajasini, u yoki bu ma'naviy sifatlarining rivojlanishi bu ta'lim metodining samarali darajasini to'g'ri o'lchash qiyin. Ammo shunga tegishli voqealarni - xatolar, o'zini tutishi va hokazolarni qayd etib, bu sifatlarning ma'lum miqdoriy tavsifini olish mumkin. Demak, ular paydo bo'lishining qonuniyatlarini o'rganish mumkin.

Ma'lumotlarga miqdoriy tavsif berishning keyingi metodi - tartibga solish operatsiyasidir. Uning mohiyati shundaki, o'rganilayotgan hodisalar ma'lum belgi hajmining o'sish yoki pasayish tartibida joylashadi. Keyin ob'ektlarning har qaysi guruhiga o'sish yoki pasayish qatoridagi bir guruh o'rniga tegishli bo'lgan son bo'ladi. Bu ob'ektlarda o'rganilayotgan sifatning tartibini ko'rsatib beruvchi sonda. Ma'lumotlarni tartibga solgandan keyin ularni guruhlashadi. Buning uchun o'rganilayotgan sifat ma'nosini ma'lum intervali o'lchov belgisi deb qabul qilinadi.

O'rganilayotgan hodisalarda belgi ma'nosi necha marta shu o'lchov birligi kuzatilayotgan ob'ektda namoyon etilishi son bilan belgilanadi. Ma'lum sabablarga ko'ra, matematik apparatni qo'llashda va o'lchovda qiyinchiliklar kelib chiqadi. O'lchov natijasida olingan miqdoriy sifatlar matematik statistika usullari yordamida ishlab chiqiladi va bu empirik natijalarni umumlashtirishga "Tasodifiy" natijalar sababini tushuntirishga unga ma'lum ishonarli izoh berishga imkon beradi. Amaliy psixologiyada

miqdoriy ma'lumotlarga ishlov berishning eng keng tarqalgan usullari - dispersion, korrelyatsion va faktorli tahlil usullaridir.

Dispersion tahlil - o'rganilayotgan o'zgaruvchiga turli omillarning ta'sirini tahlil etish imkonini beruvchi statistik usuldur. Dispersion tahlilning mohiyati shundaki o'rganilayotgan sifat mustaqil tarkibiy qismlarga bo'linib ketadi, bu qismlarning har biri u yoki bu omilning yoki o'zaro aloqaning ta'sirini tavsiflab beradi. Korrelyatsion tahlil - o'rganilayotgan sifatlar yoki omillar aloqasining shakli, belgisi yoki zichligini baholash statistik metodidir.

Faktorli tahlil - ko'p o'lchovli matematik statistika metod bo'lib, bu usul statistik jixatdan bog'liq sifatlarni o'rganishda qo'llaniladi. Bu usul ilmiy tadqiqotlarning boshlang'ich bosqichlarida sermahsul hisoblanadi, chunki bu paytda o'rganilayotgan sohadagi qonuniyatlarni ajratish kerak bo'ladi. Tadqiqotlarga matematik ishlov berishning boshqa metodi ham mavjud. Biz eng ko'p tarqalgan usullarini ko'rib chiqdik.

Tadqiqot tajribasi shuni ko'rsatadiki, matematik ishlov berish ko'pgina muhim psixologik tavsiflarni, ularning aloqalari, munosabatlari, qonuniyatlarini o'rnatish va tasvirlashning samarali vositasi hisoblanadi. Tadqiqot usullarini tavsiflash xulosalarida shuni ta'kidlash kerakki, ayrim usullarni boshqalariga qarama-qarshi qo'yish yoki qaysilarinidir imkoniyatlarini absolyutlashtirib bo'lmaydi. U yoki bu usulni tanlash tadqiqot predmeti va vazifalari bilan belgilanadi. har qaysi psixologik tadqiqotlarda o'zaro bir-birini to'ldiruvchi va haqqoniy xulosalar chiqarish imkonini beruvchi usullar kompleksi qo'llaniladi.

Olimlar psixologik metodlarni ishlab chiqishar ekan, ular bu metodlardan sub'ektiv talqin qilish va asossiz xulosa chiqarish imkonini bermaydigan, ob'ektiv, ishonchli, har qanday xatolardan xoli material olishga intiladilar.

OB'EKTIV METODLAR

Ob'ektiv metodlar tadqiqotchining shaxsi ta'sir ko'rsata olmaydigan yoki juda kam darajada ta'sir ko'rsatadigan natijalarni olish imkonini beradi. Bu metodlarga kuzatish, eksperiment, test, so'rovnom, suhbat kiradi.

Kuzatish metodi. Kuzatish metodi psixologiyaning asosiy metodlaridan biri bo'lib, bu metod yordami bilan psixik jarayonlarni tabiiy sharoitda, ya'ni odamning u yoki bu faoliyatida qanday ro'y bersa, shundayligicha o'rganiladi.

Kuzatishning ichki va tashqi kuzatish metodlari ajratiladi. Tashqi kuzatish tadqiqotning dasturiga mos holda ob'ektning xatti-harakatini

tahlil qilish va tushuntirish uchun maqsadga yo'naltirilgan holda tizimli idrok qilishdir.

<p>Ob'ektiv metodlar: Kuzatish Eksperiment Test So'rovnoma Suhbat Kontent-tahlil Grafologiya</p>	<p>Tavsiflovchi metodlar: O'z-o'zini kuzatish Empatik suhbat Identifikatsiya Dialogli suhbat Biografiya Intuitsiya</p>	<p>Psixologik yordam metodlari: Individual Guruhiy Oilaviy</p>
--	---	--

1-rasm. Psixologiyaning tadqiqot metodlari

Tashqi kuzatishning bir necha turlari mavjud. Umumiy psixologiyada shaxsni tashqaridan, ya'ni ob'ektiv kuzatish metodidan keng foydalaniladi. Ma'lumki, ko'pchilik hollarda psixik jarayonlarning juda aniq ifodalangan tashqi alomatlar bo'ladi. Psixik jarayonlarning tashqi alomatlar asosan odamning harakatlari va imo-ishoralarda namoyon bo'ladi. Tashqaridan kuzatishning maqsadi psixik jarayonlarning faqat tashqi alomatlarinigina emas, balki, ularga qarab, psixik jarayonlarning ichki mazmunlarini ochish hamda shunday yo'l bilan kuzatilayotgan psixik jarayonlardan ma'lum ilmiy natijalar chiqarishdir. Ana shuning uchun tashqaridan kuzatish metodidan foydalanish kishidan durustgina kuzatuvchanlik malakasiga ega bo'lishni talab etadi. Kuzatish metodi o'z navbatida bir necha turlarga bo'linadi (1-jadval).

Tashqaridan kuzatish hamisha oldindan belgilangan qat'iy maqsad asosida olib borilishi lozim. Kuzatish metodidan foydalanilayotganda shaxslar o'zlarini kuzatilayotganliklarini mutlaqo sezmasliklari kerak.

Kuzatish turlari va ularning tavsifi 1-jadval

Kuzatish turlari	Tavsiflari
Aloqaga kirishish bo'yicha	Bevosta (eksperimentator o'zi tekshiradi) Bilvosita (tayyor materiallardan foydalaniladi)
Faoliyat sharoitlari bo'yicha	Dala sharoiti (tabiiy sharoitda) Laboratoriya (eksperiment)
Ob'ekt bilan o'zaro ta'sir xarakteriga ko'ra Vaqt bo'yicha	Ochiq yoki yashirin Kuzatuvchining ishtiroki bilan yoki ishtirokisiz Uzoq muddatli isqa muddatli
Natijalarni qayd etish bo'yicha	Aniqlovchi Baholovchi

Kuzatish turiga bir tadqiqotni misol tariqasida ko'rib chiqamiz. Tadqiqotchilar odamlarning muloqot jarayonidagi oralaridagi masofani yashirin kuzatishgan. Xonaning o'rtasida o'rta bo'yli erkak turgan. Uning oldiga turli odamlar kelib, biror narsani so'rashgan. Bu vaziyatda bo'yi balandroq erkaklar u odamga yaqinroq kelishgan, bo'yi pastlari esa uzoqroqda turib so'rashgan. Ayollarda teskari tendentsiya kuzatilgan. Bo'yi balandroqlari uzoqroq masofada turishgan.

Mazkur holatda kuzatishning tavsifi quyidagicha: kontakt bo'yicha – bevosita (eksperimentator tadqiq qilyapti), faoliyat sharoitiga ko'ra – laboratoriya (eksperimental vaziyat yaratilgan), ob'ekt bilan o'zaro ta'sir bo'yicha – yashirin (erkakka yaqinlashayotgan odamlar ularni kuzatishayotganlarini bilishmagan), birga emas (eksperimentator tadqiqotda ishtirok etmagan), vaqt bo'yicha - qisqa muddatli (kichik vaqt oralig'i), natijalar bo'yicha – qayd etish (begona odamlar orasidagi masofa o'lchab qayd etilgan).

Yuqorida aytib o'tganimizdek, kuzatish metodi bilan tekshirishning asosiy xususiyati shundan iboratki, bunda biror psixologik hodisa qanday yuz berayotgan bo'lsa, shu holicha tekshiriladi. Bunda tekshirilishi lozim bo'lgan biror psixik jarayonning tabiiy sharoitda yuz berishini kutishga to'g'ri keladi. Bu esa juda ko'p vaqt talab qilishi mumkin. Bundan tashqari, tashqaridan kuzatish metodi yordami bilan ba'zi murakkab psixik jarayonlarning mohiyatini bilish juda qiyin. Shuning uchun psixik jarayonlarning qonuniyatlarini aniqlashda faqat kuzatish metodidagina foydalanish yetarli emas. Murakkab psixik jarayonlarning qonuniyatlarini biz eksperiment (tajriba) metodi orqali o'rganamiz.

Maxzuni mustahkamlash va nazorat uchun savollar

1. Hozirgi zamon psixologiyasining qanday sohalari mavjud?
2. Psixologiya fanidagi differentsiya va integratsiya jarayoni nima bilan bog'liq?
3. Psixologiyaning boshqa fanlar bilan aloqalarini ochib bering.
4. Psixologiya fanining yirik ilmiy yo'nalishlari va maktablari
5. O'zbekistonda psixologiya fanining rivojlaniiga hissa qo'shgan olimlar?

II-MAVZU. XULQ-ATVORNING PSIXOFIZIOLOGIK ASOSI

Tayanch tushunchalar: Nerv tizimi, neyronlar, miya, endokrin tizimi, instinkt, jins, irsiyat, shartsiz reflekslar, shartli reflekslar

2.1 . Nerv tizimi va endokrin tizimining inson organizmi va hulq-atvoridagi ahamiyati.

Hozirgi zamon fanida jadal rivojlanib, katta qiziqish uyg'otayotgan va inson sir-sinoatlariga chuqurroq kirib borishga muvaffaq bo'lgan soha asab tizimini tadqiq etish hisoblanadi.

Organizmning yaxlit tuzilma sifatida faoliyat ko'rsatishini nerv hosilalarining to'plamlari ta'minlab beradi.

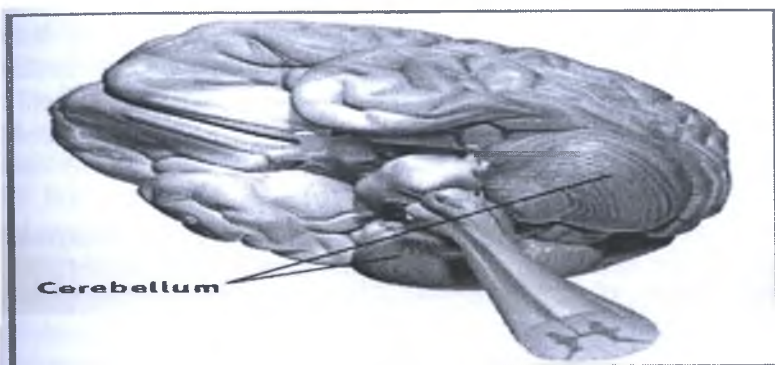
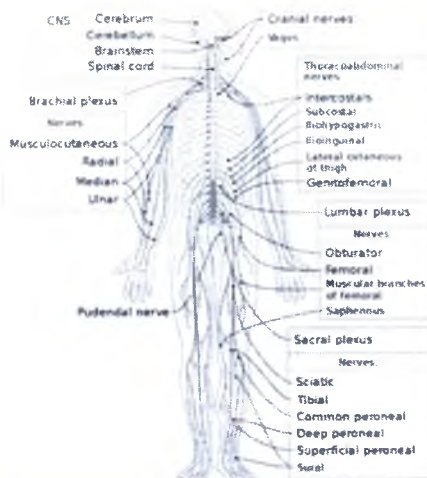
Asab tizimi markaziy, periferik va vegetativ bo'limlardan iborat. Markaziy asab tizimi (MAT) bosh va orqa miyani o'z ichiga oladi. Miya organizmda boshqaruvchi vazifasini o'taydi va psixomotor faoliyatni ta'minlab beradi. Bundan tashqari, miya fikrlarimizni mahorat bilan boshqarib, inson organizmning beshta asosiy tuyg'ulari – ko'rish, eshitish, ta'm bilish, hid bilish va sezishni nazorat qiladi.[1]

Periferik asab tizimi – nervlar va nerv tugunlaridan iborat. Periferik nervlar majmuasi yurak, o'pka, ovqat hazm qilish tizimi va boshqa ichki organlar, tomirlar va to'qimalarni ta'minlaydi, bularning barchasi vegetativ asab tizimini tashkil etadi. Uning faoliyati inson iroda kuchiga bog'liq bo'lmaydi. (3.1 rasm)

Asab tizimi organizmning ixtiyoriy va ixtiyorsiz bajariladigan vazifalarini boshqaradi. Ixtiyorsiz bajariladigan vazifalarga misol qilib ovqat hazm qilish vazifasini keltirishimiz mumkin. Asab tizimini tashkil etuvchi milliardlab asab hujayralari organizmning o'zidan, shuningdek, tashqi muhitdan axborot qabul qiladilar.

Bosh miya xaritasini tuzib, nervlar vazifalarini aniqlashga ilk marotaba Tomas Uillis (1621-1675) qo'l urgan edi. Nemis vrachi Frans Gall (1758-1828) miyaning frenologiya xaritasini yaratib, unda «ruh layoqatlari» deb nomlagan psixikaning xossalarini joylashtirdi.[2]

PERIFERIK NERV SISTEMASI



Bosh va orqa miya – ikki hayotiy muhim organlar – miya qutisi va umurtqa pog‘onasi suyaklari bilan o‘ralgan va himoya qilinadi. Miyaning asosiy tarkibiy qismlari bo‘lib katta miya (ikki yarim sharlar), miyacha, orqa miya hisoblanadi. Miya yarim sharlari – bu organning axborotni qabul qilib, tananing boshqa qismlariga o‘tkazuvchi asosiy qismidir. Yarim sharlar nutq, tafakkur va xotiraga ma’suldirlar. Miyacha asosan tana harakatlarini muvofiqlashtirishga yordam beradi. Orqa miya yurak faoliyati, nafas olish va qon bosimi kabi vazifalarni boshqaradi.



Asab tizimi endokrin tizim bilan uzviy hamkorlikda inson barcha organlarining faoliyatini boshqaradi. Inson fikrlari, xotiralari, hissiyotlari yoki sezgilari, shuningdek, uning har bir anglangan harakati amalga oshirgan faoliyatining aksi bo'lib hisoblanadi. Bundan tashqari, asab tizimi, ichki, vegetativ, anglamaydigan vazifalar: tana harorati, yurak urishi va boshqa gomeostaz (muvozanat, doimiylik)ni tashkil etuvchilarni boshqaradi.

Asab tizimi somatik va vegetativ bo'limlarga ajratiladi. Birinchisi, skelet mushaklari qisqarishi yordamida sezuvchanlik va harakat bilan ta'minlagan holda organizm bilan tashqi muhit o'rtasidagi aloqani amalga oshiradi. Ikkinchisi, moddalar almashinuvi, nafas olish, ajratishga o'z ta'sirini o'tkazadi.

Neyron-asab tizimining asosiy birligi

Inson tanasi va hokazo suyak hujayralari, mushak hujayralari, tana hujayralari, deb hujayralari turli turdagi iborat. Har bir turi alohida vazifasi bor bir birlik shakllantirish, kichik hujayralari millionlab topgan. bir tana qismi elektr xabarlar burchi nerv hujayralari uchun tayinlandi. Bizning asab tizimi nerv hujayralari iborat. uning barcha filiallari bilan bir asab hujayrasi neyronlarning deyiladi. Bu neyronlarning asab tizimining yakuniy tuzilishi va funktsional birligi hisoblanadi. bir shaxsning asab tizimida neyronlar soni 200 milliard 100 baholanmoqda. Ular, asosan, tarkibida bir xil bo'ladi, lekin maxsus vazifalar uchun mo'ljallangan turli uzunliklar, shakl va darajada ko'rinadi. Har bir neyronning ichida DNK

dan genetik ko'rsatmalar oshiruvchi har biri RNK molekulari, millionlab bor.²

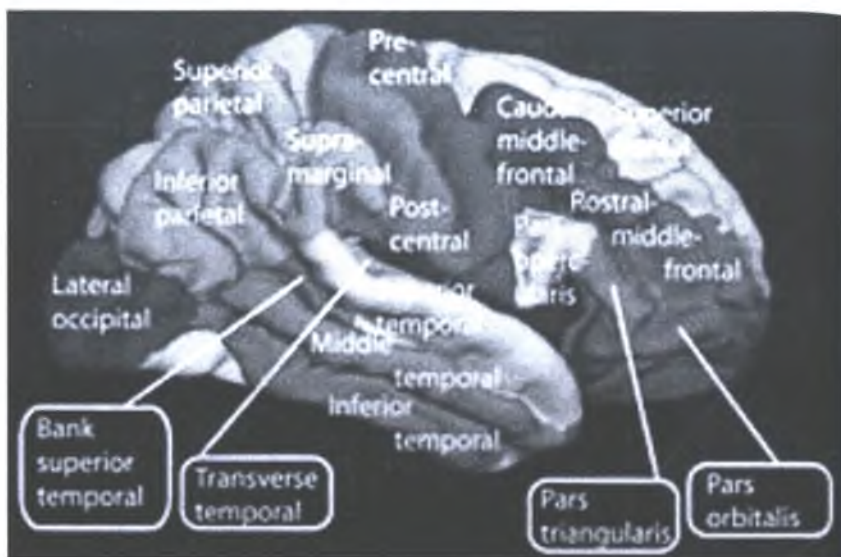
The human body is composed of different types of cells like bone cells, muscle cells, body cells, etc. Each type, consisting of millions of tiny cells, forms a single unit which has a specialized function. The duty of carrying electrical messages from one part of the body to the other has been assigned to nerve cells. Our nervous system is made up of these nerve cells. A nerve cell with all its branches is called a neuron. This neuron is the ultimate structure and functional unit of the nervous system. The number of these neurons in a human nervous system has been estimated at 100 to 200 billion. They are basically alike in structure but appear in different lengths, sizes and shapes designed for specialized functions. Within each neuron there are millions of RNA molecules, each carrying genetic instructions from the DNA.

Miya oq va kul rang moddadan iborat. Kul rang modda asab hujayralarining to'plamlaridan hosil bo'ladi, oq moddani esa asab tolalari tashkil etadi. Yaqin vaqtgacha kul rang modda asosan yurish va yugurishga bo'lgan ko'nikma hosil qilish bilan bog'lanar edi. Hozirgi kunlarda olimlar yana bir qonuniyatni aniqladilar – yangi raqs harakatlarini o'rganib, ijro etishga layoqatli insonlarning miyasi faolroq bo'lar ekan.

Amerikalik olimlar (R. Xayer va boshqalar) erkaklar va ayollar turlicha fikr yuritishlarini aniqladilar. Miya anatomiyasini tadqiq etish orqali erkaklar ko'proq kul rang moddani, ayollar esa oq moddani faollashtirishlari ma'lum bo'ldi. Boshqacha aytganda, tafakkur jarayonida kuchli jins ayollarga nisbatan kul rang moddadan 6,5 marta ko'proq, go'zal jins vakillari esa oq moddadan 10 marta ko'proq foydalanar ekan.

Jinsiy tanlov nazariyasining mohiyati:

Jinsiy tanlov-avlod qoldirish uchun ma'lum jins o'rtasidagi boshqa jins uchun bo'ladigan kurash jarayoni. Bu mexanizm evolutsiyaning yezlashish jarayoniga turtki bo'lgan sabablaridan biri



Miya yarim sharlarining vazifalarini ko'rgazmali tarzda quyidagicha tasvirlash mumkin (3.1 jadval).

3.1 Jadval

Vazifalari	
Chap yarim sharlar	O'ng yarim sharlar
1. Xronologik tartib	1. Joriy vaqt
2. Ismlar, so'zlar, timsollarni eslab qolish	2. Tasvirlarni, aniq voqealarni eslab qolish, odamlarni yuzlaridan tanish
3. Xarita, chizmalarni o'qish	3. Aniq fazoni qabul qilish
4. Nutqning faolligi, ma'noga nisbatan sezgirlik	4. Hissiy holatni qabul qilish
5. Olamni quvnoq, engil holda ko'rish	5. Olamni qora ranglarda ko'rish
6. To'laligicha qabul qilish	6. Yaxlit, obrazli qabul qilish

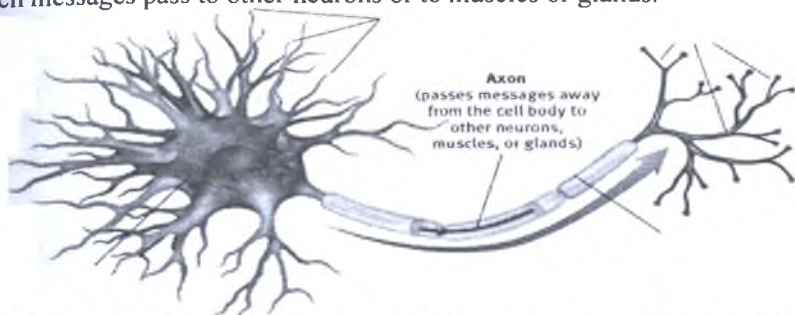
Jinsiy tanlov odatda tabiiy saraloshda yuz beradi. Zamonaviy etologlarning fikricha, sevgi tuyg'usi va o'z-o'zini qurbon qilish jinsiy tanlov natijasida kelib chiqqan.

Evolutsion estetika. Agar evolutsion etika ilmiy-yo'nalish maqomiga ega bo'lib ulgurgan bo'lsa, evolutsion estetika hali keng darajada tarqalmagan.

Ong haqida tushuncha. Ong psixik jarayonning eng yuqori darajasi hisoblanadi. Uning asosiy xususiyatlari bu harakat va shiddatdir. U refleksiv va turki bo'luvchi xususiyatga ega. "Men-mohiyat". Inson onggi va miya rivojlanishi o'rtasidagi o'zaro bog'liqlik.

Odamning har bir psixik jarayoni holati va xususiyati butun markaziy nerv tizimining faoliyati bilan bog'liqdir. Nerv hujayrasi, nerv tizimining asosiy tuzilmasi neyron deyiladi. Akson – tolasining uchi tarmoqlangan bo'lib, u signallarni boshqa neyron yoki mushaklarga uzatadi. Dendrit- neyronning tarmoqlangan kalta o'simalari bo'lib, signallarni qabul qiladi va hujayralarga impuls uzatadi.³[3]

Nervous system the body's speedy, electrochemical communication network, consisting of all the nerve cells of the peripheral and central nervous systems. Neuron a nerve cell; the basic building block of the nervous system. Dendrite the bushy, branching extensions of a neuron that receive messages and conduct impulses toward the cell body. Axon the extension of a neuron, ending in branching terminal fibers, through which messages pass to other neurons or to muscles or glands.



Sinaps- aksonning signal uzatuvchi tugash qismi va ushbu signalni qabul qiluvchi dentritning tutashgan qismi. Sinaptik oraliq- akson va signal qabul qiluvchi neyron o'rtasidagi kichik oraliq. Har bir neyronda muntazam ravishda almashinuv jarayonlari ro'y berib, oqsillar sintezlanadi, asab impulslari to'plangan holda o'tkazilib turiladi.⁴

synapse [SIN-aps] the junction between the axon tip of the sending neuron and the dendrite or cell body of the receiving neuron. The tiny gap at this junction is called the synaptic gap or synaptic cleft.

Neyron tanasining o'rtacha diametri 0,01 mmni, bosh miyadagi neyronlarning umumiy soni esa 100 mlrd.ni tashkil etadi

³ Psychology David G. Myers Hope College Holland, Michigan . 70p

⁴ Psychology David G. Myers Hope College Holland, Michigan 74p

Rivojlanib kelayotgan miyaga tabiat yuqori darajadagi mustahkamlik zahirasini joylaydi, va natijada, ko'p miqdorda ortiqcha neyronlar hosil bo'ladi. Ularning taxminan 70% bolaning tug'ilish davrigacha nobud bo'ladi va bu jarayon tug'ilgandan so'ng ham, umri bo'yi davom etadi. Hujayralarning bunday nobud bo'lishi irsiyat tomonidan oldindan belgilab berilgan bo'ladi. Neyronlar o'ta egiluvchandir.



Egiluvchanlikning ma'nosi shundan iboratki, nobud bo'lgan asab hujayralarining vazifalari ularning o'z hayotchanligini saqlab qolgan «hamkasblari» zimmasiga yuklanadi, ularning o'lchamlari kattalashgani hisobiga yo'qotilgan vazifalarning o'rni to'ldiriladi. Ma'lumotlarga ko'ra, bosh miyadagi neyronlarning 90% ga yaqini nobud bo'lmagunicha, kasallik belgilari namoyon bo'lmay, inson sog'lom ko'rinishini saqlab qolar ekan. Ya'ni, bitta tirik asab hujayrasi to'qqizta nobud bo'lgan hujayralarning o'rnini bosishi mumkin ekan.

Lekin asab tizimining egiluvchanligi keksalik davrigacha zehnni tiniq holatda saqlab qolishning yagona mexanizmi emas. Tabiatning zahiradagi yana bir yo'li – voyaga etgan sut emizuvchilarning bosh miyasida yangi asab hujayralarining hosil bo'lishi, yoki neyrogenez hodisasi ham mavjud. Agar asab hujayralari bo'linmaydigan bo'lsa, yangi neyronlar qaerdan paydo bo'ladi? Ular voyaga etgan organizmning o'zak hujayralaridan hosil bo'ladi.

Ong psixikaning eng yuksak darajasi bo'lib u faqat insongagina xosdir. Ong ijtimoiy tarixiy sharoitda odam mehnat faoliyatining tarkib topishida til yordamida boshqa kishilar bilan doimiy munosabatda bo'lish natijasidir. Bu ma'noda ong mutafakkirlar ta'kidlab o'tganlaridek, ijtimoiy mahsulotdir.

Ong yuzaga kelishining asosiy sharti, vositasi tildir. Psixikaning eng quyi darajasi ongsizlikdir. **Ongsizlik** – bu shunday psixik jarayonlar va hodisalar yig'indisiki, unda inson o'z xatti-harakatlariga javob bermaydi,

anglamaydi. Bunga tush ko'rish, ba'zi patologik hodisalar, alaxlash, gallyusinatsiya kabilar kiradi.

Markaziy nerv tizimining tor aloqasida ikkinchi aloqa tizimi ya'ni endokrin tizimi joylashgan. Endokrin tizimining temir moddalari kimyoviy gormonlarni ishlab chiqaradi. Bu gormonlar tananing bir to'qimasida ishlab chiqariladi. Va qon oqimi bilan boshqa to'qimalarga quyiladi va ularga ta'sir qiladi.⁵

SO FAR WE HAVE FOCUSED ON THE BODY'S speedy electrochemical information system. Interconnected with your nervous system is a second communication system, the **endocrine system**. The endocrine system's glands secrete another form of chemical messengers, **hormones**, which travel through the bloodstream and affect other tissues, including the brain.

2.2. Hulq-atvor va irsiyatning psixologik xususiyatlari

Hulq-atvor – bu tirik organizmning tashqi muhit ta'sirlariga javoban yuzaga keladigan murakkab reaksiyalar majmuasi hisoblanadi. Tirik mavjudotlar psixikasi rivojlanganligining darajasiga ko'ra, murakkabligi turlicha bo'lgan hulq-atvorga ega ekanliklarini alohida ta'kidlab o'tish zarur. SHunday qilib, yuqoridagi fikrlar asosida, tirik organizmlar psixikasi rivojlanganligining to'rt asosiy darajasini ajratish mumkin, bular: ta'sirchanlik, sezgilar (his-tuyg'ular), yuqori tuzilgan biologik turning xulq-atvori (tashqi belgilangan hulq-atvor), inson ongi (sababiy hulq-atvor)dir. Ushbu darajalarning har biri o'z rivojlanish bosqichlariga ega ekanliklarini ta'kidlab o'tish zarur. Psixika rivojlanishining yuqori darajasi faqat insonga xosdir.

Hulq-atvorning psixofiziologik asosi

Sizni siz qiladigan narsa nima? Eng muhimi, bizning har bir inson betakror. Har bir insonning ko'rinishi turlicha: uning ovozi, tili turlicha, insonlarni bir-biridan farq qiladigan shaxsiy xususiyatlari, qiziqishlari, madaniy va oilaviy sharoitlari mavjud.

Shuningdek, biz bir daraxtning barglarimiz. Bizning insoniy oilamiz nafaqat bizni ajratgan va qonga singib ketgan umumiy biologik meros, bundan tashqari umumiy xulq-atvorlari hamdir. Bizning miyamizni arxitekturasi dunyoni his qilishga, tilni rivojlantirishimizga va bir xil mexanizmlar orqali ochlikni his qilishga yordam beradi. Biz Arktikadami yoki tropik iqlimda yashashimizdan qat'i nazar, biz nordondan shirin

⁵ Psychology David G. Myers Hope College Holland, Michigan 81p

mazani afzal ko'ramiz. Biz ranglar spektrini o'xshash ranglarga ajratamiz. Va biz zurriyotlarini yaratish va himoya qilish kerakligini his qilamiz.

Bizning qarindoshligimiz bizning ijtimoiy xulq-atvorimizda paydo bo'ladi. Vongmi, Nikomomi, Smitmi, yoki Gonzalesmi, biz tahminan sakkiz oylik bo'lganimizdan so'ng notanishlardan qo'rqishni boshladik va kattalar kabi, biz munosabat va o'xshashligiga ko'ra kishilarni afzal ko'ramiz. Sayyoramizning turli burchaklaridan bo'lishimizdan qat'iy nazar, biz boshqalarni kulganini va xo'mrayishini qanday o'qishni bilamiz. Bir jamoaning a'zolari sifatida, biz, ahloq qoidalariga amal qilamiz, qo'lab- quvvatlaymiz, jinoyatlarni jazolash maqomining ierarxiyasini tashkillashtirdik va bolaning o'limidan xafa bo'lishda bir xilmiz. Tashqi kosmosdan, bir mehmon joyda tomchi va raqs va xursandchilik, qo'shiq va ibodat, sport va o'yin o'ynab, kulib va yig'lab, oilalarda yashayotgan va guruhlar tashkil insonlarni topish mumkin. birga qaralganda, bunday universal xulq bizning inson tabiatini belgilaydi.⁶ [3]

Evolutsionist-psixologlar Ch.Darvin ta'limoti va xulq-atvor o'rtasidagi aloqadorlikni tadqiq qilish natijasida shuni aniqlashdiki, bizning universal shaxsiy xususiyatlarimizni bizning individual farqlarimiz bixevioral genetika (xulq-atvor genetikasi) tadqiqot predmeti ekanini tushuntirishga harakat qilishdi.

Darvin tomonidan ishlab chiqilgan nazariya jonli tabiatni tushunishga bo'lgan insoniyatning eng buyuk kashfiyotlaridan biri bo'ldi. Darvin birinchi bo'lib organizmlarning evolutsion o'zgarishini haqiqat ekanligini isbotlab berdi. Uning nazariyasida atrof-muhit va organizmlar o'rtasidagi o'zaro munosabat o'z xarakteriga ega. Darvin atrof-muhitning oo'zgarishi organizmlar o'zgarishiga turtki bo'lishini aytib o'tgan, ammo boshqa tomondan o'zgarishlar aynan organizmlarda kuzatilgan va organizmlarning divergent evolutsiyasi ularning yashash muhitini ham o'zgartirgan. Tabiiy saralash va yashash uchun kurashni o'rganish organizmlarning o'rtasidagi munosabat , atrof-muhit ta'siri va shuningdek organizmlarning avtonom birlik sifatida qarama qarshi muhitda rivojlanishi o'rganiladi. Zamonaviy evolutsiya nazariyasi Darvin nazariyasi asosida yaratilgan. Shu bois, Darvin nazariyasi evolutsiya jarayonidagi organik dunyoning tuzilish borasidagi muhim savollarga mantiqiy va isbotlar bilan javob bera oladi deb aytilishimiz mumkin.⁷[3]

⁶ Psychology David G. Myers Hope College Holland, Michigan 133p

⁷ Psychology David G. Myers Hope College Holland, Michigan 135-136p

Behavior genetics the study of the relative power and limits of genetic and environmental influences on behavior.

Genetika xulq-atvorini quyidagicha o'rganib chiqishdi:

Egizaklarni tadqiq etish. Egizaklarning bir va har xil otalangan tuxum hujayradan paydo bo'lganligi bir necha metodlar orqali aniqlanadi. Odatda bir tuxum hujayradan rivojlangan egizaklar tashqi qiyofasi, salomatligi, xatti-harakati, jinsi bilan o'xshash bo'ladi. Ulardagi o'xshashlik ularning vujudga keltirishda rol o'ynagan blastomeradagi xromosomalar, genlarning o'xshashligi bilan izohlanadi.

Ikki xil tuxum hujayradan hosil bo'lgan egizak ona qornida bir vaqt bir xil sharoitda taraqqiy qilsalar ham, ulardagi xromosomalar genlar tafovut qilganlari sababli ularning tashqi qiyofalari, belgi xossalari bir-biridan farq qiladi.

Asrab olingan bolalarni tadqiq etish.

Tabiiy-ijtimoiy eksperiment o'tkazish jarayonida mehribonlik uyidan asrab olingan bolaning 2 guruhga oid qarindoshlari o'rganildi. Bulardan biri genetik qarindoshlar (biologik ota-ona) va ijtimoiy qarindoshlar (bolani asrab olgan ota-ona). Genetiklarni bolani qaysi qaysi guruhdagi qarindoshlariga ko'proq o'xshashligi qiziqtiradi. Va qay darajada o'xshashliklari qiziqtiradi.⁸

Qanday qilib gen va atrof-muhit bir-biriga ta'sir qiladi.

Bizning shaxsiyatimiz faqatgina genlarimizning mahsuli ekanligini taxmin qila olamizmi? Yo'q, chunki gen va atrof-muhit, tabiat va tarbiya xuddi ikki qo'lning qarsagi kabi birga ishlaydi.

Bizning o'xshashliklarimiz ichida eng muhimi – turlarimizning xarakterli tang'asi – bu bizning ulkan moslashuvchanlik imkoniyatimizdir. Ba'zi inson fe'l-atvori ikki ko'zga ega bo'lish kabi har muhitda hayolan bir xil rivojlanadi. Ammo boshqa fe'l-atvorlar aynan maxsus muhitlarda ifodalanadi. Yozda yalangoyoq yurib siz qattqlikni rivojlantirasiz, qadoq oyoqlar – ishqalanishga moslashgan biologik holatdir. Ayni paytda sizning qo'shningizning taqasi – yangi kelgan odam bo'lib qoladi. Ikkingiz orangizdagi farq, albatta atrof-muhitning natijasidir. Lekin bu shuningdek biologik mexanizmning mahsuli – moslashish hamdir. Bizning bo'lishgan biologiyamiz bizning rivojlangan farqimizni osonlashtiradi (Buss, 1991).

Genlar – o'z-o'zlarini tartibga soluvchilardir. Vaziyatga qaramasdan bir xil natijaga olib boruvchi andazadek harakat qilgandan ko'ra genlar

⁸ Psychology David G. Myers Hope College Holland, Michigan 138p

reaksiyaga kirishadi. Afrikaning yozdagi yashil xonqizisi kuzda jigarrangga aylanadi. Haroratni nazorat qiluvchi genetik o'zgarishdan mamnun holda ayrim vaziyatda jigarrangni ishlab chiqaradigan genlar boshqa vaziyatda yashilni ishlab chiqaradi. Shunday qilib, aynan bir xil, lekin turli tajribali odamlar bir-biriga o'xshash fikrlarga ega bo'ladi, lekin aynan emas. Bir egizak o'zining sherigining sevgisidan mutlaqo o'zgacha tarzda sevib qolishi mumkin.

Bizdan xarakterimiz ko'proq genlarimizning mahsulini yoki atrof-muhitnikimi deb so'rash xuddi dalaning hududi ko'proq uzunlikning mahsulimi yoki kengliknikimi deb so'rash kabidir. Shunga qaramay biz turli xil dalalarning turli xil hududlari ko'proq ularning kengligi va uzunligining farqining natijasimi deb so'ray olamiz. Va shuningdek insonning insonga xarakteri farqlari ko'proq tabiat tomonidanmi yoki tarbiya tomonidanmi deb so'ray olamiz.

Genlar va hayotiy tajribaning ikkalasi ham muhim deb aytish - to'g'ri. Lekin ko'proq anig'i, ular o'zaro ta'sir ko'rsatadi. Tasavvur qiling, ikkita chaqaloq: biri irsiy beg'am, kirishuvchan va jozibali, boshqasi esa kamroq. Taxmin qilamizki, birinchi chaqaloq mehribonlikka va rag'batlantiruvchi parvarishga ko'proq erishadi ikkinchisidan ko'ra va hayotda do'stona, dilkash inson sifatida rivojlanib boradi. Ikkalasi ham o'sib borarkan, tabiiy do'stona bola keyinchalik ko'proq ijtimoiy dadillikni rag'batlantiruvchi mashg'ulotlar va do'stlarni qidiradi.

Ularning natijaviy shaxsiy farqlariga nima sabab bo'lgan? Irsiyat ham, tajriba ham yolg'iz mos kelmaydi. Atrof-muhit genlarning ish-harakatiga sabab bo'ladi. (olimlar hozir qachon maxsus genlar oqsil yaralishiga sabab bo'lishiga atrof-muhitning ta'siri ustida tadqiqot olib borishyapti). Bizning irsiy ta'sirlangan xususiyatlarimiz boshqa raqsdagi hamrohimiz – shuningdek boshqalardagi muhim javoblarni chaqiradi. Shu sababli bolaning ta'sirchanligi va tajovuzkorligi sinfdagi namunali bolaga nisbatan iliq muomalada bo'lgan o'qituvchining jahldorona javobi bo'lishi mumkin. Ota-onalar ham o'zlarining bolalariga turli xil munosabatda bo'lishi mumkin: biri jazolanadi, boshqasi esa yo'q. Bunday holatda bolaning tabiati va ota-onaning tarbiyasi o'zaro ta'sir ko'rsatadi. Birortasi ham alohida harakat qilmaydi. Irsiyat va makon birga mos tushadi.

Esga soladigan bog'lanishlar bizga tushuntirishga yordam beradi. Nega aynan bir xil turli oilalarda voyaga yetkazilgan egizaklar ota-onalarining iliq munosabatini ajoyib o'xshashlik sifatida eslaydi – deyarli aynan bir xil ota-onalarda bo'lgani kabi (Plomin 1998, 1991, 1994).

Do'stona egizaklar o'zlarining ilk oilaviy hayotlaridagi ajralib turuvchi eslatishlariga ega bo'ladi – hattoki bir xil oilada voyaga yetgab bo'lsa ham! “Bolalar bizda turli xil ota-onalardek tajriba qoldiradi, o'zlarining sifatlariga bog'liq holda”, deb qayd qilgan Sandra Skar (1990). Bundan tashqari saralash natijasi ishda bo'lishi mumkin. Yoshimiz o'tgani sayin biz atrof-muhitni bizning tabiatimizga mos kelishiga qarab tanlaymiz.

Shunday ekan, ilg'or tushuncha jihatidan, bizning irsiy mayl va bizni qurshab turgan atrof-muhit orasidagi o'zaro bog'liqlik pog'onasining mahsulimiz.

Xususiyatlarimizga bog'liq holda biz aniq ravishda atrof-muhitni tanlaymiz. Va biz o'zimizning tabiatimizdan reaksiya uyg'otamiz. Shu sababli bizning irsiyat odamlar qanday munosabatga kirishishi va bizga ta'sir ko'rsatishiga ta'sir qiladi.

Biologic xususiyatlar ijtimoiy natijalarga ega. Shunday ekan, tabiat tarbiyaga xilof ekanligini unuting, tabiat orqali tarbiyani o'ylang.⁹ [3]

To say that genes and experience are both important is true. But more precisely, they interact. Imagine two babies, one genetically predisposed to be attractive, sociable, and easygoing, the other less so. Assume further that the first baby attracts more affectionate and stimulating care than the second and so develops into a warmer and more outgoing person. As the two children grow older, the more naturally outgoing child more often seeks activities and friends that encourage further social confidence.

Egizaklar usuli o'xshash belgilarning egizaklarda rivojlanib borishini o'rganishdan iborat. Ma'lumki, odamda egizaklar ikki xil bo'ladi. Ba'zi hollarda bir emas, balki ikkita (kamdan kam hollarda uchta va hatto to'rtta) tuxum hujayra urug'lanadi. Egizaklar bitta tuxum hujayradan va har xil tuxum hujayradan rivojlanadi. Bitta tuxum hujayradan rivojlangan egizaklar bir jinsli va bir-biriga nihoyatda o'xshash bo'ladi. Bu tushunarli albatta, chunki ular bir xil genotipga egadirlar. Ular o'rtasida tafovutlar esa faqat muhit ta'siriga bog'liq bo'ladi. Har xil tuxumdan rivojlangan egizaklar egizakmas aka-uka yoki opa-singillardek bir-biriga o'xshash, bir xil yoki har xil jinsli bo'ladi. Egizaklarni o'rganuvchi fan – gemellologiya hisoblanadi.¹⁰ [3]

Identical twins, who develop from a single fertilized egg that splits in two, are genetically identical. They are nature's own human clones—indeed, clones who share not only the same genes but the same conception, uterus, birth date, and usually the same cultural history.

⁹ Psychology David G. Myers Hope College Holland, Michigan . 112-113p

¹⁰ Psychology David G. Myers Hope College Holland, Michigan . 111-114p

Fraternal twins develop from separate fertilized eggs. They share a fetal environment, but they are genetically no more similar than ordinary brothers and sisters.

Tabiiy saralash mexanizmi: Tabiiy saralash jarayonida mutatsiya, ya'ni organizmlarning moslashuv jarayoni mustahkamlanadi. Tabiiy saralashni odatda "aniq-ravshan" mexanizmlar Psixologiya – (qadimgi grek tilidan olingan bo'lib, qalb to'g'risidagi fan degan ma'noni anglatadi)- inson, ruhiyati va ruhiy faoliyatining rivojlanishi vazifa va qonunlarini yaratilishini o'rganadigan fan. U ijtimoiy va tabiiy fanlar bilan yondashadi. U o'z ichiga psixologiyaning asosini, ma'lum bir faktlarini, mexanizmini va insonni va odamlar guruhini psixologik faoliyatini oladi.

1) Organizmlar yashab qolishidan ko'ra ko'proq avlod qoldiradi.

2) Bu organizmlar populatsiyasida nasldan naslga o'tadigan o'zgaruvchanlik mavjud

3) Genetik xususiyatlarga ega bo'lgan organizmlar kopayish va yashab qolishi turli darajada.

2.3. Instinkt tushunchasining mazmuni.

Ushbu yuz yillik boshida, Charlz darvinning evolyusiyaga nazariyasi ta'sirining oshib borgan sari, barcha xulq turlarini instinktlar ko'inishida tasniflash qabul qilindi. Agar insonlar o'zlarini tanqid qilishsa, bu ularning "o'zini-o'zi kamsitish instinkti" oqibatida sodir bo'lgan. Agar ular maqtansalar, bu ularning "o'z shaxsini namoyon qilish instinkti" aks etgan. Sotsiologlardan biri, besh yuz kitobni ko'rib chiqib, 5759 ta ehtimoldagi odam instinktlaridan iborat ro'yxat tuzgan edi! Har bir xulqga o'z instinkti belgilash bilan bog'liq intilish alaqachon o'z og'irligi ostida yo'q bo'lib ketgan. Bu shuning uchun yuz berdiki, birinchi nazariyachi-instinktshunoslar insonning xulqini tushuntirmasdan, unga faqat nom berish bilan mashg'ul bo'lgan. Ushbu jarayon aqlli bolaga "darslarni o'zlashtira olmaydigan" nom berib, uning past baholarini "tushuntirishni" eslatib turgan. Xulqni nomlash, uni tushuntirib berish degani emas.

Instinkt sifatida tasniflash uchun majmuaviy xulq ushbu tur orasida turg'un modelga ega bo'lishi va orttirilmagan bo'lishi kerak (Tinberg, 1951). SHunga o'xshash xulq hayvonot olamining boshqa turlari vakillariga xos (qushlardagi imprintingini (hotirada saqlab qolish) va lososning uvuldiriq sochish uchun o'z joylariga qatishini esga oling). Insonning xulqida ham tug'ma moyilliklar, shu jumladan go'dakdagi emish va harakatlanish reflekslari kabi oddiy turg'un modellar namoyon

bo'ladi. Biroq, ko'pchilik psixologlar insonning xulqi fiziologik ehtiyojlarga va ruhiy intilishlarga bog'liq deb hisoblaydi.

Instinkt nazariyasi odam harakatidagi sabablarni tushuntirib berishning uddasidan chiqmagan bo'lsada, ammo uning asos bo'ladigan farazi – genlari ushbu tur uchun xos bo'lgan xulqni ta'minlaydi – bu esa juda ham muhim. Buni biz bizning ma'lum bir yoqtirmaydigan narsalarni o'zlashtirishga bo'lgan biologik moyilligimiz to'g'risida keying boblardagi baxsdan ko'rdik hamda kelgusida ham o'zaro yordam berishga, bizning xayolparast qiziqishimiz va jinsiy farqlarimizga qaratilgan xulqqa evolyusiya qanday ta'sir qilishi mumkinligini muhokama qilishda kuzatamiz...¹¹

Early in the twentieth century, as the influence of Charles Darwin's evolutionary theory grew, it became fashionable to classify all sorts of behaviors as instincts. If people criticized themselves, it was because of their "self-abasement instinct." If they boasted, it reflected their "self-assertion instinct." After scanning 500 books, one sociologist compiled a list of 5759 supposed human instincts! Before long, this fad for naming instincts collapsed under its own weight. Rather than explaining human behaviors, the early instinct theorists were simply naming them. It was like "explaining" a bright child's low grades by labeling the child an "underachiever." To name a behavior is not to explain it.

To qualify as an instinct, a complex behavior must have a fixed pattern throughout a species and be unlearned (Tinbergen, 1951). Such behaviors are common in other species (recall imprinting in birds in Chapter 5 and the return of salmon to their birthplace in Chapter 7). Human behavior, too, exhibits certain unlearned fixed patterns, including infants' innate reflexes for rooting and sucking. Most psychologists, though, view human behavior as directed both by physiological needs and by psychological wants.

Instinktlar – hayvoning tabiiy ehtiyojlarini qondirish uchun qiladigan murakkab tug'ma harakatlaridir. Qushlar juda ustalik bilan in yasar ekanlar, material tanlash va inni pishiq qilib qurish yo'lida xilma-xil harakatlarni bajaradilar. Masalan, qaldirg'ochlarning in qurishi, Kalyushka deb ataluvchi baliqning erkagi suv tagida erdan chuqurcha kovlab, uni mayda suv o'simliklari bilan to'sadi, inning yon devorini quradi va ustini berkitadi buni u yiriqroq o'simliklardan o'z tanasidan elimsimon modda chiqarib yasaydi. SHundan keyin erkak baliq urg'ochi

¹¹ Psychology David G. Myers Hope College Holland, Michigan . 444p

baliqni urug` qo`yish uchun haydab kirgizadi va to urug`dan baliqchalar ochib chiqqunga qadar in atrofini qo`riqlab turadi. Rus zoopsixologi V.A.Vanger (1849-1934) urg`ochi o`rgimchakning nomaqul bo`lib qolgan instinktlari sharoitida uning xatti-harakatlarini kuzatgan va tasvirlab bergan edi. Chunonchi, ko`pincha o`rgimchak pillasining ichidagini zararkunandalar eb ketgan bo`ladi. Lekin urg`ochi o`rgimchak bo`shab qolgan pillani qo`riqlashda va u yoqdan-bu yoqqa ko`chirishda davom etadi. Shunday hollar ham bo`ladi-ki, urg`ochi o`rgimchak pillani yasab va odatda tuxum qo`yish chog`ida bajariladigan harakatlarni bir necha marta takrorlab, amalda tuxum qo`ymasligi ham mumkin. SHunday bo`lsa-da, u kelgusi bosqichga, ya`ni bo`sh pillani qo`riqlashga va uni u yoqdan – bu yoqqa ko`chirishga o`tadi. Asalarilar reaksiyasining maqsadga muvofiqligi ham nisbiydir. Agar mumkatakning orqa tomoni teshib qo`yilsa, asalari yaroqsiz uyaga ma`lum miqdordagi shirani to`kib bo`lgach, garchi uning ikkinchi tomonidan shira oqib ketadigan bo`lsa ham mum bilan berkitib ketadi. Fransuz tadqiqotchisi K.Fabri er arisining bir qolipdagi maqsadga muvofiq bo`lmagan xatti-harakatini kuzatgan edi. Er arisi uyasining oldiga chalajon chigirtkani keltirib, barcha arilar singari uyasini tekshirish uchun kirib ketganida tadqiqotchi uning o`ljasini yiroqqa surib ko`yadi. Ari uyasidan chiqib, uni izlab, shoshib yana uyasining oldiga qo`yadi va tekshirish uchun yana uyasiga kirib ketadi. Fabri arining uyasi oldidan chigirtkani qirq marta chetga surib qo`yadi va ari qirq martasida ham o`ljasini topib, uni olib kirish uchun uyasini tekshirgan. Bu misollar instinktning cheklanganligini ko`rsatadi. Instinktiv harakatlar muayyan shart-sharoitlarga qat`iy bog`liq bo`ladi. Instinktning amal qilish mexanizmi shundan iborat-ki, tashqi shart-sharoitlar reflektor munosabatni bildirishga undaydi, eng oxirida esa navbatdagi munosabat bildirish uchun qo`zg`aydi va hokazo. Shu tarzda reflekslarning butun bir zanjirini harakatga keltiradi va nasliy yo`l bilan mustahkamlangan dasturni amalga oshiradi. Instinktiv harakatlar standart shart-sharoitlar o`zgarishi bilanoq o`zining maqsadga muvofiqligini yo`qotadi. Shunday qilib, xatti-harakatlarning instinktiv shakllari faqat doimiy sharoitlardagina maqsadga muvofiqdir.

Hayvonlarning instinktlari turli xil ko`rinishda namoyon bo`ladi. Ovqatlanish instinkti – hayvonlarning o`zi va bolasi uchun ovqat qidirib topish, ovqat g`amlash harakatlaridir.

Himoyalani sh instinkti – hayvon o`z hayotini va omonligini saqlash harakatlarida ifodalanib, u ikki ko`rinishda sodir bo`ladi. Birinchisi dushmanga hujum qilish, ikkinchisi o`zini himoya qilishdir. Har bir

hayvon dushmandan himoya qilish uchun biror organidan shoxlari, tuyoqlari, tish-tirnoqlari, tikanlari kabi yoki zaharli-hidli suyuqlikdan foydalanadi. Masalan, Afrika kobrasi o'z zahrini 3,5 metr masofagacha ota oladi. Amerikada terisining usti qora jun bilan qoplangan uncha katta bo'lmagan bir yirtqich hayvon yashaydi. U amalda barcha turdagi yirtqich hayvonlarning hujumidan saqlangandir. Hayvonlar uni orqasidagi uzun chizig'idan tanib oladi. Bu hayvon skuns deb ataladi. Tabiat skunsga bir bezni ato etganki, u benihoya zaharli, hidli suyuqlik tarqatadi. Salgina xavf tug'ilishi bilanoq, skuns dushmaniga orqasini o'girib, dumini ko'taradi va havoga suyuqlik purkaydi. Natijada eng katta yirtqichlar ham bir necha soat davomida «hushidan ketib qoladi». Amerika qit'asidagi barcha hayvonlar skunsni chetlab o'tishga harakat qiladilar. Bu hayvonni yangi iqlimga moslashtirishga qaror qilinib, yosh hayvonlarni oldiniga o'ralgan maydonda saqlashdi. Yirtqichlarni parvarish qilishda xizmatchilar qiynalmas-liklari uchun hayvonlardagi mumak bezlari olib tashlandi. Erkinlikka qo'yib yuborilgan skunslar o'rmonlarda bemalol yurishardi. Skunslarga hujum qila boshlanganida, ular qochmasdan, orqalarini o'girib turishaverdi va dushmanlarining engilgina o'ljasiga aylanishdi. SHundan keyin, skunslarning bezlari kesib tashlanmay, ularni boqishning boshqa usulari topildi.

Nasl qoldirish instinkti – bu ota-onalik instinkti sifatida ko'rinib, nasl – avlod uchun g'amxo'rlik qilish, uni ma'lum vaqtgacha ovqat bilan ta'min etish, xavf-xatardan saqlash o'z bolalarini parvarish qilish tug'ma mahoratiga ega bo'lib, o'z naslining kelajagi haqida g'amxo'rlik qiladi. Jumladan, o'rgimchakning ba'zi turlarida urg'ochilari o'z tuxumi uchun tolalardan pillalar yasaydi. Bu pillani urg'ochi o'rgimchak qo'riqlab va tez-tez ko'chirib yuradi, o'rgimchak bolalari paydo bo'lishi bilan urg'ochi o'rgimchak uyalarini yonidan siljimasdan qo'riqlab turadi. Nasli kattalashgani sari urg'ochi o'rgimchak ham ularga shuncha befarq bo'la boradi va so'ngra esa o'rgimchak bolalari mustaqil harakat qiladigan bo'lib, qolgandan keyin ularni tashlab ketadi.

To'da bo'lib yashash instinkti—bu instinkt hayvonlarning turli usullar bilan o'zaro aloqa qilishida xilma-xil shaklda birgalashib, to'dalashib, poda bo'lib, gala bo'lib yashashlarida zohir bo'ladi. Bu to'dalanish ba'zi hayvonlarda doimiy xarakterga ega bo'lsa (chunonchi, chumolilar, asalarilar), ba'zilari esa o'ziga o'xshash hayvonlar bilan vaqti-vaqti bilan birgalashib yashaydi asosan yirtqich hayvonlar masalan, qoplon eng kuchli va maymun uchun eng qo'rqinchli yirtqich hisoblanadi. Qoplon maymunlarga erda doim mushukdek chaqqon hujum qiladi,

SHimpanze doim kuchli hayvon, lekin qoplondan ularga doim kun yo'q. Shimpanzalar qoplonni odatda yomon ko'radilar, uni ko'rishlari bilanoq shimpanze maymunlari to'da bo'lib, vahshiyona bukchayib qo'llarini pastga tushirib, sakrab, baqirishib hayvonni hamma tomonidan qurshab oladilar. Ayrim hollarda shimpanzalar qo'llariga kaltak olib, qoplonni urib haydaydilar. Hashoratlar galasi, kushlar galasi, sut emizuvchilar podasi, yirtqichlar to'dasi, hayvonlarning doimiy to'da bo'lib yashash shaklidir.

Ma'lumki, asalarilar uyasida bitta ona ari, bir necha o'nlab erkak va bir necha yuzlab bepusht ishchi ari (jinsiy organlari etishmagan)lar bo'ladi. Ishchi arilarning xatti –harakatlari juda ham murakkabdir. Rivojlana borgan sari har bir ishchi asalari uyadagi vazifasini o'zgartira boradi. Oldiniga u asalari bolalarini (gumaklarini) boqadi, uyanlarni tozalaydi, so'ngra uyanlarni qo'riqlaydi, ozuqa topib keladi, katakchalar yasaydi. Erda yashaydigan arining instiktlari ham juda murakkab harakatlar zanjiridan iboratdir. U o'ziga uya qazib olib, uchi ketishidan oldin har gal uni og'zini tuproq bilan qoplaydi. O'ljasini olib kelganidan keyin ari uyanlarni kiraverishiga qo'yib, haligi tuproqni chetga surib, uyanlarni tekshirib ko'radi, shundan keyingina uyanlarni olib kiradi. Instinktiv harakatlar, tug'ma va nasldan-naslga o'tadigan ongsiz harakatlardir. Ular hayvonlarning hayot uchun kurashish va muhitga eng muvaffaqiyatli uyg'unlashish jarayonida hosil qilingan holda irsiy yo'l bilan mustahkamlanib qolgan, ongsiz harakatlardir. Bular aql bilan o'ylab bajariladigan oqilona harakatlar emas. Masalan, yangi tug'ilgan sichqon bolalarini cho'miltirib, mushuk oldiga olib kelinsa, u sichqonni o'z bolalaridek mehr bilan boqadi, emizadi, himoya qiladi, ammo u sichqon bolasi ekanligini anglamaydi. O'rdak tuxumlari tovuqqa bostirilganda, u o'rdak tuxumining farqiga bormasdan, shu tuxumdan chiqqan o'rdak bolalarini boqadi, ular suvga tushib suzganlarida suv labida u yoq, bu yoqqa yurib ularning tovuq jo'jalari emasligini anglamaydi. Demak, instinktlar doimo bir shaklda ko'rinadigan harakatlardir, ammo instinktlar sharoitga muvofiq o'zgarishi mumkin.

Instinktga asoslangan hulq-atvor – biror bir turga mansub hayvonlarning barchasida bir xil yo'naltirilgan turga xos bo'lgan hulq-atvor hisoblanadi. Qoidaga ko'ra, instinktga asoslangan hulq-atvor biologik maqsadga muvofiqlik bilan belgilanadi va biror turning ma'lum vakilini yoki yaxlit turni yashab qolish imkoniyati bilan ta'minlaydi. Ammo, hayvon hulq-atvori faqat irsiyat tomonidan belgilangan va uning

hayoti davomida o'zgarimasligi haqidagi fikrni juda ham to'g'ri deb bo'lmaydi.

Hayvon hulq-atvorini qo'zg'atuvchi va yo'naltiruvchi jismlar ta'sirining biologik mohiyati muntazam bo'lmasdan, organizm yashash tarzining aniq sharoitlari va muhit xossalariga bog'liq ravishda o'zgarib turishi va rivojlanishini ta'kidlab o'tish lozim. Masalan, agar och qolgan baqa chugalchanglar bilan oziqlantirilgandan so'ng oldiga gugurt va bir siqim yo'sin (mox) qo'ysak, baqa chugalchanglarga o'xshash uzunchoq shaklga ega bo'lgan gugurtni tutib oladi. Ammo baqa o'rgimchaklar bilan oziqlantirilsa, u gugurtga e'tibor bermay, yo'singa tashlanadi. Endi dumaloq shakllar uning uchun ozuqaviy mohiyatni kasb eta boshlaydi.

2.4. Odam va hayvon psixikalari o'rtasidagi tafovut

Taxminan XVII asr o'rtalarigacha bo'lgan davrda ko'pchilik inson va hayvonlar o'rtasida tanasining ichki tuzilishi va hulq-atvorida, shuningdek, kelib chiqishida ham hech qanday

umumiylik bo'lishi mumkin emasligi haqida fikr yuritgan edi. So'ngra tana mexanikasining umumiyligi tan olinib, inson psixikasi va hulq-atvori o'rtasidagi tafovutlar saqlanib qoldi (XVII-XVIII asr.).

1872 yilda Ch.Darvin o'zining «Odam va hayvonlar hissiyotlarining ifodalanishi» kitobini chop ettirdi, bu kitob biologik va psixologik hodisalar o'rtasidagi aloqani tushunib etishda burilish yasadi. O'zining bu asarida Darvin evolyusiya tamoyilining hayvonlarning faqat biologik rivojlanishiga emas, balki ularning psixologik, hamda, hulq-atvor rivojlanishiga ham qo'llanilishi mumkinligini isbotladi. Uning fikriga ko'ra, hayvon va odam hulq-atvori o'rtasida umumiylik ko'pchilikni tashkil etadi. O'zining bunday nuqtai nazarini u hayvonlar va odamlarda turli emotsional holatlarning tashqi ifodalanishi ustidan olib borgan kuzatishlaridan kelib chiqqan holda asoslab berdi. SHu davrdan boshlab, inson va hayvonlar psixikalarini tadqiq etish ishlari jadallik bilan boshlab yuborildi. Boshlang'ich davrda Darvinning ta'siri ostida bu ishlar hissiyotlar va tashqi reaksiyalar ustida olib borilgan bo'lsa, keyinchalik amaliy fikrlash sohasiga ham yoyildi.

XX asrda hayvonlar o'rtasidagi temperamentlarning alohida tafovutlari tadqiqotchilarda qiziqish uyg'otdi (I.P. Pavlov), so'ngra odam va hayvonlar kommunikatsiyasida, hulq-atvorning guruhli shakllarida va bilish mexanizmlaridagi o'xshashliklarni izlash ishlari boshlab yuborildi.

Inson va hayvonlar o'rtasida mavjud bo'lgan tafovutlarni aniqlashdan avval shunga o'xshash tadqiqotlarning natijalarini bilish pedagog uchun qanchalik ahamiyatga ega ekanligi haqidagi savolga javob topish zarur.

Hayvon psixologiyasi va hulq-atvoriga tegishli barcha mavjud bo'lganlar egallanishi mumkin bo'lgan ikki usuldan biri orqali: irsiyat tomonidan berilishi yoki tabiiy bilish jarayonida o'zlashtirilishi mumkin. Irsiyat tomonidan o'tkaziladigan belgi va xususiyatlar ta'lim-tarbiyaga bo'ysunmaydi; hayvonda o'z-o'zidan paydo bo'ladigan xususiyat odamda ham maxsus ta'lim-tarbiya jarayonisiz yuzaga kelishi mumkin. Insonni o'rganishda uni hayvonlar bilan qiyoslashtirish orqali bir xilda anatomik va fiziologik kurtaklarning mavjudligida inson o'z psixologiyasi va hulq-atvorida hayvonga nisbatan yuksakroq rivojlanish darajasiga erishgan ekan, u holda bu yutuq ta'lim va tarbiya orqali ongli ravishda boshqarish mumkin bo'lgan bilishning natijasidir. Shunday qilib, inson va hayvonlarni qiyosiy psixologik-hulq atvor jihatdan tadqiq etish bolalarga ta'lim-tarbiya berish mazmuni va metodlarini to'g'ri, ilmiy asoslangan ravishda aniqlash imkonini beradi.

Insondagi kabi, hayvonlarda ham bilish xususiyatiga ega, ularga olamni oddiy hissiyotlar ko'rinishida idrok qilib, axborotni eslab qolish imkonini yaratuvchi tug'ma boshlang'ich layoqatlar mavjud. Barcha asosiy bo'lgan his-tuyg'ular: idrok, ko'rish, eshitish, sezish, hid va ta'm bilish, teri sezuvchanligi va boshqalar odam va hayvonlarda dunyoga kelishlari bilan tarkib topgan bo'ladi.

Mavzuni mustahkamlash va nazorat uchun savollar

1. «Rivojlanish» va «psixika rivojlanishi» nimani anglatadi?
2. Psixika rivojlanishining asosiy bosqichlaridan qaysilarini bilasiz?
3. «Ta'sirchanlik», «sezgilar», «hissiyot» larga qanday ta'rif berish mumkin?
4. Hulq-atvor haqida tashqi muhit sharoitlariga moslashishning shakli sifatida ma'lumot bering.
6. Odamda oliy psixik vazifalarning rivojlanishi haqida gapirib bering.
7. Odam va hayvonlar psixikalari o'rtasidagi qanday tafovutlarni bilasiz?
8. Ong va ongsizlik nima?
10. Ongning paydo bo'lishi va rivojlanishi haqida gapirib bering.

III-MAVZU. ONG TARAQQIYOTI VA ONGSIZLIK

Tayanch tushunchalar: ong, ongsizlik, “Men- konsepsiya”si, faoliyat.

3.1. Ong va uning taraqqiyoti

Ong psixikaning eng yuksak darajasi bo‘lib, u faqat insongagina xosdir. Ong inson psixikasining eng yuksak formasi hamdir. Ong ijtimoiy tarixiy sharoitda odam mehnat faoliyatining tarkib topishi hamda til yordamida boshqa odamlar bilan doimiy munosabatda bo‘lishi natijasida paydo bo‘ladi. Ong ijtimoiy munosabatlar mahsulidir.

Ongning bir qator xarakteristikasi bo‘lib, ular quyidagilardir:

1. Ongning birinchi xarakteristikasi-atrof-muhit voqea hodisalarini anglashdan iborat. Ongning strukturasi insonning bilish jarayonlari kiradi. Inson ana shu bilish jarayonlari yordamida o‘z bilimlarini doimo boyitib boradi.

2. Ongning ikkinchi xarakteristikasi- sub’ekt bilan ob’ekt o‘rtasidagi farqlilikni anglash, ya’ni odam “men” degan tushuncha bilan “mendan boshqa” degan tushunchani anglab etishidir.

3. Ongning uchinchi xarakteristikasi- ong yordami bilan odamning maqsadni ko‘zlash faoliyati ta’min etiladi. Faoliyat maqsadlarini yaratish ongning funksiyasiga kiradi.

4. Ongning to‘rtinchi xarakteristikasi- odamning muayyan munosabatlarini ongning tarkibiy qismiga kirishidir.

Ong jamiyat mahsuli bo‘lib, faqat insongagina xosdir. Hayvonlarda ong bo‘lmaydi. Psixikaning quyi darajasi ongsizlik holatini tashkil etadi. Ongsizlik ham psixik hodisa bo‘lib, voqelikni shunday aks ettirish formasidirki, bunda qilinayotgan ishlarga hisobot berilmaydi, ish harakatlar qaerda va qancha bajarilayotganini anglash xususiyati yo‘qoladi, xulq atvorni nutq orqali boshqarish buziladi. Ongsizlik holatiga quyidagi psixik hodisalarni kiritish mumkin: uyqu holatidagi hodisalar, ya’ni tush ko‘rish; sezilmaydigan lekin haqiqatdan ham ta’sir qiladigan javob reaksiyalari; kasal odam psixikasida yuzaga keladigan patologik o‘zgarishlar va boshqalar.

Insonning hayvondan asosiy farqi, avvalombor psixik obrazlarning jism deb qabul qilinganligida emas, balki maxsus mexanizmlar va ularning asta-sekin bajarilishidadir. Aynan psixik obrazlarning shakllanish mexanizmi va ular tmonidan ychilgan xususiyatlardir. Odamda bunday fenomenlarni yaratish ong hisoblanadi.

Ong boshqa psixik fenomen kabi aniq xususiyatga ega. Ong har doim faol. Ongning faolligi shunda namoyon bo'ladiki, inson ob'ektiv dunyosining psixik ko'rinishi passiv xususiyatga ega emas. Balki psixika orqali namoyon bo'layotgan jismlar bir xil ahamiyatga ega. Balki teskarisi bo'lishi mumkin.

Bu xususiyatlarning borligi insonning o'z-o'zini boshqarishdek eng yuqori xususiyatlarini ko'rib chiqishga ruxsat beruvchi ongning boshqa bir qator xususiyatlarini shakllantiradi. Ongning shakllanish guruhiga quyidagilarni kiritish mumkin: o'z-o'zini kuzatish xususiyatlari(refleksiya) va yana ongning ilhom va qadr xususiyati.

O'z navbatida ongning quyidagi xususiyatlari mustaqil odam ontogenez jarayonida shakllanishini aniqlab berishga imkon beradi. "Men- konsepsiya"si, inson o'zi haqida va atrof- muhitning borligi haqida butun sistemaning muntazam yadrosidir. Atrof-olam haqida qilingan butun xabarlarni inson o'zi haqidagi ong va psixik rivojlanishlar orqali ajratib oladi. Mukammal va motivatsion qurilmalardan kelib chiqqan holda o'zini tutishni shakllantiradi. Shuning uchun uning qarashlari tartibi qat'iy individualdir. Odamlar sodir bo'layotgan voqealarni va o'zining harakatini, aniq dunyo ob'ektlarini har xil baholaydilar. Vaholanki, ba'zi odamlarning baholashi aniqdir va borliqqa mos keladi. Boshqalarning baholashi esa teskari- sub'ektivdir. Ongimizning adekvatligi nimaga bog'liq?

Ushbu savolga javob berish uchun inson tomondan qabul qilinayotgan real hayotning obrazini va o'ziga baho berishini bir-biroviga moslashtiruvchi bir qator faktorlarni ko'rsatib o'tish lozim. Ammo ko'pchilik holatlarda insonning tashqi muhitni to'g'ri qabul qilish darajasi, uning imkoniyat faktorlari bilan bog'liq bo'ladi. Boshqa so'z bilan aytganda, qabul qilish chegarasi bu yaxshi va yomon tushunchalarni anglash xususiyatiga bog'liq. Aynan shu bo'lib o'tayotgan hodisani to'g'ri tanqid qilish, qabul qilingan ma'lumotni o'z qarashlari bilan taqqoslash, taqqoslashdan kelib chiqib o'zining xulqini tuzish, ya'ni harakat maqsadi va dasturini aniqlash, qo'yilgan maqsad sari harakatlanish insonni hayvonlardan farqlantiradi. Shunday qilib, tanqid qilish, o'z xulqini nazorat qilish mexanizmida asosiy o'rin egallaydi.

3.2. Ongning xususiyatlari.

S.L.Rubinshteyn quyidagi ong xususiyatlarini ajratib ko'rsatadi: munosabat o'rnatish bilish boshdan kechirish (kechinma) Ongning har bir xususiyati kam hollarda yoki faqat bilish, yoki faqat kechinma, yoki faqat munosabat bo'lishi mumkin; ko'pincha shu uch xususiyat birlashgan holda ko'rinadi. Ammo bu uch tarkibiy qismning (komponentlarning) har birini ifodalanish darajasi turlicha. Shuning uchun har bir ong xususiyatini, psixologik tushunchasini koordinata sistemasining uch muhim nuqtasi sifatida ko'rish mumkin. Ong mexanizmini tahlil qilishda aqliy metaforani bartaraf qilish muhimdir. Ong bu faoliyat sistemasi mahsuli va natijasidir, unga nafaqat miya balki shaxs, jamiyat ham kiradi. Bu sistemalarning muhim xususiyatlari unga etishmayotgan funksiyaga oid organlar, o'ziga xos yangidan yuzaga keladi. U asosan dastlabki sistemadan yo'qotib bo'lmaydigan u yoki bu imkoniyatlar hisoblanadi.

Ong xususiyatlari funksiyaga oid a'zolar sifatida:

- Tashqi ta'sirga javob berish qobiliyati (reaktivlik)
- Ta'sirchanlik
- Dialogizm
- Polifonilik
- Tashqi ta'sirsiz rivojlanish
- Tashqi ta'sirga nisbatan beixtiyor ko'rsatadigan reaksiya (reflektivlik)

Ongning vazifalari

Asosiy ong vazifalariga quyidagilar kiradi:

- Aks qaytarish
- Tug'ma (ijodiy)
- Boshqarib-baholash
- Refleksivlik
- Ma'naviylik

Ong tuzilishi

L.Feyerbax ongni ong uchun va ong turmush uchun degan fikrni ilgari surgan. A.N.Leontev ongni uch qismdan iborat ekanligini ajratgan:

- Obrazning seziladigan asosi
- Ma'no
- Mazmuni

Ong va o'z o'zini anglash. O'z- o'zini anglash insonga nafaqat tashqi dunyoni aks ettirishga imkon beradi balki, uni o'zini shu olamda ajratib ya'ni topib, o'zining tushunib etishiga, nazorat qilishiga va ma'lum bir shaklda o'ziga nisbatan munosabatda bo'lishga yordam beradi. O'zini biror bir barqaror ob'ekt sifatida anglash ichki butunlikni talab qiladi, shaxsning doimiylikni, uni o'zgaruvchan vaziyatlarga qaramasdan o'zligicha qola olishini anglatadi. O'zlikni anglash boshqa insonlar bilan o'zaro ta'sir davomida shakllanadi va inson faoliyatining muvaffaqiyatiga bog'liq bo'lgan o'z o'zini baholash bilan bog'liqdir. O'zlikni anglashning muhim vazifasi - inson uchun uning harakatlari sababi va natijasini bilishi va o'zini baholashi, aslida qanaqa insonligini tushunishga

sharoit yaratishdir. Agar baho qoniqarsiz bo'lsa, inson o'z-o'zini o'stirish (kamolotga etkazish) bilan shug'ullanishi kerak, yoki himoyalovchi mexanizmlar yordamida ongdan bu yomon ma'lumotlarni yo'q qilish mumkin.

Ruhiyat va miya bog'liqligi haqida savollarni ko'rayotganda, psixofiziologik muammolarni ko'rib chiqish lozim. Shunday qilib, har ikki mavjud yondashuvlar psixofiziologik muammoni echa olmaydi. SHuning uchun psixologiyada muammolarni o'rganishda yagona uslubiy yondashuv mavjud emas. Shu bilan birga aqliy va fiziologik jarayonlar o'rtasida yaqin bog'liqlik ham bor deb aytish mumkin. Shu sabab uchun ruhiy holatlarni hisobga olganda, har doim aqliy va fiziologik jarayonlar qattiq bog'liq hodisa va jarayonlar faoliyatini Igaoshiruvchi «substrat»ni aks ettiradi. Shuning uchun, aqliy va fiziologik jarayonlar o'zaro bog'liq va inson xatti harakatlariga ta'sir etadi.

3.3. Psixika va ongning paydo bo'lishida muxit, a'zolarining tuzilishi va mexnat faoliyatining ijtimoiy-tarixiy mohiyati.

Agar jonli mavjudodlarning xayot kechirish muxiti xamma joyda mutlako bir xil bulganida, extimol, yr yuzi bir xil turdagi xayvonlar bilan tulib ketgan bulardi. Haqiqatda esa muxit iklim jixatidan xam, yashash sharoiti jixatidan ham goyat rang-barang bulib bu organizmlarning tabakalanishini takazo etadi. Yr yuzida hodisalar juda rang-barang bulsa ham, ularning siklili almashinuvi va hakoazolar mavjuddir. Barcha jonzot mavjud shart-sharoitlarga moslasha boradi.

Misol uchun, muhitning harorati uzgarishi bilan organizmdagi kimyoviy reaksiyalarning tezligi hami o'zgaraga boshlaydi: harorat ko'tarilishi bilan reaksiyalarning tezligi oshadi, pasaygan taqdirda pasayadi, harorat haddan ziyod oshib yoki pasayib ketganda esa bir hujayrali organizm halok bo'ladi. Agar juda past haroratli sharoitga joylashtirilsa, shubhasiz, boshqa bir jonli organizm ham shunday qismatga uchraydi. Lekin mana shunday sharoitlarda yuksak taraqqiy etgan hayvonlarning hatti-harakatlarida jiddiy tafovut bo'ladi.

Shunday qilib, hayvonlar muhitga bevosita bog'likligidan sekin-asta qutila boradi. Lekin jonli mavjudotlar rivojlanishning har qanday darajasida ham bunday bog'liklikdan hech qachon qutila bo'lmaydi. Muhit - jonli organizmning hayot kechirish shart-sharoiti, jonli mavjudotlar hayot kechirishning bosh omili, boshqacha aytganda, jonli organizmlarining hayot kechirishi muhitning shart-sharoitlari bilan aniq belgilab qo'yilgandir.

Aks ettirishning bir-biriga o'xshashligi eng avvalo sezgi a'zolari va nerv sistemasining tuzilishiga bogliqdir. Retseptor muayyan turagi ko'zgatuvchilarga qanchalik nafis javob qilsa, reaksiya ham shunchalik bir-biriga o'xshash bo'ladi. Bunda ma'lum darajada tugridan-tugri boglanish bor. Masalan, ko'rish retseptori quyoshning tarqoq nurini aks ettirishga moslashuv munosabati bilan rivojlanadi.

Retseptorlarning rivojlanishi ma'lum darajada muayyan turdagi nerv sistemasining rivojlanishi bilan birga boradi. Sezgi a'zolari va nerv sistemasining rivojlanish darajasi muqarrar ravishda psixik aks ettirishning darajasi va shaklini belgilab beradi. Nerv hujayralari faqat turlar emas, balki tugunlar (gangliylar) ham hosil qiladi. Tugunli yoki gangliyli nerv sistemasi eng ko'p miqdordagi ko'gatuvchilarni kabul kilish va qayta ishlash imkonini beradi. Negaki, sezuvchan nerv xujayralari kuzgatuvchilarga bevosita yaqin joylashgan bo'lada va qo'zgalishini tahlil etish sifatini o'zgartirib yuboradi.

Tananing har bir qismida gangliylar qo'shilib, bir-biri bilan nerv yo'llar orqali boglangan nerv markazlarini tashkil qiladi. Ayniqsa bosh qismida joylashgan markaz murakkab tuzilgandir.

Nerv sistemasining oliy tipi - naychasimon nerv sistemasidir. U naychasimon qilib birlashgan nerv xujayralaridan tashkil topgan bo'ladi. umurtqalilarda evolyusiyalar jarayonida orqa va bosh miya - markaziy nerv sistemasi paydo bo'ladi va rivojlanadi. Nerv sistemasi va retseptorlarning rivojlanishiga muvofiq ravishda psixik aks ettirish shakllari ham murakkablashadi. Bosh miyada turli xildagi funksiyalarni uz zimmasiga oladigan alohida cheklangan markazlar hosil bo'ladi. Bu markazlar maxsus nerv birikmalari - assotsiativ zonalar orqali uzaro boglanadi.

Shunday qilib, psixikaning evolyusiyasi retseptorlar funksiyalari shakllarining, shuningdek signal faoliyatining murakkablashuvida ifodalanadi.

Shubha yuqki, odam psixikasi bilan eng yuksak taraqqiy etgan hayvonning psixikasi urtasida juda katta tafovut mavjuddir. Masalan, hayvonlarning tili bilan odamning tilini bir-biriga taqqoslab bo'lmaydi. Hayvon o'z qabiladoshlariga muayyan, bevosita vaziyat bilan cheklangan hodisalar haqida faqat xabar berishgina mumkin bo'lgan bir paytda kishi til vositasida boshqa odamlarga o'tmish, hozirgi payt va kelajak haqida axborot berishi, ulara sotsial tajribani etkazishi mumkin.

Odam psixikasi bilan hayvon psixikasining ikkinchi farqi, odam oldindan o'ylagan rejaga binoan qurol yaratadi, uni belgilangan maqsadda

foydalanadi va saqlaydi. Inson nisbatan doimiy narsalar olamida yashaydi. Kishi quoldan boshqa odamlar bilan birgalikda foydalanadi, biridan quoldan foydalanish tajribasini o'zlashtirsa, boshqa odamlar bilan uni baham ko'radi.

Inson psixik faoliyatining ajralib turadigan uchunchi belgisi - ijtimoiy tajribaning biridan ikkinchisiga utkazilib turishdir. Kishi psixikasini ko'proq darajada u egallab oladigan ijtimoiy tajribada rivojlantiradi. Kishining psixik funksiyalari alohida sub'ekt tomonidan insoniyatning madaniy rivojlanishida quollarini egallab olishi tufayli sifat jixatidan o'zgarai. Kishidan oliy, xususan insoniy funksiyalar (ijtimoiy xotira, ixtiyoriy diqqat, abstrakt tafakkur) rivojlana boradi.

Inson psixikasining hayvon psixikasilan eng muxim farki ularning rivojlanish shart-sharoitlaridan ko'rindi. Agar hayvonot dunyosining rivojlanishi davomida psixikaning taraqqiyoti biologik evolyusiya qonunlariga binoan ro'y bergan bo'lsa, xususan inson psixikasining, kishi ongining rivojlanishi ijtimoiy-tarixiy tarakkiyot konunlariga buysunadi.

To'daning jamiyatga aylanishga ta'sir ko'rsatgan omil - bu mehnat faoliyati, ya'ni qurollarni birgalikda yaratish va qullanish jarayonida odamlar tomonidan amalga oshiriladigan tarzdagi faoliyat bo'ladi.

Rivoj topayotgan mehnat faoliyati ijtimoiy munosabatlarning, jamiyatning rivojlanishiga, ijtimoiy munosabatlarning rivoji esa meynat faoliting takomillashuviga ta'sir kursatdi.

Shunday qilib, mehnatning paydo bo'lishi va kishilik jamiyatining tuzilishi odamning odamsimon ajdodlarining odamga aylanish sababi bo'lib hisoblanadi.

Mehnatda kishining ongi - aks ettirishning evolyusion yo'nalishidagi eng oliy shakli - ashyoviy faoliyatning ob'ektni barqaror xususiyatlarini ajrata olish va shu asosda atrofda reallikni tubdan o'zgartira olish xususiyatiga ega bo'lgan shakli ham rivojlana bordi.

Yuqorida aytib o'tilgandek, hayvonlar tasodifiy narsalar olamida yashaydi, odam esa doimiy narsalar olamini yaratadi. Odamlar yaratgan uzidan oldingi ajdodlar bajargan ish jarayonlari, hatti-harakatlar va faoliting moddiy ifodasi hisoblanadi.

3.4. Psixikaning ontogenezdada va filogenezdada rivojlanishi. Psixikaning ontogenezdada rivojlanishi - inson tug'ilgan vaqtdan boshlab voyaga etgunga qadar murakkab psixik rivojlanish yoshidan o'tadi. Agar bolaning tug'ilgan birinchi yilidagi psixikasini 5-6 yildan so'nggi psixika

bilan taqqoslasak, uning ma'lumot qabul qilishida nafaqat miqdorda, balki sifatida farq bo'ladi.

Tashqi faoliyatni ichki faoliyatga ta'siri, aks etishi bu tashqi faoliyat oldindan mavjud bo'lgan "rejalashtirilgan ong"ga ko'chib o'tishi degani emas; bu shunaqangi jarayonki unda o'sha ichki plan(sistema) shakllanadi. Ong bu, bevosita sub'ektga

B. G. Ananevning fikricha, "ong psixologik faoliyat sifatida his-tuyg'uli va mantiqiy bilimlarni jo'shqin o'zaro bog'lanishi, bir butun bo'lib ishlashini ta'minlaydigan va har birini alohida bilim deb aniqlaydigan sistemadir.

ochiladigan olam manzarasidir, unda sub'ektning o'zi ham shuningdek, uning faoliyati va holati ham kiradi deb hisoblaydi Leontev. Dastlab ong faqatgina sub'ektga atrofidagi olamni ochib beradigan psixologik ong va psixik rivojlanish sifatida qaraladi; keyingi bosqichlarda faoliyat ongning predmetiga aylanadi, bu bosqichda boshqa insonlarning harakatlarini, ulardan kelib chiqib esa sub'ekt o'zining shaxsiy harakatlarini anglay boshlaydi. Natijada, aql-idrokimizdagi, "rejalashtirilgan ong"dagi ichki harakatlar vujudga keladi. Ongdagi ko'rinish yoki tasvir haqiqiy ko'rinishga aylanadi, ya'ni xayolan harakat qilish mumkin bo'lgan model (nusxa) ga aylanadi. Bu ishlaydigan sistema insonning sergaklik holati yoki boshqa so'z bilan aytganda, insonning o'ziga hos sergaklik xususiyati bu ongdur".

Ananevning fikricha, ong harakat ta'sirining murakkab qismi sifatida faoliyat ko'rsatadi. Ongning dastlabki xususiyatlari - bu idrok qilish va insonning bolalik vaqtidagi o'zining shaxsiy harakatlari natijasida paydo bo'lgan kechinmalaridir. Asta-sekin nafaqat harakat ta'siri, shuningdek bolaning faoliyat jarayoni ham anglab etiladi. Ongning o'ziga xos rivojlanishida inson alohida harakatlarni bajarishidan, bir maqsadga qaratilgan, rejalashtirilgan faoliyatga o'tadi. Shu holda, sergaklikning butun holati yaxlit "ong oqimi" ga yuzaga keladi, bu bir faoliyatdan boshqa bir faoliyatga o'tishni anglatadi. "Ong butun borliqni faol aksi sifatida, insonning amaliy faoliyatini uni o'rab turgan olamga, muhitda tartibga solib turadi".

Psixikaning filogenezda rivojlanishi - kishi psixikasining paydo bo'lishi va rivojlanishi eng murakkab muammolardan biri bo'lib, tabiat qonunlarining mohiyatini tushunib etishga harakat kiladigan tadqiqotchilarni bu muammo hamma vaqt qiziktirib kelgan.

Metrialistik yunalishidagi olimlar psixikaning paydo b o'lishini materiyaning uzoq davom etgan rivojlanishining natijasi deb izovlashadi. Ular materiyaning hayot kechirish usuli, uning tarkiban uziga xos ajralmas xususiyati ekanligi uchun ham materiya harakatining turli xil shakllarini o'rganadilar. Harakatsiz, hamisha mutlaqo harakatsizlikdagi materiya umuman bo'lmaydi. Olamdagi butun materiya jami noorganik va organik tabiat harakatlanish, o'zgarish va rivojlanish holatida b o'ladi.

Jonsiz, noorganik materiyadan tortib to eng oliy va murakkab materiya hisoblanmish kishi miyasiga qadar barcha materiyalar moddiy olamning yalpi xususiyati - *in'ikos* etish xususiyatiga, ya'ni ta'sirotlarga javob kaytarish qobiliyatiga egadir. I'ikos materiyaning mavjud b o'lish tarziga muvofik javob qaytarishga qodirligi bilan namoyon b o'ladi.

Jonsiz tabiatda harakat jism va moddalarning mexanik, fizikaviy yoki kimyoviy ta'siri tarzida yuz berish mumkin. Jonli materiyaga utishda harakati tarzi ham sifat jixatidan o'zgaradi. Jonli materiyaga in'ikosning biologik shakllari xos b o'lib, jonli materiyaning ma'lum bir bosqich daesa in'ikosning yangi shakli sifatidagi psixika paydo b o'ladi.

Materiya harakatining biolgik shakli - hayot - tabiat rivojlanishining sifat jixatidan yangi bosqichdir. O'lik materiyaga utishni izohlaydigan qator gipotezalar mavjud. Ulardan biri *A.I. Oparinga* tegishli b o'lib, unga k o'ra organik moddalar atomlar turli shakllarda azotning, kislorodning, vodorodning, fosfor va oltingugurtning atomlari bilan boglangan modda - uglerod negizida hosil b o'lgan birikimalarning paydo b o'lishi jonli materiya paydo b o'lishining zarur sharti hisoblanadi. Oparning gipotezasiga k o'ra, taxminan ikki milliard yil ilgari atmosferada erkin kislorod ajralib chikib, organik moddalardan tayyorlangan allaqanday «sh o'ruva»ga uxshash b o'lgan. Organik birikmalarning rivojlanishi jarayonida uglerodning juda ham murakkab birikmalari - benihoya katta molekularlar paydo b o'ldi.

Oqsilli molekula bilan muhit o'rtasida modda almashinuvi avval boshdanoq faol jarayon edi. Bu beniyoya katta molekularlar kontservatlar degan nom bilan atala boshladi. Kontservat tomchilari ma'lum ma'noda t o'yimli moddalar uchun kurashda o'zaro raqobat qilishardi, degan taxminlar ham bor. Bu tomchilarning ancha qulay kimyoviy tarkibiga yoki strukturaga ega b o'lgan ba'zi birlari boshqalariga nisbatan tezroq o'sdi. Ular ertaroq kattalashib, beqaror b o'lib qolishar va ancha mayda zarrachalarga parchalanib ketishardi. So'ngra jarayon yana takrorlanardi: o'sish, parchalanish va hakoza.

In'iksoning o'ziga xos qoldiq shakllari mavjud bo'lgan bunday organik strukturalar bir kancha geologik davomida faoliyat ko'rsatgan holda hozirgi zamon jonli sistemalari ajdodlarining paydo bo'lishiga olib kelganligini faraz qilish uchun asos bo'lgan.

Har qanday jonli organizm barcha tashki kuzatuvchilarga nisbatan tanlangan holda (faol) munosabatda bo'ldai va bu bilan jonli materiyaning sifat jihatidan yangi xususiyatni - o'z-o'zini tartibga solish xususiyatini namoyon qiladi.

Uzoq davr davom etgan evolyusiya natijasida hozirgi organizmlarda in'ikosning kuzgaluvchanligidan tortib to uning ancha yuksak darajasidagi shakllari - psixik hayotning ifodaga kadar turli xildagi shakllarni ko'ramiz.

O'simlik va xayvonlarga mansub shakllar evolyusiyasining barcha boskichlarida jamiki jonli organizmlar in'ikosning aloxida, biologik shakli - ta'sirlanuvchanlikka ega bo'ladi. Ta'sirlanuvchanlik tirik organizmning biolgik ahamiyatiga ega bo'lgan (biotik) ta'sirotlarning ta'siriga javob berish qobiliyati demakdir.

Shunday qilib, sodda hayvonlarda tashki muhitga yoruglik bilan issqlik ko'shilib, muvakkat boglanishlar hosil qilinishiga nisbatan ham faol mo'ljal ola bilish tendensiyasi mavjudligi namoyon bo'ladi.

In'ikos etish darajasi ko'p hujayralilarga o'xshab suvli muhitga hayot kechiradigan kovakchilar eng sodda ko'p hujayralilar jumlasiga kiradi. Lekin bu organizmlarning tuzilishi bir hujayralilarga nisbitan anchagina murakkabdir. Murakkabligi bu hayvonlarning ko'p hujayrali ekanligida emas, balki ulardagi hujayralarning nisbatan bir emasligidadir: masalna, tanasining tashqi qismida sanchiladigan hujayralar joylashgan bo'lsa, ichki qismi esa ovqat hazm qiladigan hujayralar bilan qoplangan bo'ladi. Ko'p hujayrlarning organizmida, shuningdek, organizmning biror-bir qismida ro'y bergan qo'zgalishning o'tkazgichi funksiyasini bajaradigan alohida sezuvchan protoplazmali hujayralar ham bo'ladi. Alohida sezuvchan (nerv) hujayralari o'zaro birikib, hayvonning butun tanasiga yoyilgan nerv shaxobchasini tashkil etadi.

Shunday qilib, ko'p sonli nerv tugunchalarining paydo bo'lishi haliveri yana ham nafisrok aks ettirish va demak tevarak-atrofdagi tashki muxitga moslashish uchun sharoit tugdirishi mumkin bo'lgan usha haqiqiy foyjali murakkabligini ta'min eta olmaydi. Lekin hozirdayoq, ancha murakkab aks ettirish imkoniyatlari paydo bo'la boshladi - ular asosiy gangliyda mujassamlashganlar. Asosiy gangliyning funksiyalari va boglanishlariga ko'ra bir xil bo'lmagan nerv hujayralarining birikuvidan

tarkib topadi. U hayvon tanasining istalgan qismida yuz beradigan qo'zgalishlarni jamlaydi, ularni tahlil qiladi, boshqa hujayralarga utkazadi, impulslarni segmentlarning mushak apparatiga yo'naltiriladi. Sudraluvchi va kavlovchi hayvonlar sifatidagi chuvalchanglarda asosiy gangliylr mavjud bo'lganligi tufayli tananing imkonini beradigan tukchalar, m o'ylabchalar, k o'z murtaklari paydo buladi. Gangliy funksiyali nerv sistemasiga ega bo'lgan hayvolarning aks ettirish imkoniyatlari shartsiz reflekslar bilangina cheklanmaydi. Hayot kechirish jarayonida ularda tugma reaksiyalarigiga nisbatan yanggi, ancha harakatchan reaksiya shakllari - shartli reflekslar paydo bo'ladi.

Shunday qilib gangliy funksiyali nerv sistemasining o'ziyoq, cheklanmagan mikdordagi ta'sirlari javob kilishning ytarli darajada murakkab vositasidan iboratdir. Ytakchi gangliy bilan idora kiluvchi ganglioz nerv sisttemasiga ega bo'lgan hayvonning hatti-harakatlari diffuziyali, turli nerv sistemasiga ega bo'lgan hayvonlarning hatti-harakatlaridan jiddiy farq qiladi.

Instiktiv harakatlar muayyan shart-sharoitlarga qat'iy bogliq bo'ladi. Instiktning amal qilish mexanizmi shundan iboratki, tashqi shart-sharoitlar reflektor munosabat bildirishga undaydi, eng oxirida esa navbatdagi munosabat bildirish uchun qo'zgaydi va hakozo. Shu tarzda reflekslarning butun bir zanjirini harakatga keltiradi va bu bilan nasliy yo'l bilan mustahkamlangan programmani amalga oshiradi. Instiktiv harakatlar standart shart-sharoitlar uzgarishi bilanoq uzining maqsadga muvofiqligini yo'qotadi. Shunday qilib, hatti-harakatlarning instiktiv shakllari faqat doimiy sharoitlardagina maqsadga muvofiqdir.

Shuni qayd qilish kerakki, ba'zi bir instinglar mazkur turning barcha shakllariga xos bulsa ham, lekin ularning namoyon bo'lishi afrimlarida biroz boshqacharoq tarzda kechadi.

Instiktning bu tarzdagi nisbiy har xilligi turli hayot kechirsh sharoitlari keskin o'zgarib takdirda ham saklanib qolishini ta'minlaydi. Yosh hayvonlarda instiktiv harakatlarni qo'zayatotib, bu karakterlar yosh hayvonlarda qarilarga nisbatan ancha beso'naqay yuz beradi. Jozotning individual hayot kechirishi jarayonida orttirilgan va tugma hatti-harakat programmasining puxta bajarilishini ta'minlaydigan tajriba instiktlarning rivojlanishiga yordam beradi.

Shunday qilib, instiktiv harakatlar turli xildagi ko'p sonli qo'zgatuvchilarning aks etishini ta'min eta olmaydi va shunga ko'ra umurtqalilarning aks ettirish imkoniyatlarini cheklab qo'yadi. Umurtqalilardan naychali nerv sistemasi (orqa va bosh miya bilan

qushilib) rivojlangan bo`lib, shu tufayli ularda tashki muhitni asliga ancha o`xshaydigan tarzda aks ettirishning potensial imkoniyatlari oshadi. Ganglioz nerv sistemasiga ega bo`lgan hayvonlarga nisbatan umurtqali hayvonlarda retseptorlar yanada takomillashib, tobora ko`proq maxsuslashib boradi. Evolyusiya natijasida erishiladigan ana shu ichki imkoniyatlar atigi birgina instinktiv harakatlarni keltirib chikarish uchun foydalanilmaydi, albatta.

Hayvon evolyusiya taraqqiyotining yuqori bosgichiga ko`tarilgan sari, hosil bo`ladigan shartli boglanishlari ham shuncha murakkabroq va yana ham nafisrok bo`lishi mumkin.

Shunday qilib, shartli boglanishlar ham holatlar uzgarganda hayvon hatti-harakatning yangi belgilarini mustaqil hosil qilishga asoslangan nafis individual hatti-harakatning yanada murakkabroq shakllarini chiniktirishdir. Nafis individual harakat uchun muhitning ayrim xususiyatlarigina (harorat, rang, hid) emas, balki butun bir konkret vaziyatlar taxlil va sintez qilishi shart.

Birinchi holatda hatti-harakat instinktiv progammaga asosan bo`lgan bo`lsa, ikkinchi holda hatti-harakat bevosita vaziyatni tahlil qilish natijasida ro`y beradi.

Hatti-harakatning ikkinchi tipi ayniqsa sut emizuvchilarda yaqqolroq namoyon bo`ladi. Bunday hayvonlar endi butun bir vaziyatlarni idrok etib, tahlil qila boshlaydi, uz hatti-harakatlarini tugrilab, uzgarayotgan shart-sharoitlarga moslasha boshlaydi. Yuksak taraqqiy etgan hayvonlarda hatti-harakatning instinktiv shakllari bilan bir qatorda uzgaruvchan individual shakllari - malakalar va intellektual hatti-harakatlar ham mavjud bo`ladi. Malakalar deganda hayvonlarning shartli boglanishiga asosan bajaradigan va avtomatik tarzda takrorlanadigan hatti-harakat tushuniladi. Malakalar xuddi instinktlarga o`xshab rivojlanishning nisbatan quyi bosqichlarida ham bo`ladi, lekin aniq ifoda etilgan malakalar faqat bosh miya qobigi bo`lgan hayvonlardagina namoyon bo`ladi.

Hayvonlarning malakalari tarkibiga kiradigan harakatlanuvchi elementlar turning o`ziga xos tajribasini takrorlaydigan tugma harakatlardan iborat bo`lishi ham, shuningdek tasodifiy harakat namunalardan iborat bo`lishi ham, shuningdek tasodifiy harakat namunalarining takrorlanishi jarayonida kunikma hosil bo`lgan harakatlardan iborat bo`lishi ham mumkin.

Mavzuni mustahkamlash va nazorat uchun savollar

1. Anglanmagan psixik jarayonlarning umumiy xususiyatlari va tasniflanishi haqida ma'lumot bering.
2. Ongli harakatlarning anglanmagan mexanizmlari nimani anglatadi?
3. Anglanmagan avtomatizmlarga misollar keltiring.
4. D.N. Uznadze va hamkasblarining anglanmagan mayllarga doir tadqiqotlari haqida gapirib bering.
5. Psixik hodisalar va insonlarning kundalik hayotini o'rganishda ongli harakatlar anglanmaganligining ahamiyatini ochib bering.
6. Ongli harakatlarning anglanmagan qo'zg'atuvchilarini o'rganish bo'yicha Z. Freyd tadqiqotlari haqida gapirib bering.
7. Ong usti jarayonlari haqida nimalarni bilasiz?
8. Anglanmagan psixik jarayonlarni o'rganish metodlaridan qaysilarini bilasiz?

IV-MAVZU. DIQQAT VA SEZGI

Tayanch tushunchalar: diqqat, yoʻnalganlik, ixtiyorsiz diqqat, ixtiyoriy diqqat, sezgi, analizator.

4.1. Bilish jarayonlar haqida asosiy tushunchalar.

Psixik hodisalar psixik holatlarni, psixik jarayonlarni va psixik xususiyatlarni oʻz ichiga oladi. Psixik hodisalar ichida psixik jarayonlar alohida ahamiyatga ega.

Psixik jarayonlar tashqi olamni ongda aks ettirish, unga javob reaksiyalarini berish bilan bogʻliq jarayonlarning barchasini oʻz ichiga oladi. Psixik jarayonlar ongning oʻzida paydo boʻlib, ongning oʻzida tugallanadi degan fikrni Sechenov mutlaqo notoʻgʻri fikr deb hisoblagan edi. Psixik hodisa hali yuzaga kelmagan natijadan ham darak beradi.

Psixik jarayonlar signal yoki boshqaruv funksiyasini bajarib, sharoitga moslashtirishga yoki javob reaksiyasini berishga xizmat qiladi.

Psixik jarayon oʻz oʻzidan sodir boʻlmaydi, balki, miyaning mohiyati, uning tegishli boʻlmalari funksiyasi sifatida olam haqidagi axborotlarning qaerga ketishi, qaerda saqlanishi va qayta ishlanishini koʻrsatuvchi javob reaksiyasining boshqaruvchisidir.

Maʼlumki, odamlar bir-birlaridan koʻp jihatlari bilan farq qiladilar. Masalan, baʼzi odamlar koʻrgan kechirganlarini juda yaxshi esda olib qolib, kerak vaqtda aniq esga tushira oladilar. Baʼzilar koʻzi bilan koʻrgan har qanday obʼektni mayda detallarigacha bayon qilish qobiliyatiga ega. Yana birlari eshitgan narsalari xususida aniqroq fikrlaydilar, kimdir sodda, ravon tilda oʻz his-kechinmalarini ayta olsa, boshqalar har bir hikoyaga, albatta, fantaziya elementlarini qoʻshishga moyil boʻladilar. Demak, odamlarning tashqi olamdan oladigan har-xil taassurotlari har xil boʻlarkan. Ikkinchi tomondan, shunday kasblar borki, u shaxsdagi u yoki bu sifatlarning mukammallashib, rivojlanib borishiga imkon beradi. Tashqi olam xossa va xususiyatlarini ongida aks ettirishi uning iqtidorining oʻsishi va professional malakalarining rivojlanishiga bogʻliq boʻladi. Shuning uchun har bir ongning aks ettirish shakllari boʻlmish bilish jarayonlari - sezgi, idrok, diqqat, xotira, tafakkur, nutq, iroda va hissiyotlarning muhimligini inobatga olgan holda, ularning inson hayotidagi roliga toʻxtalib oʻtamiz. Darhaqiqat, bilish jarayonlari ham maʼlum maʼnoda boshqariladigan jarayonlar boʻlib, agar siz imkoniyatlaringizni kengaytirish yoki iqtidor darajangizni orttirmoqchi boʻlsangiz, bu jarayonlarga oid maʼlumotlarni bilishingiz kerak.

Insonga uni o'rab turgan tashqi olamni va o'z-o'zini bilib olishga imkon beruvchi psixologik jarayonlarga bilish jarayonlari deyiladi.

4.2 . Diqqat. Diqqatning vazifalari va turlari.

Insonga muntazam ravishda juda ko'p qo'zg'atuvchilar ta'sir ko'rsatadi. Inson ongi ularning hammasini qamrab olish imkoniyatiga ega emas. Inson bu qo'zg'atuvchilar ichidan o'zi uchun qiziqarisini, o'z ehtiyojlariga, hayotiy rejalariga javob beradiganini tanlab oladi. Mana shu fenomen diqqatdir. Psixologik fenomen tizimida diqqat alohida ahamiyatga ega. U barcha psixik jarayonlar va holatlarda ishtirok etadi. Diqqat insonning barcha faoliyatlarida ishtirok etadi. Eng oddiy faoliyatdan tortib eng murakkab faoliyatgacha hammasi diqqatning ishtirokisiz amalga oshmaydi. SHu sababli ba'zi olimlar uni alohida hodisa sifatida o'rganilishiga qarshi chiqadilar. Boshqalari esa diqqatning alohida psixik jarayon ekanini e'tirof etadilar.

Diqqat sezgi a'zolari orqali keladigan ma'lumotlardan birini, boshqalarini inkor etgan holda ongli yoki ongsiz tanlash jarayonidir.

Psixologiya fanida diqqatga har xil tarif beriladi, uni yoritishda psixolog olimlar turli nazariyalarga asoslanib yondashadilar. P.I.Ivanov ongni bir nuqtaga to'plab, muayyan bir ob'ektga aktiv (faol) qaratilishini diqqat deb hisoblaydi. Demak P.I.Ivanovning fikriga ko'ra, insonning faoliyat jarayonida amalga oshirgan harakatlari, fikrlari, o'ylari, tasavvurlari va boshqa hodisalar diqqatning ob'ekti bo'la oladi.

A.V.Petrovskiyning fikricha, diqqat individning hissiy, aqliy yoki harakatlantiruvchi faolligi darajasining oshirilishini taqazo etadigan tarzda ongning yo'naltirilganligi va bir narsaga qaratilganligidir. Bu ta'rifga ko'ra yo'naltirilganlik, sub'ektning ehtiyojlariga, uning faoliyati maqsadlari va vazifalariga mos keladigan ob'ektlarning tanlanganligida, ixtiyorsiz yoki ixtiyoriy tanlashda va ajratishda vujudga keladi.

Bundan tashqari, diqqatning psixik hodisalarning qaysi sinfiga tegishligi haqida ham turli fikrlar mavjud. Ba'zilarning ta'kidlashiga ko'ra, diqqat – bu psixik bilish jarayoni. Boshqalar diqqat har bir faoliyatning zarur sharti ekanligiga, diqqatning o'zi esa ma'lum iroda kuchlarining ifodalanishini talab etishiga asoslangan holda, diqqatni iroda va insonning faoliyati bilan bog'laydilar.

Diqqat hodisasini tushuntirishning murakkabligi, uning “toza” ko'rinishda uchramasligidan iborat. Diqqat o'zining bilish mazmuniga ega emas, u faqat boshqa bilish jarayonlari faoliyatiga xizmat ko'rsatadi. SHuning uchun diqqatni bilish jarayonlarining o'sish xususiyatlarini

xarakterlovchi holat, psixofiziologik jarayon sifatida o'rganish zarur. Diqqat o'zi nima?

Diqqat - bu inson ongining muayyan ob'ektlarga yo'nalganligi va unda to'planishidir.

Ongning yo'nalganligi deyilganda uning tanlash xususiyati, ya'ni sub'ekt uchun ahamiyatli, qiziqarli bo'lgan aniq predmet yoki hodisalarga qaratilishi tushuniladi.

Diqqatning boshqa xususiyati uning faoliyatga u yoki bu darajada chuqurlashganligini tushuntirib beruvchi *to'planishidir*. To'planganlik boshqa narsalardan chalg'ish bilan bog'liq jarayon.

Yo'nalganlik va to'planganlik bir-biri bilan o'zaro uzviy bog'liq. Diqqat biror-bir narsaga yo'naltirilganda diqqat unda to'planadi ham.

Diqqatning inson psixik faoliyatida tutgan o'rnini tushunish uchun ongni biror bir predmetga yo'naltirish kerak. Ko'rish maydonining markazida joylashgan predmet aniq, ko'rish maydonining chetida turganlari esa aksincha idrok etiladi.

Insonlararo munosabatlar tizimida diqqat o'zaro hamfikrlik, odamlarning bir-birlariga moslashishi, shaxslararo nizolarning oldini olish va o'z vaqtida hal etishga yordam beradi.

Shuningdek, diqqat o'qish va mehnat faoliyatining ham zaruriy shartidir.

Diqqat jarayonining ilmiy-nazariy va fiziologik asoslari

Diqqat boshqa psixik jarayonlar qatori ma'lum fiziologik hodisalar bilan bog'liq. Diqqatning fiziologik asosini bosh miya po'stlog'idagi "optimal qo'zg'alish nuqtasi" tashkil qiladi. Buni I.P.Pavlov: "Agar bosh suyagiga qaraganda uning ichidagi miya ko'rinadigan bo'lsa, agar miya katta yarim sharlarida ortimal qo'zg'alish uchun eng yaxshi sharoit tug'ilgan nuqtasi yiltillab ko'rinadigan bo'lsa edi, ongi sog'lom bo'lib, bir narsani o'ylab turgan odamning miyasiga qaraganimizda, uning miyasining katta yarim sharlarida juda g'alati jimjimador shakl bo'lib, surati va hajmi har lahzada bir o'zgarib, turlanib, jimir-jimirlab turuvchi yorug' narsalarning u yoqdan-bu yoqqa yugurib qimirlab turganini va miya yarim sharining bu yorug' narsa atrofidagi boshqa yerlari birmuncha xira tortib turganini ko'rar edik"¹² deb tasvirlaydi.

Ma'lum yo'nalishdagi alohida qo'zg'atuvchilarni ajratish va jarayonlar kechishining fiziologik asosini ba'zi asab markazlarining qo'zg'alishi, boshqalarining esa tormozlanishi tashkil etadi. Odamga ta'sir

¹² (Polnoe sobranie sochineniy, III tom, 1-kitob, 248 bet).

ko'rsatayotgan qo'zg'atuvchi retikulyar formatsiya tomonidan amalga oshiriladigan miya faollashishini yuzaga keltiradi.

Retikulyar formatsiyaning "ishga tushirish" mexanizmlari ichida *taxminiy refleksni* alohida ta'kidlab o'tish lozim. Chunki, bu refleks odam va hayvon organizmlarining atrof-muhitning barcha o'zgarishlariga nisbatan tug'ma reaksiyasi hisoblanadi. Masalan, jimjit xonada kitob o'qib o'tirgan inson eshik ochilishi bilan eshikka qaraydi.

Diqqatning fiziologik mexanizmlari juda murakkabdir. D.E.Brodbrant diqqat – ma'lumotni kirib kelishda, ya'ni periferiyada tanlab o'tkazuvchi filtr deb hisoblagan. Uning fikriga ko'ra, agar odam bir vaqtning o'zida turli ma'lumotni ikki qulog'i bilan qabul qilgan bo'lsa, lekin yo'riqnomaga binoan faqat chap qulog'i bilan qabul qilishi zarur bo'lgan holatda, o'ng quloqqa uzatilgan ma'lumot umuman qabul qilinmaydi. Keyinchalik periferik mexanizmlar ma'lumotni tanlab o'tkazishi aniqlangan.

Diqqatning *markaziy* mexanizmlari bir xil asab markazlarining qo'zg'alishi, boshqalarining tormozlanishi bilan bog'liq. Asab qo'zg'alishining kuchi bilan bog'liq bo'lgan tashqi ta'sirlarni ajratish aynan shu darajada sodir bo'ladi. Kuchli qo'zg'alish u bilan bir vaqtda sodir bo'lgan kuchsiz qo'zg'alishni siqib chiqaradi va psixik faoliyatning muvofiq yo'nalishda kechishini belgilaydi. Lekin bir vaqtning o'zida ta'sir ko'rsatib, bir-birini kuchaytiruvchi bir yoki ikki qo'zg'atuvchilarning qo'shilish ehtimoli ham mavjud.

Diqqatning fiziologik asoslari haqida gap yuritilganida, yana ikki muhim hodisa: asab jarayonlarining irradiatsiyasi va dominantlik haqida aytib o'tish maqsadga muvofiqdir. Ch.Sherrington tomonidan belgilangan va akademik I.P. Pavlov tomonidan keng qo'llanilgan asab jarayonlarining induktsiyasi qonuniga binoan, bosh miya po'stlog'ining biror sohasida yuzaga keladigan qo'zg'alish boshqa sohasining tormozlanishiga sabab bo'ladi (baravar induktsiya) yoki miya ushbu sohasining tormozlanishi bilan almashinadi (ketma-ket induktsiya). Irradiatsiya hodisasi sodir bo'ladigan bosh miya po'stlog'i sohasida qo'zg'alish uchun qulay sharoitlar yaratilgani uchun darajalar oson ishlab chiqariladi, yangi shartli aloqalar samarali tarzda o'rnatiladi. Bu fiziologik jarayonlar diqqatni ta'minlaydi.¹³

Akademik A.A. Uxtomskiy tomonidan oldinga surilgan dominantlik printsiptiga ko'ra, miyada doimo ma'lum vaqt ichida asab markazlari ishini

¹³ G.Yugay, N.Mirashirova "Umumiy psixologiya". Toshkent. 2015. 134-6

muvofiqlashtirib turuvchi va bu bilan insonning xatti-harakatiga ma'lum bir yo'nalganlik beruvchi qo'zg'alishning vaqtincha hukmron o'chog'i mavjud bo'ladi. Dominantlik xususiyatlariga asoslangan holda asab tizimiga keluvchi impulslar bu yerda to'planadi. Bu vaqtda boshqa markazlar faolligi susayadi, buning hisobiga qo'zg'alish kuchaytiriladi. Bu xossaga binoan, dominantlik qo'zg'alishning barqaror o'chog'i hisoblanadi, bu esa o'z navbatida diqqat jadalligini mustahkamlovchi asab mexanizmini tushuntirishga imkon yaratadi.

Shunday bo'lsada, na asab jarayonlari induktsiyasi qonuni, na dominantlik ta'limoti diqqatning, ayniqsa, ixtiyoriy diqqatning mexanizmlarini to'laligicha ochib bera olmaydi. SHuning uchun, hozirgi zamon fanining taraqqiyoti diqqatning fizilogik mexanizmlarini tushuntirib berishga urinayotgan qator kontseptsiyalarning paydo bo'lishiga olib keldi. Hozirgi zamon tadqiqotchilari neyrofiziologik jarayonlarga ko'proq e'tibor ajratadilar. Sog'lom odamlarda diqqatning zo'riqishi sharoitlarida miyaning istalgan sohasida bioelektrik faollikning o'zgarishlari yuzaga kelishi aniqlandi. Bu faollikni peshona sohasida joylashgan neyronlarning alohida turi faoliyati bilan bog'laydilar. Neyronlarning birinchi turi – “yangilik detektorlari” yangi rag'batlar ta'sirida faollashadilar va ularga o'rganib qolish darajasiga ko'ra faollikni kamaytiradilar. Ulardan farqli ravishda “kutish” neyronlari organizmning dolzarb ehtiyojini qondirish xususiyatiga ega bo'lgan ob'ekt bilan uchrashganidagina qo'zg'aladilar.

Shunday qilib, diqqat bir-biri bilan o'zaro bog'langan miya tuzilmalarining yaxlit tizimi faolligi bilan ta'minlanadi. Diqqat fiziologik mexanizmlarining o'ta murakkab tuzilishi va uning tabiatiga nisbatan qarama-qarshi nuqtai nazarlar diqqatning bir qator psixologik nazariyalarining paydo bo'lishiga olib keldi.

Diqqatning nazariyalari orasida T. Ribo nazariyasi keng ommalashgan nazariya hisoblanadi. Bu nazariyaga muvofiq diqqat har doim hissiyotlar bilan bog'liq bo'lib, ularning yordamida vujudga keladi. Ixtiyoriy diqqatning jadalligi va davomiyligi diqqat ob'ekti assotsiatsiyalangan emotsional holatning jadalligi va davomiyligi bilan ta'minlanligi sababli, hissiyotlar va ixtiyoriy diqqat o'rtaida uzviy bog'liqlik mavjud.

T. Ribo diqqat doimo organizmning jismoniy va fiziologik holatlarining o'zgarishlari bilan birgalikda kechishini ta'kidlagan. Diqqat tabiatini tushuntirishda Ribo harakatlarga alohida o'rin ajratadi. Uning fikricha, diqqatning jamlanganlik holati organik reaksiyalar bilan birga

diqqatni ma'lum darajada tutib turishning zaruriy sharti sifatida namoyon bo'ladigan tana, yuz, gavda, oyoq-qo'llar qismlarining harakatlari bilan birgalikda kechadi. Biror-bir ob'ektda diqqatni jamlash va ushlab turishga ketkaziladigan urinish har doim fiziologik asosga ega bo'ladi. Ribo bu holatga, mushak zo'riqishi mos keladi, diqqatning chalg'ishi esa, mushak charchog'i bilan bog'liq bo'ladi degan fikrni bildirgan. Bundan kelib chiqadiki, ixtiyoriy diqqat harakatlarni boshqarish qobiliyatidan iborat. SHuning uchun ushbu nazariya *diqqatning motorika nazariyasi* deb nomlangan.

D.N. Uznadzening fikriga ko'ra, diqqat mayl bilan bog'langan. CHunki, mayl diqqat holatini ichkaridan ifodalaydi. Mayl ta'siri ostida ma'lum obraz yoki taassurotning ajralishi sodir bo'ladi. Bu obraz yoki taassurot diqqat ob'ektiga aylanadi, jarayonning o'zi esa ob'ektivlashtirish deb nomlanadi.

P.Ya.Galperin diqqatning quyidagi ta'rifini ilgari surgan:
diqqat mo'ljal olish-tadqiqot faoliyatining turlaridan biri;
diqqatning funktsiyasi faoliyatning ustidan nazoratni amalga oshirish;
diqqat alohida natijaga ega emas;
diqqatning barcha konkret harakatlari yangi aqliy harakatlar shakllanishining natijasidir.

Diqqatning vazifalari va turlari.

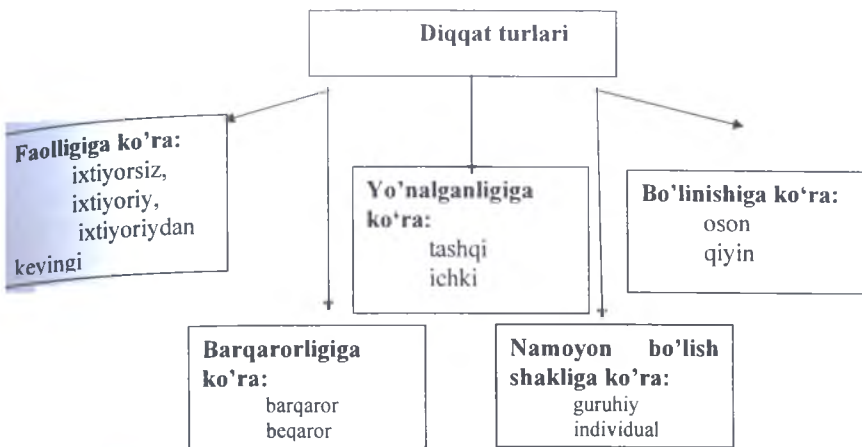
Diqqat insonning psixik faoliyatida bir qator vazifalarni bajaradi:
Organizmga kelayotgan ma'lumotlarni maqsadga yo'nalganlik bilan tanlab o'tkazilishini tashkil etadi;

Idrokning aniqligini, xotiraning mustahkamligini, aqliy faoliyatning mahsuldorligini ta'minlaydi;

Shaxslararo munosabat tizimida muhim rol o'ynaydi.

Psixologiyada diqqatning bir qator turlari tavsiflanadi. Insonning diqqati tashqi olamdagi predmetlarga va hodisalarga yo'naltirilganligiga yoki insonning ichki olamiga (fikrlari, hislari, kechinmalariga) yo'naltirilganligiga ko'ra ichki va tashqi diqqat ajratiladi.

Namoyon bo'lish shakliga ko'ra guruhiy va individual bo'ladi. Diqqatning biror ob'ekt, predmet va hodisada ushlab tura olish qobiliyatiga ko'ra barqaror va beqaror diqqat ajratiladi. Diqqatning bir ob'ektdan boshqasiga o'tishi oson yoki qiyin bo'lishi mumkin. Diqqatni ushlab turishda irodaning ishtirokiga ko'ra ixtiyoriy, ixtiyorsiz, ixtiyoriydan keyingi diqqat ajratiladi (13-sxema).



13-sxema. Diqqatning turlari

Ixtiyorsiz diqqat stixiyali tarzda paydo bo'ladi. Uning paydo bo'lishi uchun irodaviy kuch kerak emas. U mazkur vaqtda tevarak atrofdagi hayotiy ma'no kasb etadigan ob'ektga yo'naltiriladi. Ixtiyorsiz diqqatning paydo bo'lishiga ob'ektiv va sub'ektiv omillar ta'sir ko'rsatadi. Ob'ektiv omillarga quyidagilar kiradi:

- predmet va hodisalarning xususiyatlari (rangi, tovushi);
- yangiligi;
- dinamikligi (harakatsiz ob'ektlar fonida harakatlanishi);
- kontrastligi (baland bo'yli qiz va past bo'yli yigit).

Sub'ektiv omillarga:

- dominant motivatsiya (qorni och odam ovqat bilan bog'liq ob'ektga e'tiborini qaratadi);
- bilish yoki faoliyat ob'ektiga munosabat (kitob magazinida inson o'z kasbiga oid kitobga e'tibor beradi).

Ixtiyoriy diqqat manbalari sub'ektiv omillar bilan belgilanadi. Ixtiyoriy diqqat oldindan qo'yilgan va rejalashtirilgan maqsadga erishishga yo'naltirilgan bo'ladi. Uning asosiy vazifasi psixik jarayonlarning kechishini faol boshqarishdan iborat. Ixtiyoriy diqqat quyidagi belgilari bilan farqlanadi:

- Maqsadga yo'nalganligi;
- Faoliyatning tashkil etilganligi xarakteri;
- Barqarorligi.

Ixtiyoriy diqqat inson oldiga vazifa qo'yilganda va bu vazifaning yechimi irodaviy kuchni talab etganda vujudga keladi. Bu insonning o'z

qiziqishlari bilan bog'liq vazifa bo'lishi mumkin. SHuningdek, o'z burchini anglash bilan bog'liq ham bo'lishi mumkin.

Diqqatning yana bir turi mavjud bo'lib, u ixtiyoriydan keyingi diqqat deyiladi. Bu diqqatni N.F.Dobrinin shunday nomlagan. Bu diqqat turi ixtiyoriy diqqatga o'xshash, maqsadga yo'nalganlik xususiyatiga ega bo'lib, dastlab iroda kuchini talab etadi. Lekin odam faoliyatning ichiga kirib borib, uning mazmuni bilan qiziqib qolgandan so'ng irodavay kuch kerak bo'lmay qoladi. Diqqat ixtiyoriydan keyingi diqqatga aylanadi.

Ixtiyoriydan keyingi diqqatda ixtiyoriy diqqatning elementi (maqsadning mavjudligi) va ixtiyorsiz diqqatning elementi (uni ushlab turish uchun irodaviy kuchning kerak emasligi) ni o'zida jamlaydi. U ongli maqsadlar bilan bog'langan holatda qoladi va ongli qiziqishlar tomonidan quvvatlab turiladi. SHu bilan birga, ixtiyoriy diqqatdan farqli ravishda ixtiyoriydan keyingi diqqatda iroda kuchi ishtirok etmaydi.

Diqqatning ko'rib chiqilgan uch turi bir-biri bilan bog'langan bo'lib, biri ikkinchisiga tayanadi.

Diqqatning xususiyatlari. Insonning diqqati beshta asosiy xususiyatga ega. Bular diqqatning kuchi va barqarorligi, jamlanishi, taqsimlanishi, bo'linishi, diqqatning ko'lami.(5-sxema).

Diqqatning kuchi va barqarorligi uzoq vaqt davomida bitta faoliyat predmetida, ob'ektda fikrni jamlay olishlik qobiliyatida namoyon bo'ladi. U predmetlar bilan faol amaliy faoliyatda, aqliy faoliyatda saqlanadi. Diqqat barqarorligining ko'rsatkichi uzoq vaqt davomida faoliyat mahsuldorligining saqlanishidir.

Diqqatning barqaror bo'lishiga yordam beruvchi omillarga quyidagilarni kiritish mumkin:

insonning individual-fiziologik xususiyatlari (inson asab tizimining xususiyatlari, organizmning umumiy holati);

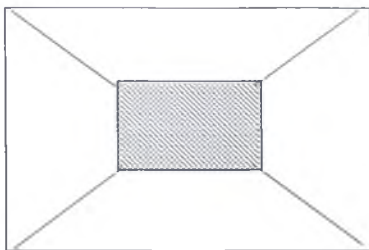
faoliyat motivatsiyasi (faoliyat predmetiga qiziqishning mavjudligi yoki yo'qligi, uning shaxs uchun ahamiyati);

yangi faoliyat yoki ob'ekt murakkabligining oshishi (murakkab ob'ektlar faol aqliy faoliyatni vujudga keltiradi);

ijobiy hissiyotlar, faoliyatdan qoniqish hissi.

Asab tizimining kuchsizligi, kasallik, charchoq, chalg'ituvchi omillar diqqatning barqarorligini susaytiradi.

Masalan, diqqatning barqarorligini oddiy tajribada tekshirish mumkin: kesik piramida (17-rasm) beriladi: agar unga ma'lum vaqt davomida tikilib turilsa, u ketma-ket, yo qavariq, yo botiq bo'lib ko'rinadi.



Harakatsiz, o'zgarmayotgan ob'ektda passiv diqqat 5-6 soniyaga teng. Yuqoridagi kesik piramidada diqqatni yo qavariq holda yoki botiq holda mana shu vaqt davomida ushlab turish mumkin.

Diqqat barqarorligini o'lchash uchun alohida harflarning tartibsiz ketma-ketligidan iborat Burdon jadvalidan foydalanish mumkin.

Diqqatning jamlanishi – uning ob'ektda jamlanish darajasidir. Diqqatning jamlanishi bosh miya po'stlog'idagi kuchli qo'zg'alish o'chog'ining vujudga kelishi va shu vaqtning o'zida boshqa qismlarda tormozlanish natijasidir. Diqqatning bir ob'ektda jamlanishi, boshqa ob'ektlardan chalg'ishni bildiradi. Diqqatning jamlanishi miyaga kelayotgan ma'lumotlarni anglash va eslab qolishning zarur sharti. Odam bir kitobga qiziqib, unda diqqatini jamlaganda atrofdagi shovqinni eshitmaydi.

Diqqatning taqsimlanishi. Insonning o'z diqqat markazida ma'lum miqdordagi ob'ektlarni ushlab tura olish qobiliyati. Misol uchun Yu.TSezar fenomenini keltirish mumkin. U bir vaqtning o'zida yetti xil bir –biri bilan bog'lanmagan faoliyat bilan shug'ullana olgan. Ba'zi shaxmatchilar bir paytning o'zida bir necha odam bilan shaxmat o'ynashlari mumkin.

Diqqatning taqsimlanishi ba'zi kasblar uchun juda muhim hisoblanadi. Masalan, bir necha stanokning ishini kuzatish lozim bo'lganda.

Diqqatning taqsimlanishi faoliyatni egallash jarayonida rivojlanadi. SHuningdek mashqlar yordamida ko'nikmalarni shakllantirish davomida ham rivojlantiriladi. Lekin bir vaqtning o'zida jiddiy aqliy zo'riqishni talab etadigan faoliyatni amalga oshirish qiyinchilik tug'diradi.

Diqqatni taqsimlash darajasi bir qator sharoitlarga bog'liq; mujassamlashtirilgan faoliyat turlari xususiyatiga (ular bir jinsli va turli xil bo'lishi mumkin);

murakkabligiga (ruhiy zo'riqishni talab etish darajasiga);

ma'lumligi va odatiyliqi darajasiga (faoliyatning asosiy usullarini egallab olish darajasiga) bog'liqdir.

Diqqatning bo'linishi – bu diqqatni bir ob'ektdan boshqasiga o'tkazish tezligi bilan belgilanadi. Bo'linish ixtiyoriy yoki ixtiyorsiz bo'lishi mumkin. Agar diqqatning bo'linishi ixtiyorsiz bo'lsa, bu hol inson diqqatining beqarorligini, organizm dam olishga intilayotganini bildiradi. Diqqatning bir ob'ektdan boshqasiga, bir faoliyatdan boshqasiga bo'linishi ixtiyoriy bo'lsa, u holda u irodaviy zo'riqishni talab etadi.

Diqqatning yengil va oson bo'linishi quyidagi omillarga bog'liq:

oldingi va keyingi faoliyat o'rtasidagi munosabat;

oldingi faoliyatning tugallangan yoki tugallanmaganligi;

sub'ektning u yoki bu faoliyatga munosabati (faoliyat qanchalik qiziqarli bo'lsa, unga o'tish shunchalik oson bo'ladi va faoliyat qanchalik murakkab bo'lsa, unga o'tish shunchalik qiyin bo'ladi);

sub'ektning individual xususiyatlari (asab tizimining tipi, individual tajriba);

inson uchun faoliyat maqsadining aniqligi, ahamiyati.

Diqqatning bo'linishi mashq qilinishi mumkin bo'lgan xususiyatdir.

Diqqat hajmi – insonning bir vaqtni o'zida aniq idrok qila olishi mumkin bo'lgan ob'ekt, ma'lumotlar miqdori. Bir vaqtning o'zida qanchalik ko'p ob'ekt yoki uning elementlari idrok qilinsa, diqqatning hajmi shunchalik katta bo'ladi va faoliyat shunchalik samarali amalga oshiriladi. Katta odam diqqatining hajmi bir vaqtda o'rtacha 5-7 ob'ektga teng. Diqqat hajmini eksperimental aniqlash qisqa muddatli xotira bilan bog'liq.

Diqqatning hajmini aniqlash uchun *taxistoskop* degan maxsus asbobdan foydalaniladi. Bu asbob yordamida sinaluvchilarga idrok etish uchun turli ma'no jihatidan bog'liq bo'lmagan harflar, shakllar taqdim etiladi. Bunda idrok qilinadigan narsalar taxistoskopning ekranidagi teshikdan ko'rsatiladi va bu teshik juda qisqa vaqt ichida bekilib qoladi. Idrok qilinadigan narsalar ma'no jihatidan bir-biri bilan bog'liq bo'lsa yoki bu narsalar yaxlit biror narsaning elementlari bo'lsa, bunda diqqat hajmi katta bo'ladi.

Diqqat xususiyatlarini o'rganishda *parishonxotirlik* haqidagi masala muhim ahamiyat kasb etadi. Parishonxotirlik deb, odatda, diqqatning ikkita bir-biriga qarama-qarshi hodisasiga aytiladi. Birinchi turdagi parishonxotirlik asosiy faoliyatdan ixtiyorsiz chalg'ishdir. Inson bir faoliyatda o'z diqqatini ko'p ushlab tura olmaydi. Qiziqarli ishdan ham tez chalg'iydi.

Parishonxotirlikning bu turi inson diqqatini hech bir narsada uzoq vaqt jamlay olmagan vaziyatda, hech birida ushlanib qolmasdan, muntazam ravishda bir ob'ektdan ikkinchisiga yoki bir hodisadan ikkinchisiga o'tib turishida kuzatiladi. Bunday parishonxotirlik vaqtinchalik xarakterga ega bo'lishi ham mumkin.

Bunday parishonxotirlikning quyidagi sabablarini ko'rsatish mumkin:

- miyaning ba'zi bir organik kasalliklari;
- asab tizimining umumiy izdan chiqishi;
- qon kasalliklari;
- kislorod yetishmovchiligi;
- jismoniy yoki aqliy toliqish;
- og'ir hissiy kechinmalar.

Agar bunday parishonxotirlikning oldi olinmasa, u odatiy tus oladi.

Parishonxotirlikning ikkinchi turi biror bir faoliyatga haddan ortiq "sho'ng'ib" ketib atrofdagi hodisalar haqida o'ziga hisob bermaslikdir. Bunday parishonxotirlik o'z ishiga berilgan olimlar, san'at olami odamlarida kuzatiladi.

Ko'rinib turganidek, parishonxotirlikning ikki turi ham tabiatiga ko'ra bir-biriga qarama-qarshi. Birinchisi ixtiyoriy diqqatning bo'shligi, diqqatning biror ob'ektda jamlana olmasligi bo'lsa, ikkinchisi haddan ortiq jamlanishidir. Savol tug'iladi "Nima uchun bunday diqqatning jamlanishi kamchilik hisoblanadi?" Chunki haddan ortiq o'z fikrlariga sho'ng'ib ketgan inson atrofda nima bo'layotganini bilmaydi. Bunday odamlar ko'chada jarohatlangan, boshqa dorini ichib zaharlangan, uyan chiqqanda gazni o'chirmagan holatlar bo'lgan. Bir olim uy eshigini qulflab kalitni axlat chelakka tashlab, cho'ntagiga sigaretini solgan va shimi yona boshlagandagina o'ziga kelgan.

Diqqatning rivojlanishi. Diqqat boshqa psixik jarayonlar singari o'zining rivojlanish bosqichlariga ega. Bola hayotining dastlabki oylarida ixtiyorsiz diqqat irsiy mexanizmlar yordamida amalga oshadi. Hayotining uchinchi oyidan o'zining hayoti bilan bog'liq ob'ektlar bilan qiziqqa boshlaydi. Besh- yetti oyligidan narsalarni ko'proq kuzata boshlaydi, ayniqsa, yorqin predmetlarni. Bu unda ixtiyorsiz diqqatning yaxshigina rivojlanganligini ko'rsatadi.

Ixtiyoriy diqqatning nishonalari, odatda, birinchi yilning oxirida ko'rina boshlaydi. Bolada ixtiyoriy diqqatning shakllanishi undagi yo'nalgan-tadqiqot faoliyati va tarbiya jarayoni bilan bog'liq.

Hayotining ikkinchi - uchinchi yili bolada ixtiyoriy diqqat kattalarning nutqiy ko'rsatmalari ta'sirida rivojlanadi. Ixtiyoriy diqqatning rivojlanishida o'yin katta ahamiyatga ega. O'yin jarayonida bola o'z harakatlarini o'yin talablariga muvofiqlashtirishni va ularni qoidalarga mos ravishda yo'naltirishni o'rganadi. Ko'pchilik jismlar va hodisalar bilan tanishib borish, oddiy munosabatlarni farqlash malakasining asta-sekin shakllanishi, ota-onalar bilan muntazam ravishda suhbatlashish, bolalar bilan sayr qilish va o'yinlar o'ynash, ertak, ashula va she'rlar eshitish bolaning shaxsiy tajribasini boyitadi, shu bilan birga, uning qiziqishlari va diqqatini rivojlantiradi.

Bola to'rt-besh yoshda kattalarning murakkab ko'rsatmasi ostida ixtiyoriy diqqatini yo'naltira boshlaydi. Besh-olti yoshida o'z-o'ziga ko'rsatma berish asosida ixtiyoriy diqqatning oddiy shakli vujudga keladi.

Ixtiyoriy diqqatning rivojlanishi va takomillashishi maktab davrida jadal kechadi. Intizomga o'rgatish, o'z xulqini nazorat qilish ixtiyoriy diqqatni rivojlantirishga ta'sir ko'rsatuvchi muhim omillardir.

Maktab davrida ham ixtiyoriy diqqatning rivojlanishi ma'lum bosqichlardan o'tadi. Birinchi sinfda bola mashg'ulotlarda o'z xulqini to'liq nazorat qila olmaydi, unda ixtiyorsiz diqqat ustunlik qiladi.

Yuqori sinflarda bolaning ixtiyoriy diqqati yuqori darajaga ko'tariladi. O'quvchi yetarlicha uzoq vaqt davomida ma'lum faoliyat turi bilan shug'ullana oladi, o'z xulq-atvorini nazorat qiladi. Lekin shuni unutmaslik kerakki, diqqatning sifatiga tarbiya sharoitlarining o'zigina emas, balki, organizmdagi fiziologik o'zgarishlar ham ta'sir ko'rsatadi. SHunday qilib, diqqatning rivojlanishida ikki asosiy bosqichni ajratish mumkin: asosiy xususiyati tashqi tomondan belgilangan diqqatning ustunligidan iborat bo'lgan maktabgacha rivojlanish bosqichi va ichki diqqatning jadal rivojlanishi xususiyatiga ega bo'lgan maktab davri rivojlanishi bosqichlaridir.

O'z diqqatini boshqarish ko'nikmasining shakllanishi shaxsning qat'iyatlilik, intizomlilik, tartiblilik va o'z-o'zini nazorat qila olishlik xususiyatlarining rivojlanishi bilan bog'liq. Diqqatni rivojlantirishning eng yaxshi usuli – o'zini odamlarga e'tiborli bo'lishga o'rgatishdir.

4.3. Sezgi psixik jarayon sifatida.

Psixologlar fikricha, sezish jarayoniga kirish psixik faoliyatni tushunishdagi eng birinchi qadam hisoblanadi. Bizning miya faoliyatimiz sezgan narsalarimizni aniqlab beradi. Shu bilan birga, bizning sezish

qobiliyatlarimiz turli chiziqlarni, burchaklarni va ranglarni anglashga yordam beradi.

Tabiat sezish qobiliyatini har narsaga in'om etadi. Sensor tizimi organizmga eng kerakli ma'lumotlarni topa olish imkoniyatini beradi. Qurbaqa uchadigan hasharotlar bilan oziqlanadi. Bunga sabab, qurbaqaning ko'zida faqat mayda va harakatlanayotgan qora va oq ranglar signalini sezuvchi retseptor hujayralarining joylashganligidir. Agar, shunday bo'lmaganida, ko'plab hasharotlar orasida bo'lishiga qaramasdan, qurbaqa ochlikdan nobud bo'lishi mumkin edi, biroq, qurbaqaning "detektor" hujayralari qisqa lahzalarda harakatlanayotgan obektни payqaydi.

Atrof muhitda sodir bo'layotgan muhim voqea-hodisalarni biz sezgi organlarimiz orqali qabul qilamiz. Bizning quloqlarimiz eng sezgir organ bo'lib, atrofimizdagi olamdan biz uchun eng muhim tovushlarni qabul qilamiz. Tovush chastotalari orqali inson ovozini, chaqaloq yig'isidan farqlaymiz.

Insoniyat tajribasi natijasida hayvonlarda ham - sezish qobiliyati aniqlangan. Ko'chib yuruvchi qushlar ichki sezgisi orqali qayer qolish uchun munosib joy ekanligini biladi. Ko'rshapalak va delfinlar esa o'ljasini qayerdan osonroq tuta olishiga qarab joy tanlashadi. Bulutli kunlarda asalarilar o'zlar uchun ma'lum quyosh nurini hosil qila oladilar.

O'ylab ko'ringga, nega biz har doim atrofimizdagi narsalarni diqqat bilan kuzatamiz. Chunki bizning ko'zlarimiz shunga moslashgan.



Marining ko'zi
harakatlanishi bilan
proektordagi rasm ham
harakatlanish boshlaydi.
Mari qayerga qaramasin
tasvir ham shu tomonga

harakatlanadi.

Agar biz bunday qurilmani yon tomondan yuz orqali joylashtirsak, Mari nimani ko'rar ekan? Birinchidan, u to'liq manzarani ko'radi. Lekin bir necha soniyadan so'ng uning ko'rish tizimida charchoq kuzatiladi va narsalar boshqacha ko'rinish boshlaydi. Oz-ozdan tasvir yo'qola boshlaydi, birozdan so'ng tasvir to'liq yoki tanish bo'lak shaklida tiklanadi va keyin g'oyib bo'ladi¹⁴.

¹⁴ David G. Meyers Psychology, © 2010 by Worth Publishers 235-236 betlar

Sezgi psixik jarayonlarning boshlang'ich darajasi hisoblanadi. Faqat sezgi jarayoni orqali ma'lumotlar bizning ongimizga kirib keladi. Sezgi faqat "signallar" tizimi deb e'tirof etilsa xato bo'ladi. Ular narsalarning sub'yektiv xususiyatlarini ham aks ettiradilar. Sezgi tufayli bizda ob'yektiv dunyoning sub'yektiv obrazi paydo bo'ladi. Bu ob'yektiv dunyoning sub'yektiv obrazi insonga tashqi muhitga moslashish imkoniyatini beradi.

Sezgingning klassifikatsiyasi.

Sezgilarni 3 ta katta sinfga ajratish mumkin. Bular *eksterotseptiv* sezgilar (tashqi dunyodan kelayotgan sezgilar), *introtseptiv*(organizmdagi sezgilar), *propriotseptiv* sezgilar (harakatdagi organlar sezgisi)dir.

Ekstereoretseptiv sezgilar. Sezgilarning birinchi katta sinfi ko'p darajada tadqiq qilingandir, bular ekstereoretseptorlar hisoblanadi, ular tashqi dunyodagi signallari tizimidir.

Ekstereoretseptorlarning klassifikatsiyasida ikki xil tizim mavjud sistematik va genetik. Ekstereoretseptor sezgilarni shartli ravishda ikki turga ajratish mumkin. Kontakt sezgilar bu sezgilar bevosita aloqaga kirishadigan sezgilardir bular ta'm bilish, teri tuyish, hid bilish sezgisi hisoblanadi, distant sezgilar: bular ko'rish va eshitish sezgisi hisoblanadi.

Introtseptiv sezgilar. Hamma ichki organlarda tomir devorlari, oshqozon devorlarida sezuvchan to'qimalar joylashgan, ular har bir holatlarga javob beradilar, bu to'qimalardan biri esa bosimga javob beradi. Har qanday ichki organlarning holatlari boshqariladi bunda introtseptorlarning o'rni katta. Bu to'qimalarning qo'zg'alishi anglangan sezgilarni aniqligini ko'rsatmaydi. Sechenov ularni «qorong'u sezgilar» deb nomlab, tashqi dunyodan ajratuvchi deb atagan. Bu qorong'u sezgilar so'z orqali ifodalanmaydigan sezgilarni beradi. Ba'zi bir tadqiqotchilar komfort yoki diskomfort tushunchasini beradi deb e'tirof etishadi. Bu sezgilar emotsional xarakterga ega, bular organizmning holatlarini aks ettiradi.

Bu sezgilarning organizm uchun o'rni kattadir. Bu sezgilar mayl va ehtiyojlarni ham tug'diradi. Ochlik, chanqoq, havo yetishmasligi va boshqalar, bu sezgilar biologik mayl va ehtiyojlarning asosi deb hisoblanadi. Bizning qornimiz ochsa, ovqatlanamiz, chanqasak, chanqoqni qondiramiz. Bu sezgilarni murakkab reflektor jarayoni desak, mubolag'a bo'lmaydi, ularning natijasida esa ehtiyojlar qondiriladi.

Proprioreseptiv sezgilar. Introreseptiv sezgilar bilan bir qatorda boshqa sezgi organlari ham mavjud. Bu proprioreseptorlar tizimidir, ular harakat, muskul to'qimalari signallarini qabul qilish imkoniyatini beradi.

Bizning muskul, bo'g'in to'qimalarimizda sezuvchan nerv to'qimalari mavjud, ular bizning muskullarimiz haqidagi ma'lumotlarni beradi.

Ko'p vaqtlar davomida harakatni amalga oshirish uchun efferent harakat qo'zg'atuvchilarining o'zi kifoya qiladi, degan fikr mavjud edi. N.A. Bernshteyn umrining ko'p qismini harakatni o'rganishga bag'ishladi. uning tadqiqotlarida ko'rsatishicha harakat apparati murakkab tuzilgan, uni harakatga keltirish uchun efferent impulsning o'zi kifoya qilmaydi. Ixtiyoriy harakatni boshqarish uchun proprioretseptorlardan keluvchi afferent signallarni mustahkamlash kerak, bo'g'implarning harakatlari esa bevosita shu retseptorlarga bog'liqdir.

Interoreseptorlar ichki gemostazisning organi hisoblanadi, proprioreseptorlar tashqi gemostazisning organi hisoblanadi. Interoreseptorlar organizmdagi moddalar almashinuvini nazorat qiladi, proprioretseptorlar harakatlarni koordinatsiya qiladi va koordinatsiya apparatini nazorat qiladi.

Qanday qilib sezgi biz kutgan narsamizga, emotsiyalarmizga ta'sir etadi?

Hamma ko'rgan narsasiga ishonadi. Bizda kam bo'lsa-da to'liq ma'lumot bo'lsa, biz unga ko'proq ishonamiz. Tajribamiz, kutgan narsamiz bizni sezishimizni ta'minlaydi, yoki aqliy qobiliyatimiz sezgi hissimizga katta ta'sir ko'rsatadi. Odamlar o'spirinlarning o'ziga o'xshagan juftiga ularning ota-ona yoki bolasi bo'lishsa ularga ishonishadi. (Bressan & Dai Martello, 2002).

Jumladan, quyidagi rasmni biz qanday tasavvur qilishimiz mumkin? Ayolmi yoki saksafon chalayotgan insonmi? Rasmda ifodalangan ikkala tasvirga ketma-ket qarasak, biz ularning har ikkovini ham yaqqol tasvirini ko'rishimiz mumkin.



Har kuni sezgiga oid bir qator misollarga duch kelamiz. 1972-yilda Britaniya gazetalarining birida Shotlandiyadagi Loch Ness ko'lidagi mahluq haqida ma'lumotlar bosib chiqarilgan edi. Undagi bir surat yoki

tasvir olingan rasmlar ichidagi eng hayratlilaridan biri bo'lgan edi. Agar bu ma'lumot sizda ham ishonch hissini uyg'otgan bo'lsa demak, siz ham xuddi ko'plab mushtariylar singari 1-rasmda bu mahluqning rasmini ko'rishga musharraf bo'lasiz. 2-rasm: Ishontirish. Do'stingizga ikkala rasmini ham ko'rsating. Rasm markazini ko'rsatib o'rtada nimani ko'rayotganini so'rang agar do'stingiz bir qarashda ikkala rasmda saksafonchi va ayolning rasmini payqay olsa, demak bunda u o'z ishonchiga asoslangani aniq bo'ladi.

Sezgilarning turlari

Tevarak – atrofdagi narsa va hodisalarning insonga ta'sir etadigan belgi va xususiyatlari xilma – xil bo'lganligi sababli bu ta'sirotlarni aks ettiruvchi sezgi a'zolari ham turlicha bo'ladi (4-rasm).



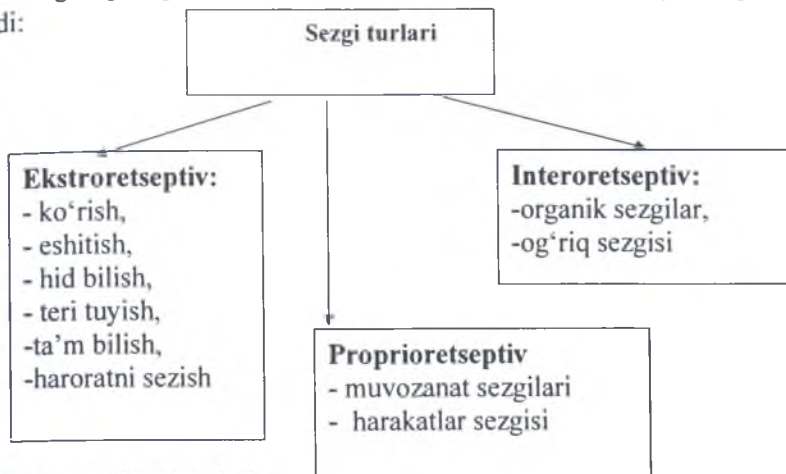
4-rasm. Sezgi a'zolari

Sezgi turlari. Mazkur analizatorga ta'sir ko'rsatayotgan qo'zg'atuvchining xarakteriga bog'liq ravishda sezgining alohida turlari ajratiladi. Avvalambor sezgining besh turidan tashkil topgan guruhni ajratib olish kerak. Bu guruhdagi sezgilar tashqi olamdagi predmet va hodisalarning hususiyatlarini aks ettiradi. Bu sezgi turlari:

- ko'rish sezgisi;
- eshitish sezgisi;
- hid bilish sezgisi;
- ta'm bilish sezgisi;
- teri tuyish sezgilari yu

Ikkinchi guruh organizmning holatini aks ettiruvchi sezgilar:
organik sezgilar;
muvozanat sezgisi;
harakat sezgilari.

Sezgilarni toifalarga ajratishga juda ko'p harakatlar qilingan. Lekin hozirgi vaqtda eng umumqabul qilingan sezgi toifalari ingliz fiziologi Ch.Sherringtonga tegishli. (11-sxema). U sezgilarni uchta asosiy toifaga ajratadi:



11-sxema. Sezgi turlari

1. Ekstroretseptiv sezgilar signalni tashqi muhitdan olinishini ta'minlaydi, retseptor tananing sirtqi qismida joylashadi. Quyidagi ekstroretseptiv sezgilar ajratiladi:

kontaktli (bevosita kontakt orqali): teri tuyish va ta'm bilish sezgilari; distantli (masofadan turib): ko'rish, eshitish, hid bilish sezgilari.

2. Interoretseptiv sezgilar tananing ichki jarayonlarining holati haqida signal beradi, retseptorlar tananing ichki a'zolarida joylashadi. Bular:

organik sezgilar;
og'riq sezgilari.

3. Proprioretseptiv sezgilar gavdaning fazodagi holati hamda harakatlari haqida ma'lumot beradi. Retseptorlar mushaklarda, qo'l va oyoqlarda joylashgan bo'ladi. Bular;

harakat sezgilari;
muvozanat sezgilari.

Rus psixologi A.R.Luriya interoretseptiv sezgilar bo'yicha tadqiqot ishlarini olib borgan. Uning fikriga ko'ra, interoretseptiv sezgilar asl, tub, ma'nodagi sezgilar emas, balki emotsiyalar bilan sezgilar o'rtasidagi

oraliq sezgilar sifatida namoyon bo'ladi. Psixologiya fanida mazkur sezgilar to'la o'rganilmaganligi sababli uni "noma'lum hislar" deb atagan. Bu asosan ichki organlarning xastaliklarida vujudga keluvchi holatlarni diagnostika qilishda alohida ahamiyat kasb etadi.

Interoretseptiv sezgilar insonning kayfiyatida, emotsional reaksiyalari o'zgarishida ko'zga tashlanadi, bolada esa xatti-harakatning keskin o'zgarishiga sabab bo'ladi. Chunki bola tana a'zolaridagi ichki holatini anglash, his qilish imkoniyatiga ega emas. Shuning uchun undagi xatti-harakatning umumiy o'zgarishi belgilaridan buni sezish mumkin.

Interoretseptiv sezgilar organizmdagi ichki jarayonlarni o'zaro o'rin almashish muvozanatini ta'minlab turishning asosi hisoblanadi. Bu jarayonni bir so'z bilan aytganda, organizmdagi jarayonlarni o'zaro o'rin almashib turishning gemostazi (barqarorligi) deb ataladi. Shuningdek, mazkur sezgilar insonda yuzaga keladigan puls, zo'riqish, affekt holatlarini yo'qotish, tug'ilib kelayotgan mayllarni qondirish bilan bog'liq vazifani bajaradi. Natijada ichki tana a'zolarining faoliyatini izdan chiqarish holati yuz berishi mumkin.

Interoretseptiv sezgilarning fiziologik mexanizmlari K.M.Bikov, V.N. Chernigovskiylar kabi olimlar tomonidan tadqiq etilgan. Ularning fikriga ko'ra, bu narsalarning barchasi shartli reflektor faoliyat mexanizmlaridan kelib chiqadi

Proprioretseptiv sezgilar gavdaning fazodagi holati to'g'risida signallar bilan ta'minlab turadi. Ular inson harakatini boshqaruvchisi va harakatning afferent asosi hisoblanadi.

Preferik retseptorlar muskullar, pay va bo'g'imlarda joylashgan bo'lib, maxsus tanachalar shakliga ega va ular Puchchini tanachalari deb ataladi.

Proprioretseptorlar A.Orbeli, P.K.Anoxin, N.A.Bernshteynlar tomonidan o'rganilgan.

Psixologik ma'lumotlarga ko'ra, gavdaning fazodagi holati sezgirligi statik sezgilarda o'z ifodasini topadi. Uning markazi ichki quloq kanallarida joylashgan bo'lib, ular o'zaro bir-biriga perpendikulyar bo'shliqda tutash holatda yotadi. Vestibulyar sezgi apparati ko'rish bilan bevosita aloqada bo'lib, fazoni mo'ljalga olish (orientirlash) jarayonida ishtirok etadi. Masalan, avtomobil yo'lidan o'tish va hokazo. Bu jarayon patologik holatda ham uchrashi mumkin.

Ekstretseptiv sezgilar intermodal, nospetsifik sezgi turkumlariga ham ajratiladi. Masalan, eshitish organi orqali 10-15 sekundga tebranishni sezish mumkin, lekin quloq bilan emas, balki suyaklar yordamida (miya

qopqog'i, tirsak, tizza uchlari) payqash – vibratsiya sezgilari deyiladi. Masalan, karlarni tovushlarni idrok qilishi. Odatda vibratsion sezgirlik intermodal sezgi deb ham nomlanadi. Uning quyidagi ko'rinishlari ham mavjud:

hid, ta'm va maza sezgilarida;

o'ta kuchli tovushda, o'ta yorqin yorug'likda;

uch xil ta'sirning uyg'unlashgan integrativ holatida.

Sezgining nospetsifik shakliga terining foto sezgirligi kirib, u ranglarni, qo'l uchlari bilan sezish orqali ro'yobga chiqadi. Terining foto sezgirligi A.N.Leontev tomonidan kashf qilingan bo'lib, bu narsa ko'pgina holatlarga oqilona yondashish imkoniyatini vujudga keltiradi. Tadqiqot asosan qo'l uchiga yashil va qizil ranglarni yuborish orqali amalga oshirilgan. Terining foto sezgirligi tabiati psixologiyada yetarli darajada o'rganilmagan.

Ko'rish sezgilari. Ko'rish sezgilari - yorug'lik nuri va turli ranglarni sezish – insonning tevarak olamni bilish jarayonida muhim rol o'ynaydi. Olimlarning fikriga ko'ra, tevarak olam haqidagi ma'lumotning 80-90 foizi miyaga ko'rish analizatori orqali boradi. Ko'rish sezgisi yordamida inson predmetlarning shakli va rangi, ularning katta va kichikligi, hajmi va uzoq yoki yaqinligini biladi. Ko'rish sezgisi insonga fazoda to'g'ri mo'ljal olish, harakatlarni to'g'rilashga yordam beradi. Ko'rish sezgilarining organi ko'zdir. Bu organ ko'z soqqasi bilan undan chiqayotgan ko'rish asablaridan iborat. Ko'z soqqasida uchta parda, ya'ni tashqi tomirli va to'r parda bor. Tashqi pardaning tiniqmas (oq) qismi sklera (qotgan yoki qattiq parda) deb ataladi. Tashqi pardaning oldingi birmuncha bo'rtgan qismi tiniq (miguz) parda deb ataladi.

Tashqi pardaning orqasida tomirli parda bor. Tomirli pardaning oldingi qismi rangdor parda deb ataladi. Rangdor pardaning rangiga qarab, insonlarni ko'k ko'z, qo'y ko'z, qora ko'z deb atashadi. Rangdor pardaning o'rtasida yumaloq teshik bor, qorachiq deb nomlangan ana shu teshikdan ko'zning ichiga yorug'lik nurlari o'tadi. Yorug'likning ozko'pligiga qarab, qorachiq kengayishi va torayishi mumkin. Ko'zning uchinchi pardasi-to'r parda bo'lib, u ko'z soqqasining deyarli butun ichki yuzasini qoplaydi. Qorachiq bilan rangdor pardaning orasida ikki tomoni qavariq, tiniq jism – ko'z gavhari turadi, yorug'lik nurlari ko'z gavharida sinadi va natijada to'r pardaga narsaning aksi (surati) tushadi. Xalqa shaklidagi ko'priksimon muskulning uzayishi va qisqarishi tufayli gavhar goh yassilanadi, goh qavaradi: narsa ko'zdan uzoqlashganda gavhar deyarli yassi bo'lib qoladi. Narsa ko'zga yaqinlashtirilganda esa gavhar

deyarli shar shakliga kiradi. Ko'z gavharida shunday xossa borligidan, yaqindagi narsalarning aksi ham, uzoqdagi narsalarning aksi ham gavhardan o'tib, aynan to'r pardaga tushadi. To'r parda rangni va yorug'likni sezish uchun o'ta muhim hisoblanadi. Ko'rish asabining tarmoqlari to'r pardaga joylashgandir. Bu tarmoqlarning chekka uchlarida maxsus asab hujayralari – shakli tayoqcha va kolbachaga o'xshagani uchun tayoqchalar va kolbachalar deb ataladigan hujayralar bo'ladi. Odam ko'zining to'r pardasida 130 millionga yaqin tayoqcha va 7 millionga yaqin kolbacha bor.

Kolbachalarning yorug'likka bo'lgan ta'siri kuchli emas. Kolbachalar yordami bilan biz faqat kunduzgi yorug'likni sezamiz. Xromatik ranglar kolbachalar yordami bilan ko'riladi. Xromatik ranglarga kamalak ranglari - qizil, zarg'aldoq, sariq, yashil, havo rang, ko'k, binafsha ranglari kiradi. Kolbachalar kunduzgi yorug'likda ko'rish yoki rangni ayirish apparati deb ataladi. Tayoqchalar esa, aksincha, yorug'likni yaxshi sezadigan bo'lib, eng xira yorug'likni ham seza oladi. Kechasi, ya'ni qorong'ulikda biz tayoqchalar yordami bilan ko'ramiz. Axromatik ranglar faqat tayoqchalar yordami bilan ko'riladi. Axromatik ranglar –oq, qora va xilma-xil kul ranglar kiradi. Shu sababli g'ira-shirada xromatik ranglar yaxshi bilinmaydi yoki butunlay bilinmaydi, natijada hamma narsalar bizga kulrang bo'lib ko'rinadi. To'r pardaning eng sezgir joyi – sariq dog'ning asosan kolbachalar bilan to'lgan markaziy chuqurchasidir. Nimaning aksi sariq dog'ga tushsa, o'sha narsa hamma narsadan ko'ra ravshanroq ko'rinadi. Biron narsaga tikilganimizda ko'z muskullarining yordami bilan ko'zimiz shunday buriladiki, natijada o'sha narsaning aksi albatta, har bir ko'zimizdagi to'r pardaning sariq dog'iga tushadi. Bunday ko'rishni to'g'ridan ko'rish deyiladi. Narsalar suratining sariq dog'dan tashqarida – to'r pardaning yon qismlarida aks etishi yondan ko'rish deb nomlanadi.

To'r pardaning bir joyida rangni va yorug'likni sezadigan tayoqchalar bilan kolbachalar mutlaqo yo'q. Bu – ko'ruv asabining ko'z soqqasidan chiqish joyidir. To'r pardaning ana shu joyi yorug'likdan ta'sirlanmaydi va ko'r dog' deb ataladi.

Odatda ko'r dog'ning borligini payqamaymiz, chunki, narsaning bir ko'zdagi ko'r dog'ga tushadigan tasviri ikkinchi ko'z to'r pardasining sezgir joyiga to'g'ri keladi.

Hozirgi zamon psixologiyasida ranglarni sezish yolg'iz to'r pardasidagi jarayonlar bilangina emas, balki miya po'stida yuzaga keladigan boshqa jarayonlar bilan ham bog'liq ekanligi to'g'risida

ma'lumotlar mavjuddir. Zamonaviy ma'lumotlarga binoan tayoqchalarda ko'rish purpuri degan maxsus modda borligi isbotlangan. Ko'zga yorug'lik ta'sir ko'rsatganda ko'rish purpuri kimyoviy yo'l bilan parchalanib, tarkibiy qismlarga bo'linadi va mazkur jarayon ko'rish asabini qo'zg'atib, yorug'lik sezgisini hosil qiladi va qorong'ulikda esa purpur funktsional holatini qayta tiklaydi.

Ko'rish sezgilaridagi maxsus hodisalar.

Ko'rish sezgilaridagi bir qancha maxsus hodisalar ko'rish organidagi apparatlarning holatiga bog'liqdir. Rang kontrasti, "shapko'rlik" (qorong'ida va tunda yaxshi ko'ra olmaslik) va "rang ajrata olmaslik" (rang turlarining farqiga bora olmaslik) shunday hodisalardan hisoblanadi.

Qizil rangli kvadratni bir varaq oq qog'oz usiga qo'yib tikilib qarasak, bir necha vaqtdan keyin shu kvadrat atrofida och havo rang hoshiyani, ya'ni qizil rangga qo'shimcha rangni ko'ramiz. Kontrast hodisasi ana shudir. Ushbu misolda qo'shimcha rang asosiy rang bilan bir vaqtda seziladi. Bu bir vaqtdagi kontrastdir. SHuningdek, izma-iz kontrast ham bo'ladi. Masalan, qizil doiraga uzoq vaqt qarab turib, keyin oq yuzga ko'z tashlansa och havo rang – sariq rangli doira, ya'ni qizil rangga qo'shimcha rang ko'ramiz. Izma– iz kontrast hodisasi ana shudir.

Rang kontrastining hosil bo'lishiga sabab, kishi uzoq qarab turganda kolbachalarning qizil rangni sezuvchi elementlari charchaydi. Natijada ularning sezuvchanligi kamayadi. Ayni vaqtda qo'shimcha rangni sezuvchi elementlar qo'zg'algancha qolaveradi, ularning sezuvchanligi kuchliroq bo'ladi. Shu sababli, ranglarning aralashish qonuniga muvofiq, qo'shimcha rang seziladi.

Ba'zi odamlar kechqurun va tunda xira ko'radi yoki butunlay ko'rmaydi. Bu hodisa "shapko'rlik" deyiladi. To'r pardadagi tayoqchalarning sust ishlashi yoki butunlay ishlamasligi bu hodisaga olib keladi.

Ba'zi bir insonlar ranglarni sira ajrata olmaydilar. Ular hamma ranglarni axromatik rangdek ko'radilar. Bu hodisa "rang ajratolmaslik" - xromatik ranglarni seza olmaslik va farq qila olmaslik hodisasidir. Statistika ma'lumotlariga qaraganda, ranglarni ajrata olmaslik hodisasi erkaklar orasida 4% , ayollar orasida 0,5% uchrar ekan. Qizil va yashil rangni ajrata olmaslik ko'proq uchraydi. Bu fanda daltonizm (bu fenomenni birinchi bo'lib tushuntirgan olim Dalton sharafiga) deyiladi.

Ranglarni ajrata olmaslikning vujudga kelishiga ko'zning to'r pardasidagi kolbachalarning ishlamasligi yoki qisman ishlashi sabab bo'ladi.

Eshitish sezgisi. Eshitish analizatorining qo'zg'atuvchilari tovush to'lqinlaridir. Havo tebranishi quloqqa kirganidan so'ng quloq pardasining tebranishiga olib keladi.

Eshitish sezgisi orqali odam har xil tovushlarni aks ettiradi. Barcha eshitish sezgilarini uch turga ajratish mumkin – nutq, musiqa tovushlari va shovqin. Musiqa tovushlari – ashula va musiqa asboblarining tovushlaridan iborat. Shovqinga motorning tovushini, yurib ketayotgan poezdning tovushini misol qilish mumkin. Kuchli va davomli shovqin odam ishchanlik qobiliyatining, eshitishining pasayishiga olib keladi.

Eshitish sezgisining xarakteristikasi ajratiladi. Eshitish sezgilari tovush to'lqinlari tebranishining takrorlanishiga bog'liq bo'lgan tovush balandligini, tovush to'lqinlari tebranishining shakliga bog'liq tembrni aks ettiradi. Odamlarning ovozlari, musiqa asboblarining tovushi turli tembr bilan farqlanadi.

Odamning qulog'i har qanday tovushlarni ham eshitavermaydi. U sekundiga 16 dan 20000 gacha bo'lgan tebranishga reaksiyani hosil qiladi. Eshitish analizatorining miyadagi qismi po'stloqning chakka qismiga joylashgan. Eshitish sezgisi ham ko'rish sezgisi kab inson hayotida muhim rol o'ynaydi. Eshitish sezgisiga odamning nutqi bog'liqdir. Lekin shunday bo'lsa ham, odam qulog'ining eshitish imkoniyati juda katta. Eshitish a'zosi xisoblangan quloq juda murakkab tuzilishga ega bo'lib, asosan uch qismdan iboratdir: a) tashqi quloq; b) o'rta quloq; v) ichki quloq.

Tashqi quloq – quloq suprasi bilan eshituv yo'lidan iborat. Tashqi quloq havo to'lqinlarini yig'uvchi karnay desa bo'ladi. Tashqi quloq bilan o'rta quloq o'rtasidagi parda nog'ora parda yoki quloq pardasi deb ataladi.

O'rta quloq – nog'ora parda va unga yopishgan uchta suyakcha: bolg'acha, sandon va uzangidan iborat. Nog'ora parda, shuningdek, unga yopishuvchi suyakchalar havo tebranishlarini ichki quloqqa o'tkazadi. O'rta quloq maxsus kanal yordami bilan og'iz bo'shlig'iga va burun bo'shlig'iga tutashgan.

Ichki quloq yoki quloq labirinti o'zaro birlashgan uchta bo'lakdan iborat. Ichki quloqning (u quloq dahlizi deyiladi) va pastki qismi chig'anoqdan iborat, ichki quloqning uch bo'limi endolimfa nomli maxsus suyuqlik bilan to'la. Havo to'lqinidan hosil bo'lgan qo'zg'alish ichki quloq orqali miyadagi eshitish markaziga olib boriladi va u yerda eshitish sezgisi hosil bo'ladi. Ichki quloqning asosiy qismi quloq chig'anog'idir. Ana shu quloq chig'anog'ining ichida kortiy organi degan qismi bor. Bu qism quloq chig'anog'ini yuqori tomondan berkitib turuvchi

tayoqchasimon hujayralardan iboratdir. Demak, har xil tebranishdagi havo to'liqlari ana shu kortiy organi orqali eshitish asablariga beriladi. Retseptorlarda hosil bo'lgan qo'zg'alish markazga intiluvchi (afferent) asab tolalari orqali bosh miya katta yarim sharlarining chakka qismiga, ya'ni eshitish markaziga olib boriladi va u yerda eshitish sezgisi hosil bo'ladi.

Hid bilish sezgisi. Hid bilish sezgisi orqali odam turli hidlarni aks ettiradi. Hid bilish sezgisining a'zosi burun bo'shlig'ining yuqori qismiga joylashgandir. Hid bilish analizatori uchun qo'zg'atuvchi bo'lib havo bilan burun sohasiga tushgan hidli narsalarning zarralari xizmat qiladi. Hid bilish retseptorlarida paydo bo'lgan qo'zg'alish markazga intiluvchi (afferent) asab tolalari orqali bosh miya katta yarim sharlarining hid bilish markaziga yetkaziladi va u yerda hid sezgisi hosil bo'ladi.

Hozirgi davrda hid bilish sezgisi odam uchun judayam muhim rol o'ynamaydi. Tadqiqotlarning ko'rsatishicha, itlarning hidlarga sezgirliги ming marotaba yuqori ekan.¹⁵ Lekin ko'rish va eshitish qobiliyatini yo'qotgan odam uchun hid bilish sezgisi muhim ahamiyat kasb etadi. Sog' odam ko'rish sezgisidan qanday foydalansa, ko'r odam hid bilish sezgisidan shunday foydalanadi: hidlar orqali tanish joylarni, tanish odamlarni tanib oladi.

Ta'm bilish sezgisi. Ta'm bilish sezgisi so'lak yoki suvda erigan moddalarning ta'm retseptoriga ta'sir ko'rsatishi natijasida paydo bo'ladi. Ta'm bilish retseptorlari tilning usti va yon qismlarida, tanglayda joylashgan bo'ladi. Ta'm bilish sezgilari asosan to'rt xil ta'mni: shirin, achchiq, nordon, sho'rni his qiladi. Boshqa ta'mlar esa bu ta'mlarning ma'lum mutanosiblikda qo'shilishidan hosil bo'ladi.

Teri sezgilari. Teri sezgilarining ikki turi ajratiladi – taktil sezgilar (biror narsaning tekkanini sezish) va harorat sezgisi (issiq yoki sovuqni sezish). Teri sezgilarining retseptorlari butun tananing yuzasiga joylashgan. Lekin terining turli qo'zg'atuvchilarga ta'sirchanligi turlichadir. Biror narsaning tekkanini sezuvchi retseptorlar barmoqlarning uchlarida va til uchlarida ko'proq joylashgan. Kurak, orqa tomonning sezuvchanligi past. Issiq va sovuqqa tananing kiyim bilan yopilgan qismi sezuvchanroqdir.

Tana yuzasida havo tebranishi sababli paydo bo'ladigan vibratsiya sezgisi teri sezgilarining o'ziga xos turidir. U sog'lom odamda zaif rivojlangan bo'ladi. Lekin ko'rish va eshitish qobiliyatini yo'qotgan

¹⁵ Psixologiya Uchebnik dlya gumanitarnyx vuzov pod Red.V.N.Drujinina S.-Pt.,2001g str 128

odamlarda yaxshigina rivojlanib, ularning fazoda mo'ljal olishiga yordam beradi. Vibratsiya sezgisi orqali ular transportning yaqinlashayotganini, eshikning taqillaganini, musiqani his etadilar.

Endi biz organizmning ichki muhitdan keladigan ta'sirotlarni aks ettiruvchi sezgilar bilan tanishib chiqamiz.

Organik sezgilar. Organik sezgilar yordamida inson qorni ochligini, tashnalikni, ko'ngil ozishni, nafas yetishmasligini his etadi. Barcha tana a'zolari sog'lom bo'lib, normada ishlasa sezgilar birlashib insonning umumiy tetikligini aks ettiruvchi sezgiga aylanadi.

Muvozanat sezgisi. Muvozanat sezgisining a'zosi – boshning harakati va holati haqida xabar beruvchi ichki quloqning vestibulyar apparatidir. Muvozanat a'zosining kuchli qo'zg'alishi vaqtida ko'ngil aynishi kuzatiladi (kemada kuzatiladigan dengiz kasali). Lekin muntazam qilinadigan mashqlar muvozanat a'zolarining barqarorligini yaxshigina oshiradi.

Harakat sezgilari. Harakat yoki kinestetik sezgilar tana qismlarining harakati va holatini sezishga yordam beradi. Harakat analizatorining retseptorlari mushaklarda, paylarda va bo'g'imlarda joylashgan bo'ladi. Harakat sezgilari mushaklarning qisqarishi, tana qismlarining holati, masalan, qo'lning qanchalik bukilganligi, haqida signal beradi.

Tuyish sezgilari. Tuyish sezgilari teri va harakat sezgilarining birligidan hosil bo'ladi. Tuyish sezgisi aniq harakatlarni talab etadigan kasblar uchun juda muhimdir. Bola tuyish sezgisi orqali olamni o'rganadi.

Ko'rish sezgisini yo'qotgan insonlar uchun tuyish sezgisi juda muhimdir. Mashqlar yordamida u juda takomillashishi mumkin.

Og'riq sezgisi. Og'riq sezgisi turli tabiatga ega. Birinchidan, terining ustida, ichki a'zolarida va mushaklarda joylashgan maxsus retseptorlar (og'riqni sezadigan) mavjud. Teri, mushak, ichki a'zolarining kasalliklari mexanik og'riq beradi. Ikkinchidan, biror bir analizatorga juda kuchli qo'zg'atuvchi ta'sir ko'rsatganda ham og'riq sezgisi hosil bo'ladi. Yorqin nur, haddan ortiq baland tovush, kuchli sovuq va issiqlik, o'tkir hid og'riqli sezgini hosil qiladi. Og'riq sezgisi juda yoqimsiz, lekin ular organizmdagi noxush holat haqida ma'lumot beradigan bizning ishonchli qo'riqchimizdir. Agar og'riq bo'lmaganida inson jiddiy jarohatlarni sezmagani bo'lar edi. Og'riqni sezmaslik insonda kamdan-kam uchraydigan va inson uchun noxushliklarni olib keladigan hodisadir.

Sezgilarining umumiy qonuniyatlari

Sezgi chegaralari va analizatorlarning sezgirligi.

O'ylab ko'rganmisiz nima uchun inson qo'lga qo'ngan changni sezmaydi? Nima uchun chumolining yurganini eshitmaydi? CHunki hamma qo'zg'atuvchilar ham sezgini hosil qilavermaydi. Sezgi hosil bo'lishi uchun qo'zg'atuvchi muayyan kuchga ega bo'lishi kerak. Judayam kuchsiz qo'zg'atuvchilar sezgini hosil qila olmaydi. Qo'zg'alishning salgina sezila boshlagan darajasi sezgining absolyut chegarasi deyiladi. Agar shu qo'zg'alish kuchi salgina susaytirilsa ham sezgi yo'qoladi. Sezgi hosil qilmaydigan kuchsiz qo'zg'alishlar sezgi chegarasidan pastda turuvchi qo'zg'alishlar deb ataladi. Ular inson tomonidan anglanmaydi.

Ba'zan analizatorlarning sezgirligini, ularning kuchsiz qo'zg'atuvchilarni seza olish qobiliyatini baholash zarurati tug'iladi. Buning uchun mazkur analizatorning absolyut sezgirligi tushunchasi qo'llaniladi. Analizator qanchalik kuchsiz qo'zg'atuvchini seza olsa, uning sezuvchanligi shunchalik yuqori bo'ladi. Demak, sezgining absolyut chegarasi qanchalik past bo'lsa, absolyut sezgirlik shunchalik yuqori bo'ladi.

Yaxshi va qulay sharoitda analizatorning sezgirligi juda yuqori bo'lishi mumkin. Agar atmosfera toza bo'lganda normadagi insonning ko'zi qorong'ulikda 27 km. masofadagi yonayotgan shamni sezish qobiliyatiga ega ekan.

Hid bilish a'zosi yana ham sezgir. Inson muskusning hidini (o'tkir hidli modda) bir litr havoda 1/ 100 000 000 nisbatda bo'lsa ham sezishi mumkin. Bunday kam miqdordagi moddani hech qanday kimyoviy tahlil ko'rsata olmaydi.

Analizatorning yana bir xarakteristikasi mavjud. Bu uning qo'zg'atuvchi kuchidagi o'zgarishni sezish xususiyati. Qo'zg'atuvchilar ta'siri o'rtasidagi sezilar-sezilmas farqni sezish farqlash chegarasi deyiladi. Farqlash chegarasi deb inson sezishi uchun qo'zg'atuvchi kuchini qanchaga oshirish kerakligini ko'rsatuvchi nisbiy ko'rsatkichga aytiladi.

Nemis fiziologi Veber insonning chap va o'ng qo'ldagi yukning qaysi biri og'irligini topish qobiliyatini tekshirish davomida farqlash sezgirligining nisbiyligini aniqlagan. Ko'z analizatori uchun bu ko'rsatkich 1/100 tashkil etadi, eshitish analizatori uchun 1/10. Masalan zalning dastlabki yorug'ligi 1000 Vt bo'lsa 10 Vt qo'shilganda inson yorug'likning o'zgariganini sezadi. Agar 100 kishidan iborat xorga 7-8 kishi qo'shilsa o'zgarish sezilmaydi. O'zgarish sezilishi uchun 10 kishi qo'shilishi kerak.

Veberning tadqiqotlariga asoslanib nemis fizigi G.T.Fexner sezgining jadalligi qo'zg'atuvchining kuchiga bog'liqligini aniqlagan. G. Fexner juda kuchsiz va o'ta kuchli ta'sirlar ostida nisbiy chegaralar o'z ahamiyatini yo'qotishini aniqlagan. SHuningdek, u qo'zg'atuvchining kuchi geometrik progressiya asosida oshib borishi bilan sezgi jadalligi arifmetik progressiya asosida oshishini aniqladi. Sezuvchanlik ham farqlash chegarasi o'lchamiga nisbatan teskari bog'liqlikda bo'ladi: farqlash chegarasi qanchalik katta bo'lsa, sezuvchanlik shunchalik kichik bo'ladi.

Veber – Fexnerning psixofizik qonuni: sezgining jadalligi qo'zg'atuvchining kuchiga proporsionaldir.

Sezgining quyidagi asosiy xususiyatlari ajratiladi:

sifat - sezgining turi va o'ziga xos xususiyati. Masalan, eshitish sezgisi ovoznning tembri, balandligi bilan ajralib turadi, ko'rish sezgilar yo'qinligi bilan;

qo'zg'atuvchining kuchiga bog'liq bo'lgan miqdor xarakteristikasi. Masalan, tumov odamning hidlarni idrok qilish darajasi pasayadi;

davomiyligi–sezgi organlarining funktsional holati, qo'zg'atuvchining harakatlanish vaqti va retseptorning funktsional holati bilan belgilanadigan vaqt xarakteristikasi. Qo'zg'atuvchi sezgi organlariga ta'sir ko'rsatganida sezgi darhol hosil bo'lmasdan, bir oz vaqt o'tib hosil bo'ladi. Masalan, ta'm sezgisi 50 ms dan keyin, og'riq sezgisi 370 ms. dan keyin.

fazoviy lokallashuvi – qo'zg'atuvchining fazodagi lokallashuvi haqidagi ma'lumot. Ba'zi holatlarda sezgilar qo'zg'atuvchi ta'sir ko'rsatayotgan tana qismi bilan bog'lanadi, masalan, ta'm sezgilari.

Sezgilar adaptatsiya, sensibilizatsiya va sinesteziya hodisalari

Sezgilar chegarasining absolyut me'yori bilan belgilanadigan analizatorlarning sezgirligi barqaror bo'lmasdan bir qancha fiziologik va psixologik shart-sharoitlar ta'sirida o'zgarib turadi. Ushbu shart-sharoitlar orasida adaptatsiya (moslashish) hodisasi alohida o'rin tutadi.

Adaptatsiya (lot. adaptatio –moslanmoq, sozlanmoq) – bu analizatorlarning ta'sir ko'rsatayotgan qo'zg'atuvchiga moslashishi natijasida sezgirligining o'zgarishidir.

Adaptatsiya hodisasi analizatorlarning markaziy qismlari, xususan, asab markazlaridagi qo'zg'alishning o'zgarishi bilan bog'liq. Qo'zg'atuvchi uzoq vaqt davomida ta'sir ko'rsatsa, bosh miya po'stlog'i tormozlanish, sezgirlikni pasayishi bilan javob beradi. Tormozlanish boshqa markazlarning kuchayishiga olib kelib, yangi sharoitda

sezgirlikning oshishiga yordam beradi. Umuman olganda adaptatsiya organizmni muhitning yangi sharoitlariga moslashuvidagi egiluvchanligini ko'rsatuvchi muhim jarayondir.

Bu yerda qonuniyat quyidagicha: kuchli ta'sirotdan kuchsiz ta'sirotda o'tganda sezgirlik ortib boradi, kuchsiz ta'sirotdan kuchliga o'tilganda sezgirlik kamayib boradi. Adaptatsiya hodisasida sezgirlik ortish tomoniga ham, kamayish tomoniga ham o'zgarishi mumkin. Gap shundaki, agar qo'zg'atuvchi kuchli bo'lsa, bu yerda sezuvchanlik kerak emas, agar kuchsiz bo'lsa, ularni sezib olish uchun yuqori sezuvchanlik talab etiladi.

Bu hodisaning uch xil turini ko'rsatib o'tish mumkin:

1. Qo'zg'atuvchining uzoq muddat davomida ta'sir etishi natijasida sezgining yo'qolishi. Masalan, terining ustiga qo'yilgan yengilgina yuk bir ozdan so'ng sezilmaydigan bo'lib qolishi.

2. Kuchli qo'zg'atuvchining ta'siri ostida sezgining zaiflashib qolishi. Masalan, ko'pchilik uchun harorat adaptatsiyasi tanish. Daryoga suvga tushgan odamning dastlab sovuqdan eti junjikadi, lekin bir ozdan so'ng suvning sovuqligi sezilmay qoladi. Xonadagi o'tkir yodning hidi bir ozdan so'ng sezilmay qoladi.

3. Kuchsiz qo'zg'atuvchining ta'siri ostida sezgirlikning ortishi. Ko'rish analizatoriga nisbatan buni qorong'ulik adaptatsiyasi ham deyiladi. Bunda qorong'ulikda uzoq vaqt bo'lishlik natijasida ko'zning sezuvchanligi ortib boradi.

Sensibilizatsiya.

Bizning barcha analizatorlarimiz bir-biriga ta'sir ko'rsatish xususiyatiga ega. Sezgililar o'zaro ta'sir ko'rsatganda sezgirlik ikki qarama-qarshi jarayonda, sezgirlikning ortishi va kamayishida namoyon bo'ladi. Kuchsiz qo'zg'atuvchilar analizatorlarning sezgirlikni orttiradi, kuchlilari esa sezgirlikni pasaytiradi. Masalan, ko'rish sezgirlikni sokin musiqa bilan oshirish mumkin. Kuchsiz ko'rish qo'zg'atuvchilari eshitish sezgirlikni oshiradi.

Analizatorlarning o'zaro munosabati va mashq qilish natijasida sezuvchanlikning ortib borishi sensibilizatsiya deyiladi. Sezgi organlarining sensibilizatsiya hodisasi uzoq vaqt davomida maxsus kasb bilan shug'ullangan odamlarda kuzatiladi. Mahoratli uchuvchilar dvigatel motorini bir minutda necha marta aylanayotganini farqlab beradi.

Analizatorlarning markaziy bo'limlari joylashgan bosh miya po'stlog'ida qo'zg'alishning irradiatsiyalashuvi (tarqalishi) va kontsentratsiyalashuvi (to'planishi) jarayonlari sezgililar o'zaro

munosabatlarining fiziologik mexanizmi bo'lib hisoblanadi. I.P.Pavlovning fikriga ko'ra, kuchsiz qo'zg'atuvchi katta yarim sharlar po'stlog'ida osongina tarqaladigan qo'zg'alish jarayonini hosil qiladi. Qo'zg'alish jarayonining tarqalishi (irradiatsiyalashuvi) natijasida boshqa analizatorning sezuvchanligi oshadi. Kuchli qo'zg'atuvchi ta'sir qilganda qo'zg'alishning aksincha to'planish xususiyatiga ega bo'lgan jarayoni yuzaga keladi. O'zaro induksiya qonuniga binoan bu markaziy bo'limlarda boshqa analizatorlarning tormozlanishiga va ular sezuvchanligining susayib ketishiga olib keladi.

Sinesteziya. Sezgilarning o'zaro munosabati sinesteziya hodisasida ham kuzatiladi. *Sinesteziya – bu bir analizatorning qo'zg'alishi natijasida boshqa analizatorga xos bo'lgan sezgining hosil bo'lishidir.* Sinesteziya sezgilarning har xil turlarida kuzatiladi. Tovush qo'zg'atuvchilari ta'sir qilganda ba'zi bir insonlarda ko'rish obrazlari paydo bo'lganida qo'pincha ko'rish-eshitish sinesteziyasi uchraydi. Har xil odamlarda bu sinesteziyalarda muvofiqlik bo'lmaydi, lekin ular ayrim insonlar uchun turg'un bo'lib hisoblanadi. Ayrim bastakorlarda (N.A. Rimskiy-Korsakov, A.N.Skryabin va boshq.) “rangni eshitish” qobiliyati bo'lgan ekan. Litvalik rassom M.K Chyurlyonising ijodida ham bu xildagi sinesteziyaning yorqin namunasini ko'rish mumkin edi.

Inson hayoti faoliyati davomida biror bir analizatorning faoliyati sust yoki umuman bo'lmaganida boshqa analizatorlarning faoliyati kuchayishi kuzatilgan. Jumladan, ko'zi ojiz odamlarda teri-tuyish yoki eshituv analizatori faoliyatining kuchli ishlashi (ko'zi ojizlarning pulni aniq farqlay olishi yoki musiqani teran anglash xususiyatlari).

Sezgining rivojlanishi

Sezgililar inson tug'ilgan zahoti rivojlana boshlaydi. Insonda sezgi rivojlanishi harakat tizimining rivojlanishidan oldinda bo'ladi. Mushukning bolalari onasidan ketib qolmasligi uchun ko'r bo'lib tug'iladi, qushlarda onaga bog'lovchi inprinting mexanizmi yorqin rivojlangan. Bolada esa bunday mexanizmlar yo'q, uning xatti-harakati sensorikaning nazorati ostida quriladi.

Bola tug'ilganida uning teri sezgirligi yaxshi rivojlangan bo'ladi. Bola tug'ilganida ona tanasining harorati bilan havoning haroratini farq qilishi tufayli titray boshlaydi. Lablar bilan og'iz sohasi sezgir bo'ladi. Bolaning ta'm sezgirligi ham rivojlangan bo'lib, ona sutini shirin suvdan ajrata oladi. Bolaning hid bilish sezgisi ham yaxshi rivojlangan bo'ladi. Onasini sutining hididan taniy boshlaydi. Lekin ovqatlanish bilan bog'liq bo'lmagan hid bilish sezgirligi uzoq rivojlanadi. Ko'rish va eshitish

sezgirliги murakkab rivojlanish yo'lini bosib o'tadi. Bola o'z harakatlarini ikkinchi oydan boshqara boshlaydi. To'rtinchi oydan yangi predmetlarni ko'proq tomosha qiladi. Besh oylik bo'lganda ranglarni farqlay boshlaydilar. Shundan so'ng yorqin predmetlarga ko'proq qaray boshlaydilar.

Taktil sezgilar rivojlanadi. Bu sezgi narsalarni ushlab olish va ularni tadqiq etishda juda muhim.

Bolaning birinchi yarim yilida sensor mexanizmlarning jadal rivojlanishi ro'y beradi.

Boshqa sezgirlik turlariga nisbatan aytish mumkinki, absolyut sezgirlik hayotning birinchi yilidayoq yuqori rivojlanish darajasiga erishadi.

Sezgilarning rivojlanishi turli odamlarda turlichadir. Bu ko'proq irsiy omillarga bog'liq. Sezgilarning rivojlanishi mashqlar, masalan, musiqa bilan shug'ullanish, rasm chizish orqali amalga oshadi.

Mavzuni mustahkamlash va nazorat uchun savollar

1. Diqqat nima, uning belgilari nimalardan iborat?
2. Diqqat asosida qanday fiziologiya asoslari yotadi?
3. Diqqatning asosiy psixologik nazariyalari xususiyatlarini gapirib bering.
4. Diqqatning qanday vazifalari va turlarini bilasiz?
5. Diqqatning asosiy xossalari xususiyatlarini gapirib bering.
6. Ixtiyoriy diqqat ixtiyorsiz diqqatdan nimasi bilan farq qiladi?
7. Bolada diqqatning rivojlanishi haqida gapirib bering.
8. Inson hayotida sezgilar qanday o'rin egallaydi?
9. Sezgi nima va uning asosiy belgilari nimalardan iborat?
10. Sezgilarning fiziologik mexanizmi nimadan iborat?
11. Analizator qanday qismlardan iborat?
12. Sezgilarning qanday konsepsiyalari va nazariyalarini bilasiz?
13. Sezgilarning qanday tasniflarini bilasiz?
14. Sezgilar qanday psixofiziologik qonuniyatlarga bo'ysunadi?
15. Sensor moslashuvchanlik haqida gapirib bering.
16. Sensibilizatsiya nima?
17. Sinesteziya nima?

V -MAVZU. IDROK VA XAYOL

Tayanch tushunchalar: idrok, kuzatuvchanlik, appersepsiya, psixofizika, xayol, agglyutinatsiya, giperbolizatsiya, urg'u berish.

5.1. Idrok haqida umumiy tushuncha.

“Sezgi” va “idrok” tushunchlari o'zaro bir-biri bilan bog'liq hodisalardir. Ular bir-biridan tubdan farq qiladi. Predmetning turli xususiyatlarini aks ettirayotgan sezgilar birgalikda idrokni hosil qiladi. Idrokni sezgilar yig'indisi deyish mumkin. Lekin bu jarayonni faqat sezgilarning oddiy jamlanmasidagina iborat deb fikr yuritish noto'g'ri.

Tajriba o'tkazish mumkin. Tekshiriluvchining ko'zini bog'lab, oldiga turli predmetlar qo'yiladi. Dastlab predmetga tegishi va nimani his etayotgani so'raladi. So'ngra qanday predmet ekanligini aytish so'raladi. Javoblar olingach, predmetni qo'lga olib nima ekanligini topish vazifasi beriladi. Harakatning faolligi butun predmet haqidagi tasavvurni beradi. Idrok natijasida insonda tevarak olam va predmet haqida yaxlit obraz paydo bo'ladi.

Idrok – bu tevarak olamdagi hodisa va predmetlarni insonning sezgi a'zolariga bevosita ta'sir ko'rsatishi natijasida ongda yaxlit holda aks etishidir.

Idrokning asosida analizatorlararo aloqalar yotadi. Masalan, “limon” so'zi talaffuz qilinganda ko'rish analizatorining ishi bo'lgan shakli, rangi, ta'm bilish analizatorining ishi bo'lgan mazasini tasavvur qila olamiz.

Idrok murakkab jarayon bo'lib, mazkur vaqtda insonga nima ta'sir ko'rsatayotganini bilishga yo'naltirilgan jarayondir. Har bir predmet murakkab butunlik va u juda ko'p xossalarga ega. Predmet yaxlit holda idrok etilar ekan, shu bilan birga uning alohida xususiyatlari ham idrok qilinadi. Bu ikki tomon bir-biri bilan mustahkam bog'langan: yaxlitning idrok qilinishi uning qism va xususiyatlarni idrok qilish bilan muvofiqlashgan. Bir vaqtning o'zida uning o'zi ham ularning idrok qilinishiga ta'sir ko'rsatadi. Predmetning biror - bir qismi bo'lmasligi mumkin yoki yaxshi idrok etilmayotgan bo'lishi mumkin. Lekin biz predmetni nima ekanligini anglaymiz. Chunki har bir predmet o'zining belgilariga ega.

Maqsadga yo'naltirilgan idrok jarayoni quyidagi harakatlardan tashkil topgan: - ob'ektni izlash; - uning eng xarakterli belgilarini ajratib olish; - ob'ektni tanish, ya'ni uni u yoki bu ob'ektlar yoki hodisalar toifasiga kiritish.

Psixofiziologlarning tadqiqotlariga ko'ra, idrok murakkab tahliliy jarayondir. Idrok qilish jarayonida harakatli tarkibiy qismlar ishtirok etadi. Bular aniq predmetlarni idrok qilishda ularni ushlab ko'rish va ko'zlar harakati; ta'mni idrok qilishda til harakatlari va boshqalardir.

Idrok qilishda u yoki bu predmetni idrok qilish istagi, uni idrok qilishning zarurligi, yaxshiroq idrok qilishga yo'naltirilgan intilish muhim ahamiyatga egadir. Bu jarayonda insonning diqqati va yo'nalganligi ham ishtirok etadi.

Insonning idrok qilish jarayoniga bo'lgan munosabati bu jarayon uchun katta ahamiyatga ega. Predmet inson uchun qiziqarli yoki ahamiyatsiz bo'lgani uchun, u odamda turli his-tuyg'ularni uyg'otishi mumkin. Inson uchun qiziqarli bo'lgan predmetlar faol idrok etilishi va, aksincha, ahamiyatsiz bo'lgan predmetlar sezilmasligi mumkin.

Demak, idrok – bu insonga ta'sir ko'rsatayotgan predmet yoki hodisani bilishga yo'naltirilgan murakkab jarayondir.

5.2. Idrokning fiziologik asoslari.

Idrokning fiziologik asosi bo'lib his-tuyg'u organlari, asab tolalari va markaziy asab tizimida ro'y beradigan jarayonlar xizmat qiladi. Asab qo'zg'alishi retseptordan his-tuyg'u organlaridagi asab tugunlarining markaziy proektsiyasidan iborat bo'lgan po'stloqning sensor sohasiga o'tkaziladi. Proektsiya sohasi qaysi organ bilan bog'langanligiga ko'ra, ma'lum sensor axborot shakllanadi.

Idrokning fiziologik asosi, uning harakat faoliyati, emotsional kechinmalar, tafakkur jarayonlari bilan uzviy bog'langandir. Tashqi qo'zg'atuvchilar ta'sirida paydo bo'lgan asab qo'zg'alishlari asab markazlariga o'tadi, bunda ular po'stloq sohasidagi boshqa asab qo'zg'alishlari bilan o'zaro ta'sirga kirishadi va po'stloqning ma'lum bir sohasini qamrab oladi. O'zaro ta'sirga kirishgan va po'stloqning muayyan sohaslarini qamrab olgan bunday qo'zg'alishlar to'ri idrokning fiziologik asosi hisoblanadi.

Idrok sezgi bilan mustahkam bog'liq bo'lganligi uchun, u ham reflektor jarayon. I.P.Pavlov idrokning asosida shartli reflekslar yaratishini aytib o'tgan.

Idrok sezgilarga nisbatan murakkabroq jarayondir. U miyaning ancha yuksak darajadagi tahlil qilish va umumlashtirish faoliyati hisoblanadi. Chunki, tahlil faoliyati amalga oshirilmasa anglangan idrok vujudga kelmagan bo'lar edi. Idrok jarayonida tahlil bilan birgalikda sintez ham

ishtirok etadi. Miya po'stlog'idagi muvaqqat asab bog'lanishlarining o'rnatilishi sintezning negizini tashkil etadi.

Idrok jarayonini ta'minlovchi muvaqqat asab bog'lanishlarini analizatorlar o'rtasida va bir analizator chegarasida hosil bo'ladigan ikki turga ajratish mumkin. Birinchi turdagi muvaqqat asab bog'lanishlari organizmga bir modallikka ega bo'lgan ko'p tomonli qo'zg'atuvchining ta'sir etishida alohida o'rin egallaydi. Masalan, bunday qo'zg'atuvchi sifatida eshitish analizatoriga ta'sir ko'rsatuvchi alohida tovushlarning o'ziga xos uyg'unligidan iborat bo'lgan musiqa xizmat qilish mumkin. Bu to'plam yagona murakkab qo'zg'atuvchi sifatida ta'sir ko'rsatadi. Bunda asab aloqalari faqat qo'zg'atuvchining o'ziga nisbatan emas, balki, ularning vaqtinchalik, fazoviy va shu kabi munosabatlariga nisbatan ham hosil bo'ladi. Natijada katta yarim sharlar po'stlog'ida integratsiyalash (birikish jaryoni) yoki murakkab sintez jarayoni sodir bo'ladi.¹⁶

Ko'p tomonli qo'zg'atuvchi ta'sirida hosil bo'ladigan asab aloqalarining ikkinchi turi – bu turli analizatorlar chegarasidagi aloqalardir. Bunday aloqalarning paydo bo'lishini I.M. Sechenov assotsiatsiyalarning mavjudligi bilan tushuntirgan. Odamda, bu assotsiatsiyalar, eshitilgan so'zning obrazi bilan birgalikda kuzatiladi, bunda idrok yaxlitlik xususiyatiga ega bo'ladi.

5.3. Idrok jarayonining qonuniyatlari.

Idrokning asosiy xususiyatlaridan biri uning predmetliligidir. Predmetlilik bilish jarayonlarining shakllanishida muhim rol o'ynaydi. Predmetlilik ob'ektning fazo va vaqtda alohida jismoniy jism sifatida yakka o'zi idrok etilishida namoyon bo'ladi.

Inson tomonidan kuzatilayotgan voqelik ikki teng bo'lmagan qismga bo'linadi: biri - predmet. U aniq, konkret va uni ko'rish, eshitish mumkin. Ikkinchisi – fon, predmetning ortida joylashgan noaniq umumiy narsa bo'lib, aniq ob'ektni ajratishga yordam beradi. Bu xususiyat figuraning fondan ajratish fenomenida kuzatiladi. Bu fenomenni tushunishga bolalar psixologi E.Rubinning figuralari yordam beradi. (5-rasm).

Predmetli idrokda tuyish va harakat muhim ahamiyatga ega. B.G.Ananov bir hodisa haqida aytib o'tgan: kontuziya natijasida bir odamning bosh miyasi shikastlangan, ko'z soqqasi umuman harakat qilmay qo'ygan, ko'rish idroki predmetli aks ettirishni ta'minlamay qo'ygan.

¹⁶ Psychology David G. Myers Hope College Holland, Michigan 295 p

Idrokning yana bir xususiyati uning yaxlitligidir. Yaxlitlik – turli sezgilar ko‘rinishida olinadigan predmetning alohida xususiyatlari va sifatleri asosida predmetning yaxlit obrazini yaratishdir (6-rasm).



5-rasm. Vaza va odamlar

Yaxlitlikni tahlil qilishda ikkita o‘zaro bog‘liq jihatlar ajratiladi:

- 1) turli elementlarning bir butun, yaxlit bo‘lib birlashishi;
- 2) shakllantirilgan butunlikning, yaxlitning element sifatlaridan mustaqil bo‘lishi. SHu bilan bir qatorda butunning idrok qilinishi qismlarning idrok qilinishiga ta’sir ko‘rsatadi.



6-rasm. Qismlar va butunning idrok qilinishi

Butunning uni tashkil qiluvchi qismlardan mustaqilligi butun tuzilmaning qismlardan ustunligida namoyon bo‘ladi.

Yuqoridagilardan kelib chiqib, shaxsning idrok qilish jarayoniga xos bo‘lgan bir nechta qonuniyatlarni ko‘rib chiqamiz:

A. Figura va fonning ilgarigi harakatga bog‘liqligi qonuni. Bu qonunning ma’nosi: odam ilgarigi tajribasida bo‘lgan, bevosita to‘qnash

kelgan, tanish narsalarni idrok qilishga moyil bo'ladi. Agar biror predmetni u ilgari figura sifatida idrok qilgan bo'lsa, demak keyingi safar ham uni aynan figuraday idrok qiladi, agar fon bo'lgan bo'lsa, tabiiy fondagi qabul qiladi. Masalan, boshqa mamlakatga borgan inson atrofdagi odamlar orasidan o'z mamlakatining milliy libosidagi odamni tez ajratib oladi. Boshqa kiyimdagi odamlar u inson uchun fon hisoblanadi.

B. Idrokning konstantligi ("constanta" -so'zidan olingan bo'lib, o'zgarmas doimiy) qonuni. Bu qonun ma'lum ma'noda oldingisiga bog'liq. Ya'ni bunda ham ilgari tajriba katta rol o'ynaydi. Ma'nosi: odam o'ziga tanish bo'lgan narsalarni o'sha xossa va xususiyatlar bilan o'zgarishsiz idrok qilishga moyildir. Insonning sezgi organlariga kelayotgan signallar doim o'zgarib turishiga qaramasdan, biz ularning shakli, rangi, katta-kichikligini o'zgarmas doimiy deb idrok qilamiz. Predmetning ko'z to'rt pardasidagi proektsiyasining razmeri predmet bilan ko'z va ko'rish burchagi orasidagi masofaga bog'liq, lekin insonga, masofadan qat'iy nazar, predmetlarning hajmi o'zgarimgandek tuyiladi. Tanish predmetning rangi, tanish ob'ektning shakli kuzatish sharoitidan qat'iy nazar doim bir xil idrok qilinadi. Masalan, samolyot ichida o'tirib yerga qaraganda avtomobil yo'llari, ularda harakat qilayotgan mashinalar kichkina ko'rinadi, lekin ular kichik tarzda idrok qilinmaydi.

Bu o'rinda bir etnografning Afrikadagi kuzatishi xarakterli. U kunlarning birida pigmeylar deb ataluvchi qabila vakillaridan biri bilan quyuq o'rmondan chiqqan (bu qabilaning umri quyuq o'rmonda o'tadi). Ro'parada yaylovda sonsiz mollar podasi o'tlab yurgan bo'lgan. Etnograf ularni oddiy mollar podasi sifatida idrok qilgan, pigmey esa ularni chumolilarga o'xshatib, ularning ko'pligi va kichikligidan xayratlangan. Olimda idrokning konstantligi namoyon bo'lgan bo'lsa. Uning sherigida uning buzilganligi kuzatilgan.

Demak, idrokimizning konstantligi, ya'ni ilgari tajriba asosida narsalarning xossa va xususiyatlarini o'zgartirmay, turg'un holda yaxlit tarzda idrok qilish xususiyati bizga tashqi muhitda to'g'ri moslashuvimiz, narsalar dunyosida adashmasligimizni ta'minlaydi.

V. Kutishlar va taxminlarning idrokka ta'siri. Ko'pincha bizning idrokimiz ayni paytda biz nimalarni kutayotganimizga bog'liq bo'lib qoladi. Biz ko'p holatlarda o'zimiz ko'rgimiz kelgan narsalarni ko'ramiz, eshitgimiz kelgan narsani eshitamiz.

Inson idroki shaxsiy ma'no va ahamiyat kasb etgan ma'lumot vositasida ongdagi bo'shliqni to'ldirishga harakat qiladi. Aynan shunday hodisalar ba'zan idrokda xatoliklarning kelib chiqishiga olib keladi.

Amerikalik D.J.Begbi degan olim stereoskop orqali amerikalik va meksikalik bolalarga shakli unchalik aniq bo'lmagan slaydlarni birin ketin ko'rsatgan. Amerikalik bolalar rasmda beysbol o'yinini, oq sochli qizni ko'rganlar, meksikalik bolalar buqalar jangini, qora sochli qizni ko'rganlar. Ko'pchilik bolalar esa ko'rsatilgan ikkita rasmdan faqat bittasini ko'rganini e'tirof etganlar. Demak, bizning idrokimiz, uning mazmuni madaniy va ma'naviy muhitga ham bog'liq bo'lib, bu kutishlar tizimidan kelib chiqadi.

G. O'zgartmas ma'lumotning idrok qilinmasligi qonuni. Bu qonunning mohiyati shundaki, muntazam ta'sir etuvchi ma'lumot ongda uzoq ushlab turilmaydi. Masalan, tinch xonada soatning tiqillashi eshitilib turadi. Lekin ma'lum vaqt o'tgandan so'ng go'yoki to'xtab qolganday – eshitilmaydi.

D. Anglanganlik qonuni. Idrok qilayotgan shaxs uchun figuraning anglanganligi, uning zarurati va ma'nosi katta ahamiyatga ega bo'ladi. Agar biz kuzatayotgan predmet, eshitayotgan nutq yoki his qilayotgan narsamiz ma'nosiz, tushunarsiz, noaniq bo'lsa, biz juda tez charchaymiz va toliqamiz. Masalan, xitoy tilini bilmaydigan odam shu tilda so'zlashuvchilar orasiga tushib qolsa, psixologik jihatdan juda qiynaladi. Ya'ni bizga barcha narsalarda ma'no va mazmun kerak. Odam odatda tushunadigan narsasinigina idrok qiladi.

E. Taxminlarni tekshirish jarayonida idrok qilish. Biz idrok jarayonida ilgari tajribaga tayanishimiz bilan ko'pincha adashamiz, ba'zan esa, o'zimiz uchun yangiliklar ochib, tajribani yanada boyitamiz. Ilgari tajriba va kelajakni bashorat qilish insonga xos xususiyat bo'lib, bizning sezgi organlarimiz orqali keladigan ma'lumotlarning ko'lami va imkoniyatlarini yanada oshiradi. SHu nuqtai nazardan olib qaralganda, idrok – tashqi muhit to'g'risidagi taxminlarimizni isbot qilishga qaratilgan faol jarayondir. Biz bevosita idrokimiz “tagiga yetolmayotgan”, “tushunmayotgan” narsalarni bevosita his qilgimiz, qo'limiz bilan ushlab ko'rgimiz, ular bilan ishlagimiz keladi. Ya'ni idrok qilinayotgan narsada noaniqlik, sir paydo bo'lsa, biz “Bu nima bo'ldi?” degan savol asosida taxmin qila boshlaymiz va uni tekshirish uchun harakat qilamiz. Aynan xarakterlar, amaliy ishlar idrokimiz imkoniyatlari va chegaralarini kengaytiradi va anglashga yordam beradi.

Shunday qilib, bir qarashda oddiy ko'rinadigan idrok jarayoni inson bilimlari, tushunuvchanligi va faolligi bilan bog'liq psixologik jarayon bo'lib, u aslida shaxsiy tajribamizning birlamchi asosi va bazasidir.

Anglanilgan va shaxsning tajribasiga aylangan ma'lumotlar yana bir muhim psixik jarayon-xotirada o'z aksini topadi.

Idrokning faolligi va kuzatuvchanlik. Idrok jarayoni faqat tevarakatrofdagi narsalarning sezgi organlarimizga ta'sir qilib turishi natijasidagina emas, balki shu bilan birga idrok qilayotgan odam o'zining olamni bilish va amaliy faoliyatida yon atrofdagi narsalarga ta'sir ko'rsatishi natijasida ham vujudga keladi.

Idrokning faolligiga, avvalo unga bog'liq bo'lgan hissiy kechinmalar sabab bo'ladi. Bu his-tuyg'ular, avvalo, shu paytdagi idrok tarkibiga kiradigan sezgilarning emotsional (hissiy) tomonidan iborat bo'ladi. Idrok qilinayotgan narsa va hodisalar to'g'risida o'tmishda tug'ilgan taassurot va fikrlar bilan bog'liq hissiyot ham shu jumladandir. Ko'pincha, odamning idrokiga shu paytda kechirayotgan bironta hissiyoti – shodligi, xushchaqchaqligi, g'amginligi, tajangligi va boshqa shu kabi tuyg'ulari ta'sir qilib, idrok qilinayotgan narsa yoki hodisaga ma'lum bir tus beradi. SHu sababli, insonning kayfiyati “yomon” vaqtda tabiat manzaralari unga allaqanday g'amgin, ma'yusdek ko'rinsa, kayfiyati “yaxshi” vaqtda tabiat kulib turganday, hamma yoq “quvnoq” dek tuyuladi va h.k.

His-tuyg'ular idrok mazmunini jonli, yorqin qiladi, idrokni ma'lum bir tomonga yo'naltiradi. His-tuyg'ular idrokning faollik darajasini kuchaytiradi, idrok amalga oshayotgan sharoit boshqa psixik jarayonlarning ildamlik darajasiga ta'sir qiladi: bu jarayonlarni tezlatadi yoki susaytiradi. Idrok bilan bog'liq hislar, jumladan, xayol jarayonlarini qo'zg'atib faollashtiradi. Masalan, inson qattiq vahimaga tushganida har bir arzimagan narsadan ham xavfsirayveradi, oddiy arzimagan narsa ham nazarida allaqanday dahshatli tuyuladi yoki inson shodligida har narsadan xursand bo'ladi.

Idrok jarayonida diqqat g'oyat katta ahamiyatga egadir. Diqqat idrokning faolligini oshiradi va idrokning mukammal, to'liq va ravshan bo'lishiga xizmat qiladi. Diqqat, faollik darajasiga qarab, ixtiyoriy va ixtiyorsiz bo'lishi mumkin.

Maqsadsiz, muayyan bir ob'ektni tanlab olmasdan, kuch sarflamasdan idrok qilish jarayoni ixtiyorsiz idrok deyiladi. Bunday idrok jarayonlari diqqatimizni beixtiyor o'ziga jalb qilayotgan ob'ektlarning ta'siri bilan qo'zg'aladi. Masalan, biz uzoqdan kelayotgan samolyot ovozini beixtiyor eshitamiz, tunda qirda yonayotgan gulxanni beixtiyor ko'ramiz. O'zining yorug'ligi, rang barangligi, harakati, xushohangligi, konstantligi bilan ajralib turadigan narsa yoki hodisalar, odatda beixtiyor idrok qilinadi. Shuningdek, ayni vaqtda bironta ehtiyoj va

manfaatlarimizga javob beradigan, shaxsiy tajriba va bilimlarimizga ko'p darajada muvofiq keladigan va biz uchun katta ahamiyatli bo'lgan ob'ektlar ham beixtiyor idrok qilinadi. Ixtiyorsiz idrok tetik, bardam vaqtimizda bizda to'xtovsiz bo'lib turadigan jarayondir.

Ixtiyoriy idrokda oldin belgilangan maqsad asosida biron bir ob'ekt belgilab olinadi. Badiiy bir rasmni ko'rish, ma'ruzani diqqat bilan eshitish, yozgan ishlardagi imlo xatolarni topish, qo'shiqni mazmuniga e'tibor berib tinglash, biron tanishimizni ko'pchilik orasidan qidirib topish ixtiyoriy idrokka misol bo'la oladi.

Ixtiyoriy idrok ixtiyorsiz idrokdan ayrilgan holda bo'ladigan jarayon emas. Ixtiyorsiz idrok ixtiyoriy idrok uchun go'yo "fon" bo'lib xizmat qiladi.

Tizimli, rejali va davomli idrok qilish qobiliyati kuzatuvchanlik deb ataladi. Har bir kishi ma'lum darajada kuzata bilish qobiliyatiga ega. Bu qobiliyat har kimning o'z hayotiy tajribasi va bilish faoliyatida taraqqiy qilib boradi. Ammo har kimning ham razm solish qobiliyati kuchli bo'lavermaydi. Razm sola bilish, kuzatuvchanlik qobiliyati shaxsning nihoyatda qimmatli bo'lgan sifatlaridandir. U mavjud bo'lgan sharoitni turlicha tushunishga, o'rab turgan olamni samarali o'rganishga va xususan, o'quv materialini chuqur o'zlashtirishga imkon beradi.

Rus pedagogi K.D.Ushinskiy ta'lim jarayonida o'quvchilarda kuzatuvchanlikni o'stirishga katta ahamiyat bergan. "Agar ta'lim bolalarning aqlini o'stirmoqchi bo'lsa ularning kuzatuvchanlik qobiliyatini mashq qildirish kerak" – deb aytgan edi.¹⁷

SHuning uchun ham o'sib kelayotgan yosh avlodda kuzatuvchanlikni tarbiyalash pedagogikaning muhim vazifalaridan biri hisoblanadi.

Appertseptsiya. Har bir idrok tarkibiga sezgilar bilan birga odamning o'tmishda hosil qilgan tajribalari va bilimlari ham kiradi.



7-rasm. Idrokda o'tmish tajribasining namoyon bo'lishi

Ushbu rasmlarga uchburchak va doira idrok qilinadi. Aslida bu rasm uchburchak ham emas, doira ham emas, balki uch chiziqdan, ikkinchisi

¹⁷Tanlangan asarlar, 6-tom, PFA, Moskva, 1949-yil, 267-bet

esa yarim doiradan iborat shakl. Bu rasmlarda yetishmagan tomonini o'zimizdan, o'z tajribamizdan olib "qo'shamiz" va bu rasmlarni doira va uchburchak deb tasavvur qilamiz. Biz o'tmishdagi tajribamizda bu figuralarni ko'p ko'rganmiz, bu figuralar bilan ko'p marta ish ko'rganmiz, bu figuralarning obrazlari miyamizda mustahkam o'rnashib qolgan. Shu sababli, bu rasmlarni ko'rishimiz bilan ilgari bizda hosil bo'lgan tasavvurlar yana esimizga kelib, miyamizda uchburchak va doiraning yaxlit obrazlari paydo bo'ladi. Tevarak-atrofdagi hamma narsalarni idrok etish ana shunday tarzda amalga oshadi.

Odamning aqli qanchalik yetuk, muayyan sohaga oid tasavvuri, fikri tajribasi, bilimi ham boy bo'lsa, uning shu sohada idroki ham shunchalik murakkab, chuqur va sermazmun bo'ladi. Bu xususiyatlar moddiy buyumlarni idrok qilishda namoyon bo'ladi. Masalan, bironta yangi mashinani tegishli ixtisosi bo'lmagan kishi tomonidan idrok qilinishi, ixtisosi bor odamning idrokiga qaraganda, mazmunan torroq va yuzaki bo'ladi. Ayni bir ob'ektlarni tegishli ixtisosi bo'lmagan kishining kuzatishlariga qaraganda, olimning chuqur ilmiy kuzatishlari xiyla farq qiladi. Ma'lumki, shaxsning tajribasi, bilimi, xayol va tafakkuri, hissiyot va diqqat jaryonlari, umuman shaxs psixikasining mazmuni idrokda namoyon bo'ladi. Bu psixik hayotning idrokda aks etuvchi va idrokka ta'sir ko'rsatuvchi mazmuni appertsepsiya deb ataladi.

Insonlarning ayni bir narsa yoki hodisani idrok etishida ko'rinadigan farqlar appertsepsiya bilan belgilangan bo'ladi. Bu xususiyatlar odamning tajribasi va bilimlariga bog'liq xususiyatlardir. Insonlar ayni bir narsa yoki hodisani yoshlari, ma'lumotlari, turmush tajribalari, kasblari, sinfiy chiqishlari, temperament, xarakter, qobiliyat va qiziqishlaridan kelib chiqib, turlicha idrok qiladilar.

Ayni bir narsa yoki hodisani ayni bir kishi turli vaziyatda turlicha idrok qilishi mumkin, bu xol har gal o'sha kishining kayfiyati, hissiyoti, diqqati, manfaati, maqsadi va boshqalarga qarab ro'y beradi (8-rasm). Bironta murakkabroq vaziyatni idrok qilayotganimizda e'tiborimiz va manfaatimizning talabiga qarab, biz shu vaziyat tarkibiga kirgan yakka bir narsani yoki uning qismini ajrata olamiz. Masalan, bog'da biz uchun zarur bo'lgan daraxtni ajratib idrok qilamiz. Musiqa eshitayotganimizda biz uchun tanish bo'lgan kuyni tezda ajratib olamiz.

Idrok jarayonida ba'zan uchrab turadigan sub'ektivizm ham appertsepsiya natijasidir. Bu sub'ektivizm vaqtni, harakatni idrok qilishda, qizg'in munozaralar borayotgan paytda bir kishining gapini idrok

qilishda uchraydi. Shuningdek, appertseptsiyalar fazo, vaqt hamda harakatni idrok qilishda katta rol o'ynaydi



8-rasm. Idrokning insonning holatiga bog'liqligi

Idrokning turlari.

Endi idrok turlarini ko'rib chiqamiz. Hozirgi zamon psixologiyasiga oid adabiyotlarda idrokning tasniflanishiga doir bir qancha yondoshuvlarni keltirish mumkin. Tasniflanishlardan birining asosida idrokda ishtirok etuvchi analizatorlardagi tafovutlar yotadi. Idrokda qaysi analizator ishtirok etishiga bog'liq ravishda ko'rish, eshitish, teri-tuyish, kinestetik, hid bilish va ta'm bilish idroklari ajratiladi.

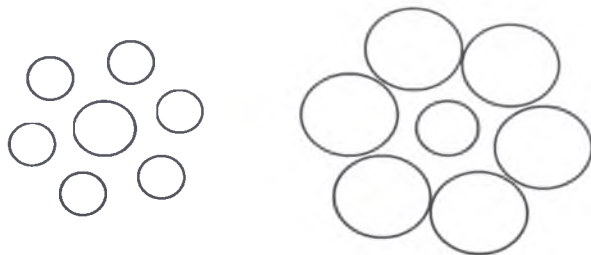
Odatda, idrok – bir necha analizatorlarning o'zaro ta'sirining natijasi bo'lib hisoblanadi. Idrok turlari sof holda juda kam uchraydi. Idrok turlarining o'zaro uyg'unlashib ketishi natijasida idrokning murakkab turlari hosil bo'ladi. O'quvchi tomonidan matn idroki ko'rish, eshitish va kinestetik idrokni o'z ichiga oladi.

Idrokning boshqa tur tasnifining asosini materiyaning mavjud bo'lish shakllari: fazo, vaqt va harakat tashkil etadi. Bunga muvofiq ravishda fazoviy idrok, vaqt idroki va harakat idroki ajratiladi.

Fazoni idrok qilish. Barcha jismlar fazoda joylashadi va istalgan hodisa ma'lum vaqtda mavjud bo'ladi. Bugungi kunda turli mamlakatlarda jarliklarning ustidan shishaga o'xshash ko'priklarni qurish urfga kirgan. Bunday ko'prik ustida turgan odamda fazoning idrokini

yaqqol namoyon bo'ladi. Jismning fazoviy xossalari kattalik, shakl, fazodagi holat kiradi.

Jismning kattaligini idrok qilishda uning ko'z to'r pardasidagi tasviri muhim ahamiyatga ega. Bu haqida idrokning konstantlik qonuniyatida gapirib o'tildi.



9-rasm. Predmetlarning kontrastligi

Predmet fazoviy idrokining boshqa xususiyati predmetlarning *kontrastligidir*. Biz idrok etayotgan predmetning atrofidagi boshqa predmetlar uning idrokiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Masalan, o'rta bo'lyli odam bo'ylari baland odamlar orasida o'zining haqiqiy bo'y o'lchamidan ancha kichik bo'lib ko'rinadi. Katta aylanalar o'rtasidagi aylana, kichik o'lchamli aylanalar orasidagi xuddi shunday diametrli aylanaga nisbatan kichik bo'lib ko'rinadi (9-rasm). Shuningdek, predmetning kattaligi idrokiga *uning rangi* ham ta'sir ko'rsatadi. Och rangli jismlar to'q rangli jismlarga qaraganda bir muncha kattaroq bo'lib ko'rinadi. Katta hajmli shakllar, masalan, shar yoki tsilindr ularga mos bo'lgan yassi tasvirlardan kichikroqdek tuyuladi.

Predmetning shaklini idrokida konstantlik hodisasi xuddi shunday saqlanib qoladi. Masalan, yon tomonimizda joylashgan kvadrat yoki dumaloq jismga qaraganimizda uning to'r pardadagi proektsiyasi ellips yoki trapetsiya shaklida bo'ladi. SHunday bo'lsada, aynan bir jismni bir xilda, bir shaklga ega holatda ko'ramiz.

Uzoq masofada joylashgan predmet shaklining idroki o'zgarishi mumkin. Predmet uzoqlashgani sayin shaklning mayda detallari yo'qolib boradi, uning shakli sodda ko'rinishga kelib qoladi.

Insonning fazoni idrok qilishi o'ziga xos xususiyatga ega.

Predmetning uzoqligi va fazo chuqurligining idrok qilishda ko'zlarning *konvergensiyasi* va *divergentsiyasi* muhim ahamiyatga ega, chunki, predmetlarning idrok etilishi uchun ularning tasviri chap va o'ng ko'zlarning to'r pardasidagi mos nuqtalarga tushishi kerak, bu esa ikkala

ko'zning konvergenstiyasiz yoki divergenstiyasiz amalga oshmaydi. *Konvergenstiya deb ko'z soqqalarining bir-biriga nisbatan qarama-qarshi aylanishi hisobiga ko'rish chiziqlarining birlashishiga aytiladi.* Masalan, bu nigohning uzoqdagi predmetdan yaqindagiga o'tishida sodir bo'ladi. Teskari – yaqindagidan uzoqdagi jismga o'tishida – ko'z divergenstiyasi, ya'ni ko'rish chiziqlarining ajralishi kuzatiladi.

Vaqt idroki qo'zg'alish va tormozlanishning ritmik almashinishi bilan bog'liq. Qiziqarli mashg'ulot bilan band bo'lingan vaqt qisqa tuyiladi. Vaqtning davomiyligini va ketma-ketligi (biologik soat) ni idrok qilish jarayoni vaqt idrokining asosida yotadi.

Vaqt idrokida ikki jihat ajratiladi:

1. Sub'ektiv, ya'ni bo'layotgan hodisalarga shaxsiy munosabatimiz bilan bog'liq. U muayyan vaqt bo'lagining qanday hodisalarga boy bo'lgani va ularning emotsional rang-barangligi, qiziqarliligi bilan bog'liq. SHaxs uchun ahamiyatli voqealar kutilganda vaqt juda sekin o'tgandek idrok etiladi. Salbiy voqealar bilan bog'liq vaqt esa cho'zilib ketgandek tuyuladi.

2. Shartli - ob'ektiv. U hodisalarning ob'ektiv kechishi va vaqt oraliqlari bilan bog'liq.

Agar birinchi jihat insonning vaqtni his etishini aks ettirsa, ikkinchisi, vaqt yo'nalishida harakatlanishga yordam beradi.

Harakatni idrok qilish. Harakatni idrok qilish mexanizmi murakkab bo'lib, uning tabiati hali to'liq aniq emas. Agar predmet fazoda harakatlanayotgan bo'lsa, u holda biz uni, uning harakatini yaxshi ko'rinish sohasidan chiqishi natijasida idrok qilamiz, bu bilan u bizni nigohimizni unda ushlab turishimiz uchun to'xtatishimiz ko'zimizni yoki boshimizni harakatlantirishimizga majbur qiladi. Bunda ikki hodisa sodir bo'ladi. Birinchidan, predmetning tanamiz holatiga nisbatan surilishi uning fazodagi harakatlanishidan darak beradi. Ikkinchidan, miya predmetni kuzatayotgan ko'zlar harakatini qayd etadi.

Harakat idrokida harakat haqida bilvosita tasavvur yaratuvchi qo'shimcha belgilar muhim rol o'ynaydi. Agar uzoq vaqt davomida aylanayotgan spiralga qarab turilsa va so'ngra ko'zni to'xtab turgan predmetlarga yo'naltirilsa ularning qarama-qarshi yo'nalishda harakat qilishini kuzatish mumkin. Harakatlanayotgan poezdning oynasidan uzoq vaqt qarab turilsa, so'ngra poezdning ichidagi turgan predmetga qaralsa. Ular qarama-qarshi yo'nalishda harakat qilayotgandek tuyuladi. Bu illyuziyalar ketma-ket harakatlanuvchi obrazlar bilan bog'liq.

Harakat idrokining barcha nazariyalarini ikki guruhga ajratish mumkin. Nazariyalarning birinchi guruhi harakat idrokini oddiy, ketma-ket keladigan ko'rish sezgilarining harakati o'tadigan alohida nuqtalaridan hosil qiladi va harakat idroki bu oddiy ko'rish sezgilarining qo'shilishi natijasida yuzaga kelishini ta'kidlaydi (V. Vundt).

Ikkinchi guruh nazariyalarining ta'kidlashiga ko'ra, harakat idroki oddiy sezgilarga bog'liq bo'lmagan maxsus sifatga ega. Bu nazariya vakillari (M. Vertgeymer)ning aytishicha, kuy tovushlarning oddiy yig'indisi emasligiga, ulardan farqlanuvchi yaxlitlik bo'lgani kabi, harakat idroki ham bu idrokni tashkil etuvchi oddiy ko'rish sezgilarining yig'indisiga teng bo'lmaydi.

Vertgeymerning fikriga ko'ra, harakat idroki harakatlanuvchi predmetlarning o'zini idrok qilishdan farq qiluvchi maxsus kechinma hisoblanadi. Agar ob'ekt turlicha holatdagi idrokining ikki ketma-ketligi bo'lsa, u holda harakat kechinmasi bu ikki sezgilardan tuzilmaydi, balki, o'rtada turib, ularni birlashtiradi. Bunday harakat kechinmasini Vertgeymer *fi – fenomeni* deb atagan.

Illyuziyalar. Ba'zan idrok jarayonida narsalar noto'g'ri, yanglish idrok qilinishi mumkin. Noto'g'ri idrok jarayoni illyuziya deyiladi. Bir narsaning ikkita bo'lib sezilishi *Aristotel(Arastu) illyuziyasi* deyiladi. Og'irligi aynan teng, ammo kattaligi har xil bo'lgan ikkita buyumni ketma-ketiga ushlab turilsa, kattasi yengilroq, ikkinchisi og'irroqdek tuyuladi. 1kg metalldan ishlangan tarozining toshi, 1kg paxtadan og'irroqdek tuyuladi. Yuqorida bayon qilingan Aristotel illyuziyasining paydo bo'lish sababi shuki, bunda bitta narsa barmoq uchlarimizning terisi yuzidagi shunday ikki nuqtaga tegadi, odatdagi tabiiy sharoitda esa bitta narsa ana shu ikki nuqtaga hech qachon birdaniga tegib turmaydi. Og'irligi baravar bo'lib, kattaligi har xil bo'lgan buyumlardan kichikrogi kattaroq'iga qaraganda og'ir ko'rinishining sababi shundaki, odam hajmi kattaroq buyumining hajmi kichikroq buyumdan og'ir ekanini o'z tajribasida doimo sinab kelgan. Binobarin, hajmi har xil buyumlarni ko'z bilan idrok qilganda beixtiyor shu tajribasiga tayanadi. Kattaroq buyumni ushlaganida ko'proq zo'r beradi. Kichikroq buyumni qo'lga olganida, uncha zo'r bermaydi. Natijada og'irligi baravar bo'lgani bilan zo'r berish yoki muskullarning qarshilik ko'rsatishi uchun sarf qilingan kuch darajasi har xil bo'lganligidan kichikroq buyum og'irroqdek his qilanadi.

Idrok hamisha ham ob'ektiv olamdagi narsalarning aynan o'zini aks ettirmaydi. Idrok etishdagi ko'plab xatolarga ko'rish illyuziyalari sabab bo'ladi (10-rasm).



10-rasm. Ko'rish illyuziyasi

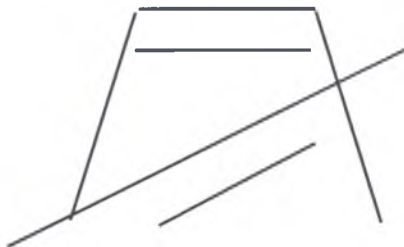
Kamon o'qining illyuziyasi. Garchi ikkala o'q amalda baravar uzunlikda bo'lsa ham ikkinchisi birinchisidan uzunroq tuyuladi (11-rasm).



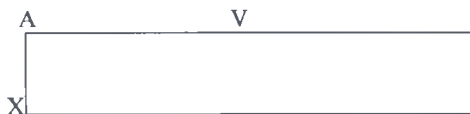
11-rasm. Kamon o'qining illyuziyasi

Temir yo'l izlarining hayoliy ko'rinishi. Garchi har ikkala iz ham aslida baravar bo'lsa ham, bir-biriga to'g'ri keladigan ikkala to'g'ri iz oralig'idagi bo'shliqning ancha tor qismidagi chiziqlar uzunroqdek tuyuladi. (12-rasm)

Kesishishning illyuziyasi. Bitta to'g'ri chiziqda ehtimol VX chiziqlari emas, balki AX chiziqlari o'tadi (13-rasm).



12-rasm. Temir yo'l illyuziyasi



13-rasm. Kesishishning illyuziyasi

Umumiy markazli doiralarning illyuziyasi. Rasmda aks ettirilgan umumiy markazli doiralarning to'g'ri chiziqlarning qisqa bo'laklari (oq rangda tasvirlangan) ushbu doiralarni ularning muhit bilan kesishgan

joyidan kesib o'tganligi sababli burma chiziq singari idrok etiladi. (14-rasm).



14-rasm. Umumiy markazli doiralarning illyuziyasi

Idrokning buzulishi hodisasi gallyutsinatsiyadir. Ba'zan gallyutsinatsiyani illyuziya bilan adashtirib yuboriladi. Illyuziya ayni shu lahzalarda shaxsning sezgi a'zolariga ta'sir etib turgan biror narsani yanglish, noto'g'ri idrok qilish jarayonidir. Gallyutsinatsiya esa ayni vaqtda reallikda mavjud bo'lmagan narsalarning real idrok qilinishidir. Masalan, gallyutsinatsiyada mavjud bo'lmagan odamlar ko'zga ko'rinishi mumkin. Gallyutsinatsiya asab tizimi bironta zaharli narsa (alkogol, kokain, nasha) bilan ta'sirlanganda ham sodir bo'ladi.

Idrokning rivojlanishi. Bola tug'ilganida unda idrok xali rivojlanmagan bo'ladi. Go'dak dunyoni predmetli idrok qila olmaydi. B.M.Teplovning fikriga ko'ra, predmetli idrok belgilari predmetlar bilan harakatlar shakllana boshlagandan keyin paydo bo'ladi (2-3 oylikda). Besh –olti oylikda bola nigohini predmetlarda ushlab tura boshlaydi. Kattalar bilan muloqot idrokning rivojlanishiga yordam beradi. Bog'cha yoshi davrida o'yin faoliyatida, kichik maktab yoshi davrida o'qish faoliyatida bolada idrokning yaxlitligi rivojlanadi. Lekin ularda idrok tasodifiy belgilarga asoslanadi.

Ta'lim jarayonida idrokning rivojlanishi bir necha bosqichdan o'tadi. Birinchi bosqich predmetlar bilan harakatlar jarayonida predmetning adekvat obrazining shakllanishi bilan bog'liq. Keyingi bosqichda bolalar ko'z va qo'l yordamida predmetlarning fazoviy xususiyatlari bilan tanishadilar. Maktabda ta'lim jarayoni idrok qilinayotgan ob'ektlarning xususiyatlarini hech qanday harakatsiz farqlash, solishtirish, taqqoslash qobiliyatining rivojlanishiga yordam beradi.

Bolalarda idrokni rivojlantirish uchun:
ob'ektni muayyan ketma-ketlikda ko'rish;
muhim xususiyatlarni nomuhimdan ajratishga o'rgatish;

muayyan predmet va hodisalarni solishtirish, taqqoslash, o'xshash va farqlarini topish, ularning orasidagi bog'lanishlarni o'rnatishga o'rgatish muhim.

5.4. Xayol

Xayol va kasbiy faoliyat: psixologiyada xayol tafakkur singari bilish jarayonlaridan biri hisoblanib, u insonning ichki va tashqi xususiyatli va izlanishli faoliyatida, muayyan darajaga ega bo'lgan muammoli vaziyatning vujudga kelishi va uning hal qilinishida ishtirok etadi. Agarda xayolni genetik jihatidan kelib chiqishi tahlil qilinadigan bo'lsa, u albatta insonning mehnati mahsulini obrazlar, timsollar yordami bilan aks ettirmasdan turib, bevosita faoliyatga kirishish mumkin emas, chunki fikri mulohazalarni tasavvur qilish tufayli yaqqol tafakkurning predmetiga uzatiladi. Xuddi shu boisdan xayol yordami bilan inson tomonidan kutilayotgan natija, ya'ni kutilmagan tasavvur obrazlari yaratiladi, go'yoki bu jarayonda ijodiy faoliyatning modeli ishlab chiqiladi, fantastik timsollar tizimi yangiliklarning mutlaq tarkiblari bilan boyib boradi, ichki faollik esa uning mexanizmiga aylanadi.

Odamning har qanday izlanishli, mehnat va ijodiy faoliyatlari xayoliy jarayonlarni o'z ichiga qamrab oladi, kashfiyotning dastlabki obrazlari, tarkiblari aniq voqelikdan uzoq bo'lishidan qat'i nazar taraqqiyot (rivojlanish), turtkisi vazifasini bajaradi. Odatda xayol inson faoliyatining zaruriy tarkibi, muhim sharti sifatida uning turlari atamasi nomlari bilan ifodalanadi, chunonchi badiiy, adabiy, ilmiy izlanishli, musiqaviy, loyihaviy, konstruktorlik. evristik (fikriy topqirlik), ijodiy faoliyat kabilar. Shaxs tomonidan bajarilishi, amalga oshirilishi lozim bo'lgan har qanday faoliyatning mahsuli oldindan tasavvur qilinishi, yaxlit timsol shaklda ko'z o'ngiga keltirilishi shart.

Jahon psixologiyasida xayol insonning ijodiy faoliyatning tarkibiy qismi sifatida talqin qilinadi, u tizimiy xususiyatli xatti-harakatning oraliq va yakuniy mahsullari orqali aks etadi, muammoli vaziyatda noaniqlik, noma'lumlik alomatlari vujudga kelsa, u holda faoliyat rejasini qayta ko'rib chiqishni ta'minlaydi. Shu narsani alohida ta'kidlab o'tish kerakki, hech qachon xayol ijodiy faoliyat dasturining yaratuvchisi sifatida namoyon bo'lmaydi, balki uning ayrim o'rinlarini to'ldirishning va almashtirishning timsollarini yaratadi, xolos.

Xayolning bilish jarayoni sifatidagi asosiy vazifasi shundan iboratki, u amaliy faoliyat boshlanmasdan turib, uning mahsulini oldindan tasavvur qilish va ularning timsollar tariqasida vujudga keltirishdan iboratdir. Inson

shaxsiy faoliyatida ayrim qiyinchiliklar vujudga kelsa, ularni bartaraf qilish uchun odam o'ylanadi, fikriy obrazlarni yaratadi, ularga yangi qo'shimchalar kiritadi, xullas mahsulotning sifatli chiqishini, uning buyum tariqasida namoyon bo'lishini xayol uzluksiz ravishda ta'minlab turadi. Aytaylik, inson stul yasamoqchi bo'lsa, u eng avval unga oid qismlarni tayyorlaydi, shaxs xayolan uning sifatiga e'tibor beradi, keyin ularni yaxlitlaydi, o'zaro birlashtiradi hamda buyum shaklida gavdalandiradi. Binobarin, xayol ishning har bir bosqichida bevosita ishtirok qiladi, yo'l-yo'lakay ko'rsatmalar, qo'shimchalar kiritib boradi.

Xayol bilish jarayonlari bilan uzviy aloqada hukm suradi, ularni aks ettirish imkoniyatining to'laroq ro'yobga chiqishiga yordam beradi. Ayniqsa, u tafakkur bilan bevosita aloqada bo'ladi, xuddi shu boisdan ularning har ikkalasi ham bashorat qilish, oldindan payqash, sezish, istiqbol rejasini tuzish imkoniyatiga ega. Shuning uchun ular o'rtasida bir qator o'xshashliklar va ayrim farqlar mavjuddir. Bu holat quyidagilarda o'z ifodasini topadi: 1) xayol tafakkur singari muammoli vaziyatda, masala va topshiriqlar yechish jarayonida tug'iladi; 2) yangi yechim, usul, vosita qidirishda va ularni saralashda umumiylik mavjud; 3) xayolning ham, tafakkurning ham paydo bo'lishi shaxsning ehtiyojlariga bevosita bog'liq; 4) ehtiyojlarni qondirishning dastlab xayoliy obrazlari yaratiladi, uning natijasida vaziyatni yorqin tasavvur qilish imkoni tug'iladi; 5) xayolda oldindan aks ettirish jonli tasavvurlar tarzida, yaqqol timsollar shaklida vujudga kelsa, tafakkurda ular umumlashmalar, tushunchalar bilvositalik xususiyati orqali ro'yobga chiqadi.

Shuni alohida ta'kidlash joizki, muammoli vaziyatda aql faoliyati natijalari ong nazoratidagi obrazlar, tasavvurlar hamda tushunchalar tizimida ifodalanadi. Obrazlar va tasvirlar tanlash (saralash) xayolning funksiyasi orqali tushunchalar va ularning yangilik alomatlarini esa tafakkur yordamida ro'yobga chiqadi. Tasavvurlar bilan tushunchalarning o'zaro uyg'unlashuvi ikkita ijodiy xususiyatli bilish jarayonlarining hamkorlikdagi ijodiy faoliyatida bir davrning o'zida qatnashishni birdiradi. Faoliyatning tarkibiy qismlari ularning qanday amalga oshirilishi to'g'risidagi yaqqol obrazlarni uzviy bog'lanib ketgan fikriy mulohazalarning qo'shilishi tufayli harakatchanlik imkoniyatiga ega bo'ladi.

Xayol jarayoni tafakkurdan farqli o'laroq muammoli vaziyatning ma'lumotlari qanchalik noaniq bo'lsa, shunchalik ta'savur obrazlari yaralishi uchun qulay imkoniyat tug'iladi, uning mexanizmlari tezkorlikda ishga tushadi. Masalan, yozuvchining xayoli asar qahramonlarining

taqdiri bilan uzviy bog'liq bo'lib, konstruktor, muhandis, me'mor kabi mutaxassislariga qaraganda nihoyat darajada katta noaniqliklarga ega, voqelikdan tubdan uzoq fantaziya olamida obrazlar, chizg'ilar, badiiy to'qimalar yaratadi. Ma'lumki, aniq dunyoviy fanlarning qonuniyatlariga qaraganda insonning psixikasi, uning xatti-harakatlari qonuniyatlari murakkab va yetarli darajada ma'lumotlarga ega emas. Xuddi shu boisdan bosh miya katta yarim sharlari funksiyasining qariyb uchdan bir qismini ilmiy dalillar asosida tushuntirib bera olishimiz mumkin, xolos.

Muammoli vaziyat o'zining xususiyatiga ko'ra bir davrning o'zida ham xayolning, ham tafakkurning ishtirok etishini taqozo qiladi. Agarda muammoning yechimi, masalaning sharti aniq bo'lsa, bu holda tafakkurning ishtiroki ustuvorlik qiladi, mabodo noma'lumliklarning miqdori ko'payib kesa, u taqdirda xayol yoki fantaziya yetakchi rol o'ynay boshlaydi. Muammo yechimining turli usullari, ularning invariantlari, muayyan qonunlari, qoidalari ta'riflari mavjud bo'lgan taqdirda faoliyat tafakkur yordami bilan amalga oshiriladi.

Xayolning eng ahamiyatli tomoni shundan iboratki, u tafakkur predmetiga taalluqli holatlardagi yetishmovchilikda ham u yoki bu yo'l bilan muammoli vaziyatdan yengilroq chiqib ketishga muhim zamin hozirlaydi. Insonda mavjud narsalarning ichki tuzilishi, uning rivojlanishi, o'zgarishi to'g'risidagi ma'lumotlarning yetishmasligi tufayli shaxs xayolga va fantaziya murojaat qiladi. Biosfera va neosferada insoniyat uchun noma'lum o'rganilmagan sohalar mavjud ekan, demakki, xayol uzluksiz ravishda o'z funksiyasini bajaraveradi, shuning uchun xayolning qaysi turi hukm surayotganligidan qat'i nazar u ijobiy hodisa sifatida baqolanishi lozim. Chunki, xayol insonning aqliy zo'r berishda, stress, affekt holatlarida asab tizimining tangligidan xalos etib, tana a'zolari funksiyasini tiklaydi, ishchanlik qobiliyatini barqarorlashtiradi.

Xayol o'zining faolligi bilan atrof muhitni o'zgartirishga yo'naltirilgan shaxsni ijodiy faoliyatining muhim sharti sifatida xizmat qiladi. Ba'zi bir psixologik ma'lumotlarga qaraganda, goho xayol faoliyatning funksiyasini bajaradi, bunda u xatti-harakatlarning sun'iy ravishdagi majmuasi vazifasini ijro etadi, xolos. Inson quyidagi holatlarda yaqqol tasavvurdan yiroq bo'lgan xayolot olamiga kirib borishi mumkin: 1) inson hech qanday yo'l bilan hal qilib bo'lmaydigan masalalar, muammolar iskanjasidan berkinish maqsadida; 2) turmushning og'ir sharoitlaridan, zahmatlaridan himoyalaniş niyatida; 3) shaxsiy nuqsonlarning ta'qibidan; 4) ushlangan armondan; 5) patologik holatga (ruhiy nuqsonga) uchraganda; 6) alkogolizm, narkomaniya va boshqa

vaziyatlarda. Xayolot (fantaziya) turmushda gavdalanishi mumkin bo'lmagan, amalga oshirish imkoniyati yo'q xatti-harakatlar dasturini namoyon etadi.

Yuqoridagi mulohazalar negizidan kelib chiquvchi xayolning bunday shakli psixologiya fanida passiv (sust) xayol deb nomlanadi. Psixologiyada aktiv (faol), ixtiyoriy, ixtiyorsiz, tiklovchi va ijodiy turlar to'g'risida ham muayyan ma'lumotlar mavjuddir.

Inson passiv xayolni oldindan ixtiyoriy rejalashtirib yuzaga keltirishi ham mumkin. Xuddi shu bois iroda bilan hech bir bog'liq bo'lmagan, jo'rttaga «kashf» qilingan, biroq hayotda gavdalanirishga yo'naltirilgan xayolning o'ziga xos obrazlari majmuasi «shirin xayol» deyiladi. Odatda «shirin xayol»da fantaziyaning mahsullari bilan insonning ehtiyojlari o'rtasidagi aloqa yengillik bilan yuzaga kelganligi tufayli quvonchli, yoqimli, qiziqarli narsalar haqida odamlar xayol suradilar. Inson qanchalik shirin xayolga berilsa, u shunchalik darajada passiv shaxs sanaladi, bu ko'rinish uning nuhsoni hisoblanadi. Passivlik (sustkashlik) kishinig qiyinchiliklarini yengishdan chetlashtiradi, yashash uchun kurashga xohish yo'qoladi, demak, u reallikdan tubdan uzoqlashadi. Goho passiv xayol hech o'ylamaganda, ixtiyorsiz ravishda vujudga kelishi ham mumkin, bunda quyidagi holat yuz beradi; A) ong nazoratining kuchsizlanishi, B) ikkinchi signallar tizimining susayishi, V) insonning vaqtincha harakatsizlanishi, G) uyqusirash kezida, D) affektiv vaziyatdan, Ye) tush ko'rishda, Yo) gallyusinasiyada, J)patologik holatlarda va hokazo.

Yuqorida ta'kidlab o'tilganidek, passiv xayol ixtiyoriy va ixtiyorsiz turlarga ajratilganidek, aktiv xayol tiklovchi va ijodiy ko'rinishlarga bo'linadi.

O'zining mohiyati bilan tasavvurlarga muvofiq keladigan tasavvurlar, tasvirlar tizimini yaratuvchi xayol «tiklovchi xayol» deb ataladi. Tabiyatga, jamiyatga va shaxslararo munosabatga, bilimlarga oid ma'lumotlar o'rganilishida xayol bevosita ishtirok etadi hamda matnlarda, rasmlarda, xaritalarda aks ettirilgan narsalar qayta tiklanali. Ijtimoiy tajribada, ta'lim-tarbiya jarayonida fazoviy xayol, vaqt va harakat birliklariga oid axborotlar, masofa, hajm to'g'risidagi xabarlariga diqqat bilan sinchkovlik bilan qarash, tikilish jarayonida mazkur xayol turi rivojlanadi.

Ijodiy xayol tiklovchi xayoldan farqli o'laroq original va qimmatli moddiy, ijodiy mahsulotlarda gavdalanuvchi yangi obrazlarning yaratilishidan iborat xayolning turidir.

5.5. Tasavvurning asosiy turlari

Ixtiyoriy tasavvur inson uchun katta ahamiyatga ega. Tasavvurning bu turi, inson oldida birov tomondan keltirilgan, yoki insonning o'zi belgilagan aniq obraz yaratish vazifasi turganida paydo bo'ladi. Bunday holatlarda, tasavvur jarayoni insonning o'zi tomonidan nazorat qilinib yaratiladi. Tasavvurning bunday ishlashining asosi ostidan kerakli tasavvurni chaqirish va o'zgartirish deb ataladi. Ixtiyoriy tasavvurning turlari va formalari ichida yaratuvchi tasavvuri, ishlab chiqaruvchi (ijodiy) tasavvur va orzuni ajratish lozim. Yaratuvchi tasavvur, inson, ob'yektni iloji boricha uning tasavvuriga mos qilib yaratishga harakat qilganday bo'ladi. Bu tasavvur turiga inson, geografik joylar, tarixiy hodisalar va adabiy qahramonlar haqida o'qiganda duch keladi.

Shuni aytib o'tish lozimki, yaratuvchi tasavvur nafaqat ko'rish tasavvurini shakllantiradi, balki sezish va eshitish hamda boshqa tasavvurlarini ham oshiradi. A.S. Pushkinning "Poltava Jangi" ni o'qiganimizda urush quollarini otilishi, askarlarning qichqirishi, miltiq o'qining hidi, barabanlar jarangini aniq tasavvur qila olamiz. Ko'p holatlarda yaratuvchi tasavvur bilan, so'zlar orqali tasvirlanganda, tasavvurni yaratish uchun to'qnash kelamiz.

Biroq shunday holatlar borki, inson, so'zsiz biror predmetni tasavvurida obraz yaratishning muvaffaqiyati, insonning fazoviy tasavvuri qobiliyatlarida aniqlanadi. Ya'ni, insonning obrazli hajmini joyda yarata oladi. Bu demakki, yaratuvchi tasavvurning jarayoni insonning fikrlash va xotirasi bilan chambarchas bog'liqdir.

Ixtiyoriy tasavvurning keyingi turi - ishlab chiqaruvchi ijodiy tasavvurdir. Uning tarifi shundaki, inson tasavvurni o'zgartiradi va yangisini paydo qiladi. Berilgan namuna bo'yicha emas, balki mustaqil ravishda, yaratilayotgan obrazning chizmalarini hamda kerakli materiallarni tanlagan holatda paydo qiladi.

Ishlab chiqaruvchi tasavvur, yaratuvchi tasavvur kabi xotira bilan chambarchas bog'liq, chunki uni paydo qilishda inson o'zining tajribasini ishlatadi. Tasavvurni bu ikki turlari o'rtasida aniq chegaralar yo'q. Yaratiluvchi tasavvurda, tomoshabin, kitobxon yoki eshituvchi o'zining ijodiy tasavvurini ishlatgan holda obrazini to'ldirishga harakat qiladi.

Tasavvurning alohida bir shakli orzu bo'ladi. Ushbu shaklini asl ma'nosi shundaki mustaqil ravishda xayolan yangi qiyofa yaratishdir. Lekin orzu ijodiy tasavvurdan bir necha farqlar bilan ajratiladi. Birinchidan, orzuda odam doimo o'zi istagan qiyofani yarataoladi, ijodda esa ilg'or g'oyalarni gavdalantirib ko'rsatish doimo yaratuvchining

xohishiga bo'ysinmaydi. Orzuda odam o'zining xohishini va intilayotgan narsalarini joylashtirishga ega bo'ladi. Ikkinchidan, orzu ijodiy faoliyatni o'z ichiga olmagan jarayon bo'ladi, ya'ni darrov va be'vosita ob'yektiv mahsulotni ijodiy asaridir.

Orzuning asosiy fazilati shuki, u faqat kelajakka yo'nalgan bo'ladi, ya'ni orzu - bu, kelajakda istagan narsamizga yo'naltirilgan tasavvur. Bunda bir necha turlarini farqlash lozim.

Ko'plab odam o'z rejalarini kelajakga munosabati va orzularini ruyobga chiqarish yo'llari orqali aniqlaydi. Bu holatda orzu aktiv, ixtiyoriy va ongli jarayon deb ataladi.

Ammo shunday odamlar borki ular uchun orzu faqat harakatning o'rin bosaridir. Bularda orzu shunchaki orzuligicha qoladi. Buning sabablaridan biri shundaki ular doimo muvaffaqiyatsizlikka uchrashi. Oqibatda bir necha omadsizlikdan keyin odam o'z rejalarini amaliyotda bajarishdan bosh tortadi va orzularga berilib ketadi.

Agar ixtiyoriy yoki aktiv, tasavvur oldindan belgilangan bo'lsa, ya'ni odamning irodali taraflari bilan bog'liq bo'lsa, u holda tasavurning passiv tomoni oldindan belgilangan va belgilanmagan bo'lishi mumkin. Oldindan belgilangan passiv tasavvur o'z xohishi bilan bog'lanmagan obrazlar yaratadi. Bu obrazlar orzu nomini olgan. Bunda odamning tasavvuri va hojatlari orasida yorqin aloqa paydo bo'ladi. Ushbu holatda odamning u uchun muhim paytda nima orzu qilayotganini payqab olishi judayam oson. Odamlar uchun yoqimli va jiz etadigan narsalar haqida o'ylash xos narsadir. Lekin orzu harakatni o'rnini bosishni boshlasa bu psixologik buzilish hisoblanadi. Odamning psixologik jarayonida orzuning ustunligi uning haqiqatdan uzoqlashishiga olib keladi, va o'zi o'ylab chiqqan dunyoga olib ketadi, bu holatlar esa odamning psixologik va sosial rivojlanishlarga to'siq buladi.

Beg'araz qilingan passiv tasavvur ongning zaiflashgan faoliyatida kuzatiladi, uning buzilishi, uyqusiragan va tush ko'rayotgan paytlarda. Passiv tasavurning eng katta ko'rsatkichi bu gallyusinatsiya holatidir, bunda odam yo'q narsalarni ko'radi, eshitada va sezadi. Gallyusinatsiya psixologik tarafdin zaiflashgan odamlarda kuzatiladi.

5.6. Tasavurning qayta ishlab chiqish mexanizmlari

Tasavurning jarayonida paydo bo'layotgan obrazlar, yo'q joydan paydo bo'laolmaydi. Ular ortirilgan tajribadan, narsa va ob'yektiv hayot haqidagi tasavvurlar asosida shakllanadi. Inson tomondan paydo

qilinadigan. taasurotlar va haqiqiy xayol haqidagi tasavvurlar har xil shaklda o'tishi mumkin.

Obraz paydo qiluvchi tasavvur ikki xil darajada o'tadi, birinchi bosqichda taasurotlar va tasavvurni asosiy qismlarga bo'lish kiradi. Boshqa so'zlar bilan aytganda birinchi bosqichda inson xayoldan olgan taasurotlarini shakllantirib tahlil qiladi.

Bu tahlil davomida ob'yektni abstraktlash, ya'ni u boshqa ob'yektlardan uzoqlashib va uning qismlari ham abstraktlashadi. Bu obrazlar bilan keyinchalik boshqa ikkita tur paydo qilinadi. Birinchidan bu obrazlar yangi aloqa va birlashuvlarga o'rnatiladi. Ikkinchidan bu obrazlarga yangi ma'no berilishi mumkin. Har qanday holatda ham abstraktlangan ob'yektlar ustida operatsiya o'tkaziladi, ularga "sintez" deb ta'rif beriladi. Bu operatsiyalar obraz shakllantiruvchi daraja bo'lib tasavvur faoliyatini sintezlovchi ma'no tashkil qiladi. Shuningdek tasavvur faoliyatini sintezlash juda ko'p qirralikdir.

Tasavvur jarayonidagi sintezlashni eng oddiy shakli bu aglyutinatsiya, ya'ni bir ob'yektdan ikkinchi ob'yektga uning xususiyatlari va qismlarini tasavvur orqali qo'shib yangi obraz paydo qilish. Aglyutinatsiyaning misollariga shularni qo'shishimiz mumkin: kentavor shimoliy Amerikaning hindularining chizmalaridagi qanotli odamlar. Qadimgi Egipt xudolar obrazi (Dumli odam hayvonlar va h.o.)

Aglyutinatsiya asosida yotgan jarayon turli xil. Odatda, ularni ikkita asosiy guruhga bo'lish mumkin: qabul qiliyotganda tanqid va tahlilning yetishmasligi va ixtiyoriy jarayon, ya'ni ong tamonidan nazorat qilinadigan fikrlashning umumlashuvi bilan bog'liqdir. Kentavr obrazi, chavandoz otini katta tezlikda choptirib ketayotgan vaqtida ko'zga ushbu shaklning aniq ravishda ko'rinmaganligi sababli, noaniq mavjudod ko'rinishida qabul qilinadi deb taxmin qilinsa, qanotli odam obrazini yasashga inson aqlining idrokan tushunib, uni havoda oson va tez harakatlanishiniga ahamiyat bergan.

Obrazni qayta tashkil qilishni keng tarqalgan uslubi, bu ob'yektni va uning qismlarini kattalashtirish yoki kichraytirish hisoblanadi. Ushbu yol bilan turli ertak qahramonlari yaratiladi.

Agglyutinatsiyani yaratilishi, yangi kontekstga aniq bo'lgan obrazni kiritish uslubi bilan amalga oshirilishi mumkin. Bunday holatda, tasavvurlar o'rtasida aloqa o'rnatiladi va aloqa yordamida obrazning barcha yaratilgan qismlari yangi mohiyatga ega bo'ladi. Odatda, tasavvurda yangi kontekst yaratilishida biror fikr yoki maqsad turki bo'ladi. Ushbu jarayon hamma tamonlama nazorat qilinadi, albatta agar u

tush bo'lmasa, uyqu vaqtida insonning idroki nazoratga bo'ysinmaydi. Aniq obrazni yangi kontekstga kiritilayotganda, inson ikkita, tasavvurlar va kontekst o'rtasidagi munosiblikga erishadi. Shu sababdan, butun jarayon boshidanoq aniq tushunilgan aloqaga bo'ysinadi.

Tasavvurni qayta ishlab obraz yaratishda va ularning jiddiy alomatlarini umumlashtirish bu sxematizatsiyadir.

Sxematizatsiya turli sharoitda joy egallashi mumkin. holatda, tasavvur tasodifan sxematizatsiyalanishi mumkin, va unda ikkinchi darajali qismlar ajratiladi, ular tasodifan predmetni qabul qilayotganda paydo bo'ladi. Natijada qabul qilishda xatolik ro'y beradi, bu xatolik real xayoldagi obrazni ongga noto'g'ri aks ettiradi. Bunday hodisalar ko'p holatlarda bolalarda uchraydi.

Ikkinchidan, ob'yektni yetarli to'liq qabul qilish vaqtida ro'y beradigan sxematizatsiyaga, uning ikkinchi darajali bo'lak va qismlarini yoddan chiqarish sabab bo'ladi. Bunday vaqtlarda, tasavvur uchun asosiy bo'lak va qismlar birinchi o'ringa o'tadi. Shu sababli tasavvur o'ziga xosligini yo'qotib, umumlashib boradi.

Va nihoyat uchinchidan, sxematizatsiyaning sababi, ob'yektning ikkinchi darajali qism va bo'laklardan idrokan alahsib ketish bo'ladi. Inson bila turib o'z e'tiborini uning fikri bo'yicha ob'yektning asosi hisoblovchi qismlarga qaratadi va natijada tasavvurni aniq bir sxemaga olib keladi.

Urg'u berish, ob'yektni kerakli, asosiy va aniq ishoralarini ko'rsatib o'tishni o'zidan tashkil etadi. Ko'p holatlarda bu usul badiiy obrazlarni yaratishda qo'llaniladi. Ushbu qabul qilish obrazini tasavvur obraziga qayta ishlashni asosiy xususiyati undagi, real hayotni aks ettirib, uni tiplarga bo'lib keng umumlashtirib beradi va ushbu umumlashuv doim aniq bir obrazda aks etadi. Shu bilan bir qatorda tasavvurlarni qayta tahlil qilish, tipik obrazni yaratishda mexanik yo'nalish yoki hisob kitobi bilan barpo qilinmaydi. Ushbu obrazni yaratish jarayonida o'zidan murakab ijodiy jarayon tashkil etadi va insonning o'ziga xos obraz yaratuvchi aniq fazilatlarni aks etadi.

5.7. Tasavvurning individual xususiyatlari va uning rivojlanishi.

Tasavvur turlari:

Tushlar - passiv tasavvur, ularning roli (ahamiyati) hali belgilanmagan, biroq, bu yerda ko'p hayotiy ehtiyojlar, biror sabablarga ko'ra real hayotda amalga oshmagan, ifoda va qondirish topadi.

Gallyustinatsiyalar - voqelik bilan hech qanday aloqasi bo'lmagan fantastik ko'rinishlar. Bu aql va tana ish buzilishi natijasi bo'lib, kasallik holatlari bilan kuzatiladi.

Xayol surish - bu oddiy ruhiy holat, fantastik shaklda bo'lib, ko'pincha ideal kelajak bilan bog'liq bo'ladi.

Orzu - hammasidan ham realistik va voqelik bilan bog'liq bo'ladi (asosan amalga oshadi)

Tassavurning voqelikligi shaxsning umumiy yo'nalishi bilan bog'liq bo'ladi.

Tassavurning turlari:

Aktiv tasavvur - bundan foydalanib inson o'z irodasini yanada mustahkamlaydi va o'z istagi bilan hohishidagi obrazlarni chaqira oladi.

Passiv tasavvur - obrazlar o'z-o'zidan paydo bo'ladi, insonning xohishibilan bog'liq bo'lmaydi.

Produktiv (unumdor) tasavvur - voqelik mexanik nusxalashtirilmaydi, balki voqelik inson ongi bilan ko'riladi.

Reproduktiv tasavvur - real holatni yuzaga keltirish masalasi qo'yiladi. Bu tasavvurda fantastik elementlari bo'lgani bilan, bu holat ko'proq idrok va xotiraga tegishli.

Tasavvur funksiyalari:

- voqelikni ijodiy tasavvur qilish
- hissiy holatlarni tartibga solish
- bilim jarayonlarini tartibga solish
- ichki harakatlar rejasini shakllantirish

Tasavvur obrazini yaratish yo'llari

• Agglyutinatsiya – obrazlarni qismlari, sifatlarini va xususiyatlarini birlashtirish.

• Urg'u berish – biror butunlikni qismlariga alohida urg'u berish.

• Tiplash – bu murakkablashgan uslubdir. Rassom aniq epizodni yaratadi, Shu bilan birga uni o'ziga singdiradi va uni voqeligiga aylanadi. Adabiy obraz ham shunday yaraladi, u obrazlarda har xil epoxalarning turli tabahalari va ularning tabiatlariga ahamiyat beriladi. Eng chambarchas bog'liqlik tasavvur va fikrlash orasida bo'ladi:

- To'xtovsiz qabul qilish chegaralaridan ortiqcha fikrlarni ajratadi;
- Kelajak haqida hayratlanishni uyg'otadi;
- Avval bo'lib o'tgan narsalarni jonlantiradi.

Ko'p odamlar tasavvur yorqinligi darajasi bilan farq qiladilar. Agar biz bunga tegishli shkala bor deb faraz qilsak, bir qutbda tasavvur yorqinligi juda yuqori bo'lgan odamlar bo'ladi va boshqa qutbda -

tasavvur yorqinligi juda xira odamlar. Odatda, tasavvurning rivojlanishining yuqori darajasi ijodiy mehnat qiladigan odamlarda kuzatiladi - yozuvchilar, rassomlar, musiqachilar va olimlar.

Odamlar o'rtasidagi muhim farqlar xayol dominant turi tabiati bilan bog'liq bo'ladi. Eshitish, ko'rish motorika tasvirlashtirish tasavvuri kuchli bo'lgan insonlar ko'p uchraydilar. Biroq, tasavvurning barcha turlari rivojlangan odamlar ham bor. Bu odamlar aralash tur deb atalmish turiga bog'liq bo'lishi mumkin. Tasavvur bir turiga mansub juda ko'p insonning individual psixologik xususiyatlarini aks ettiradi. Misol uchun, odamlar eshituv yoki motorika turidan bo'lsa, ular vaziyatni juda chuqurlashtirishadi, yoki raqibni tasavvur qilishadi. Ta'kidlash lozimki, inson rivojlangan tasavvur bilan dunyoga kelmaydi. Inson tasavvuri ontogenez davomida rivojlanadi va birinchi o'rinda avval yig'ilgan tasavvurlarning zahirasini talab qiladi va keyinchalik obrazlar yaratish uchun ashyo bo'ladi.

Eslatib o'tish joizki, inson rivojlangan tasavvur bilan tug'ilmaydi. Tasavvurning rivojlanishi birinchi navbatda inson ontogenezi jarayoni yordamida amalga oshiriladi va o'y xayol namoyishi yig'indisi talab etiladi va shu bilan birga tasavvur obrazlarini yaratish uchun muhim omil hisoblanadi. Tasavvur kishining har tomonlama rivojlanishi bilan zich bog'liq bo'lib, u o'quv va tarbiya jarayonida, tasavvur, xotira, iroda va hissiyot bilan rivojlanadi.

Tasavvur rivojlanish dinamikasini ifodalovchi, aniq bir yosh chegarasini aniqlash juda qiyindir. Tasavvurning o'ta erta rivojlanish misollari mavjud. Masalan Mosart musiqa to'qishni to'rt yoshida boshlagan. Repin va Serov olti yoshidanoq yaxshi chizar edilar. Shu bilan birga kech tasavvur rivojlanishi, kelajakdagi rivojlanishni pas darajada bo'lishiga ta'sir etmaydi. Tarixga nazar soladigan bo'lsak, buyuk insonlar, masalan Enshteyn, tasavvur rivojlanishi bilan ajralmagan, va aksincha ularni geniy deb ataganlar.

Inson tasavvurning rivojlanish etapini aniqlash juda qiyin bo'lsa ham, uning shakllanishining muayyan qonuniyatlari mavjud. Shunday qilib, tasavvur birinchi belgilari idrok jarayoniga bog'liqdir. Misol uchun, bir yarim yoshda bolalar eng oddiy hikoya yoki ertakni ham eshita olishmaydi, ular boshqa biror narsaga chalg'ishadi yoki uxlab qolishadi, biroq o'z boshidan kechirgan hikoyalarni rohat bilan tinglashadi. Bu hodisa aniq tasavvur va idrok bir biri bilan bog'liq ekanligini ko'rsatadi.

Bola o'z boshidan kechirgan voqealar haqida diqqat bilan eshitadi, chunki uning tushunchasi bu voqealar mavjud. Idrok va tasavvur

o'rtasidagi bog'liqlik keyingi qadamda ham saqlanib qoladi. Bola o'ynayotgan vaqtida avval olingan tasurotlarni boshqatdan ishlab chiqaradi, ko'rinishini o'zgartiradi. Oddiy stul, samolyot g'orga aylanadi, korobka - avtomashinaga. Aytib o'tish kerakki, bolaning tasavvuri ilk obrazlari uning qattiq harakatiga bog'liq bo'ladi. Bola orzu qilmaydi, u obrazni boshqatdan ishlab chiqaradi va o'z faoliyatida o'sha obrazni mujassam etadi, o'sha faoliyat - o'yinligiga qaramay.

Bola tasavvuri rivojlanishining asosiy bosqichi bolaning nutqi rivojlanish davri bilan bog'liq. Nutq bolaga nafaqat muayyan obrazlar balki, yanada xayoliy narsalarni va tushunchalarni tasavvur qilish imkoniyatini beradi. Bundan tashqari, nutq bolaga oddiy tasavvuriy faoliyatdan nutqiy faoliyatga o'tish imkonini beradi.

O'z navbatida nutqning rivojlanishi bilan bir qatorda bolaning amaliy tajribasi va e'tibori o'sib boradi. Buning natijasida bola endilikda predmet qismlarini alohida predmet sifatida qabul qiladi va eslab qoladi. Biroq sintez real hayotdagi noaniqliklar bilan sodir bo'ladi. Yetarlicha hayotiy tajribaga va tanqidiy qarashga ega emasligi natijasida bola obrazlarni real hayotdagiday tasavvur qila olmaydi. Bu bosqichning e'tiborga moyillik jihati shundaki bu paytda bolaning tasavvurida o'zi bilmagan holda xayoliy obrazlarning paydo bo'lishi. Ko'p hollarda bu obrazlar vaziyatga bo'g'liq ravishda yaraladi.

Tasavurning keyingi rivojlanish bosqichi uning aktiv ko'rinishlari bilan bog'liq. Bu bosqichda tasavvur jarayoni ixtiyoriy ravishda amalga oshiriladi. Tasavurning aktiv ko'rinishlarining paydo bo'lishi katta yoshlilarning tashabbusi bilan paydo bo'ladi. Masalan, katta odam boladan biror ish qilishni so'raganda (daraxt chizishni, kubikchalardan uycha yasashni va hak.), u tasavvur jarayonini aktivlashtiradi. Katta odamning iltimosini bajarish uchun bola avval tasavvurida ma'lum bir obraz yaratishi kerak bo'ladi. Bunda tasavvur jarayoni ixtiyoriy hisoblanadi chunki bola bu jarayonni boshqarishga urinadi.

Keyinchalik bola ixtiyoriy tasavvurni kattalarning ishtirokisiz amalga oshira boshlaydi. Tasavurning rivojlanishi bolaning o'yinlarida aks eta boshlaydi. Ular ma'lum bir maqsad va ma'noga ega bo'ladi. Endilikda atrofdagi predmetlar nafaqat shunchaki predmet balki bolaning tasavvurlarini amalga oshirish uchun ob'yektga aylanadi. Bola 4-5yoshdan boshlab o'z fikriga ko'ra chizish, qurish va narsalarni joyini o'zgartirish amallarini amalga oshiradi.

Tasavurning rivojidadagi boshqa bir muhim bosqich maktab yoshida sodir bo'ladi. Maktab darsliklarini o'rganishga bo'lgan ehtiyoj bolani

tasavvur jarayonini aktivlashtirishini shart qilib qo'yadi. Maktabdagi bilimlarni o'zlashtirish uchun bola o'zining tasavvurini maksimal darajada ishga soladi bu esa unda tasavvuriy obrazlarning qayta ishlash jarayonining o'sishiga olib keladi.

Maktab yillaridagi tasavvurlarni tez avj bilan rivojlanishining yana boshqa bir sababi, o'qish davomida bola jadallik bilan yangi, turli xil obektlar haqida va haqiqiy olamdagi hodisalar haqida tushunchalar paydo bo'la boshlaydi. Bu tushunchalar tasavvur uchun zarurdir va maktab o'quvchisini ijodiy g'ayrat bilan rag'balantirib turadi.

Mavzuni mustahkamlash va nazorat uchun savollar

1. Idrok haqida bilish psixik jarayoni sifatida gapirib bering.
2. Idrokning fiziologik asosini nima tashkil etadi?
3. Idrokning asosiy xossalari haqida gapirib bering.
4. Idrok illyuziyalari haqida nimalarni bilasiz?
5. Idrok turlari va shakllarining qanday tasniflanishlarini bilasiz?
6. Idrokda jism va fon, yaxlit va xususiy o'zaro munosabatlar haqida gapirib bering.
7. Idrokda individual farqlar nimalarda namoyon bo'ladi?
8. Bolalarda idrok rivojlanishining asosiy qonuniyatlarini ochib bering.
9. Xayol nima?
10. Xayolning qanday vazifalarini bilasiz?
11. Xayol turlarini ta'riflab bering.
12. Ijodiy obrazlarni yaratish uchun qanday usullardan foydalanadilar?
13. Ijodkorlik jarayonida xayol qanday ahamiyatga ega?
14. Odamlarda xayolning individual farqlari nimalardan iborat?
15. Xayolning rivojlanishi haqida gapirib bering.

VI-MAVZU. XOTIRA

Tayanch tushunchalar: xotira, soʻz-mantiqiy xotira, operativ xotira.

6.1.Xotira va shaxs tajribasining boyligi

“Agar sen oldingi xotiralaringni eslash qobiliyatini yoʻqotsang sen uchun hayot tugaydi” James Mc.Gaugx¹⁸.Psixolog sifatida shuni taʼkidlash lozimki, Xotira bu – doimiy va oʻzgaruvchan hamda saqlangan maʼlumotlarni oʻrganishdir. Xotira ustidagi izlanishlar uning qanday ishlashini tushunishimizga yordam beradi. Masalan 92 yoshli qariya insult bilan kasallangandan soʻng u oldingidek harakatlana olardi. U oilaviy albomlarni koʻrganda qarindoshlarini eslay oladi, ammo, kundalik yangi suhbatlarni va hatto haftaning qaysi kuni ekanligini eslay olmaydi. U har safar yangiliklarni eshitganda taʼsirlanadi va pochchasining oʻlimini tez-tez eslaydi. Buning aksi oʻlaroq Xotira Olimpiadasida medallar sovrindori rus jurnalisti Shereshevskiy boshqa jurnalistlar intervyularni qayd qilsa, u shunchaki tinglardi. Balki biz 7 yoki 9 tagacha boʻlgan raqamlarni takrorlay olarmiz ammo Shereshevskiy 70 tagacha boʻlgan raqamlarni 3 soniya ichida takrorlay oladi. Bundan tashqari, u raqamlarni orqadan oldiniga ham osonlik bilan aytib bera oladi. Hatto u yuzlab roʻyxatlar orasidan 15 yil oldingi roʻyxatni ham aniq aytib bera olgan. U shunday boshlagan: “Biz stol atrofida oʻtirgan edik, siz kursida kulrang kastyum kiygan holda oʻtirgan edingiz va menga mana bunday holatda qarayotgan edingiz”¹⁹.

Ajablanarli holat shunday emasmi? Siz ham imkoniyatlaringizni sinab koʻrishingiz mumkin. Atrofdan turli tovushlar, qoʻshiq, yuzlar, koʻrinishlar, turli joylar, turli taʼm va hidlar mavjud. Tasavvur qiling, siz 2500 ta yuzlar va joylarni har biriga 10 soniyadan vaqt ajratib koʻrdingiz. Keyinroq esa oldingisiga oʻxshamagan boshqa 280 ta yuzlar va joylarga eʼtibor bering. Ralf Xaberning axborotiga koʻra siz 90% oldingilarini eslab qolasiz. Keyingi tajriba tasavvur qiling, siz oldin shakli aniq boʻlmagan, har tomonlarga chizilgan rasmni koʻrdingiz, soʻngra shakli aniq boʻlgan toʻliq rasmni koʻrdingiz.

David Mitchellning tadqiqotlariga koʻra toʻliq obʼektlarni koʻrish va eslab qolish noaniqlariga nisbatan oson va tez. Xotira tadqiqotchilari 1

¹⁸ David G. Mayers Psychology 2010 by Worth Publishers 327 bet

¹⁹ David G. Mayers Psychology, © 2010 by Worth Publishers 328 bet

asrdan ko'proq vaqtdan buyon quyidagi savollarga javob izlamoda: Qanday qilib biz xotira yutuqlariga erishishimiz mumkin? Nima uchun biz, hatto, bir daqiqa oldin uchrashgan insonimizning ismini unutib qo'yamiz? Xotiralar miyada qanday saqlanadi? Nima uchun ayrim narsalarni tez unutamiz ammo alamli, istalmagan hodisalarni unutishimiz qiyin? Qanday qilib bir hodisa ikki shaxsning xotirasida turlicha qoladi? Xotiramiz imkoniyatlarini qanday o'stirishimiz mumkin?²⁰

Amerkalik Psixolog olimlar Devid G. Mayers "Psixologlar inson xotira tizimini qanday tasvirlashadi? Xotiraning qanday ishlash modeli bizga xotirani qanday tuzish va avvalgi holatiga qaytarish haqida o'ylashimizga yordam beradi" deb yozadi. Devid G. Mayers "U xotiraga o'ziga xos modelni tavsiya etadi.

Insonlarni o'rganish va axborotni qabul qilish bo'yicha 3 turga ajratsak bo'ladi. Bular: eshitish, ko'rish va harakat xotiralar. Bular miyaga kirayotgan xabarning turiga bog'liq.

Ko'rish: bunda yaqqol tasavvurlar hosil qilinadi. Bunda so'z tasavvurdagi manzaralar timsolida xotiraga joylashadi. Doktor Medina fikricha: barcha sezgi organlari ichida eng muhimi aynan axborot qabul qilish bo'yicha mavjud sezgidir.

Vizual xotira cheksizdir. Tadqiqotlardan birida ishtirokchilarga 10000 ta rasm berilgan va so'ng boshqa rasmlar bilan aralashtirilgan rasmlarni berib ularni ajratish topshirilgan. 99% aniqlikda rasmlar to'g'ri ajratilgan. Va hatto 3 oydan so'ng ham shu natija takrorlangan. 10% o'qiganda, 20% eshitganda, 30% o'qib eshitganda, 50% eshitib ko'rganlarda, 70% suhbatlashganda, 90% bajarayotganda eslab qolingan. Tevarakdagi ma'lumotlarni hissiyotlarimiz orqali qabul qilamiz. O'rganish va xotirada saqlashning turli usullari mavjud. Har bir odamda ma'lum usullarning majmui mujassam bo'lib turlicha usullarda turlicha o'rganish mumkin²¹.

Ma'lum bo'lishicha, inson miyasi har qanday ma'lumotni saqlab qoladi. Agar shu ma'lumot biror sabab bilan odamga kerak bo'lmasa, yoki o'zgarmasa, u ongdan tabiiy tarzda yo'qoladi. Lekin har doim ham bizning professional faoliyatimiz manfaatlariga mos ma'lumotlarni esda saqlash

²⁰ David G. Mayers Psycholog, © 2010 by Worth Publishers 329 bet

²¹ David G. Mayers Psychology © 2010 by Worth Publishers 327 bet

juda zarur va shuning uchun ham ko'pchilik ataylab xotira tarbiyasi bilan shug'ullanadi.

Shu o'rinda xotira borasidagi ta'riflarga qaytsak, ko'pgina adabiyotlarda xotira tushunchasi quyidagicha ta'riflanadi. «*Individning o'z tajribasida esda olib qolishi, esda saqlashi va keyinchalik uni yana esga tushirishi xotira deb ataladi*».

Shaxsning yo'nalishi uning qiziqishida ifodalanadi. Kishining qiziqishi xotiraga aniq va kuchli ta'sir ko'rsatadi, ya'ni yaxshi esda olib qolishni ta'minlaydi. Biz ko'pincha u yoki bu narsa haqidagi hodisalarni yomonlarini esda qoldiramiz. Bu xotiraning yomonligini emas, balki ularga qiziqish yo'qligini ko'rsatadi. Masalan, o'quvchilar hamma fanlarni bir xil o'zlashtira olmaydilar. Bu ularning har xil xotiraga ega ekanliklari bilan emas, balki o'qitilayotgan fanga qiziqishning har xilligi bilan tushuntiriladi. Esda olib qolishga kishining emotsional munosabati ham katta ta'sir ko'rsatadi. Kishi uchun yaqqol hayajonli reaksiya vujudga keltiruvchi narsalar ongda chuqur iz qoldirib, puxta va uzoq yodda saqlanadi. Biz bir narsadan ta'sirlansak, o'sha uzoq vaqt esda saqlanadi. Samarali xotira kishining iroda sifatlariga ham bog'liqdir. Kuchsiz, irodasiz kishilar har doim yuzaki yomon xotirleydilar. Aksincha, irodali, materialni o'zlashtirishga astoydil kirishadigan kishilar puxta va chuqur eslab qoladilar. Samarali xotira kishining umumiy madaniyatiga, uning aqliy saviyasiga, bilimiga, uquviga fikrlash qobiliyatiga, ko'nikma va odatlariga ham bog'liqdir. Shunday qilib, xotiraning tabiati va uning samaraliligi shaxsning xususiyatlari bilan bog'liqdir. Shaxs o'z oldiga qo'yilgan maqsad va vazifalari asosida o'zining xotirlash jarayonini ongli ravishda tartibga soladi va boshqaradi.

Xotira sohasida quyidagi asosiy jarayonlar: esda olib qolish, esda saqlash, esga tushirish va unutish bir-biridan farq qilinadi. Bu jarayonlar faoliyatda tarkib topadi va belgilanadi. Ma'lum materialni esda olib qolish hayot faoliyati davomida individual, ya'ni shaxsiy tajribani to'plash bilan bog'liqdir. To'plangan tajribadan keyingi faoliyatda foydalanish qayta esga tushirishni talab qiladi. Ma'lum materialning faoliyatda qatnashmay qolishi yoddan chiqarishga olib keladi.

6.2. Hayotimizda xotiraning ahamiyati.

Yaxshiyamki xotiramiz bor. Xotira tufayli bizda ajoyib imkoniyatlar borligini so'zsiz qabul qilamiz. Xotira hayotimizni belgilaydi. Xotira tufayli biz oilamizni taniymiz, o'z tilimizda gapira olamiz, uyimizga olib boradigan yo'lni yo'qotmaymiz hamda oziq ovqat va suv joyini

aniqlaymiz. Xotira tufayli biz tajribalarimizdan bahramand bo'lamiz va uni qayta qo'llay olamiz. Ammo, ba'zida aynan xotira tufayli aybdorlarni va aybdorligimizni kechira olmaymiz. Biz nimani ko'proq eslasak, u xotiramizning katta qismini egallaydi. Agar xotiramiz bo'lmaganida, o'tgan quvonchli va alamli lahzalarimizni, aybdorlik hissini yoki g'azabni sezmagani bo'lardik. Uning o'rniga biz hozirgi yangi lahzada yashagan bo'lardik. Bunday holatda har bir kishi begona va har bir til yangi hamda har safarda kiyinish, ovqat pishirish va velosiped haydash muammosi kabi muammolar bo'lardi. Biz hatto o'zimizga ham begona bo'lardik. Uzoq o'tmishimiz va hozirgi lahzamiz o'rtasida hech qanday bog'liqlik bo'lmasdi. Xotira tadqiqotchisi Jamesning ta'kidlashicha: "Agar sen oldingi xotiralarini eslash qobiliyatini yo'qotsang sen uchun hayot tugaydi".

Xotirani o'rganish. Axborot ishlash modellari. Psixologlar inson xotirasi tizimini qanday tasvirlashadi? Xotiraning ishlash modeli bizga xotirani qanday tuzish va avvalgi holatiga qaytarish haqida o'ylashimizga yordam beradi. Odatda ko'p uchraydigan birinchi model: kompyuterda axborotni ishlash tizimining ba'zi jihatlari inson xotirasiga o'xshashligidir. Biz har qanday hodisani eslashda: miyamizga ma'lumotlarni olamiz (kodlash), ma'lumotlarni mustahkamlaymiz (saqlash), keyinchalik u ma'lumotlardan foydalanamiz (qayta ishlash). Kompyuterda ham xuddi shunday ma'lumotlarni kodlash, saqlash va qayta ishlash mavjud. Kompyuterda ham ma'lumotlar kodlarda saqlanadi. Kompyuterga ma'lumotlar klaviaturada kiritilsa, miya ma'lumotlarni hissiy kodlashtiradi. Kompyuterda ma'lumotlarni saqlashda chegaralar bor. Ammo, kompyuter xotirasi biznikiga nisbatan aniq va mustahkam. Bundan tashqari kompyuter xotirasida ma'lumotlar jarayoni tez, ammo, inson miyasida bu jarayon sekin va bir vaqtning o'zida ko'p vazifalarni bajarishi mumkin. Psixologlar bir necha axborotni qayta ishlash modellarini taklif qilishmoqda. Birinchi zamonaviy model: Muvofiqlik-bir-biriga bog'liq xotiralarining nerv tarmoqlarida paydo bo'lishi. Muayyan xotiralar asosan shu operatorlar tarmog'ida faollashadi. Biroz eskiroq, ammo, oson bo'lgan ikkinchi model: Richard Atkinson va Richard Shiffrin xotirani 3 bosqichda tashkil etishni taklif etdi:

Vaqtinchalik hissiy xotira.

Qisqa muddatli xotira.

Uzoq muddatli xotira.

Bu 3 bosqichli jarayon oddiy bo'lsa-da tarixiy ahamiyatga ega. Bu 3 bosqichli jarayon cheklangan va aniq. Bu yangilangan model 2 ta muhim

yangi tushunchalarni keltiradi: birinchi ikki bosqichda ongli xabardorlik. Ishchi xotira uzoq muddatli xotiraga to'g'ridan-to'g'ri va avtomatik ravishda axborot faol qayta ishlanadi. Biz barcha axborotlarni shu zahoti sergaklikda o'ylay olmaymiz. Biz ko'pincha muayyan, yangi yoki muhim bo'lgan axborotlarigagina e'tiborimizni qaratamiz. Masalan, biz xotiraning hajm quvvatini aniqlashimiz mumkin: tasavvur qiling, sizga alifbodagi biron harf ko'rsatildi, so'ngra oddiy bir savol so'raldi, keyin navbatdagi harf va keyin yana boshqa oson savol so'raldi. Yaxshi natijaga erishganlar savollarga qaraganda harflarni eslab qolishdi. Ular kundalik hayotida asosiy e'tiborlarini vazifalarga qaratishadi.

Hissiy xotira – Xotira tizimida hissiy ma'lumotlarni zudlik bilan qisqa eslab qolish. Bir lahza yuzlaridagi ma'lumotlarni qayd etadi.

Qisqa muddatli xotira – faol xotirada bir necha belgilar aniq saqlanadi, masalan, 7 ta raqamgacha bo'lgan ma'lumotlarni eslab qolamiz. Aynan shu faoliyatdagi yoki ishlovchi xotira bo'lishi mumkin. Fikrlashimiz asosida ishlovchi, vazifalarni bajaruvchi ijro etuvchi xotiralar yotadi. Qisqa muddatli xotirani biz bo'laklarga bo'lib uzaytirishimiz mumkin.

Uzoq muddatli xotira – xotira tizimidagi doimiy va chegarasiz bog'liqlik. U nisbatan samarali va mustahkam. Bilim, ko'nikma va tajribalarni o'z ichiga oladi. Unutilgan ma'lumotlarni gipnoz yoki elektrlash orqali qayta eslash va uzoq muddatli xotiraga o'tishini tezlashtirishi mumkin. Uzoq muddatli xotira o'ziga xos tarzda ishlatilmagan xotiralarni bir chekkada saqlab qo'yadi. U cheksiz va tashqi ta'sirga moyil emas. Qisqa muddatli va uzoq muddatli xotira vaqti bo'yicha ham, ma'lumotlarni saqlab qo'yish bo'yicha ham farq qiladi.

Atkinson va Shifrinning klassik 3 bosqichli modeli xotira jarayonini tushunishda yordam beradi, ammo bugungi tadqiqotchilar uzoq muddatli xotiraning boshqa yo'llarini ham topishdi. Masalan ayrim axborotlar xotiraning ongli ishtiroki orqali "orqa eshik"dan uzoq muddatli xotiraga o'tadi. Ishchi xotirasida ko'p va faol ishlash qisqa muddatli xotira bosqichida uchraydi. Doktor Penfild faoliyati davomida epilepsiya kasaliga chalingan bemori miyasining qaysi qismi jarohatlanganini bilish uchun bemor miyasining qismlariga kichik elektr toklar jo'natadi. Bemor og'riq sezmaydi, chunki miyada og'riq sezuvchi nervlar yo'q. Shunda bemor yoshligidagi voqealarni eslayotganini aytdi. Bu doktorning hujayralarga birma bir tegib chiqayotgani natijasi edi. Shundan keyin Penfild o'z taklifini bildirdi, biz deyarli barcha ma'lumotlarni xotiramizda saqlab qolamiz, gap ularni qayta eslash uchun turtki berishda.

Biz qanday qilib ma'lumotlarni kodlaymiz?

Ba'zi axborotlar masalan: yurish yo'nalishingiz, tanish voqealar xotira tizimida tanish bo'ladi. Ba'zida siz telefon raqamlarni yodlash uchun unga diqqatingizni jamlaysiz. Bir vaqtning o'zida shu faoliyat uchun miya salohiyatiga avtomatik ishlov berish tufayli vazifalarning katta miqdori sizning ongingizda davom etadi. Masalan, kosmos haqidagi ma'lumotlarni qayta ishlashda ongli harakat yuzaga keladi. O'rganishda esa sahifadagi ma'lumot materialidan kodlar joylashadi. Keyinchalik bu ma'lumotni eslash uchun u joylashgan joy va vaqtni tasavvur qilishingiz mumkin.

Makon: O'rganayotganda sahifa joylashgan hudud, ma'lumotni olgan sahifangiz orqali eslab qolish mumkin. Hamda o'rganayotgan xona orqali eslash imkoniyati ham mavjud.

Vaqt: Siz o'rganayotganda kunlik voqealarning ketma-ketligini eslashingiz mumkin. Keyinchalik bu ketma-ketlikni qayta tiklashingiz mumkin.

Takrorlanish: biror voqeaning necha marta sodir bo'lganini eslashingiz mumkin. Keyinchalik tasavvur qilishingiz mumkin. Masalan "men uning uyiga 3-marta borgandim" kabi.

Yaxshi o'zlashtirilgan ma'lumotlar: masalan siz ona tilingizdagi biror so'zni uchratdingiz, uni yoza olmasligingiz mumkin, lekin siz uning ma'nosini aniq tasavvur qilasiz, chunki bu necha yillardan buyon foydalanadigan axborotingiz.

Xotira jarayoni va uning turlari.

Xotira biz ilgari idrok qilgan, boshdan kechirgan va bajargan ishlarimizni yodda saqlash, keyinchalik ularni eslash yoki xotirlash jarayonidir. Biz har kuni yangi narsalarni bilamiz, kun sayin bilimlarimiz boyib boradi. Xotira faoliyatida shaxsning g'oyaviy yo'nalishi katta o'rin egallaydi. Bu yo'nalish uning faoliyatini hayot sharoiti ta'sirida shakllantiradi. Kishi o'zining shu faoliyati uchun muhim bo'lgan voqea, hodisalarni yaxshi eslab qoladi. Aksincha, kishi uchun kam ahamiyatga ega bo'lgan narsalar yomon esda qoldiriladi va tezda unutib yuboriladi. SHu o'rinda xotira borasidagi ta'riflarga qaytsak, ko'pgina adabiyotlarda xotira tushunchasi quyidagicha ta'riflanadi. «Individning o'z tajribasida esda olib qolishi, esda saqlashi va keyinchalik uni yana esga tushirishi *xotira* deb ataladi». Lekin mazkur ta'riflarni tahlil qilgan professor E.G'oziev tomonidan xotira tushunchasiga quyidagicha ta'rif beriladi. «*Xotira* atrof-muhitdagi voqelik (narsa)ni bevosita va bilvosita, ixtiyoriy va ixtiyorsiz ravishda, passiv va faol holda, reproduktiv va produktiv

tarzda, verbal va noverbal shaklda, mantiqiy va mexanik yo'l bilan aks ettiruvchi esda olib qolish, esda saqlash, qayta esga tushirish, unutish hamda tanish hissidan iborat psixik jarayon. Alohida va umumiylik namoyon qiluvchi ijtimoiy hodisa barcha taassurotlarni ijobiy qayta ishlashga yo'naltirilgan mnemik faoliyatdir».

Shuni ta'kidlash joizki, keltirilgan mazkur ta'rif xotiraning murakkab, keng qamrovli jihatlarini to'la ta'kidlash imkoniyatiga ega.

Shaxsning yo'nalishi uning qiziqishida ifodalanadi. Kishining qiziqishi xotiraga aniq va kuchli ta'sir ko'rsatadi, ya'ni yaxshi esda olib qolishni ta'minlaydi. Biz ko'pincha u yoki bu narsa va hodisalarni yomon esda qoldiramiz. Bu xotirani yomonligini emas, balki ularga qiziqish yo'qligini ko'rsatadi. Masalan, o'quvchilar hamma fanlarni bir xil o'zlashtira olmaydilar. Bu ularning har xil xotiraga ega ekanliklar bilan emas, balki o'qitilayotgan fanga qiziqishning har xilligi bilan tushuntiriladi. Esda olib qolishga kishining emotsional munosabati ham katta ta'sir ko'rsatadi. Kishi uchun yaqqol hayajonli reaksiya vujudga keltiruvchi narsalar ongda chuqur iz qoldirib, puxta va uzoq yodda saqlanadi. Biz bir narsadan ta'sirlansak, o'sha uzoq vaqt esda saqlanadi. Samarali xotira kishining iroda sifatlariga ham bog'liqdir. Kuchsiz, irodasiz, ishyoqmas kishilar har doim yuzaki, yomon xotirlaydilar. Aksincha, irodali, materialni o'zlashtirishga astoydil kirishadigan kishilar puxta va chuqur eslab qoladilar. Samarali xotira kishining umumiy madaniyatiga, uning aqliy saviyasiga, bilimiga, uquviga fikrlash qobiliyatiga, ko'nikmaa va odatlariga ham bog'liqdir. Shunday qilib, xotiraning tabiati va uning samaraliligi shaxsning xususiyatlari bilan bog'liqdir. SHaxs o'z oldiga qo'yilgan maqsad va vazifalari asosida o'zining xotirlash jarayonini ongli ravishda tartibga soladi va boshqaradi.

Xotira sohasida quyidagi asosiy jarayonlar: esda olib qolish, esda saqlash, esga tushirish va unutish bir-biridan farq qilinadi. Bu jarayonlar faoliyatda tarkib topadi va belgilanadi. Ma'lum materialni esda olib qolish hayot faoliyati davomida individual, ya'ni shaxsiy tajribani to'plash bilan bog'liqdir. To'plangan tajribadan keyingi faoliyatda foydalanish qayta esga tushirishni talab qiladi. Ma'lum materialning faoliyatda qatnashmay qolishi yoddan chiqarishga olib keladi.

6.3. Xotiraning nerv fiziologik asoslari

Esda olib qolish nerv tizimining egiluvchan, ya'ni o'zgaruvchanlik, qo'zg'atuvchilar ta'sirida o'zida go'yo bir iz qoldirish, saqlash imkoniyati tufayli yuzaga keladi. Har qanday insonning miyasi egiluvchanlik

xususiyatiga ega bo'lib, uning darajasi har xil bo'ladi. SHaxs xotirasining sifati miyaning faolligi va turli faoliyatga to'g'ridan-to'g'ri bog'liq ravishda rivojlanadi. Atrofni o'rab olgan borliqni faol biluvchi kishi o'z miyasi faoliyatini to'xtovsiz kuchaytiradi. SHu bilan birga uning egiluvchanlik darajasini oshiradi. Miya egiluvchanligi vaqtincha pasayishi, xotira samarasining susayishi, ba'zi paytda odamning toliqishiga sabab bo'ladi. Dam olgandan keyin yana tiklanadi. Odatda miya egiluvchanligi yosh o'tishi bilan susayadi. Masalan, keksa kishilar gaplaridan adashib ketadi, ilgari gapirganlari esdan chiqib, o'sha gapni takrorlayveradilar. Miya egiluvchanligining ko'rsatkichi bosh miya po'stlog'ida muvaqqat nerv aloqalarini tezlikda vujudga kelishi, davomli saqlanishi va ularning tez, oson jonlantirilishi hisoblanadi. Muvaqqat nerv aloqalari assotsiatsiyalarni hosil qiluvchi fiziologik mexanizmdir. Assotsiatsiya bizning xotiramizda mustahkamlangan va ongimizda qayd qilingan ayrim voqea hodisalarning o'zaro bog'lanishidir. Biror buyumni esda olib qolish, boshqa buyumlar bilan bog'lash orqali amalga oshiriladi. Bu o'rinda akademik I.P.Pavlovning quyidagi so'zlari juda xarakterlidir. «Muvaqqat nerv bog'lanishlari – deb yozadi I.P. Pavlov hayvonot olamida va bizning o'zimizda ham bo'ladigan eng umumiy fiziologik hodisadir. SHu bilan birga u psixik hodisa hamdir, turli-tuman harakat, taassurot bo'lmasa harflar, so'zlar va fikrlar o'rtasida paydo bo'ladigan bog'lanishlar-ki, bu bog'lanishlarni psixologlar assotsiatsiyalar deb ataydilar».

Xotira, ya'ni esda olib qolish, idrok qilinayotgan narsalardan hosil bo'lgan obrazlar o'rtasida assotsiatsiyalarning yuzaga kelishidan iboratdir. SHu bois inson xotirasidagi assotsiatsiyalar 3 turga ajratiladi. Bular yondoshlik assotsiatsiyasi, o'xshashlik assotsiatsiyasi va qarama-qarshilik assotsiatsiyalaridan iboratdir. Yondoshlik assotsiatsiyasining asosida vaqt va fazoviy munosabatlar yotadi. Boshqacha qilib aytganda, yondoshlik assotsiatsiyasi bir necha narsa yoki hodisalarni ayni bir vaqtda yoki ketma-ket idrok qilishdan hosil bo'ladi.

Masalan, bog'chada bolasi har kuni o'zining tarbiyachi opasi va tarbiyalanayotgan guruhini idrok qiladi. Keyinchalik, ya'ni katta bo'lgandan so'ng bog'chasini eslasa tarbiyachi opasi va aksincha, tarbiyachi opasini eslasa, bog'cha guruhi ko'z o'ngida gavdalanadi.

Hozirgi paytda idrok qilinayotgan narsa bilan ilgari idrok qilingan narsa o'rtasida ma'lum o'xshashlik bo'lsa, bu narsalar o'rtasida o'xshashlik assotsiatsiyasi hosil bo'ladi. *Masalan*, bola dastavval bog'chaga kelgan paytida bog'cha mudirasining tashqi ko'rinishi, ovozi

va munosabatlarini o'z onasiga o'xshatishi mumkin. Keyinchalik bola onasini ko'rganda, mudira opasini va aksincha mudira opasini ko'rganda onasini eslaydigan bo'lib qoladi. Bu ikkala odamning bola tasavvuridagi obrazlari o'rtasida assotsiatsiya hosil bo'ladi.

Hozirgi idrok qilinayotgan narsalar bilan ilgari idrok qilinayotgan narsalar o'rtasida qarama-qarshi belgilar va xususiyatlar bo'lsa, bunday narsalar o'rtasida qarama-qarshilik assotsiatsiyasi yuz beradi. *Masalan* yoz-qish, issiq-sovuq kabi narsalar o'rtasida qarama-qarshilik assotsiatsiyalari hosil bo'ladi.

Shunday qilib, xotiraning nerv-fiziologik asosida bosh miya po'stida hosil bo'ladigan shartli reflekslar, turli assotsiativ bog'lanishlar yotadi. Lekin, odam esda olib qolish paytida assotsiatsiyalar hosil bo'lganligini mutlaqo sezmaydi. Har xil assotsiatsiyalarning hosil bo'lganini odam keyinchalik biror narsani esga tushirish paytida bo'ladi.

Xotiraning nerv-fiziologik mexanizmlari xususida to'xtalar ekanmiz, so'nggi yillarda texnikaning g'oyat tez rivojlanishi natijasida turli esda olib qoluvchi apparatlarga bo'lgan ehtiyoj benihoya ko'payib ketganligini ta'kidlash joiz. Bu o'z navbatida xotiraning nerv-fiziologik mexanizmlarini psixolog va fiziologlardan tashqari injenerlar, bioximiklar, genetiklar hamda kibernetiklar tomonidan o'rganilishiga olib keldi. Natijada xotiraning nerv fiziologik mexanizmlarini tushuntiruvchi bir qancha yangi nazariyalar maydonga keldi. Ana shunday nazariyalardan eng muhimi molekularning o'zgarishi bilan bog'liq bo'lgan bioximik nazariyadir. Bu nazariyaga ko'ra biror narsani esda olib qolish va esda saqlab turish maxsus tuzilishni o'zgarishi bilan bog'liqdir. O'tkazilgan tekshirishlarga ko'ra, biror narsa esda olib qolinganda, asosan nerv hujayralarining (neyronlarning) dendrit shoxlari tarkibida o'zgarish yuzaga keladi. Ular qandaydir boshqacharoq tuzilishga kirib oladilar. Dendritlar tuzilishidagi hosil bo'lgan o'zgarish darrov o'tib ketadigan bo'lmay, ancha mustahkam bo'ladi. SHu sababli esda olib qolgan narsa uzoq vaqt xotirada saqlanib turadi.

6.4. Xotira turlari

Xotira insonning holati va faoliyatining barcha sohalarida qatnashishi tufayli uning namoyon bo'lish shakllari, holatlari, shart-sharoitlari, omillari ham xilma-xil ko'rinishga egadirlar. Odatda xotirani muayyan turlarga ajratishda eng muhim asos qilib uning tavsifnomasi sifatida esda olib qolish, esda saqlash, esga tushirish, unutish singari jarayonlarni amalga oshiruvchi faoliyatining xususiyatlariga bog'liqligi olinadi. SHu

o'rinda ta'kidlash joizki, ayrim darsliklarda xotira turlari turlicha klassifikatsiya qilinadi. Jumladan, A.V.Petrovskiy tahriri ostida chiqqan «Umumiy psixologiya» darsligida quyidagi klassifikatsiya uchraydi:

Faoliyatda ko'proq sezilib turadigan psixik faollikning xususiyatiga qarab: harakat, emotsional, obrazli va so'z mantiq xotira.

Faoliyatning maqsadlariga ko'ra: ixtiyorsiz va ixtiyoriy xotira.

Materialni qancha vaqt esda olib qolish va esda saqlash muddatiga ko'ra: qisqa muddatli, uzoq muddatli va operativ xotira.

M.G.Davletshin tahriri ostida chiqqan «Umumiy psixologiya» o'quv qo'llanmasida quyidagi xotira klassifikatsiyasi qayd qilinadi:

Psixik faolligiga ko'ra: ixtiyoriy va ixtiyorsiz xotira.

Faoliyat maqsadiga ko'ra: harakat, emotsional, obraz va so'z-mantiq xotirasi.

Muddatiga ko'ra: uzoq muddatli, qisqa muddatli va operativ xotira.

E.G'oziev tahriri ostida chiqqan «Umumiy psixologiya» o'quv qo'llanmasida xotira turlari quyidagicha klassifikatsiya qilingan.

1. Ruhiiy faoliyatning faolligiga ko'ra:

a) harakat yoki motor harakat xotirasi;

b) obrazli xotira;

v) his-tuyg'u yoki hissiyot xotirasi;

g) so'z-mantiq xotira.

2. Ruhiiy faoliyatning maqsadiga binoan:

a) ixtiyorsiz;

b) ixtiyoriy;

v) mexanik.

3. Ruhiiy faoliyatning davomiyligiga ko'ra:

a) qisqa muddatli xotira;

b) uzoq muddatli xotira;

v) operativ (tezkor) xotira.

4. Ruhiiy faoliyat qo'zg'atuvchisining sifatiga ko'ra:

a) musiqiy;

b) eshitish xotirasi;

5. Ruhiiy faoliyatning inson yo'nalishiga qarab:

a) fenomenal;

b) kasbiy.

Keltirilgan xotira turlarini umumiy tarzda quyidagicha ifodalash mumkin.

Harakat xotirasi - inson faoliyatining har bir turida ruhiy faollikning u yoki bu ko'rinishlarini ustunlik qilishida kuzatiladi. Masalan, harakat,

hissiyot, idrok, aql-zakovat kabi ruhiy faoliyatning ko`rinishlari mavjuddir. Ana shu ruhiy faollik turlarining har biri tegishli harakatlarda va ularning mahsulotlarida o`z ifodasini topib harakatlarda, hissiy kechinmalarda, tuyg`ularda, obrazlarda, timsollarda, fikr va mulohazalarda aks etadi.

Turli harakatlar va ularning bajarilishi tartibi, tezligi, sur`ati, izchilligi va boshqalarni esda qoldirish, mustahkamlash, esga tushirishdan iborat xotira turi harakat xotirasi deb ataladi.

Xotiraning boshqa turlariga qaraganda, harakat xotirasi ba`zi odamlarda aniq ravshan ustunlik qilishi uchraydi. Psixologiya fanida klassik misolga aylanib qolgan ushbu holatni keltirib o`tish maqsadga muvofiqdir: bir musiqa ishqibozi musiqalarni xotirasida mutlaqo qayta tiklay olmas ekan, lekin u yaqindagina eshitgan operani faqat pantomimika tarzidagina qayta tiklash imkoniyatiga ega bo`lgan. Turmushda shunday odamlar uchraydiki, ular o`zlarida harakat xotirasining borligini umuman payqamaydilar. Mazkur xotira turining g`oyat ahamiyati shundan iboratki, u yurish, yozish, ifodali harakat malakalari bilan bir qatorda har xil amaliy mehnat malakalarini tarkib toptirishning asosini tashkil qiladi. Agar insonda harakat xotirasi bo`lmaganda edi, o`zini har gal «boshdan boshlab» o`rganar edi. Figurali uchish, langar bilan sakrash, gimnastika, chopish, xatti-harakatlar, badiiy gimnastika bilan shug`ullanish harakat xotirasini taqozo etadi. Jismoniy chaqqonlik, mehnat mahorati, «oltin qo`llar», ziyrak ko`zlar, egiluvchanlik va kuzatuvchanlikka ega bo`lish yuksak, barqaror harakat xotirasi mavjudligining alomati bo`lib hisoblanadi.

His-tuyg`u yoki hissiyot xotirasi. Bu xotira his-tuyg`ular, ruhiy kechinmalar, hissiyotlar, ehtiyojlarimiz va qiziqishlarimiz qanday qondirilayotganligidan, atrofimizdagi narsa va hodisalarning xususiyatiga nisbatan munosabatimiz qay tarzda amalga oshirilayotganligidan doimo xabar berib turish imkoniyatiga ega. SHuning uchun har bir kishining hayoti va faoliyatida hissiy xotira turi juda katta ahamiyat kasb etadi.

Voqelikdagi narsa va hodisalardan, o`z-o`zimizga bo`lgan munosabatlarimizdan kelib chiqadigan yoqimli hamda yoqimsiz kechinmalarni esda qoldirish, esda saqlash, esga tushirishdan iborat xotira turi hissiy xotira turi deb ataladi. Boshimizdan kechirgan va xotiramizda saqlanib qolgan hissiyotlar harakatga undovchi va o`tmishda salbiy kechinmalarga ega bo`lgan harakatlardan saqlanib qoluvchi signal tarzida namoyon bo`ladi.

Hissiy xotira o'zining vujudga kelish xususiyati, tezligi, dinamikasi, davomiyligi bilan xotiraning boshqa turlaridan ma'lum ma'noda ajralib turadi. Har bir odamga o'z turmush tajribasidan ma'lumki, ko'pincha, qachonlardir o'qigan kitoblar, tomosha qilgan kinofilmlar faqat «taassurotlar», bog'lanishlar zanjirini yechishning dastlabki tuguni sifatida namoyon bo'ladi. SHuning uchun hissiy xotira ijtimoiy ahamiyat kasb etib, umumiylik alohida olingan odamlar kayfiyatlari bir-birlariga o'xshashligi, iliq ruhiy muhitni vujudga keltirish yoki noxush kechinmalar to'loqini barpo etish ehtimoli to'g'risida mulohaza yuritilayotgan alomati ostida ijtimoiy guruh, jamoaviy, barqaror va beqaror kayfiyatni vujudga keltiradi.

Obrazli xotira - tasavvurlar va turmush manzaralari, shuning bilan birga, tovushlar, ta'mlar, ranglar shakllar, bilan bog'liq bo'lgan xotira turidir. Obraz xotirasi deb yaqqol mazmunni, binobarin, narsa, hodisalarning aniq obrazlarini, ularning xususiyatlari va bog'lanishlarini esda qoldirish, ongda mustahkamlash hamda zaruriyat tug'ilganida esga tushirishdan iborat xotira turiga aytiladi.

Psixologiya fanida obrazli xotiraning bir necha turlari ajratib ko'rsatiladi va ular quyidagilardan iborat.

Izchil obrazlar sensor xotiraning eng sodda ko'rinishi yoki shakli izchil obrazlardan iboratdir. Izchil obrazlarning namoyon bo'lish hodisasi quyidagilardan tuziladi: agar sub'ektga bir necha daqiqa oddiy qo'zg'atuvchi yuborilsa, jumladan 10-15 sekund yorqin qizil kvadratga qarab turish taklif etilsa, so'ng tekshiruvchi oldidan kvadrat olib quyilsa, u qizil kvadrat o'rnida xuddi shunday geometrik shakl izini ko'rishda davom etadi. Asosan bu shakl ko'pligi rangda tovlanadi. Mazkur iz o'sha zahoti, ba'zan bir necha sekunddan keyin paydo bo'lib, 15 sekunddan to 45-60 sekundgacha o'sha ob'ektda saqlanib turadi, shundan so'ng asta-sekin oqara boshlaydi. Natijada o'zining aniq qon turini yo'qotadi, keyinchalik mutlaqo yo'qolib ketadi. Goho butunlay yo'qolishi uchun qaytadan paydo bo'lishi mumkin. Odamlarning individual psixologik xususiyatlariga qarab, izchil obrazlarning aniqligi va davomiyligi turlicha bo'lishi ko'zga tashlanadi.

O'zining kelib chiqishi, kuchliligi jihatidan izchil obrazlar salbiy va ijobiy turlarga bo'linadi. Agar kuchli ravishda odam qizil rangga qarab turib, so'ngra nigohini oq qog'ozga ko'chirsa, u holda ob'ektda ko'k-yashil rang paydo bo'lganday ko'rinadi. Izchil obrazlarning ushbu turi salbiy, izchil obrazlar deb ataladi. Bu holatni yana bir misol orqali tushuntirilsa, quyidagi ketma-ketlik hodisasi namoyon bo'ladi. Qorong'u

xonada ko'z oldida bir narsaga, masalan, qo'l yaqinlashtirilsa so'ngra qisqa muddatli (0,5 sek) elektr chirog'i yoqilsa, bu holda chiroq o'chgandan keyin odam bir necha daqiqa davomida narsalarning aniq obrazini ko'rishda davom etadi. Mazkur obraz o'z rangida bir qancha muddat saqlanib, so'ng ko'zdan yo'qoladi.

Izchil obrazlar xotira jarayonining sodda izlariga misol bo'la oladi. CHunonchi, hodisalarga qarab uzaytirish ixtiyoriy ravishda qayta tiklash mumkin emas. Binobarin, izchil obrazlar ushbu xotiraning murakkabroq turlaridan ana shu jihatlari bilan farqlanadi.

Izchil obrazlarning eshitish turi orqali sezishda kuzatish mumkin, lekin bu vaziyatda izchil obrazlar kuchliroq namoyon bo'lishini va qisqa muddat davom etishi kuzatiladi.

Eydetik obrazlar psixologiyada izchil obrazlardan eydetik obrazlarni farqlash an'ana tusiga kirgan bo'lib, "eydos" yunoncha "obraz" degan ma'noni anglatadi. Xotiraning bu turi, ya'ni eydetik obrazlar o'z vaqtida nemis psixologiya maktabining namoyondalari aka-uka Yenishlar nomidan ta'riflab berildi. Ba'zi odamlar shu davrlarda kuzatilgan narsa yoki suratlar ko'z o'ngidan olib qo'yilsa ham surat siymosi uzoq vaqt saqlanish xususiyatiga ega.

Mazkur narsa va jismlarning aniq obrazlari, tasvirlarni kuzatish mumkin. Bu hodisa jahon psixologiya fanida tajribada tekshirib ko'rilgan. Tajribada tekshiriluvchiga 3-4 minut davomida rasm ko'rsatilgan va tasvir olib qo'yilgandan so'ng uning tarkibiy qismlari, tuzilishi haqida qatnashchilarga savollar berilgan. Bu jarayonlarda tekshiruvchilar birorta savolga javob bera olmagan bo'lsalar, aniq texnik obrazga ega bo'lgan ishtirokchilar esa rasmni davom etishgandek har bir savolga aniq javob berishga erishganlar.

Tajribalarning ko'rsatishicha, eydetik obrazlar uzoq vaqt inson ongida saqlanishi mumkin. Mabodo ularning yo'llari yopilib qolgan bo'lsa ham, lekin hech qanday qiyinchiliklarsiz ularning siymosi qayta tiklanishi mumkin.

Rus psixologiyasida eydetik obrazlarning namoyon bo'lish hodisasi A.R. Luriya tomonidan ko'p yillar davomida o'rganilgan va shunga ko'ra eydetik xotiraning individual tipologik xususiyatlari chuqur ta'riflab berilgan. Eydetik obrazlar harakatlanish xususiyatiga ega bo'lib, sub'ektlarning oldiga qo'yilgan vazifa va uning tasavvurlari ta'siri ostida o'zgartirish mumkin.

Aka-uka Yenishlar tomonidan o'tkazilgan oddiy tajribada eydetik xotiraga ega bo'lgan tekshiruvchiga olma va undan sal uzoqroqda

joylashgan irmoq tasvirlangan rasm ko'rsatilgan. Rasm o'rtasidan bo'lib, qo'yilgandan keyin tekshiruvchida olmani olib qo'yish istagi kuchayib borayotgani so'ralgan. Muayyan yo'l-yo'riq berilgandan keyin tekshiruvchi mana bunday holatni tasvirlab beradi: irmoq olmaga yaqinlashib, uni iladi va ixtiyorsiz ravishda qatnashchi tomon tortadi. Xullas, eydetik obrazlar harakatchan bo'lib, sub'ektning ruhiy ko'rsatmasi ostida sifat va miqdor o'zgarishiga yuz tutadi. Ilmiy tekshirishlarning ko'rsatishicha, eydetik obrazlar bolalik va o'spirinlik davrlarida muayyan muddat xukm suradi va vaqtning o'tishi bilan asta-sekin so'na boradi.

Psixofarmokologik tadqiqotlarining ko'rsatishicha, eydetik obrazlarni kuchaytiruvchi kaliy ionlari va shuningdek uning kuchsizlantiruvchi kaltsiy ionlari moddalari mavjuddir. Ilmiy izlanishlardan olingan miqdoriy materiallar eydetik obraz paydo bo'lishining psixologik ildizlarini chuqurroq ochishga xizmat qiladi.

Tasavvur obrazlari xotiraning yanada murakkabroq turi bo'lib hisoblanadi va ularning xususiyatlari haqida tasavvurga egamiz. Inson daraxt, meva, gul to'g'risida tasavvurga ega ekanligi shuni ko'rsatadiki, uning ilgarigi tajribalari sub'ektning ongida shu obrazlarning izlarini qoldirgan. Ilmiy tushunchalar talqin qilinganda tasavvur obrazlari eydetik obrazlarga juda yaqindek tuyuladi. Lekin eydetik obrazlar haqidagi psixologik tahlil shuni ko'rsatadiki, tasavvur obrazlari unga qaraganda ancha boy bo'lib, o'ziga xos xususiyatlari bilan ajralib turadi. Tasavvur obrazlarining eydetik obrazlaridan ajratuvchi farq tasavvur obrazlarining polimodallik xususiyatidir. Buning asosiy mohiyati tasavvur obrazlari ko'rish, eshitish, teri orqali sezish izlarining tarkibiy qismlarini birlashtiradi. Masalan, meva to'g'risidagi tasavvur obrazi uning tashqi ko'rinishi, mazasi, og'irligi, vaznini o'zaro birlashtirib aks etadi.

Tasavvur obrazlarining eydetik obrazlaridan asosiy farqi shundan iboratki, u narsa va hodisa haqidagi tasavvurlarni aqliy jihatdan qayta ishlashni o'z tarkibiga kiritadi va jismlarning asosiy xususiyatlari ajratilib, ma'lum kategoriyaga birlashtiriladi. Inson gul obrazini faqatgina esga tushirmaydi, balki uni muayyan bir so'z yoki tushuncha bilan aytadi, nomlaydi, xususiyatlarni ajratib ko'rsatadi, aniq bir kategoriya mohiyatiga kiritadi.

Demak, tasavvur obrazlarida odamning xotirasi idrok qilingan narsalarning izini sust ravishda saqlab balki, bir qator tasavvur bilan boyitadi, narsa mazmuni va mohiyatini tahlil qilib, u haqida o'z bilimlari, tushunchalari kabilarni tajriba bilan bog'lovchi ijodiy sermahsul faoliyatni

amalga oshiradi. Bularning barchasi irodaviy sifatlar, aqliy zo'riqish, asabiy taranglashuv natijasida ruyobga chiqishidan dalolat beradi.

Tasavvur obrazlari xotiraning murakkab faoliyati mahsuli bo'lib, ular izchil yoki eydetik obrazlarga nisbatan murakkab psixologik hodisadir. Tasavvur obrazlari xotira izlarining murakkab turi bo'lib uning aqliy jarayon bilan yaqinligi inson bilish faoliyatini muhim tarkibiy qismidan iborat ekanligidan dalolat beradi.

So'z- mantiq xotirasi mazmunini fikr va mulohazalar, aniq hukm hamda xulosa chiqarishlar tashkil etadi. Insonda fikr va mulohaza turli xil shakllar yordamida ifodalanganligi tufayli ularni ifodalash faqat o'zlashtirilayotgan materiallarning asosiy ma'nosini izohlash, talqin qilib berish yoki ularni so'zma-so'z ifodalanishini aynan aytib berishga qaratilgan bo'lishi mumkin. Agar ma'lumot, axborot, xabar, material ma'no jihatidan qayta ishlanmasa, u holda materialni so'zma-so'z o'zlashtirish, mantiqiy o'rganish bo'lmasdan, balki aksincha mexanik esda olib qolishga aylanib qoladi.

So'z-mantiq xotirasining vujudga kelishida birinchi signal bilan bir qatorda ikkinchi signallar tizimi asosiy hisoblanadi. Chunki so'z mantiq xotirasi faqat insongagina xos bo'lgan xotiraning maxsus turi hisoblanib, bu xotira turi o'zining soddashakllari bilan hayvonlarga ham taalluqli bo'lgan harakat, his-tuyg'u va obrazli xotiralardan sifat, ham miqdor jihatdan keskin farq qiladi. Ana shu boisdan so'z-mantiq xotirasi bir tomondan xotiraning boshqa turlari taraqqiyotiga asoslanadi, ikkinchidan ularga nisbatan yetakchilik qiladi. SHu bilan birga, boshqa turlarning rivojlanishi so'z mantiq xotirasining takomillashuviga uzviy bog'liqdir. So'z-mantiq xotirasining o'sishi qolgan xotira turlarining barqarorlashuvini belgilaydi.

Xotira turlariga nisbatan boshqacha tarzda yondashish hollari ham uchraydi. SHu bois xotira faoliyatini amalga oshirayotgan faollik xususiyatlari bilan uzviy bog'liq ravishda turlarga ajratiladi. Masalan, faoliyat maqsadiga ko'ra xotira ixtiyorsiz va ixtiyoriy turlarga bo'linadi.

Ixtiyoriy xotira deganda ma'lum maqsadni ro'yobga chiqarish uchun muayyan davrlarda aqliy harakatlarga suyangan holda amalga oshirilishidan iborat xotira jarayoni tushuniladi. Bu faoliyatni odam ongi bevosita boshqaradi. Ko'pincha psixologiya fanida ixtiyoriy xotiraga ixtiyorsiz esda olib qolish qarshi qo'yiladi. Bu jarayon ma'lum kerakli topshiriq yoki vazifa qo'yilsa, esda olib qolishga yetaklovchi faoliyat biron-bir maqsadni ro'yobga chiqarishga yo'naltirilgan taqdirda yuzaga keladi. Biz matematik topshiriqlarini yechayotganimizda masaladagi

sonlarni esda olib qolishni o'z oldimizga maqsad qilib qo'ymaymiz. Mazkur so'z mantiq xotirada asosiy maqsad faqat masala yechishga qaratiladi. Buning natijasida sonlarni esda saqlashga, hech qanday o'rin ham qolmaydi. SHunga qaramay, biz ularni qisqa muddat bo'lsa-da, esda saqlashga intilamiz. Bu holat faoliyat yakunlangunga qadar davom etadi.

Esda olib qolishni maqsad qilib qo'yish esda olib qolishning asosiy sharti hisoblanadi. Serb psixologi Radosavlevich o'z tadqiqotida quyidagi hodisani bayon etadi. Tajribada tekshiriluvchidan biri sinovda qo'llanilayotgan tilni tushunmaganligi tufayli uning oldiga qo'yilgan vazifalarni bajarmagan. Buning oqibatida uncha katta bo'lmagan tadqiqot materiali 46 marta o'qib berilganiga qaramay, esda olib qolinmagan. Tajribaning keyingi bosqichida vazifa tekshiriluvchiga tushuntirib berilgandan so'ng u material bilan olti marta o'qib, tanishib, uni takrorlab, qismga ajratib esga qayta tushirishga erishgan.

Xotiraning ixtiyoriy va ixtiyorsiz turlari xotira taraqqiyotining ikkita ketma-ket bosqichlarini tashkil etadi. Ixtiyorsiz xotiraning turmushda va faoliyatda katta o'rin egallashini har kim o'z shaxsiy tajribasidan biladi. Ixtiyorsiz xotiraning muhim xususiyatlaridan biri ma'lum maqsadsiz aqliy, asabiy, irodaviy zo'r berishsiz hayotiy ahamiyatga ega bo'lgan keng ko'lamdagi ma'lumot, xabar, axborot, ta'surotlarning ko'pchilik qismini aks ettirishdir. SHunga qaramasdan inson faoliyatining turli jabhalarida o'z xotirasini boshqarish zarurati tug'ilib qolishi mumkin. Xuddi mana shunday sharoitlar, holatlar, vaziyatlarda esda saqlash, esga tushirish yoki eslash imkoniyatini yaratadigan xotiraning mazkur turi katta ahamiyatga egaligi shubhasiz.

So'ngi paytlarda rus va xorij psixologiyasida xotira borasidagi tadqiqotchilarning e'tiborini esda olib qolishning dastlabki, boshlang'ich daqiqalarida vujudga keladigan holatlar, jumladan tashqi taassurot izlarining mustahkamlanishigacha bo'lgan jarayonlar, holatlar, mexanizmlar, shuningdek, ularning mustahkamlanish muddatlarini ham o'ziga jalb qilib kelmoqda.

Masalan, biror material xotirada mustahkam joy olish uchun uni sub'ekt tomonidan tegishli ravishda qayta ishlab chiqish zarur va materialni bunday ishlab chiqish uchun ma'lum darajada muddat talab etish tabiiydir. Ana shu muddat xotirada qayta tiklanilayotgan izlarni mustahkamlash deb qabul qilingan. Mazkur jarayon inson tomonidan yaqindagina bo'lib o'tgan hodisalarning aks sadosi sifatida kechiriladi va takomillashadi. Inson muayyan daqiqalarda, lahzalarda, ayni paytda bevosita idrok qilinayotgan narsalarni go'yo ko'rishda, eshitishda davom

etayotgandek tuyuladi. Ushbu jarayon kelib chiqishi jihatidan beqaror, hatto o'zgaruvchan, lekin ular shu qadar maxsus tajriba orttirish mexanizmlarining faoliyatida muhim ahamiyat kasb etadi. Shu boisdan ularning roli shu qadar ahamiyatli-ki, bu jarayonlarda esda olib qolish, esda saqlash, axborotlar, malumotlar, xabarlarini qayta esga tushirishning alohida turi sifatida qaraladi. Ushbu jarayon odatda psixologiya fanida qisqa muddatli xotira deb ataladi.

Juda ko'p qaytarishlar va qayta tiklashlar natijasida materialni uzoq muddat davomida esda saqlanib qolishi xarakterli bo'lgan uzoq muddatli xotiradan farq qilgan holda, qisqa muddatli xotira bir marta hamda juda qisqa vaqt oralig'ida idrok qilish va shu ondayoq qayta tiklashdan so'ng qisqa muddatli esda olib qolish bilan xarakterlanadi.

Hozir ilmiy adabiyotlarda qisqa muddatli xotirani quyidagi atamalar bilan nomlash uchraydi: «bir lahzalik», «dastlabki», «qisqa muddatli» va boshqalar.

Operativ xotira inson tomonidan bevosita amalga oshirilayotgan faol tezkor harakatlar, usullar uchun xizmat qiluvchi jarayonni anglatuvchi mnemik holat operativ xotira deb ataladi. Hozirgi zamon psixologiyasida ushbu holatni namoyon qilish uchun ushbu misol keltiriladi. Matematik amalni bajarishga kirishar ekanmiz, biz uni muayyan bo'laklarga ajratib hal qilishni maqsad qilib qo'yamiz. Shu boisdan oraliq natijalarni yodda saqlashga intilamiz, nihoyasiga yaqinlashgan sari ayrim materiallar esdan chiqib boshlaydi.

Mazkur holat matnni talaba yoki o'quvchi tomonidan o'qishda, uni ko'chirib yozishda, ijodiy fikr yuritishda, aqliy faoliyatni amalga oshirishda yaqqol ko'zga tashlanadi.

Xotira jarayonlari

Xotira faoliyati esda qoldirishdan boshlanadi. Esda qoldirish idrok qilingan narsa va hodisalarni miya po'stida iz hosil qilishdir. Uning fiziologik asosi miya po'stida muvaqqat nerv bog'lanishining vujudga kelishidir. Esda qoldirish o'zining faolligi jihatidan ikkiga bo'linadi:

- a) ixtiyoriy esda qoldirish;
- b) ixtiyorsiz esda qoldirish.

Ixtiyorsiz esda qoldirishda oldindan maqsad quyilmaydi, mavzu tanlanmaydi va iroda kuchi sarflanmaydi. O'zining go'zalligi, hissiy ta'sirchanligi, hajmi, harakatchanligi, tezligi, shakli va boshqa xossalari bilan farq qiladigan narsa va hodisalar ixtiyorsiz esda qoladi. *Masalan*, tasodifiy hodisalar, karnay-surnay ovozi ixtiyorsiz esda qoladi.

Ixtiyoriy esda qoldirishda esa oldindan maqsad qo'yib mavzu belgilanadi. Masalan, dars materiallarini esda olib qolish, imtihonga tayyorlanish va boshqalar. Ixtiyoriy esda qoldirishda quyidagi turli usullardan foydalaniladi:

maqsad qo'yish, masalan, institutga kirish oldidagi maqsad;

o'quv materiallarini tushunib esda qoldirish;

esda qoldirishning ratsional usullaridan foydalanish, masalan, esga tushirish yo'li bilan esda qoldirish.

Beixtiyor esda qoldirishda qiziqish katta rol o'ynaydi. Bizning oldingi tajribamiz bilan bog'liq narsa va hodisalar beixtiyor oson esda qoladi. Biz ba'zi bir faktlarni bilsak, ular haqida tushunchaga ega bo'lsa, shu faktlarga tegishli bo'lgan hamma narsalar oson esda qoladi.

Ixtiyorsiz esda qoldirish inson hayotida katta ahamiyatga ega bo'lib, undan ortiqcha harakat talab qilmagan holda hayoti tajribalarni kengaytiradi va boyitadi. Biroq ixtiyorsiz esda qoldirish tez bo'lsa ham ko'pincha noaniq bo'ladi, bunday esda olib qolingan narsa va hodisalar keyinchalik yanglish esga tushiriladi.

Ixtiyoriy esda qoldirish ko'zda tutilgan maqsadga muvofiq tanlangan materialni esda qoldirishdir. Kishi ixtiyoriy esda qoldirish uchun esda saqlashning maxsus usullarini saqlagan holda materialni puxta esda qoldirish uchun o'zining kerakli kuchini sarf qiladi. Ammo mexanik esda saqlanishni ma'noli esda saqlash bilan qo'llanilishi foydalidir.

Psixologiya fanida esda olib qolishning quyidagi turlari mavjud:

Ma'lumot, xabar, taassurot, axborot va materiallarni eshitish orqali idrok qilish hamda esda olib qolish.

Egallash yoki o'zlashtirish zarur bo'lgan materiallarni ko'rib idrok qilish yordamida esda olib qolish.

Materiallarni harakat yordamida va eshitish orqali idrok qilish hamda esda olib qolish.

Aralash holatda esda olib qolish, eshitish, ko'rish, harakat kabilar orqali idrok qilish va esda olib qolish yoki bir nechta ta'sir etuvchilar yordamida aks ettirish.

Mana shu yo'llar orqali eshitish, ko'rish, eshitish harakat, kombinotorlashtirilgan (aralash) turlari yordamida xotiraning qaysi turi ustunroq yoki qaysi biri bo'sh ekanligini aniqlash mumkin.

Esda olib qolishda assotsiatsiyalarning ahamiyati muhimdir. Buning uchun esda olib qolish jarayonining bog'lanishlari paydo bo'lish sur'atini aniqlash maqsadida ular xususiyatlariga binoan quyidagi:

Sabab oqibat bog'lanish.

Bo'lak va yaxlit munosabati.

Qarama-qarshilik munosabati.

Inkor etish holati.

Adekvat yoki aniqlik turlarga ajratiladi.

Esda olib qolish inson faoliyatining xususiyatiga bevosita bog'liqdir.

A.A.Smironov, P.I.Zinchenko tajribalari shuni ko'rsatadiki, esda olib qolish u yoki bu faoliyatdagina samarali bo'lishi mumkin.

A.A.Smironovning tajribalarida tekshirishlarga qaraganda ikki xil faoliyat taklif qilinsa, birinchi holda ular ma'noli matnni esda olib qolish nazarda tutiladi. Sinaluvchilar matnni yodlar ekanlar, materiallar ustida hech qanday faol ish olib bormaganlar. Ikkinchi holda esa esda olib qolish vazifasi qo'yilmaydi-yu, lekin matn ustida muayyan ish olib borish unda uchraydigan ma'noviy xatolarni aniqlash taklif etiladi. Ikkinchi holda esda olib qolish ancha samarali bo'lganligi aniqlangan.

Maxsus vositalar va oqilona usullarni qo'llash orqali esda olib qolish sohasidagi yondashishdan iborat tashkiliy faoliyat alohida ahamiyatga ega. A.A.Smironov o'tkazgan tajribasida shuni ko'rsatadiki, matnni maxsus tuzib chiqilgan rejaga asoslangan holda yodlash rejasi, palapartish esda olib qolishdan ikki barobar samaraliroq ekan, psixolog olimlarning tavsiyasiga binoan yodlash jarayonida materialni takrorlash bilan uni faol esga tushirishni o'zaro almashtirib turish yuqori natijalar beradi. Kuzatishlar va tajribalar shuni ko'rsatadiki, o'quvchilar va talabalar bu usullarni mustaqil ravishda egallay olmaydilar, odatda ularni muallimning rahbarligida egallashadi. Aks holda o'quv faoliyati ishtirokchilari materialni bevosita ixtiyorsiz esda olib qolish bosqichida qotib qolishi mumkin, bu hol aqliy o'sishga qarama-qarshidir.

Shu narsani alohida ta'kidlab o'tish kerakki, o'quv materiallarining ma'nosiga tushunib esda olib qolish yo'li oqilona yo'l bo'lib qolmasdan, balki u mexanik esda olib qolish jarayonidan o'zining samaradorligi bilan keskin darajada ajralib turadi.

Esda olib qolish jarayoni deganda sezgi, idrok, tafakkur, ichki kechinmalarni xotirada saqlanish xususiyati tushuniladi. Kundalik hayotimizda kitob, jurnal, gazeta o'qiyotganimizda materialni esda olib qolish uchun shu materialning ma'nosiga tushunib olishga harakat qilamiz. Jamiki narsa insonga yetarli darajada tushunarli bo'lmasa, u taqdirda ularni esda olib qolish jarayoni juda qiyin kechadi. O'rganilayotgan materialning mazmuni va ma'nosiga tushunib olish uchun odam uni tahlil qilishga, umumlashtirishga harakat qiladi. A.A.Smironov ta'kidlaganidek, materialni o'zlashtirib olish xuddi shu

jarayonga yaqqol misoldir. Mualliflarning shaxsiy fikriga ko'ra o'zlashtirayotgan materiallarni esda olib qolish qiyinligi sababli ularni tushuna olmaslikdir. Tushunib olishning esda olib qolishdagi ahamiyati xuddi shu bilan tavsiflanadi.

Jahon psixologiya fani to'plagan ma'lumotlarga qaraganda o'zlashtirilayotgan materialni mexanik tarzda egallashga nisbatan uning ma'nosini tushunib o'zlashtirish bir necha marta mahsuldordir.

Esda olib qolish jarayonida o'zlashtirilayotgan materialning ma'noga ega bo'lishi yoki bo'lmasligi muhimdir. Assotsiativ psixologiya maktabining vakili, taniqli psixolog G.Ebbingauz jahon psixologiyasida birinchi bo'lib 1885 yilda oliy ruhiy jarayon bo'lgan xotirani, 1888 yilda intellektni ilmiy tajriba metodi negizida tekshirdi va keng ko'lamda turmushga tatbiq etdi. U xotira jarayonini tajriba orqali tekshirishning asosiy yo'nalishini ishlab chiqdi. Xotirani «sof» ko'rinishda o'rganishga harakat qilib ma'no kasb etmaydigan bo'g'inlardan foydalandi. Uning bu tadqiqoti kishining mantiqiy xotirasi emas, balki mexanik xotirasiga nisbatan qo'llanishiga xos to'g'ri yo'nalishdir.

G.Ebbingauzning bu tadqiqoti psixologiyada introspektiv (o'z-o'zini kuzatish yoki ichki kuzatish) metodiga qarama-qarshi qo'yilgan ilmiy tajribaviy metod yutug'i sifatida ilmiy-amaliy ahamiyatga egadir. U xotira jarayonini tekshirishda o'z oldiga 38 ta ma'no anglatmaydigan bo'g'inlardan tuzilgan materialni esda olib qolishni maqsad qilib qo'ygan. Bu materialni o'zlashtirish o'rtacha 55 marta takrorlashni talab qiladi. Esda olib qolish uchun 38-40 so'zdan, 11 ta so'z o'zaro bog'liq bo'lmagan so'zlardan foydalangan. Bu materialni o'zlashtirish 6-7 marotaba takrorlashni talab etgan, umumiy hisob esa 9÷1 nisbatga to'g'ri keladi.

Rus psixologlari tadqiqotlarining natijalari ma'noga ega bo'lgan materialni o'zlashtirishda esda olib qolish uchun turli xil yo'nalish, ko'rsatma berish muhim ahamiyat kasb etadi, degan fikrni tasdiqlaydi. A.N.Leont'ev, S.L.Rubinshteyn, P.A.Ribnikov va boshqalar bolalarning xotira faoliyatini o'rganganlar. SHuningdek, ular o'qish faoliyatiga asoslangan holda maktab o'quvchilarida tekshirish ishlarini olib borganlar.

I.P.Zinchenko, M.N.Shardakov, A.I.Lipkinalar tadqiqot ishlarining aksariyati shunga bag'ishlangan bo'lib, turli materialni esda olib qolishda tushinishning ahamiyati muhimligini tasdiqlashga intilgan. Bu materialni esda olib qolishga to'g'ri yo'nalish berilishining natijasida material

mazmunini tushunib olgan hamda esda olib qolish tezligi, aniqligi, mustahkamligi va to'liqligi ta'minlanadi.

A.A.Smironovning ta'kidlashicha, shu davrgacha hech kim hech bir ilmiy adabiyotlarda bolalarga va quyi sinf o'quvchilariga ahamiyatli bo'lgan materialni mexanik tarzda esda olib qolishlari ko'rsatilmagan.

Nemis psixologi Vilyam Shtern (1871-1938) fikricha, bolalarda ham katta yoshdagi odamlarda ham ma'nosiga tushunib o'zlashtirishga nisbatan mexanik egallash kam miqdordir. Bu mulohaza haqiqatdan ham to'g'ri, Meymon fikriga ko'ra, inson ulg'ayishi bilan ma'nosiz materialni esda olib qolish kamayib boradi va kam samara beradi, lekin ma'noga ega bo'lgan bilimlarni esda olib qolishi esa sezilarli darajada rivojlanib boradi. Shunga o'xshash omillar boshqa psixologlar tomonidan ham to'plangan bo'lib, bu haqda boy materiallar umumiy psixologiya xrestomatiyalarida o'z aksini topgan.

A.A.Smironov ma'no anglatmaydigan bo'g'inlarda va ma'no kasb etuvchi so'zlardan tuzilgan material asosida tekshirish o'tkazgan. Katta va kichik yoshdagi ixtiyoriy va ixtiyorsiz esda olib qolishni alohida tekshirish har ikkala yosh davrida mazmunli va mazmunsiz materiallarni esda olib qolishning munosabatini tekshirish maqsad qilib qo'yilgan.

Ma'no kasb etgan materialni esda olib qolish yosh bolalarga nisbatan kattalarda ustunligi lekin, ma'nosiz materialni esda olib qolish kichik yoshdagi bolalarga qaraganda kam samara bermasligi aniqlangan. Ma'nosiz bo'g'inlar nafaqat kichik yoshdagi bolalarda, balki katta yoshdagilarda ham yaxshi o'zlashtiriladi.

A.N.Leont'ev tadqiqot ishlarida katta yoshdagilarning ma'nosiz bo'g'inlardan tuzilgan materialni yaxshi, puxta esda saqlab qolishi ta'kidlangan. Katta yoshdagilar ma'nosiz bo'g'inlarni qandaydir mazmun bilan tez va oson bog'lay oladilar. Shuning uchun ularda bolalarga nisbatan kuchliroq ma'no kasb etadi. Shuningdek, ma'no anglatmaydigan materialni o'zlashtirish jarayoni tez ko'chadi, mahsuldorroq bo'ladi. Ma'nosiz materiallarni egallash uchun iroda kuchi, irodaviy sifatlar muhim ahamiyatga egadir.

Esda olib qolishga hech qanday yo'nalish berilmay,, materialni yaxshi olib qolinishi kishining jadal faoliyati bilan bog'liq. Ixtiyorsiz esda olib qolish faol irodaviy kuch sarflash hisobiga amalga oshadi. A.A.Smironov ma'noli materialni esda olib qolishning bolalar uchun yengil ko'chishi ularning yosh xususiyatlariga bog'liq narsa emasligini ta'kidlab o'tadi. Chunki bolalar hali tushunib olmagan materialni go'yo ma'nosi yashirinib yotgandek qabul qiladilar. Matn ma'nosining noma'lumligi

unga nisbatan qiziqish, bilishga intilish mazmunini izlashga talabchanlikni uygʻotadi. Odatda maʼnosiz soʻzlarni laboratoriya sharoitiga qaraganda kundalik turmushda puxtaroq eslab qolinadi.

Qator psixolog olimlarning mulohazalariga binoan: 1) materialni esda olib qolish darajasi yosh davrlari xususiyatiga ega emas, balki uning yakkahol shaxsiy xususiyatlariga bogʻliqdir; 2) mexanik esda olib qolishning odat tusiga kirib qolishi ham yosh davrlarining xususiyati emasdir; 3) soʻz esda olib qolish, mexanik esda olib qolishning biron-bir xususiyatidir. Esga tushirish va uning turlari.

Oʻtmishda idrok qilingan narsalar, his-tuygʻu, fikr va ish-harakatlarning ongimizda qaytadan tiklanishi esga tushirish deyiladi. Esga tushirishning nerv-fiziologik asoslari bosh miya poʻstida ilgari hosil boʻlgan nerv bogʻlanishlarning qoʻzgʻalishidir. Esga tushirishning tanish, eslash, bevosita eslash, oradan maʼlum vaqt oʻtkazib eslash, ixtiyorsiz va ixtiyoriy turlari mavjud.

Tanish ilgari idrok qilingan narsa va hodisalarni takror idrok qilish natijasida u yoki bu hodisani esga tushirishdir. Tanish aniq va noaniq boʻlishi mumkin. Noaniq tanishda biz bu narsani notanish emasligini his qilamiz, xolos. Masalan, bir odam koʻzimizga issiq koʻrinadi, lekin uni qaerda koʻrganimizni eslay olmaymiz. Toʻliq, aniq tanishda esa idrok qilinayotgan narsaning nomi katta rol oʻynaydi. Masalan, biz bir kishini koʻrib, uni taniy olmasak, uning familiyasini yoki ismini eshitsak, darrov kim ekanligini bilamiz.

Eslash narsa va hodisalarni, uni ayni paytda idrok qilmay esga tushirishdir. *Masalan*, boʻlib oʻtgan voqea va hodisalarni, bilib olgan ishlarimizni bemalol esga tushirishimiz mumkin. Eslash ham aniq va noaniq boʻladi. Masalan, biz sheʼrni yoddan aytib bersak ham uni qaerda va qachon oʻqiganimizni eslay olmaymiz. Esga tushirish avval tanishdan boshlanadi. Masalan, imtihonga kirganda biletni koʻrib, uning savolini oʻqib taniymiz. Demak, bunda predmetning nomi muhim rol oʻynar ekan. Bevosita esga tushirish materialni idrok qilish ketidanoq esga tushirishdan iborat. Masalan, sheʼrni yod olganimizda bir necha satrni oʻqigan kitobga qaramasdan takrorlaymiz, yaʼni bevosita esga tushiramiz. Bir karra koʻzdan kechirilgan materialni bevosita esga tushirilgan miqdoriga qarab, xotiraning koʻlami aniqlanadi.

Materialning koʻp qismini bevosita esga tushira oladigan kishining xotira koʻlami keng hisoblanadi. Masalan, artistlarda soʻz va iboralarni esda tutib qolish xotirasining koʻlami keng boʻladi. Hisob-kitob ishlarini

yuritadigan xodimlarda sonlarni esda tushirish xotirasining ko'lamini keng bo'ladi.

Vaqt o'tkazib esga tushirish esda olib qolingani oradan bir qancha vaqt o'tkazib esga tushirishdirki, bunda shu orada ongimizda boshqa jarayonlar o'tgandek bo'ladi. *Masalan*, yoshligimizdagi voqea va hodisalarni shu tariqa eslaymiz.

Idrok qilingan narsalar miyamizda o'rnatilib qolishi, esimizda turishi tufayli turli usulda esimizga tushishi mumkin.

Esda saqlash deganda ilgari tug'ilgan taassurot, fikr, his-tuyg'u va ish-harakatlarning takrorlanishiga moyillik paydo qilishi va mustahkamlanishi tushuniladi. Bunga sabab asab tizimining egiluvchanligidir. Shuning uchun asab tizimi ilgari bo'lib o'tgan taassurotlarni takrorlashga tayyor turadi. Faqat esga tushirish uchun qulay sharoit bo'lsagina esga tushadi. Bunday sharoit bo'lmaganda zarur materialni ixtiyoriy eslash jarayoni qiyinlashadi.

Shunday qilib, esga tushirishda ana shu tariqa qiyinlab qolib, zarur bo'lgan narsani shu onda esga tushira olmaymiz.

Unutilgan narsalarni yana xotirada qaytadan tiklanishi reminisentsiya hodisasi (xira esga keltirish) deyiladi. Bu hodisani sababi shuki, uzoq vaqt bir ish bilan mashg'ul bo'lganda miya charchashi yuz beradi. Charchash haddan tashqari oshishi natijasida nerv xujayralarida tormozlanish yuz beradi. Materialni esda qoldirilgandan keyin 12 soat ichida esga tushirilsa, materialning ko'p qismi unutiladi. Materialni o'qib o'rganib olingandan keyin uni yaxshi xotiray olmay, ammo oradan bir necha vaqt o'tgandan keyin uni to'la xotiray olishlikning sababi materialni o'qib, o'rganib olishda ro'y beradigan charchashdir.

Materialni eslash uchun bo'lgan kuchli xohish natijasida tormozlanish yuzaga keladi, bu esa materialni qayta esga tushirishdagi qiyinchilikni kuchaytirib yuborishi mumkin. Vaqt o'tishi bilan ishga chalg'ib ketgan insonlarda tormozlanish tarqab ketadi. Shunda esga tushirish lozim bo'lgan narsa xotiraga kiradi. Materialni mustahkamlashga bo'lgan qiziqishning bo'lishi materialni uzoqroq esda saqlashga olib keladi. Unutish vaqtga bog'liq bo'ladi. Bu G.Ebbingauz tomonidan aniqlangan bo'lib, unutish materialni yod olingandan keyin darhol ayniqsa tez ro'y beradi, undan keyin esa unutish ancha sekinlashadi.

G.Ebbingauz unutishning vaqtga bog'liqligini tajriba orqali aniqlagan. To'plangan natijalarning ko'rsatishicha, materialni yod olingandan so'ng unutish sur'ati tez keyinchalik esa u birmuncha

sekinlashadi. Bu qonuniyat ma'nosiz ayrim bo'g'inlarni unutish ustida olib borilgan ishlarida tasdiqlangan. Tajribalarning ko'rsatishiga qaraganda, o'rganilgan narsalar bir soatdan keyin unutiladi. Materialni o'zlashtirish jarayoni maboynda xotirlash natijasida unutish sekinlashib boradi. Muvaqqat asab bog'lanishlari susayishi natijasida qachonlardir sodir bo'lgan narsa va hodisalarning o'zaro aloqalari xotirada asta-sekin yo'qolib boradi. Vaqtning o'tishi bilan birmuncha unutilib ketilayotgan vaqtli bog'lanishlarni, ya'ni assotsiatsiyalarni qaytadan tiklash jarayoni kuch-quvvat, xatti-harakatlarni talab qiladi.

G.Ebbingauzning izdoshlari va shogirdlari tomonidan o'tkazilgan juda ko'p tadqiqotlarning ko'rsatishicha, unutish sur'ati materialning ma'noli yoki ma'nosizligiga, uning qanchalik anglanilganligiga bog'liqdir. Material qanchalik mazmundor anglanilgan tushunib olingan bo'lsa, u holda unutish ham shunchalik sekin kechadi. Lekin ma'noli materialga nisbatan ham unutish avval tez sur'atda bo'lib, keyinchalik esa u sekinlashadi. Biron-bir materialni o'zlashtirish yoki esda olib qolish insonning ehtiyojlari, qiziqishi, faoliyatning maqsadi bilan bog'liq bo'lsa, bu material sekin unutiladi.

Unutishning tezligi esda olib qolingan materialning mustahkamligiga teskari proportsional xususiyat kasb etadi. Demak, esda olib qolishning mustahkamligiga o'zlashtirilayotgan materialning ma'noga ega yoki ega emasligiga bog'liqlikdan tashqari yana bir nechta omillar o'z ta'sirini ko'rsatadi va uning faoliyat mazmuniga aylanishiga ham bog'liq. SHuningdek, ular shaxsning shaxsiy, individual xususiyatlariga ham bevosita bog'liqdir.

Xotiradagi individual farqlar

Xotira jarayonlaridagi individual farqlar esda qoldirishning tezligida, aniqligida, mustahkamligida va qayta esga tushirishga tayyorligida ifodalanadi. Bu farqlar malum darajada nerv faoliyati tiplarining xususiyatlari bilan, qo'zg'alish va tormozlanish jarayonlarining kuchi va harakatchanligi bilan bog'liqdir. Individual farqlar yana shunday hollarda namoyon bo'ladiki, ba'zi odamlar obrazli materiallarni, rang, tasvir, narsa, tovushlarni samarali va mustahkam esda olib qoladilar.

Boshqa bir odamlar so'zlarni yaxshi eslab qoladilar. Uchinchi bir toifa odamlarda esa malum bir materialni esda olib qolishda yaqqol ustunlik sezilmaydi. Shunga muvofiq psixologiyada xotiraning quyidagi tiplari farqlanadi: ko'rgazmali obrazli xotira, so'z mantiqiy xotira va oraliq tipdagi xotira. Masalan, ko'rgazmali obrazli xotira tipi ko'proq rassomlarda, so'z mantiqiy tipi nazariyotchi olimlarda uchraydi. Bundan

tashqari xotirlash va esda qoldirish jarayonlarida analizatorlarning qatnashishiga qarab, xotira quyidagi tiplarga ajraladi:

a) ko'rish; b) eshitish; v) harakat; g) aralash xotira.

Bir xil kishilar ko'rish orqali, ikkinchi xillari eshitish orqali, uchinchi xillari harakat yordamida, to'rtinchi xillari esda qoldirishning birga qo'shilgan usulida yaxshi esda qoldiradilar. Xotiraning aralash tiplari eng ko'p tarqalgan.

Xotiraning individual farqlari kishi faoliyatining xususiyatiga bog'liqdir. Esda olib qolish va unutish tezligiga ko'ra xotiraning quyidagi tiplari mavjud:

- 1) tez esda qoldirib, sekin unutish;
- 2) tez esda qoldirib, tez unutish;
- 3) sekin esda qoldirib, sekin unutish;
- 4) sekin esda qoldirib, tez unutish.

Xotira tasavvurlari

Ilgari idrok qilingan narsa va hodisalar obrazlarining ongimizda qaytadan gavdalanishiga xotira tasavvurlari deyiladi.

Esda olib qolish va qayta esga tushirish tasavvur obrazlari orqali amalga oshiriladi. Xotira va xayol tasavvurlari bir-biridan farq qiladi. Xotira tasavvurlari ilgari idrok qilingan, ammo hozir ko'z o'ngimizda bo'lmagan narsalarning obrazlarini ongimizda gavdalanishdan iborat. *Masalan*, yoshlik vaqtimizdagi hodisalarni eslashimiz, ongimizda qayta tiklashimiz xotira tasavvurlari bo'ladi. Xayoliy tasavvur xotira tasavvuriga qaraganda murakkab bo'lib, ongimizdagi bilimlar tajribalarimiz asosida ilgari idrok qilinmagan, shu paytgacha uchramagan narsalarning obrazlarini yaratishdan iboratdir. Xayoliy tasavvur ijod qilish bilan bog'liq.

Masalan: ertaklar, romanlar umuman biror asarni o'qiyotganimizda undagi qahramonlarning ko'z o'ngimizda gavdalanishi xayoliy tasavvurdir.

Tasavvurlar paydo qilishda so'zning ahamiyati katta. So'z bilan nomlash tegishli obrazning yaratilishiga yordam beradi. *Masalan*, «ildiz», «o't» so'zlarini to'rt kishiga berib, qanday tasavvur qilishlarini so'rasak, ularning tasavvurlari bir-biridan farq qilishini ko'ramiz, chunki, har bir kishi tajribasiga ko'ra, kasbiga ko'ra tushunadi. *Masalan*, matematik ildizni sonning ildizi deb, botanik o'simlik qismini, uning ildizini, tish doktori esa tish ildizini tushunadi. Tasavvur qilishning fiziologik asosi shartli reflekslarning hosil bo'lishi, bosh miya po'stida paydo bo'lgan izlarning jonlanishidir.

Tasavvur birorta turtki tasirida jonlanadi, masalan, biror odam haqida tasavvurlarning tug'ilishi uchun birorta so'z yoki hodisa turtki bo'ladi. Asosan, maxsus qo'zg'ovchi so'zdir, shuning uchun so'z bilan tasvirlash orqali tasavvurlar tug'iladi.

Xotira borasidagi nazariyalar

Inson xotirasining qonuniyatlarini o'rganish psixologiya fanining markaziy masalalaridan biri bo'lib hisoblanadi. Ma'lumki, insonning har qanday kechinma, xatti-harakatlari uzoq muddat ongda saqlanib, ma'lum bir sharoitda qayta namoyon bo'luvchi izlar qoldiradi. Shuning uchun, xotira deganda, inson tabiat, jamiyat, koinot to'g'risida ma'lumot, xabar va taassurot to'plash imkoniyatini beradigan hamda ilgari tajriba izlarini esda olib qolish, esda saqlash, qayta esga tushirish, unutishni tushuniladi.

Bunga bog'liq ravishda psixologiya fani oldida xotira jarayonlarini o'rganish bilan aloqador bo'lgan qator murakkab muammolar masalalarini tadqiq qilish masalasi turibdi. Bular quyidagilardan iborat: izlarni esda olib qolishning fiziologik mexanizmlari qanday, esda olib qolishga qanday ob'ektiv (tashqi), sub'ektiv (ichki), tabiiy, biologik va ijtimoiy, psixologik sharoitlar ta'sir qiladi, ularning chegaralari qanday kabi masalalarga qaratilgan.

Hozirgi zamon xotirani tadqiq qilish bilan bog'liq tadqiqotlarda markaziy o'rin xotira jarayonining asoslariga ajratilgan. Xotira jarayonining asoslari 3 yo'nalishda o'rganilgan: psixologik, neyrofiziologik, bioximik.

Xotiraning psixologik nazariyalari inson faolligi bilan bog'liq bo'lgan xotira jarayonlarini shakllantirishni tadqiq etadi. Ulardan birinchisi assotsiativ nazariyadir. Ma'lum bir bilimlar inson ongida birin ketin o'rin olishi tufayli ularda assotsiativ bog'liqlikni yuzaga keltiradi va ushbu bog'liqlikda biror bir narsa esga tushiriladi. Ushbu assotsiatsiyalarni 3 turga bo'lish mumkin, ya'ni ob'ektlarning fazoviy bog'liqligi, bir-biriga mosligi va qarama-qarshiligidir. Bundan 3 ta assotsiatsiya kelib chiqadi: bir-biriga bog'liqlik, o'xshashlik va qarama-qarshilik. Assotsiatsiya nazariyasi bo'yicha xotira assotsiativ bog'lanishlar asosida mavjud ma'lumotni saqlash va qayta tiklash imkoniyatiga ega.

Ikkinchi psixologik nazariya xotiraning geshtalt nazariyasidir. Ushbu nazariyaning asosiy ta'limoti narsaning negizi, yaxlitligi, yig'indisidir. Ushbu nazariyaga asosan xotira yaxlit hodisa sifatida tahlil etiladi.

Bixeviorizm – inson xotirasida, esda olib qolishda takrorlashning ahamiyatiga diqqatni qaratadi.

Freydizm xotirani emotsiyalar, motivlar va ehtiyojlar bilan bog'laydi.

Xotiraning mantiqiy nazariyasi A.Bine va Byullerlar tomonidan ilgari surilib, ular xotiradagi materialni xotiraning mantiqiy esda olib qolinishi bilan bog'laydi.

A.N.Leont'ev, N.I.Zinchenko, A.A.Smironovlar tomonidan faoliyat nazariyasi ilgari surilib, turli tasavvurlar orasidagi bog'liqlik esda olib qolingan materialning qandayligiga emas, balki odamning u bilan nima qilishiga bog'liqdir.

Bioximik nazariya tashqi ta'sir ostida nerv hujayralarida yuz beradigan o'zgarishlarni qayd qilish va xotira jarayonida DNK va RNK ahamiyatini aniqlashga qaratilgandir. DNK xotirani genetik tug'ma tashuvchi sifatida, RNK esa individual xotiraning ontogenetik asosi sifatida qabul qilinadi. Kibernetik nazariya bo'yicha xotira ma'lumotni qabul qilib olish, qayta esga tushirish va unutishdir.

Adabiyotlarda keltirilishicha, navbatdagi nazariya xotira jarayonlari asoslari haqidagi fiziologik nazariyadir. Vaqt oralig'ida esda olib qolish, saqlash va esga tushirish xotiraning asoslari fiziologik nazariyasini tashkil qiladi. Har qanday tashqi ta'sir nerv tizimida izsiz o'tmaydi va qandaydir «iz» qoldiradi. «Iz»ning fizik ta'siri qayta impuls harakatini yengillashtiradi. Vaqtinchalik nerv munosabatlarining yuzaga kelishi, ularning izini va keyinchalik faollashtirilishini xotira jarayonlari asoslari nazariyasi sifatida ko'rib chiqiladi.

80-yillarda nemis psixologi German Ebbingauz o'z «sof» xotira qonunlarini o'rganish imkonini beruvchi, boshqacha so'z bilan aytganda, tafakkurga bog'liq bo'lmagan holda izlarning esda qolish jarayoni tadqiq etishning yangi uslubini taklif qilgan, ya'ni ma'nosiz bo'g'inlarni yod olishdan iborat bo'lgan bu uslub Ebbingauzga materialni esda olib qolishning egri chizig'iga oid qonunni kashf qilishga, uning asosiy qoidalarini bayon etishga va ana shularning asosida izlarni xotirada saqlanish muddatini hamda asta-sekin so'nish holatini tekshirishga imkoniyat yaratgan. XIX asr oxiri XX asr boshlarida Amerikalik psixolog Eduard Torndaykning tekshirishlari paydo bo'ldi. U birinchi bo'lib tekshirish predmeti sifatida hayvonlarda ko'nikmalarni paydo bo'lish jarayonini tanlagan edi.

XX asrning birinchi 10 yilida xotirani tekshirish yangi ilmiy talqinga ega bo'ldi, uning moddiy asosi to'g'risidagi muammolarga mohiyati jihatidan mutlaqo boshqacha yondoshish ro'yobga chiqdi.

Xuddi shu davr xotira psixologiyasida keskin burilish nuqtasini vujudga keltiradi. Akademik I.P.Pavlov shartli reflekslarni o'rganishning ilmiy metodini taklif etadi, bu narsa o'z navbatida bosh miya yarim

sharlarida yangi bog'lanishlar paydo bo'lishiga va mustahkamlanishning asosiy fiziologik mexanizmlarini tekshirish imkoniyatlarini tug'dirdi. Ana shunday qilib, ushbu bog'lanishlar paydo bo'lishiga va saqlab qolishga yordam beradigan shart-sharoitlar, shuningdek, bog'lanishlarning saqlanishiga ta'sir qiluvchi holatlar, omillar va mexanizmlar tasvirlab berildi. I.P.Pavlov oliy asab faoliyati ta'limoti va uning asosiy qonunlari xotiraning fiziologik mexanizmlariga oid bilimlarning asosiy manbasiga aylanib qoladi.

Bolalarda xotiraning yuksak (yuqori) shakllarini birinchi marta tadrijiy ravishda tadqiq qilish taniqli psixolog L.S.Vigotskiyga nasib etgan. U 20-yillarning oxirlarida maxsus tekshirishlarning predmeti qilib, xotiraning yuksak shakllarining rivojlanishi muammosini tanlagan va u o'z shogirdlari A.N.Leont'ev (1905-1979) va A.V.Zankov bilan birgalikda xotiraning yuksak shakllari ruhiy faoliyatning murakkab shakli ekanligini, kelib chiqish jihatidan ijtimoiylikini ko'rsatadi. Shuning bilan birga u murakkab, mohiyatiga ko'ra esda olib qolishning asosiy bosqichlari rivojlanishini isbotlab berdi.

Psixologlardan A.A.Smirnov, P.I.Zinchenkolar ham xotira bo'yicha ilmiy tekshirish ishlarini olib bordilar, uning yangi qonunlari va mexanizmlarini ochdilar. Esda olib qolishning faoliyat maqsadiga bog'liqligini yoritdilar, murakkab materialni esda olib qolishning oqilona usullarini ko'rsatib berishga muvofiq bo'ladilar. Yuqoridagi fikrlardan ko'rinadiki, psixolog olimlar tomonidan xotira borasida qator ilmiy izlanishlar olib borilgan va borilmoqda.

Mavzuni mustahkamlash va nazorat uchun savollar

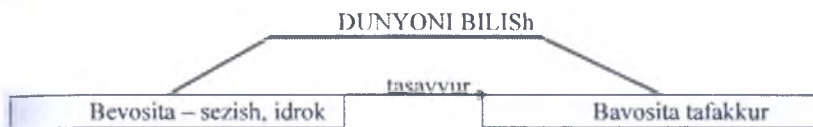
1. Xotira deganda nimani tushunasiz?
2. Xotiraning bilish psixik jarayoni sifatidagi xususiyatlarini aytib bering.
3. Xotiraning qanday nazariyalarini bilasiz?
4. Xotiraning asosiy jarayonlari haqida gapirib bering.
5. Xotiraning qanday turlarini bilasiz? Xususiyatlarini gapirib bering.
6. Xotiraning individual xususiyatlari haqida gapirib bering.
7. Xotira umumiy qonunlarining xususiyatlari va yodda saqlashning mnemotexnikaviy usullari haqida gapirib bering.
8. Xotiraning boshlang'ich obrazlari va emotsional ta'sir obrazlari o'rtasida qanday o'xshashlik va tafovut mavjud?

VII-MAVZU. TAFAKKUR

Tayanch tushunchalar: tafakkur, analiz, sintez, abstraksiya

7.1. Tafakkur haqida tushuncha

Tafakkur inson aqliy faoliyatining yuksak shaklidir. Tafakkur orqali biz sezgi a'zolarimiz bilan bevosita aks ettirib bo'lmaydigan narsa va hodisalarni ongimizda aks ettiramiz. Umuman olganda tashqi muhitdagi narsa va hodisalar o'rtasida ko'z bilan ko'rib, quloq bilan eshitib bo'lmaydigan ichki munosabatlar hamda qonuniyatlar mavjud. Ana shu ichki bog'lanish hamda qonuniyatlarni biz tafakkur orqali bilib olamiz. Demak, tafakkur deb narsa va hodisalar o'rtasidagi eng muhim bog'lanishlar va munosabatlarning ongimizda aks ettirilishiga aytiladi.



Aynan tafakkur orqali biz moddiy olamdagi narsa va hodisalarning mohiyatini bilish imkoniga ega bo'lamiz. SHu bois dunyoni bilishda bevosita sezish, idrok, tasavvur va bavosita tafakkur muhim rol o'ynaydi.

Psixologiya fani nimadan bahs etadi, degan an'anaviy savol mavjuddir, biroq hozirgi davrda tafakkur psixologiyasi predmeti nima degan savol tug'ilmoqda. Ma'lumki, psixologiya fani tafakkurni o'rganadigan yagona fan emas, chunki uning ayrim jihatlarini logika, filosofiya, hatto kibernetika tadqiqilmoqda. SHuning uchun tafakkur psixologiyasi predmetini aniqlash juda muhim masalalardan biriga aylanib qolmoqda.

Inson idrok qilgan, xotirasida saqlab qolgan narsalarning barchasi uning uchun ma'lum ma'no va mohiyatga ega bo'ladi. Aks xolda u eslab qolmaydi ham, keyingi safar analogik ob'ekt bilan to'qnash kelganda, unga diqqatini qaratmaydi ham, figura fonga aylanib qolaveradi. Ya'ni, biz ko'rgan, eshitgan, his qilgan narsalarimizning barchasi *ma'noli*, kerak bo'lsa, *ma'nili* bo'lishini xohlaymiz. Shunisi xarakterliki, ana shunday narsa va hodisalarga biz tomondan beriladigan ma'no har bir alohida shaxs

tomonidan turlicha idrok qilinadi. Masalan, olim uchun har qanday kitob - hayotining ma'nosi bo'lsa, dexqon uchun yer va undan olinadigan hosil - ahamiyatli hisoblanadi. hattoki, bitta narsaning o'zi turli odamlar uchun turli xil ma'no va mazmun kasb etadi. O'sha kitob misolini oladigan bo'lsak, kitob industriyasi bilan shug'ullanuvchi muhandis uchun - ishlab chiqarish mahsuloti, kitob do'koni sotuvchisi uchun - tovar - mahsulot, o'quvchi uchun - ilm manbai, muallif olim uchun - ijodining mevasi, eng qimmatli narsadir.

Har bir alohida narsaga bo'lgan munosabatimiz uning biz uchun qadr-qimmatiga bevosita ta'sir etadi, u gox ijobiy, gox salbiy bo'lishi mumkin. Shu nuqta nazardan ham biz narsa va hodisalarga tanlab munosabatda bo'lamiz. Tilshunoslikni kasb etib tanlagan talaba uchun kibernetik modellashtirishga bag'ishlangan ma'ruza qanchalik zerikarliday tuyulsa, iqtisodchilik kasbini egallamoqchi bo'lganlar uchun pul, foyda va daromad olish yo'llari haqidagi ma'lumotlar shunchalik ahamiyatli, oddiy so'zning morfologik tahlili - shunchalik befarqlik holatini keltirib chiqaradi. Demak, bizning dunyoni, uning sir-asrorlarini tushunishimizning zaminida narsa va hodisalarning biz uchun shaxsiy aloqasi, ahamiyatliliigi darajasi yotadi. Ana shunday dunyoni tushunishimiz, anglashimiz va unga ongli munosabatimizni bildirib, izxor qilishimizga aloqador bilish jarayoni psixologiyada *tafakkur, fikrlash* deb ataladi.

Tafakkur ↓ atrof- muhitdagi voqelikni nutq yordami bilan bavo-sita, umumlashagan ↑ holda aks etgirivchi psixik jarayon, ijtimoiy sababiy bog'lanishlarni anglashga, yangilik ochishga va bashorat qilishga yo'naltirilgan aqliy faoliyatdir.

Ta'rifda tafakkurning eng muhim xususiyatlari 3. funktsiyasi sanab o'tilgan, ya'ni so'z (fikir) bilan, umumlashtirib, bavo-sita, ijtimoiy sababiylik, yangilik ochish, bashorat qilish. jarayon, faoliyat va boshqalar.

7.2. Tafakkurning nerv-fiziologik asosi.

Tafakkur faoliyati muayyan maqsadga qaratilgan alohida ongli jarayon tariqasida sodir bo'ladi. Bosh miyaning biror uchastkasidagi faoliyat emas, balki butun bosh miya po'stining faoliyati mana shu jarayonning fiziologik asosidir. Tafakkur faoliyati uchun avvalo analizatorlarning miyadagi uchlari o'rtasida vujudga keladigan murakkab bog'lanishlar muhim ahamiyatga egadir. Analizatorlarning bosh miya po'stidagi uchastkalari bir-biridan keskin ajralgan holda emas, balki bir-

biriga tutashib, bir-biri bilan chambarchas bog'lanib ketganligi sababli mazkur bog'lanishlarning vujudga kelishi yuqorida aytib o'tilganidek, tafakkurning maxsus nerv-fiziologik mexanizmlaridir. Bunda ikkinchi signallar tizimining bog'lanishlari birinchi signal tizimidagi bog'lanishlarga tayanadi. I.P.Pavlov ikkinchi signal tizimining ishi hamisha birinchi signal tizimi bilan o'zaro o'tkazish jarayonida hozir bo'ladi, deb ta'kidlagan. Ikkinchi signal tizimi asosida birinchi signal bilan o'zaro ta'sir qilish jarayonida dastlab umuminsoniy empirizmni va nihoyat odamning o'z tevaragidagi olamni va uning o'zini bilish uchun oliy qurol bo'lgan oliy tafakkur voq'e bo'ladi. Tafakkurning muayyan bir narsaga qaratilishi uchun nerv-fiziologik asos bo'lgan orientirovka refleksi tafakkur jarayonlarida katta rol o'ynaydi. Akademik I.P.Pavlov ta'kidlaganidek, "avvalo umuminsoniy empirizmni nihoyat, atrof olamni va insonning o'zini ham bilish uchun oliy qurol bo'lgan fanni ham yaratuvchi maxsus insoniy oliy tafakkur zarurdir".

Tafakkur operatsiyalari. Tafakkur jarayoni insonning bilishga bo'lgan ehtiyojlari, tevarak-atrofdagi olam va turmush to'g'risidagi o'z bilimlarini kengaytirishga va chuqurlashtirishga intilish sababli vujudga keladi. Fikr qiluvchi kishining tafakkuri-ob'ektni anglashi, bilishi tafakkur jarayonining xarakterli xususiyatidir. Odam o'zi idrok qilayotgan narsalar to'g'risida fikr qiladi. Shuning uchun tushunchalar narsalarning butun bir sinfi, turkumi to'g'risida fikr qiladi, ya'ni bular tafakkurning ob'ekti bo'ladi. Bir narsaga tayanmagan quruqdan quruq tafakkur bo'lishi mumkin emas.

Analiz, sintez, taqqoslash, abstraktsiyalash va umumlashtirish, tasniflash va tizimga solish aqliy operatsiyalarning asosiy turlaridir.

Analiz – shunday bir tafakkur operatsiyasidirki uning yordami bilan biz narsa va hodisalarni fikran yoki amaliy jihatdan xususiyatlarini tahlil qilamiz.

Analiz va sintez o'zaro bevosita mustahkam bog'langan yagona jarayonning ikki tomonidir. Agar narsa va hodisalar analiz qilinmagan bo'lsa, uni sintez qilib bo'lmaydi, har qanday analiz predmetlarni narsalarni bir butun holda bilish asosida amalga oshirilishi lozim.

Taqqoslash – shunday bir tafakkur operatsiyasidirki, bu operatsiya vositasi bilan ob'yektiv dunyodagi narsa va hodisalarning bir-biriga o'xshashligi va bir-biridan farqi aniqlanadi.

XIX-XX asrlarda yashagan olim K.D.Ushinskiy taqqoslash jarayoni borasida quyidagilarni ta'kidlagan: "Agar siz tabiatni bir narsasini ravshan tushunib olishni istasangiz, uning o'ziga juda o'xshash bo'lgan narsalardan tafovutini topingiz va uning o'zida juda uzoq bo'lgan narsalar bilan o'xshashligini topingiz. Ana shunda siz shu narsaning eng muhim belgilarini payqab olasiz, demak shu narsani tushunib olasiz".

Abstraksiya – shunday fikr tafakkur operasiasidirki, bu operasiya yordami bilan moddiy dunyodagi narsa va hodisalarning muhim xususiyatlarini farqlab olib, ana shu xususiyatlardan narsa va hodisalarning muhim bo'lmagan ikkinchi darajali xususiyatlarini fikran ajratib tashlaymiz.

Abstraksiya jarayonida ob'ektdan ajratib olingan belgi, alomatning o'zi tafakkurning mustaqil ob'ekti bo'lib qoladi. Abstraksiya operatsiyasi tahlil natijasida vujudga keladi. Masalan, sinf devorini tahlil qilish jarayonida uning faqat bir belgisini, ya'ni oqligini ajratib olish mumkin va oq devor to'g'risida emas, balki devorning oqligi to'g'risida, keyin esa umuman oqlik haqida fikr yuritish mumkin. Kishilar quyosh, oy, yulduz, elektr, olov ba'zi planetalar, ayrim tosh va hokazolarning ko'z o'ngilarida yoritishni kuzata turib ularning bitta umumiy belgisini, ya'ni yoritishni fikran ajratib olib, umuman yoritish to'g'risida mulohaza yuritiladi.

Buyumlarni narsa va hodisalarni jism va predmetlarni bir-biri bilan taqqoslash paytida ham abstraksiyalash jarayoni yuzaga keladi. Bunda narsa va hodisalarning mavjud belgilariga, masalan tusiga, shakliga, tezligiga, og'irligiga, qiymatiga va shu kabi o'xshash sifatlarga qarab taqqoslanadi.

Abstraksiya operatsiyasi bilan insonni qurollantirish intellektual jihatdan intensiv rivojlanishiga olib keladi, shuningdek mustaqil bilim olish faoliyatini takomillashtiradi.

Umumlashtirish – tafakkurda aks etgan bir turkum narsalarning, o'xshash muhim belgilarning shu narsalar to'g'risidagi bitta tushuncha o'lib, fikrda birlashtirish demakdir.

Konkretlashtirish – hodisalarni ichki bog'lanish va munosabatlardan qat'iy nazar bir tomonlama ta'kidlashdan iborat fikr yuritish operasiasidir.

Umumiy mavhum belgi va xususiyatlarni yakka yolg'iz ob'ektlarga tadbqiq qilish bilan ifodalanadigan fikr yuritish operatsiyasi insonning barcha faoliyatlarida faol ishtirok etadi. Voqelik qanchalik yaqqol shaklda ifodalansa, inson uni shunchalik oson anglab yetadi. Insonlar dastavval tevarak atrofni aniq belgilariga asoslanib, aniq holda aks ettirganlar, yaqqol obrazlarga suyanib tasavvur qilish imkoniyatiga ega bo'lganlar, shu boisdan to hozirgi kunga qadar aniqlik belgisi har qanday inson zoti uchun eng yaqin belgi bo'lib hisoblanadi.

Psixologlar tadqiqotlarining ko'rsatishiga qaraganda konkretlashtirish odamda ikki xil vazifani bajaradi. Birinchidan, umumiy abstrakt belgining yakka ob'ektga tadbqiq etish amalga oshiriladi. Masalan, biz "oq" deganimizda ko'z oldimizga qor, qog'oz, paxta va shu kabilar kelishi mumkin. Ikkinchidan, konkretlashtirish umumiy va yakka belgilar kamroq bo'lgan umumiylikni ochishda ifodalanadi. Masalan, biz olma, olxo'ri, uzumni mevalar qatoriga stol-stul, divan va shu kabilarni mebellar qatoriga qo'shamiz. Umumiy fikrlarni bayon qilish va izohlash chog'ida odatda keltiriladigan misollarning hammasi konkretlashtirishning o'zidir.

Klassifikatsiyalash – bir turkum ichidagi narsalarning bir-biriga o'xshashligiga va boshqa turkumdagi narsalardan farq qilishiga qarab narsalarni turkumlarga ajratish tizimidir.

D.I.Mendelevni "Elementlarning davriy tizimi" jadvali bunga yorqin misoldir. Bunda olim elementlarni atom og'irligi ortib borishiga, kimyoviy sifatlarning bir tipligiga va boshqa belgi va alomatlariga qarab tartib bilan joylashtirib chiqqan. O'rganish uchun qulaylik tug'dirish maqsadida, shuningdek, amaliy maqsadlarda ko'pchilik narsalarni guruhlariga, turkumlarga bo'lishga to'g'ri keladi. Ko'pchilik narsalarni hodisalarni guruhlariga bo'lish klassifikatsiyalash yoki turkumlarga bo'lish deb ataladi. Masalan, kutubxonada kitoblar muqovasiga, farmoyishning mazmuniga va shu kabi belgilariga qarab turkumlariga bo'lish mumkin. O'quvchilarning odatda yoshi yoki jinsiy belgilari bo'yicha va shu kabilarga qarab turkumlarga bo'ladilar.

Sistematlashtirish – tizimga solish shundan iboratki, bunda ayrim narsalar, faktlar, hodisa va fikrlar muayyan tartibda makondagi, vaqtdagi tutgan o'rniga voki mantiqiy tartibda iovlashtiriladi.

Shu sababli makon, xronologiya va mantiqiy belgilar asosida tizimga solish turlariga ajratiladi. Mebelning xonadagi joylashtirilishi, daraxtning boqqa o'tkazilishi, makoniy tizimga namuna bo'la oladi. O'tmishda bo'lib

o'tgan voqealarning vaqtga qarab tizimga solishning namunasi bo'la oladi. Matematikaga, falsafaga, mantiqqa doir darsliklarda ilmiy materiallarning joylashtirilishi mantiqiy tizimga solishning namunasi.

Narsa va hodisalarda voqelikda haqiqatan o'zaro bog'liq bo'lgan belgilar, alomatlar hukmlarda bog'liq ravishda ko'rsatib berilsa yoki voqelikda bir-biridan ajratilgan narsalar hukmlarda ajratib ko'rsatilsa bu chin hukm deb ataladi.

Masalan, metallar elektr tokini o'tkazuvchidir; metallar qizdirilganda kengayadi, degan chin hukmlardir. Chunki elektr tokini o'tkazish qizdirilganda kengayishi metallarga xos xususiyatdir.

Masalan, hozir tashqarida yomg'ir yog'yapti; yer quyosh atrofida aylanmaydi, degan misollar xato hukmlar doirasiga kiradi.

Bu hukmda aks ettiriladigan narsa va hodisalar belgisining nechog'lik muhim bo'lishiga yoki voqelikka mos kelish-kelmasligiga bog'liq. Masalan, ertaga yomg'ir yog'ishi mumkin. Paxta rejasi to'lib qolsa kerak.

Xulosa chiqarish. Bir qancha hukmlarning mantiqiy bog'lanishi natijasida hosil bo'lgan yangi hukm insonning bilish faoliyatida alohida ahamiyatga ega.

Induktiv xulosa chiqarish – bu xulosa chiqarishning shunday mantiqiy usulidirki, bunda bir necha yakka va ayrim hukmlardan umumiy hukmga o'tiladi, yoki ayrim fakt va hodisalarni o'rganish asosida umumiy qonun va qoidalar yaratiladi.

Masalan, temir elektr tokini o'tkazadi, po'lat elektr tokini o'tkazadi, mis elektr tokini o'tkazadi, ruh elektr tokini o'tkazadi. Demak, barcha metallar elektr tokini o'tkazadi, degan umumiy xulosa chiqaramiz.

Deduktiv xulosa chiqarishda umumiy va yakka hukmlardan yakka yoki juz'iy hukm keltirib chiqariladi.

Misol uchun barcha metallar elektr tokini o'tkazadi. Temir metallardir. Demak, temir ham elektr tokini o'tkazadi.

Analogiya xulosa chiqarishning shunday shaklidirki, bunda biz ikki predmetning ba'zi bir belgilari o'xshashligiga qarab, bu predmetlarning boshqa belgilarining o'xshashligi to'g'risida xulosa chiqaramiz. Analogiya deb narsa va hodisalarning bir-biriga o'xshash bo'lgan ba'zi belgilariga qarabgina hukm yuritishdan iborat xulosa chiqarish shakliga aytiladi.

Tushunchalar

Tafakkur tushunchalar shaklida ifodalanadi.

Tushuncha deganda biz narsa va hodisalarning eng muhim va eng asosiy xususiyatlarini aks ettirishni tushunamiz.

Tushunchalar hukmlardan tarkib topadi. SHu sababli tushunchaning mazmunini ochib berish uchun bir qancha hukm yurtishga to'g'ri keladi. Masalan, odam ongli mavjudotdir degan tushunchani oladigan bo'lsak, bu yerda odamning eng muhim xususiyati uning ongliligi ekani qayd qilinyapti.

Tushunchalar odamning turmush tajribasi va bilimlarining ortishi jarayonida tarkib topa boradi. Ana shu jihatdan olganda maktabdagi o'qish jarayonida bolada asosan tabiat va jamiyat hodisalari haqida tushunchalar tarkib toptirishdan iboratdir. Demak, katta odamlarga nisbatan bolalarda hali tushunchalar juda oz bo'ladi.

Tushunchalar ko'lami jihatidan 3 turga: yakka tushunchalar, umumiy tushunchalar va to'planma tushunchalarga bo'linadi.

Yakka tushunchalar yakka narsa va hodisalar haqidagi tushunchadir. Bunday tushunchalarga sohibqiron Amir Temur, Mirzo Ulug'bek, Sirdaryo tushunchalarini misol qilib keltirsa bo'ladi. Yakka tushunchalarning xususiyati shuki, bu tushunchalarda hamisha aniq obraz mavjud bo'ladi. Umumiy tushunchalarda bir jinsda bo'lgan ko'p narsa va hodisalar gavdalantiriladi. Masalan, kitob, maktab, yulduz, talaba va boshqalar.

Shunday qilib, tushunchalar mohiyati hukmlarda yoritiladi, mavjud hukmlar asosida xulosa chiqariladi. Yangi hukm hosil qilinadi, topilgan yangi belgilar, alomatlar tushunchalarni yanada boyitadi. Tafakkur yordamida inson yaratish, kashf etish, ixtiro qilishda davom etishi mumkin. Demak, yangi tushunchalar, atamalar yuzaga kelaveradi, iste'moldagilari esa yangi mazmun kasb etadi. Determinizm tamoyiliga binoan so'zlar yangi tushunchalar yaratilishiga vosita bo'lib xizmat qilaveradi, shuning bilan birga tushunchalar zamirida yangi so'zlar va iboralar vujudga keladi, yoinki yangicha talqin qilish kuchayadi. So'z bilan tushunchalarning chambarchas bog'lanishi va munosabati filogenezda ham ontogenezda ham operatsional va funktsional xususiyatlarni yo'qotmaydi.

7.3. Tafakkur turlari

Muayyan ijtimoiy muhitda turmush kechirayotgan odamlarning ehtiyojlari xatti-harakat motivlari narsalarga qiziqishlar, intilishlar, mayllar, aqliy qobiliyatlar, hatto faoliyatlari ham turli tumandir. Xuddi ana shu boisdan ularning tafakkuri ham har xil holatlarda vaziyatlarda turlicha tarzda vujudga keladi, namoyon bo'ladi.

Psixologiya fanida tafakkur turlari topshiriq xususiyatiga, fikr yoyiqligiga, fikrning originallik darajasiga qarab, quyidagicha shartli klassifikatsiya qilinadi.

Professor E.G'ozievning "Umumiy psixologiya" darsligida tafakkur turlari quyidagicha klassifikatsiya qilinadi:

Tafakkur turlari

Shakliga ko'ra	ko'rgazmali harakat ko'rgazmali obrazli mantiqiy
Ko'riladigan masalaning xarakteriga ko'ra	Nazariy amaliy
ijodiylik elementiga ko'ra	Konvergent divergent
yangiligi va noyobligiga ko'ra	Reproduktiv produktiv (ijodiy)

Ko'rgazmali-harakat tafakkur turi. Tarixiy taraqqiyot davomida odamlar o'z oldilarida turgan maqsadlarni dastlab amaliy faoliyat nuqtai nazaridan yechganlar, keyinchlik unda nazariy faoliyat ajralib chiqqan. amaliy va nazariy faoliyat chambarchas bir-biri bog'langandir.

Sof psixologik faoliyat birlamchi emas, balki amaliy faoliyatning o'zi birlamchidir. Yana faoliyatning taraqqiyoti davomida unga nisbatan mustaqil nazariy fikr yuritish faoliyati ajralib chiqqan. Faqat butun insoniyatning tarixiy taraqqiyoti emas, balki shu bilan birga har bir bolaning psixik taraqqiyoti jarayoni ham dastavval sof nazariy faoliyat emas, balki amaliy faoliyatdir.

Agarda insoniyatning tarixiy taraqqiyoti muammosidan chetlanib, ushbu masalani olib qarajak, u holda amaliy faoliyat birlamchi ekanligiga ishonch hosil qilamiz. Buning uchun insonning ontogenetik taraqqiyotini dastlabki fazasiga murojaat qilamiz. Bola tug'ilishdan tortib, to uning bog'cha yoshigacha davrini amaliy faoliyatda ko'rgazmali-harakat tafakkuri o'sishining asosiy pallasi deb atash mumkin. Mazkur yoshdagi inson zoti ana shu amaliy faoliyat negizida aqliy harakatlarni amalga oshiradi, amaliy bilimlarni o'zlashtiradi, natijada ko'rgazmali-harakat

tafakkuri o'sa boradi. Ushbu yoshdagi kichkintoylar o'zlari o'ynayotgan o'yinchoqlarni qo'llari bilan bevosita ushlab ko'rish orqali ular bilan tanishadilar, shuning bilan birga ularni idrok qilishga intiladilar. Idrok qilingan predmetlar va o'yinchoqlarni o'zaro solishtiradilar, qismlarga ajratadilar, analiz va sintez qiladilar, bo'laklarga ajratilganlarni yaxlit holga keltirib birlashtiradilar. Kattalar tushuntirishiga ishonch hosil qilmasdan, ayni chog'da ularni ob'ektni sindirib yoki buzib bo'lsa ham, ularning ichki tuzilishi bilan tanishish ishtiyoqi, mayli kuchli bo'ladi. SHU boisdan amaliy xarakterdagi muammolarni hal qilishda ko'pincha buzib, tuzatish yo'li bilan harakat qiladilar. Ko'rgazmali-harakat tafakkuri bog'cha yoshiga yetgandan so'ng bolalarda o'z qiymatini yo'qota boshlaydi.

Ko'rgazmali-obrazli tafakkur turi ham psixologik adabiyotlarda turlicha talqin qilinadi. "Psixologik lug'at"da ta'riflanishicha u konkret tafakkurning bevosita idrok qilinayotgan narsa va hodisalar haqida fikrlashdan iborat bo'lgan turi. Professor E.G'oziev fikricha, bevosita idrok qilinayotgan predmetlar emas, balki faqat tasavvur qilinayotgan narsa va hodisalar haqida fikrlashdan iborat tafakkur turi ko'rgazmali-obrazli tafakkur deb ataladi. V.Karimova tomonidan ko'rgazmali-obrazli tafakkur esa ko'rgan kechirgan narsalar va hodisalarning aniq obrazlari ko'z oldimizda gavalangan chog'da ularning mohiyatini umumlantirilib bilvosita aks ettirishimizdir, deb talqin qilinadi. Tafakkurning mazkur ko'rinishi 4-7 yoshgacha bo'lgan bolalarda namoyon bo'ladi. Bog'cha yoshidagi bolalarda ko'rgazmali-obrazli tafakkur bosqichiga o'tgandan so'ng ham saqlanib qoladi, lekin u o'zining yetakchi rolini yo'qota boshlaydi.

Ko'rgazmali-obrazli tafakkur sodda shaklda ko'pincha bog'cha yoshidagi bolalarda, ya'ni 4-7 yoshgacha bo'lgan bolalarda paydo bo'ladi. Bu yoshdagi bolalarda tafakkurning amaliy harakatlar bilan aloqasi avvalgidek to'g'ri va bevosita bo'lmaydi. Bog'cha yoshidagi bolalar faqat ko'rgazmali obrazlar bilan fikr yuritadilar va uncha tushunchaga ega bo'lmaydilar. Bog'cha yoshidagi bolalarda tushunchalarning yo'qligi shveysariyalik psixolog J.Piajening quyidagi tajribasida juda yaqqol namoyon bo'ladi. 7 yoshga yaqin bolalarga xamirdan qilingan mutlaqo bir xil, hajmi jihatidan teng 2 ta soqqa ko'rsatiladi. Bolalar uni teng deb hisoblaydi. Bolalarning ko'z oldida bitta soqqa ezib non shakliga keltiriladi. Endi bolalar non shaklidagi soqqada xamir ko'p deb hisoblaydilar. Bolalarning ko'rgazmali-obrazli tafakkurlari hali ularning idroklariga bevosita to'la bo'ysunadigan bo'ladi. Ularning ko'rgazmali-

obrazli shaklda o`tdigan tafakkurlari bolalarni soqqaga qaraganda non shaklidagi xamir ko`proq degan xulosaga olib keladi.

Shuning uchun ular narsa va hodisalarning, jism va predmetlarning ko`zga yaqqol tashlanib turuvchi alomatiga, xususiyatiga, tashqi belgisiga e`tibor qiladilar. Lekin ularning ichki bog`lanishlari o`zaro munosabatlarini bildirib keladigan muhim asosiy sifatlariga ahamiyat bermaydilar. Ob`ektlarni fazoda joylashgan o`rni tashqi, nomuhim belgisi ularning ko`rgazmali-obrazli tafakkurini vujudga keltiradi. Masalan, ularning nazarida odamlarni bo`yining baland va pastligi ularning yoshini belgilaydi.

Tafakkur faolligiga qarab ixtiyorsiz (intuitiv) va ixtiyoriy (analitik) tafakkur turlariga ajratiladi. Intuitsiya deb mantiqiy tafakkur yordamida ko`p vaqtlar davomida hal qilinmagan aqliy vazifalarning to`satdan, kutilmaganda hal qilinib qolishi jarayoniga aytiladi.

Ko`pincha ixtiyoriy tafakkur jarayoni mulohaza, muhokama, isbotlash, gipoteza kabi shakllarda namoyon bo`ladi. Masalan, matematika, fizika, kimyo, psixologiya va boshqa fanlardagi misol va muammolarni yechish jarayoni. Bundan tashqari ixtiyoriy tafakkurga mantiqiy yoki nazorat (kontrol) tafakkuri ham kiradi. Moddiy borliqni adekvat aks ettirish, fikr yuritish, tanqidiy va sinchkov bo`lishni taqazo etadi. Binobarin, narsa va hodisalarni atroflicha bilish uchun ob`ektiv baho berish zarurati tug`iladi, bu esa o`z navbatida fikr yuritish ko`lami keng, analitik-sintetik faoliyat doirasi mustahkam bo`lishini talab qiladi.

Tafakkur jarayoni ixtiyorsiz yuz berishi ham mumkin. Lekin bu holda ular ixtiyoriy tafakkurga suyangan tarzda vujudga keladi. Jumladan, odamning amaliy, maishiy va hokazo faoliyatlarida ixtiyorsiz ravishda qator savollar paydo bo`lishi va ularga beixtiyoriy javoblar axtarish hollari uchrab turadi. Bunday paytlarda inson fikr yurityaptimi yoki yo`qmi buni bilish qiyin, vaholanki, u o`zicha go`yo savollarga javob topadiganday, shirin his-tuyg`ularni boshdan kechirayotganday bo`ladi, shuning uchun ko`pincha "tilimning uchida turibdi" deyiladi. Odamlar qandaydir matn yoki muammo, masala ustida bosh qotirib, o`tirganlarida fikr yuritish mutlaqo beixtiyor ro`y berib qoladi va ular asosiy topshiriqni bajarishdan uzoqlashtiradi.

Insoniyat tarixiy taraqqiyoti tarixidan shu narsalar ma`lumki, yirik ilmiy kashfiyotlar ko`pincha xuddi shunday beixtiyor fikr qilib turgan mahalda to`satdan ochilgan. Jumladan, yunon olimi Arximed solishtirma og`irlik qonunini zo`r berib, aqliy mehnat qilish paytida emas, balki hech kutilmagan jarayonda, vannada cho`milib turgan paytida kashf etgan.

Ulug' rus olimi D.I.Mendeleevning hikoya qilishicha, u elementlar davri tizimi jadvalini tuzish vaqtida uch kecha-yu, uch kunduz betinim mehnat qilgan, ammo bu vazifani nihoyasiga yetkaza olmagan. Undan so'ng charchagan olim ish stoli ustida uyquga ketgan va tushida bu elementlar tartibli joylashtirilgan jadvalni ko'rgan. Shunda D.I.Mendeleev uyqudan, uyg'onib, bir parcha qog'ozga tushida ayon bo'lgan jadvalni ko'chirib qo'ygan.

Ko'pincha psixolog va fiziologlarning ta'kidlashlaricha, muammoning bunday oson ravishda yechimini hech kutilmaganda yuqoridagi kabi beixtiyor hal qilinishi shu kashfiyotlar olam yuzini ko'rganicha bo'lgan davr ichida oylab, yillab qilingan mehnatning yakuni, ya'ni tugallanmay qolgan tafakkur jarayonlarining nihoyasiga yetishidir deb baholamoqda.

Yirik fiziolog hamda psixolog V.M.Bexterevning izohlashicha, bunday kutilmagan jarayonlarning ro'y berishiga asosiy sabab bu o'rganilayotgan masala to'g'risida uxlashdan oldin zo'r berib bosh qotirish, o'ylash (fikir yuritish) va butun zehni shuning bilan birga diqqat-e'tiborining tortilishi, kashf qilinishi zarur masalaga to'la-to'kis yo'nalishidan iborat maqsadga muvofiqlashtirilgan murakkab barqaror psixik holati hukm surishidir.

Fikir yuritilishi lozim bo'lgan narsa-hodisalarni idrok yoki tasavvur qilish mumkin bo'lsa, bunday tafakkur konkret tafakkur deb ataladi. U o'z navbatida yaqqol-predmetli va yaqqol-obrazli tafakkur turlariga ajratiladi. Agar fikr yuritish ob'ekti bevosita idrok qilinsa, bunday tafakkur yaqqol-predmetli tafakkur deyiladi. Fikir yuritilayotgan narsa va hodisalar faqat tasavvur qilinsa, bunday tafakkur yaqqol-obrazli tafakkur deb ataladi.

Abstrakt tafakkur narsalarning mohiyatini aks ettiruvchi va so'zlarda ifodalovchi tushunchalarga tayanib fikr yuritishdir. Algebra, trigonometriya, fizika, chizma geometriya, oliy matematika masalalarini yechish mahalida fikr yuritish, mulohaza bildirish, abstrakt tafakkurga xos misollardir.

Abstrakt tafakkur konkret tafakkurdan g'oyat keng ma'no anglanishi bilan qator narsa va hodisalar to'g'risida, abstrakt tafakkur yordamida mulohaza borliq to'g'risida cheksizlik, sifat, miqdor, tenglik to'g'risida, go'zallik yuzasidan mavhum abstrakt mulohaza yuritish mumkinligi bilan farq qiladi.

Hodisalarni izohlashga, faraz qilishga qaratilgan tafakkur nazariy tafakkur deb ataladi. Tushunchalar o'rtasidagi bog'lanishlarni yoritib borish va shu bog'lanishlarni nazariy jihatdan fikr yuritish yo'li bilan

izohlash kabi jarayonlarni nazariy tafakkur yordamida amalga oshirish mumkin. Izohlash paytida izohlanayotgan narsa va hodisalar, xossa va xususiyatlar, jism va predmetlar, umuman butun voqelik ma'lum turkumdagi tushunchalar qatoriga kiritiladi va ularning farq qiladigan belgi va alomatlarini fikran ajratib ko'rsatiladi. Bundan tashqari muayyan ob'ektlarning mohiyati, mazmuni mavjud bo'lishlik sabablari, kelib chiqishi, taraqqiyoti, o'zgarishi, shuningdek ularning ahamiyati va funktsiya hamda vazifalari izohlab beriladi.

Nazariy tafakkurni ayni bir paytda abstrakt tafakkur deb nomlash an'ana tusiga kirib qolgan. Bunday nom bilan atashga asosiy sabab nazariy tafakkurning umumiy hukmlarda ifodalanishidir. Masalan, diqqat barcha psixik jarayon va holatlarni muvaffaqiyatli amalga oshirish garovidir.

Abstrakt tafakkur muammosi qator sobiq sovet psixologlari tomonidan izchillik bilan tadqiq etilgan. Sobiq sovet psixologiyasining dastlabki rivojlanishi pallasida ushbu masala bilan L.S.Vigotskiy, P.P.Blonskiylar, keyinchalik S.L.Rubinshteyn, B.G.Ananov, A.N.Leont'ev, N.A.Menchinskaya, P.Ya.Galperin, R.G.Natadze, D.B.El'konin, V.V.Davidov, A.M.Matyushkin va boshqalar shug'ullanganlar.

Nazariy tafakkur tufayli voqelikdagi umumiy va muhim bog'lanishlarni, xossalarni, qonuniyatlarni anglab olamiz. SHuning uchun Quyosh va oy tutilishini, yulduzlar tizimini harakatini, ob-havo ma'lumotlarini, yer qimirlash o'choqlarini, voqea sodir bo'lishini ancha ilgari aytib berishimiz mumkin. Shu sababdan nazariy tafakkurni oldindan ko'rish imkoniyatini yaratadigan umumlashgan tafakkur deb ataydilar.

Shunday qilib, abstrakt tafakkur orqali narsa va hodisalarni bevosita idrok qilish mumkin bo'lmagan xususiyatlari, o'zaro munosabatlari aniqlanadi, u yoki bu sohaga oid qonuniyatlar ochiladi, sabab-qibat bog'lanishlari aks ettiriladi. Voqelikni o'zlashtirish vositasi bilan real narsa va hodisalarni yaratilishiga yo'naltirilgan fikr yuritiladi. U qo'yilgan amaliy va nazariy vazifalarni yangi usullar bilan hal qilish, ongimizda yangi tasavvur, tushuncha va hukmlar hosil qilish, muayyan yangi narsalar yaratish bilan bog'liq murakkab tafakkur jarayonidir. Amaliy tafakkur jarayonining davomi ish-harakatlarini, aqliy xarakterlarni tasavvur qilishda, fikrlashda namoyon bo'ladi. Masalan, talabalar faoliyatidagi konspekt yozish, referat tayyorlash, kurs va diplom ishi ustida ishlash kabilar amaliy tafakkurga yaqqol misoldir.

Muayyan fikrni chin yoki yolg'onligini ob'yektiv dalillar bilan isbotlash o'rniga, inson shaxsining ijobiy yoki salbiy sifatleri bilangina cheklanib qolishdan iborat tafakkur turi avtoritar tafakkur turi deb ataladi.

U ko'pincha odamlarning muayyan soha bo'yicha bilim saviyasining, darajasining cheklanganligidan va mustaqil fikr yuritish qobiliyatining yetarli darajada o'smaganligidan dalolat beradi.

Shuningdek,

Psixologiyada bir-birlari bilan uzviy ravishda bog'langan mulohaza yuritishdan iborat tafakkur jarayonini diskursiv tafakkur deb ataladi.

Ijodiy tafakkur– murakkablash faoliyatidan biri bo'lib, tadrijiy ravishda izchil o'zaro bog'langan jarayonlardan tashkil topadi, dastavval savollar tug'iladi, vazifa aniqlanadi, masalani yechish va savollarga javob qidirish jarayoni vujudga keladi. Inson oldida turgan aniq vazifa yoki masala bu bajarilishi yoki hal qilinishi zarur bo'lgan vazifa ko'pincha ifodalanishi shart bo'lgan maqsadni ham aks ettirib keladi. Maqsad esa insonning izlanayotgan noma'lum voqelikni topishga gumon va hayajon, shubha hislaridan xalos etishga qaratilgan maylidir.

Ijodiy tafakkurning navbatdagi tarkibiy qismlari quyidagicha aks ettiriladi: qo'yiladigan savollarga javob berish, masalani yechishga yordam beradigan yo'llar, usullar, vositalar, qoidalar va ko'nikmalarni qidirish, ularni tanlash hamda mazkur faoliyatda ularni tadbiiq qilish va boshqalar.

Ijodiy fikrlashni ta'minlovchi omillar:

Fikr yuritish faoliyatida eng avval hal qilinishi zarur bo'lgan masala inson tomonidan aniqlab olinishi kerak.

Muammo yoki masalani hal qilish zarur bo'lgan barcha bilimlarni tadbiiq qilish uchun intilish.

Masalaga, muammoga taalluqli gipoteza olg'a suriladi, bosqichlar taxmin qilinadi, yechim to'g'risida farazlar ishlab chiqiladi, turli variantlar hamda variatsiyalar haqidagi mulohaza yuritiladi, o'zaro xayolan solishtirib, eng samarali alomatlar ajratiladi va hokazo

Muammo oldiga qo'yilgan farazni tekshirish zarurati tug'iladi.

Muammoni nazariy jihatdan hal qilish uchun ilgari surilgan gipoteza adekvat emasligi, noto'g'ri ekanligi aniqlansa, u fikr yuritish ob'ektidan siqib chiqariladi va yangi farazlar, o'ylar taxmin qilinadi yoki o'ylab topiladi.

Muammo va masalani hal qilish, yechish, olingan natijalarni to'g'riligiga qanoat hosil qilish uchun yechuvchi, uni tekshirish bilan tafakkur harakatlarini yakunlaydi.

Ijodiy tafakkur turi o'zining samaradorligi va dolzarbligi, universalligi bilan boshqa fikr yuritish jarayonlaridan farq qiladi, yangi-

yangi muammolarni o'ylab chiqish jarayoni bo'lib, insonning bilish faoliyatida yetakchi rol o'ynaydi.

Psixologiya fanida tafakkurni realistik va autistik turlarga ajratiladi.

Realistik tafakkur qurshab olgan atrof-muhitni o'rganishga, aks ettirishga qaratilgan fikr yuritish bo'lib, u mantiqiy qonun va qoidalar yordami bilan voqelikni in'ikos qiladi. Autistik tafakkur insonning hohish va istaklarini amalga oshirish bilan bog'liq ravishda sodir bo'ladi. Amalga oshirilishi lozim bo'lgan tafakkur harakatlari o'sha shaxsning o'z tilaklarini ro'yobga chiqarishga yo'naltirilgan fikr yuritilishdan iborat individuallik yoki individualistik tafakkurdir.

Vizual tafakkur maqsadga muvofiq xarakterlar yoki anglanilmagan operatsiyalar, chunonchi obrazlar manipulyatsiyasi va transformatsiyasi yordami bilan amalga oshiriladi va "aqliy anglanish"dan namoyon bo'ladi.

Fazoviy tafakkur muammosi atoqli rus psixologi B.G.Ananov va uning shogirdlari tomonidan tadqiq qilingan bo'lib, keyingi yillarda bu muammo yuzasidan taniqli psixolog I.S.Yakimanskaya tomonidan kasb-hunar kolleji o'quvchilarida tadqiqot ishlari olib borilmoqda. Fazoviy tafakkur deganda narsa va hodisalarning fazoda ratsional joylashishi, zamon va makon munosabatlarini, murakkab bog'lanishlarini adekvat ravishda aks ettirishdan iborat fikr yuritish jarayoni tushuniladi, tasavvurlar, xotira va xayol tasavvurlari bilan uzviy bog'liq holda namoyon bo'ladi.

Yirik sobiq sovet psixologlaridan biri Z.I.Kalmikova o'z tadqiqotlarida tafakkurni produktiv va reproduktiv turlarga ajratib o'rgangan edi.

7.4. Tafakkur borasidagi psixologik nazariyalar talqini.

Tafakkur muammosi xorij psixologiyasida keng doirada tadqiq qilinib, atroflicha bilimlar va ma'lumotlar zahirasi to'plangan. Aynan keltirilgan ma'lumotlarda tafakkur tushunchasi turli nuqtai nazarlardan tahlil qilinadi.

Ekzistentsializmning asoschisi bo'lmish nemis faylasufi Martin Xaydeger (1889-1978) tushunish uchun o'z diqqatimizni qarata olsakgina biz fikrlashga o'rganamiz-deb yozadi. Uning fikricha, narsa va voqealarning mohiyatini tushunish, anglab yetish, inson fikrlash jarayonida muhim o'rin egallaydi. Tushunishni talab qiladigan narsa insonni fikrlashga undaydi. Tushunishni talab qiladigan narsa hech qachon biz tomonimizdan yaratilmaydi.

Xaydegerning fikricha, tafakkur mavjudligining asosiy xislati bu tasavvurdir. Tafakkur haqidagi ta'limotga asosan tasavvur fikrda ifoda etiladi. SHuning uchun ham tafakkur haqidagi ta'limotni logika, mantiq deb ataydi.

K.R.Megrelidzening ta'kidlashicha, insondagi biror bir ruhiy hodisa ijtimoiy omilni hisobga olmasdan turib, to'g'ri tushuntirilishi mumkin emas. Bu narsa birinchi navbatda tafakkurga taalluqlidir. Tafakkurning ijtimoiy hayotning boshqa ko'rinishlarisiz o'rganish mumkin emas.

Inson tafakkurining usullari nerv tizimida ham, miyasida ham emas, balki bir davrda mana shunday idrok etishga, o'ylashga, ishlashga, boshqa bir davrda esa nerv faoliyatini boshqacha ishlashga yo'llaydigan ijtimoiy sharoitdadir.

Insonlar fikrlari va qarashlari individual tartibda emas, ijtimoiy munosabatlar tufayli sodir bo'ladi. Bu haqda K.R.Megrelidze shunday yozadi: inson tafakkuri tabiiy va biologik qonunlar bo'yicha emas, balki ijtimoiy – tarixiyqonuniyatlar yo'lida harakatlanadi. Insonning fikrlash usuli avvalo ijtimoiy hodisadir. Fikr hech qachon o'z-o'zidan paydo bo'lmaydi, fikr biror narsa haqida, biror predmet haqida bo'lishi mumkin. Predmetsiz fikrning bo'lishi mumkin emas. Tafakkurning funktsiyasi miya faoliyati jarayonida kechadigan sub'ektiv psixologik jarayonlar bilangina chegaralanmaydi:

Birinchidan, ongning sub'ektiv holatinigina ifodalamasdan, balki ob'ektga ham tegishli bo'ladi va narsalar munosabatini ifodalaydi.

Ikkinchidan, yangi fikrning vujudga kelishi bilan bilish jarayoni tugallanmaydi, balki faqatgina boshlanadi. Bu bilishning boshlang'ich bosqichi bo'lib, g'oyaning sub'ektiv holatidir, endi fikrni amalga oshirish bosqichi boshlanadi.

Uchinchidan, alohida individning fikri ijtimoiy yetilgan fikrlarning xususiy ko'rinishidir.

Har bir alohida shaxs ijtimoiy tushunchalar, tasavvurlar yordamida fikrlaydi. K.R.Megrelidze inson fikrining ijtimoiy ekanligini qayta-qayta ta'kidlaydi. Fikrlar va g'oyalar erkin individual ijodning mahsuli emas, balki individning o'zi kabi jamiyat va ijtimoiy munosabatlar mahsulidir. SHuning uchun inson tafakkuri tafakkur bosqichlari, inson tafakkurining shakllari va usullari haqidagi jumboqning yechimini mantiqiy izlanishlardan an'anaviy psixologiyadan emas, balki avvalo bu g'oyalarning ijtimoiy kelib chiqishidan izlash kerak. U yoki bu individ jamiyatda yetilgan ijtimoiy g'oyalarning tasodifiy ifodalovchisi bo'lib qoladi.

Akademik A.I.Berg shunday deb yozadi "inson faqat tashqi dunyo bilan to'xtovsiz muloqot qilishi sharoitidagina uzoq vaqt fikrlashi mumkin. Tashqi dunyodan to'liq informatsion ajralish bu aqldan ozishning boshlanishidir. Informatsion undovchi tafakkurning tashqi dunyo bilan aloqasi insonga oziq-ovqatdek, issiqlikdek zarur". Psixologiya fani taraqqiyotida nemis psixologiya maktabi muhim o'rinlardan birini egallaydi va asrimizning boshlarida Germaniyada Vyurtsburg psixologiya maktabi deb nomlangan yangi yo'nalishga ega bo'lgan psixologik oqim paydo bo'ldi. Mazkur yo'nalishning yirik vakillari sifatida O.Kyulpe (1862-1915), K. Byuller (1879-1922), A.Messer (1837-1937), Ax Nartsis (1871-1946) va boshqalarni sanab o'tish lozim. Ular tomonidan olib borilgan eksperimental tadqiqotlar tafakkur muammosining rivojiga ma'lum darajada hissa qo'sha oldi. Vyurtsburg psixologiya maktabi vakillari tafakkurni hissiy bosqichda turgan psixik jarayonlarga, ya'ni sezgi va tasavvurlarga ajratib o'rganishda ratsional bosqichdagi murakkab jihatlardan mexanik ravishda vujudga keladi, deb tushuntirish mumkin emasligini eksperimental yo'l bilan isbotlashga harakat qildilar. Olib borilgan tadqiqotlarni o'zlarining ustilarida o'tkazib, natijalarni ob'ektiv bo'lishiga kamroq e'tibor berganlar.

Vyurtsburg psixologiya maktabining namoyondalari tafakkur bu ichki harakat, aktidir deb qaray boshlaydilar. O'z-o'zini kuzatish metodidan foydalanib, ish tutishda ular mana bunday ifodaning ma'nosini tushuntirib berishlari lozim, tafakkur haddan tashqari mashaqqatliki, shunga qaramay ko'pchilik shunchaki hukm chiqarishni ma'qul ko'radilar. Shuningdek, ular oldida munosabatlarni o'rnatish qism, yaxlit, tur, jins ob'ektning nisbati va o'zaro munosabatlarini ushbu munosabatlarning aniq a'zolarini idrok qilishni aniqlash vazifalari turadi. SHuning bilan birga ularning barcha tadqiqotlari ob'ektiv metodlarni izlashga oid faoliyatlarida avj oldi. Jumladan, N.Ax tomonidan sun'iy tushunchalarning shakllanishi bo'yicha dastlabki metodika yaratildi. Mazkur nazariya vakillari tafakkurni munosabatlarning aks etishi bilan bog'lab, tafakkurni munosabatlarning birlamchi qarab chiqish, yoki birlamchi ma'lumot berish manbai sifatida talqin qiladilar. Tafakkur taraqqiyoti masalasini ko'tarib chiqib, o'sishning fikrlarni faollashtirish orqali amaliy faoliyatdan tafakkurni mutlaqo ajratib qo'ydilar. Tafakkurni tadqiq qilishning asosiy metodi – bu o'z-o'zini kuzatish ekanligini tan oladi, xolos. Mazkur muammo gnosologik nuqta-i-nazardan olib qaralganda ushbu pozitsiya idealizmizmiga kirib borayotganligini anglab

olish unchalik qiyin emas. Vyurtsburg maktabi namoyondalari tafakkurni alohida mustaqil bilish faoliyati sifatida aniq ko'rsata bildi. Biroq tafakkurni amaliyotda nutqdan va hissiy obrazlardan qat'iy ajratib tashladilar.

Vyurtsburg psixologiya maktabi namoyondalaridan biri O.Zelts tafakkurni intellektual operatsiyalar harakati sifatida qabul qilgan. U o'z oldiga fikr yuritish faoliyatining u yoki bu jihatlari qay yo'sinda shakllanishini kuzatish, intellektual faoliyat bosqichlarini ko'rsatish aqliy faoliyatning produktiv va reproduktiv ko'rinishidagi ziddiyatlarni bartaraf qilish vazifasini qo'ydi. O.Zelts masala yechish jarayonini o'rganishda umumiylikka ega bo'lgan masalani vujudga keltirish bosqichlariga alohida e'tibor berib, elementlar bilan predmetlar munosabatini ajratib ko'rsatadi. Buning natijasida muammo kompleksi namoyon bo'ladi. Kompleks o'z ichiga ushbu jihatlarni qamrab olishi nazarda tutilgan: a) ma'lumning tavsifnomasini bo'laklarga ajratish; b) qidiriluvchi noma'lumning o'rnini aniqlash; v)noma'lum qidiriluvchi bilan ma'lum o'rtasidagi munosabatlarni ajratib ko'rsatish.

Shunday qilib, Vyurtsburg psixologiya maktabining namoyondasi O.Zel'ts psixologiya tarixida birinchi bo'lib tafakkurni jarayon sifatida eksperimental metodlar bilan tadqiq qilgan, intellektual operatsiyalar va ularning tarkibiy qismlarini nazariy va amaliy jihatdan ta'riflab bergan, izchil ilmiy metodlarga asoslanib, o'rganishga butun vujudi bilan intilgan psixologdir. Germaniyada psixologiyaning geshtaltpsixologiya yo'nalishi vujudga keldi. Uning, ko'zga ko'ringan namoyondalari qatoriga X.Erenfel's (1859-1932), V.Keler (1887-1967), K.Kofka (1886-1941) va boshqalar kiradi. Geshtal'tchilar fikriga qaraganda, har bir psixik hodisaning mazmuni uning tarkibiga kiruvchi qism va elementlarni birgalikda aks ettirishdan ko'lam jihatidan keng, mazmun jihatidan rang-barangdir. Geshtal'tchilarning aksiomatik xarakterga ega bo'lgan ushbu tezislari mazkur ta'limot g'oyasini ochib berishga xizmat qiladi, alohida olingan qism va elementlarning yig'indisi yaxlit tuzilish mazmunini belgilab bera olmaydi, aksincha yaxlit tuzilma qism va elementlarning xususiyatlari va xossalarini belgilab berishga qurbi yetadi.

Geshtal'tpsixologiyaning markaziy nazariyasi har qanday psixologik jarayonlarning bosh mohiyati ularning sezgilarga o'xshash alohida elemetlari emas, balki konfiguratsiya shakl yoki geshtal'tchilarning yaxlit yaratishidan iborat.

Geshtal'tpsixologiyada tafakkur muammosining tadqiqoti keng gamrovli tarzda olib boriladi. Jumladan, V.Kelyor antropoidlarning

intellektual harakatlarini eksperimental o'rganish natijasida yuqori darajada taraqqiy qilgan maymunlarning aqliy harakatida inson harakatiga xos o'xshashlik borligi to'g'risida xulosa chiqaradi.

V.Kelyorning fikricha, topshiriqni yechish mexanizmi quyidagilardan iborat: organizmning optik maydonidagi vaziyatlarning muhim elementlari bir butunlikni, ya'ni vaziyat elementlariga, geshtal't ichiga kirib, geshtal'tda qaysi joyni egallashga bog'liq ravishda yangi ahamiyat kasb etadi. Vaziyatning muhim elementlaridan namoyon bo'luvchi geshtaltchilar muammosi vaziyatda organizmda ba'zi bir zo'riqishlar ta'sirida vujudga keladi, topshiriqni yechish muammoli vaziyatning qismlari yangi geshtaltda yangi munosabatda idrok qilina boshlaganida tugallanadi. Masalani yechish aniq qadamlarni yuzaga keltiruvchi geshtalt sifatida maydonga chiqadi.

Geshtal'tchilarning ayrimlari "yo'nalish" atamasini qo'llab, uni o'tmish tajribasi bilan bog'lashga intiladilar. SHuningdek, ular "tafakkurning evrestik metodlari" to'g'risidagi tushunchadan ham foydalanadilar. Bunda materialni, qo'yilgan maqsadni, konfliktli holatlarni tahlil qilishni nazarda tutadilar.

Geshtal'tchilar tafakkur psixologiyasining qator muammolarini ko'tarib chiqadilar. chunonchi ijodiy tafakkurning o'ziga xosligi, tafakkur jarayonida yangilikning vujudga kelishi, bilimlar bilan tafakkur nisbati, topshiriqni bajarish jarayonida asta-sekin va birdaniga yechish yo'lini qo'llash kabilar. Tafakkurni psixologik o'rganishda funktsional rivojlanish g'oyasini amaliyotga tadbiiq qilish ham ma'lum darajada geshtaltpsixologiya namoyondalarining xizmati hisoblanadi.

Shunga qaramasdan V.Kyoler M.Vertgaymer, K.Dunkerlarning eksperimental tadqiqotlari tafakkurning asosiy mexanizmlaridan biri bo'lgan predmetlarni yangi aloqalar va munosabatlarga fikran jihatini ochishni aniqladilar. Ammo ular ham mazkur muammoli vaziyatda individning amaliy va nazariy aqliy faoliyatlari rolini mutlaqo tan oladilar.

Amerika psixologiyasida vujudga kelgan bixeviorizm yoki hulq psixologiyasi oqimi o'tgan asrning oxirlaridan boshlab hukm surib kelmoqda. Bixeviorizm oqimining asoschilari amerikalik psixologlar Dj.Uotson (1878-1958) va E.Torndayk. (1871-1949) lardir. Keyinchalik bular qatoriga K.Levin (1890-1957) A.Vays (1974-1931) va boshqalar kelib qo'shiladilar. Ma'lum davrgacha mazkur oqim psixologiya olamida dominantlik rolini o'ynaydi. Hozirgi davrda bu oqim bir necha mustaqil psixologik maktablarga ajralib ketgan. Lekin ularning mohiyatida

bixeviorizm nafasi urib turadi. Hammasi uchun umumiy formula S-R, ya'ni stimul-reaktsiya xizmat qilib kelmoqda.

Dj. Uotson tafakkurning ichki nutq va noverbal tovushsiz imo-ishora, mimika, yelka qisishi, qosh suzish, kommunikatsiya, muloqotni birga qo'shib, keng ma'noda tushunadi va uni uchta shaklga ajratib o'rganadi. Nutq shakllaridan biri nutq malakalarini sekin-asta avj oldirish deb ataladi. Bu she'rni yoki tsitatani aniq esga tushirishda o'z ifodasini topadi. Tafakkurning ikkinchi shakli sub'ekt uchun yangi bo'lmagan topshiriqni so'z yordami bilan yechish, yarim-yortisi unutilgan she'rni eslashga harakat va nihoyat, yangi topshiriqni yaqqol ifodali harakat va so'z yordami bilan yechish Dj. Uotson uchun malaka u individual egallagan va o'rganilgan xatti-harakatdir. Ushbu nazariya nuqtai nazaridan qarajak, tafakkur malakaga yaqinlashtirilib qo'yiladi, chunki she'rni esga tushirish ham tafakkur deb talqin qilinadi.

Dj. Uotson tilni o'zlashtirishning ijtimoiy jihatlarini umuman hisobga olmagan, nutqning tuzilishi va rivojlanishiga sira e'tibor qilmagan. Nutq bilan tafakkur birligi to'g'risida tamoyilni anglab yetmagan, tafakkur va ongning hulq ko'rinishi sifatida olib qaralgan.

Mavzuni mustahkamlash va nazorat uchun savollar

1. Tafakkurning asosiy xususiyatlarini aytib bering.
2. Tafakkur va nutqning o'zaro aloqasi nimada ifodalanadi?
3. Tafakkurning qanday turlari va shakllarini bilasiz? Ular haqida gapirib bering.
4. Fikrlash operatsiyalarining xususiyatlari haqida gapirib bering.
5. Tafakkur qonuniyatlari haqida gapirib bering.
6. Aql nima? Qanday intellektual testlarni bilasiz?
7. Ijodkorlik va ijodkorlik tafakkuri xususiyatlari haqida gapirib bering.
8. Tafakkurning qanday psixologik nazariyalarini bilasiz?
9. Tafakkurning individual xususiyatlari va rivojlanishi haqida gapirib bering.
10. Tafakkur rivojlanishining asosiy bosqichlari nimalardan iborat?

VIII-MAVZU. INTELLEKT VA KREATIVLIK

Tayanch tushunchalar: intellekt, kreativlik, aqliy qobiliyat, intellekt testi, aqliy yosh, IQ koeffitsenti, intellektual xatti-harakatlar, intellektual rivojlanish mezonlari.

8.1. Intellekt va kreativlik haqida tushuncha.

Aqliy qobiliyatlarning individual asoslari o'rtasidagi tafovutlar kabi uning yosh taraqqiyoti bilan bog'liq tafovutlarining mavjudligi ham shubhasizdir. Ya'ni inson psixikasining ontogenezdagi taraqqiyoti bir-biri bilan bog'langan bir rivojlanish bosqichidan ikkinchi sifat jixatdan farq qiluvchi bosqichga o'tish jarayonini ifodalaydi. Bu o'zgaruvchan davrlar, taraqqiyotning bosqichliligi – uzluksiz jarayonni shartli bo'lish natijasi emas, balki bu ob'yektiv reallikdir.

Aqliy qobiliyatning yoshga bog'liq xolda rivojlanishi masalasi qator psixologlar tomonidan qayd etilgan. Ammo ta'lim amaliyotida bu muammo chuqur taxlil etilib, turli yoshda o'quvchilarning intellektual salohiyatini oshirib borish bo'yicha ishlarni talab darajasida hal etilgan deb ayta olmaymiz. Aqliy qobiliyatlarning yoshga bog'liq holda rivojlanishi qonuniyatlarini bilish turli yosh davrlarda aqliy qobiliyatlarni maqsadga muvofiq xolda shakllantirish imkoniyatlarini ochadi.

Aqliy qobiliyatlarning yoshga bog'liq jihatlarni tadqiq etish bo'yicha psixologiya juda boy tajribaga ega. Chet el psixologlaridan J.Piaje, Dj.Kelli, A.Vallon, Rus psixologlaridan L.S.Vigotskiy, S.L.Rubinshteyn, A.N.Leontyev, L.I.Bojovich, V.A.Muxina, E.A.Golubeva, N.S.Leytes, o'zbek psixologlaridan M.G.Davletshin E.G'.G'oziyev, B.R.Qodirov, Z.T.Nishanova va boshqalar tafakkur va aqliy qobiliyatning yoshga bog'liqligini turli yo'nalishlarda o'rganganlar. Jumladan taniqli o'zbek psixologi E.G'.G'oziyevning «Tafakkur psixologiyasi» nomli asarida bu boradagi tadqiqotlar keng yoritilgan. Shvesariyalik psixolog J.Piaje intellekt muammosiga o'z shaxsiy nuqtai nazaridan kelib chiqib yondoshgan. J.Piaje intellekt nazariyasini ikkita muhim jihatga, ya'ni intellekt funksiyalari va intellekt davrlariga ajratadi. J.Piaje mulohazasiga ko'ra, intellektning asosiy funksiyalari qatoriga uyushqoqlik (tartiblilik) va adaptatsiya (moslashish, ko'nikish) kiritilgan bo'lib, ular intellektning funksional invariantlari deb yuritiladi. Kreativlik – bu shaxsning yangi g'oyalarni yaratishi, tafakkurning an'anaviy sxemasidan chetga chiqib, o'ziga xos, original qarorlar qabul qilishga qodirligi. Mazkur atamaga ilk bora 1922 yilda D.Simpson tafakkurning nostandart usuli, deb ta'rif bergan.

Kreativlikni o'rganish bo'yicha Rossiyada A.M.Matyushkin, A.V.Petrovskiy, M.G.Yaroshevskiy, V.N. Drujinin kabi olimlar ish olib borganlar.

Psixologiyada intellekt va kreativlikni aloqasini tushuntiruvchi 3 ta nazariya mavjud.

D.Veksler, G.Ayzenk, L.Termen, R.Stenberg va boshqalar intellekt va kreativlikni oliy darajadagi insoniy qobiliyatlarning birligi deb bilishadi. Intellekt kreativlikning yuqori bosqichidir. Bu degani nafaqat ular birlikda, balki ijodkorlik intellektning hosilasidir. Yuqori darajadagi intellekt- yuqori darajadagi qobiliyatning asosisi hisoblanadi. Quyi intellekt- quyi darajadagi intellektni yuzaga keltiradi. Gans Ayzenk kreativlikni qobiliyatning o'ziga xos ko'rinishi deb hisoblagan. Kreativlik intellektning yuqori bo'lishi bilan belgilangan.

Intellekt bu inson va hayvonlarni yangi muhitga moslashishi hisoblanadi. V.Shterni, J.Piaje, D.Veksler va boshqa avtorlar ham intellektni insonlarni yangi hayotiy sharoitlarga moslashashtiruvchi umumiy qobiliyat sifatida qarashgan. Ular o'z tadqiqotlarida amerikalik minglab maktab o'quvchilarini logityud metodi orqali tadqiq etishgan. Tadqiqot jarayonida, dastlab ularni IQ (intellekt koefitsenti) aniqlab olindi. O'quvchilarni IQ koefitsentiga qarab guruhlariga ajratildilar va 30, 40, 50,60 yil oralig'ida kuzatishgan. Yillar davomida intellekt koefitsenti yuqori bo'lgan sinaluvchilar hayotda, faoliyatda yuqori ko'rsatkichlarni ko'rsatishgan. IQ koefitsenti pastroq bo'lgan sinaluvchilar ulardan farqli o'laroq 30 marta kam yutuqlarga erishishgan.

Lekin intellekt va kreativlikning bir biriga bog'liq emasligini boshqa tadqiqotlarda tadqiq etilgan. Kreativlik- bu insonni hayotga moslashishi emas, balki uni o'zgartirishidir. Kreativlikning asosiy omili bu insonning dezadaptatsiyasi, ya'ni uni atrof olam va ijtimoiy muhitga moslasha olmasligida deb qaralan nazariyalar ham mavjud. Ba'zi olimlar shaxsning kreativlik xususiyatini tashqi olam va insonlardan yolg'izlanish deya ta'rif berishgan. Aynan real olamga nisbatan dezadaptatsiyasi mavjud bo'lgan, moslasha olmagan inson o'zidagi yolg'izlikni engib o'tish uchun ijod qilish va yangilik yaratishni boshlar ekan. A.Adlerning fikricha, insondagi kreativlik o'zida mavjud bo'lgan noto'liqlik kompleksini to'ldirish vositasi deb bilgan. Empirik tadqiqotlarda ko'rsatilishicha, ijodkor qobiliyatli bolalar shaxsiy va emotsional sohada jiddiy muammolarga duch kelishadi. Tadqiqotlarda bunday bolalarning maktabda erishayotgan natijalari ularning imkoniyatlaridan past chiqanini kuzatishimiz mumkin.

Kreativlik va intellektni qarama-qarshi qo'yg'an olimlardan yana biri Dj. Gilvord bo'lib, u o'z nazariyasini ikki xil tafakkur asosida quradi. YA'ni konvergent va divergent tafakkur. Konvergent tafakkur masalani echishda mavjud barcha vositalarni tahlil qilib, ulardan yagona maqbulini tanlashdir. Konvergent tafakkur intellekt asosida quriladi. Divergent tafakkur- masalani echishning turli variantlarini yaratishdan iborat tafakkur turidir. Divergent tafakkur- kreativlik asosida quriladi.

Demak intellekt va kreativlik umumiy ko'rinishdagi ikki xil qobiliyatlar bo'lib, ularni ma'lumotlarni qayta ishlash jarayoni bilan bog'lash mumkin. Kreativlik insonda mavjud ma'lumotlarni qayta ishlab chiqarish va ularning cheksiz yangi modelini yaratishga javob beradi. Intellekt esa o'sha ma'lumotni real amaliyotda qo'llashga va atrof muhitga moslashishga javob beradi.

Uchinchi nuqtai nazar egalari intellekt va kreativlik o'zaro uzviy bog'langan ikki xil faktordeb qarashadi. SHaxsni orientirlashtirgan bu psixologiya vakillari A.Maslau va boshqalar ijodiy qobiliyatni tan olishmagan. Ijodiy faollik shaxsda qobiliyatga qaraganda, ba'zi shaxsiy xususiyatlarni (qiziqish, tavakkalchilik) shakllantiradi. Lekin bu faollikning namoyon bo'lishi uchun shaxsda yuqori darajadagi intellektual qobiliyat mavjud bo'lishi kerak . Ularning fikricha, quyi intellektga ega bo'lgan kishi hech qanday kreativlikka ega bo'lmaydi. O'rta intellekt sohiblari o'rtacha kreativlik, IQ koeffitsenti 120 dan ortiq bo'lgan kishilar a'lo darajadagi kreativlikka ega bo'lishishadi.

Evolyusiya nuqtai nazaridan intellekt va kreativlikning o'zaro bog'liqligini tahlil qilib ko'raylik.

Intellektni go'yo qolipga solingan, buyuk kashfiyotlarni yaratmaydigan moslashuvchi qobiliyat sifatida ko'ramiz. Intellektga faqat qaytarish xosdir. Psixologlarning fikricha bu g'oya noto'ridir . Sababi evolyusion rivojlanish nazariyasida insoniyatning antropogenez rivojlanishning asosiy omilini intellektning rivojlanishidadir deb aytib o'tilgan. Olovni o'zlashtirish va qurollar yasash bunga misol bo'la oladi.

Intellektni kreativlikdan yiroq qilish, shaxsdagi yaratuvchanlik , originallik kabi sifatlarni kreativlikka moslab qo'yimoqda . Kim birinchi bo'lib buyuk kashfiyotni, o'q-yoylarni yaratgan, kim olovni o'zlashtirish mumkinligini o'ylab topgan? Intellektmi? yoki Kreativlikmi? Agar kreativlik bo'lsa, unda intellekt qaerga ketdi. Demak, bunday mulohazalar intellektni insoniyatning texnik va ilmiy muvaffaqiyatlarini yaratishdagi o'rnini pasaytirmoqda.

Ma'lumki, ba'zi insonlar aniq fanlar yuzasidan ba'zi insonlar gumanitar fanlar yuzasidan qobiliyatga ega bo'lishadi. Yana yuqori darajadagi talantga ega bo'lgan rassomning oddiy matematik misollar oldida esankirab qolishini va ajoyib matematikni ozroq badiiy qobiliyatga ega bo'lishini kuzatganmiz. Bunday insonlarni aqilli deb aytishimiz mumkinmi.²²

Spirmenning fikricha, insonlarda umumiy intellekt mavjud. Uning fikricha insonlarni bir-biridan ajratib turuvchi o'ziga xos qobiliyatlari bor. Spirmen faktorli analiz, statistik protsedurani ishlab chiqdi. U bog'liq elementlarning muvaqqat bog'lanishlarini tushuntirib bergan. Spirmenning fikricha malakaning umumiy yig'indisi, bizning aqliy hulq-atvorimizga bog'liqdir deb tushuntirgan. SHu kungacha Spirmenning umumiy intellekt nazariyasi, ya'ni intellektni bir taraflama baholash nazariyasi ko'plab noroziliklarga sabab bo'lgan. Spirmendan farqli o'laroq Terstoun aqliy qobiliyatlarning 56 xil testlar, 7 ta klaster orqali baholashni joriy etdi. Terstoun insonlarni yagona shkala orqali baholamadi. U agar shaxs 7ta klasterdagi barcha masalani muvaffaqiyatli ehsa, u qolgan barcha sohalarida ham xuddi shunday mavaffaqiyatga erishadi deb bilgan. Ular aqliy qobiliyatni jismoniy qobiliyat bilan taqqoslashgan. Uning fikricha, shtanga ko'tarish bo'yicha jahon chempioni yaxshigina figuristik sport turi bilash ham shug'ullanishi mumkin. CHunki undagi jismoniy tayyorgarlik shunga imkon beradi.

Satosi Kanadzava (2004 y.) umumiy intellektni intellektning bir turi sifatida ko'radi. Umumiy intellekt bizga kundalik hayotda mavjud muammoalarni hal qilishda yordam beradi.

1980 yillarga kelib Spiremennig yagona intellekt nazariyasini va Terstounning akedemik qobiliyatlar nazariyalarini taqqoslash jarayoni kuzatilgan. Ularning fikricha, shaxs biror kognitiv sohada muvaffaqiyatga erishayotgan bo'lsa, demak u boshqa sohalarida ham xuddi shunday zafarlarga erishadi. Hayotga moslashishning asosiy omili shaxsdagi umumiy intellekt emas, balki vaqt o'tib, qobiliyatlar bir-biriga ta'sir eta boshlao'idir. X.Gardner intellektni bir necha qobiliyatlar yig'indisi deb qaragan. U o'z tadqiqotlarini past qobiliyatli odamlarda o'tkazgan. Miyaning shikastlanishi bir qobiliyatni so'ndirishi mumkin lekin qolgan qobiliyatlarni qoldirishi mumkin deb hisoblagan.

Gardner o'z tadqiqotini bosh miyasi ba'zi qismlari fiziologik jihatdan shikastlangan sinaluvchilarda o'tkazgan. Ular ko'pincha intellekt

²² Psychology David G. Myers Hope College Holland, Michigan 409p

testlaridan quyi ballarni egallashgan. Bu sindrom vakillarining baʼzilarida nutq rivojlanmagan. Lekin qoʻshib ayirishni xuddi elektron hisoblagichday tezda hisoblay olish qobiliyatiga ega boʻlishgan. Baʼzilari, biror tarixiy kun bilan bogʻliq sanalarni yoddan bilishgan. Bunday sindrom egalari hattoki baddiy ijodda ham muvaffaqiyatlarga erisha olishgan. YUqoridagi faktlardan foydalanib, Gardner shaxsda intellekt emas, balki bir necha xil ong mavjud degan fikrga kelgan. Umuman olganda shaxsda 8 xil koʻrinishdagi qobiliyat borligini aytib oʻtadi. Agar shaxs biror sohada muvaffaqiyatga erishsa, demak u qolgan sohalarda ham yaxshi natijalarga erishadi deb aytib boʻtgan.

R. Shtenbegr, R.Vagner Gardnerning gʻoyasiga qoʻshilishgan Lekin shaxsda aqlni 3 xil faktori mavjudligini taxlil qilishgan:

Masalani echishda akademik malakaning mavjudligi. Bunday malakalarni aqliy testlardagi yagona toʻgʻri javobni belgilash bilan baholanadi

Amaliy intellekt kundalik hayotda atrof muhitga moslashish uchun muammolarning koʻplab echimidan qulayini tanlashga yordam beradi.

Ijodiy aql. Bun tip vakillari notanish vaziyatlarda oʻzining reaksiyasini koʻrsatishi bilan ajralib turadi.

Mustaqil fikrlashning yuqori shakli boʻlmish ijodiylik muammosi chet el psixologiyasida juda chuqur oʻrganilgan, bu asosan qobiliyatning kreativligi tarzida talqin qilingan. Biz bu taʼrifdan “ijodiy” deb foydalanmasligimizga sabab (“*create*” - inglizcha “ijod qilish” demakdir), ijodiylik - bu intellektual faollikning yuksak bosqichi, degan tasavvur paydo boʻlmasligi uchun “kreativlik” atamasidan foydalandik. Psixologiyada kreativlik muammosi 1950-yillardan boshlab izchil ravishda oʻrganilmoqda. Lekin biz oʻz tadqiqotimizda “kreativlik” atamasini oʻzbek tilida shartli ravishda “aqliy ijodiylik” deb atadik va uni mustaqil fikrlashning psixologik asosi sifatida oʻrganishni lozim topdik. SHunday qilib, bundan buyon aqliy ijodiylik haqida mulohaza yuritilganda fikrlashning nostandartligi, uning mustaqilligi va “kreativligi” nazarda tutiladi.

Kreativlikning ajratilishiga aqlning anʼanaviy testlari va muammoni yechishning muvafaqiyati oʻrtasida bogʻlanish yoʻqligi haqidagi maʼlumot turkii boʻlgan. Bu sifat mohiyatan aql orqali berilgan maʼlumotlarni, qoʻyilgan vazifalarni hal qilishda tezkor usul va har xil yoʻsindan foydalanish qobiliyatiga bogʻliqligini ifodalaydi.

1962 yilda J.W.Getzels va P.W.Jackson [10] aqliy ijodiylikning koʻrsatkichlari orasida bogʻliqlik yoʻq, degan maʼlumotni matbuotda eʼlon

qilishgan. Ular ijodiylikni o'lchash uchun o'zlarining (Sr) koeffitsentini kiritishgan, xolos. Aqliy iste'dod esa bolaning guvohnomasidagi yoshiga nisbati qo'lga kiritgan muvaffaqiyatlarining miqdori bilan o'lchanib, *IQ* koeffitsenti bilan belgilanadi. *IQ* va *Cr* koeffitsentlarini ajratish qobiliyat bilan mantiqni aqliy ijodiylikka qarama-qarshi qo'yishga omil bo'lgan. Xuddi shu bois ham XX asrning 60-yillariga kelib, ijodiylikning 60 dan ortiq ta'rifi ishlab chiqildi. Ijodiylik ta'riflarini tahlil qilish orqali ularni 6 turga ajratish mumkin: *geshtaltik* ta'rif (ijodiy jarayonni mavjud geshtaltlarni buzib, yaxshirog'ini tuzish sifatida ta'riflanadi), *innovatsion (yangi)* ta'rif (so'nggi natijaning yangiligi bo'yicha ijodiylikni baholashga yo'naltirilgan), *estetik yoki ekspressiv* (ijod qiluvchining o'zini-o'zi ifodalashga ahamiyat beruvchi), *psixoanalitik* (ijodiylikni "U", "Men" va "Ideal - Men" o'rtasidagi o'zaro munosabat deb ta'riflovchi); *muammoli* (ijodiylikni masalalar yechish jarayoni deb aniqlaydigan. Bunga *J.P. Guilford*ning "Ijodiylik - divergent qobiliyat jarayonidir", degan ta'rifini ham mujassamlashtirish mumkin), oltinchi tipga yuqorida ta'riflangan tiplarning birortasiga ham kirmaydigan har xil ta'riflarni kiritish mumkin (masalan, "umuminsoniy" bilimlar zaxirasini to'ldirish)

8.2. Intellekt va kreativlikning o'zaro aloqasi

Hozirgi davrda to'plangan ijodiylik atamasiga taalluqli ta'riflar mazmuni, mohiyati va tuzilmasini baholash qiyin. Tadqiqotchilarning ta'kidlashicha, "ijodiylikning nimaligini tushunishning o'zi ijodiy harakatni talab qiladi. So'nggi yillardagi tadqiqotlar mualliflaridan biri ijodiylikni qandaydir ahamiyatli va yangi narsaga erishish deb, ya'ni "boshqacha aytganda, bu insonlarning dunyoni o'zgartirish uchun qilgan harakatlari" sifatida ta'riflaydilar

Ijodiylikning XX asr 60-yillardagi ko'zga ko'ringan tadqiqotchilaridan biri M.Wallachning [10] ta'kidlashicha, intellektual testlar ijodiy yutuqlar bilan yuqori ko'rsatkichlarda o'zaro bog'lanmagan. U 11-12 yoshli o'quvchilar o'rtasidagi intellekt va ijodiylik turlicha rivojlanganligi sababli ularni 4 xil guruhga ajratib ko'rsatadi:

intellekt va ijodiylikning yuqori darajasiga erishgan o'quvchilar o'zlarini to'g'ri baholaydilar, ularda o'zini-o'zi nazorat qilish yuqori, ular barcha yangi narsalarga qiziqishadi va baholashda mustaqillikka egadirlar;

intellektual darajasi yuqori va ijodiylik darajasi past o'quvchilar maktabda muvaffaqiyatga intiladilar, lekin birovdan o'z sirlarini yashiradilar, o'zlarini pasaytirib baholaydilar;

intellektual darajasi past va ijodiylik ko'rsatkichi yuqori o'quvchilar xavotirli, e'tiborsiz, quyi ijtimoiy moslashuv bilan boshqalardan ajralib turadilar;

intellektual darajasi va ijodiylik ko'rsatkichi quyi o'quvchilar vaziyatga oson moslashadilar, ijtimoiy intellektual darajasi yuqori, lekin sust sub'ektlar o'zlarini to'g'ri baholaydilar.

Shunday qilib, ijodiylik jarayoni bilan intellekt darajasi o'rtasidagi munosabat o'quvchilarning shaxsiy xislatlariga va ularning moslashuv usullariga ta'sir qiladi.

Stenberg va Gardnerlarning fikricha bir necha qobiliyat shaxsni omadli bo'lishiga olib kelishi mumkin.

Ijodiylik mezonlaridan biri - bu nostandartlikdir. E.P.Torrance ta'kidlaganidek, noyob va original javoblar mohiyatan har doim ham mos tushavermaydi. Ko'pincha tushunchalarning mazmunini asoslanmagan ravishda aralashtirish holati ro'y beradi: ijodiy qobiliyat esa nostandartlik bilan bir xil deb qaraladi, nostandartlik originallik bilan, originallik esa sinaluvchilar guruhidagi noyob javoblar bilan ayniy deb talqin etiladi. Nostandartlik originallik (o'ziga xoslikka nisbatan kengroq tushunchadir [10].

Ikkinchi mezon - anglanganlikdir. Bu asnoda so'z borganda sinaluvchi tomonidan muammo yechimining anglanganligi nazarda tutiladi.

Intellektual testlar shaxsdan konvergent tafakkurni talab qiladi. Kreativ testlar esa divergent tafakkurni talab etadi.

Kreativlik- bu birvaqtning o'zida yangi va qadrli g'oyalarni yaratuvchi ijodkorlik qobiliyatidir.[410]

Sternberg va uning kasbdoshlari kreativlikning 5 komponentini ishlab chiqishgan.

1. Shaxsdagi bilimning ko'pqirraligi. Qo'lga qiritgan bilimlarimiz g'oyalarimizning ko'p bo'lishining asosi hisoblandi. Dunyoviy bilimlarimiz qanchalik ko'p bo'lsa, psixikamizdagi bloklar ham shunchalik ko'p bo'ladi. Hayotda muammolarni hal qilishda bilimlarimiz qanchalik ko'p bo'lsa, uni hal qilish shunchalik oson bo'ladi.

2. Tasavvuriy tafakkur narsa va hodisalarini yangidan ko'rishga, ularni qayta yaratishga va bog'lashga imkon beradi. Muammoning asosiy elementini tasavvur qilib uni o'zlashtiramiz va uni yangi bosqichga olib o'tamiz.

3. Tavakkalchilik- yangi ta'surotlarni qidirish. Buni ikki ma'noda ko'rish mumkin. Ya'ni birinchisi **tavakkal** va muammoni engib

o'tishdagi qat'iylikda deb ko'rish mumkin. bunday xususiyatga ega bo'lgan shaxslar orqaga qaytishdan ko'ra, yangi tajribaga ega bo'lishni avval deb bilishadi.

4. Ichki motivatsiya majburlikdan ko'ra shaxsda murakkab masalani echishda qiziqiqish va qoniqish hissini yuzaga keltiradi. Ijodkor shaxs masalaning muddatini, uning keltiruvchi daromadini va talabgorlari haqida o'ylamaydi. Butin e'tibori masalani echishdagi qonikish hisi va stimuli qaratadi. Isaak Nyutondan "Siz bunday murakkab masalalarni qanday qilib hal qilagansiz" deb so'rashganda, u shunday javob bergan "Men bu muammo haqida tunu kun o'ylab yurganman" deb javob bergan.

5. Ijodiy muhit shaxsdagi ijodiy g'oyalarni qo'llab-quvvatlashga yordam beradi. Hamkasblar bilan ijobiy munosabat va ularni ko'magi shaxsdagi g'oyalarni kamol topishiga turtki bo'ladi. Lekin shuni ta'qidlab o'tish kerakki, ba'zi tadqiqotlarda ijtimoiy muhitning shaxsga salbiy ta'siri holati ham kuzatilgan. Masalan, amerikalik talabalarga insho yozish topshirig'i berilgan. Ular yozgan inshoni uning kursdoshlari tomonidan tekshirilishi oldindan ogohlantirilgan. Boshqa guruhga esa faqatgina insho yozishni aytishagan. Natijalar shuni ko'rsatdiki, ogohlantirilgan guruhning insholari yomon yozilgani ma'lum bo'lgan. Bu holatda biz ijtimoiy muhitning ijodkorlikka salbiy ta'sirini yaqqol ko'rishimiz mumkin.

Nensi Kantor, Djon Kilstrom fanga akademik intellektdan tashqari ijtimoiy intellekt tushunchasini kiritishdi. Ijtimoiy intellekt- bu ma'lum ijtimoiy vaziyatlarni tushunib etish va uni engib o'tish deganidir. S.Epstayn, P.Mayerlar ham bu fikrga qo'shilgan. Nima uchun akademik qobiliyatli shaxslar jamiyatda o'z o'rnini topishga, oilaviy baxtga erishishga, biror bir yutuqqa erishishda muvaffaqiyatsizliklarga duch keladi? S.Epstayn, P.Mayerlarnig fikricha, ijtimoiy intellektning muhim bo'lagi- bu emotsional intelektdir. YA'ni, o'z emotsiyasini qabul qilish, ifodalash, tushunish va boshqarish qobiliyatidir. Ongli, emotsional etuk shaxslar o'z- o'zini yaxshi anglagan shaxslar hisoblanishadi. Bunday odamlar engib bo'lmaydigan depressiya, hissiyotlarini boshqara oladigan insonlar hisoblanishadi.

Emotsional intellektni E.Torndayk, Golman va boshqa olimlar ham tadqiq etgan. Dj. Mayer, P.Solovey, D.Krauzo qobiliyat sirasiga kiruvchi emotsional intellektning 4 komponentini tadqiq etuvchi testlarni ishlab chiqishdi. Bular quyidagilar:

- Emotsiyani qabul qilish (inson yuzidan uni aniqlash)
- Emotsiyani tushunish (ularni o'zgarishini aytib berish)

- Emotsiyani boshqarish (qaysi vaziyatda qaysi bir emotsiyadan foydalanishni bila olish)

- Emotsiyani moslashuvchan va ijodkor tafakkurda qo'llay olish

Agar shaxs yuqori intellekt koefitsientiga ega bo'lsa, ammo bosh miyasining biror joyidan jarohat olsauning emotsional intellekti pasayib ketar ekan. Nevrolog Antonio Damasio o'z tajribasida miya saratoni mavjud Elliot ismli bemorni mosol qilib keltirgan. U o'z bemoridagi o'smani jarrohlik yo'li bilan olib tashlagan. U bemor sog'aygandan keyin u bilan bo'lgan soatlab suhbatda uning yuzida emotsiyaning hech qanday ko'rinishini payqashmagan. Elliotga turli xil vahshiona va turli tabiiy ofitlar orqali insonlarda yuz bergan talofatlar aks etgan rasmlarni ko'rsatishgan. Elliot o'zida hech qanday his yo'qligini bilgan va uni ifodalay olmagan. U endilikda hech nima his eta olmayotganini yaxshi bilgan. Natijada Elliot o'z ishi va oilasini yo'qotdi. Uning qayta turmishi ham o'xshamagan. Elliot jamiyatda o'z o'rnini yo'qotib muvaffaqiyatsizlikka erishdi.

Lekin ba'zi olimlarning fikricha, emotsional intellekt – intellektdan yiroq tushuncha. Lekin shuni ham aytib o'tish kerakki, emotsional intellekt bizdagi bor hohish va qiziqishni aktivlashtiradi. Muammoning ma'nosini kamroq o'ylashga majbur qiladi. Bu jarayon kreativlik uchun muhim hisoblanadi.

Intellektning yuqori bo'lishi miya yarim sharlariga bog'liqmi? Bu masalani tadqiq etishganda shu narsa ma'lum bo'ldiki, Bayron, Betxovenlarning miyasining og'irligi normal odamning miyasidan anchagina og'iriligini aniqlashgan. Miyasi og'ir bo'lgan shaxslar yuqori intellektga ega bo'lishadi degan qarashlar ham mavjud bo'lgan. Lekin afsus ba'zi bir olim daxolarning miyasi normal insonlarnikidan ancha pastligini ham aniqlashgan. Aksincha ba'zi bir jinoyatchilarning miyasining og'irligi xuddi Bayroninkiday ekanligi aniqlangan. Baribir keyinchalik MRT asob bilan miyani tahlil qilishda ishellekt bilan miyani bog'liqligi ko'rsatiladi. Intellektning yuqori bo'lishi nafaqat uning og'irligiga balki miyanning frontal va parietal manglay bo'lagidagi aktivlik jarayoniga bog'liqligini aniqlashgan.

Eynshteyn bilan bir kanadalikning miyasi tadqiq etilganda ularning og'irligi o'rtasida deyarli hech qanday farq yo'qligini aniqlashgan. Lekin Eynshteyning miyasining kuyi qismi kanadalikning miyasidan 15 foizga yuqoriroqligi namoyon bo'lgan. Aynan miyaning quyi qismi matematik va fazoviy ma'lumotlarga javob beradi. Aksincha Eynshteyning miyasining faollika javob beruvchi qismlari pastroq joylashganinin

aniqlashgan. Shuning uchun ham Enshteyn va boshqa fiziklarning gapirish va o'rganishida sekinlikni ko'rishimiz mumkin bo'lgan.

Intellektni o'lchash tarixida dastlabki qadamni ingliz olimi Frensis Galton tomonidan amalga oshirilgan. Galtonning fikricha xarakter irsiyat yo'li bilan avlodddan-avlodga o'tar ekan. U bunga bog'liq ravishda aqliy qobiliyatlarni irsiyat yo'li bilan tushuntirmoqchi bo'lgan. Galtonning tadqiqotlari unchalik yaxshi natijalarni ko'rsatmadi va erkak kishilarning natijali ayollarninkiga qaraganda yuqori chiqanini ko'rishimiz muki. Galtonning tadqiqotlari o'z samarasini bermagan bo'lsa ham biz uni aqliy qobiliyatlarni aniqlagan dastlabki tadqiqotchi sifatada tan olamiz. Intellektni teslar yordamida aniqlash yana bir qadamni fransuz olimi Alfred Bine tomonidan amalga oshirilgan.

Unga frantsuz maktablarida yaxshi o'zlantirmayotgan yoki aksincha juda yaxshi o'zlashtirib maxsus ta'lim programmasiga ehtiyoj sezgan bolalarni tadqiq etish topshirilgan. Bunning sababi ularning qobiliyatlaridagi farqlar bo'lishi mumkin deb qaralgan. 1904 yil A.Bine o'z xodimi Tedor Simon bilan birga maktabda o'zlashtirishda ma'lum muammolarga duch keluvchi o'quvchilarni aniqlovchi ob'ektiv testlarni yaratishgan. Bine va Simon aqliy yosh va xronologik yosh degan hodisani o'rgantishni boshlashgan. Uning aqliy yoshi xronologik yoshiga mos kelishi kerak edi. Agar kimda bu mutanosib kemas, uni maxsus ta'lim metodi orqali moslashtirish mumkin deb hisoblagan. Bine va Simon Galtondan farqli o'laroq aqliy qobiliyatni muhitga bog'liq deb bilgan.

Binedan so'ng Stanford universitetining professori Lyuis Terman Bine va Simonning intellekt testlari Stanford universitetining talabalariga mos kelmayotganini aniqlab, unga ma'lum o'zgartirish kiritdi. Endilikda unga Stenford- Bine testi deb nomladi. Keyinchalik nemis olimi Vilyam SHtern aqliy qobiliyat koeffitsenti hisoblangan o'sha mashhur IQ atamasini fanga kiritdi.

Aqliy yosh

IQ ----- x100

Xronologik yosh

Demak, dastlab angliyalik olim F.Galton individual- aqliy qobiliyatlarni tadqiq etgan. Lekin unda buni qanday qilib o'lchash kerakligini aniqlay olmagan bo'lsa ham. A.Bine esa uning g'oyasini rivojlantirib, fransuz ta'lim tizimida o'quvchilarning kelajakda o'zlashtirira olishini aytib bera olgan. Xuddi Galton dek L.Terman aqliy qobiliyatlar irsiyatning mevasi deb bilgan. Ctenford- Bine testi bu ko'rinmayotgan qobiliyatni uyg'otishga yordam beradi deb aytib o'tgan.

Intellektning rivojlanishi irsiyatsiyatmi yoki ijtimoiy muhitning roli kuchlimi? F.Galtonning fikricha, intellektning rivojlanishiga irsiyatning rolini yuqori qoʻygan. Lekin ijtimoiy muhitning rolini yuqori qoʻysak, unda yaxshi taʼlim-tarbiya olmagan nosogʻlom muhitda oʻsgan bola qobiliyatsiz bola deb hisoblashga tgʻri keladi.

Haqiqatda ham bir tuxumdan tugʻilgan egizaklarda intellekt koefitsenti deyarli bir xil natijani koʻrsatgan. Agar bir tuxumdan tugʻilgan egizaklarni boshqa boshqa oilalarda tarbiya qilib ularning intellekt koefitsenti tekshirilganda, baribir natijani bir xiligini koʻrishimiz mumkin.

Yana bir tadqiqot asrab olingan bolalarda oʻtkazilgan. Bir muhitda katta boʻlgan bolalarning intellekt koefitsenti yoshligida bir xil natijani koʻrsatgan. Lekin ular ulgʻaygan sari bu oʻxshashlik kamayib borishini kuzatishgan. Aynan aqliy qobiliyatlar yillar oʻtib oʻz oʻxshashligini yoʻqotishini tadqiqotlar isbotlab bergan. Bundan tashqari mehribonlik uylardan asrab olingan bolalar oʻgay ota-onalariga qaraganda oʻzlarining biologik ota-onalariga oʻxshashligi kuzatilgan. Irsiyat va ijtimoiy muhitning bir-biriga oʻzaro bogʻliqdir. Matematik qobiliyatga ega boʻlgan bolani maxsus matematikaga yoʻnaltirilgan gimnaziyada oʻqitib, yillar oʻtib uning intellekti tekshirilganda, yuqori natijalarni koʻrsatgan. Buning sababi ham irsiyat ham ijtimoiy omilda koʻramiz (qobiliyat+taʼlim). Demak, genlarimiz bizning muhitimizni, muhit esa oʻz navbatida bizning oʻzimizni shakllantirar ekan.

Dj. Mak-Viker Tegerandagi kam taʼminlangan mehribonlik uy tarbiyalanuvchilarini tadqiq etdi. Koʻpchilik 2 yoshli bolalar mustaqil oʻtira olmasligini, 4 yoshli bolalar esa yura olmasligini kuzatgan. Tarbilovchilar bolalarning yigʻlashiga, qaysarliklariga umuman eʼtibor qaratmas edilar. Natijada bunday bolalar “passiv”, tashqi muhit taʼsiriga nisbatan hech qanday ehtiyoji yoʻq qoloq bolalar boʻlib ulgayishgani aniqlangan. Deprivatsiya sharoiti tugʻma qobiliyatlarni soʻndirmoqda edi.

Xant “inson qobiliyatlarini shakllantirishga oʻrgatish” nomli dasturni yaratdi. Dastur davomida Xant tarbiyalovchilarni bolalar bilan tovushli oʻyinlar orqali ishlashga oʻrgatdi. Tadqiqotda 11 ta bola saralab olingan edi. Ular 1 yosh 11 oylik davriga kelib 50 tagacha soʻzni talaffuz qila boshlashgani aniqlandi. Natijada oʻsha saralab olingan bolalar juda rivojlangan bolalar boʻlib ulgʻayishdi.

Xulosa qilib shuni aytishimiz mumkinki, aqliy qobiliyatlarning shakllanishida ham irsiyatning ham atrof muhitning roli muhim. Insonning dastlabki rivojlanish bosqichida irsiy omillar etakchiroq

bo'lib ko'rinadi. Lekin yillar davomida ayniqsa aqliy qobiliyatlarning rivojlanishiga atrof- muhit o'z ta'sirini ko'rsatib boradi. Uning keyingi rivojlanishi yoki so'nib borilishi atrof-muhitga bog'liq bo'lib qoladi. [430]

Aqliy qobiliyatning jinsiy farqlari mavjud bo'lib, ayollarning xotirasi erkaklarnikiga qaraganda kuchli ekanligini ko'rishimiz mumkin. Erkaklarda esa matematik va fazofiy qobiliyatlar yaxshi rivojlanganligi aniqlangan.



Xulosa o'rnida shuni aytish mumkinki, biz intellekt so'zini talaffuz qilishimiz bilan uni testlar orqali o'lchashni ko'z oldimizga keltiramiz. Lekin mana shu teslar qanchalik haqiqatga yaqin. Biz ularga qay darajada ishonishimiz mumkin. Bu ko'rinishdagi testlarning savollari barcha qatlam vakillarining turmush sharitini hisobga olmaganligini kuzatishimiz mumkin. Hattoki, Alfred Bine ham o'zi kashf etkan intellekt testlarini tahlili ustida ishlash kerakligini aytib o'tgan. Sababi, bu teslarning natijasi haqiqatdan uzoq bo'lishini aniqlagan. Bundan tashqari bunday testlar intellektning faqat bir tomonini tadqiq etishga qaratilgan. Emotsional va amaliy intellekti yuqori rivojlangan shaxslarning natijalari bu testlarda yaxshi natija ko'rsatmayotganligi kuzatishgan. Baribir, hozirgi kunda IQ koeffitsenti o'z ahamiyatini zararcha ham yo'qotmagan.

Mavzuni mustahkamlash va nazorat uchun savollar

1. Aqliy qobiliyatning jinsiy farqlari nimada?
2. Aqliy qobiliyatlarning shakllanishi qanday omillarga bog'liq?
3. Aqliy yosh va xronologik yosh o'rtasidagi farqlari nimada?
4. Intellekt va kreativlikka ta'rif bering?
5. Intellekt va kreativlikning o'zaro aloqasi nimalardan iborat?
6. Kreativlikning 5 komponentini joriy etgan olim kim ?
7. Ijtimoiy intellekt nima ?
8. Intellektni dastlab o'Ichagan olim kim edi ?
9. Jinsiy farqlarning asosiy komponentlarida nima namoyon bo'ladi?

IX-MAVZU. SHAXS

Tayanch tushunchalar: shaxs, yo'nalganlik, xarakter, imkoniyatlar.

9.1. Shaxs haqida tushuncha.

«Shaxs» tushunchasi psixologiyada eng ko'p qo'llaniladigan tushunchalar sirasiga kiradi. Psixologiya o'rganadigan barcha fenomenlar aynan shu tushuncha atrofida qayd etiladi. Inson ruhiy olami qonuniyatlari bilan qiziqqan har qanday olim yoki tadqiqotchi ham shaxsning ijtimoiyligi va aynan jamiyat bilan bo'lgan aloqasi masalasini chetlab o'tolmagan. Shaxsni o'rganish bilan bog'liq masalalarni psixologiya bilan bir qatorda falsafa, siyosatshunoslik, iqtisod, pedagogika va boshqa sohalar o'rganadi.

Shaxs - bu konkret inson bo'lib, uning axloqiy xatti-harakatlarini ijtimoiy aloqalar va ijtimoiy munosabatlar belgilab beradi.

Shaxs- ijtimoiy munosabatlar mahsuli hisoblanadi. Shuning uchun shaxsni o'rganish masalasi uning bevosita ijtimoiy muhiti va uning ijtimoiy normalari doirasida o'rganishni taqozo etadi. Inson tug'ilganida zarur bo'lgan biologik omillar bilan tug'ilib, o'sib ulg'ayar ekan, u ijtimoiy tajribanining turli ko'rinishlarini egallab, shaxs sifatida shakllana boradi.

Shaxs shakllanishining dastlabki davrida, unga oila muhiti katta ta'sir ko'rsatadi. Insonning jamoadagi (bolalar bog'chasi, maktab, institut, tashkilot va h.k.) faol faoliyati, jamoa a'zolari bilan o'zaro munosabati shaxsning individual sifatlarining shakllanishini ma'lum darajada belgilab beradi. «SHaxs» tushunchasining mazmuni uning boshqa odamlarga va ijtimoiy hodisalarga munosabatini belgilovchi barqaror xususiyatlardan iborat.

Psixolog olimlar shaxs tushunchasiga o'zlarining ta'riflarini berganlar. A.G.Kovalyov shaxsni ijtimoiy munosabatlarning ham ob'ekti ham sub'ekti deb hisoblaydi. A.N.Leont'ev shaxsni faoliyatning sub'ekti deb bilgan. K.K.Platonov jamiyatda o'z rolini anglovchi, jamiyatning ishga layoqatli, yaroqli a'zosini shaxs deb ta'riflaydi. S.L.Rubinshteynning fikriga ko'ra, shaxs - bu tashqi ta'sirlar yo'nalishini o'zgartiruvchi, ichki shart-sharoitlar majmuasidir.

Shaxs deb biror-bir ijtimoiy guruhning a'zosi bo'lgan, ma'lum bir faoliyatni amalga oshiruvchi, jamiyatning boshqa a'zolari bilan ijtimoiy munosabatga kirishuvchi individga aytiladi.

Har bir insonning shaxsi o'zining individual belgilari bilan xarakterlanadi. Lekin shu bilan birga har bir shaxsning boshqa shaxslar bilan o'xshashlik tomonlari ham mavjud.

S.L.Rubinshteyn, A.N.Leont'ev va boshqa ko'pgina olimlar insonning shaxs sifatida shakllanishida faoliyatni birinchi o'ringa qo'yadilar. Ularning fikriga ko'ra, dastavval o'yin faoliyatida, so'ngra o'qish hamda mehnat faoliyatida insonning bilish jarayonlari, irodasi, xarakteri va qobiliyatlari rivojlanadi, e'tiqodi va dunyoqarashi shakllanadi.

Shaxsning asosini uning tuzilishi, ya'ni uning bir butun tuzilma sifatidagi barcha tomonlarining nisbatan barqaror o'zaro ta'siri tashkil etadi. Hozirgi kunda psixologiyada shaxsning ichki tuzilishi bo'yicha bir necha nuqtai nazarlar mavjud. (12-sxema)

Shaxsning tuzilishi.

S.L.Rubinshteyn bo'yicha shaxsning tuzilishi:

1. *Yo'nalganlik* - e'tiqodlar, ideallar, mayllar, qiziqishlar, ehtiyojlar va faoliyat motivlarida, dunyoqarashlarda ifodalanadi.

2. *Bilim, ko'nikma, malakalar* – hayot va faoliyat jarayonida egallanadi.

3. *Individual - tipologik xususiyatlar* - xarakter, temperament, qobiliyatlardan iborat.

K.K.Kovalyov bo'yicha shaxsning tuzilishi:

1. *Yo'nalganlik* – insonning voqelikka nisbatan munosabatini belgilaydi, unga o'zaro ta'sir etuvchi har xil xususiyatli g'oyaviy va amaliy ustanovkalar, qiziqishlar, ehtiyojlar kiradi.

2. *Xarakter* – shaxsning ijtimoiy muhitdagi xulq-atvorini belgilaydi. Odamning psixologik hayotining shakli va mazmuni unda aks etadi.

3. *Imkoniyatlar* (qobiliyatlar) – faoliyatning muvafaqqiyatli amalga oshirishini ta'minlovchi, o'zaro ta'sir etuvchi va o'zaro bog'liq bo'lgan turli qobiliyatlar tizimi.

4. *Mashqlar tizimi* – shaxsning o'zini-o'zi nazorat qilishini va xatti-harakatlarini, xulq – atvorini to'g'rilash (korreksiyalash) ni ta'minlaydi.

K.K.Platonov bo'yicha shaxsning tuzilishi:

1. *Yo'nalganlik*.

2. *Tajriba* (odatlar, bilimlar, ko'nikmalar, malakalar).

3. *Psixik jarayonlar* (iroda, idrok, tafakkur, hissiyotlar va hislar, xotira).

4. *Biopsixik xususiyatlar* (temperament, jins, yoshi xususiyatlari).

V.A.Krutetskiy bo'yicha shaxsning tuzilishi:

1. *Shaxsning yo'nalganligi* (motivlar, ehtiyojlar, qiziqishlar, hissiyotlar).

2. *Shaxsning imkoniyatlari* (faoliyat muvaffaqiyatining psixologik zamini, qobiliyatlar, layoqatlar).

- 3. *Shaxs xatti-harakatining o'ziga xos usullari* (xarakter, temperament).



4-sxema. Shaxsning tuzilishi

Umumlashtirib aytilganda, shaxsning psixologik tuzilishida quyidagilar ajratiladi: yo'nalganlik, qobiliyatlar, temperament, xarakter, o'z-o'zini anglash.

9.2. Shaxsning yo'nalganligi.

Shaxsning yo'nalganligiga shaxsning e'tiqodlari, qobiliyatlari, munosabatmotivlari va maqsadlari tizimini kiritish mumkin. U to'liq ravishda ijtimoiydir, ya'ni ular shaxsning tug'ma xususiyatlari bilan emas, balki insonning orttirilgan ijtimoiy tajribalari, ta'lim, tarbiya va faoliyati bilan belgilanadi. Yo'nalganlik inson uchun nima muhim va ahamiyatga ega ekanligini, o'z oldiga qanday vazifalar qo'yganligini tushunishga yordam beradi. Yo'nalganlik shaxsning xatti-harakatlariga ta'sir ko'rsatadi va uni shakllantiradi hamda mana shu xatti-harakatlarda namoyon bo'ladi.

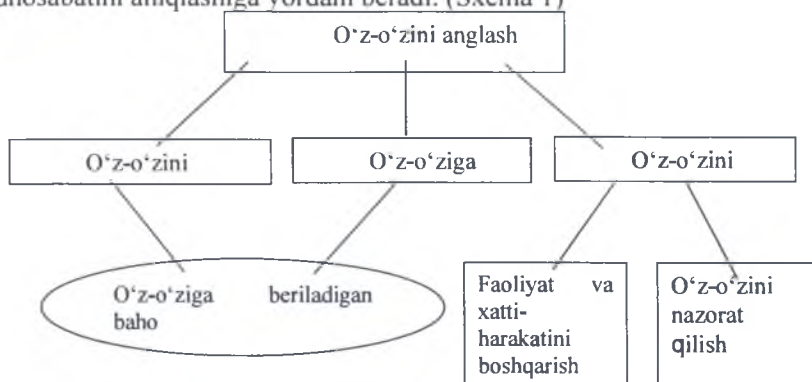
N.S.Efimova yo'nalganlikni quyidagicha ta'riflaydi: "Yo'nalganlik – hayotiy maqsadlar va ularga erishish uchun faol faoliyatda namoyon bo'ladigan shaxsning dunyoqarashi, ehtiyojlari va motivlari tizimi bilan belgilanadigan yetakchi xususiyati"²³.

Yo'nalganlikning namoyon bo'lish sohalari:

kundalik – moddiy narsalarga intilish, estetik va madaniy ehtiyojlar;
kasbiy – tanlagan kasbiga bog'lanib qolish, kasbiy yutuqlarga erishishga intilish;

psixologik – g'oyaviylik, vatanparvarlik, siyosiy yetuklik va h.k.

Shaxsning o'zini-o'zi anglashi. Shaxsning o'zini-o'zi anglashi o'zini tevarak muhitdan ajratib olib, uning o'ziga va o'zining unga bo'lgan munosabatini aniqlashiga yordam beradi. (Sxema 1)



5-sxema. O'z-o'zini anglashning tuzilishi

Shaxsning o'zini-o'zi anglashining bilish komponenti shaxsning o'zini bilishidir va uning natijasi sifatida o'zi, o'zining imkoniyatlari, hayotdagi o'rni va roli haqidagi bilimlar tizimidir. Insonning o'ziga hissiy munosabati va o'zi haqidagi tasavvurlari uning "Men-obrazini" belgilaydi. "Men obrazi" asosida insonning o'ziga beradigan bahosi shakllanadi.

O'zini-o'zi anglash insonning o'z xatti-harakatlarini, fikrlarini, hislarini, jismoniy va irodaviy urinishlarini boshqarishga yordam beradi.

O'zini-o'zi boshqarish o'zini-o'zi nazorat qilish va o'ziga baho berish asosida o'z xatti-harakatlarini, fikrlarini jamiyat talablariga va muayyan faoliyatga, sharoitlarga muvofiq o'zgartirish yo'li bilan amalga

²³ Ефимова Н.С. Основы общей психологии. Москва, ИД "ФОРУМ"-ИНФРА-М, 2013г. Стр 180.

oshiriladi. O`zini-o`zi ongli boshqarish tizimi to`liq ravishda ijtimoiydir. U shaxsning rivojlanish va shakllanish jarayonida, butun hayot davomida yaratiladi.

Shaxsning shakllanish jarayoni maqsadga yo`naltirilgan jarayondir. Jamiyat unda jamiyatda qabul qilingan obrazning xususiyatlarini shakllantirishga intiladi. SHaxs shakllanishining qonuniyatlari va mexanizmlarini chuqur o`rganish psixologiyaning muhim vazifalaridan biridir.

K.Yung va A.Adlerlarning. Shaxs strukturasi bo`yicha nazariyalari

9.3. K.Yung va uning analitik psixologiyasi

Freydning izdoshlari sifatida faoliyat olib borgan olimlardan biri K.Yung. Yungning shaxs muammosiga doir yondashuvi Analitik psixologiya deb nomlanib, u o`ziga xos yondashuvni ifoda etadi.

Shaxs tipologiyasiga doir yondashuvi:

Ekstraversiya – «ichkaridan tashqariga yo`naltirilgan» degan ma`noni anglatib, bu tipga moyil shaxslar ko`proq odamlar ichida bo`lishni yoqtirishadi, o`z kechinmalarini ko`proq atrofdagilar bilan baham ko`radi. Muloqotga kirishuvchan, tanishlari doirasi keng. Ba`zi hollarda jiddiylik yetishmaydi. Odamlarni tez ishonchini qozona oladi va shuningdek, tez xafa qilishga ham moyil.

Introversiya-«tashqaridan ichkariga yo`naltirilgan» degan ma`noni anglatib, bu tipga xos shaxslar og`ir, vazmin, ko`ngli nozik, beparvo, do`stlik qoidalari qat`iy amal qiladigan. Muloqot doiralar cheklangan, tortinchoq, ko`proq o`zlarining ichki dunyolari bilan band va yolg`izlikni yoqtiradigan.

Shaxsda “Men”obrazi

Har bir inson tevarak atrof haqidagi ma`lumotlarni o`zi haqidagi tasavvurlar tizimi asosida baholaydi va xatti-harakatlarini o`zining ideallari, ustanovkasi, motivatsiyasi, qadriyatlaridan kelib chiqib shakllantiradi.

“Men obrazi” shaxsning o`zi haqidagi tasavvuridir. U doim o`zgarib turadi. Masalan, “Men obrazi” murakkab vazifalarni bajarishdan oldin yoki undan keyin, imtihondan oldin yoki imtihondan keyin turlicha bo`ladi. Insonning “Men obrazi” ning qanchalik to`g`ri ekanligi uning o`ziga beradigan bahosini o`rganish orqali aniqlanadi.

O`z-o`ziga beradigan baho – insonning o`z o`ziga, o`zining imkoniyatlariga, o`zining sifatlariga, odamlar orasidagi o`rniga beradigan bahosidir.

Insonning tevarak – atrofdagilarga munosabati, o'ziga bo'lgan talabchanligi, muvaffaqiyat va muvaffaqiyatsizliklarga munosabati o'ziga beradigan bahosi bilan belgilanadi. O'z-o'ziga beriladigan baho insonning tevarak atrofdagilar bilan muloqoti jarayonida, ularning inson xatti-harakatiga beradigan baholari ta'sirida shakllanadi. Insonning ongida o'zi haqida tasavvur shakllanadi. Bu tasavvur insonning o'zini boshqalar bilan solishtirish jarayonida vujudga keladi. Biz o'zimiz haqimizdagi tasavvurlar asosida harakat qilamiz. Agar biz suhbatdoshimizni o'zimizdan aqlliroq deb hisoblasak, u holda, u bilan suhbat davomida o'zimizni aqliy jihatdan o'zimiz bilan teng deb hisoblagan odam bilan tutgandek tutmaymiz. Bunga suhbatdoshimizning aqlli ekanligi emas, bizning o'zimizga beradigan bahoyimiz sababdir. Bizning o'zimizga beradigan baho haqiqatga to'g'ri kelmasligi mumkin.

Shaxsning o'ziga beradigan bahosi insonning biror narsaga erishishga intilish darajasi bilan bog'liq. O'ziga yuqori baho berishga erishishga intilish ikki usul bilan amalga oshishi mumkin: maksimal darajadagi muvaffaqiyatni his etish uchun intilishni oshirish yoki muvaffaqiyatsizlikka uchrashdan qo'rqib intilishni pasaytirish. Muvaffaqiyatga intiladigan insonlar bilan muvaffaqiyatsizliklardan qochadigan insonlarning harakatlari bir-biridan farq qiladi. Muvaffaqiyatga intiladigan insonlar o'z oldilariga ijobiy maqsadlar qo'yadilar, faol ishga kirishadilar, maqsadga erishishning qisqa yo'llarini va vositalarini qidiradilar. Muvaffaqiyatsizlikdan qochishga harakat qiladigan insonlar boshqacha yo'l tutadilar. Ular o'z kuchiga, muvaffaqiyatga erishishga ishonchsizlik, tanqiddan qochishga harakat qilishi bilan xarakterlanadilar. Insonning intilishlari bilan real imkoniyatlari o'rtasidagi farq shaxsning o'ziga noto'g'ri baho berishiga olib keladi, oqibatda uning harakatlari ham noadekvat tus oladi.

Shaxsning o'ziga beradigan bahosi uch xil ko'rinishda bo'lishi mumkin:

1. *O'ziga yuqori baho berish.* Agar yoshlikdan bolaning xatti-harakatlari doim ota-ona tomonidan, so'ngra atrofdagilar tomonidan maqtalsa, uning yutuqlari oshirib ko'rsatilsa, u o'ziga, o'zining imkoniyatlariga yuqori baho bera boshlaydi. Agar biror bir faoliyatda muvaffaqiyatsizlikka uchrasa, u bu muvaffaqiyatsizlikda boshqa odamlarni yoki sharoitni ayblaydi.

2. *O'ziga past baho berish.* Agar bolaning harakatlari ko'p tanqid qilinsa, bolaning imkoniyatlaridan yuqori bo'lgan topshiriqlar beriladigan bo'lsa bolada o'ziga past baho shakllanib boradi. Agar bu shaxs ishtirok

etgan biror loyiha muvaffaqiyatsizlikka uchrasa, bu holda u: “Agar mening oʻrnimda biror qobiliyatliroq odam boʻlganida bunday boʻlmasdi” deb hisoblashi mumkin.

3. *Oʻziga adekvat (toʻgʻri) baho berish.* Oilada samimiy va toʻgʻri munosabatlar ichida voyaga yetgan bolada oʻziga real baho shakllanadi. Bolaga imkoniyatlari darajasida topshiriq berib borilganda, murakkabroq ishlar kattalar bilan birgalikda bajarilganda, yutuq va kamchiliklari toʻgʻri koʻrsatib borilsa, yutuqlari eʼtirof etilib, kamchiliklari ustida birgalikda ishlansa, bu holda bolada oʻziga toʻgʻri baho shakllanadi.

Koʻpgina psixologlarning tadqiqotlari insonning oʻziga beradigan bahosi uning bilish faoliyatiga (idrok, tasavvur, aqliy masalalarni yechish) va uning shaxslararo munosabat tizimidagi oʻrniga taʼsir koʻrsatishini koʻrsatgan. Sh uningdek, oʻziga adekvat bahoni shakllantirish usullari hamda shaxsga tarbiyaviy taʼsir koʻrsatish orqali oʻziga beriladigan bahoni oʻzgartirish yoʻllari aniqlangan.

“Men-kontseptsiya” – shaxsning oʻzi haqidagi tasavvurida ifodalangan oʻzini-oʻzi bilishning natijasidir. Oʻzini – oʻzi bilish individuallashtirgandir. “Men-kontseptsiya”si shaxsning shakllanishida muhim rol oʻynaydi. “Men - kontseptsiya”siga taʼsir koʻrsatuvchi omillarga quyidagilar kiradi:

shaxsning boshqalar tomonidan (ota-ona, tengdoshlar) qanday idrok qilinishini anglash;

oʻzini-oʻzi tahlil qilish (shaxsiy sifatlar va kamchiliklarni tahlil qilish);

shaxsning ideallari, ijtimoiy qadriyatlari;

ijtimoiy xulq tajribasi;

tashqi koʻrinishi, oʻz kuchi va sogʻligʻini his etish.

“Men-kontseptsiya”si oʻzini – oʻzi ayblash va oʻzini-oʻzi ragʻbatlantirish vazifasini bajarishi mumkin. Insonning xatti-harakati uning “Men-obrazi” bilan mos kelsa, bu holda u oʻzidan mamnun boʻladi, atrofdagilarni uni qoʻllab quvvatlashi talab etilmaydi. “Men-kontseptsiya”si oʻzini-oʻzi ayblash tendentsiyasiga ham ega. Oʻzini omadsiz deb hisoblaydigan insonlar, oʻzlarining obrazlarini saqlab qolish uchun vaziyatni toʻgʻrilash boʻyicha oʻz harakatlarini anglamagan ravishda toʻxtatishga yoki notoʻgʻri amalga oshirishga intiladilar.

“Men-kontseptsiya”sining mazmuni turli ijtimoiy taʼsirlar ostida shakllanadi. Ayniqsa, inson uchun obroʻli insonlar bilan aloqalar juda muhim boʻlib, bu insonning oʻzi haqidagi tasavvurini belgilaydi. Dastlab, deyarli barcha aloqalar “Men-kontseptsiya”siga shakllantiruvchi taʼsir

ko'rsatadi. "Men-kontseptsiya" vujudga kelgan zahoti shaxsiy tajribani sharhlashda faol ishtirok etadi. SHunday qilib, "Men-kontseptsiya"si uch xil vazifani bajaradi:

- shaxsning ichki muvofiqlashuvga erishishiga yordam beradi;
- tajribalarning sharhini belgilaydi;
- kutishlarning manbai hisoblanadi.

Shaxsni o'rganish bo'yicha asosiy yondoshuvlar

Psixologiyada shaxs turli yondoshuvlar nuqtai nazaridan o'rganiladi. Lekin chet el psixologiyasida shaxsni o'rganishda eng keng tarqalgan yondoshuv uchta: biogenetik, sotsiogenetik, psixogenetik. (Sxema 3)

Biogenetik nazariya shaxsning rivojlanishiga biologik yetilish jarayonini asos qilib oladi. XX asr boshlarida amerikalik psixolog S.Xoll biogenetik "rekapitulyatsiya qonunini" rivojlanishning asosi deb bilgan. Bu qonunga muvofiq individual rivojlanish, ontogenez filogeneznning asosiy bosqichlarini takrorlaydi. XX asrda E.Krechmer, U.Sheldon tomonidan ishlab chiqilgan tipologik tasniflarda inson xarakteri tananing jismoniy tuzilishi bilan bog'lashga harakat qilingan. Z.Freydning shaxs nazariyasida biologik omillar, ayniqsa, yorqin ifodalangan. Uning nazariyasiga ko'ra, shaxsning butun xulqi uning ongsiz biologik mayllari va instinktlari bilan muvofiqlashgan.

Shaxsning rivojlanishi inson biologik tabiatining jamiyatdagi hayotga moslashuvi, unda himoya mexanizmlari va "Oliy-Men" bilan kelishilgan ehtiyojlarni qondirish usullarining ishlab chiqilishi orqali amalga oshadi, deb hisoblanadi.

Sotsiogenetik nazariya shaxs xususiyatlarini jamiyat tuzilishi, ijtimoiylashuv usullari, tevarak muhit bilan o'zaro munosabatlardan kelib chiqib tushuntirishga harakat qiladi. Ijtimoiylashuv nazariyasiga ko'ra, inson biologik mavjudot sifatida dunyoga kelib, hayotning ijtimoiy ta'siri sababli shaxsga aylanadi. Bixevioristlar (E.Torndayk, B.Skinner)ning fikriga ko'ra, shaxs insonning tevarak muhit bilan o'zaro ta'sirining natijasidir. Ijtimoiy o'rganish nazariyasiga ko'ra, shaxs shaxslarning o'zaro ta'siri jarayonida shakllanadi. G'arbda keng tarqalgan nazariyalardan biri – bu rollar nazariyasidir. Bu nazariyaga muvofiq, jamiyat har bir odamga uning mavqei bilan belgilangan xatti-harakatlarning (rollarning) barqaror usullarining majmuini taqdim etadi. Bu rollar shaxsning xatti-harakatining xarakteriga, atrofdegilar bilan munosabatiga ta'sir ko'rsatadi.

Psixogenetik nazariya biologik omillarning ahamiyatini ham, ijtimoiy muhitning ahamiyatini ham inkor etmaydi, lekin asosiy rolni bilish jarayonlarining rivojlanishiga beradi. Unda uchta oqim ajratiladi.

Psixodinamik kontseptsiyalar - shaxsning xatti-harakatlarini hissiyotlar va mayllari orqali tushuntirib berishga intiluvchi oqim (E.Erikson va boshqalar).

Kognitivistik oqim – intellektning bilish tomoniga urg'u beruvchilar (J.Piaje, DJ.Kelli va boshqalar). Kognitiv yondoshuv shaxsning shakllanishi tashqi hodisalarni idrok qilishda ularni nazorat qilishga qanday rol ajratilganligi bilan belgilanadi, degan g'oyani ilgari suradi.

Diqqat markazida shaxsning butun rivojlanish jarayoni turadigan oqim personologik oqimdir (E.Shpranger, A.Maslou va boshqalar). Ular insonning butun hayoti davomidagi tanlovlari orqali o'z - o'zini anglashga moyillik yoki o'zini namoyon qilishga intilishi uning tabiatining asosida yotadi, degan g'oyani ilgari suradilar.

Rus psixologlari shaxsni o'rganishda L.S.Vigotskiyning madaniy-tarixiy nazariyasiga va A.N.Leont'evning faoliyat nazariyasiga tayanadilar. L.S.Vigotskiy shaxsni insoniyatning madaniy-tarixiy rivojlanishi nuqtai nazaridan tushuntiradi: "Shaxs ijtimoiy tushuncha. U insondagi tabiiylikdan yuqori, tarixiylikni qamrab oladi. U tug'ma emas, lekin madaniy rivojlanish natijasida paydo bo'ladi, shuning uchun shaxs tarixiy tushunchadir".

Tizimli xususiyat sifatida shaxsning paydo bo'lishi, individning boshqalar bilan birgalikdagi faoliyatida dunyoni o'zgartirishi va bu o'zgartirishlar orqali o'zini o'zgartirishi bilan muvofiqlashgan (A.N.Leont'ev, S.Ya.Rubinshteyn). Shaxs individ va ijtimoiy muhit sharoitining birligi sifatida ko'riladi (A.N.Leont'ev, B.G.Ananayev).

Shaxs – insonning ontogenetik rivojlanishi va tarixiy taraqqiyotining nisbatan kechroq vujudga kelgan mahsuli. Shaxsning haqiqiy asosi faoliyatda, to'g'rirog'i, xilma-xil faoliyatda amalga oshadigan munosabatlar, ijtimoiy munosabatlar yig'indisidir.

Zamonaviy psixologiya shaxsni bioijtimoiy deb hisoblaydi. Biologik zamin (nerv tizimining tipi, jinsiy belgilar, layoqatlar) insonning rivojlanish moyilligini belgilaydi. Shaxsning rivojlanishiga muhit, ta'lim va tarbiya, ijtimoiylashuv usullari katta ta'sir ko'rsatadi. Shaxsning tevarak muhit bilan o'zaro ta'sirini ta'minlaydigan faolligining ahamiyati katta. Shunday qilib, shaxs nafaqat biologik yetilish mahsuli yoki hayot sharoitining o'ziga xos belgisi, balki individ o'ziga xos xususiyatlarga ega

bo'lib boradigan muhit bilan faol o'zaro ta'sirlashuv jarayonining sub'ekti hamdir.

Shaxsning rivojlanishi

Psixik rivojlanish umumpsixologik kategoriyadir. Insonning ontogenezda (tug'ilgandan umrining oxirigacha) rivojlanishi bir qator nazariyalarda ishlab chiqilgan.

Psixoseksual rivojlanish nazariyasi (Z.Freyd).

Z.Freyd tadqiqot predmeti sifatida insonning tug'ma instinkt va mayllarga asoslangan jinsiy xatti-harakatlari, istaklari va hissiyotlarini oladi. Go'dak bolaga, bola o'smirlarga, o'smir katta odamga aylana bog'ri sari uning istaklari va xohishlari hamda ularni qondirish usullari ham o'zgarib boradi. Z.Freyd "fiksatsiya" tushunchasi bilan insonning bir bosqichdan boshqasiga o'tmasdan mazkur bosqichda qolib ketishini ifodalaydi. Muayyan bosqichda qolib ketgan inson o'z ehtiyojlarini normadagi rivojlanishda namoyon bo'ladigan, kattalar foydalanadigan usullarda emas, sodda "bolalarcha" usullardan foydalanib qondirishga harakat qiladi. Freyding fikricha bolalar beshta psixoseksual bosqichni bosib o'tadilar. (1-jadval)

Zamonaviy psixologiyada ontogenetik rivojlanish muammosi organizmning doimo muhit bilan muayyan munosabatda bo'lishiga asoslanadi.

L.S.Vigotskiy nazariyasida shaxs rivojlanishi

L.S.Vigotskiy bolaning kattalar bilan muloqoti psixik rivojlanishni harakatga keltiruvchi asosiy kuch degan g'oyani ilgari surgan. U shaxsning rivojlanishida beshta bosqichni ajratadi:

1. Yangi tug'ilgan go'dakda eng sodda "Men" mavjud emas, ya'ni shaxs va boshqalarga munosabat. Bola hayotining birinchi yili, xuddi insoniyat hech qanday yozuvlar qoldirmagan rivojlanishining ilk davri kabi, biz hech narsani eslay olmaydigan rivojlanishimizdagi eng dastlabki davrdir.

2. Ikkinchi bosqich ikkita asosiy o'zgarishlar bilan xarakterlanadi: bolaning tik yurishni (fazoga moslashuvi, narsalar ustidan hukmronligining ortishi) va tafakkuri, xotirasi va boshqa oliy funksiyalarning qayta qurilishiga olib keladigan nutqni egallashi. Bolada "Men" tushunchasi boshqalar haqidagi tushunchalar bilan birgalikda rivojlanadi.

3. Bolaning psixik rivojlanishidagi keyingi bosqich o'yin yoshidir (bola osongina boshqa odam va o'zi bo'lishi mumkin), lekin u o'zining shaxsiy o'yinini va kattalar faoliyatini ajrata olmaydi.

4. Maktab yoshidagi bola ko'proq individual va ijtimoiylashgan bo'ladi. Faqat 12 yoshga kelib, u o'zidagi egotsentrik fikrlashni yengadi va aqliy operatsiyalarni egallashga o'tadi.

5. Jinsiy yetilish bilan bog'liq o'smirlik davrida bolaning hayotida ikkita yirik o'zgarish sodir bo'ladi: o'zining "Men"ini ochish va dunyoga munosabat va dunyoqarashning shakllanishi.

Shaxsning rivojlanishiga faoliyat yondoshuvi (A.N.Leont'ev)

A.N.Leont'ev P.P.Blonskiy va L.S.Vigotskiylarning ta'limotiga asoslanib, ong, psixika nafaqat faoliyatda namoyon bo'ladi, balki u faoliyatda shakllanadi deb hisoblaydi va u shaxs rivojlanishining quyidagi shartlarini keltiradi (7-sxema)

"Etakchi faoliyat" tushunchasi (D.B.Elkonin)

D.B.Elkonin A.N.Leont'ev tomonidan psixologik yoshni ajratish mezoni sifatida ishlab chiqilgan "etakchi faoliyat" tushunchasini ishlatgan. Har bir yoshda faoliyat turlarining xilma-xil tizimi mavjud bo'lib, yetakchi faoliyat unda alohida o'ringa ega. Yetakchi faoliyat tayyor shaklda paydo bo'lmasdan (kattalarning rahbarligida) rivojlanishning uzoq yo'lini bosib o'tadi (2-jadval).

Etakchi faoliyat – bu bolaning eng ko'p vaqtini oladigan faoliyat emas, bu psixik rivojlanish uchun ahamiyati bo'yicha asosiy faoliyatdir.



7-sxema. Shaxs rivojlanishining shartlari va sohalari

Bolalik davrida psixik rivojlanishni davrlashtirish 2-jadval

Yosh davri	Yetakchi faoliyat	Faoliyat tipi
Go'daklik	Bevosita emotsional muloqot	“Bola – ijtimoiy katta odam”
Ilk bolalik	Predmetlar bilan nozik harakatlar	“Bola – ijtimoiy predmet”
Maktabgacha yosh davri	Rolli o'yin	“Bola – ijtimoiy katta odam”
Kichik maktab yoshi davri	O'quv faoliyati	“Bola – ijtimoiy predmet”
O'smirlik davri	Shaxsning intim muloqoti	“Bola – ijtimoiy katta odam”
O'spirinlik davri	Kasbiy-o'quv faoliyati	“Bola – ijtimoiy predmet”

Shaxs “bola – ijtimoiy katta odam” va “bola – ijtimoiy predmet” tizimidagi faoliyat natijasida shakllanadi. Predmetlar bilan ijtimoiy ishlab chiqilgan harakat usullarini o'zlashtirishda bolaning jamiyat a'zosi sifatidagi shakllanishi, shuningdek, uning intellektual, bilish va jismoniy kuchi rivojlanishi ro'y beradi. Bolalar tomonidan kattalarning faoliyatida mavjud bo'lgan vazifalar, motivlar va munosabatlar normasini o'zlashtirish bu munosabatlarni o'zlarining faoliyatlarida, ularning jamiyatlarida, guruhlarida va jamoalarida qayta tiklash yoki modellashtirish orqali amalga oshadi. Demak, katta odam bolaning ko'z o'ngida tevarak atrofdagi voqelikda to'g'ri harakat qilish uchun zarur bo'lgan jamiyat tomonidan ishlab chiqilgan norma va etalonlarning tashuvchisi sifatida gavdalanadi.

Bolaning rivojlanishida shunday davrlar borki, u davrda bola quyidagilarni o'zlashtiradi:

odamlar orasidagi munosabat normalari, motivlar va vazifalar hamda uning asosida motiv-ehtiyoj sohasining shakllanishi;

predmetlar bilan jamiyat tomonidan ishlab chiqilgan harakatlar va intellektual–bilish va operatsional-texnik imkoniyatlarning shakllanishi.

Bir bosqichdan boshqasiga o'tish bolaning operatsional-texnik imkoniyatlari va faoliyat motivlari va ularning asosida shakllangan vazifalar mos kelmay qolganda ro'y beradi. Mazkur o'tishlar inqirozlar bilan amalga oshadi va bolalar psixologiyasida “uch yosh inqirozi”, “jinsiy yetilish inqirozi” deb yuritiladi. Ikkala o'tish davrida ham

mustaqillikka intilish tendentsiyasi va kattalar bilan munosabatda bir qator noxush holatlar kuzatiladi.

Bir qator psixologlarning nuqtai nazarlarining tahlili ontogenetik rivojlanishning quyidagi davrlarini ajratish imkonini beradi:

irsiy dasturlar hisobiga amalga oshadigan o'sish va yetilish jarayonidan iborat embrional yoki ona qornidagi bolalik davri bosqichi;

hayotdagi bosqich, tug'ilish natijasida bola tevarak muhit bilan faol o'zaro munosabatga kirishadi va bu holat uning psixik jarayonlariga ta'sir etadi. Bu bosqichda chaqaloqlik, ilk bolalik, maktabgacha davr, kichik maktab yoshi davri, o'smirlik davri, o'spirinlik davri va yetuklik davrlari ajratiladi.

Hayotning har bir davri ajoyib va betakror. Shakllangan osttuzilish va sifatlarni o'zgartirish juda qiyin. Bu jarayon ta'lim va tarbiya bilan shug'ullanuvchi insonlardan katta mas'uliyat talab etadi. SHaxs haqidagi barcha bilimlarni o'zlashtirish uning har tomonlama rivojlanishini ta'minlashga yordam beradi.

Mavzuni mustahkamlash va nazorat uchun savollar

1. "Shaxs" - tushunchasining ta'rifi qanday?
2. Nativizm yo'nalishining ta'rafkorlari qanday g'oyani ilgari surishgan?
3. Empirizm tarafdorlarining fikri qanday?
4. Ijtimoiy norma nima?
5. Ijtimoiy sanksiya nima?
6. "Men" obrazi deb nimaga ataladi?
7. Refleksiya - bu qanday jarayon?
8. O'z-o'ziga nisbatan baho qanday ko'rinishlarga ega?
9. Ijtimoiylashuv qanday jarayon?
10. Shaxs dunyoqarashi va e'tiqodini o'zgarishiga sabab bo'luvchi omillar qaysi?

X-BOB. FAOLIYAT VA MOTIVATSIYA

Tayanch tushunchalar: faoliyat, interiorizatsiya, eksteriorizatsiya, harakat, ehtiyoj, maqsad, motiv

10.1. Faoliyat va uning tuzilishi

Shaxsning jamiyatda o'z o'rniga ega bo'lishi va shaxsni unda shakllanishi muhim ahamiyatga ega. Sotsiologiya fani biron bir aniq jamiyat a'zosi, yoki biror bir toifadagi guruhga mansub bo'lgan insonni shaxs deb ataydi. Psixologiya fani shaxsni nafaqat jamiyatdagi o'rni, uning jamiyatning bir sub'ekti nazarida, balki shaxsni jamiyatga bo'lgan ta'sirini ham o'rganadi. Chunki nafaqat jamiyat shaxsga, balki shaxs ham jamiyatga ta'sir eta oladi.

Individual "Men" obrazi

Agar kimdir sizni har qanday ijtimoiy aloqalardan cheklab qo'ysa, sizning shaxsingizning qaysi qismi saqlanib qolgan bo'lar edi? Javob sizda aynan individualizmni anglatuvchi mustaqil "Men" yoki kollektivizmni anglatuvchi o'zaro bog'liq "Men" ni qanday rivojlanganiga bog'liq bo'ladi.

Individualistlar shaxsining katta qismida o'z "Men"ini his qilish, shaxsiy qadriyatlarini anglash saqlanib qolgan bo'lar edi. Individualizm darajasi insonlarda turlicha bo'ladi va u xalq madaniyatidan kelib chiqqan holda bo'ladi, masalan Osiyo jamoatchilik muhim bo'lsa, AQSH da individualizm (Hofttede, 1980; Triandis, 1994). Individualistlar shaxsiy maqsadlari va shaxsiy xususiyatlarini birinchi o'ringa qo'yadilar. Ular shaxsiy nazoratga va individual yutuqlarga intiladilar.

Kollektivistlar uchun begona muhitda yo'qolib qolish imkoniyati shahsning katta qismini yo'qotishni anglatishi mumkin. Oilasi, guruhi va yaqin do'stlaridan ajralgan kollektivistlar ularni shaxs sifatida belgilab turgan aloqalarini yo'qotgan bo'laredilar. Kollektivistik madaniyatda ijtimoiy tarmoq (muhit) inson uchun tayanch vazifasini o'taydi. Bunda "Men" muhim emas, lekin "Biz" muhim rol o'ynaydi. Kollektivistlar o'z guruhlari - oilasi, kasbdoshlarining maqsadlarini birinchi o'ringa qo'yadi va shu bilan o'z shaxsini aniqlaydi. Kollektivistlar guruhda qadriyatlar tizimiga, u haqida qayg'uradigan odamlarga va havfsizlik ishonchiga ega bo'ladilar.

Agar amerikalik talabalarni yaponiya, hitoy va xindiston talabalari bilan taqqoslasak, ularda shaxsiy sifatlarini "Men" bilan tugatish ehtimoli (men samimiyman, men o'zimga ishonganman) juda kam, lekin o'zining ijtimoiy maqomi haqida (Men Keyos universiteti talabasiman,

Men oilada uchinchi farzandman) gapirish ehtimoli juda ko'pdir. G'arbliklar uchun individuallik birinchi o'rinda. Osiyaliklar uchun esa kollektivizm birinchi o'rinda turadi.

Individualistlar kollektivistlar madaniyatidagi farq hatto insonlarning ismlarida ham ifodalanadi. Individualistik madaniyat ismini birinchi o'ringa qo'yib (Kristina Brun) shaxsini birinchi o'rinda ekanligini ko'rsatsa, kollektivistik madaniyat oilasini birinchi o'rinda ekanligini familiyasini birinchi o'ringa (Guy Garri) qo'ygan holda ko'rsatadi. Oilaga sodiqlik mashxur hitoy ashulalarida ham ko'rinadi, ularda ko'pincha g'arb ashulalarida juda kam uchraydigan ota-onalariga nisbatan ijobiy his tuyg'ular ifodalanadi. Individualistik madaniyat vakili bo'lmish insonlar uchun bunday ashulalar g'alati ko'rinishi mumkin. Qishloqlarda yashaydigan hitoyliklar uchun esa "Men faqat o'z-o'zim bilan bo'lishim kerak" degan ashula g'alati ko'ringan bo'lar edi.

Individualistlar ijtimoiy guruhlarga nisbatan oson kirishib ketadilar va uni oson tark etadilar. Ular din va ish tanlashda ham nisbatan mustaqillikni his etadilar, ular hatto o'zining katta oilasini tashlab boshqa yangi joyga ko'chib ham ketishlari mumkin. Oila ham har ikkala tarafni bir-birini yaxshi ko'rgunicha davom etadi. Kollektivistlar esa yangi guruhlarda o'zlarini zaif his qilishlari yoki uyalishlari mumkin. Ular tanishlari va do'stlariga nisbatan chuqur va muntazam bog'liqlikni his etadilar. Ularning munosabatlari uzoq muddatli harakterli bo'ladi. Shunday qilib, ish beruvchi va ishchi o'rtasida nisbatan kuchli bog'liqlik vujudga keladi. Kollektivistik guruhlarda yoshi kattalar va yuqori lavozimdagi shaxslarga nisbatan hurmat qilinadi.

Individualizm va kollektivizm o'ziga yarasha imtiyozlarga va kamchiliklarga ega. Individualistik madaniyatdagi insonlar katta shaxsiy mustaqillikka egadirlar, ko'proq o'zlarining shaxsiy yutuqlari bilan faxrlanadilar, o'z oilalariga kam bog'langan va alohida yolg'iz qolishni yaxshi ko'radilar. Novatorlik va ijodiylik yaxshi qarshi olinada va har qanday inson huquqlari hurmat qilinadi.²⁴

²⁴ David G. Mayers Psychology, © 2010 by Worth Publishers 595-596 betlar

Individualizm va kollektivizm qadriyatlarining farqlanishi

Tushunchalar	Individualizm	Kollektivizm
Menligi	Mustaqillik (Bir hillik manbai - individual xususiyatlar)	O'zarobog'liqlik (bir hillik manbai - guruhga taaluqlilik)
Hayotiy maqsad	O'zining qaytarilmasligini kashf etish va ko'rsatish	Aloqalarni qo'llab-quvvatlash va mustahkamlash
Nima muhim	Men - shaxsiy yutuqlari va natijalari, huquqi va mustaqilligi	Biz - guruhiy maqsadlar va solidarlik, ijtimoiy masul'iyat va munosabat
Qiyinchiliklar bilan kurashish	Reallikni o'zgartirish	Reallikka moslashish
Ma'naviyati	Individlar bilan aniqlanadi (menligiga asoslangan)	Ijtimoiy tarmoqlar bilan aniqlanadi (qarzga asoslangan)
Boshqalar bilan munosabati	Ko'p miqdorda, ko'pincha vaqtinchalik va tasodifiy; konfrontatsiya ham bo'lishi mumkin	Kam miqdorda, yaqin va mustahkam; munosabatlar mutanosibliqi qadrlanadi
Xulq-atvori	Insonning shaxsiy xususiyatlarni va ustanovkalarini aks ettiradi	Ijtimoiy me'yorlar va rollarni aks ettiradi

Jamiyat bilan doimiy munosabatni ushlab turuvchi, o'z-o'zini anglab, har bir harakatni muvofiqlashtiruvchi shaxsga xos bo'lgan eng muhim va umumiy xususiyat - bu uning faolligidir. Faollik (lotincha "aktus" - harakat, "aktivus" - faol so'zlaridan kelib chiqqan tushuncha) shaxsning hayotidagi barcha xatti - harakatlarini namoyon etishini tushuntiruvchi turkumdur. Bu - o'sha oddiy qo'limizga qalam olib, biror chiziqcha tortish bilan bog'liq elementar harakatimizdan tortib, toki ijodiy uyg'onish davrida amalga oshiradigan mavhum fikrlashimizgacha bo'lgan murakkab harakatlarga aloqador ishlarimizni tushuntirib beradi. Shuning uchun ham psixologiyada shaxs, uning ongi va o'z-o'zini anglash muammolari uning faolligi, u yoki bu faoliyat turlarida ishtiroki va uni uddalashiga aloqador sifatleri orqali bayon etiladi.

Fanda inson faolligining asosan ikki turi mavjud :

A. Tashqi faollik - bu tashqi dunyoda o'z ichki istak-hoxishlarimiz ta'sirida bevosita ko'rish, qayd qilish mumkin bo'lgan harakatlarimiz, mushaklarimizning harakatlari orqali namoyon bo'ladigan faollik.

B. Ichki faollik - bu bir tomondan u yoki bu faoliyatni bajarish mobaynidagi fiziologik jarayonlar (moddalar almashinuvi, qon aylanish, nafas olish, bosim o'zgarishlari) hamda, ikkinchi tomondan, bevosita psixologik jarayonlar, ya'ni aslida ko'rinmaydigan, lekin faoliyat davomiyligiga ta'sir ko'rsatuvchi omillarni hissiyotlarni o'z ichiga oladi.

Misol tariqasida hayotda kechadigan shunday manzarani tasavvur qilaylik: uzoq ayriliqdan so'ng ona o'z farzandi visoliga etdi. Tashqi faollikni biz onaning bolasiga intilishi, uni quchoqlashi, yuzlarini silashi, ko'zlaridan oqqan sevinch yoshlarida ko'rsak, ichki faollik - o'sha ko'z yoshlarini keltirib chiqargan fiziologik jarayonlar, ichki sog'inchning asl sabablari (ayriliq muddati, nochorlik tufayli ayriliq kabi yashirin motivlar ta'siri), ko'rib idrok qilgandagi o'zaro bir-birlariga intilishni ta'minlovchi ichki, bir qarashda ko'z bilan ilg'ab bo'lmaydigan emotsional holatlarda namoyon bo'ladi. Lekin shu manzarani bevosita guvohi bo'lsak, hamda uni ifodalagan rasmni ko'rsak, tahminan qanday jarayonlar kechayotganligini tasavvur qilishimiz mumkin. Demak, ikkala faoliyat turi ham shaxsiy tajriba va rivojlanishning asosini tashkil etadi. Bir qarashda har bir konkret shaxsga va uning extiyojlariga bog'liq bo'lib tuyulgan bunday faoliyat turlari aslida ijtimoiy xususiyatga ega bo'lib, shaxsning jamiyat bilan kechadigan murakkab va o'zaro munosabatlarining oqibati hisoblanadi.

Inson faoliyati "harakat", "faoliyat", "hulq" tushunchalari bilan chambarchas bog'liq bo'lib, shaxs va uning ongi masalasiga borib taqaladi. Shaxs aynan turli faoliyatlar jarayonida shakllanadi, hamda o'zligini namoyon qiladi. Demak, faollik yoki inson faoliyati passiv jarayon bo'lmay, u ongli ravishda boshqariladigan faol jarayondir. Inson faolligini mujassamlashtiruvchi harakatlar jarayoni faoliyat deb yuritiladi. Ya'ni, faoliyat - inson ongi va tafakkuri bilan boshqariladigan, undagi turli-tuman extiyojlardan kelib chiqadigan, hamda tashqi olamni va o'z-o'zini o'zgartirish va takomillashtirishga qaratilgan o'ziga xos faollik shaklidir. Bu - yosh bolaning real predmetlar mohiyatini o'z tasavvurlari doirasida bilishga qaratilgan o'yin faoliyati, bu - moddiy ne'matlar yaratishga qaratilgan mehnat faoliyati, bu - yangi kashfiyotlar ochishga qaratilgan ilmiy - tadqiqotchilik faoliyati, bu - rekordlarni ko'paytirishga qaratilgan sportchining mahorati va shunga o'hshash holatlardandir. Inson har daqiqada qandaydir faoliyat turi bilan mashg'ul bo'lib turadi.

10.2. Faoliyat turlari. Jismoniy va aqliy harakatlar

Har qanday faoliyat real shart-sharoitlarda, turli usullarda va turlicha ko'rinishlarda namoyon bo'ladi. Qilinayotgan har bir harakat ma'lum narsaga - predmetga qaratilgani uchun ham, faoliyat predmetli harakatlar majmui sifatida tasavvur qilinadi. Predmetli harakatlar tashqi olamdagi predmetlar xususiyatlari va sifatini o'zgartirishga qaratilgan bo'ladi. Masalan, ma'ruzani konspekt qilayotgan talabaning predmetli harakati yozuvga qaratilgan bo'lib, u avvalo o'sha daftardagi yozuvlar soni va sifatida o'zgarishlar qilish orqali, bilimlar zahirasini boyitayotgan bo'ladi.

Faoliyatning va uni tashkil etuvchi predmetli harakatlarning aynan nimalarga yo'naltirilganiga qarab, avvalo tashqi va ichki faoliyat farqlanadi. Tashqi faoliyat shaxsni o'rab turgan tashqi muhit va undagi narsa va hodisalarni o'zgartirishga qaratilgan faoliyat bo'lsa, ichki faoliyat - birinchi navbatda aqliy faoliyat bo'lib, u sof psixologik jarayonlarning kechishidan kelib chiqadi. Kelib chiqishi nuqtai nazaridan ichki - aqliy, psixik faoliyat tashqi predmetli faoliyatdan kelib chiqadi. Dastlab predmetli tashqi faoliyat kuzatiladi, tajriba orttirib borilgan sari, sekin-asta bu harakatlar ichki aqliy jarayonlarga ta'sir ko'rsatib boradi. Buni nutq faoliyati misolida oladigan bo'lsak, bola dastlabki so'zlarni qattiq tovush bilan tashqi nutqida ifoda etadi, keyinchalik ichida o'zicha gapirishga o'rganib, o'ylaydigan, mulohaza yuritadigan, o'z oldiga maqsad va rejalar qo'yadigan bo'lib boradi.

Har qanday sharoitda ham barcha harakatlar ham ichki-psixologik, ham tashqi - muvofiqlik nuqtai nazaridan ong tomonidan boshqarilib boriladi. Har qanday faoliyat tarkibida ham aqliy, ham jismoniy - motor harakatlar mujassam bo'ladi. Masalan, fikrlayotgan donishmandni kuzatganmisiz? Agar o'ylanayotgan odamni ziyraklik bilan kuzatsangiz, undagi yetakchi faoliyat aqliy bo'lgani bilan uning peshonalari, ko'zlari, hattoki, tana va qo'l harakatlari juda muhim va jiddiy fikr xususida bir to'htamga kelolmayotganidan, yoki yangi fikrni topib, undan mamnuniyatni his qilayotganligidan habar berib turadi. Bir qarashda tashqi elementar ishni amalga oshirayotgan - misol uchun, uzum ko'chatini ortiqcha barglardan halos etayotgan bog'bon harakatlari ham aqliy komponentlardan xoli emas, u qaysi bargni va nima uchun ortiqcha ekanligini anglab, bilib turib olib tashlaydi.

Aqliy harakatlar - shaxsning ongli tarzda, ichki psixologik mehanizmlar vositasida amalga oshiradigan turli-tuman harakatlaridir. Eksperimental tarzda shu narsa isbot qilinganki, bunday harakatlar doimo motor harakatlarni ham o'z ichiga oladi. Bunday harakatlar quyidagi ko'rinishda, ifoda etilishi mumkin:

Yuqorida ta'kidlaganimizdek, har qanday faoliyat tashqi harakatlar asosida shakllanadi va alohida komponentlardan iborat bo'lishi ham mumkin.

Agar tashqi faoliyat asosida psixik jarayonlarga o'tish kuzatilsa, bunday jarayon psixologiyada interiorizatsiya deb ataladi, aksincha, aqlida shakllangan g'oyalarni bevosita tashqi harakatlarda yoki tashqi faoliyatga ko'chirilishi eksteriorizatsiya deb yuritiladi.

10.3. O'yin va o'qish faoliyatining o'ziga xos jihatlari

Faoliyat turlari yana ongning bevosita ishtiroki darajasiga ko'ra ham farqlanadi. Masalan, ayrim harakatlar boshida har bir elementni jiddiy ravishda, qabul qilib alohida-alohida bajarishni va bunga butun diqqat va ongning yo'nalishini talab qiladi. Lekin vaqt o'tgach, bora-bora unda ongning ishtiroki kamayib, ko'pgina qismlar avtomatlashib boradi. Bu oddiy tilga o'girilganda, malaka hosil bo'ldi deyiladi. Masalan, har birimiz shu tarzda xat yozishga o'rganganmiz. Agar malakalarimiz qat'iy tarzda bizdagi bilimlarga tayansa, faoliyatning maqsadi va talablariga ko'ra harakatlarni muvaffaqiyatli bajarishni ta'minlasa, biz buni ko'nikmalar deb ataymiz. Ko'nikmalar - doimo bizdagi aniq bilimlarga tayanadi. Masalan, ko'nikma va malakalar o'zaro bog'liq bo'ladi, shuning uchun ham o'quv faoliyati jarayonida shakllanadigan barcha ko'nikmalar va malakalar shaxsning muvaffaqiyatli o'qishini ta'minlaydi. Ikkalasi ham mashqlar va qaytarishlar vositasida mustahkamlanadi. Agar, faqat malakani oladigan bo'lsak, uning shakllanish yo'llari quyidagicha bo'lishi mumkin:

-oddiy namoyish etish yo'li bilan;

-tushuntirish yo'li bilan;

-ko'rsatish bilan tushuntirishni uyg'unlashtirish yo'li bilan.

hayotda ko'nikma va malakalarning ahamiyati katta. Ular bizning jismoniy va aqliy urinishlarimizni yengillashtiradi va o'qishda, mehnatda, sport sohasida va ijodiyotda muvaffaqiyatlarga erishishimizni ta'minlaydi.

Faoliyatni klassifikatsiya qilish va turlarga bo'lishning yana bir keng tarqalgan usuli - bu barcha insonlarga xos bo'lgan asosiy faollik turlari bo'yicha tabaqalashdir. Bu - muloqot, o'yin, o'qish va mehnat faoliyatlaridir.

Muloqot - shaxsning individual rivojlanishi jarayonida namoyon bo'ladigan birlamchi faoliyat turlaridan biri. Bu faoliyat insondagi kuchli ehtiyojlardan biri - inson bo'lish, odamlarga o'xshab gapirish, ularni tushunish, sevish, o'zaro munosabatlarni muvofiqlashtirishga qaratilgan

ehtiyojlaridan kelib chiqadi. Shaxs o'z taraqqiyotini aynan shu faoliyat turini egallashdan boshlaydi va nutqi orqali (verbal) va nutqsiz vositalar (noverbal) yordamida boshqa faoliyat turlarini mukammal egallashga zamin yaratadi.

O'yin shunday faoliyat turiki, u bevosita biror moddiy yoki ma'naviy ne'matlar yaratishni nazarda tutmaydi, lekin uning jarayonida jamiyatdagi murakkab va xilma-xil faoliyat normalari, harakatlarning simvolik andozalari bola tomonidan o'zlashtiriladi. Bola toki o'ynamaguncha, kattalar xatti-harakatlarining ma'no va mohiyatini anglab yetolmaydi.

O'yin faoliyati faoliyatning oddiy shakllaridan biri hisoblanadi, lekin u tobora takomillashib sodda harakatlarni keyinchalik syujetli, rolli o'yinlarga, hatto sportgacha murakkablashib boradi, atrof muhitni aks ettirishda ishtirok eta boshlaydi.

Tajribalardan hulosa qilish mumkinki, 5-6 yoshdagi bolalar uchun eng muhimi u o'ynayotgan rol. Rolni gavdalantirish davomida bolaning faoliyatga bo'lgan munosabati yuzaga chiqadi. Ko'rilgan vaziyatdan shunday gipoteza tug'iladi. Demak, bola o'ziga boshqa odamlarning rolini olayotgan ekan, shu rolga xos, tegishli faoliyat va munosabatlarni aks ettirishi o'yinning birlamchi asosidir.²⁵ "Bolalar o'yinlarining mohiyati shundan iboratki, u o'yinda u yoki bu rolni bajaradilar va eng qiziq jihati, mayda, keraksiz buyumlarni haqiqiy tirik mavjudotlarga aylantirishni xohlashlari ham mumkin".²⁶ V.Vundning mulohazalariga ko'ra, o'yinning manbai huzur qilish, rohatlanishdan iboratdir. V. Vund bildirgan fikrlar yoyiq xususiyatga ega bo'lib, o'yinning u yoki bu jihatlarini yoritishga hizmat qiladi. Uning fikricha o'yin - bu bolalarning mehnatidir. har qanday o'yin jiddiy mehnatning u yoki bu shaklining prototipidir. Yashash zaruriyati insonni mehnat qilishga majbur

1933 yilda "o'yin" tushunchasining etimologik tahlilini amalga oshirgan va uning o'ziga xos alomatlarini tasniflashga harakat qilgan golland olimi F.Boytdendayk hisoblanadi. O'yinning alomatlari "u yoqqa va bu yoqqa harakat "ihtiyorsizlik va erkinlik. quvonch va ermaklik". Bunday alomatlardan qanoatlanmagan muallif, uning fenomenini bolalar faoliyatini kuzatish orqali aniqlashiga harakat qiladi, chunki o'yinning qiymati va ahamiyati ularning o'zlari tomonidan oqilona baholash, deganlari hulosa qila keladi.

²⁵ D B Elkonin "Psixologiya igni" M. 1999 5-het

²⁶ Selli Djems Ocherki po psixologii detstva / Per s ang. M. 1901 56 bet

qiladi. Mehnat orqali inson o'z kuch-qudratini baholashga o'rganib boradi, mehnatning huzur qilish va rohatlanishning manbai ekanligiga iqror bo'ladi. O'yin mehnatning foydali jihatini ko'rsatib boradi.

A.Arkin esa o'yinlarning quyidagi tasnifini taklif qiladi:

1. Ishlab chiqarishga: Sanoat, qishloq xo'jaligi , qurilish kasb-hunarga oid o'yinlar;

2. Maishiy va ijtimoiy siyosatga: Bog'cha, maktab kundalik turmushga oid o'yinlar;

3. Harbiy: urush o'yinlari;

4. Dramalashtirilgan: Kino, spektakl va boshqalarga oid o'yinlar.

D. B. Elkonin maktabgacha yoshdagi bolalarga xos rolli o'yinlarning syujetiga ko'ra 3 ta guruhga ajratishni tavsiya qiladi:

1. Maishiy mavzudagi syujetga oid o'yinlar.

2. Syujetiga taaluqli o'yinlar.

3. Ijtimoiy-siyosiy syujetli o'yinlar.

D. B. Elkonin harakatli o'yinning qoidalari mazmunini o'zaro bog'liqligidan kelib chiqib, ularni besh guruhga ajratadi:

1. Harakatga taqlid qilish: taqlidiy-prosessual o'yinlar.

2. Muayyan syujetli dramalashtirilgan o'yinlar.

3. Syujetli o'yinlar.

4. Syujetsiz o'yinlar.

5. Aniq maqsadga qaratilgan mashqlardan iborat sport o'yinlari.²⁷

O'qish faoliyati ham shaxs kamolotida katta rol o'ynaydi va ma'no kasb etadi. Bu shunday faoliyatki, uning jarayonida bilimlar, malaka va turli ko'nikmalar o'zlashtiriladi.

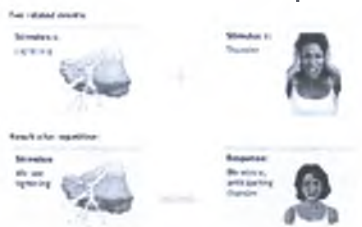
O'rganish faoliyati bu - biron bir organizm xatti- harakatining tajribaga ko'ra o'zgarishidir. O'rganish faoliyatining uch turi bor: ular 1-Classical conditioning (Klassik sharoit) 2-Operant condition (rag'batlantirilish orqali biron bir ish harakatini bajarishga o'rgatish) 3-Observational learningning (Kuzatish orqali o'rganish)

200-yil oldin faylasuf Jon Loke va David Hyuman Aristotelning hulosalari asosida shunday degan: Biz assosatsiyalar orqali o'rganamiz. Bizning miyamiz izchil ravishda voqea va hodisalarni bir-biriga bog'laydi. Faraz qiling: Siz yangi tandirda yopilgan nonni ko'rsangiz uni hidlaysiz, tatib ko'rasiz, shuningdek undan rohatlanasiz. Keyingi safar siz yangi yopilgan nonni ko'rganingizda tajribangizdan siz uni yana tatib ko'rsangiz undan rohatlanishingizni bilasiz (Wells,1981).

²⁷ D.B Elkonin "Psixologiya igri".M. 1999 26-bet

Yuqoridagi assosatsiya bizning doimiy xatti-harakatlarimizni tushuntirib beradi (Wood&Neal, 2002). Xatti-harakatlarimizning takrorlanishi natijasida bizda assosatsiya hosil bo'ladi. Xatti-harakatlar vaziyatlar bilan assosatsiyalanadi. Misol uchun uyqu jarayonini kravat bilan bog'laymiz. Biron bir vaziyat asosidagi tajriba tufayli keyingi safar ushbu harakat avtomatik tarzda bajariladi. (Siegal 2005).

Conditioning ning (inglizcha shart qo'yish, sharoit muhit deb tarjima qilinadi) - o'rganish assosatsiyasining bir jarayonidir. Classical conditioningda biz ikki ta'sir qiluvchi omil va bu omilni bashorat qiluvchi bog'lanishlarni ya'ni assosatsiyalarni o'rganamiz. Biz chaqmoq y'rug'ini birinchi ko'ramiz va chaqmoq chaqishini bilamiz va biz momaqaldiroq bo'lganda chaqmoq chaqishini assosatsiya qilamiz. Biz bu jarayonni ushbu rasmda ko'rsak bo'ladi:



Biz birinchi rasmda chaqmoq chaqishini birinchi marta guvohi bo'layotgan kishini ko'rib turibmiz, keyingi rasmda esa bu shaxsning ushbu jarayonni ikkinchi marta guvohi bo'lganini ko'ramiz. Bu shaxs yorug'likni ko'rishi bilanoq momaqaldiroq bo'lishini biladi (o'ylaydi).

Operant conditionda biz biron bir ish-harakatni yaxshi natijaga erishmaguncha takrorlaymiz va yomon natijalarni takrorlamaslikka harakat qilamiz.

Ushbu rasmda morj ko'ptokni boshida ushlab turishni o'rganyapti.



Birinchi rasmda u bu harakatni birinchi marta bajardi va buning evaziga baliq bilan rag'batlantirildi va buning natijasida u keyingi safar bu harakatni juda yaxshi bajaradi. Soddalashtiramiz, biz assosatsiyali o'rganishning ikki farqli turini kashf etdik. Ko'pincha ular birgalikda sodir bo'ladi. Yaponiyalik bir chorvador podasidagi mollarga peydjer (signal beruvchi mahsus moslama)lar taqib qo'yadi. Oradan bir hafta o'tgach mollar ikkita narsani assosatsiya qilishni o'rganadi: birinchisi signal

chalinishini va so'ng ovqat olib kelinishini biladi-bu classical conditioning. Ular yemish idishlarini surishni ya'ni kelganlari uchun yemish so'rashni o'rganadi- bu esa operant condition (rag'batlantirilish orqali biron bir ish harakatni bajarishga o'rgatish).

O'rganish jarayoni faqatgina yuqoridagilardan iborat emas. Observational learning (kuzatib o'rganish)da biz boshqalarning xatti-harakatlaridan o'rganamiz. Misol uchun, shimpanzalar boshqalarning xatti-harakatlarini kuzatib o'rganadi. Agar bittasi boshqa birining biror bir harakatni bajarib rag'batlantirilganini ko'rsa, u ham shu zahoti ushbu harakatni takrorlaydi.

Hulosa qilib shuni aytishimiz mumkinki, biz harakatlarni sharoitga ko'ra va observatsion (kuzatish) orqali o'rganamiz va sharoitga moslashamiz. Biror bir belgini sezamiz va undan so'ng nima bo'lishini tajribamiz orqali bilamiz va unga tayyorlanamiz bu classical condition (Klassik sharoit)

Biz shuningdek biror bir xatti - harakatlarni o'rganib yaxshi natijaga erishmaguncha takrorlayveramiz. Bu esa Operant condition (rag'batlantirilish orqali biron bir ish harakatni bajarishga o'rgatish) deyiladi. Boshqalarni kuzatib yangi xatti harakatlarni o'rganishimiz Observational learning (Kuzatuv orqali o'rganish) deyiladi.²⁸

10.4. Mehnat faoliyatining psixologik xususiyatlari

Faoliyat – bu ehtiyojlar paydo qiladigan hamda o'zini va tevarak dunyoni bilish va o'zgartirishga yo'naltirilgan inson ongi tomonidan boshqariladigan faollikdir.

A.N.Leont'evning nuqtai nazariga ko'ra, faoliyat individning muayyan sharoitdagi muhtojlik holati, ya'ni ehtiyojlarni paydo qiladigan faollik shakli. Ehtiyoj - bu noqulaylik, zo'riqishni his etish, qoniqmaslik holati. U qidiruv faolligida namoyon bo'ladi. Qidiruv davomida ehtiyojni qondirishi mumkin bo'lgan predmetga e'tibor qaratiladi, natijada faollik yo'naltiriladi, ehtiyoj predmetlilik xususiyatini kasb etadi, ya'ni muayyan narsaga nisbatan qaratiladi va faoliyat motiviga aylanadi. Predmetlilik faqat inson faoliyatigagina xosdir. U inson faoliyatining ijtimoiy muvofiqlashganligida namoyon bo'ladi. Faoliyatning boshqa xususiyati bu uning sub'ektivligidir, ya'ni faoliyatning yo'nalganligi, tanlovchanligini belgilovchi motivlar, maqsadlar, ustanovkalar, hissiyot,

²⁸ David G. Meyers Psychology, © 2010 by Worth Publishers 331-333 betlar

ehtiyojlarning o'ziga xosligi, ilgari tajribaning psixik obrazi bilan muvofiqlashganligida, uni bajarishning o'ziga xosligidadir.

Faoliyat birligi harakatlar bo'lib, u muayyan ahamiyatga ega predmetlarga yo'naltirilgan alohida harakatlardan iborat. Harakatlar nafaqat predmetlarga, atrofdagi odamlarga ham yo'naltirilishi mumkin. Agar ular jamiyatdagi normalarga mos kelsa – xulq, xatti- harakat, ularga to'g'ri kelmasa tartibbuzarlik harakatlari bo'ladi. Muayyan ijtimoiy vazifani bajarishga qaratilgan va umumiy maqsad bilan birlashgan harakatlar yig'indisi faoliyat deyiladi.



3-sxema. Motiv, faoliyat va maqsadning bog'liqligi.

O'z faoliyatlarida odamlar maxsus tashkil etilgan vositalar va harakat usullari yordamida erishiladigan, ongli ravishda qo'yilgan maqsadlari asosida harakat qiladilar.

Faoliyatning tuzilishi:

motivlar – insonni u yoki bu faoliyat bilan shug'ullanishga majbur etuvchi ichki turtki kuchi;

usullar va yo'llar – bu faoliyat maqsadlariga erishish uchun inson tomonidan qo'llaniladigan harakatlar. Faoliyat natijalariga erishish usullari va yo'llari bitta yoki bir necha operatsiyalardan iborat bo'lishi mumkin;

maqsadlar – bu inson uchun egalik qilish va erishish ahamiyatli bo'lgan predmetlar, hodisalar, vazifalar va ob'ektlar. Maqsadlar inson uchun qanchalik ahamiyatga ega ekanligidan va uning faoliyati ijtimoiy hayotda qanday rol o'ynashidan kelib chiqqan holda shaxsiy yoki ijtimoiy, yaqin yoki istiqboldagi bo'lishi mumkin;

natijalar – bu inson faoliyati davomida erishadigan natija va u maqsadlarga mos kelmasligi mumkin bo'lgan faoliyat yakuni. Inson o'z faoliyatining natijalarini va ahamiyatini va ular orqali o'zini baholaydi.

Mehnat faoliyati eng tabiiy ehtiyojlarga asoslangan faoliyat bo'lib, uning maqsadi albatta biror moddiy yoki ma'naviy ne'matlarni yaratish, jamiyat taraqqiyotiga hissa qo'shishdan iboratdir.

Z. Freyding ta'kidlashicha, sog'lom turmush tarzi mehnat va sog'lom muhabbat bilan to'ldiriladi. Bizning ko'pchiligimiz uchun mehnat hayotning eng katta va faol mashg'ulotidir. Yashash bu mehnatdir. Mehnat faoliyati Maslou piramidasidagi ehtiyojlarni qondirilishiga yordam beradi. Mehnat faoliyati bizni ta'minlaydi. Mehnat faoliyati orqali

biz boshqalar bilan kommunikativ aloqaga kirishamiz. Mehnat faoliyati bizning kim ekanligimizni anglatadi. Birinchi bor kim bilandir ko'rishganimizda qiziqib «Siz kimsiz?», «Qanday faoliyat bilan shug'ullanasiz?», «Nima ish qilasiz?» deb savol beramiz.

Ishimizga bo'lgan e'tibor, munosabatlar yoki tenglikdan qoniqish hosil qilmasak, kim uchun yoki qaerda ishlashimizdan qat'iy nazar ish joyimizni o'zgartirishimiz mumkin. Masalan, Avstraliyaliklarning 16 foizi huddi shu sabab bilan o'z ishlarini o'zgartirdilar. (Trevin 2001). Yigirma yil oldin siz mehnat faoliyati qanday bo'lishini hozirgiday tasavvur qila olmagan bo'lar edingiz. Siz o'zingiz uchun kollej, litsey yoki universitetlarni tanlashda o'zingizning layoqat, qobiliyatlaringizni anglashingiz va tushunishingiz o'sha ish muhitiga moslasha olishingizga yordam beradi. Emi Vrzesnievskiy va uning hamkasblari (1997- 2001) insonlarning ishlariga bo'lgan munosabatlarini identifikatsiya yordamida o'rganadilar

Buning natijasida quyidagilar ma'lum bo'ldi: ba'zi odamlar o'z ishlarini faoliyat sifatida, bajarish kerak bo'lganligi uchun pul topishning bir yo'li deb bajaradilar. Boshqalar esa o'z ishlarini jamiyatda ijtimoiy mavqeiga ega bo'lishning bir imkoniyati sifatida ya'ni kar'era uchun bajaradilar. Qolganlari esa o'z ishlarini ijtimoiy foydali mehnat deb biladilar va ishidan mamnun va qoniqish hosil qilib, rohatlanib ishlaydilar.²⁹

Har qanday kasbni egallash, nafaqat egallash, balki uni mahorat bilan amalga oshirishda faoliyatning barcha qonuniyatlari va mexanizmlari amal qiladi. Oddiygina biror kasb malakasini egallash uchun ham unga aloqador bo'lgan ma'lumotlarni eslab qolish va kerak bo'lganda yana esga tushirish orqali uni bajarish bo'lmay, balki ham ichki (psixik), ham tashqi (predmetga yo'naltirilgan) harakalarni ongli tarzda bajarish bilan bog'liq murakkab jarayonlar yotishini unutmazlik kerak. Lekin har bir shaxsni u yoki bu faoliyat turi bilan shug'ullanishiga majbur qilgan psixologik omillar - sabablar muhim bo'lib, bu faoliyat motivlaridir.

Olimlar, maslahatchilar va professional boshqaruvchilar, sanoatlashgan ruxiy tashkilotlar ish davomida hilma hil soha yo'nalishlarini topishmoqda. Kasbiy faoliyat chuqur, umumiy va maxsus tayyorgarlik ko'rilgan, ishlash tajribasi natijasida egallangan maxsus

²⁹ ²⁹ David G. Mayers Psychology, © 2010 by Worth Publishers 521 bet

bilimlar va amaliy ko'nikmalar to'plamiga ega insonning faoliyati, mashg'ulot turidir.

Kasbning rivojlanish mantig'i shundaki, u boshlanishida odamlarning ma'lum bir talablaridan paydo bo'ladi. Keyin amaliy tajribani yig'ish va uni chuqur mulohaza qilish orqali amalga oshiriladi. Kasbiy faoliyatning nazariy bazasi shakllantiriladi. Kadrlarni tayyorlash masalasi hal qilinadi. Mutaxassisning amaliy faoliyatiga ilmiy asoslar uchun imkoniyatlar beriladi, bu tashqarida, kasbiy jurnallar, monografiyalar, o'quv-uslubiy adabiyotlarning paydo bo'lishida aks etadi; kasbiy tashkilotlar yaratiladi.

Jumladan, turli shakllar va nomlar bilan ataladigan ijtimoiy hizmatchining kasbi turli tarixiy va turli madaniy-tarixiy davrlardan buyon ma'lum. Ijtimoiy ishning birinchi marta tilga olinishi eramizdan avvalgi 1750 yilga taalluqlidir. Bu vaqtda Bobilda adolat kodlari - fuqarolik aktlari yaratilgan bo'lib, ular odamlarni o'z yaqinini sevishtga, kambag'allar to'g'risida qayg'urishga chorlaydi. Qadimgi Gretsiyada ijtimoiy ish "filantropiya" (yunon tilidan tarjima qilinganda "insoniyatga nisbatan muhabbatni ifodalash" ma'nosini bildiradi) sifatida ma'lum bo'lgan, Rimda esa- "xalq an'anasi" sifatida qadimgi inklar yordam berish jarayonini "minka" deb, ma'jusiy slavyan qabilalari "slepnya" deb ta'riflaganlar. Rossiyada ijtimoiy ish 1864 yildagi yer islohotlarini o'tkazish davrida paydo bo'ldi, lekin u paytda bu nom bilan atalmagan edi. Ijtimoiy hizmatchilarning e'tiborini ko'rlarga, kambag'allarga, qarovsiz bolalarga, zotsiz va boshpanasiz yoshi katta odamlarga qaratish bo'yicha vazifalarni maxsus vakillar bajarganlar. Bu faoliyatning muvaffaqiyati, boshqa istalgan har qanday faoliyatdagi kabi, odamlarning bilimlariga, hayotiy tajribasiga va kasbiy mahoratiga bog'liq edi.

Jahon amaliyotidagi zamonaviy yondashish ijtimoiy ish, ijtimoiy o'zgarishlarni amalga oshirishga yo'naltirilgan faoliyat shakllaridan biri ekanligi ani?-ravshan . Shu nuqtai nazardan ijtimoiy ish jamiyatdagi ijtimoiy kataklizmlarni va ziddiyatlarni qat'iy to'xtatib turadigan vosita hisoblanadi va unga jamiyat va davlat qanchalik ko'p mablag' ajratsa, u shunchalik samaraliroq bo'ladi. Demak, jamiyatning katta qismini oldindan tayyorlamasdan va roziligini olmasdan ijtimoiy qayta taqsimlashga yo'l qo'yib bo'lmaydi. Bu borada zamonaviy Rossiyaga tatbiq qilinsa, ijtimoiy hizmatlarning jadallik bilan rivojlanishi, ijtimoiy ishga jamoat birlashmalarini, hayriya jamg'armalarini, ijodiy va kasbiy ittifoqlarni, konfessiyalarning qo'shilishi siyosiy masala va ayni paytda milliy havfsizlik sohasidagi ustuvor yo'nalishlardan biridir.

Bizning mamlakatimizda ijtimoiy ish amaliyotida, uning paydo bo'lishidan boshlab hozirgi vaqtgacha, ijtimoiy pedagogikaning asosiy, hal qiluvchi rol o'ynashi ahamiyatlidir. Bunda "ijtimoiy pedagogika" tushunchasi "maktabdagi ijtimoiy ish" tushunchasiga teng emasligini tushuntirish muhim. Ijtimoiy pedagogika yoki sotsiumdagi pedagogik munosabatlar aholiga ijtimoiy yordam ko'rsatish xizmati uchun ilmiy asos sifatida ko'riladi. Bu sotsiumdagi munosabatlarga tashhis qo'yish, ularni aniqlash va pedagogik maqsadga muvofiq ta'sir etish imkonini beradi.

Ijtimoiy ish va ijtimoiy pedagogika muammolarining ko'lami katta va o'zida hayotiy vaziyatlarning juda ko'p qirralarini va turli yoshdagi va ijtimoiy holatdagi odamlarning kolliziyalarini mujassamlashtiradi.

Quyidagi uchtagina misol yordamida hozirgi kun ijtimoiy pedagoglari va ijtimoiy xizmatchilari nima ishlar bilan bandligini tasavvur etish mumkin;

1. Ijtimoiy xizmatchi birinchi navbatda qaysi muassasalar bilan aloqa o'rnatishi lozim?

2. Bu oila bilan qanday reja asosida ish olib borish kerak?

Ijtimoiy xizmatchilar inson va jamiyatning quyidagi ijtimoiy muammolarini yechish uchun tashkil etilgan:

ijtimoiy va psixologik ziddiyatlar, inqirozlar, stressli vaziyatlar;

hissiy va ruxiy muammolar;

muhtojlik va qashshoqlik;

ichkilikbozlik va giyohvandlik;

zo'ravonlik va diskriminatsiya;

irqiy va milliy muammolar;

jinoyatchilik va qonunbuzarlik;

ishsizlik va kasbiy moslashish;

nogironlik va yolg'iz qarilik;

uy-joy muammosi;

vasiylik, farzandlikka olish masalasi;

ota-ona shafqatsizligi va boshqalar.

Ijtimoiy ish boshiga kulfat tushgan odamlarga yordam berish bilangina chegaralanadi, deb o'ylash noto'g'ri. Shu bilan birga u ijtimoiy nazoratning eng nozik vositalaridan biri hamdir. hamho'rlik qilish va nazoratning funktsiyalari o'rtasidagi ziddiyat, yordamning har qanday turida nazorat qilish elementlarining muqarrar mavjud bo'lishi - ijtimoiy xizmatchilar har doim to'qnash keladigan dilemmalardan biridir. Bu dilemma yana bitta jiddiy muammo bilan, ya'ni: ijtimoiy xizmatchi birinchi navbatda kimning manfaatlarini ifodalaydi - davlatningmi, ish

beruvchiningmi, mijozningmi yoki umuman jamiyatning?-degan masala bilan ham bog'liq. Kasbiy qadriyatlar tizimi nuqtai nazaridan, ijtimoiy hizmatchi eng avvalo mijoz manfaatlarini undan keyin - jamiyat va undan ham keyin esa - o'zining tashkiloti va davlat manfaatlarini ifodalashi kerak. Ustuvorliklarning bunday tizimini hayotga tadbiq etish har doim ham yengil ko'chmaydi. Ko'pincha ijtimoiy hizmatchiga hamkasblarining qo'llab-quvvatlashi va umuman kasbiy hamjihatlikka tayangan holda ular uchun kurashishga to'g'ri keladi.

Bugun kunda "ijtimoiy ish" kasbiga ko'plab va turfa mutaxassisliklar ko'lamini mos keladi: ijtimoiy pedagog-psiholog; etnolog; ijtimoiy huquqshunos, ekolog, valeolog, ijtimoiy animator, gerontolog, yanada torroq mutaxassisliklar, ijtimoiy hizmatchilar (qochqinlar, nogironlar, "hatar guruhlarini" bilan ish olib boradigan mutaxassislar, tibbiy ijtimoiy hizmatchi va boshqalar) yoki ma'lum muassasalarda (maktabdagi, ishlab chiqarishdagi ijtimoiy hizmatchi), mikromuhitning maxsus sohalaridagi (qabiladagi, qishlog'dagi ijtimoiy hizmatchi; harbiy sohadagi ijtimoiy hizmatchi; favqulodda vaziyatlardagi ijtimoiy ishchi va; ijtimoiy ishni tashkil etish).

Tashxis qo'yish - mutaxassis "ijtimoiy tashxis" qo'yadi, psixologik va yoshga oid hossalarni, insonning qobiliyatlarini o'rganadi, uning manfaatlarini olamiga, muloqot doirasiga, uning hayoti sharoitlariga kirib ketadi, nisbiy va salbiy ta'sirlarni, muammolarni aniqlaydi;

Tashkiliy - mutaxassis u yoki bu faoliyatni amalga oshiradi, dam olishning mazmuniga ta'sir ko'rsatadi, ishga joylashishga, kasbiy yo'nalishga va moslashishga yordam beradi, o'smirlar va yoshlar tashkilotlari faoliyatini markazlashtiradi, mijozga tibbiy, ta'limiy, madaniy, sport, huquqiy muassasalar va hayriya tashkilotlari bilan o'zaro ta'sir qiladi ;

Prognostik - mutaxassis mikrorayon va ma'lum bir mikrosotsiumning ijtimoiy rivojlanish jarayonini dasturlashtirish va oldindan aytib berish bo'yicha ijtimoiy ishda qatnashadigan turli institutlarning faoliyatida ishtirok etadi;

Ogohlantirish - profilaktik va ijtimoiy-terapevtik - mutaxassis salbiy ta'sirlar oldini olish va bartaraf etishning ijtimoiy-huquqiy, yuridik va psixologik mexanizmlarini harakatlantiradi va ularda o'zi ham qatnashadi, muhtojlarga sotsioterapevtik yordamni tashkil etadi, jamiyatda huquqlarning himoyasini ta'minlaydi, o'smirlarga va yoshlarga ijtimoiy va kasbiy yo'nalishida o'zini-o'zini baholash davrida yordam ko'rsatadi;

Tashkiliy-kommunikativ - mutaxassis ko'ngilli yordamchilarning, aholining ijtimoiy ishga, birgalikda mehnat qilish va dam olishga, xizmat bo'yicha va shaxsiy muloqotlarga kirishishiga ko'maklashadi, axborot to'playdi va turli ijtimoiy institutlar o'rtasida, ularning mijoz bilan ishlashida o'zaro hamkorlikni yo'lga qo'yadi;

Qo'riqlash-himoya qilish - mutaxassis mijozlarning manfaatlarini himoya qilish uchun huquqiy me'yorlarning barcha majmuini ishga soladi, mijozlar huquqiga nisbatan bevosita yoki bilvosita g'ayri qonuniy harakatlarga yo'l qo'yayotgan shaxslarga nisbatan davlat tomonidan majburlash va yuridik javobgarlik choralari qo'llanilishiga yordam ko'rsatadi.

Ijtimoiy ishni tashkil etish va boshqarish sohasida band bo'lgan xizmatchi ijtimoiy yordamning turli hil muassasalari bilan ishlashi, turli ko'rinishdagi ijtimoiy ishlar olib borishiga to'g'ri keladi. Turli muassasalarda ijtimoiy yordam tashkilotchilarining ishida o'ziga xosliklar ham mavjud bo'lib, ular avvalo ijtimoiy ishning quyidagi yo'nalishlarida namoyon bo'ladi: a) oilaga yordam berish; b) ekstremal vaziyatlarda va "xatar guruhleri" bilan ishlash; v) sog'liqni saqlash tizimida ishlash; g) ta'lim sohasida ishlash; d) bandlik hizmatlarida ishlash. Tegishli xizmatlarning hodimlari sifatida, ijtimoiy xizmatchilar va ijtimoiy pedagoglar o'zlarini birinchi navbatda aholining ijtimoiy zaif guruhlarining himoyachilari deb his qilishlari kerak. O'zining vazifasini professional darajada amalga oshirish uchun ular odamlarning qanday rivojlanayotganlari, o'zaro ta'sir qilayotganlari, o'zgarishlari, o'qishlari, qiyinchilik va muammolarga munosabatlari, alohida odamlarga ijtimoiy shart-sharoitning ta'sir o'tkazishini bilishlari, shuningdek, ishontirish va majburlash usullarini ularning o'z faolliklarini rag'batlantirish yo'lida nozik birlashtirishni bilishlari lozim. Ijtimoiy ishdagi muhim jihat - biz ko'pincha boshqa odamlar uchun nima kerakligini hal qilish huquqiga ega emasligimizni anglash, ularning o'zlari mavjud variantlardan eng maqbulini tanlashga izn berishimizga bo'lgan ishonchdir. Odatda, ularning mavjud muqobilliklarni anglab etishida, hulq-atvorning mavjud variantlaridan har birining siyosiy ustunliklari va kamchiliklarini baholashda, qarorlarni ongli va oqilona qabul qilishida yordam kerak bo'ladi.

Bunday yondashuv davlat vakillari odamlarga o'zini qanday tutishlari lozimligini zo'rlik bilan tushuntirish, ularga yordam ko'rsatish, harakterini belgilashda o'zlarining tavsiyalarini tiqishtirish an'anasi bilan bog'liq avtoritar yondashuvdan keskin farq qiladi. Mushkul ahvolga tushib qolgan

odamlarga o'zlarining his-tuyg'ularini ifodalash, tanglik holatidan chiqish yo'llarini topish, tegishli qaror qabul qilish va uni hayotga tatbiq etishda yordam berish uchun avtoritar ish usullaridan voz kechishdan tashqari har bir odam o'z hayotini o'zi muvaffaqiyatli tarzda tashkil etish huquqiga egaligi va layoqatligiga chindan ishonish ham zarur.³⁰

Shaxsni faoliyatda tadqiq qilish va o'rganish borasidagi tajribalar.

Bu erda to'rtta yangi habarlar bor, ba'zilari tabiiy kuzatuvdan olingan so'rovnomalardan iborat munosabatlar kuzatuvidir. Qay biri ijobiy va qay biri salbiy munosabat ekanligini belgilay olasizmi? (quyidagi jadvaldan javoblaringizni tekshiring)

1. Bolalar qanchalik ko'p televizor ko'rishsa, shunchalik kam miqdorda kitob o'qiydilar.

2. Bolalar qanchalik ko'p behayo dasturlarni tomosha qilsalar, shunchalar jinsiy yaqinlashishga bo'lgan ihtiyorlari oshadi.

3. Qanchalik ko'p bolalar ko'krakdan oziqlanishda davom etsalar, shunchalik buyuk maqsadlarga erishadilar.

4. O'smirlar qanchalik ko'p nonushta tanavuul qilsalar, shunchalik qomat buzilishi kuzatiladi. (Timlin, 2008)

Ba'zan ko'zlarimiz payqamay qoladigan narsalarni statistik ma'lumotlar ko'rishga yordam beradi.

10.5. Munosabat va sabab

O'zaro munosabatlar bizga bashorat qilishga yordam beradi. O'zini o'zi sust hurmat qilish munosabati bu depressiyadir. O'z o'zini sust hurmat qilish depressiyaga sabab bo'ladimi? Agar munosabat holatiga asoslansak, siz ha deb o'ylaysiz. Qanchalik munosabatlar kuchli bo'lmasin, siz hech narsani isbotlay olmaysiz!

Bu qarash juda muhim - shuning uchun asosiysi bu psixologik jihatdan o'ylash - bu narsa yana bir misolga ya'ni 12,000 dan ziyod o'smirlar so'roviga qarata olinadi. O'rganib chiqish shuni ko'rsatdiki, o'smirlar qanchalik ota onasini yahshi ko'rishsa shunchalik kam yomon va nosog'lom yo'llar (barvaqt jinsiy yaqinlik, ichish, alkogol mahsulotlariga mukkasidan ketish va narkotiklar va zo'ravonlik) dan yurishar ekan - (Resnitsk et al 1997). "O'smir bolalarga maktab yillarida har bir davrdan ko'ra ko'proq ta'sir ko'rsatishadi"-deb ta'kidlanadi Assosiated Press (AP) nashriyoti tomonidan.

³⁰ David G. Mayers Psychology, © 2010 by Worth Publishers 520-524 betlar

Mavjud bo'lmagan munosabatlar. Bular qanday munosabatlar? Aloqadorlik koeffitsenti biz ilg'amay qolgan munosabatlarni ko'rsatib berishi mumkin. Biz noodatiy va g'aroyib narsalarga ko'ngilchanligimiz sababli, ayniqsa payqash va eslab qolishda sodir bo'lgan ikki va undan orti? hodisalarni birma bir eslab qolamiz. Misol uchun, qo'ng'iroq ketidan qo'ng'iroq. Agar ko'ngilni g'ash qiluvchi qo'ng'iroq bo'lmasa, biz ko'pincha buni payqamaymiz yoki eslab qolmaymiz.

Mana shunday qarashlar ko'plab insonlarda shakarning bolalarda quvvatni oshirishiga, ivib ketish odamlarning shamollashiga sabab bo'lishi, ob-havo o'zgarishi bo'g'inlardagi og'riqqa sabab bo'lishiga ishonch uyg'otgan.³¹

10.6. Malaka, ko'nikma va odatlar. Faoliyatda malaka va ko'nikmani shakllanishi

Faoliyatning shakllanish jarayoni – pedagogik psixologiyaning muhim masalalaridan biridir. Inson biror bir faoliyatga kirishar ekan, u faoliyatni bajarishning usullarini egallagan bo'lmaydi. SHuning uchun insonning ongli ravishda harakat qilishiga va maqsadga yo'naltirilgan butun faoliyatning o'zinigina emas, balki faoliyatni amalga oshirishga yordam beradigan alohida harakat va operatsiyalarni ham nazorat qilishiga to'g'ri keladi.

P.A.Bernshteyn harakatlarni boshqarishning sensor korrektsiyasi printsipini taklif etgan. U harakatlar haqidagi sensor ma'lumotlar asosida impulslarga kiritiladigan korrektsiyalarni nazarda tutgan. U faoliyatning malaka, ko'nikma va odatlardan iborat tuzilish elementlarini ajratgan.

Malakalar – bu faoliyatning maqsadi va shartlariga to'g'ri keladigan harakatlarni muvaffaqiyatli bajarish usullaridir. Ular doim bilimlarga tayanadi. Malakalarni boshqarishda eng muhimi har bir harakatning bexato bo'lishini ta'minlash, ko'nikmalar tizimining o'zgaruvchan sharoitga ishning ijobiy natijalarini saqlab qolgan holda moslashuv imkoniyatidir. Misol uchun, malakali odam biror bir mahsulotni tayyorlashda bir materialni boshqasi bilan almashtirishi, qo'l ostidagi asboblarning o'zidan foydalanishi mumkin

Malakalar ko'nikmalardan farqli ravishda faol aqliy faoliyatga tayanadi. Mohiyatiga ko'ra, ko'nikmalarni eksteriorizatsiya, ya'ni bilim va ko'nikmalarni real harakatlarda amalga oshirish deyish mumkin.

³¹ David G. Mayers Psychology, © 2010 by Worth Publishers 84-87 betlar

Ye.A.Mileryan quyidagi malakalarni ajratadi: bilish, umummehnat, konstruktiv-texnik, tashkiliy-texnologik va operatsion-nazorat. Biror ishni bajarishdagi oddiy malaka tasodifiy bilimlar va taqlid harakatlaridan paydo bo'ladi. Lekin faoliyat turi qanchalik murakkab bo'lsa, malakaning shakllanishi bilimlardagi ma'lumotlarni qayta ishlash bo'yicha butun operatsiyalar tizimini egallash, predmetdan olinayotgan ma'lumotlar va ularni harakatlar bilan taqqoslashga shunchalik bog'liq bo'ladi.

Ko'nikma mashqlar jarayonida shakllangan, harakatlarning to'liq avtomatlashgan komponentlaridir. Uning vazifasi ongni alohida harakatlarni bajarish ustidan nazoratdan ozod qilish va harakatlarning maqsadi va shartlariga qaratilishini ta'minlashdan iborat. Ko'nikmaning fiziologik asosi bosh miya yarim sharlari po'stlog'ida muvaqqat nerv aloqalarining barqaror tizimini hosil qilishdan iborat.

Har bir ko'nikma, inson egallagan ko'nikmalar tizimida hosil bo'ladi. Yangi harakatlarni egallash jarayonida ularning ba'zilar jarayonga yordam berishi yoki tormozlashi mumkin. Masalan, bir inson "Matiz" avtomashinani yaxshi haydaydi. Demak, u har qanday rusumidagi mashinani hayday oladi. Lekin bu odamning ruli chap tomonda bo'lgan mashinalarni haydash ko'nikmasi ruli o'ng tomonda bo'lgan mashinalarni haydashda qiyinchilik tug'diradi. Bir ko'nikmalarning boshqa ko'nikmalarga ta'sir ko'rsatish fenomeni ko'nikmalarning o'zaro ta'siri deyiladi.

Ko'nikma va malakalar harakat usuli sifatida doim muayyan faoliyat turida ishtirok etadi. Ular o'quv, sport, gigienik va boshqalarga bo'linishi mumkin. Ko'nikmalar mashqlar yordamida, ya'ni maqsadga yo'naltirilgan va harakatlarning muntazam takrorlanishi natijasida shakllanadi. Ko'nikmalarni egallashdagi muvaffaqiyat nafaqat harakatlarni takrorlash miqdoriga, balki, insonning individual xususiyatlari, mazkur harakatga bo'lgan qobiliyati, uni egallash motivining ahamiyatiga bog'liq. Ko'nikmani saqlash va mustahkamlash uchun undan muntazam foydalanish kerak, aks holda, harakatlarning avtomatlashuvi so'nadi.

Odat harakat komponenti bo'lib, uning asosida ehtiyoj yotadi. U taqlid, harakatni ko'p marotaba takrorlash natijasida, ongli maqsadga yo'naltirilgan harakatlar orqali shakllanadi (masalan, harakatni moddiy predmet, so'zli baho va emotsional obraz orqali ijobiy mustahkamlash yo'li bilan). Odatlar avtomatik ravishda amalga oshiriladi va ongli maqsadga yoki yorqin namoyon bo'ladigan mahsuldor yakunga ega emas. Odatlar oddiy ko'nikmalardan farqli ravishda ma'lum darajada ong

tomonidan nazorat qilinishi mumkin. U malakadan doim ham foydali bo'lmaymasligi bilan farq qiladi.

Ko'nikma va odatlar bolaning ilk kunlaridan shakllana boshlaydi. Dastlab ular juda oddiy bo'lib, shartsiz reflekslar va emotsional holatlarga asoslanadi. Bolada foydali odatlarni mustahkamlash juda muhim. Buning uchun qabul qilingan qarordan chekinmasdan muayyan yo'nalishda harakat qilish kerak. Odatlar shakllanganda biz faqat odatlanganimizdek harakat qilamiz, chunki boshqachasiga harakat qila olmaymiz.

Inson hulq-atvorida funksional jihatdan bog'liq bo'lgan qo'zg'atuvchi va boshqaruvchi tomonlar mavjud. Psixologiyada inson hulq-atvoridagi qo'zg'atuvchi holatlarni tasvirlash va tushuntirish uchun qo'llaniladigan tushunchalar orasida motivatsiya va motiv tushunchalari eng umumiy va asosiy bo'lib hisoblanadi.

«Motivatsiya» atamasi «motiv» atamasiga qaraganda kengroq tushunchaga ega. «Motivatsiya» so'zi hozirgi zamon psixologiyasida hulq-atvorni determinatsiyalovchi omillardir. Bunga, xususan, ehtiyojlar, motivlar, maqsadlar, intilishlar va boshqa ko'pchilik) tizimini belgilovchi va hulq-atvor faolligini ma'lum darajada tutib turuvchi, rag'batlantiruvchi jarayon xususiyati sifatida ikkilangan ma'noda qo'llaniladi. Biz motivatsiya tushunchasini birinchi ma'noda qo'llaymiz. SHunday qilib, **motivatsiyani** inson hulq-atvori, uning kelib chiqishi, yo'nalishi va faolligini tushuntirib beruvchi psixologik xususiyatga ega bo'lgan sabablar yig'indisi sifatida belgilash mumkin.

Tashkilotchi psixologlarning ish beruvchilarni motivatsiyalash hamda bandliklarini ta'minlashga urinishlarida yordamini ko'rib chiqishdan oldin nega har qanday ishchi yuqori standart yoki qiyin maqsadga erishishi mumkinligini batafsil ko'rib chiqamiz.

O'sish imkoni bo'lgan har qanday ishda muvaffaqiyatga intiluvchi siz bilgan odamni eslang. Endi undan kamroq harakat qilayotganni eslang.

Psixolog Genri Myurrey(1938) birinchi odamning erishuv motivatsiyasini malaka va g'oyalarni egallash uchun, boshqaruv uchun, shuningdek tezda yuqori standartga erishish uchun ahamiyatli yutuqlarga intilishi sifatida ko'rsatgan.

Ularning qat'iyligi va real vazifalarni amalga oshirishini kutishingiz mumkin, yuqori darajadagi motivatsiyali odamlar ko'p narsaga erishadi.

Intellekt testi 1foizning yuqorisida bo'lgan 1528ta kaliforniyalik bolalar hayoti davomida o'rganilgan. Qirq yil o'tgach tadqiqotchilar

ko'proq va kamroq kasbiy muvaffaqiyat qozonganlarni solishtirganida motivatsion farqlarni topishdi. O'sha muvaffaqiyatliroqlar izzatlab, quvvatga to'la va qat'iyatliroq edi. Bolaligida ularning faol mashg'ulotlari ko'p bo'lgan. Ulg'ayganida ko'p guruhlarda qatnashishgan va tomoshabindan ko'ra sport musobaqalarining ishtirokchisi bo'lgan (Golmen, 1980). Iqtidorli bolalar qobilyatli o'rganuvchilardir. Tajribali kattalar matonatli ijrochilardir.

O'rta maktab va universitet talabalari birgalikda tadqiq qilinganda o'zlashtiish, davomat va obro' uchun intizomlilik intellektidan ko'ra yuqori ko'rsatgichga ega bo'lgan. Buyumlar, g'oyalar va odamlarni egallash, yuqori standartga erishish uchun "Intizom iste'doddan ustun" degan xulosaga kelishdi tadqiqotchilar.

Anjela Dakvort va Martin Seligman nima uchun qiz bolalar ular bilan bir xil iqtidordagi o'g'il bolalardan ko'ra maktabda yuqori baho olishini tushuntiradilar (2005, 2006).

Biroq intizom iqtidorni takomillashtiradi. Ularning 20-yillari boshida top-skripkachilar o'qituvchi bo'lish niyatidagi boshqa skripkachi talabalardan ikki marta ko'p – 10000 soat jamg'arishgan (Erikson va b., 2001, 2006, 2007). Iqtisod bo'yicha Nobel mukofotini olgan psixolog Gerbert Saymon (1998) ning tadqiqotlaridan 10 yil qoidasi deb nomlangan qoida yuzaga keldi: jahon ekspert-klasslari sohasi bo'yicha o'n yildan kam bo'lmagan vaqt ya'ni haftasiga qirq soat, yiliga ellik hafta ishlashgan. Katta olimlar, sportchilar va rassomlar o'rganilganida aniqlandiki ularning barchasi yuqori motivatsiyaga va shaxsiy intizomga ega, o'z maqsadiga erishish uchun kuniga soatlab vaqt sarflashga tayyor (Blum, 1985). Bu yorqin yulduzlar nafaqat o'zining noodatiy talanti, balki kundalik intizomi bilan ajralib turgan. Yuqori natija gallon (4,5 litr) ter bilan bir choy qoshiq ilhomning aralashmasiday tuyuladi.³²

Dakvort va Seligman qayd etganidek, o'ta omadli odamlarni o'zi qatori iqtidorli tengdoshlaridan jasorat – uzoq muddatli buyuk maqsadga nisbatan jo'shqin sadoqat ajratib turadi. Shunga qaramay intelligent qo'nq'iroqsifat egrilikdek namoyon bo'ladi, balki yutuq emas. Bu bizga muvaffaqiyat xom iste'doddan-da ko'p narsani qamrab olishini aytadi. Shuning uchun tashkilotchi psixologlar oddiy ishda ishlovchi oddiy odamlarni jalb qilish va motivatsiyalash yo'llarini qidirmoqdalar.

Hulq-atvorning paydo bo'lishi, davomiyligi va barqarorligi, yo'nalganlik va ko'zlangan maqsadga erishilgandan so'ng yakunlanishi,

³² Psychology David G. Myers Hope College Holland, Michigan .492 p

kelajakdagi voqealarga moyillik, alohida olingan hulq-atvor aktining mutanosibliigi va mazmun jihatidan yaxlitligi, samaradorligini oshirish kabi tomonlari motivatsion jihatdan tushuntirishni talab etadi.

«Nimaga?», «nima uchun?», «nima maqsadda?», «nima evaziga?», «qanday mohiyatga ega?» va boshqa shu turdagi savollarga javob izlash motivatsiyaga muvofiq amalga oshiriladi.

Hulq-atvornining istalgan shakli ichki va tashqi sabablar bilan tushuntirilishi mumkin. Birinchi vaziyatda tushuntirishning boshlang'ich va yakuniy holatlari sifatida sub'ekt hulq-atvorining psixologik xossalari, ikkinchisida – tashqi va faoliyat sharoitlari namoyon bo'ladi. Birinchi vaziyatda **motivlar, ehtiyojlar, maqsadlar, tilaklar, qiziqishlar** va h.k.lar, ikkinchisida esa – yuzaga kelgan vaziyatdan kelib chiqqan **rag'batlar** haqida so'z yuritiladi. Ba'zan inson hulq-atvorini ichdan belgilab beradigan barcha omillar **shaxs dispozitsiyalari** deb ataladi. U holda muvofiq ravishda dispozitsion va vaziyatli motivatsiyalar haqida hulq-atvorni determinatsiyalashning ichki va tashqi analoglari sifatida so'z yuritiladi. SHuning uchun insonning istalgan harakati ikki tomonlama: dispozitsion va vaziyatli determinatsiya sifatida ko'rib o'tiladi.

Dispozitsiyalar o'z mohiyatiga ko'ra motivlardir. **Motiv** motivatsiyadan farqli o'laroq, – bu hulq-atvor sub'ektining o'ziga tegishli bo'lgan, uning ma'lum harakatlari amalga oshirishga ichkaridan undovchi barqaror shaxsiy xossasi. Motivni, shuningdek, umumlashtirilgan ko'rinishda ko'pchilik dispozitsiyalarni ifodalaydigan tushuncha sifatida belgilash mumkin.

Mavjud bo'lgan dispozitsiyalardan eng muhimi **ehtiyojlar** tushunchasi hisoblanadi. Ehtiyoj deb, inson yoki hayvonning ma'lum sharoitlarda ularga normal yashash va rivojlanishi uchun etishmovchilik holatiga aytiladi. Ehtiyoj shaxs holati sifatida muntazam ravishda insondagi organizm (shaxs) uchun etishmovchilik bilan bog'liq bo'lgan qoniqmaslik hissi bilan bog'liq

Shunday qilib, motivlar tizimi bevosita shaxsning mehnatga, odamlarga va o'z-o'ziga munosabatlaridan kelib chiqadi va undagi xarakter xususiyatlarini ham belgilaydi. Ularning har birimizda real shart-sharoitlarda namoyon bo'lishini biror mas'uliyatli ish oldidan o'zimizni tutishimiz va muvaffaqiyatlarga erishishimiz bilan baholasak bo'ladi. Masalan, mas'uliyatli imtixon topshirish jarayonini olaylik. Ba'zi talabalar imtixon oldidan juda qayg'uradilar, hattoki, qo'rqadilar ham. Ular uchun imtixon topshirish juda katta tashvishday. Boshqalar esa bu jarayonni bosiqlik bilan boshdan kechirib, ichidan hayajonlanayotgan

bo'lsalar ham, buni boshqalarga bildirmaydilar. Yana uchinchi toifa kishilari umuman beg'am bo'lib, sira koyimaydilar. Tabiiy, shunga muvofiq tarzda, har bir toifa vakillari ishining muvaffaqiyati va faoliyatning samarasi turlicha bo'ladi. Bunga har bir shaxsdagi da'vogarlik darajasi ham ta'sir qiladi. Da'vogarlik darajasi yuqoriroq bo'lganlar bilgan-bilmaganini isbot qilishga o'rinsalar, ana shunday darajasi pastlar bor bilganini ham yaxshi aytib berolmay, yana o'qituvchi bilan tortishmaydilar ham.

Mavzuni mustahkamlash va nazorat uchun savollar

1. Faoliyat nima?
2. Faoliyatning psixologik xususiyatlari nimalardan iborat?
3. Faoliyatning tuzilishi va tarkibiy qismlari haqida gapirib bering?
4. «Interiorizatsiya» va «eksteriorizatsiya» nima?
5. «Ehtiyoj» va «motiv» nima?
6. Harakatning qanday tarkibiy qismlarini ajratish mumkin?
7. Ko'nikma va malakalarni faoliyatning tarkibiy qismlari sifatida ta'riflang?
8. Faoliyatning asosiy turlari haqida gapirib bering?
9. Ehtiyojlarning qaysi turlarini bilasiz?

XI-MAVZU. MULOQOT PSIXOLOGIYASI

Tayanch tushunchalar: muloqot, kommunikatsiya, kooperatsiya, verbal kommunikatsiya, nutq faoliyati, nizo, kinesika, paralingvistik tizim, ekstralingvistik tizim, proksemika, vizual muloqot

11.1. Muloqot haqida tushuncha.

Inson o'z nutqi orqali muloqotda shakllanadi, rivojlanadi va shaxs sifatida namoyon bo'ladi. Ijtimoiy muloqotda ruhiyat taraqqiy etadi va individ o'zini hayotga joriy etadi. Ruhiy jihatdan rivojlangan odamlar bilan muloqotda bo'lish orqali, ilm olishga bo'lgan keng imkoniyatlar evaziga inson o'zining barcha yuksak qobiliyat va sifatlarini egallabborib, shaxsga aylanadi.

Tirik mavjudotlar muloqoti filo va ontogenezdagi rivojlanadi. Bu rivojlanish jarayonining barcha asosiy tomonlari: mazmuni, maqsadlari va vositalarini egallaydi. Muloqotning filogenetik taraqqiyoti muloqot mazmunining o'zgarishi bilan bog'liq bo'lib, quyidagi fikrlarda o'z ifodasini topadi:

- bir mavjudotdan ikkinchisiga yetkaziladigan muloqot mazmunining yangi axborot bilan boyitilishi. Avvalo – bu organizmning ichki, biologik holatlari haqidagi ma'lumotlar; so'ngra – tashqi muhitning hayotiy muhim xossalari haqida axborot. Shundan so'ng muloqot mazmuniga kognitiv xususiyatga ega bo'lgan, ob'ektiv, tirik jonzotning xususiy ehtiyojlaridan mustaqil bo'lgan tushunchalar ko'rinishidagi olam haqida bilimlarini ifoda etuvchi axborot kiradi. Bu, endi, inson darajasida, muloqot evolyutsion rivojlanishining birinchi ikki bosqichi esa hayvonlar darajasida sodir bo'ladi;

- maqsadlarning boyitilishi o'zaro muloqotda bo'ladigan organizmlar ehtiyojlarining o'zgarishi va rivojlanishi bilan bog'liq: bu ehtiyojlar qanchalik turlicha va yuksak bo'lsa, muloqotning maqsadi shunchalik xilma-xil va takomillashgan bo'ladi.

Muloqot vositalarining filo va ontogenezdagi taraqqiyoti bir necha yo'nalishlarda boradi. Birinchidan, bu muloqotchanlik vositalarining maxsus organlari, masalan, qo'llarning ajralishi. Ikkinchidan, ekspressiv ko'rinishdagi harakatlar (imo-ishora, mimika, pantomimika)ning rivojlanishi. Uchinchidan, axborotlarni yetkazish va kodlashtirishning vositasi bo'lgan belgili tizimlarni kashf etish va qo'llash. To'rtinchidan, insonlar muloqotida qo'llaniladigan axborot yetkazish va qayta tuzish, saqlashning texnik vositalarini rivojlantirish va takomillashtirish

(matbuot, radio, televidenie, telefon, telefaks, texnik yozuvning magnitli, lazerli va boshqa usullari va h.k.).

Bolaning ruhiy taraqqiyotida ontogenezning dastlabki bosqichi davridagi uning kattalar bilan muloqoti, ayniqsa, muhim ahamiyatga ega. Muloqotda. avvalo, to'g'ridan-to'g'ri taqlid qilish, keyinchalik so'ngra esa, verbal o'rganish – iborali qoidalar orqali bolaning hayotiy tajribasi orttirilibboriladi. U bilan muloqotda bo'ladigan odamlar bola uchun bu tajribani tashuvchi bo'lib xizmat qiladi va muloqotdan tashqari, boshqa hech qanday vosita yordamida bunga erishibbo'lmaydi.

O'z tadqiqotlarida R.S. Nemov inson muloqoti taraqqiyoti ontogenezi va uning asosiy bosqichlarini ko'rib chiqadi. Uning ta'kidlashiga ko'ra, inson bolasi o'zida odamlar bilan emotsional muloqotga kirishishga bo'lgan layoqatni uch oyligida sezadi (jonlanish kompleksi), bir yoshga yetganda esa uning ekspressiyasi shunchalik boyib ketadiki, muloqotning verbal tilini tezda o'zlashtirib olish, tovushli nutqdan foydalanish imkonini beradi.

R.S.Nemovning fikriga ko'ra, maktabgacha bo'lgan davrda odam muloqotining ontogenetik taraqqiyoti bosib o'tadigan asosiy bosqichlarni quyidagicha tasavvur qilib, ta'riflash mumkin:

1. *Tug'ilgandan 2-3 oylikkacha bo'lgan yosh davri.* Mazmun jihatidan biologik bo'lgan, bolaning hayotiy ehtiyojlarini qondirish vositasi bo'lib xizmat qiluvchi aloqaviy muloqot. Muloqotning asosiy vositasi – sodda mimika va oddiy imo-ishoralar.

2. *2-3 oylikdan 8-10 oylikkacha yosh davri.* Asosiy his-tuyg'u organlari faoliyatining boshlanishi va yangi taassurotlarning paydo bo'lishi bilan bog'liq bo'lgan bilish muloqotining dastlabki bosqichi.

3. *8-12 oylikdan taxminan 1,5 yoshgacha bo'lgan davr.* Kognitiv ehtiyojlarga xizmat qiluvchi boshqariladigan, verbal-verbal muloqot. Tildan muloqot vositasi sifatida foydalanishga o'tish.

4. *1,5 yoshdan 3 yoshgacha.* Jismli faoliyat va o'yinning paydo bo'lishi bilan bog'liq faoliyat va o'yin muloqotining yuzaga kelishi. Faoliyat va shaxs muloqotiga bo'linishning dastlabki bosqichi.

5. *3 dan 6-7 yoshgacha bo'lgan davr.* Tabiatdan berilgan turli xildagi tabiiy belgilar yoki orttirilgan muloqot vositalarini ixtiyoriy ravishda tanlash va ulardan foydalanish. Syujetli-rolli o'yinlarga jalb qilish asosida paydo bo'ladigan syujetli-rolli muloqotning rivojlanishi.

Maktabga qadam qo'yishi bilan bolaning aqliy va shaxsiy o'sish jarayoni jadallashadi. Muloqot mazmuni chuqurlashadi va xilma-

xillashadi. maqsadlar ko'payib, muloqotchanlik vositalari takomillashadi.³³

11.2. Muloqotning vazifalari va turlari

Muloqot turli-tuman vazifalarni bajaradi. Turli mualliflar muloqotning turli vazifalarini ajratib ko'rsatadilar. G.M. Andreeva kommunikativ, interaktiv va pertseptiv vazifasini sanab o'tadi. M.I.Enikeev axborotli-kommunikativ, boshqaruv-kommunikativ, pertseptiv-samarali va affektiv-ekspressiv (emotsional o'zini ifodalash) vazifalarini ko'rsatadi. A.A.Brudnyy: instrumental, sindikatli, translyatsiya, o'zini ifodalash vazifalarini ajratadi. *Instrumental* –bu muloqotning harakatni bajarish uchun muhim axborotni yetkazishdan iborat bo'lgan asosiy ishchi vazifasi. Bu vazifaga yaqin bo'lgan, lekin unga o'xshash bo'lmagan vazifa, birlashtirish – *sindikativ* vazifa. Ko'pchilik muloqot aktlarining bevosita maqsadlari katta va kichik guruhlardagi odamlar o'rtasidagi umumiylikni aniqlash va mustahkamlashdan iborat. Sindikativ vazifa bilan *o'zini ifodalash* vazifasi bir-biriga yaqindir. O'zini ifodalash o'z mohiyatiga ko'ra, hamfikrlikka, aloqaga qaratilgan. Alohida o'rinni ijodiy faoliyatdagi o'zini ifodalash egallaydi, u faoliyat mahsuli sifatida ijtimoiy ahamiyatga ega.Chunki u, odamlar o'rtasidagi muloqot predmetiga aylanadi. Va nihoyat, muloqotning *translyatsion* – faoliyatning aniq usullari, baholash mezonlari va dasturlarni yetkazish vazifasi muhim ahamiyatga ega. Bu vazifa ta'lim olish asosida yotadi: muloqot orqali shaxsning ta'lim olishi amalga oshadi. L.A. Karpenko maqsadga ko'ra muloqotning sakkiz xil vazifasini belgilaydi:

- *aloqaviy* – xabarlarni qabul qilish va yetkazish, hamda o'zaro aloqada bo'lishga ikkala tomonning shayligi holati sifatida aloqa o'rnatish;

- *axborotli* – xabarlar, fikrlar, maqsadlar, yechimlar va boshqalar almashinuvi;

- *chorlovchi* – muloqot bo'yicha sherikni u yoki bu harakatlarni bajarishga yo'naltiruvchi faolligini rag'batlantirish;

- *boshqaruvchi* – hamkorlik faoliyatini tashkil etishda harakatlarni o'zaro yo'naltirish va muvofiqlashtirish;

- *anglash vazifasi* – yetkazilgan ma'lumotning mohiyatini mutanosib holda idrok qilish va tushunishgina emas, balki, sheriklarning ham o'zaro

³³ David G. Myers "Psychology" Hope College Holland, Michigan 2010 y p -422

bir-birlarini tushunishlari (istaklari, mayllari, kechinmalari, holatlari va h.k.lari);

- *amotiv* – sherikda zarur hissiyotli kechinmalarni uygʻotish («hislar almashinuvi»), shuningdek, uning yordamida shaxsiy kechinma va holatlarni oʻzgartirish;

- *munosabatlarni oʻrnatish* – individ mavjudligi kutilayotgan jamiyatdagi roli, darajali, ish boʻyicha, shaxslararo va boshqa aloqalari tizimlarida oʻz oʻrnini anglash va qayd etish;

- *taʼsir oʻtkazish* – sherikning holati, hulq-atvori, shaxsiy-mazmunli hosilalari, shuningdek, istaklari, mayllari, fikrlari, yechimlari, tasavvurlari, ehtiyojlari, harakatlari, faolligi va boshqalarni oʻzgartirish.

B.F. Lomov muloqotning quyidagi vazifalarini taklif etadi: axborotni qabul qilish-etkazish jarayonlarini oʻz ichiga olgan *axborot-kommunikativ*; hamkorlik faoliyatini amalga oshirishda harakatlarni oʻzaro tuzatish bilan bogʻliq *boshqaruvchi-kommunikativ*; inson hissiyotlari sohasiga tegishli boʻlgan va oʻz emotsional holatini oʻzgartirishdagi ehtiyojlarga javobberuvchi *affektiv-kommunikativ* vazifalar.

Koʻrsatib oʻtilgan vazifalar real muloqot amaliyotida amalga oshiriladi.

Mazmun-maqsadlari va vositalariga koʻra muloqotni bir nechta turlarga boʻlish mumkin. *Mazmuniga* koʻra, u *moddiy* (faoliyat jismlari va mahsulotlari almashinuvi), *kognitiv* (bilimlar almashinuvi), *konditsiv* (ruhiy va jismoniy holatlar almashinuvi), *motivatsion* (xohishlar, maqsadlar, qiziqishlar, motivlar, ehtiyojlar almashinuvi), *faoliyatli* (harakatlar, muolajalar, malakalar, koʻnikmalar almashinuvi) boʻlishi mumkin.

Moddiy muloqotda subʼektlar, shaxsiy faoliyat bilan mashgʻul boʻlgan holda, uning mahsulotlari bilan almashadilar, ular oʻz navbatida dolzarb ehtiyojlarni qondirish vositasi boʻlib xizmat qiladi. Konditsiyali muloqotda odamlar oʻzlarini maʼlum jismoniy yoki ruhiy holatga keltirishga moʻljallangan bir-birlariga nisbatan oʻzaro taʼsir koʻrsatadilar. Masalan, kayfiyatni koʻtarish yoki, aksincha, uni tushirib yuborish; bir-birini qoʻzgʻatib yuborish yoki tinchlantirish, va, oqibatda, bir-birining kayfiyatiga maʼlum taʼsir oʻtkazish. Motivatsiyali muloqotning mazmuni bir-biriga maʼlum istak, mayllarni yetkazish yoki maʼlum yoʻnalishda harakatlanishga shay boʻlishlikdan iborat. Bunday muloqot sifatida insondagi biror maqsadga, boshqa odamda biror-bir intilishning paydo boʻlishi yoki yoʻqolishi, kimdadir harakatga boʻlgan maʼlum maylning

yuzaga kelishi, qandaydir ehtiyojning dolzablashtirilishi uchun yetishish istagining kuchliligi kabi vaziyatlarni keltirish mumkin. Kognitiv va faoliyatli muloqotning ifodasi bilish yoki o'quv faoliyatining turlari bilan bog'liq muloqot bo'la oladi. Bunda sub'ektdan sub'ektga dunyoqarashni kengaytiruvchi, layoqatlarni rivojlantiruvchi va takomillashtiruvchi axborot yetkaziladi.

Maqsadlariga ko'ra, muloqot xizmat ko'rsatish ehtiyojlariga muvofiq holda biologik va ijtimoiy turlarga bo'linadi. *Biologik* – bu organizmni mustahkamlash, muhofazalash va rivojlantirish uchun zarur bo'lgan muloqot. U asosiy hayotiy ehtiyojlarni qondirish bilan bog'liq. *Ijtimoiy* muloqot maqsadlari shaxslararo aloqalarni kengaytirish va mustahkamlash, individ shaxsiy kamolotining interxususiy munosabatlarini o'rnatish va rivojlantirishdan iborat. Biologik va ijtimoiy ehtiyojlarni nechta turga ajratish mumkin bo'lsa, muloqotning ham shuncha xususiy maqsadlari bo'lishi mumkin.

Vositalariga ko'ra, muloqot bevosita va vositali, to'g'ridan –to'g'ri va bilvosita bo'lishi mumkin.

Bevosita muloqot tirik mavjudotga tabiat tomonidan berilgan tabiiy organlar: qo'llar, bosh, tana, tovush paylar va boshqalar yordamida amalga oshiriladi. *Vositali muloqot* muloqot va axborot almashinuvni tashkil etishda maxsus vosita va qurollardan foydalanish bilan bog'liq. Bular yo tabiiy (yog'och, yerdagi izlar va h.k.) yoki madaniy (belgilar tizimlari, matbuot, radio, televidenie, internet va h.k.) jismlar.

To'g'ridan-to'g'ri muloqot shaxsiy aloqalar va muloqot aktining o'zida qatnashayotgan odamlarning bir-birini bevosita idrok qilishini belgilaydi, ularga, masalan, jismoniy aloqalar, odamlarning bir-birlari bilan suhbatlashishlari, bir-birlarining harakatlarini bevosita ko'rib turgan holda, ularga javob qaytarishlari kiradi. *Bilvositamuloqot* vositachilar sifatida ish yuritadigan boshqa odamlar orqali amalga oshiriladi.

Muloqot turlari orasida, shuningdek, ish bo'yicha va shaxsiy, instrumental va maqsadli kabi turlarni ajratish mumkin.

Ish bo'yicha muloqot, odatda, xususiy qism sifatida insonlarning hamkorlikdagi samarali faoliyatiga kiritilgan va bu faoliyatning sifatini oshirish vositasi bo'lib xizmat qiladi. Uning mazmuniga odamlar ichki dunyosining muammolari emas, balki ularning nima bilan mashg'ulliklari kiradi. Ish bo'yicha muloqotda suhbatdoshning shaxs, xarakter, yosh, kayfiyat xususiyatlari hisobga olinadi, lekin ishdan ko'riladigan manfaat shaxsiy ixtiloflardan ustun va muhimdir. Ish bo'yicha muloqotdan farqli ravishda *shaxsiy muloqot*, aksincha, asosan, ichki xarakterning psixologik

muammolariga, inson shaxsini chuqur va yaqinlik bilan ochibberadigan: hayot mazmunini izlash, muhim insonga, atrofdagi voqealarga, qandaydir ichki nizoni hal etishga nisbatan munosabatini aniqlashga qaratilgan.

Instrumental muloqot sifatida mustaqil ehtiyoj bilan rag'batlantirilmaydigan, maqsadga aylanmagan, lekin muloqot aktining o'zidan qoniqishdan tashqari, qandaydir boshqa maqsadga qaratilgan muloqotni keltirish mumkin. *Maqsadli* – bu o'z holicha maxsus ehtiyojni, ushbu vaziyatda muloqotga bo'lgan ehtiyojni qondirish vositasi bo'lib xizmat qiluvchi muloqot.

Ta'kidlab o'tish lozimki, odamlarning amaliy faoliyatida muloqotning quyidagi turlarini ajratadilar:

1. «*Niqoblar aloqasi*» - suhbatdoshning shaxs xususiyatlarini tushunish va hisobga olishga intilish mavjud bo'lmagan rasmiy muloqot bunda haqiqiy hissiyotlar, istaklar, munosabatlarni yashirish imkonini beruvchi rasmiy iboralar, odatiy xushmuomalalik, dimog'dorlik niqoblari, yuz, imo-ishora ifodalarining to'plami qo'llaniladi.

2. *Oddiy muloqot*da boshqa odamga zarur yoki xalal beruvchi ob'ekt sifatida baho beradilar: agar zarur bo'lsa, aloqaga faollik bilan kirishadilar, agar xalal beradigan bo'lsa, – itarib yuboradilar, yoki tahdidli qo'pol iboralarni qo'llaydilar.

3. *Rasmiy-rolli muloqot* – bu sheriklarning ijtimoiy rollari darajasidagi muloqot (boshliq – qo'l ostidagi xodim, sotuvchi – xaridor, servis xizmati xodimi – mijoz). Bunda ma'lum qoidalar va xohishlar asosida ish yuritilib, muloqot mazmuni va vositalari ularga bo'ysundirilgan.

4. *Boshqariladigan muloqot* suhbatdoshning shaxs xususiyatlaridan kelib chiqib, turli usullarni (xushomad, qo'rqitish, aldov va boshqalar) qo'llagan holda undan foyda olishga qaratilgan.

5. *Dunyoviy muloqot* – bu turning mohiyati biror mavzuga oid bo'lmasligidan iborat, ya'ni odamlar o'z fikrlarini emas, balki bunday vaziyatlar uchun umumiy bo'lgan fikrlarni bildiradilar.

6. *Havoyi muloqot* – bu muloqot uchun muloqot.

7. Do'stlarning *ma'naviy, shaxslararo muloqoti* vaqtida istalgan mavzuni qo'zg'atish va bir-birlarini yuz ifodasi, tovush ohangi va harakatlar yordamida tushunish mumkin.

Inson hayotida muloqot alohida jarayon yoki faollikning mustaqil shakli sifatida mavjud bo'lmaydi. U jadal va ko'p tomonlama muloqotsiz paydo bo'lmaydigan individual yoki guruhli amaliy faoliyatga kiradi.

Odamlar o'rtasidagi muloqotning eng muhim turlari verbal va noverbal muloqotdir.

Noverbal muloqot til, tovush nutqining qo'llanilishiga asoslanmagan bo'lib, bu mimika, imo-ishoralar, pantomimika, sensor yoki tana orqali aloqalar vositasidagi muloqot. Bu boshqa odamdan qabul qilinadigan taktil, ko'rish, eshitish, hid bilish, hamda, boshqa sezgi va tasavvurlar. Odam muloqotining noverbal shakl va vositalarning ko'pchiligi tug'ma bo'lib, faqat o'ziga o'xshashlar bilan emas, balki, boshqa tirik jonzotlar bilan ham hissiyot va hulq-atvor darajalarida hamfikrlikka erishish orqali o'zaro ta'sir ko'rsatishga imkon beradi.

Verbal muloqot faqat insonga xos bo'lib, zarur shart sifatida tilni o'zlashtirishni belgilabberadi. Nutq muloqot vositasi sifatida bir vaqtning o'zida ham axborot manbai sifatida, ham suhbatdosh bilan o'zaro ta'sirlashuv vositasi sifatida namoyon bo'ladi. Buyuk shoir Sa'diyning so'zlarini yodda tutish lozim: «Aqling bormi yoki yo'q, buyukmisan yo kichik, biz bilmaymiz, sen bir so'z aytmaguningcha».

Tadqiqotlarga ko'ra, odam kommunikatsiyasining har kungi aktida so'zlar – 7%, tovush va ifodalar – 38%, nutqiy bo'lmagan o'zaro ta'sir – 53%ni tashkil etadi. Publitsiy aytganidek: «Ovoz orqali gaplashamiz, butun tanamiz orqali suhbatlashamiz».

Kundalik muloqotda odamlar ko'proq quyidagi noverbal vositalardan foydalanadilar: *kinestetika* (inson hissiyotlarining tashqi ifodalanishi), *mimika* (yuz mushaklarining harakati), *imo-ishoralar* (tana alohida qismlarining ishoratli harakatlari), *pantomimika* (butun tana: gavda holati, qomat, egilish, yurish harakatlari), *takesika* (muloqot vaziyatidagi yaqinlashishlar: qo'l siqish, o'pishish, tegib ketish, siypalash, itarib yuborish va h.k.), *proksemika* (odamlarning muloqot vaqtida fazoda joylashishi, inson aloqalarida quyidagi masofalar sohalarini ajratadilar: *yaqinlik sohasi* (15-45 sm), *shaxsiy* yoki *xususiy soha* (45-120 sm), *ijtimoiy soha* (120-400 sm), *ommaviy soha* (400 sm.dan ortiq)).

Mimika, nigoh, imo-ishoralar – noverbal muloqotning ko'proq ma'lumot olish mumkin bo'lgan vositalari. Peshona, qoshlar, og'iz, ko'zlar, burun, iyak – bu yuz qismlari insonning asosiy hissiyotlari: hijron, g'azab, shodlik, ajablanish, qo'rquv, nafrat, baxt, qiziqish, qayg'u va boshqalarni ifodalaydilar.

Muloqot turlaridan tashqari, uning ba'zi shakllarini ham ajratish mumkin, bular: rasmiy-ish yuzasidan, mutaxassislik, xususiy, ommaviy, pedagogik muloqot, autokommunikatsiya (o'zi bilan muloqot)lardir.

Muloqot o'zining maxsus masalalari hal etiladigan ma'lum davrlarga ega. Eng mas'uliyatli davr *tayyorgarlik davri* – muloqotni rejalashtirish, o'zi uchun muloqot natijalariga qaratilgan mayllarni aniqlab olish zarur. Muloqotning birinchi bosqichi – *aloqaga kirishish*. Bunda vaziyatga kirishish, sherikning holati, kayfiyatini his etish, o'zi kirishib ketib, boshqasiga ham yo'nalishini belgilab olishga imkon yaratish muhimdir. Bu davr ruhiy aloqa o'rnatilishi bilan yakunlanadi. So'ngra qandaydir muammo tomonlarning vazifasi va mavzuni ishlab chiqishda *diqqatni jamlash davri* boshlanadi. Keyingi bosqich – *motivatsion zondaj*. Uning maqsadi – suhbatdoshning motivlari va qiziqishlarini anglash. So'ngra *diqqatni mustahkamlash bosqichi* boshlanadi, keyin esa fikrlarda ziddiyatlarbo'lsa, *asoslash va ishontirish bosqichi* keladi. Va, nihoyat, *natijalarni qayd etish bosqichi* boshlanadi. Agar mavzular ko'rib chiqilgan bo'lsa yoki sherik notinchlik alomatlarini namoyon qilgan taqdirda muloqotni yakunlash zarur. Muloqotni doimo davom ettirish istiqboli bilan yakunlash kerak. Eng oxirgi daqiqalar, yakuniy so'zlar, qarashlar, qo'l siqishlar o'ta muhimdir, ba'zida ular ko'p vaqt davom etgan suhbat natijasini butunlay o'zgartirib yuborishi mumkin.

11.3. Muloqot o'zaro ta'sir sifatida

Muloqotning interfaol tomoni – bu odamlarning o'zaro ta'sirlashuvi, ularning hamkorlikdagi faoliyatini tashkil etish bilan bevosita bog'liq bo'lgan muloqot tarkibiy qismlarining xususiyatlarini anglatuvchi atama.

Muloqot va o'zaro ta'sirning aloqasi muammosiga tegishli bo'lgan turli nuqtai nazarlar mavjud. Ba'zi mualliflar muloqot va o'zaro ta'sirni tenglashtirib, ikkisini ham tor ma'nodagi aloqa sifatida tushuntiradilar; boshqalar muloqot va o'zaro ta'sir o'rtasidagi munosabatni biror jarayon shakli va uning mazmuni o'rtasidagi munosabat sifatida ta'riflaydilar; uchinchi mualliflar muloqotni aloqa sifatida va o'zaro ta'sirni interaktsiya sifatida bir-biriga bog'langan, lekin aslida mustaqil holda mavjudligi haqida mulohaza yuritishni afzal biladilar.

Agar kommunikativ jarayon hamkorlikdagi faoliyat asosida yuzaga kelgan bo'lsa, u holda bu faoliyatga tegishli bilimlar va g'oyalar bilan almashish, erishilgan hamfikrlik faoliyatni yanada rivojlantirish bilan bog'liq yangi urinishlarda amalga oshishini belgilabberadi. Bir vaqtning o'zida ko'pchilikning bu faoliyatda qatnashishi har bir ishtirokchining unga o'zining alohida hissasini qo'shishi kerakligini bildiradi, bu esa o'zaro ta'sirni qo'shma faoliyatning tashkil etilishi sifatida tushuntirish imkonini beradi. Bunday faoliyat davomida ishtirokchilarning axborot

almashibgina qolmay. «harakatlar almashinuvi»ni tashkil etishlari, umumiy faoliyatni rejalashtirishlari ham o'ta muhimdir.

O'zaro ta'sir tuzilishi ketma-ket amalga oshiriladigan fazoviy, psixik, ijtimoiy aloqa sifatida, o'zaro ta'sir harakatlari sherikchilik, ijtimoiy munosabatlar (o'zaro qo'shilgan harakatlar tizimi) tomonidan bildiriladigan muvofiq keluvchi javob olish maqsadiga ega bo'lgan harakatlarni tizimli amalga oshirish sifatida ifodalanishi mumkin.

Psixologiyada barcha mavjud bo'lgan o'zaro ta'sir turlari ikki qarama-qarshi turga bo'linadi: kooperatsiya (hamkorlik) va raqobatchilik. *Kooperatsiyahamkorlik* faoliyatini tashkillashtirish, guruh maqsadlariga erishishni ta'minlabberuvchi o'zaro ta'sir hisoblanadi. *Raqobatchilik*– bu o'zaro ta'sir sub'ektlarining qarama-qarshi yo'naltirilgan maqsadlari, qiziqishlari, fikrlari, qarashlari, mulohazalarining to'qnashuvi. An'anaviy tarzda raqobatchilik o'zaro ta'sirning salbiy turi sifatida ko'riladi. Lekin oxirgi vaqtda qator tadqiqotlar raqobatchilikning ijobiy tomonlarini ko'rsatgan.

Muloqotning aniq mazmuni o'zaro ta'sir sifatida ishtirokchilar tomonidan faoliyatning yagona jarayoniga qo'shiladigan individual hissalarining ma'lum nisbati bo'lib hisoblanadi.

L.I. Umanskiy qo'shma faoliyatni tashkil etishning uch xil shaklini keltiradi:

1. *Qo'shma-individual faoliyat* – har bir ishtirokchi bir-biridan mustaqil holda umumiy ishning o'ziga tegishli qismini bajaradi.

2. *Qo'shma-tadqiqot faoliyati* – umumiy vazifa har bir ishtirokchi tomonidan ketma-ket bajariladi.

3. *Qo'shma-o'zaro harakat faoliyati* – har bir ishtirokchi boshqalar bilan bir vaqtning o'zida o'zaro harakatda bo'ladi.

O'zaro harakatning real mexanizmi psixologik jihatdan ishtirokchilar o'rtasida bir-birini tushunish qay tarzda paydo bo'lishini tahlil etish asosida tushuntirilishi mumkin. O'zaro harakatni belgilash va olibborish o'zaro hamfikrlik asosida ishlab chiqilishi mumkin. Agarda o'zaro ta'sir harakatlarini belgilash bajariladigan ijtimoiy faoliyatdagi ijtimoiy munosabatlar xususiyati bilan belgilabberilgan bo'lsa, o'zaro ta'sir harakatlarini olibborish bevosita sherik haqidagi tasavvur bilan belgilanadi. Bu ikki holatning birligida o'zaro ta'sir harakatlarining real holati yuzaga keladi. Uning muhim xususiyati – qarorni birgalikda qabul qilish. SHunday qilib, o'zaro ta'sir mexanizmini bilish uchun bir individning fikrlari, motivlari va mayllari uning sherigi haqidagi

tasavvurlari bilan mos kelishi va ularning birgalikda qaror qabul qilishlarida namoyon bo'lishini aniqlab olish zarur.

11.4. Muloqot orqali insonning inson tomonidan idrok qilinishi

Bir odamning boshqasi tomonidan idrok qilinish jarayoni muloqotning zarur tarkibiy qismidir. Bu jarayon pertseptsiya deyiladi. Xulq-atvorning tashqi tomonidan, S.L. Rubinshteyn fikriga ko'ra, boshqa odamni «o'qish», uning tashqi belgilarining ma'nosini anglash mumkin. Bunda hosil bo'lgan taassurotlar muloqot jarayonida muhim boshqaruvchi ahamiyatga ega bo'ladi. Chunki, boshqa odam bilan muloqotning samarali bo'lishi uni «o'qishning» aniqligiga bog'liqdir.

Boshqa odam haqidagi tasavvur shaxsiy o'zini anglash darajasi bilan uzviy bog'langan: boshqa odam qanchalik to'liqroq ochib berilsa, odamning o'zi haqidagi tasavvuri shunchalik to'la bo'ladi. Boshqa odamni bilish davomida bir vaqtning o'zida bir necha jarayonlar amalga oshiriladi, bularga: boshqa odamni emotsional baholash, uning xatti-harakatlari tuzilishini tushunishga urinish, o'zining hulq-atvorini belgilash kiradi.

Lekin bu jarayonlarga kamida ikki odam jalb etiladi, va ularning ikkisi ham faol sub'ekt bo'lib hisoblanadi. Bundan kelib chiqadiki, o'zini boshqalar bilan qiyoslashtirish ikki tarafdin amalga oshiriladi: sheriklardan har biri o'zini sherigiga o'xshatadi. Demak, o'zaro harakatni belgilashda u faqat sherigining ehtiyojlari, motivlari, mayllarini emas, balki, sherigi uning ehtiyojlari, motivlari, mayllarini qanday tushunishini ham hisobga olishi kerak bo'ladi. Buning barchasi o'zini boshqa odam orqali anglash tahlili ikki taraf: o'xshatish va refleksiya dan iborat bo'lishiga olib keladi. Boshqa odamni tushunishning oddiy usullaridan biri o'zini unga o'xshatishdir.

O'xshatish va mazmuniga ko'ra unga yaqin bo'lgan hodisa – empatiya o'rtasida uzviy bog'liqlik bor. *Empatiya* affektiv «tushunish» demakdir. Uning emotsional tabiati boshqa odamning, muloqot bo'yicha sherik vaziyati «o'ylab o'tirilmagan» «his etiladi». Bunda boshqa odamning muammosini anglab etish emas, balki, muammolarini yechishda unga emotsional ko'mak berish ko'zda tutiladi.

Ma'lum ko'rinishda empatiya mexanizmi o'xshatish mexanizmi bilan hamohangdir: ikkalasida ham o'zini boshqa odamning o'rniga qo'yish, hodisalarga uning nuqtai nazari bilan qarash malakasi o'rin egallaydi. Lekin hodisalarga boshqa bironing nazari bilan qarash deganda o'zini o'sha odam bilan tenglashtirishni bildirmaydi.

Muloqot jarayonida ikki sherikning ham bir-birini qanday tushunishida muhim. Bir-birini tushunish jarayoni refleksiyada namoyon bo'ladi. *Refleksiya* deganda individning muloqot bo'yicha sherigi tomonidan qanday idrok etilishini anglashi tushuniladi.

Odamlarni muloqot davomida to'g'ri idrok qilish va baholashga halaqit beruvchi omillar mavjud. Ularning asosiylari quyidagilardan iborat:

1. Muloqot vaziyatlarini ushbu vaziyatda odamlar muloqotining maqsad va vazifalari, xohishlari va motivlari; qo'yilgan maqsadlarga erishishga mos keladigan xulq shakli; kuzatuv vaqtida odamlar kayfiyati va masalalar holati kabi belgilari bo'yicha farqlay olmaslik.

2. Kuzatuvchida boshqa odamni idrok qilish va baholash jarayoni real holatda boshlanmasdan turib, avvaldan belgilangan fikrlarning mavjudligi.

3. Shakllanibbo'lgan stereotiplar asosida kuzatuvdagi odamlar oldindan ma'lum guruhlariga ajratiladi va diqqat u bilan bog'liq sifatlarni izlashga yo'naltiriladi.

4. Baholanayotgan inson shaxsi haqida yetarlicha to'liq va ishonchli ma'lumot olinguniga qadar oldindan xulosa chiqarishga intilish.

5. Boshqa odamlarning fikriga quloq solmaslik va inson haqidagi faqat o'zining shaxsiy taassurotiga tayanish.

6. Tabiiy sabablarga ko'ra, vaqt o'tishi bilan sodir bo'ladigan odamlarga baho berish va idrok qilishdagi o'zgarishlarning mavjud emasligi. Bu inson haqida yangi ma'lumotlarning avval bildirilgan fikrlarni o'zgartira olmasligi.

Xulosalar

1. Nutq – odamlar tomonidan ijtimoiy-tarixiy tajribani o'zlashtirish va avlodlarga berish yoki kommunikatsiya o'rnatish, o'z harakatlarini rejalashtirish maqsadida tildan foydalanish jarayonidir.

2. Muloqot – odamlar o'rtasida hamkorlik faoliyati ehtiyojidan yuzaga keladigan va axborot almashinuvi.

3. Kommunikatsiya – o'zaro hamfikrlilikka boshlovchi, ikki tomonlama axborot almashinuvi jarayoni.

4. Kooperatsiya - hamkorlik faoliyatini tashkillashtirish, guruh maqsadlariga erishishni ta'minlabberuvchi o'zaro ta'sir.

5. Verbal kommunikatsiya - inson nutqi belgilar tizimi sifatida qo'llaniladi.

6. Nizo – muloqot ishtirokchilarining har biri muhim bo'lgan muammoni hal etish vaqtida ular o'rtasida vujudga kelgan qarama-qarshilik va kurashning keskin kuchayib ketish jarayonidir

Shaxslararo munosabatlar va ularning psixologik xususiyatlari

Inson haddan tashqari talantli, aqlli va ma'lumotli bo'lishi mumkin-u, lekin u na kasbiy sohada, na oddiy hayotda yetarlicha muvaffaqiyatga erishmasligi mumkin. Buning sababi nima? Bu savolga shaxslararo munosabatlar to'g'risidagi ta'limotlarni o'rganish orqali javob topish mumkin. Hayot ko'rsatayaptiki, keyingi paytda shaxslararo munosabatlar bo'yicha mavjud ilmiy tavsiyalarga ko'pchilik odam murojaat etmoqda.

Odamlar o'rtasidagi munosabatlar – bu (agar qisqa ifodalash joiz bo'lsa) amalga oshirilgan va ularga nisbatan javob reaksiyalaridir. Odamlar o'rtasidagi munosabatlarni o'rganar ekanmiz, biz individ (yoki tashkilot) qanday qilib boshqa odamlar to'g'risida ma'lumot olishni, qanday qilib u boshqa odamlarni tushunishga va ular bilan kontakt o'rnatishga o'rganishni bilib olamiz. har qanday muloqot jarayonida muomala ish harakat va unga nisbatan javob reaksiyasi mavjudligidan kelib chiqib shaxslararo munosabatlarni tashkil etar ekanmiz, bunda quyidagicha 4 ta variantni ko'ramiz:

Biz konkret bitta odam, bir nechta yoki ko'pchilik odamlar tomonidan ma'lum bir javob reaksiyasini olish uchun biron-bir ish harakatni amalga oshirishimiz mumkin.

Bizning ish harakatlarimizdan bittasiga javob reaksiyasi salbiy bo'lishini bila turib, unga nisbatan ijobiy, juda bo'lmaganda neytral javob reaksiyasini olish maqsadida bu ish harakatimizni o'zgartirishga harakat qilishimiz mumkin.

Ma'lum bir sharoitda boshqacha hatti-harakat qilolmasligimizni (yoki hohlamasligimizni) bilar ekanmiz, hatti-harakatimizga nisbatan salbiy javob reaksiyasi muqarrar ekanligini ham bilamiz. Bunday holda biz muloqotga kirishayotgan odamimizga nima uchun biz shunday qilishga majbur bo'lganimizni tushuntirishimiz kerak. shunda biz ijobiy javob reaksiyasi ololmasak ham juda bo'lmaganda neytral javob reaksiyasi olamiz.

Nihoyat biz (yoki oramizdan kimdir): “Men o'zim qanday hohlasam, shunday hatti-harakat qilaman, mening xulq-atvorimni qabul qilish yoki qilmaslik bu sizlarning ishingiz” – deyishimiz mumkin.

Ma'lum sharoitlarda ushbu to'rtta variantdan bittasini tanlar ekanmiz, shu tarzda ongli yoki ongsiz holda biz o'z imidjimizni paydo qilamiz.

Har birimiz ma'lum bir imijdan foydalanamiz va uni boshqa odamlarga namoyon qilamiz. Ayrim odamlar boshqa odamlarda o'zi hohlagan taassuratni paydo qilish uchun o'z obrazini ongli ravishda shakllantiradilar, boshqalar esa bunday qilmaydilar. Ammo, odam bir sharoitda namoyon qilgan imidji (obrazni) boshqa sharoitda ham xuddi shunday namoyon etavermaydi. Masalan: odamning ko'chada yoki o'z xodimlari bilan muloqotda o'zini namoyon qilishi bilan o'z uyida o'zini namoyon qilishi o'rtasida tubdan farq bo'lishini ham unutmasligimiz kerak. Ba'zida erkak to'g'risida "ko'cha xandon, uy zindon" qabilida baho berishimizda ham asos borligini bilishimiz zarur. Albatta bz turli sharoit va holatlardan kelib chiqqan holda o'zimizni turlicha tutishimiz va namoyon etishimiz tabiiy. Chunki sharoit va holatdan kelib chiqsak, o'zimizni shunday tutishimiz maqsadga muvofiq. Biz boshqalarni idrok etar ekanmiz, eng avvalo odamlarning tashqi ifodalanadigan jihatlarni ko'ramiz.

Unda odamning tabiatini belgilab beradigan uning ichki jihatlari qanday, ularni bilish mumkinmi degan savol tug'iladi.

Yana shu xususiyat e'tiborliki, inson shaxsning har bir xususiyati uning atrofdagi odamlar qanday hatti-harakat qilishlariga, ular qanday yurishlari, kiyinishlari, gapirishlari, tinglashlariga bog'liq ravishda ularning ta'siri ostida shakllanadi. Bunday yondashuv ma'lum ma'noda to'g'ri. Chunki biz o'z atrofimizdagilarning kiyinishiga, nima kiyishlari va o'zlarini qanday tutishlariga qarab ularni tushunamiz. Bu ma'lumotlar bizning keyingi hayotimiz, ish faoliyatimizda juda muhim bo'lishi mumkin. Chunki ushbu ma'lumotlarga asoslangan holda biz birga ishlaydigan odamlarimiz, rahbarimiz, xodimimiz, otamiz, onamiz, turmush o'rtog'imiz bilan o'zaro munosabatlarimizni tashkil etamiz. Demak, boshqa odamlar bilan o'zaro munosabatlarga kirishishgao'rganish har birimiz uchun juda muhim.

Odamning shaxslararo munosabatlar doirasidagi yaxshi hatti-harakatlari uning to'g'ri tashkil qilingan muloqoti tufayli odamlar tomonidan baholanadi. Demak, bu yerda muloqot asosiy narsa hisoblanadi. Uylab ko'raylik, biz barchamiz o'z hissiyotlarimizni o'zimiz yaxshi ko'radigan odamga ko'rsatishimiz kerak, muvaffaqiyatlarimizni o'zimiz ma'qullash olishni hohlagan odamimizga ko'rsatishimiz, fikrlarimizni fikri biz uchun qimmatli bo'lgan odamga aytishimiz kerak. Lekin, shuni unutmaslik kerakki, biz buni to'g'ri amalga oshirishimiz zarur. Tasavvur qiling, siz yosh bola va qariya bilan, xodimingiz va xaridor bilan bir xil tilda gaplasmaysiz - ku.

Siz o'zingizni, o'z qadriyatlaringsizni, talantingsizni, malakalaringsizni, o'z fazilatlaringsizni yaxshi bilishingiz mumkin. Ammo, ularni muvoffaqiyatingizni ularning yaxshi munosabatiga bog'liq bo'lgan odamlarga ifodalay olmasangiz, ko'rsata olmasangiz biron bir narsaga erishish imkoniyatlaringiz juda kam bo'lishi tabiiy. Agar siz o'z afzalliklaringsizni namoyon qilmasangiz va ko'rsatmasangiz, siz o'zingizning qobiliyatlaringsizni sir saqlagan bo'lasiz. Bu esa siz to'g'ringizda boshqa odamlar hech narsa bilmasligiga yoki sizni tushunmasliklariga olib keladi. Bu esa ularga sizga taalluqli biron bir qaror qabul qilishlariga halaqit bermaydi. Hatto ular sharoitni bilmasalar yoki tushunmasalar ham, siz bu sharoitda yetakchi mavqedamisiz yoki pastroq mavqedamisiz buni bilmasalar ham bu ularga siz haqingizda fikr bildirishlariga yoki sizga nisbatan biron bir hatti-harakat amalga oshirishlariga hech ham halaqit qilmaydi. Demak, siz haqiqatan ham shaxslararo munosabatlarga jalb etilgansiz. SHu bilan birga siz ularni doim amalga oshirasiz. Bu shaxslararo munosabatlar muloqotga kirishishni taqoza etadiki, bu jarayonda inson shaxs sifatida shakllanadi va o'zini namoyon qiladi.

Muloqotga bo'lgan ehtiyoj odamning asosiy ehtiyojlari turkumiga kiradi. muloqot - —u ikkita yoki bir nechta odamlarning o'zaro ta'siridan iborat bo'lib, u asosan bilish va emotsional baholovchi xarakterdagi ma'lumotlarning almashinuvidan iboratdir.

Murakkab ko'p qirrali muloqot jarayoni:

Xulq atvorning ma'lum bir namunalari va modellarini shakllantirishni;

Odamlarning o'zaro harakat qilishini;

Odamlarning bir-birlariga o'zaro ta'sirini;

Ma'lumotlar almashinuvini;

Odamlar o'rtasida munosabatlar shakllanishini;

Odamlarning bir-birlarini o'zaro his qilishliklarini va tushunishlarini;

Odamning "ichki" meni obrazini shakllanishini o'z ichiga oladi.

Muloqot turli tuman vazifalarni bajaradi va shunga asosan ular klassifikatsiya qilinadi. O'zaro bog'liq uchta tomonni hisobga olgan holda muloqot funksiyalari quyidagi turlarga ajratiladi:

Pertseptiv tomoni- muloqot jarayonida odamlarni bir – birlarini idrok etishi va tushunishi;

Kommunikativ tomoni – informatsiyalar almashinuvi jarayoni;

Interaktiv tomoni – muloqotda odamlarning o'zar ta'siri jarayoni.

Muloqotning pertseptiv funksiyasi asosida boshqa odamni, shu jumladan muloqot sherigini idrok qilish va tushunishayotgan bo'lib, u inson psixikasini emotsional sohasini tartibga solib turishiga (regulyatsiya qilishga) yo'naltirilgan. Chunki muloqot odamning emotsional holatlarining muhim belgilab beruvchisi hisoblanadi. Maxsus insoniy hissiyotlarning barchasi odamlarning muloqoti sharoitida paydo bo'ladi va rivojlanadi, ya'ni, yo emotsional holatlarning yaqinlashuvi, yo ularning qutblarning ajralishi, yo o'zaro kuchayishi yoki susayishi amalga oshadi.

Muloqotning kommunikativ funksiyasi o'zaro ta'sir qiluvchi individlar o'rtasidagi turli ko'rinishlardagi informatsiya almashinuvidan iborat. Insoniy muloqotda informatsiya almashinuvi o'ziga xos xususiyatgaega: bu jarayon har bir faol sub'ekt hisoblangan ikkita individ o'rtasida amalga oshadi; u albatta sheriklarining fikrlari hissiyotlari va xulq atvori o'zaro ta'sirini nazarda tutadi.

Muloqotning interaktiv funksiyasi xulq-atvorni tartibga solishdan va odamlarning o'zaro ta'siri jarayonida hamkorlikdagi faoliyatni bevosita tashkil qilishdan iborat. Bu jarayonda odam o'z sherigi faoliyatining motivlariga, dasturlariga, uning qaror qabul qilishiga hatti-harakatlarini bajarishi va nazorat qilishiga, hatto xulq-atvorini birgalikda qo'zg'atish va korreksiya qilishiga ta'sir ko'rsatishi mumkin.

Dj.Rokfeller ishbilarmolik faoliyatida muloqotning ahamiyatini yaxshi tushungan holda: "odamlar bilan muloqotga kirisha olish malakasi xuddi qand yoki kofega o'xshagan, pulga sotib olinadigan tavordir. Men dunyodagi har qanday tovardan ko'ra ushbu malakaga ko'proq pul to'lashga tayyorman", - degan edi.

Muloqotga kira olish ko'nikmasi o'zi nima? Bu – demak odamlarni farqlay olish va shu asosida ular bilan o'zaro munosabatlarini ko'rish degani, bu esa muloqot psixologiyasini bilishini taqoza etadi. Muloqot jarayonida odamlar bir-birlarini idrok etadilar, ma'lumotlar almashinadilar va o'zaro ta'sir ko'rsatib harakat qiladilar.

Muloqot jarayonida bir-birovni idrok etish va tushunishi

Muloqot idrok jarayonida muloqot sherigi to'g'risida shakllanadigan tasavvur bilan belgilanadi.

Idrok jarayonining murakkabligi shundaki, odamni informatsiyalarni qayta ishlash qobiliyati cheksiz emas. Muloqot sherigining obrazi shakllanishi jarayonida odam ko'pincha u to'g'risida ma'lum miqdordagi uzuq-yuluq informatsiyalarga duch keladi va ularni ko'pgina emotsional hamda psixologik omillarni hisobga olib baholaydi. Ehtimoldan holi

emaski, u o'zining tasavvurlariga mos keladigan va o'z maqsadlariga ko'proq to'g'ri keladigan ma'lumotlarni e'tiborga oladi.

Bundan tashqari idrok jarayonini xato xulosalar ham buzishi mumkin. Informatsiya yetarli bo'lmagan holatda odam o'z so'zlashdoshi to'g'risidagi xulosalarni o'zi bilib ulgurgan kam miqdordagi ma'lumotlarga tayanib ko'radi, uning tasavvuri shakllangach esa, keyin qo'shimcha olingan ma'lumotlarni inobatga olmaydi.

Muloqot sherigi to'g'risidagi ushbu to'g'ri yoki yolg'on xulosalarning muhimligi shundaki, ular bo'lg'usi o'zaro munosabatlarning asosini tashkil etadilar va odamlarning o'zaro munosabatlariga o'z ta'sirini ko'rsatishlari mumkin.

Odamning uni boshqa odamlar qanday idrok etishlari to'g'risidagi tasavvuri odamning xulq-atvorini ma'lum darajada belgilab beradi

Odamlarni baholash va ular to'g'risida to'g'ri obrazni shakllanishining murakkabligi atrofdegilar biz to'g'rimizda olmoqchi bo'lgan informatsiyalarni ongli ravishda buzib ko'rsatishga va informatsiyalarni doimo nazorat qilishga intilishimizga ham bog'liq. Odam, odatda o'zi qanday bo'lsa shundayligicha emas, u qanday ko'rinishini hohlasa xuddi shunday o'zini namoyon qiladi.

O'zaro tushunishda odamning "ochiqligi" ya'ni boshqalarga nisbatan haqqoniy va tabiiy bo'la olish katta ahamiyat kasb etadi.

Odamning o'zi to'g'risidagi noto'g'ri tasavvuri muloqotda juda ko'p psixologik to'siqlarni paydo qiladi, informatsiyalarni, boshqalarning fikrlarini rad etishga olib keladi, bular barchasi oxir-oqibat nizoni xulq-atvorga sabab bo'lishi mumkin.

Shaxsning o'zi to'g'risidagi adekvat tasavvuri shakllanishining sharti bu o'z xulq-atvorini boshqa odamlar nuqtai-nazaridan idrok qilish va tahlil qilish, bunda boshqa odamlarning qaytarma aloqa yo'li bilan olingan fikrlarini tahlil qilish muhim ahamiyat kasb etadi.

O'zaro munosabatlarda o'z-o'zining obrazini shakllantiruvchi qaytarma aloqa ma'lumotlarini olishni amerikalik psixologlar tomonidan ishlab chiqilgan va Djoxari derazasi deb nom olgan model asosida tasvirlash mumkin.

Ochiq zona (I)	Ko'r zona (II)
Yashirin zona (III)	Noma'lum zona (IV)

Djoxari derazasi

Namoyon etilgan kvadrat shaxs xususiyatlari to'g'risidagi ma'lumotlarni aks ettiradi. Vertikal chiziq ushbu informatsiyalarni ikki

qismga bo'ladi: individ o'zi to'g'risida biladigan ma'lumotlar (chap qism) va u o'zi to'g'risida bilmaydigan ma'lumotlar (o'ng qism). Gorizontaal chiziq barcha informatsiyani odam to'g'risida boshqalarga ma'lum bo'lgan (yuqori qism) va boshqalarga noma'lum bo'lgan (pastki qism) ma'lumotlarga bo'ladi.

Ochiq zona (I) individning o'ziga ham, atrofdagilarga ham ma'lum bo'lgan ma'lumotlarni ifodalaydi. Bu ma'lumotlar individ va boshqa odamlar o'rtasida shaxsiy informatsiyalarni erkin ochiq almashinish jarayonida namoyon bo'ladi. Ochiq zonaning kattaligi individning muloqot sheriklari bilan ishonchli munosabatlarini nazarda tutadi.

Ko'r zona (II) individ to'g'risida boshqa odamlarda mavjud, lekin uning o'ziga noma'lum bo'lgan informatsiyani, ya'ni shaxs to'g'risida u bilan muloqot jarayonida shakllanadigan atrofdagilarning fikrini ifodalaydi. Hohish bo'lsa bu informatsiyani individ muloqot jarayonidagi nigohlar replikalar, videotrening yordamida olishi mumkin.

Individ o'zi to'g'risidagi qaytarma aloqa informatsiyasini olar ekan, u atrofdagilar uni qanday idrok etayotganliklarini bilib oladi.

Agar bu nuqtai-nazar individning fikriga mos kelsa, keyingi muloqot yaxshi davom etadi. Agar olingan informatsiya individning o'zi to'g'risidagi fikridan yomon bo'lsa, bo'nda himoya mexanizmlari ishga tushadi, yo nizoli vaziyat paydo bo'lishi, yo individning ushbu informatsiyani bergan odamlar bilan munosabatlari uzilishi mumkin.

Umuman olganda informatsiyaning ko'r zonadan ochiq zonaga uzatilishi boshqa odamlar ongini manipulyatsiya qilish vositasi sifatida qo'llanilishi mumkin.

Yashirin zona (III) bu individning o'ziga ma'lum, lekin atrofdagilardan yashirilgan informatsiyalardan; qo'shimcha ma'lumotlar, malakalar, xarakter belgilari, xulq-atvor maneralaridan tashkil topgan. U yoki bu sabablarga ko'ra ushbu ma'lumotlar yo atrofdagilardan yashiriladi, yoki ularni namoyon qilishga sharoit bo'lmaganligi sababli yashirilgan bo'ladi.

Noma'lum zona (IV) individ to'g'risidagi na uning o'ziga, na atrofdagilarga ma'lum bo'lmagan ma'lumotlarni o'z ichiga oladi. Bu ma'lumotlar individning o'z ichiga oladi. Bu ma'lumotlar individning o'z shaxsiga xos xususiyatlari va imkoniyatlari to'g'risida bo'lishi mumkin. Bu ma'lumotlar faqat alohidaekstremal sharoitlarda namoyon bo'lishi mumkin, lekin butun hayoti davomida namoyon bo'lmasligi ham mumkin.

Ushbu informatsion makonning o'lchamlari muloqot ushbu odam bilan qanday holatda kontaktlar o'rnatilishi boshlanishi yoki o'rnatilgan

munosabatlar holatida ekanligiga bog'liq ravishda o'zgarib borishi mumkin. Kontaktlarning chuqurlashuvi, munosabatlarning rivojlanishi ochiq makonning ko'payishiga va yopiq makonning kamayishiga olib keladi. Odam o'zini ochiq tutsa, boshqa odamlar u to'g'risida ko'proq bilish imkoniga ega bo'ladilar bu esa o'zaro bir - birovni tushunish imkonini oshiradi.

O'zi to'g'risidagi informatsiyani ongli ravishda nazorat qilish va ongli ravishda buzish nafaqat muloqot sheriklarini idrok qilinishini qiyinlashtiradi xatto odamning o'z-o'zini anglashini ijtimoiy aynanlashuvini qiyinlashtiradi. Agar odam boshqalardan yopilib yuradigan bo'lsa u o'z-o'zini yomon anglay boshlaydi.

Muloqot jarayonida birinchi marotaba ko'rib turgan odam bilan, hamda yetarlicha yaxshi tanish odam bilan o'zaro munosabatga kirishga to'g'ri keladi.

Boshqa odam obrazining shakllanishi stereotiplashtirish orqali amalga oshadi. Muloqot tajribasiga ega bo'lgan deyarli har bir katta yoshdagi odam odamlarning tashqi ko'rinishiga, kiyimiga, gapirish manerasiga va xulq-atvoriga ko'ra ularning ko'pchilik ijtimoiy-psixologik xarakteristikalarini ayrim psixologik xususiyatlarini, yoshini, ijtimoiy qatlamini, kasbini yetarlicha aniq belgilay oladi. Aynan shu narsalar stereotiplarning shakllanganligi bilan izohlanadi. Lekin bunday aniqlik faqat neytral sharoitlarda bo'ladi. Boshqa sharoitlarda esa deyarli har doim ma'lum bir darajadagi xatolar mavjud bo'ladi. Agar munosabatlar neytralligi qancha kam bo'lsa, odamlar bir-birlaridan qanchalik manfaatdor bo'lsalar, xato ehtimoli shunchalik ko'p bo'ladi.

Muloqotimiz biz kim bilan muloqotga kirishimizga bog'liq holda sezilarli farqli ravishda tuziladi. Bunday farq muloqot sherigimizning xarakteristikasiga bog'liq. Muloqot sherigini biron-bir guruhga mansub qilish bilan bog'liq xarakteristikalar yetarlicha aniq idrok etiladi. Boshqa belgi va xususiyatlar esa ma'lum sxemalarga asosan oddiygina qo'shib qo'yiladi, aynan shu yerda xatolar ehtimoli namoyon bo'ladi. Idrokning bu xatolari ayrim omillar: ustunlik, jozibadorlik va bizga nisbatan munosabat omillariga bog'liq.

Muloqotga kirishuvchi odamlar teng emaslar: ular o'zlarining ijtimoiy mavqelari, hayotiy tajribalari, aqliy imkoniyatlari va shu kabilari bilan farq qiladilar. SHeriklar tengsizligida ko'pincha idrokning tengsizlik xatolariga olib keladigan sxemasi qo'llaniladi. Bu xato psixologiyada ustunlik omili deb nom olgan.

Bizdan biron-bir muhim ko'rsatkich bo'yicha ustun odam bilan uchrashganimizda biz uni o'zimiz bilan teng bo'lgan holatdagiga qaraganda ijobiyroq baholaymiz. Agar biz o'zimiz biron-bir xususiyatga ko'ra undan ustun odam bilan uchrashsak, uni yetarlicha baholamaymiz. SHu bilan birga ustunlik biron-bir o'lchamga asosan qayd qilinadi, yuqori baholash (past baholash) esa ko'pchilik o'lchamlarga asosan amalga oshiriladi. Idrokning bu sxemasi har qanday tengsizlikda emas, faqatgina biz uchun muhim, ahamiyatli tengsizlikda ishlay boshlaydi.

Odamni idrok qilishda jozibadorlik omili ta'siri shundan iboratki, uning ta'siri ostida odamning qandaydir bir sifatleri boshqa odamlar tomonidan yuqori baholanadi yoki past baholanadi. Bu yerda xato shundaki, agar odam bizga (tashqi jihatdan) yoqsa, ayni vaqtda biz uni aqlliroq yaxshiroq, qiziqarliroq va shu singari tarzda hisoblashga moyil bo'lamiz, ya'ni uning ko'pchilik shaxsiy sifatlarini yuqori baholaymiz.

Bizga nisbatan munosabat omili quyidagicha harakat qiladi: bizga yaxshi munosabatda bo'lgan odamlar bizga yomon munosabatda bo'lgan odamlar bizga yomon munosabatda bo'lgan odamlarga nisbatan yuqori baholanadi. Bizga nisbatan munosabat sherigimizning biz bilan murosaga kelganmi yoki kelmaganligiga qarab baholanadi.

Psixologlar tadqiqotlaridan ma'lum bo'ldiki, begonaning fikri shaxsiy fikrimizga qanchalik yaqin bo'lsa, bu fikrni aytgan odamning bahosi shuncha yuqori bo'lgan. Bu qoida teskari kuchga ham ega: kimki qanchalik yuqori baholangan bo'lsa uning qarashlari o'zimizning qarashlarimiz bilan shunchalik o'xshash deb hisoblangan.

Shaxslararo muloqot jarayonida odamlarni idrok etish va tushunish identifikatsiya, empatiya va refleksiya kabi psixologik mexanizmlarga asoslanadi.

Boshqa odamning tushunishning eng sodda yo'li identifikatsiya-o'zimizni boshqa odamga o'xshatish orqali amalga oshiriladi. Identifikatsiya holatida odam guyoki o'zini boshqa odamning o'rniga qo'yadi va shunday sharoitlarda o'zi qanday yo'l tutgan bo'lishini aniqlaydi.

Identifikatsiyaga yaqin bo'lgan yana bir mexanizm empatiya-hislar asosida tushunish, boshqa odamning muammolariga emotsional tarzda munosabat bildirishga intilish. Bunda boshqa odamning sharoiti fikrlabgina qolmasdan, balki his qilinadi. Empatik tushunishni ko'pchilikka nisbatan amalga oshirib bo'lmaydi, chunki u psixika uchun og'ir bosim hisoblanadi.

Bir-birovni tushunish jarayoni refleksiya jarayoni bilan bog'langan. Refleksiya bu harakat qilayotgan individ tomonidan o'zining muloqot sherigi tomonidan qanday idrok etilayotganliklarini anglashdir. Bu nafaqat boshqa bilish balki, boshqa odam meni qanday tushunayotganligini bilish, ya'ni guyoki kuzguda ikkilangan aks etishdir.

Muloqot kommunikatsiya sifatida

Muloqot-bu eng avvala muloqot ishtirokchilari uchun ahamiyatli bo'lgan informatsiyalar almashinuvidir

Muloqotning barcha vositalari ikkita katta guruh: Verbal (nutqiy) va noverbal (nutqiy bo'lmagan) vositalarga ajratiladi. Ko'pchilik olimlarning fikriga ko'ra suhbat jarayonida nutqiy muloqot 35% dan kam qismini tashkil etgan holda, 65% ziyod informatsiya noverbal vositalar yordamida uzatiladi. Nutqiy (verbal) kommunikatsiya orqali toza informatsiya uzatiladi. Noverbal kommunikatsiya bo'yicha esa- muloqot sherigiga bo'lgan munosabat uzatiladi.

Odamning noverbal xulq-atvori uning psixik holati bilan chambarchas bog'langan va ularni ifodalash vositasi bo'lib hisoblanadi. Noverbal xulq-atvor asosida shaxsning ichki dunyosi ochiladi. Muloqot hamkorlikdagi faoliyatning psixik mazmuni shakllanishi amalga oshiriladi. Odamlar o'zining nutqiy (verbal) xulq-atvorini o'zgarayotgan sharoitlarga tezda moslashtirib olishlari mumkin, lekin tana tili (noverbal namoyon bo'lish) kam o'zgaruvchidir.

Muloqotning noverbal vositalariga tananing barcha harakatlari, ovozning intonatsiya xarakteristikasi, taktil ta'sir, muloqotning makondagi tashkil etilishi kabilar kiradi.

Noverbal muloqotda eng muhimlaridan biri kinesik vositalar-boshqa odamning muloqotda ifodalovchi regulyativ vazifani bajaruvchi ko'rish orqali idrok etiladigan harakatlaridir. Buni mimika, gavda holati, imo-ishora, nigoh yurishda namoyon bo'ladigan ifodalovchi harakatlar kiradi. Informatsiya uzatishda asosiy rolni mimika bajaradi. Tadqiqotlar ko'rsatishicha suhbatdoshning yuzi harakatsiz bo'lsa yoki uni ko'rmasangiz 10-15% informatsiya yo'qotilar ekan.

Mimika bilan nigoh yoki vizual kontakt juda chambarchas bog'liq. Ko'z yordamida odamning holati to'g'risida eng aniq signallar uzatiladi, chunki ko'z qorachog'ining kengayishi va torayishi ongli nazoratga bo'ysunmaydi.

Odamning yuz ifodasi gavda harakatlariga qaraganda ko'proq ongli ravishda nazorat qilib turiladi. SHuning uchun ham tana ko'proq informativ hisoblanadi. Gavdaning turli pozalari turlicha

informatzialarni ifodalaydi. Masalan, yopiq pozalari (tikga turgan holatda napolen pozasi; kukrakda qo'llar qovushtirilgan holat, o'tirgan holatda, ikkita qo'l yiakka tiralgan holat) ishonchsizlik, norozilik qarshi harakat, tanqid sifatida idrok etiladi.

Ochiq pozalar esa (tikka holatda, qo'llari kaftlari yuqoriga qarab ochilgan, o'tirgan holatda qo'llar erkin tashalgan, oyoqlar uzatilgan) ishonch, rozilik, xairixohlik, psixologik komfort sifatida idrok etadi. Odanning qadam tashlashaiga qarab uning emotsional holatini osanlikcha bilib olish mumkin. Masalan. G'azab holatida eng og'ir qadam tashlanadi, xursandchilikda-eng yengil qadam, qiyinalayotgan paytda – bo'shashgan g'amgin qadam, mag'rurlanish holatida – qadamlar uzunligi eng katta bo'ladi.

Nutqning ritmik intonatsion tomonlari, pauzalari, yig'i, yutal, kulgu va boshqalar nutqiy muloqotning o'rnini bosishi yoki uning ta'sir kuchayishiga yordamlashishi mumkin. Psixologik jihatdan yaxshi tayyorgarlikga tayyor odam u yoki bu jumlaning qanday ifodalanganligiga qarab odam tomonidan qanday harakat qilinishini aniqlash mumkin.

Noverbal muloqot vositalari orasida qo'l siqish, yelkaga urib qo'yish kabi harakatlardan ma'lum mazmun kasb etadi. Biz vositalardan qanday foydalanish va ularning xarakteri muloqot sherigi mavqega, yoshiga, jinsiga, tanishlik muddatiga, madaniy va milliy xususiyatlariga bevosita bog'liq.

Qo'l siqish qanday amalga oshirilishiga qarab u ustunlikni (qo'l yuqoridan uzatiladi, kaft pastga qaragan), tobelikni (qo'l pastdan uzatiladi, kaft yuqoriga qaragan) va teng huquqlikni ifodalash mumkin. Muloqot har doim fazoviy tashkil qilinadi. Fazoviy ulchamlar orasida muloqotga kirishuvchilar orasidagi masofa muhim ahamiyat kasb etadi.

Amerikali olim E.Xoll muloqotga kirishuvchilar orasidagi masofalarni o'rganish natijasida bir-biridan farq qiluvchi quyidagi to'rtta oraliq masofani taklif etadi.

-intim masofa (0-45 sm) –eng yaqin odamlarning muloqoti;

-shaxsiy (45-120 sm) –tanish odamlar bilan muloqot;

-ijtimoiy (120-360 sm) – ko'proq begona odamlar bilan muloqot va rasmiy muloqot

-ommaviy (360- va undan yuqori) – turli xil auditoriyalar oldida chiqishlar.

Suhbatdoshlarning stol atrofida qanday joylashganliklari ham muloqot xarakterini belgilab beradi.

Muloqot jarayonida nafaqat emotsional holatlar uzatiladi, balki informatsiya uzatiladi. Informatsiya mazmuni verbal va nutqiy shaklda uzatiladi. Informatsiyani uzatish jarayonida uning mazmunida qisman yo'qotishlar sodir bo'ladi.

Fikr uylanildi, nutqiy shaklga ega bo'ldi (100%) - aytildi (80%) – eshitildi (70%) – tushunildi (60%) – xotirada qoldi (24%).

Ushbu sxemaga muvofiq birlamchi fikrning 4 dan 1 qismi esda qolishi aniq bo'lishiga qaramasdan odamlar baribir bir birlarini tushunadilar. Informatsiyani tushunish korrektsiya qilib turiladi, chunki muloqot bu faqatgina informatsiya uzatish emas balki informatsiya almashinuvi bo'lganligi sababli qaytarma aloqa ham o'zaro tushunishda muhim rol uynaydi.

Nutqiy muloqotda gapirish ko'nikmasi ya'ni, notiqlik sanoati muhim hisoblanadi, chunki o'z fikrlarini aniq shakllantira olish ularni suhbatdosh uchun tushunarli tilda ifodalash muloqot jarayonida suhbatdoshlarning hatti harakatlariga e'tibor berish, informatsiyani suhbatdosh tomonidan to'g'ri tushunilishini ta'minlab beradi.

Agar aytiladigan fikrlar suhbatdoshga yo'naltirilgan bo'lmasa, u manolog shaklida bo'ladi. Manolog tarzidagi muloqotda boshlang'ich informatsiyaning 50% gacha ba'zi hollarda 80% gacha yo'qotish bo'lishi mumkin.

Muloqot muvofaqiyati faqat gapira olish qobiliyatiga emas, suhbatdoshning tinglay olish qobiliyatiga ham bog'liq. Tinglay olmaslik-samarasiz muloqotning asosiy sababi aynan shu narsa tushunmovchiliklarga xotalarga va muammolarga olib keladi.

Kommunikativ malakalarning shakllanishi vaqt va sabr chidamni talab qiladi.

Muloqot o'zaro ta'sir sifatida

Muloqotning asosiy mazmuni muloqot sherigiga ta'sir ko'rsatish.

Muloqot jarayonida boshqa odamlarning hatti harakatlariga nisbatan doimiy reaksiya amalga oshadi. So'zlar orqasida har doim harakatlar turadi va bu muloqotga kirishar ekanmiz, biz doimo "u nima qilyapdi?" degan savolga javob beramiz va bizning xulq-atvorimiz olingan javobdan kelib chiqib tashkil etiladi.

Muloqotni tushunish imkoniyani beruvchi asosiy usullardan biri bu muloqot sheriklarining holatini shuningdek ularning bir birlariga nisbatan pozitsiyalarini idrok etish.

Har qanday suzlashuvda, suhbatda, ommaviy muloqotda, sheriklarning nisbiy mavqe: ayni sharoitda kim yetaklovchi va kim yetaklanuvchi ekanligi muhim ahamiyat kasb etadi.

Muloqot sharoitini sheriklar egallagan pozitsiyadan kelib chiqib tahlil etish transaksion tahlil (E.Bern, T.Xorris) yo'nalishida rivojlangan.

Bu yo'nalishda E.Bern tomonidan ishlab chiqilgan va taklif etilgan sxema keng yoyilgan bo'lib, unda asosiy tushunchalar "Men" va transaksiya, ya'ni muloqot o'lcham birligi.

Odamlar faoliyatini psixologik kuzatuvlardan ma'lumki, xulq-atvor xarakteristikasi to'plami odam kim bilan (rahbar, kasbdoshlar, turmush o'rtog'i, farzandi bilan va b) o'zaro ta'sirga kirishayotganligiga qarab turlicha bo'ladi. Xulq-atvorning o'zgarishi bilan bog'liq amalga oshadi. Odam xulq-atvori sxemasi bilan psixikasi holati o'rtasida to'g'ridan to'g'ri bog'liqlik mavjud bo'lib, buni E.Bern ongning tipik holatlari deb belgilaydi.

Mavzuni mustahkamlash va nazorat uchun savollar

1. «Muloqot» tushunchasi, uning maqsadi va mazmunini ochib bering.
2. Insonlar muloqotining vazifalari va turlari nimadan iborat?
3. Qanday muloqot vositalarini bilasiz?
4. Muloqotning nuqtai nazarlari haqida gapirib bering.
5. Muloqotdagi kauzal atributsiya, refleksiya, tenglashtirish va persepsiya nimani bildiradi?
6. Tirik jonzotlar filogenezi va odam ontogenezidagi muloqot taraqqiyotini ochib bering.

Adabiyotlar:

1. G'oziev E.G. Umumiy psixologiya. Toshkent. 2002.1-2 kitob.
2. Yugay A.X., Mirashirova N.A. "Obuqaya psixologiya" – Tashkent 2014.
3. Drujinina V.. "Psixologiya ". Uchebnik. "Piter", 2003.
4. Bolotova A.K., Makarova I.V. Prikladnaya psixologiya: uchebnik dlya vuzov. –M., Aspekt Press, 2002. – 383s.
5. Psychology David G. Myers Hope College Holland, Michigan
6. S.K.Mangal: "General Psychology" 2013y.

XII-MAVZU. SHAXSNING XISSIY VA IRODAVIY SOXASI

Tayanch tushunchalar: hissiyot, emotsiya, affekt, kayfiyat, stress

12.1. Hissiyot to'g'risida tushuncha.

Odam tashqi muhitdagi turli-tuman narsa va hodisalarni idrok qilar ekan, hech vaqt bu narsalarga batamom befarq bo'lmaydi. Odamning aks ettirish jarayoni doimo faol xarakterga egadir. Aks ettirish jarayoni quyidagilarni qamrab oladi:

- a) shaxsning ehtiyojni qondirish imkoniyatiga egaligini;
- b) qondirishga yordam beradigan yoki qarshilik ko'rsatadigan ob'ektlarga sub'ekt sifatida qatnashishi;
- v) uni harakat qildiruvchi bilimga intiltiruvchi munosabatlar va hokazo.

Chunki odam atrofidagi har turli narsalarni idrok qilib aks ettirar ekan, bu narsalarga nisbatan ma'lum munosabatda bo'ladi. Masalan, bizga ayrim narsalar yoqsa, ya'ni kayfiyatimizni ko'tarib yuborsa, boshqa bir narsalar yoqmaydi va kayfiyatimizni buzib, dilimizni xira qiladi. Ba'zi bir ovqatni odam juda ham yoqtiradi, boshqa bir ovqatni esa mutlaqo ko'rgisi kelmaydi yoki ayrim odamlar bizga xush keladi yoki boshqa bir odamlar esa noxush keladi. Umuman odam atrofidagi hamma narsalarga nisbatan munosabatda bo'ladi va uning munosabatlari ham aks ettiriladi.

Kishilar idrok qilayotgan, ko'rayotgan, eshitayotgan, bajarayotgan, o'ylayotgan, orzu qiladigan narsalarga befarq bo'lmaydilar. Bir xil predmetlar, shaxslar, xarakterlar, voqealar bizni quvontiradi, boshqalari xafa qiladi yana boshqalari g'azab, nafratimizni uyg'otadi. Biz xavf ostida qolganimizda qo'rquvni his qilamiz, dushman ustidan g'alaba qozonish yoki qiyinchilikni yengish zavq uyg'otadi.

Hissiyot tushunchasiga adabiyotlarda turlicha ta'riflar uchraydi jumladan; A.V.Petrovskiy tahriri ostida chiqqan «Umumiy psixologiya» darsligida hissiyot – kishining o'z hayotida nimalar yuz berayotganiga, nimalarni bilib olayotganiga yoki nima bilan mashg'ul bo'layotganiga nisbatan o'zicha turli xil shaklda bildiradigan kichik munosabatdir. M.Vohidovning «Bolalar psixologiyasi» o'quv qo'llanmasida hissiyot deb – tashqi olamdagi narsa va hodisalarga bo'lgan ichki kechinmalarimizning ongimizda aks ettirilishga aytiladi. Q.Turg'unov muallifligidagi lug'atda hissiyot-shaxsning voqelikdagi narsa va hodisalarga, kishilarga hamda o'z-o'ziga bo'lgan munosabatlarida kelib chiqadigan yoqimli yoki yoqimsiz kechinmalardan iborat. Professor E.G'oziev muallifligidagi

«Umumiy psixologiya» darsligida hissiyot odamda, tirik mavjudotlar miyasida, ya'ni shaxslarning ehtiyojlarini qondiruvchi va unga monelik qiluvchi ob'ektlarga nisbatan uning munosabatlarini aks ettirish ma'nosida qo'llaniladi.

Yuqoridagi ta'riflardan ko'rinib turibdiki, hissiyot bizning tuyg'ularimizning o'ziga xos aks ettirish jarayoni bo'lib, bunda narsa va hodisalarni aks ettirish jarayonida bizda tug'iladigan ichki kechinmalar va munosabatlar aks ettiriladi. Demak, hissiyotlar o'z- o'zidan yuzaga kelmasdan, tashqi olamdagi narsa va hodisalarning ta'siri bilan bog'liq ravishda yuzaga keladi.

Adabiyotlarda hissiyot bilan birga emotsiya tushunchasi ham keng doirada qo'llaniladi. Aynan emotsiya tushunchasining mazmuni nimadan iborat va hissiyot tushunchasi bilan o'zaro bog'liqligi qanday degan savol tug'iladi? Shunga muvofiq emotsiya tushunchasining mazmun mohiyatini yoritadigan bo'lsak; jumladan professor E.G'ozievning "Umumiy psixologiya" darsligida emotsiya-odatda tashqi alomatlari yaqqol namoyon bo'ladigan his-tuyg'ularni, ichki kechinmalarni ifodalanishidan iborat psixik jarayonni yuzaga kelishining aniq shaklidir, deb ta'riflanadi.

Emotsiya – shaxsning voqelikka o'z munosabatini his qilishidan kelib chiqadigan, uning ehtiyoj va qiziqishlari bilan bog'liq bo'lgan yoqimli yoki yoqimsiz kechinmalaridir. Keltirilgan ta'riflardan ko'rinadiki, hissiyot tushunchasi emotsiyaga nisbatan kengroq tushuncha bo'lib, shaxsning kundalik hayoti, turmush tarzidagi barcha jabhalarni qamrab oladi.

Hissiyotlar o'zining yuzaga kelishi nuqtai nazaridan odamning ehtiyojlari, qiziqishlari va intilishlari bilan bog'liq bo'ladi. Masalan, odamning organik ehtiyojlarini qondirishi bilan bog'liq bo'lgan hissiyotlar odamda rohatlanish, qanoatlanish tuyg'usini yuzaga keltiradi. Organik hissiyotlarni qondira olmaslik odamning ruhini tushirib, kayfiyatini buzib, azoblanish, toqatsizlanish hissig'a sabab bo'ladi.

Odamning hissiyotlari uning mazmuni hamda shakllari, ijtimoiy-tarixiy sharoit bilan bog'liq bo'ladi. Ijtimoiy tarixiy taraqqiyot davrida odamning ehtiyojlari o'zgarib boradi. Natijada odamda borgan sari yangi, yangi hissiyotlar, chunonchi, ma'naviy, intellektual va estetik hissiyotlar paydo bo'ladi.

Hissiyotlar ham boshqa bilish jarayonlari kabi odamning faoliyatlari davomida namoyon bo'ladi. Masalan, mehnatsevarlik hissini yuzaga keltirish uchun ma'lum muddat davomida ijtimoiy foydali mehnat bilan shug'ullanish kerak. U yoki bu faoliyat davrida yuzaga kelgan hissiyot ana

shu faoliyatning o'ziga ta'sir qilib, uni o'zgartiradi. Masalan, hohlamasdan o'zini majbur qilib ishlayotgan odam bilan o'zi hohlab sitqidildan ishlayotgan odam ishining unumdorligi o'rtasida juda katta farq mavjud. Odamning kayfiyati yaxshi xursand, ruhi tetik bo'lganda ishi ham barakali bo'ladi. aksincha odamning dili g'am, qandaydir tashvishli yoki g'amgin bo'lganda qo'li ishga bormaydi. Ana shu jihatdan olganda hissiyotning inson hayotidagi roli juda kattadir. Hissiyot boshqa bilish jarayonlariga ham ta'sir qiladi. Masalan, odamning ruhi tetik, xursand bo'lgan paytda, idroki hali juda jonli, esda olib qolishi, tuyg'ularga boy, tafakkuri o'tkir, nutqi burro bo'ladi.

Hissiyot odamda sodir bo'layotgan hodisa va narsalardan shaxs sifatidagi odam uchun ahamiyatli bo'lganlari haqida darak beruvchi signallar tizimi hisoblanadi. Mazkur holda sezgi a'zolariga ta'sir qiluvchi cheksiz miqdordagi qo'zg'ovchilardan aniq bo'lib ajraladi, ba'zilar birlari bilan qo'shilib ketadi va paydo bo'lgan hissiyot bilan birlashib ketadi. Natijada taassurot uyg'otib, biror hissiy nom bilan ifodalangan xotira obrazlari tariqasida saqlanib qoladi. Buni fiziologik jihatdan shunday tushuntirish mumkin: ma'lum qo'zg'atuvchilar tirik mavjudotlar uchun xotirjamlik haqida darak beruvchiga aylanadi. Hissiy kechinmalar esa insonning shaxsiy tajribasida tarkib topadigan reflekslar tizimini mustahkamlash sifatida namoyon bo'ladi. Hissiyotning mana shu darak beruvchilik vazifasi psixologiyada hissiyotning impressiv tomoni deb ataladi. Impressiv so'zi lotincha taassurot degan ma'noni anglatadi.

I.P.Pavlov tirik mavjudotlarning atrofimizdagi muhitga moslashuvida hosil qiladigan buziladigan dinamik stereotiplar orqali biror hissiyot va emotsional kechinmalarning ijobiy va salbiy sifatlarini tushuntirib beradi.

Dinamik stereotip deganda tashqi qaytarilish natijasida hosil qilingan shartli reflekslar, nerv bog'lanishlarining barqaror tizimi tushuniladi. Har turli qiyinchiliklar va qarshiliklarga duch kelishi natijasida dinamik stereotiplarning «o'zgarishi» salbiy emotsional holatni yuzaga keltiradi. Hissiyot bu uning kechirilishining turli shakllari faqat darak vazifasini emas, balki boshqaruvchilik funksiyasini ham bajaradi. Emotsiya harakatlari juda ko'p tana o'zgarishlar ifodalanadi. Odam organizmidagi o'zgarishlar kechirilayotgan hissiyotning ob'ektiv ko'rsatkichi hisoblanadi. Moslashish xarakteriga oid bo'lgan, ya'ni ovozning o'zgarishi, mimika, imo-ishora, organizmda sodir bo'ladigan jarayonning qayta o'zgarishidan iborat ixtiyorsiz va ongli harakatlar psixologiyada emotsional harakatlarning ekspressiv tomoni deb ataladi.

Hissiyotlar odatda juft-juft bo'lib uchraydi. Masalan, yoqimli-yoqimsiz, xush-noxush, xursand-xafa, g'azab-muhabbat, nafrat kabi ana shunday hissiyotlar sub'ektiv xarakterga ega bo'ladilar, lekin ularning tashqi ifodasi ham bo'ladi. Masalan, hushchaqchaq odam bilan g'amgin odamning yuz ifodasini ko'z oldimizga keltirib ko'rish mumkin. Aynan mazkur jarayon psixologiyada ambivalentlik yoki ikki taraflamalik deb ataladi. Ambivalentlik – lotincha har tomonlama kuchga ega ma'nosini anglatib kishining bir ob'ektning o'ziga nisbatan bir vaqtning o'zida paydo bo'ladigan bir-biriga qarama – qarshi emotsional irodaviy holatdir.

Hissiyotda ambivalentlik bu rohatlanish va azoblanishni birga qo'shilib va biri ikkinchisiga o'tib ketmaydigan emas, balki bunda birga bo'lish kechiriladigan hissiyotning zarur xarakterli sifatlaridan birini tashkil qiladi. Masalan, rashk hissida muhabbat va nafrat.

12.2. Hissiyotning nerv-fiziologik asoslari

Hissiyot boshqa hamma psixik jarayonlar kabi bosh miya po'sti qismining faoliyati bilan bog'liqdir. Bosh miya hissiyotlarning kuchini va barqarorligini idora qilib turadi. Hissiyotlar boshqa bilish jarayonlaridan farqli bosh miya po'stining faoliyatidan tashqari organizmning ichki a'zolari faoliyati bilan ham bog'liqdir, boshqacha qilib aytganda hissiyotlar vegetativ nerv tizimining faoliyati bilan ham bog'liqdir. CHunonchi, odam qattiq uyalgan paytida qizarib ketadi, qattiq qo'rqan paytida esa rangi o'chib, qaltirab ketadi, xattoki odamning ovozida ham o'zgarish paydo bo'ladi. Ana shunday hissiy holat yuz bergan paytda odamning yuragi tez ura boshlaydi, nafas olishi ham tezlashadi.

Demak, odam ma'lum hissiy holatni boshdan kechirayotgan paytda uning qon aylanish tizimi, nafas olish organlari nutq apparatlari ichki sekretsiya bezlari ham qatnashadi. Masalan, materialni yaxshi bilmaydigan talaba imtihon topshirayotganda terlab ketadi, tomog'iga nimadir tiqilib, gapini gapira olmay qoladi. Odamda qattiq qo'rqish paytida «Yuragi orqaga tortib ketdi», «Sovuq ter bosib ketdi» kabi iboralarning ishlatilishi hissiyot paytida odamning ichki a'zolarining ishtirok etishidan dalolat beradi.

Juda ko'p hissiy holatlar bosh miyaning yaqin po'stloq osti qismlarining oralig'i bilan ham bog'liqdir. Masalan, ko'rish tepaligi deb ataluvchi qism ayrim hislarni ifodalaydigan ixtiyorsiz harakatlarning markazi hisoblanadi.

Odamda uchraydigan yuksak ma'naviy hissiyotlar ham o'zining nerv-fiziologik asosiga ega bo'lishi kerak (chunonchi intellektual, ahloqiy, estetik hissiyotlar). Bu jihatdan akademik I.P.Pavlovning dinamik streotip haqidagi ta'limoti juda katta ahamiyatga egadir. Bu haqda akademik I.P.Pavlov shunday deb yozgan edi: «Menimcha, ko'pincha odatdagi turmush tartibining o'zgargan paytlarida odat bo'lib, qolgan birorta mashg'ulot yaqin kishidan judo bo'lganda, aqliy iztirob chog'ida kechiriladigan og'ir hissiyotlarning fiziologik asosi xuddi eski dinamik streotipning o'zgarishi, uning yo'qolishi va yangi dinamik streotipning qat'iylik bilan hosil bo'lishidan iborat bo'lsa kerak».

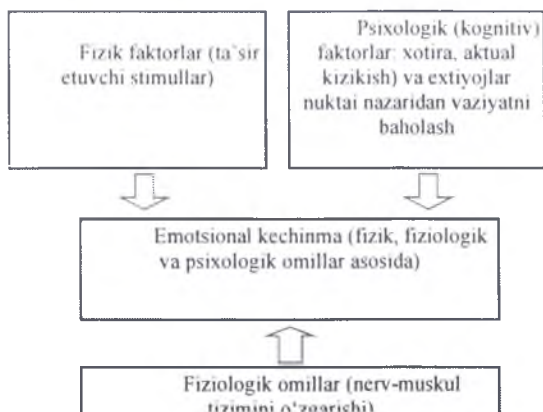
Ayrim murakkab hissiyotlarning asosida dinamik streotipning yotishi yaqqol ko'rinadi. Masalan, estetik hissiyotni oladigan bo'lsak, biron yoqimli ko'ydan lazzatlanish, yoki biron mashhur rassomning ishlagan ajoyib suratlarini tomosha qilib, rohatlanish estetik hissiyot hisoblanadi. Agar bu hissiyotlarning nerv-fiziologik asoslarini tahlil qiladigan bo'lsak, quyidagilarni ko'rishimiz mumkin. Masalan, bizga juda yoqadigan kuy boshqa millat odamiga yoqmasligi mumkin. Bunda ajablanishga hech qanday o'rin yo'q. Biz yoshlikdan boshlab mazkur kuyni bir necha yuz marotalab eshitib borishimiz natijasida ana shu kuyga nisbatan deyarli buzib bo'lmaydigan nihoyatda murakkab dinamik streotip yuzaga keladi. Ana shuning uchun ayrim kuylar bizga yoqadi, ayrimlari esa yoqmaydi. Suratlar masalasiga kelganda shuni aytish kerakki, qadimgi klassik asarlar ularning ishlanish uslubi realligi bizni hayratda qoldirib zavq tug'diradi. Aksincha, hozirgi rassomlar tomonidan ishlangan rasmlar odamda qandaydir noxush hissiyotni tug'diradi. Demak, uzoq yillar davomida yuzaga keladigan dinamik streotiplar ayrim murakkab hisni tashkil qiladi.

Shunday qilib, hissiyot vegetativ nerv tizimi orqali boshqariladigan ichki a'zo faoliyati bilan bog'liq bo'lsa ham bari bir bosh miya po'sti orqali idora qilinadi. Chunki akademik I.V.Pavlovning fikricha, odamning butun a'zoyi badanida bo'ladigan har qanday hodisalarning hammasini bosh miya po'sti qismidagi neyronlar idora qiladi. Ana shu jihatdan olganda hissiyotning nerv-fiziologik asosi bosh miya po'sti bilan bog'liq.

12.3. Inson va hayvonlardagi emotsiyalar.

Odam his-tuyg'ulari bilan hayvon hissiyotlari o'rtasida juda katta farq bo'ladi. Odamda juda ko'p miqdorda his-tuyg'ular borki, bunday hissiyotlar hayvonlarda uchramaydi. Shuning uchun ham odam ham xayvon uchun umumiy bo'lgan g'azablanish, qo'rqish, jinsiy hissiyot, qiziquvchanlik, xursandchilik, g'amginlik emotsiyalari hayvonlarda sifat

jihatidan farq qiladi. Shu o'ringa S.Shexterning emotsional faktorlarning paydo bo'lishi kognitiv-fiziologik kontseptsiyasini keltirib o'tish joiz.



Insoniy emotsiyalar «insoniylashtirilgan» ijtimoiy sharoit bilan bog'liq holda namoyon bo'ladi. Emotsiyalarning «insoniylashuvi» shunday namoyon bo'ladiki, ichdan kechadigan hissiyotlar mazmuni, juda boy va murakkabdir. Odamlar bilan mehnat, siyosat, madaniyati, oilaviy hayot o'rtasida paydo bo'lgan munosabatlarning ko'pligi, sof insoniy hissiyotlarning paydo bo'lishiga olib keladi. Ular bolalarga odob bilan javob berishni, suhbatdoshiga ochiq ko'ngillik bilan jilmayish, keksalar va nogironlarga hurmat bilan joy berishni o'rgatdi. Odam o'z hissiyotlarini o'zi boshqaradi. Ba'zi kishilar emotsiyalarini yashirish niyatida qaramaqarshi emotsiyalarni ifodalaydilar. Masalan, qayg'urish yoki qattiq og'riq paytida kulimsirash, kulgilari kelgan paytda yuzlarini jiddiy, o'ychan holga keltira oladilar. Lekin o'zining imo- ishoralari va mimikalarini boshqara olishga qaraganda nafas olish, qon aylanish va ovqat hazm qilish tizimidagi o'zgarishlarni ushlab qolish juda qiyin bo'ladi. Odam xayajonlangan paytda bir maromda nafas ola biladi, ko'z yoshlarini ushlab qola oladi, lekin rangini o'zgartirish yoki qizartirishga qodir emas. Ammo emotsiyalarni paydo qiluvchi narsalardan o'zini chalg'itishi mumkin.

12.4. Hissiy holatlarning ifodalanishi

Hissiy holatlarning ifodalanishi birinchidan, ifodali harakatlar (yuz ifodasi, qo'l, oyoq harakatlari), ikkinchidan organizmdagi turli hodisalarni, ya'ni ichki a'zolar faoliyatining va holatining o'zgarishida, uchinchidan tabiatda, ya'ni organizm qon tarkibidagi va boshqa

suyuqliklardagi kimyoviy o'zgarishlarni, shuning bilan birga modda almashinuvida bo'ladigan o'zgarishlarni o'z tarkibiga oladi.

His-tuyg'ularning tashqi ifodasiga yuz ifodasi, imo-ishora, vajohat va qaddu-qomatning o'zgarishi, ayiruv, tashqi chiqaruv bezlarining faoliyati (so'lak, ter ajralishi) va ayrim harakatlar xususiyatlaridagi o'zgarishlarni kiritish mumkin. Bunga nutqning faol o'zgarishlari, «ovoz mimikasi» va gaplar tarkibining sintaksis o'zgarishi, «utilmasdan gapirish», yoki alohida «silliqlik» hamda «ifodalilik»ning yuzaga kelishi nihoyat hissiyot o'zining to'la qisman ifodasini topadigan xatti-harakatlarga taalluqlidir. Kishining emotsional kechinmalari vaqtida nutqning tezligi o'zgaradi. Ko'pincha nutqning sintaksis tuzilishi buziladi, tezligi va ahamiyati o'zgaradi. O'tkazilgan tekshirishlar shuni ko'rsatadiki, g'amginlik va ma'yuslik hislarini ifodalovchi kishining ovozi beixtiyor pasayib ketadi, so'zlashgan kishining tovushi ham bo'linib-bo'linib chiqadi.

Hislarni kechirish shakllari. Hissiyot kechinmalari turli holatlarda turlicha tezlik bilan paydo bo'ladi. Ba'zan hissiyot to'satdan, darhol paydo bo'ladi. Masalan, kishi birdan xursand bo'lib ketadi, darhol g'azabga keladi, achchiqlanadi va hokoza. Lekin ba'zan shu hissiyotlar o'zi dafa'tan qo'zg'almaydi, balki asta-sekin tug'ila boshlaydi. SHunday hissiy kechinmalarning qay darajada tez paydo bo'lmasligini belgilash qiyin yoki butunlay bilib bo'lmaydi. Emotsional kechinmalarning kuchi turlicha bo'lishi mumkin. Hissiyotlarni kuchi avvalo yoqimli va yoqimsiz tuyg'ularning naqadar kuchli bo'lishidadir. Hissiyotning kuchi shu hissiyotni shaxsning naqadar ehtiros bilan kechirilganligi bilan belgilanadi.

Hissiyotning qo'zg'alish xususiyatlari paydo bo'lish yo'lini kuchi va barqarorligi bir qancha sabablarga bog'liqdir. Atrof-muhitning holati shu paytdagi ehtiyojlarning kuchi shu xislat tuzilishiga sabab bo'lgan hodisalarning shaxsiy va ijtimoiy ahamiyatini anglashi, odamning dunyoqarashi, bu xislat qanday vaziyatda paydo bo'lishi va o'tmishi hamda shaxsning individual xususiyatlariga bog'liqdir. Hislarning ayni vaqtda naqadar tez kuchli va barqaror bo'lishiga ko'ra his-tuyg'ularning quyidagi turlari farqlanadi: hissiy ton, emotsiyalar, affekt, stress, kayfiyat va boshqalar.

Hissiy ton. Hissiyot ko'pincha faqat hissiy tus sifatidagi ruhiy jarayonlarning o'ziga xos tomoni tariqasida namoyon bo'ladi. Yoqimli suhbatdosh, kulguli voqea, yoqimsiz hid, zerikarli kitob, ko'ngildagi mashg'ulot, hushchaqchaq sayohat, og'ir ish kabilar. Hissiy ton tushunchasiga ko'pgina adabiyotlarda turlicha ta'riflar uchraydi.

Jumladan, A.V.Petrovskiyning “Umumiy psixologiya” darsligida hissiy ton sezgi yoki idrok jarayonida shaxsning idrok qilingan narsa va hodisaga munosabatini ifodalovchi maxsus hissiy bo‘yoq yoqimli yoki yoqimsiz idrok bilan bog‘langan hissiyot, deb ta‘riflanadi. Professor E.G‘oziev tomonidan hissiy ton-u yoki bu hissiyotning inson tomonidan bevosita kechirilishi (kechishi) jarayonidan iboratdir. Q.Turg‘unov lug‘atida hissiy ton – hissiyot sezgi yoki idrok jarayonida shaxsning idrok qilingan narsaga hodisaga munosabatini ifodalovchi maxsus emotsional bo‘yoq yoqimli va yoqimsiz kechinma bevosita sezgi yoki idrok bilan bog‘langan hissiyot. Masalan, og‘riq bir qator qo‘zg‘ovchilar yaqqol ifodalangan yoqimsiz hissiy ton bilan ajralib turadi.

Ko‘pincha emotsiyalar o‘zining ta‘sirchanligi bilan bir-biridan ajralib turishiga qaramay, bunday sifatni hissiy holatlar stenik (yunoncha so‘zdan olingan bo‘lib, kuch degan ma‘noni anglatadi) xususiyatli deyiladi. Bunda emotsiyalar dadil xatti-harakatlarga, mantiqiy mulohazalarga, nisbiy izlanishlarga kuch quvvat, qanoat bag‘ishlaydi. Masalan, xursandchilikdan shaxs «parvoz qiladi», «yulduzni narvonsiz oladi», kimlargadir xolis yordam qilishga shoshadi. Faollik qilib, tinchimaslik uning sifatiga aylanadi. Q.Turg‘unov lug‘atida stenik hisga quyidagi ta‘riflar uchraydi: stenik hislar – shaxsning hayot faoliyatini kuchg‘ayratining orttiradigan barcha bilish jarayonlarini faollashtiradigan ijobiy hissiyot turi. Aksariyat hollarda xushxabar, muvaffaqiyat shaxsda stenik xususiyatli emotsiyalarni vujudga keltiradi.

Ba‘zi hollarda emotsiyalar o‘zining sustligi, motorli, kuchsizligi bilan tavsiflanadi. Bunday hissiy holat astenik (yunoncha so‘zdan olingan bo‘lib, kuchsizlik, zaiflik ma‘nosini bildiradi) deb atashadi. Bunday hissiyot insonni bo‘shashtiradi, uni xayolga cho‘mdiradi, xayolparast qilib qo‘yadi. Shu sababdan favqulotda shaxsdagi befoyda emotsional kechinmaga, uyalish, vijdon azobi, andisha esa qo‘rqoqlikka aylanib qolishi xavfi kuchli.

Psixik jarayonlardan ayniqsa, emotsiya o‘zining aniq tashqi ifodasiga ega bo‘lishi bilan tavsiflanadi. Emotsional o‘zgarishlar organizmning tashqi o‘zgarishlarida shu qadar yaqqol ifodalanadiki, biz odamni tashqi ko‘rinishiga qarab, unda qanday xususiyatlar yuz berayotganini, uning xursand yoki xafaligini, g‘azablanganligini yoxud biror narsadan qo‘rqib ketganini va shu kabi his-tuyg‘ularning ko‘pini aytib bera olamiz. Hissiyotlarning tashqi alomatlarini ifodali harakatlar deb ataladi.

Emotsiyalarning tashqi ifodasi turli ko‘rinishlarda ro‘y beradiki, unda asosiy o‘rinni ko‘rgazmali jihatlar asosiy o‘rin egallaydi.

*Birinchi*dan, emotsiyalar nafas olish aʼzolarining ishlarida oʻzgarish yasaydi. Masalan, yoqimli his-tuygʻular ishga tushganda nafas olishning tezligi va ampitudasi ortadi, yoqimsiz his-tuygʻular ustun kelganda kamayadi, qoʻzgʻalgan vaqtida nafas harakatlari tezlashadi hamda chuqurlashadi, zoʻr berish vaqtida-sekinlashadi va yuzakilashadi, hayajon vaqtida tezlashadi, hamda kuchsizlashadi, kutilmagan holatda, hayron qolishda zudlik bilan tezlashadi, qoʻrquvda sekinlashadi va hokazolar.

Turli emotsional holatlarda nafas olishning oʻzgarishi

a) xursandlikda nafas olish bir minutiga 17 marta;

b) faol xafalikda 9 marta;

v) qoʻrqishda 64 marta;

d) jahl chiqqanda 40 marta.

*Ikkinchi*dan, emotsiya imo – ishoralarda, mimikada, yaʼni kishining yuzida boʻladigan harakatlarda hamda butun badanning maʼnodor harakatlarida koʻrinadi.

*Uchinchi*dan, gumoral harakatlardagi, yaʼni organizmning qon tarkibidagi va boshqa suyuqliklardagi kimyoviy oʻzgarishlarni va shuning bilan birga modda almashishida boʻladigan yanada chuqur oʻzgarishlarni oʻz tarkibiga oladi.

Demak, emotsiyalarning tashqi ifodasiga mimika, imo-ishora, aft-bashara va qad-qomatning oʻzgarishlari, ayrim tashqi sekretsiya bezlarining faoliyati yosh soʻlak, ter ajralishi hamda ayrim harakatlarning xususiyatlaridagi oʻzgarishlar, yaʼni ularning tezligi, kuchi, koordinatsiyasi va hokazolar kiradi.

Emotsiyalarning eng aniq va yaqqol koʻrinishlaridan biri kulgi bilan yigʻidir.

L.N.Tolstoy oʻz asarlarida odamning ruhiy holatini ifodalovchi nigohlarning 85 xilini va kulishning 97 xilini tasvir etgan. «Har xil sabab bilan yigʻlagan paytda odamning boshi va ogʻzi har xil qiyofada oʻzgaradi» - degan edi. Leonardo da-Vinchi.

Rus psixologi P.M.Yakobson tomonidan ishlangan rasmlardan koʻrinib turibdiki, odamning aftidagi qiyofa asosan lablar, qosh va koʻz oʻzgarishlarining bir-biriga nisbatan turlicha holatga, shuningdek, koʻzning qanchalik chaqnaq turishiga bogʻliqdir. Koʻzning qanchalik chaqnashi koʻz yoshining miqdori, koʻz shilliq pardasidagi tomirlarning kattalashuvi bilan belgilanadi. Maskaning tagida koʻrinib turgan koʻz oʻzining ifodasini yoʻqotgan boʻladi. Koʻz, lab, qovoq, qoshning har xil holati, xatto odam chehrasini ham turli qiyofaga kiritadi.

Odam hissiyotlarini bildirishning eng nozigi va eng kuchlisi san'at, xususan, muzika bilan lirik she'rlardir, ularni tom ma'noda hissiyotning tili deyish mumkin.

Odam o'zini va gavda harakatlarini, shuningdek tovushni ataylab chiroyli qilib ko'rsatishi mumkin. U garchi «muayyan hissiyotlarni o'zi kechirmayotgan bo'lsa ham o'sha hissiyotlarni ifodalaydigan harakatlar qila oladi.

Har bir kishi ham o'z hissiyotlarining tashqi ifodalarini ma'lum darajada o'zgartirishi mumkin. Odamlarni kundalik muomalalarida badanning xilma-xil ifodali xarakatlari, imo-ishoralar xususan, ko'z bilan qilinadigan imo-ishoralar, tovushning ohangi, g'amginligi muhim ahamiyatga ega. Shunchaki bir xo'mrayish, salgina jilmayib kulish, yelka qisish kabi ifodali harakatlar kishining maqsadini anglatadi.

Kayfiyat tushunchasiga psixologik manbalarda turli nuqtai nazardan yondashilgan taqdirda ham mazmunan ular bir xillikni anglatadi. Jumladan K.Turg'unov lug'atida shaxsning kuchsiz yoki o'rtacha kuchga ega bo'lgan nisbatan barqaror umumiy emotsional holati, A.V.Petrovskiyning "Umumiy psixologiya" darsligida kayfiyatlar ancha vaqt davomida kishining butun xatti-harakatiga tus berib turadigan umumiy hissiy holatini ifoda etadi, deb ta'kidlanadi. Professor E.G'oziev fikricha, kayfiyat shaxsning ruhiy jarayonlariga muayyan vaqt davomida tus berib turuvchi emotsional holatdir.

Kayfiyat, ya'ni odamning xursand yoki g'amgin kayfiyati hech vaqt sababsiz maydonga kelmaydi. Odam bajarayotgan biror ishning mavaffaqiyatli tugashi yoki imtihondan yaxshi o'tish- yaxshi tetik kayfiyatni yuzaga keltiradi. Qilayotgan ishingizni oldinga yurmasligi yoki ishga berilgan yomon baho odamda ma'yuslik, kuchiga ishonmaslik kayfiyatini tug'diradi.

Kayfiyatning xush yoki noxush bo'lishi, birinchi navbatda odamning sihat-salomatligi bilan ham bog'liqdir. Masalan, ichimiz qattiq og'rib turgan vaqtda kayfiyat chog' bo'lmaydi.

Odatda odamda kayfiyatning u yoki bu turi, ya'ni xushchaqchaqlik xursandlik yoki g'amginlik, ma'yuslik, tushkunlik ustun bo'lishi mumkin. Ana shunga qarab odamlar xushchaqchaq, g'amgin, sertashvish deb turli guruhlariga bo'linadilar. Lekin shuni aytish kerakki, odam o'z kayfiyatining quli bo'lib, qolmay, uni boshqara bilishi kerak. O'z kayfiyatini idora qila biladigan odamlarning har doim ruhi tetik, kayfiyati chog' va ishida unum bo'ladi. Kayfiyatni idora qila olmaydigan odamlar bilan yashash juda qiyin bo'ladi. Bunday odamlar arzimagan narsadan

kayfiyatini buzib, to'msayib yuradigan yoki arazlab yotadigan odamlar bo'ladi. Bunday odamlarni odatda «sirkasi suv ko'tarmaydigan» yoki «jahli burnini uchida turadigan» odamlar deyishadi. Agar odam har doim o'ylab, aql bilan ish tutsa, kayfiyatini bo'lgan bo'lmagan narsalarga buzavermaydi.

Inson kayfiyatini paydo bo'lishiga va o'zgarishiga ta'sir qiluvchi quyidagi ikkita omillarni tahlil qilish lozim: Ulardan bittasi ob'ektiv va sub'ektiv xususiyatli vaziyatdir: a) tabiiy omillarga taalluqli bo'lgan vaziyat (havoning sovuqligi yoki issiqligi); b) shaxslararo munosabatning noqulayligi va boshqalar. Ikkinchisini bir manba sifatida talqin qilish mumkin, bu-sub'ektiv, shart-sharoitlardir. Masalan, mehnat va o'qish faoliyatiga kerakli vositalarning mavjudligi. Ikkinchi sub'ektiv munosabatlar, iliq psixologik muhit, muloqatmandlik maromi, rag'batlantirish, muloqot o'rnatish uslubi, shaxsiyatiga tegmaslik, teng xuquqlilik, shaxsning psixologik xususiyatlarini hisobga olish va hokozo.

Affekt tushunchasiga berilgan ta'riflarga asosiy e'tiborni qaratadigan bo'lsak bu ham shaxsning kuchli emotsional holatlari bilan bog'liqdir. K.Turg'unovning lug'atida aytilishicha, affekt tez va kuchli paydo bo'lib, shiddat bilan o'tadigan qisqa muddatli emotsional holatdir. A.V.Petrovskiyning "Umumiy psixologiya" darsligida affekt haddan ziyod tez kechishi bilan miyada paydo bo'luvchi, shaxsni tez qamrab oluvchi, jiddiy o'zgarishlarni yuzaga keltiruvchi jarayonlar ustidan irodaviy nazorat buzilishiga yetaklovchi organizm a'zolari funksiyasini izdan chiqaruvchi emotsional jarayonlarga aytiladi. M.Vohidov darsligida affekt to'satdan tez paydo bo'lib, tez orada o'tib ketadigan nihoyatda kuchli hissiy holat sifatida e'tirof etiladi.

Affekt lotincha so'z bo'lib, ruhiy hayajon ehtiros degan ma'noni anglatadi. Affektlar ko'pincha to'satdan paydo bo'ladi va ba'zan bir necha minut davom etadi. Affekt holatida kishini ongini tasavvur qilish, fikr qilish qobiliyati torayadi, susayib qoladi. Affektlar vaqtida odamning harakatlari kutilmagan tarzda portlash singari birdaniga boshlanib ketadi. Ba'zan affektlar tormozlanish holati tarzida namoyon bo'ladi va bunday holatda organizm bo'shshib, harakatsiz bo'lib va shalvirab qoladi. Bunday holat ko'pincha odam birdaniga qo'rqqanida, to'satdan quvonganida va shu kabi holatlarda o'zini yo'qotib qo'yish ko'rinishida namoyon bo'ladi.

Affekt holatini boshlanishida shaxs insoniy qadriyatlarining barchasidan uzoqlashib, o'z hissiyotining oqibati to'g'risida ham o'ylamaydi, hatto tana o'zgarishlari, ifodali harakatlar bilinmay boradi.

Kuchli zo'riqish oqibatida mayda kuchsiz harakatlar barham topadi. Tormozlanish miya yarim sharlari po'stini to'liq egallay boshlaydi, qo'zg'alish po'stloq osti nerv tugunlaridan oraliq miyada avj oladi, xolos. Buning natijasida shaxs hissiy kechinmasiga (dahshat, g'azab, nafratlanish, umidsizlik va hokazolar) nisbatan o'zida kuchli hohish sezadi.

Ma'lumotlarning ko'rsatishicha ko'pincha hissiyotlar affektiv shaklda o'tishi tajribalarda sinab ko'rilgan. Jumladan: 1) teatr tomoshabinlarida; 2) tantana nashidasini surayotgan olomonlarda; 3) es-xushini yo'qotgan telbasimon odamlarda; 4) ilmiy kashfiyot laxzasida; 5) tasodifiy qizg'in uchrashuvlarda, jo'shqin shodliklarda mujassamlashadi.

Affektlar vujudga kelishining dastlabki bosqichida har bir shaxs o'zini tushunish, o'zini qo'lga olish, uddalash qurbiga ega bo'ladi. Ularning keyingi bosqichlarida irodaviy nazorat yo'qotiladi, irodasiz harakatlar amalga oshiriladi, o'ylamasdan xatti-harakat qilinadi. Affektiv holatlar ma'suliyatsizlik, axloqsizlik, mastlik alomatida sodir bo'ladi, lekin shaxs har bir harakati uchun javobgardir, chunki u aql-zakovatli insondir. Affektlar o'tib bo'lgandan keyin shaxsning ruhiyatida osoyishtalik, charchash holati hukm suradi. Ba'zi hollarda holsizlanish, barcha narsalarga loqayd munosabat, harakatsizlik, faollikning barham topishi, hatto uyquga moyillik yuzaga keladi. SHuni ham unutmaslik kerakki, affektiv qo'zg'alish muayyan davrgacha davom etishi, ba'zan o'qtin-o'qtin kuchayishi yoki susayishi sodir bo'lib turishi mumkin.

Stress tushunchasining mazmuni mohiyati borasida qator ta'riflar uchraydi. Jumladan, A.V.Petrovskiy tomonidan stress–ffektiv holatga yaqin turadigan, lekin boshdan kechirilishining davomiyligiga ko'ra kayfiyatlarga yaqin bo'lgan his-tuyg'ularni boshdan kechirilishining alohida shaklidir, deb ta'rif beriladi. Profssor E.G'ozievning umumiy psixologiya kitobida yozilishicha, stress-og'ir jismoniy va murakkab aqliy yuklamalar ishlarning me'yoridan oshib, ketib xavfli vaziyatlar tug'ilganida, zaruriy chora-tadbirlarni zudlik bilan topishga intilganda vujudga keladigan hissiy zo'riqishlar sifatida ko'rsatiladi.

Stress – inson organizmini haddan tashqari zo'riqish natijasida paydo bo'ladigan tanglik jarayonidir.

Stress ko'rinishiga qarab ikki turga ajratiladi:

Konstruktiv – biz turidagi (ko'pchilik orasida);

Destruktiv – men turidagi (yakka shaxs o'zi bilan) kechadigan jarayon.

Stress holatini oddiy tilda aytadigan bo'lsak, bu insonlarda kechadigan tushkunlik holatidir. Insonning aqliy jihatlar va fiziologik tizimida stress holati bo'lmisligi mumkin emas. Bular ko'p hollarda muloqotlarda va boshqa ijtimoiy jarayonlarda yuz beradi. Stressni fiziologik va psixologik turlari mavjud. Fiziologik stress – bu o'ta jismoniy zo'riqish, biror og'riq, qo'rquv, kasalliklar natijasida vujudga keladi.

Fiziologik stress organizm o'ta zo'riqishi, temperaturaning baland yoki past bo'lishi, nafas olishning qiyinlashishi bilan bog'liq bo'ladi. Masalan, ba'zida odam organizmida qattiq og'riq bo'lganda, og'riq nimadan kelib chiqqanligini tushunib yeta olmaslik oqibatida odamda qo'rquv, xavotirlanish paydo bo'ladi va stress holatiga olib keladi.

Psixologik stress-odamning ruhiy holatiga voqealarni ta'siri tufayli paydo bo'ladigan stress .

Psixologik stress informatsion stress va emotsional stress turlariga ajraladi.

Informatsion stress axborotlarni haddan tashqari ko'p qabul qilish vazifalarni bajarishda bir qancha yechimlar bo'lsa-da, aniq ulardan qaysi birini tanlash yuqori darajadagi shiddat bilan qaror qabul qilishdagi ikkilanishi natijasida kelib chiqishi mumkin. Axborotlarni haddan tashqari ko'p qabul qilish oqibatida odam psixikasi zo'riqadi (charchaydi) va buyrak usti bezlaridan stressli garmonlar ko'p ishlab chiqara boshlaydi. Haddan tashqari zo'riqish natijasida miyada tormozlanish yuz beradi va oqibatda tanglikka olib kelgan axborotgina miyada aks etaveradi. Miya boshqa axborotlarni tashqi ta'sirni qabul qila olmay qoladi. Bu ba'zi hollarda salbiy yomon oqibatlarga olib kelishi mumkin. Miyada stressga olib kelgan axborot tormozlanib, saqlanib qolganda tanglik holatining yuqori nuqtasiga chiqqanda tanglik holatidan chiqib ketolmay o'z joniga qasd qilishgacha olib kelishi mumkin.

Emotsional stress-ta'qiq qilish, falokat, hayotiy o'zgarishlar (oilaviy mojarolar, to'satdan ishdan bo'shatish yaqin kishisini yo'qotish, uzoq muddatli sevgidan qutila olmaslik sababli, xavf ostida qolganda, atrofdagilar tomonidan noto'g'ri munosabat qilinganda va hokazolarda) ko'rinadi.

Olimlar o'tkazgan tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, falokat, hayotiy o'zgarishlar, kundalik tashvishlar ko'proq stresslar hisoblanadi.

Falokat – bu notinchlik, urush, yer qimirlash, suv toshqinlari, avtohalokatlar va hokazo. Bularning hammasi inson ruhiy holatiga juda katta salbiy ta'sir ko'rsatadi. Olimlar shuni ta'kidlashadiki, qattiq yer

qimirlashi, suv toshqinlari, yong'in bo'lishi kabi falokatlarning inson ruhiyatiga katta ta'sir ko'rsatishi natijasida xavotirlanish darajasi yuqori bo'lishi kuzatiladi.

Hayotiy o'zgarishlar – bu insonni hayotida yuz beradigan voqea va hodisalardir. Masalan, yaqin kishisining halok bo'lishi, kutilmaganda ish o'rnini yo'qotishi, ajralishlar va hokazo. Agarda inson bir qancha inqirozli vaziyatni boshidan o'tkazsa, qattiq kasallanishi va hattoki o'limga ham olib kelishi mumkin.

Kundalik tashvishlar – bu ish joylarida sodir bo'ladigan qiyinchiliklar, o'qish joylaridagi o'quvchilarning o'quvchilarga, o'qituvchilarning o'qituvchilarga noto'g'ri munosabatda bo'lishlari, imtihonlarni muvaffaqiyatsiz yakunlanishi va hokazolarda namoyon bo'ladi. Kundalik tashvishlar mayda stresslarni kelib chiqishiga sabab bo'lishi mumkin, mayda stresslar to'planib borib inson sog'lig'iga ta'sir ko'rsatadi. Jumladan, qon bosimining oshishi, yurak faoliyatining buzilishi va boshqalarda kuzatilishi mumkin. Doimiy yuz berib turadigan kundalik tashvishlar, aqliy, jismoniy, emotsional va ruhiy zo'riqishga olib kelishi mumkin

Stress ayrim odamlarda yengil kechadi, ayrim odamlarda jiddiyroq, qiyinroq o'tadi. Bunga asosiy sabab quyidagilar deb belgilanadi: uning hosil bo'lishi stressli vaziyatga qay darajada munosabatda bo'lishimizga va bu holatni baholashimizga va u bilan kurashishimizga bog'liqdir. Masalan, optimist odamlar stress holatini taqdirning bir sinovi deb qabul qilsa, pessimist odamlar uning hayotiga xavf-xatar tug'ildi, deb qabul qilar ekanlar. Pessimistlarda xavotirlanish darajasi yuqori bo'ladi va ular vaqtida ovqatlanmasalar ham stress holatiga tushib qolaveradilar. Psixologlar Maykl Shayer va Marl'z Karver fikricha, optimist inson eng og'ir, qiyin vaziyatda ham yaxshi deb oldinga intiladi, o'z organizmida stress moslashib olishiga yo'l qo'ymaydi.

Umuman olganda stress atamasi XX-asrning 40-yillariga kelib ommaviylashgan. Bunga sabab stress holatini to'g'ri tushunish va undan himoyalalanishni o'rganish, chunki stress turli salbiy munosabatlar natijasida vujudga kelishi mumkin.

U. Kennon yana shuni ta'kidlab o'tadiki, organizmni stressga qarshi kurashish yoki qochish vaqtida yurak urishi tezlashadi, qon aylanishi buziladi, ya'ni maqsadga intilish uchun tayyorgarlik ko'rishda organizmda qochish va kurashish kechadi. Bu reaksiyani u organizmni moslashish tizimi deb ataydi.

Kanadalik olim vrach G.Sele (1936-1976 yillar) o'zini 40 yillik ilmiy izlanishlari bilan U.Kennon nazariyalariga qo'shimchalar kiritib, stress psixologiya va tibbiyotda asosiy tushunchalarda biri ekinligini aytib o'tgan. G.Sele stress har doim ham zararli emas, ba'zan inson organizmiga yordam, ko'mak foyda berishi mumkin. Ayrim hollarda stressga tushib qolganda odam yashash uchun kurashish o'z ehtiyojini qondirish uchun faollashib, o'zi bilmagan zahiradagi energiyasini ishga solishi mumkin degan. U tirik organizmning noqulay tashqi sharoitlariga moslashuvchanlik muammosini o'rganib chiqqan.

G.Sel'eni fikricha, shu sabablar muhim va nomuhim stressni keltirib chiqaradi. Bu vaziyatlar bir-biriga bog'liqdir. Bunda 3 bosqich ajratiladi.

- xavotirlik bosqichi; - moslashish bosqichi; - o'ta charchash bosqichi.

Xavotirlik bosqichida taloqning kichrayishi, yog' qavatining yo'qolishi, oshqozonda o'tkir yallig'lanishning sodir bo'lishi, buyrak tepasida likotsidlarning kamayishi kuzatiladi. SHu bilan birga teri jarohatini pasayishi, ko'z yoshlanishi, so'lakning ajralishi kuzatiladi. Agarda ta'sir kuchli bo'lsa, bu bosqichda xavotirlik holati boshlanadi.

Moslashish bosqichida buyrak usti bezlari kattalashadi, organlar va to'qimalarning ishlashi sekinlashadi. Agar stressni keltirib chiqaruvchi omil organizmga kuchli ta'sir etsa etmasa shu holat uzoq vaqt saqlanib qoladi. Agar ta'sir kuchli bo'lsa, uchinchi bosqich boshlanadi.

O'ta charchash bosqichi – organizmda kuzatilayotgan yutuqlarga ko'ra bosqich xavotirli bosqichga yaqin. Bunda odatda organizm kasallanadi.

Birinchi bo'lib stress bo'yicha 1932 yili fiziolog Uolter Kennon va 1936 yilda vrach Gans Sel'e chuqurroq tushuncha berishga harakat qilganlar. U.Kennonning gomeostaz nazariyasi asosida 1933 yilda «Psixika va tana» asari yaratildi. Bu asarda barcha tashqi sharoit o'zgarishlariga optimal (to'la) moslasha oladigan bir yaxlit organizm haqida yozilgan. Organizmdagi turli o'zgarishlar, ya'ni ochlik, qo'rquv, jahldorlik holatlarini ko'p yillar kuzatib o'rganish natijasida «gomeostoz» ya'ni organizmni ichki holatini davomiyligi nazariyasi yaratildi. Uning fikricha, gomeostoz va tashqi muhit ta'sirida asosiy o'rinni markaziy va vegetativ nerv tizimi egallaydi. Markaziy nerv tizimi tashqi-muhit, bilan vegetativ nerv tizimi esa gomeostoz holatini saqlab turadi. Bundan organizmni «qochishi va kurashishi» uchun energiya ishlab chiqaruvchi simpatoadrenal tizimi muhim rol o'ynaydi.

Chet el mualliflari asosan ijtimoiy, psixik va fiziologik stress shakllarini ajratadilar. Ularning fikricha, ijtimoiy stress asosida shaxsning ijtimoiy, iqtisodiy yashash sharoiti yotadi. Ijtimoiy ziddiyatlar doimiy o'ziga ishonmaslik va keskinlikni yuzaga keltiradi.

12.5. Yuksak hislar

Hissiy jarayonlarning har xil shakllari normal odamda alohida, yakka holda mavjud bo'lmaydi. Yuzlab va minglab kechirilayotgan emotsiyalar, affektlar, kayfiyatlarda aniq yashaydigan umumlashtirilgan hislar yuksak hislar deyiladi. Yuksak hislar o'z tarkibiga birinchi soddaroq ko'rinishdagi turli hislarni oladi.

Inson faoliyatining qaysi bir turi, yoki qaysi bir sohasi, hislarni qaysi birining asosiy ekanligiga qarab, yuksak hislarning muhim turlari: praksik, axloqiy, intellektual, estetik turlari ajratiladi.

Praksik hislar. Inson amaliy hayotining istalgan sohasi maqsadga muvofiq aqliy faoliyatiga, shaxsning ularga nisbatan muayyan munosabatda bo'lish sohasiga aylanib qoladi. Bu birinchi navbatda biror maqsadni anglabgina qolmay, uni e'tirof etadigan yoki inkor qiladigan maqsadlarga erishish yo'llarini baholaydigan ta'sir qilish usullari va ko'lamlarini ma'qullaydigan va ma'qullamaydigan, ularni to'g'ri tanlanganligiga shubhalanadigan, nihoyat muvaffaqiyat yoki muvaffaqiyatsizlik hissini kechiradigan mehnat faoliyatida kuzatiladi. Mehnat inson hayotining asosi bo'lib, insonning mehnatga bo'lgan hissiy munosabati yuksak hislar orasida muhim o'rinni egallaydi,

Mehnat faoliyatida shaxs:

Biror maqsadni angelaydi.

Uni e'tirof qiladi yoki inkor etadi.

Maksadga erishish yullarini baholaydi.

Uni tadbir etish usullari va qurol vositalarini ma'kullaydi yoki ma'qullamaydi.

Ularning tanlanganligiga shubhalanadi.

Inson muvaffaqiyat yoki muvaffaqiyatsizlik hissini kechiradi va hokazo.

Aхлоqiy hislar odamning boshqa kishilarga, jamoa va o'zining ijtimoiy burchlariga bo'lgan munosabatlarida ifodalanadi. Inson bu hislarni kechirar ekan, ma'lum ahloqqa, ya'ni ijtimoiy ahloq-qoidalari va normalari majmuiga asoslanib, boshqa kishilarning xatti-harakatlariga yoki ruhiy hususiyatlariga hamda o'zining xatti-harakatlariga baho beradi.

Shaxsning yetakchi ahloqiy hislaridan biri bu burch hissidir. Bu his odam yashab va ishlab turgan tor doiradagi jamoa (oilal, maktab, ishlab chiqarish, korxonalar) manfaatlarini nuqtai nazaridan turib, harakat qilish lozimligini anglaganda ham kechiriladi. Odam o'zining ijtimoiy burchlari nimalardan iborat ekanligini bilib va tushunibgina qolmay, balki ularni bajarish zarurligini ichdan his qilib qayg'uradi. Kishilar hayoti va faoliyatida o'zaro yordamlashish, hamjihatlik, intilish va manfaatlar birligiga asoslangan o'rtoqlik munosabatlari yuzaga keladi.

O'rtoqlik munosabatlarining yuksak cho'qqisi do'stlik hissida namoyon bo'ladi. Do'stlik hissi o'rtog'iga mehribonlikda uni ko'rish u bilan gaplashish o'z fikr hislari bilan o'rtoqlashishda namoyon bo'ladi. Haqiqiy do'stlik hissi do'stga nisbatan yuksak talabchanlik bilan bog'liqdir. Xato va kamchiliklarni tuzatishga ham yordam berish, do'stlikka yaqin bo'lgan muhim ahloqiy his muhabbat hissidir. Muhabbat jamiyatda nikoh va oilaning ahloqiy psixologik asosi hisoblanadi.

Agar odamning jamiyatdagi xatti-harakatlari ahloq normalariga mutlaqo zid bo'lsa, odam vijdon azobiga uchraydi. Vijdon azobi murakkab hissiy holatdir. Mobodo odam biror ahloqsiz harakat qilib, vijdon azobiga uchrasa, undan qutilishi juda qiyin bo'ladi. Chunki vijdon azobiga uchragan odam jamiyat oldida o'zining nohaqligini biladi va o'zini-o'zi so'roq qila boshlaydi. Shuning uchun odam o'zidan-o'zi qochib qutila olmagandek, vijdon azobidan ham hech qachon qochib keta olmaydi.

Ma'lumki, vijdon azobi kishining qalbida chuqur ichki kurash hissini tug'diradi. O'z xatti-harakatida ahloq tamoyillariga amal qilmagan, uyati ham vijdoni bo'lmagan kishilarni «vijdonsiz» odamlar deyiladi. Kishi yomon bir ish qilib qo'yganligi bu kishining o'ziga munosib emasligini, anglashi bir tomondan vijdonini qiynaydi, vijdon azobiga soladi, ikkinchi tomondan ahloq talablariga xilof ish qilish bilan boshqalardan malomatga qolishni, ularni o'rniga nisbatan salbiy xislat paydo qilishni ham tushunadi. Masalan, mazkur jarayonga quyidagi misolni keltirib o'tish joiz. AQSH prezidenti R. Trumen 1945 yili 6 avgustda Yaponiyaning Xirosima va Nagasaki shaharlariga atom bombasini tashlashga buyruq bergan edi. Amerikaning birinchi darajali uchuvchisi Mayor Klod Izerli Xirosimaga atom bombasini tashlab 300 000 kishini yostig'ini quritishda ishtirok etdi. Atom bombasi zarbidan o'lgan yosh bolalarni qariyalarni, xotin-qizlarni o'z ko'zi bilan ko'rgan Izerli vataniga qaytganda "Xirosima qahramoni"ni sifatida uni tantana bilan kutib olishadi.

Izerlini vijdon azobi kundan kunga battarroq qiynay boshladi. U vijdonini tinchitmoq uchun nafaqadan, hamma mukofatlardan voz kechdi, o'ziga berilgan ordenlarni qaytarib bermoqchi bo'ldi. Pul to'plab Xirosimaga yordam yubordi. Ammo vijdon azobi hamon uni ezardi, ta'qib qilardi, kechalari uxloymasdan o'zini o'zi o'ldirishga urinib ko'rardi. Ammo natija chiqmadi, zora qamasalar, deb jinoyat qildi. Nihoyat Klod Izerli aqlidan ozibdi, deb uni jinnixonaga yotqizdilar.

Estetik hislar ham yuksak ahloqiy hislardan hisoblanadi. Estetik his deganda biz go'zallikni idrok qilish, go'zallikdan zavqlanish va go'zallik yaratishga intilishni tushunamiz. Estetik hissiyot hamma odamlarga xos bo'lgan hissiyotdir. Atrofdagi tabiat manzaralari estetik hissiyotlarimizning birinchi manbai hisoblanadi. Masalan, bahor faslidagi tog' manzaralari yaylovlarda qo'y va qo'zichoqlarning o'tlab yurishlari, baland qorli qoyalarni uzoqlardan mag'rur turishlari odamda estetik lazzatlanish hissini tug'diradi yoki xuddi dengizdek ko'z ilg'amaydigan ko'm-ko'k paxtazorlar uzoqlarda chiroyli bo'lib ko'rinib turgan dala tepaliklari odamda qandaydir ko'tarinki ruh tug'diradi.

Odamlar hayotning turli faktlariga va ularning san'atini aks ettirishiga qandaydir go'zallik yoki xunuklik fojiali yoki kulguli, oliyjanoblik va razillik, nozik yoki dag'al hodisalar sifatida munosabatda bo'ladilar. Bu hislar tegishli baholarda estetik didlarda namoyon bo'ladi va o'ziga xos badiiy lazzatlanish holatida kechiriladi.

Estetik hissiyotlarning manbalari juda ko'p va xilma-xildir. Masalan, tabiat manzaralaridan lazzatlanishdan tashqari tasviriy san'at asarlari, badiiy-adabiy asarlar, muzika va xaykaltaroshlik, arxitektura va me'morchilik ishlari ham odamda estetik hisni tug'diradi. Bundan tashqari odamlarning o'zaro bir-birlari bilan bo'lgan munosabat va muomalalari ham estetik hissiyotlarning manbalari bo'la oladi. Odamning kiyinishi, uyining tutishi, qanday jihozlanish, boshqalar bilan muomalasi ham estetik hislarimizning manbai bo'la oladi. Masalan; dag'al gaplashadigan kishidan odam nafratlanadi, aksincha muomalali, gapni o'rinli va madaniyatli qilib gapiradigan kishidan odam zavqlanadi. SHunday odamlarga taqlid qilgisi keladi. Umuman odamning estetik hissiyotlari ko'p manbalarga ega bo'lgan murakkab hissiyotlardandir.

Intellektual hissiyotlar ham o'z mohiyati jihatidan ahloqiy hissiyotlarga yaqin bo'lgan hissiyotlardir. Intellektual hissiyotlar odamning bilish jarayoni bilan bog'liq bo'lgan hissiyotlar bo'lib, biror narsadan hayron qolish, hayratda qolish, shubhalanish kabi holatlarda ifodalanadi. Intellektual hissiyotlarga dastavval ajablanishni kiritish

mumkin. Ajablanish inson bilish faoliyatining ajralmas tomonidir. Ajablangan va qandaydir tushunib bo'lmaydigan, hayratda qoldiradigan emotsiyalarga berilib qolgan odam o'zining bilish ehtiyojlarini qondirishga intiladi. Haqiqatni izlash shubhalanish hissi bilan bir vaqtda amalga oshirish mumkin. Bu his odam faol bilish faoliyati orqali hosil qilgan g'oya hamda e'tiqodlarni hayotga tadbiq qilish uchun bo'lgan kurashning qiyin daqiqalarida unga madad bo'ladi.

IRODA

Iroda to'g'risida tushuncha. Ma'lumki, insonning ehtiyojlari ijtimoiy tuzum shakllari taraqqiyotiga qarab o'zgaradi. SHu bois o'z ehtiyojlarini qondirish uchun inson harakat qiladi. SHaxs o'z harakatlari yordami bilan muhitga moslashadi va undan o'z ehtiyojlari uchun foydalanadi. Lekin shu bilan birga odam muhitni o'z ehtiyojlariga muvofiqlashtirib o'zgartiradi, qayta quradi va o'ziga moslashtiradi.

Odamning shaxs sifatidagi faollik xususiyati shundan iboratki, o'z ehtiyojlarini qondirishga yordam beradigan harakatlari instinktiv harakatlar emas, balki asosan oqilona, ongli harakatlardir. Bu onglilik shundan iboratki, odam oldindan biron-bir maqsadni ko'zlab harakat qiladi, shu maqsadga yetishish uchun yordam bera oladigan vositali yo'l va usullarni oldindan qidirib topadi, to'sqinlik va qiyinchiliklarni yengish uchun ongli ravishda kuch-g'ayratini ishlata oladi.

Odam faqat o'ziga xos madaniy-ijtimoiy ehtiyojlarini qondirishdagina emas, balki, tabiiy-biologik ehtiyojlarini qondirishda ham ongli va oqilona ravishda ish tutadi.

Odam tevarak – atrofdagi narsalarni o'zgartirib o'ziga moslashtirar ekan, yangilik yaratadi, ijod qiladi, shu yangilikni tevarak-atrofdagi voqelikka qo'shadi, voqelikni o'zgartiradi va to'ldiradi. Umuman odam har doim harakat qilmasdan tura olmaydi. Ana shu jihatdan olganda odamning barcha harakatlarini ikki turkumga bo'lish mumkin. Ulardan birinchisi ixtiyorsiz harakatlar bo'lsa, ikkinchisi ixtiyoriy harakatlardir.

Odamning ixtiyorsiz harakatlari qat'iy bir maqsadsiz, ko'pincha impul'siv tarzda, ya'ni reflektor tarzda yuzaga keladi. Masalan, yo'talish, aks urish, ko'z qovog'ini ochib yumilishi va shu kabilar. Bu harakatlarni odam oldindan o'ylab rejalashtirmaydi. Ixtiyorsiz harakatlar har qanday sharoitda yuz berishi mumkin. Ixtiyorsiz harakatlar ba'zan, odamning aqliy faoliyatlari bilan ham bog'liq bo'ladi. CHunonchi, ixtiyorsiz idrok, ixtiyorsiz diqqat, ixtiyorsiz esda olib qolish, ixtiyorsiz esga tushirish holatlari ham bo'ladi. Bunday hollarda odamning ixtiyorsiz harakatlari

idrok qilinayotgan narsaning boshqa narsalardan keskin farq qilishi yoki odamning qiziqishlari, ehtiyojlari bilan bevosita bog'liq bo'ladi.

Irodaning nerv-fiziologik asoslari. Irodaviy ya'ni ixtiyoriy harakatlarning nerv – fiziologik asosida bosh miya katta yarim sharlari po'stlog'ining shartli reflekslar hosil qilishdan iborat bo'lgan murakkab faoliyati yotadi. Irodaviy harakatlar har doim to'la ongli harakatlar bo'lgani uchun bosh miya po'stlog'ida yuzaga keladigan optimal qo'zg'alish manbalari bilan ham bog'liq bo'ladi. Bu haqda akademik I.P.Pavlov shunday deb yozgan edi: “Mening tasavvurimcha, ong ayni shu chog'da xuddi shu sharoitning o'zida ma'lum darajada optimal (har holda o'rtacha bo'lsa kerak) qo'zg'alishga ega bo'lgan bosh miya katta yarim sharlarining ayrim joylaridagi nerv faoliyatidan iborat”.

Bundan tashqari irodaviy harakatlar ongli harakatlar sifatida ikkinchi signallar tizimining faoliyati bilan bog'liqdir. Ma'lumki, odam ayrim nojo'ya harakatlardan o'zini so'zlari orqali (ya'ni o'ziga-o'zi pand-nasihatlar qilish yoki tarbiya berish orqali) ushlab qoladi. Shuning uchun irodaviy, ixtiyoriy harakatlarni amalga oshirishda ikkinchi signallar tizimining roli juda kattadir. Ana shu sababdan bo'lsa kerak akademik I.P.Pavlov ikkinchi signallar tizimiga baho berib, bu signallar tizimi insonlar hulq-atvori va ixtiyoriy harakatlarining yuksak boshqaruvchisidir” – degan edi. Shuni ham aytish kerakki, iroda ikkinchi signallar tizimi birinchi signallar tizimiga asoslangan holda ishlaydi. Agar ikkinchi signallar tizimi o'z faoliyatida birinchi signallar tizimiga asoslanmasa, odamning aks ettirish jarayoni ma'lum bir tizimli, ma'noli bo'lmaydi. Ikkinchi signallar tizimi birinchi signallar tizimiga asoslanishi bilan birga uning faoliyatini boshqarib, nazorat qilib turadi. Demak, irodaviy, ixtiyoriy harakatlarda ikkinchi signallar tizimi bilan birga birinchi signallar tizimi ham ishtirok etadi.

Irodaviy ixtiyoriy harakatlarni amalga oshirishda nerv tizimining umumiy normal holati ham juda katta ahamiyatga egadir. Masalan, uzoq davom etadigan qattiq kasallikdan so'ng nerv tizimi nihoyatda madorsizlanib, odamning irodasi bo'shshib ketadi. Odam biror ishdan qattiq charchagan paytda ham nerv tizimi zaiflashib, irodasi bo'shshib ketadi. Ana shuning uchun irodaning mustahkamligini ta'minlash maqsadida odam vaqti – vaqti bilan dam olib turishi kerak.

Kishi ba'zan tez qarorga keladi, bu qarorning bajarilishi mumkinligiga ishonadi. Buni qat'iyat deb ataymiz. Ba'zi motivlar kurashi uzoq vaqtga cho'zilib ketadi va qaror bajarilishiga ishonchsizlik hamda ikkilanishlar bilan qabul qilinadi. Bu qat'iyat sezgirlikdir. Masalan, o'rta

maktabni bitirayotgan va bitirgan ba'zi yigit-qizlar qaysi o'quv yurtiga yoki korxonaga kirish masalasini tez hal qiladilar, boshqalari esa juda uzoq vaqt ikkilanib, xayolga tolib yuradilar. Qat'iyat odamda jiddiylik vaziyatining yengillashtirishi mamnunlik tuyg'usini tug'dirsa, qat'iysizlik ikkilanish hissi, jiddiylik tuyg'usi va alohida noaniq holat bilan birga sodir bo'ladi.

Biror qarorga kelish sur'ati bir qancha sabablarga, jumladan, ehtiyojga, hal qiluvchi motiv kuchiga, vaziyatga, hissiyotga tafakkur va xayolning taraqqiyot darajasiga, kishining turmush tajribasi va bilimlariga, temperamenti va xarakteriga, boshqa kishilarning nasihat, buyruq, iltimos takliflariga quloq solishiga bog'liq bo'ladi. Biror qarorga kelish sur'ati asosan qo'yilgan maqsadning ahamiyatiga, biror qarorga keltiruvchi faoliyatning xarakteriga bog'liq bo'ladi.

Murakkab tarzdagi motivlar kurashi va qarorga kelish faqat shunday hollarda bo'ladiki, bunda odamning hayoti va faoliyati uchun ayniqsa muhim ahamiyatga ega bo'lgan yangi maqsadlar qo'yiladi va bu maqsadlarni amalga oshirish uchun yangicha usullar va vosita talab qiladi.

Qat'iyat faqat tezlik bilan qarorga kelishdagina emas, shuningdek bu qarorni tez va dadil bajarishda ham zohir bo'ladi. Tezlik bilan qarorga kelish va uni aniq belgilangan muddatda bajarish – qat'iyatni namoyon qilish demakdir.

Qaror qabul qilinsa-yu, keyin o'zgartirilsa, yoki boshqa qaror bilan almashtirilsa, yoxud butunlay bekor qilinsa, bunday qarorni yuzaki yoki bo'sh qaror deb ataladi. Qat'iyat va mustahkam qarorga kelish-irodaning yuksak sifatidir.

Qabul qilingan qarorning o'zgarishi ko'pincha yana bu qaror to'g'risida yetarli darjada o'ylamaslikdan, emotsional holatning o'zgarishidan yoki kishi harakat qilayotgan sharoit o'zgarishidan kelib chiqadi. Qarorning o'zgarishi ko'pincha motivlar kurashining qaytadan boshlanib ketishiga va oxirgi marta qat'iy qaror qabul qilishga olib keladi.

Qarorni ijro etish. Qaror unga muvofiq keladigan choralar ko'rish va harakat qilish uchun qabul qilinadi. Qarordan harakatga o'tishni ijro qilish (yoki bajarish) deyiladi. Irodaviy jarayonda eng muhim narsa-qabul qilingan qarorni ijro etishdir.

Irodaviy harakatlar ikki xil bo'ladi: jismoniy va aqliy harakatlar. Jismoniy harakatlarga har xil mehnat operatsiyalari, o'yin, sport mashg'ulotlari va boshqalar kiradi. Aqliy harakatlarga esa masala yechish, yozma ishlar, dars tayyorlash, ilmiy tadqiqot ishlarini olib borish

va shu kabilar kiradi. Ko'p vaqt takrorlanib, o'zlashib ketgan ko'nikma va odat bo'lib ketgan harakatlar ham murakkab irodaviy harakatlardandir.

Qarorni ijro etish odatda ma'lum vaqt, muddat bilan bog'liq bo'ladi. Qaror kechikmasdan belgilangan vaqtda ijro etilsa bu irodaning ijobiy sifatidan dalolat beradi. Bu esa ishchanlik, puxtalikni bildiradi.

Ammo qabul qilingan qaror hamisha bajarilavermaydi. Ayrim hollarda esa o'z vaqtida ijro etilmay qoladi. Kishining ba'zi bir holatlarida a'zoyi-badani bo'shashib turganda, xafalik chog'ida o'z kuchlari va imkoniyatlaridan hafsalasi pir bo'lib turganda qaror ha deganda bajarilavermaydi. Qarorni bajarishda ro'y beruvchi to'sqinliklar oldindan nazarda tutilmaganda yoki maqsadning o'zi vaziyat o'zgarishi bilan kerak bo'lmay qolganda shunday bo'ladi.

Shunday hollar ham bo'ladiki odam ko'pgina qaror qabul qiladi, ammo qarorning ijrosi cho'zilib ketadi, paysalga solinadi, boshqa muddatlarga ko'chiriladi. Ijrosi paysalga solinadigan yoki butunlay ijro etilmaydigan qarorlar ko'pincha niyatlar deb ataladi. Ancha vaqtdan keyin, lekin muayyan muddat o'tgach ijro etiladigan qarorlar ham niyatlar deb ataladi. Masalan, o'quvchi yoki talaba o'quv yilining boshida barcha imtihonlarni faqat "a'lo" baholar bilan topshirishga qaror qilishi mumkin.

Irodaviy zo'r berish. Qabul qilingan qaror to'g'ridan-to'g'ri, avtomatik ravishda amalga oshirilavermaydi. Qabul qilingan qarorni amalga oshirish uchun ongli ravishda irodaviy zo'r berish ham kerak.

Irodaviy zo'r berish ongning avvalo nerv-muskul apparatining zo'riqishida ifodalanadi va organizmning tashqi ko'rinishlarida namoyon bo'ladi. Irodaviy zo'r berishning ana shu ifodali tomoni odamning iroda holatini tasvirlovchi badiiy asarlarda gavdalantirilganini ko'p uchratish mumkin.

Ba'zi odam irodaviy zo'r berolmagani sababligina qabul qilgan qarorni muddatida ijro etolmaydi. Bunday hollarda "bajarsammikan yoki yo'qmi" degan yangi kurash ham boradi. Zo'r berish uchun yana kuch sarflashga to'g'ri keladi. Kuch sarflay olmaslik yoki bu masalada ikkilanish irodaning shu paytdagi bo'shligini ko'rsatadi. Qabul qilingan qarorni zo'r berish yo'li bilan ijro etish irodaning muhim belgisi hisoblanadi.

Irodaning o'ziga xosligi ongli ravishda zo'r berishning biron darajasida bajariladigan harakatlardan iborat.

Irodaviy zo'r berish va irodaviy harakat maqsadga erishish yo'lida uchraydigan to'siqlarni yengishda namoyon bo'ladi. Kishining irodasi juda katta to'siqlarni yengishga to'g'ri kelganda, ayniqsa yaqqol

ko`rinadi. Irodaviy zo`r berish va irodaviy harakatlar yo`li bilan yengishga to`g`ri keladigan to`sqinliklar ikki xil: ichki va tashqi to`sqinliklarga bo`linishi mumkin.

Irodaviy zo`r berish yo`li bilan yengishga to`g`ri keladigan ichki to`siqlar odam organizmi va psixikasining holatidir. Odam tinch harakatsiz va hech qanday faoliyatsiz holatda bo`lishi mumkin, masalan, dam olish, uxlash, charchash, kasallik paytida shunday holat bo`ladi. Biron ish bilan shug`ullanmay harakatsiz o`tirishga, ya`ni yalqovlikka undovchi mayl ham shunday holatdan hisoblanadi.

Irodaviy zo`r berish yo`li bilan avvalo organizmning passiv holatini o`zgartirish uni faol holatga keltirish zarur bo`ladi. Masalan, o`rnida yotgan kishi (motivlar kurashi) turlicha qaror qiladi va o`zini majbur qilib o`rnidan turadi. Yalqovlikni yengish uchun ba`zan juda ko`p zo`r berishga to`g`ri keladi.

Irodaviy zo`r berish yo`li bilan kishining aqliy faoliyatini ham faol holatga keltiriladi. Masalan, ma`ruza boshlanishi bilan talaba darhol irodaviy kuchni ishga solib, diqqatni bir joyga to`playdi, irodaning barqarorligini saqlab qoladi, tafakkur va esda olib qolish jarayonlarini kuchaytiradi.

“Harakat qilish o`ziga qanday o`rgatilgan bo`lsa – deydi I.M.Sechenov – harakatni to`xtatib qolishni boshqarishga ham shunday o`rganmoq kerak”.

Kishi irodaviy zo`r berish yo`li bilan ixtiyorsiz faollikni batamom yo`qotib yubormaydi, balki shu faollik ko`rinishlarini faqat o`zgartiradi, yoki bosib qo`yadi. Ixtiyorsiz faollik ko`rinishlarini bosilishi vazminlik deb ataladi.

Iroda-avvalo kishining o`zini qo`lga ola bilishi, o`z intilishlari, hissiyotlari va ehtiroslarini bosa bilishi demakdir. Iroda kishining o`z-o`zini idora qila olishi, o`z xulqi va faoliyatini anglab, bilib tartibga solish va boshqara olish qobiliyati demakdir.

Kishining ichki to`siqlarni yenga olish, o`zini boshqarish va o`z ustidan hukmronlik qila olish qobiliyati odatda ichki iroda deb yuritiladi. Kishi irodaviy zo`r berish yo`li bilan tevarak-atrofdagi voqelikda uchraydigan tashqi to`siqlarni yengishi zarur bo`ladi. Kishi o`z oldiga qo`yilgan maqsadni amalga oshirishga qarshilik qilayotgan to`sqinliklarni yengib o`tadi, voqelikni o`z maqsadiga muvofiq ravishda o`zgartiradi va uni o`z ehtiyojlariga moslashtiradi. Insonning to`siqlarni, tashqi qiyinchiliklarini yenga olish qobiliyati tashqi iroda deb ataladi.

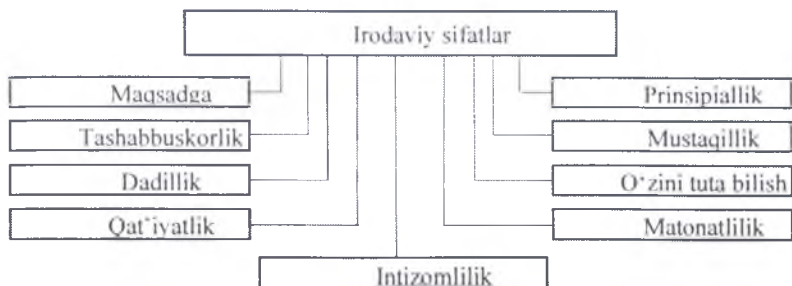
Ammo irodani faqat shartli ravishda ichki va tashqi deb ikkiga bo'lish mumkin. Inson irodasi bitta, lekin u tashqi olamdagi o'zgartirish va boshqarishga qaratilishi bilan birga shaxsiy, sub'ektiv holatlarni va jarayonlarni boshqarishga qaratilishi ham mumkin. Modomiki, shunday ekan. tashqi to'sqinliklarni yengish ichki to'sqinliklarni yengish bilan chambarchas bog'liqdir.

Inson tashqi olamga ta'sir etar ekan, tashqi olam hodisalarini boshqarish bilan bir vaqtda o'zini, o'z organizmini, qo'l-oyoq muskullarini ham boshqaradi, ularning tarangligini kuchaytiradi yoki susaytiradi, ularning harakatlarini uyg'unlashtiradi, butun organizmning moslashish vaziyatini vujudga keltiradi va zarur paytda bu vaziyatni o'zgartiradi va hokazo. SHu bilan birga ixtiyoriy harakatlar, asosan mehnat faoliyatida odamning ixtiyoriy faollik ko'rinishlarini to'xtatib va bosib turishga to'g'ri keladi. SHuning uchun odamning irodaviy zo'r berishi va ixtiyoriy harakatlari tashqi to'sqinliklarni yengishga qaratilishi bilan bir vaqtda organizmning ichki ahvolini ham o'zgartiradi. Inson tevarak-atrofdagi voqelikni o'zgartirar ekan, o'zini-o'z vujudini ham o'zgartiradi.

Irodaviy harakatlar bajarilgandan keyin ularga baho beriladi. Qaror ijro etilgandan keyin, ba'zan esa qarorni bajarish jarayonida ham ko'pincha harakatlarga baho berish, qarorni qanday ijro etilganligiga baho berish kerak bo'ladi. Qarorni ijro etish yuzasidan qilingan baho berish qabul qilingan qarorni hamda qilinadigan ishni ma'qullash, oqlash yoki qoralashdan iborat bo'ladi. Bu baho qabul qilingan qaror yoki bajarilgan harakatlardan mamnun bo'lish yoki mamnun bo'lmaslik tufayli kelib chiqqan maxsus hissiy kechinmalarda ifodalanadi. Salbiy baho ko'pincha qilingan ishlarga pushaymon bo'lish, achinish, uyalish va afsuslanish kabi hislar tug'ilishiga sabab bo'ladi. Qilinayotgan yoki qilinadigan ishlarga beriladigan baho qabul qilingan qarorni yoki bajarilgan harakatlarni ma'qullovchi, oqlovchi yoki qoralovchi maxsus hukmlarda ifodalanadi.

Shaxsning irodaviy sifatleri. Kishining irodaviy sifatleri ya'ni iroda kuchi, mustaqilligi jihatidan ayrim hollarda turlicha namoyon bo'ladi. Irodaviy sifatarning klassifikatsiyasi sxema tarzida quyidagicha ifodalanadi.

Har bir kishida irodaning ayrim sifatleri umr bo'yi mustahkamlanib, shu odamning xususiy sifatleri (ya'ni doimiy xislatlari) bo'lib qolishi mumkin. SHaxsning bu o'ziga xos xususiyatlari xarakter xislatlari deb ataladi. Har bir kishidagi biron bir irodaviy sifatarning har qanday namoyon bo'lishi shu kishi xarakterining xislati bo'lavermaydi.



Ayrim hollarda hatto tasodifiy ravishda kishi kuchli iroda ko'rsatishi mumkin, ayrim hollarda mazkur kishining irodasi, umuman kuchli iroda kuchi shu kishi xarakterining xislati ekanligidan dalolat beravermaydi. Bu kishining irodasi kuchli deb aytish uchun uning iroda kuchini bir marta emas, bir necha marotaba namoyon qilganini bilmoq kerak.

Kishining xarakterini ta'riflaganimizda falon kishi dadillik qildi, rost gapirdi demasdan, balki bu odam dadil, rostgo'y, to'g'riso'z deb ataymiz. Buning ma'nosi shuki dadillik va rostgo'ylik, to'g'riso'zlik shu odamning xususiyatlaridir, xarakter xislatlaridir, tegishli sharoitda bu kishi dadillik, rostgo'ylik, to'g'riso'zlik xislatlariga ega ekanligini namoyon qildi deb aytamiz. Kishi xarakterini, xislatlarini bilib olgach, uning biron ish-harakatda qanday yo'l tutishini ancha aniq bilib olamiz, oldindan aytib bera olamiz.

Iroda kuchi va xarakter qat'iyati. Iroda ma'lum kuch bilan yuzaga chiqadi: ba'zi hollarda kishining irodasi kuchli sur'atda namoyon bo'lsa, boshqa hollarda kuchsiz namoyon bo'ladi.

Iroda kuchi irodaning muhim sifatidir. Iroda kuchining turli darajasi irodaviy jarayonning hamma bosqichlarida ko'rinadi. Iroda kuchi avvalo ehtiyojlarni his qilishda va intilishda ko'rinadi, biz kuchli hamda kuchsiz intilishlarni, kuchli hamda kuchsiz hoxishlarni farq qilamiz.

Iroda kuchi ravshan va aniq maqsad qo'yishda, shuningdek mazkur maqsadga yetishishga yordam beradigan yo'l, vosita va usullarni ochiq tasavvur qilishda namoyon bo'ladi. Bu ochiq ravshanlik darajasi esa kishining turmush tajribasiga, bilimiga va umumiy saviyasiga bog'liq. Aniq maqsad qo'yishda inson tafakkuri va ayniqsa real xayollar (fantaziya) ning taraqqiy etishi xususiyatlari katta rol o'ynaydi.

Iroda kuchi tezlik bilan qarorga kela olishda va qarorni mustahkamligida, sabotlilikda ko'rinadi. Yuksak g'oyaviy tamoyillarga asoslangan oqilona qat'iyatlik va sabotlik kuchli iroda belgilaridandir.

Qat'iyatsizlik ikkilanish, qabul qilingan qarorning bajarilishiga shubha bilan qarash va sabotsizlik kuchsiz iroda belgilaridandir.

Iroda kuchi jasorat deb ataladigan dadillikda ayniqsa ravshan ko'rinadi. Jasorat kishining shunday holatiki, bunda kishi tez qarorga keladi va uni bajarishga ahd qiladi. Hatto salomatligini va hayotini xavf ostida qoldirishi mumkinligi hayoliga ham kelmaydi. Jasorat kishining boshqa kishilarga emas, balki o'ziga bergan amridir. Kishi ahloqiy burchining talabiga ko'ra, buyuk maqsadga erishish uchun bir zumda hayot bilan o'limdan birini tanlab olsa, bunday jasorat iroda kuchi ekanligini ko'rsatadi.

Jasorat shunday qarorki, u go'yo ish-harakatga aylanadi. Bu ish-harakat esa kuchli zo'r berishni talab qiladi. Xarakter xislati bo'lgan dadillikda odamning qanchalik puxta o'ylab ish ko'rishiga qarab, bu dadillik maxsus tusga kiradi.

Puxta o'ylab ish ko'rishni o'zi yuksak g'oyaviylikka va kishining axloqiy tamoyillariga asoslangan taqdirda ijobiy xislat hisoblanadi. O'ylab, shoshmasdan bir qarorga keladigan kishilarni mulohazakor kishilar deb ataymiz.

Odatda o'zgaruvchan ayrim hislar kayfiyatlar ta'sirida tez bir qarorga keladigan xarakterli, dadil kishilar ham mavjud. Bular hissiyotga beriladigan tasodifiy kayfiyatli kishilardir. Bunday kishilar odatda sabotsizligi, shoshma-shosharligi va kalta o'ylashi bilan ajralib turadilar.

Kishi uncha ikkilanmasdan o'ylab, e'tibor bilan to'g'ri bir qarorga kelsa va shu qarorni dadil amalga oshira bilsa, dadillik xarakterning ijobiy xislati bo'ladi.

Bir necha imkoniyatdan birini tanlab olishga to'g'ri keladigan ish – harakat bir qadar xavf-xatar bilan bog'langan bir murakkab vaziyatda dadillik ayniqsa yaqqol ko'rinadi. Qat'iyatsizlik xarakterning salbiy xislatidir, qat'iyatsizlikda kishi sustlik bilan bir qarorga keladi, qabul qilgan qarorini ko'pincha o'z vaqtida bajarmaydi. Bunday odam qabul qilgan qarori to'g'riligiga shubhalanadi, turli imkoniyatlardan birini tanlab olishda ikkilanadi, ayniqsa qiladigan ish-harakatlari xavf-xatar bilan bog'langan bo'lsa, shunday ahvolga tushadi. SHu sababli qat'iyatsiz kishilar ko'pincha kam faolliklari bilan ajralib turadilar yoki umuman passiv bo'lib, yalqov, tanbal degan taassurot tug'diradilar.

Sabotlilik dadillikka chambarchas bog'liq bo'lib, xarakterning ijobiy xislati hisoblanadi. Xarakterning bu xislatiga ega bo'lgan kishilar qabul qilgan qarorlarini odatda o'zgartirmaydilar, bekor qilmaydilar va bu qarorlarini bajarmasdan qo'ymaydilar. Bu kishilar va'dalarining ustidan

chiqadilar, aytgan soʻzlarini albatta qiladilar, ularning gapi bilan ishi bir boʻladi. Ularga ishonsa boʻladigan subutli insonlardir.

Qabul qilingan qarorlarini koʻpincha bekor qiladigan, bergan vaʼdalarini ustidan chiqmaydigan, aytgan soʻzidan tonadigan kishilar subutsiz hisoblanadi.

Kishi irodasining kuchi va qatʼiyati xarakterning irodaga bogʻliq boʻlgan qaysi xislatlarida ifodalangan boʻlsa oʻsha xislatlar eng yorqin xislatlardan hisoblanadi. Bu xislatlar har bir kishining xarakterida bir qadar namoyon boʻladi. Ammo hamma kishilarni va har qanday odamni irodasi kuchli, xarakteri kuchli deb boʻlmaydi. Balki shu sifatleri bilan boshqa kishilardan ajralib turgan odamlargina irodasi kuchli, xarakteri qatʼiy deb ataladi. Iroda kuchi va qatʼiyati odamning oʻzini tuta bilishida, jasurligida, matonatida va chidamliligida namoyon boʻladi.

Iroda kuchi qabul qilingan qarorni oʻz vaqtida bajarishda koʻrinadi. Shuning uchun qarorni bajarmaslik yoki uning bajarish muddatini doimo paysalga solish, galdan-galga qoldiraverish, boshlagan ishini oxiriga yetkaza bilmaslik irodaning kuchsizligi alomatidir.

Lekin qabul qilingan qarorni bajarish har qanday qilingan ish-harakatning, irodaning kuchli ekanligidan darak beravermaydi. Iroda kuchi asosan irodaviy harakatlar yordami bilan qanday toʻsiqlar yengilganiga va shu yoʻl bilan qanday natijalarga erishilganligiga qarab aniqlanadi. Irodaviy zoʻr berish vositasida bartaraf qilinadigan qarshilik va qiyinchiliklar darajasi va xarakteri iroda kuchining obʼektiv koʻrsatkichi boʻlib xizmat qiladi.

Kishi katta toʻsqinliklarni, qiyinchiliklarni, qarshiliklarni irodaviy zoʻr berish va irodaviy harakatlar yordami bilan bartaraf qilib, zoʻr muvafaqqiyatlarga erishsa, bu kishi irodasi kuchli ekanligini koʻrsatadi.

Kosmonovtlar mislsiz iroda kuchini butun jahonga namoyish qilishadi. Bu qahramonlar kosmik parvozlarga tayyorlanish davrida ham, parvoz paytida ham oʻz irodalarining yuksak sifatlarini namoyish etadilar. Bu qahramonlar kuchli iroda va uning xilma-xil koʻrinishlari oʻz xarakterining asosiy xislati boʻlgan kishilarning yorqin misolidir.

Kishi irodasining kuchsizligi uning juda arzimas toʻsqinliklarni ham bartaraf qila olmasligida koʻrinadi. Masalan, baʼzan kishi biron kerakli xatni yozishga yoki biror zarur ishni boshlashga oʻzini majbur eta olmaydi. Irodaning kuchsizligi odatda irodasizlik deb ataladi. Qarorni bajarish jarayonidagi ixtiyoriy ish-harakatlardagi iroda kuchi oʻzini tuta bilishda, jasurlik, sabot va matonat, chidam va toqatda namoyon boʻladi.

Qayg'u inson uchun shunchalik og'irki, u muammoni yechishga yo'naltirilgan faoliyat motivatsiyasining davomiyligini ta'minlabberolmaydi. Shuning uchun qayg'uni to'la yengish ko'nikmalarini egallash inson uchun zararli bo'lishi mumkin, chunki qayg'u hissiyoti insonning shaxsiy o'sishini ta'minlash uchun muhim motivatsion ahamiyatga ega. Qayg'u empatiya mexanizmlarining shakllanishi va rivojlanishida muhim rol o'ynaydi. Qayg'uli insonga atrofdegilarning rahmi keladi, unga yordam berishga intiladilar.

Qayg'uning rivojlanishi va ijtimoiylashuvi. Jazo orqali qayg'uning ijtimoiylashuvi. Qayg'uning bunday ijtimoiylashuvi, masalan, bolaning yig'isi kattalarda salbiy reaksiyani paydo qilganda, ota-ona yoki tarbiyachi bolani yig'layotgani uchun jazolaganlarida ro'y beradi. Masalan, ota-ona bolani uyqudan bosh tortganda, sevimli o'yinchog'ini yo'qotganda, ovqat yegisi kelmaganda bir xil urushadi. Bir xil haqorat va doimiy jazo bolaning qayg'usini chuqurlashtiradi va bola buni namoyon qilish orqali ota-onaning yanada ko'proq noroziligiga ro'baro keladi. Bu aylanadan chiqish yo'li yo'q. Bolaning individualligi zaiflashadi, odamovi bo'lib qoladi, qayg'udan qo'rqadi, doim tushkun va charchoq holatda bo'ladi. Agar ota-ona bolaga qayg'uni namoyon etishni man qilmasdan, balki uni yengishga yordam bersalar, vaqt o'tishi bilan u o'zini yetarli darajada hurmat qiladigan va o'ziga ishongan odamga aylanadi.

Agar ota o'g'li yig'lagani uchun uni doim jazolasa, u holda bolaning ongida qayg'u bilan qo'rquv o'rtasida mustahkam aloqa shakllanadi. Bola yig'i og'riqli jazoni olib kelishini o'zlashtiradi. Bolalarda og'riqni kutish qo'rquvning kuchli aktivatoridir. Shunday qilib, qayg'u qo'rquv bilan bog'lanadi. Bola bu bog'lanish qanday shakllanganini tushunmasligi, vaqt o'tishi bilan butunlay unutishi mumkin. Bu holda qayg'uni paydo qilayotgan vaziyatlar u uchun juda og'ir bo'ladi, qo'rquvni his qiladi. Odam qanchalik o'z hislarini tahlil qilmasin, ularning sabablarini tushunishga harakat qilmasin, u qo'rquv va qayg'u orasidagi o'zaro aloqani anglashga qodir bo'lmaydi.

Qayg'uni rag'batlantirish orqali ijtimoiylashuvi.

Qayg'uni ijtimoiylashuvining bu tipida ota-ona farzandini xotirjam qilishga, qayg'uni paydo qilgan sabablarni bartaraf qilishga yo'naltirilgan harakatlarni amalga oshiradi. Ota-ona yoqimli so'zlar va hamdardlik bilan chegaralanib qolishsa, bu yaxshi holat emas. Lekin agar ota-ona bolaga real yordam ko'rsatsa, salbiy qo'zg'atuvchilarni bartaraf etish usullarini birga faol izlashsa, bolada qayg'uni namoyon qilish, u bilan kurashish va muvaffaqiyatga erishish uchun harakat qilish yaxshi rivojlanadi.

Ijtimoiylashuvning bu tipida odam qayg'uni yengishga o'rganadi. qayg'uni ketidan quvonch kelishini biladi. Qayg'uning ijtimoiylashuvini bu tipi jazolashdan ko'ra mahsuldordir. Qayg'u hissiyotining chegarasi past bo'lgan bola mazkur hissiyotning chegarasi yuqori bo'lgan bolalarga nisbatan ko'proq yig'laydi. Bunday bolalar quvnoq yoki bosiq bolalarga nisbatan ko'proq jahlni chiqaradi.

Boshqa hissiyotlar kabi qayg'uni boshqarishning uchta usuli bor: 1) boshqa hissiyot orqali boshqarish; 2) kognitiv boshqarish; 3) motor boshqaruv.

Boshqaruvning birinchi tipi mazkur vaqtda boshdan kechayotgan hissiyotga qarama – qarshi hissiyotni faollashtirishga yo'naltirilgan ongli harakatdir. Kognitiv boshqarish noxush hissiyotlarni bostirish va uning ustidan nazorat o'rnatish uchun diqqat va tafakkur jarayonlaridan foydalanishni nazarda tutadi. Motor boshqaruv hissiyot kuchini pasaytiruvchi erkin boshqariladigan mushaklarni jismoniy faollikka jalb etishni nazarda tutadi.

Hissiyotning samarali boshqaruvi hislar, fikrlar va harakatlarning birgalikdagi mehnati natijasidir. Masalan, qayg'u paytida inson o'zida yoqimli hislarni paydo qilishga qiynaladi. Lekin odam o'z diqqatini unda quvonch va qiziqish uyg'otadigan hodisa yoki faoliyatga ko'chirishga erishsa qayg'uni yengish ehtimoli ortadi. Agar bu vaqtda odam o'zi uchun qiziqarli bo'lgan, jismoniy va aqliy kuchni talab etadigan faoliyat bilan shug'ullansa odam quvonchni his etadi va qayg'uni yengadi.

Demak, inson kundalik turmushi davomida duch keladigan muammoli vaziyatlar, qondirilmagan birlamchi ehtiyojlar, boshqa hissiyotlar, shuningdek, obrazlar, tasavvurlar va xotiralar qayg'uning psixologik asosini tashkil etadi. Qayg'u hissiyoti bir qator funktsiyalarni bajaradi. Qayg'u odamlarni birlashtiradi, do'stlik va oilaviy aloqalarni mustahkamlaydi. Qayg'u insonning aqliy va jismoniy faolligini tormozlaydi va bu bilan insonga murakkab vaziyatni yaxshilab o'ylab ko'rishga yordam beradi. SHuningdek, qayg'u insonni boshqa odamlar bilan aloqalarini qayta tiklashga va mustahkamlashga yordam beradi. Qayg'uni boshqarishning uchta usuli mavjud: qayg'uning kuchini kamaytirish va bartaraf etish uchun boshqa hissiyotni faollashtirish, diqqat va tafakkurni chalg'itish va ixtiyoriy boshqariladigan mushaklar va jismoniy faollikni zo'riqtirish orqali.

Qo'rquv hissiyoti

Qo'rquv – bu ko'pchilik odamlar dahshat bilan o'ylaydigan hissiyot. Inson qayg'u, g'azab, nafrat va uyatni qo'rquvdan ko'ra ko'proq his etadi.

Qoʻrquv hayotimizning real bir qismi. Inson turli vaziyatlarda qoʻrquvni his etadi, lekin barcha bu vaziyatlar bitta umumiy xususiyatga ega, yaʼni inson ularni osoyishtaliklariga va xavfsizliklariga xavf tugʻdirayotgan vaziyatlar sifatida idrok qiladi. Qoʻrquv chuqur his qilinganda uzoq vaqt xotirada qoladi. Koʻp odamlar yoshligida biror narsadan qattiq qoʻrqan holatlarini xuddi kecha boʻlgandek yaxshi eslaydilar. Bolalikdagi qoʻrquv bilan bogʻliq sharoit va predmetlar inson balogʻatga yetganida ham hissiy ahamiyatini yoʻqotmaydi. Fobiyadan azoblanadigan odamlar muayyan predmetlar, hodisalar yoki vaziyatlar insonda qanchalik kuchli qoʻrquvni paydo qilishini boshqalardan yaxshiroq biladilar. Qoʻrquv hissiyoti ustidan nazorat masalasi, ayniqsa, fobiya hodisasi fanda hozirgacha oʻz yechimini topmagan. Qoʻrquvni xavotir bilan aralashtirib boʻlmaydi. Qoʻrquv – bu aniq, alohida kategoriya sifatida qoʻriladigan hissiyot. Xavotir – bu turli hissiyotlarning kombinatsiyasi va qoʻrquv hissiyoti – mana shu kombinatsiya qismlaridan biridir.

Qoʻrquv - bu yaqinlashib kelayotgan haqiqiy yoki taxmin qilinadigan falokat tufayli yuzaga keladigan ichki holat. Psixologiya nuqtai nazaridan u salbiy rangdagi emotsional jarayon deb qaraladi. Hayvonot dunyosida qoʻrquv - bu shaxsning omon qolishida katta rol oʻynaydigan oʻtmishdagi salbiy tajribalarga asoslangan tuygʻu.

Gʻaroyiblik. Gʻaroyiblikni qoʻrquv omili sifatida xavfning tabiiy signallariga qoʻshimcha ravishda koʻrish mumkin. Mazkur omilni psixologlar muvofiq kelmaslik gipotezasi sifatida ishlatadilar. Bu gipoteza boʻyicha, odatdagi stimuldin yetarli darajada farqli har qanday stimul hissiyotni faollashtirishi mumkin. Begona stimul yuqori darajada mos kelmasligi, yaʼni uning sifati va intensivligi individning ilgari tajribasiga mos kelmasa qoʻrquvning faollashuv ehtimoli anchagina ortadi. Biz predmetning gʻaroyibli haqida gapirganimizda biz predmetning individga tanish predmetlardan farqli ekanligi, uning tushunarsiz boʻlib namoyon boʻlishini tushunamiz. Individga begona va tushunarsiz ekanligiga koʻra u individ tomonidan xavf manbai sifatida idrok qilinadi.

Balandlik. Balandlik qoʻrquv aktivatori sifatida xavfning tabiiy signali hisoblanadi. Muayyan sharoitlarda va individual rivojlanishning muayyan sharoitida bolalar balandlikdan qoʻrqa boshlaydilar.

Fobiyalar. Koʻpchilik olimlarning fikriga koʻra fobiyalar – muayyan obʼektlar yoki vaziyatlar bilan bogʻliq intensiv qoʻrquv boʻlib, orttirilgan buzilish hisoblanadi. Baʼzi olimlar fobiyalarni shartli emotsional reaksiyalar deb hisoblaydilar. Boshqalari bu shartli emotsional

reaktsiyalarning zamirida biologik moyillik yotadi deb hisoblaydilar. Fobiyalar ko'pincha insonda uzoq vaqt davom etadi, chunki, biror – bir fobiyadan azoblanadigan odam o'zi uchun qo'rquv ob'ektini chetlab o'tishga o'rganadi, har qanday to'qnashuvdan qochishga o'rganadi, natijada ob'ekt o'zini qo'rqitish kuchini saqlaydi. Shunday qilib, fobiyalarning uzoq muddat mavjudligi sababini qo'rquv ob'ekti bilan real to'qnashuv tajribasining yetishmasligi bilan tushuntirish mumkin.

Hissiyotlarni o'zaro boshqarish texnikasi. Qo'rquv hissiyoti boshqa hissiyotlar ta'sirida kuchsizlanishi yoki chekinishi mumkin. Agar qo'rqitayotgan ob'ekt yoki vaziyat insonda g'azabni paydo qila olsa, inson kuchli qo'rquvni his qilmasligi mumkin. Qo'rquvni nazorat qilish uchun qo'rquvga qarshi turadigan hissiyotni his qilish va namoyon etish qobiliyatini mashq qilish lozim. Agar bu mashqlar insonni qo'rqitadigan vaziyatlarga o'xshash holatlarda amalga oshirilsa samarali bo'ladi.

Xijolat. Tortinchoq odamlar xijolatning shaxs shakllanishidagi va ijtimoiy munosabatlardagi muhim rol o'ynashini yaxshi biladilar. Xijolat kechinmasiga juda ko'p ishlar bag'ishlangan, lekin ularning mualliflari bir nuqtai nazarga kelmaganlar.

Xijolat kechinmasining yadrosi – bu ijtimoiy o'zaro munosabatlar vaziyatida himoyasizlikni his etishdir. Tadqiqotlarning ko'rsatishicha xijolat va muloqot o'rtasida judayam zaif o'zaro bog'liqlik bo'ladi yoki umuman bo'lmaydi. Tortinchoq individ, boshqa odamlar singari muloqotdan lazzatlanishga qobil, faqat buning uchun u bir qator muayyan shartlarga rioya qilishi zarur. Unga o'zining oila a'zolari, yaqin do'stlari yoki yaxshi tanish odamlari bilan muloqot quvonch baxsh etadi. U yoki bu sabablarga ko'ra begona odamlar bilan muloqotga kirishishiga to'g'ri kelganda xijolat bo'lish uning uchun real muammoga aylanadi.

Xijolatning namoyon bo'lishi oilaviy munosabatlar tipiga, ijtimoiylashuvning usullariga bog'liq. Ota-onaning farzandidan juda ko'p va ulkan yutuqlarni kutishi bolada ota-onaning talablariga mos kelmaslik, ishonchsizlik hissini paydo qilishi mumkin. Inson xijolat bo'lganda samarali muloqotga kirisha olmaydi, u har bir daqiqada noto'g'ri ish qilib qo'yishi yoki noto'g'ri so'z aytib o'zini noqulay ahvolga solib qo'yishi mumkin. Agar bunday vaziyat uzoq davom etsa, stress tufayli bosh og'rig'i boshlanishi mumkin. Judayam tortinchoq odamlar orasida ba'zan juda qobiliyatli va iste'dodli shaxslar uchraydi. Ular, asosan, o'zlarining ijtimoiy ko'nikmalariga yuqori talablar qo'yadigan mashg'ulotlar va ko'ngilocharliklardan uzoqroq bo'lishga harakat qiladilar.

Xijolatning funksiyalari. Kuchsiz yoki muayyan darajadagi xijolat begona odamga yaqinlashish va muloqotga kirishishning oldini oladi. Xijolat bolani tanish va xavfsiz muhitda, qarindoshlar va do'stlar orasida ushlab turadi. Bundan tashqari xijolat vegetativ asab tizimining haddan ortiq qo'zg'alishining oldini oladi.

Xijolat va ijtimoiy adaptatsiya muammosi. Haddan ortiq tez-tez insonning xijolat bo'lishi uning psixik salomatligiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Haddan ortiq tortinchoqlik individning moslashuvini juda qiyinlashtiradi. Tortinchoqlik insonning ijtimoiy yolg'izlanishiga olib keladi va bu bilan insonni qisman yoki to'la ravishda muloqot quvonchidan mahrum etadi. Tortinchoq odam nafaqat o'yin-kulgudan mahrum, u ijtimoiy yordamdan ham mahrumdir. Har bir odamga do'stlar davrasi, ishonchli muloqot davrasi zarur. Tortinchoq odam qisman yoki to'la ravishda do'stlar tomonidan ta'minlanadigan ijtimoiy yordamdan mahrum. Ba'zi tadqiqotchilarning ta'kidlashicha, bu hol jiddiy depressiyaga olib kelishi mumkin. Ijtimoiy yordamdan mahrum odam stressli vaziyatlarda himoyasiz bo'ladi. Tortinchoq odamlar do'stlari yetarli yordam bermayotganidan noliydilar, o'zlarining ijtimoiy mavqelaridan norozi bo'ladilar. Tortinchoq odamlar samimiy va ochiq muloqot tajribasiga ega bo'lmaydilar va bu hol ularning o'zlarini past baholashlariga olib keladi. Boshqa odamlarda ham o'ziga yarasha kamchiliklar borligi ularning xayollariga kelmaydi. Oqibatda ularda o'zlarining ijtimoiy harakatlari to'g'risida noto'g'ri tasavvur shakllanadi.

Tortinchoq odamning muammosi doim ham atrofdegilar tomonidan payqalmaydi. Tortinchoq odamning xijolati, tortinishi atrofdegilar tomonidan gerdayish, kiborlilikdek baholanadi.

Xijolatni o'rgangan tadqiqotchilarning ma'lumotlariga ko'ra xijolat turli odamlarda turlicha namoyon bo'ladi. Bu ma'lumotlar asosida xijolatning ikkita tipini ajratish mumkin - ijtimoiy xijolat va shaxsiy xijolat. Birinchi tipdagi xijolatda odamlar atrofdegilar ularning harakatlarini qanday idrok qilishlaridan xavotir oladilar. Ularni atrofdegilarda qanday taassurot qoldirishlari xavotirga soladi. Xijolatning ikkinchi tipida xijolat tortishning o'zi asosiy muammo hisoblanadi. Tashqi tomondan bunday odamlar ijtimoiy munosabatlar bilan bog'liq vaziyatlarda o'zini yaxshi ko'rsata oladi, lekin noqulaylik hissi ularni qiynaydi va hissiy jihatdan bo'm-bo'sh qilib qo'yadi. Bunday odamlar uchun har qanday amaliy ijtimoiy aloqa, ayniqsa, guruhda, muloqot o'rnatish haqiqiy azob bo'ladi. SHaxsiy tortinchoq odamlarning ijtimoiy hayoti noqulaylikni his etishga boy bo'ladi. Turli ko'ngilochar

tadbirlardan so'ng ko'tarinkilik va xursandchilikni emas, balki haddan ortiq charchoqni his etadilar.

Birinchi va ikkinchi tipdagi tortinchoq odamlar, ko'pincha, ijtimoiy vaziyatlarda o'zlarini yo'qotib qo'yadilar, nima qilishni bilmay qoladilar. Ayniqsa, bu holat norasmiy uchrashuvlarda, inson tashabbus ko'rsatishi mumkin bo'lgan kechalarda yaqqol ko'rinadi.

Tartibga solinmagan vaziyatlar tortinchoq odamni qiynaydi. SHuning uchun ular yangi, notanish vaziyatlardan, begona odamlar bilan muloqotga kirishishdan qochadilar. Tortinchoq odamlar mas'uliyatni o'zlariga olishdan ko'ra "liderga ergashishni" afzal ko'radilar.

Tortinchoq odamlar atrofdaqilarning fikriga tobe, tanqidga o'ta ta'sirchan va shuning uchun tengdoshlarining bosimi ostida aroq ichishni va tamaki chekishni boshlaydilar. Ular boshqalardan "ajralib" qolishdan, "hammadek bo'lmaslikdan", ijtimoiy yakkalanib qolishdan qo'rqadilar.

Ba'zi mutaxassislarining fikriga ko'ra xijolat agressiv harakatlarning sababi bo'lib qolishi mumkin. Ularning fikricha tortinchoq odam ijtimoiy munosabatda doim stress holatida bo'ladi, u o'ziga nisbatan hurmatsizlikka to'g'ri va samarali qarshi turolmaydi. Bunday vaziyatda xijolat hissiyoti g'azab hissiyotiga aylanadi. Agar g'azab insonda uzoq vaqt to'planib borsa, oxir oqibat u ong nazoratidan chiqishi mumkin.

Turli tadqiqotlarning ko'rsatishicha xijolat inson hayotining boshlaridayoq namoyon bo'la boshlaydi. 3-4 oylik go'daklarda ba'zi tashqi belgilarini ko'rish mumkin. Bola hayotining ikkinchi yili u yaqqol ko'rina boshlaydi. Haddan ortiq tortinchoqlik yangi qo'zg'atuvchilar ta'sirida shaxsiy sifatga aylana boradi.

Xulosa qilib aytish mumkinki, xijolat inson hayotida o'ziga yarasha ahamiyatga ega. U moslashuv funktsiyasini bajaradi. U bolani begona odamlar bilan muloqotga kirishishdan asraydi.

Tortinchoqlik do'stona muloqot doirasini ma'lum darajada toraytiradi va bu bilan insonni ijtimoiy yordamdan mahrum qiladi. Xijolat qiziquvchanlikni chegaralaydi va izlanuvchanlik harakatlariga to'sqinlik qiladi. Agar xijolatning ijobiy komponentlari moslashuv funktsiyasini bajarsa, salbiy komponentlari depressiya va xavotir bilan o'zaro bog'liq bo'ladi.

Uyat. Odamlarning munosabatlarida uyat hissiyoti muhim rol o'ynaydi, lekin u g'azab yoki qo'rquv kabi yaxshi o'rganilgan emas.

Uyatning biologik va psixologik xarakteristikasi.

Ba'zi olimlar uyat, xijolat va aybdorlikni bitta hissiyotning turli ko'rinishi deb bilsalar, ba'zilari esa hech qanday umumiylikka ega

bo'lmagan turli hissiyotlar, uchinchilari esa ba'zi bir umumiy xususiyatlarga ega bo'lgan turli hissiyotlar deb hisoblaydilar.

Darvin: "uyat", "xijolat", "ayb" tushunchalarining hammasidan foydalangan. Uyat va xijolat tushunchalarini sinonim sifatida qo'llagan.

Uyat bilan xijolat vaqtida insonning yuz ko'rinishi o'xshash bo'ladi. Ko'pchilik odamlar uyalganida o'z mavjudligidan ko'ra kichikroq bo'lishga intiladi, ko'zini pastga yo'naltiradi, ko'zlari "u yoqdan bu yoqqa yuguradi", qovoqlar ko'zni bekitadi, ba'zan ko'zlar yumib olinadi. Ko'pincha ba'zi insonlar uyalganida yuzi qizarib ketadi. Yuzining qizarishi uyat ta'sirida vegetativ asab tizimining qo'zg'alishi natijasida paydo bo'ladi. Tadqiqotlarning ko'rsatishicha qizarishni boshqarish mumkin ekan: odam o'zi qizarishni paydo qilishi va bu reaksiyani to'xtatishi mumkin. Yosh ulg'aygani sari bu qobiliyat takomillashadi.

Uyatning sabablari. Uyat – bu insonning biror vaziyatda yoki birorta vazifani bajarishdagi noshudligi, yaroqsizligi yoki uquvsizligini anglashi bo'lib, u xafa bo'lish, bezovtalik, xavotir kabi salbiy kechinmalar bilan birga kuzatiladi.

Ba'zi olimlarning fikriga ko'ra uyatning paydo bo'lishiga ko'pincha tanqid sabab bo'ladi, ba'zi hollarda maqtov ham sabab bo'lishi mumkin.

Boshqa hissiyotlar kabi uyat ham turli odamlarda turli vaziyatlarda paydo bo'lishi mumkin. Bir odamda uyat hissiyotini paydo qilgan sabab boshqa odamni zavqlantirishi mumkin, boshqa odamni ranjitishi va boshqasini agressiv holatga olib kelishi mumkin. Shu bilan birga bu vaziyat boshqa bir odamda qo'rquv va qayg'udan boshqa narsani paydo qilmasligi mumkin. Bir odamning o'zi ham bir sabab tufayli bir vaziyatda uyatni his qilsa, boshqa vaziyatda umuman boshqa hissiyotni boshdan kechirishi mumkin. Uyatning paydo bo'lishiga yordam beruvchi ob'ektlar – bu insonning o'zi (yoki o'zini anglashi), sevgi, ish, do'stlik, shaxsiy munosabatlar yoki odam uchun muhim ahamiyatga ega qisqa aloqalar bo'lishi mumkin.

Uyatni kuchli his qilishga muvaffaqiyatsizlik yoki mag'lubiyat ham sabab bo'lishi mumkin. Uyatni fenomeni

Ma'lum ma'noda mag'lubiyat insonning biror bir faoliyatga qodir emasligi belgisidir. Siz yutqazdingiz va sizga noqulay. O'yinning mohiyati muhim emas. Professional sportsmenlar ham sportning yakka va jamoaviy turlarida yutqazganlarida uyatni his etadilar. Mag'lubiyatdan so'ng o'zlarini noqulay sezib, har qanday muloqotdan qochadilar. Agar odam o'zini g'alabaga erishish yoki muvaffaqiyat uchun o'ynamayotganligiga ishonтира olsa, u o'z mag'lubiyatidan uyalmaydi.

Ba'zi odamlar shunday holatlarga tushadilar, olomon orasida biror bir tanishlarini ko'rib qolib salomlashadilar, lekin uning begona odamligini ko'rgach uyatni his qiladilar. Bunday holatlarda his qilingan uyat sharoitdan kelib chiqib me'yorda yoki kuchli bo'lishi mumkin. Tomkinsning fikricha go'dak onasining yuzini boshqalarnikidan ajratishga o'rgangani zahoti uyatni his eta boshlaydi.

Uyatning funktsiyalari. Uyat individ uchun hayotiy muhim funktsiyalarni bajaradi. Birinchidan, odamning atrofdagilarning hislariga va baholariga sezgirligini oshiradi va u bilan ijtimoiy jipslashuvga yordam beradi.

Uyat oila institutining shakllanishi va mustahkamlanishida muhim rol o'ynaydi. Uyat ko'nikma va malakalarning rivojlanishiga ham ta'sir ko'rsatadi. Chunki individ jamiyatda yashashi, boshqalarning oldida uyalib qolmaslik uchun o'z qobiliyatlarini rivojlantiradi. Mohir va ma'naviy boy individ guruh uchun foydalidir.

Uyatning ijtimoiylashuvi. Sog'lom bola faol va qiziquvchan bo'ladi. Uni ko'p narsalar qiziqtiradi. Lekin uning bir qator qo'zg'atuvchilarga nisbatan qiziquvchanligi, harakatlari ota – ona uchun, boshqa kattalar uchun xatodek, noma'quldek ko'rinadi. Agar bolaning ko'zi bilan nazar solsak uning harakatlarini noma'qul deb baholab bo'lmaydi, hissiyotlar bilan harakatlarga undalayotgan bola jo'shqin faollikni namoyon qiladi, shu bilan birga ularning faolligi tanbehga loyiq harakatlar ehtimolini oshiradi. Shuning uchun ham jazosiz, ijobiy ijtimoiy uyat muhim ahamiyat kasb etadi.

Uyatning g'aroyibliigi bu hissiyotning ijtimoiylashuvini murakkablashtiradi. Shaxs va uyatning qarama-qarshi turishi ziddiyatli hodisadir: uyatni his qilish bir vaqtning o'zida shaxsda moslashuvchanlikni va shaxsiy avtonomiyaning rivojlanishiga yordam beradi.

Uyatni his etish insonda go'dakligidan boshlab rivojlana boshlaydi va u inson umrining oxirigacha saqlanib qoladi. Bola doim ota-onasining ko'nglini olishga va ularning maqtoviga sazovor bo'lishga intiladi, bu uning quvonch manbai bo'ladi. Ba'zan ota-onani xursand qilishga urinishning o'zi bolani quvontiradi. Lekin agar uning harakatlari norozilik va ta'na bilan to'qnash kelsa, u holda bolaning bunday faollikka qiziqishi tezda susayadi va uyatga o'z o'rnini beradi.

Yillar davomida bola ota-onasiga qarab, hurmatga sazovor insonlar bilan muloqotga kirishib o'zining ideal "Men" ini shakllantiradi. Keyinchalik bola ota-onasidan yiroqda bo'lganda ham uning ideal "Men"

i birga bo'ladi. Uning ideal "Men" i real "Men" idan qanchalik farq qilsa, u ideal tasavvurlariga loyiq bo'la olmayotganligidan yanada ko'proq uyaladi. Agar u qanchalik ideal "Men" idek bo'lishiga harakat qilsa, u shunchalik ko'proq muvaffaqiyatsizlikka duch keladi va yanada ko'proq uyatni boshdan kechiradi.

Xulosa qilib aytish mumkinki, inson uyalganda boshini egib, ko'zini olib qochadi. Uyalish ta'sirida insonning yuzi qizaradi. Bu vaqtda inson vaziyatni to'g'ri baholay olmasligi mumkin va bu holat uning noto'g'ri reaksiyalar qilish ehtimolini oshiradi.

Uyat ikki vazifani bajaradi. Insonda uyat hissiyotining mavjudligi uning atrofdagi odamlarning fikrlari va hislarini hisobga olishga moyilligini bildiradi, bu esa insonning va atrofdagilarning bir birlarini tushunishlariga va jamiyat oldida katta mas'uliyatni his qilishga yordam beradi. Bundan tashqari uyat individni ijtimoiy o'zaro yordam ko'nikmalarini egallashga undaydi.

Bizning hayotimizda sodir bo'lib turadigan ixtiloflarning ko'plari ko'pincha qo'shimcha asab tarangliklariga olib keladi, stressli vaziyatlarga, stresslarni boshqarish zarurligiga sabab bo'ladi.

Stress – degan tushuncha texnika sohasidan o'zlashtirib olingan bo'lib, u yerda turli jismlar va qurilmalarning zaruriy yuklanishiga qarshi tura olish qobiliyatini bildiradi. Har qanday qurilma mustahkamlik chegarasiga ega bo'lib, bu chegaradan oshib ketish uning buzilishiga olib keladi.

Ayrim mutaxassislarining hisoblashicha, stress – bu dunyodagi shunday bir bosimki, u hissiy diskomfort (komfortning tanqisligi). Holatiga olib keladi. Boshqalarning fikricha, hissiy diskomfort – bu stressdir, uni bosim yoki stresslar deb ataladigan shartlar keltirib chiqaradi.

Umuman olganda, stress tez-tez uchrab turadigan hodisadir. Unchalik ahamiyatga ega bo'lmagan stresslar muqarrar va zararsiz bo'lib, haddan tashqari ortib ketgan stress esa shaxs uchun ham, korxonalar va tashkilotlar uchun ham qiyinchiliklar, qo'yilgan maqsadlarni qo'lga kiritishda muammolar keltirib chiqaradi.

Stress insonda qanday kechadi? Uning ko'rinish fazalari qanday bo'ladi? Bu individual qattiq tarzda bo'lib, inson bunday holatda 2-3 soat, kun yoki haftalab bo'lishi kuzatiladi. Bunda insonga "qarshi mumkin" belgisi hujum qiladi. Hattoki, bosiq, mulohazali odam ham, bu holatda agressiv bo'lib qoladi. Hayotdan xafa bo'lib, o'zini kamsitilganday hisoblash mumkin. Hattoki yolg'iz bo'lishga, hech kim bilan

gaplashmaslikka harakat qiladi. Yapon psixologlari bu fazani “Inson o‘z yuzidan ham jirkanib turadi” deb tushintiradilar. Asosiysi inson bu fazada o‘z-o‘zini tekshirish, o‘z-o‘zini boshqarish qobiliyatini ishga solish kerak. Bu fazada agar inson o‘zini o‘ksitilganday, shaxsiyatiga tegilganday his qilsa unda qasdma-qasdiga, jo‘rtaga harakatlar qiladi, chunki inson ba‘zida boshqa odamlarni jazolashga ehtiyoj sezib turadi va bu noxush oqibatlariga olib kelishi mumkin.

Keyingi fazalarda o‘z-o‘zini tekshirish susayib, ongsiz holat vujudga keladi. Bu inson psixikasiga ta’sir etib o‘z-o‘zini tushunmay qoladi. Hattoki, gapirayotgan gapi ham mantiqqa to‘g‘ri kelavermaydi. Quvanch nimaligini bilmaydi, keyinchalik bu holatda nima ish qilganini ham eslay olmaydi, bundan juda xafa bo‘ladi. Bu holat bir necha minut, soat, kun va hafta davom etishi mumkin. Bu fazada insonda juda katta energiya sarflanadi, lekin uni o‘zi sezmaydi.

Shaxsdagi qiziqishlarni rivojlantirish va barqarorlashtirish uchun ularning negizini tashkil etadigan faoliyat bilan mashg‘ul bo‘lishga, maqsadga muvofiq ravishda shug‘ullanishga, mayl uyg‘otishga puxta zamin hozirlash zarur, toki qiziqishlar motiv, ehtiyoj, e’tiqod funksiyasini bajarishga aylansin. Shunday qilib, qiziqishlar Shaxs faoliyati asoslarining tanho yo‘nalishi emas, lekin uning eng muhim jihatidan iboratdir.

Psixologiya fanining so‘ngi davrdagi ma’lumotlariga asoslangan holda *qiziqishni bir nechta darajalarga ajratish mumkin:*

- a) sinchkovlik,
- b) qiziquvchanlik,
- v) bilishga qiziqish,
- g) turg‘un yoki kasbiy qiziqish.

Sinchkovlik qiziqishning biror narsaga nisbatan kuchli intilishdan iborat qisqa muddatli turi yoki darajasidir. *Qiziquvchanlik* Shaxsning voqelikdagi narsa va hodisalarga, ularning bilishga nisbatan faol munosabatidan iborat qiziqish darajasidir. *Bilishga qiziqish* anglashinilgan darajadagi, maqsadga muvoffiqlashgan, jismoniy va aqliy faoliyatning yangi qirralarini egallashga yo‘naltirilgan qiziqish turidir. *Turg‘un qiziqish* Shaxsning kasbiy ko‘nikmalar, malakalar va bilimlarni egalashga yo‘naltirilgan, kasbiy tayyorgarlik darajasi bilan uyg‘unlashgan, maqsadga erishish yo‘lida faollik ko‘rsatuvchi qiziqish turidir.

Shaxslar ixtiyoriga piktogramma, anagramma, turli xususiyatli testlarni xavola qilish ularda qiziqishning ichki mexanizmlarini keltirib chiqaradi. Bu narsa o‘z navbatida ularda o‘z qiziqishini o‘zi boshqarish ko‘nikmasini

shakllantiradi, har qanday qo'zg'aluvchiga javob berishdan iborat stereotip hosil bo'ladi. Qiziqishning bu turi va uning yuqori bosqichi Shaxsning voqelikdagi ichki bog'lanishlarni, munosabatlarni bilib olishga yo'llaydi hamda ruhiy to'siqlar va qiyinchiliklarni yengadigan, muvaffakiyatsizliklardan cho'chimaydigan, qat'iyatlik, intiluvchan, toliqmas individual xususiyatni shakllantirishga yordam beradi. Odamlarda o'zini o'zi boshqarish, Shaxsiy qiziqishini idora qilish, o'ziga o'zi buyruq berish, o'zini qo'lga olish, o'zini o'zi takomillashtirish singari Shaxs xususiyatlarini shakllantirish ijtimoiy, tarixiy hamda ijtimoiy psixologik ahamiyat kasb etadi.

Adabiyotlar:

1. G'oziev E.G. Umumiy psixologiya. Toshkent. 2002.1-2 kitob.
2. Yugay A.X., Mirashirova N.A. "Obuaya psixologiya" – Tashkent 2014.
3. Drujinina V.. "Psixologiya ". Uchebnik. "Piter", 2003.
4. Bolotova A.K., Makarova I.V. Prikladnaya psixologiya: uchebnik dlya vuzov. –M., Aspekt Press, 2002. – 383s.
5. Psychology David G. Myers Hope College Holland, Michigan
6. S.K.Mangal: "General Psychology" 2013y.

Mavzuni mustahkamlash va nazorat uchun savollar

1. Psixologik holatlar nima?
2. Psixik xolat turlariga nimalar kiradi?
3. Stress tushunchasining mohiyati?
4. Stress turlari?
5. Frustratsiya so'zining ma'nosi?
6. Yuksak hislar va ularning turlari?

XIII-MAVZU. TEMPERAMENT

Tayanch tushunchalar: temperament, asab tizimi, tugʻmalik alomatlar, xolerik, sangvinik, melanxolik, flegmatik

13.1. Temperamentning psixologik tavsifi.

Insonning ruhiy olami betoʻxtov harakatlar majmuasidan iborat boʻlib, biri ikkinchisini bevosita taqazo etadi va ular uzluksiz zanjir tizimiga oʻxshash tarzda hukm suradi. Xuddi shu bois shaxs ruhiyatida tashqi atrof-muhit toʻgʻrisidagi taassurotlar, oʻtmish xotiralari, kelajak yuzasidan ijodiy xayollar, ezgu niyatlar, xohish istaklar, maqsad va tilaklar, mulohaza, fikr va muammo, hissiy kechinmalar, irodaviy sifatlar uzluksiz tarzda oʻzaro oʻrin almashtirib turish evaziga ontogenetik dunyoga mustahkam negiz hozirlanadi. Ruhiy olam kechishi, uning surʻati, mazmuni, shakli, koʻlami, xususiyati, xislati, sifati, mexanizmi alohida, yakkahol insonda rang-barang tarzda namoyon boʻlishi kuzatiladi. Shuning uchun boʻlsa kerak, insonlar tabiat hodisalariga, ijtimoiy turmush voqeliklariga, omillariga, taʻsir kuchlariga tez yoki sekin, engil yoki mushkulot bilan javob qaytarishga moyillik koʻrsatadilar.

Psixologiyada temperamentga taalluqli individual dinamik xususiyatlar oʻrtasida muayyan darajada tafovut mavjudligi alohida taʻkidlanadi, ular orasidagi farqlarni ajratib koʻrsatish maqsadida quyidagicha belgilar kiritiladi va oʻziga xos tarzda tavsiflab beriladi, ularning ayrimlarini ajratib koʻrsatish maqsadga muvofiq:

Favqulotda temperamentning bir xil xususiyatlari motiv, psixik holat va hodisalardan farqli oʻlaroq, aynan shu shaxsning oʻzida, uning turli faoliyatlarida, muomalasida ifodalanadi.

Temperament xususiyatlari tabiiy shartlanganlik omiliga taalluqli boʻlganligi tufayli inson hayoti va faoliyatining (umrining) davomida yoki uning muayyan bir boʻlagida (taʻsirga beriluvchanligi sababligidan qatʻiy nazar) barqaror, oʻzgarmas va mustahkamdir.

Yakkahol shaxsda dahldor temperamentning turli xususiyatlari oʻzaro bir-biri bilan gʻayriqonuniy ravishda birlashgan boʻlmasdan, balki ular oʻzaro bir-biri muayyan qonuniyat asosida mujassamlashib, xuddi shu xususiyatlar uning tiplarini tavsiflovchi oʻziga xos tuzilmani vujudga keltiradi.

Psixologiya fanida temperament xususiyatlari deganda, alohida bir shaxsning psixik faoliyati dinamikasini belgilovchi psixikaning barqaror, oʻzgarmas individual-tipologik xususiyatlari majmuasi tushuniladi.

Mazkur xususiyatlar turli shakl va mazmunga ega bo'lgan motivlarda, psixik holatlarda, maqsadlarda, faoliyatlarda nisbatan o'zgarmas temperament tipini tavsiflovchi tuzilmani tashkil qiladi.

Psixologiya fanining ijtimoiy tarixiy-taraqqiyoti davrida temperamentga nisbatan bildirilgan mulohazalar, uning moddiy asosi to'g'risidagi talqinlar xilma-xil bo'lib, shaxsning psixologik xususiyatlarini o'ziga xos tarzda tushuntirish uchun xizmat qilib kelgan. Temperament lotincha "temperamentum" degan so'zdan olingan bo'lib, buning ma'nosi "aralashma" degan tushunchani anglatadi. Temperament to'g'risidagi dastlabki ta'limotni yunon olimi Gippokrat (eramizdan oldingi 460 – 356 yillarda yashagan) yaratgan bo'lib, uning tipologiyasi to hozirgi davrgacha qo'llanilib kelinmoqda.

13.2. Temperamentning fiziologik asoslari

Qadimgi yunon olimi Gippokrat ta'limotiga binoan, insonlarning temperament xususiyatlari jihatidan o'zaro bir-biridan tafovutlanishi, ularning tana a'zolaridagi suyuqliklarning (xiltlarning) turlicha nisbatda joylashuviga bog'liq ekanligi tasavvur qilinadi. Gippokrat ta'biricha, inson tanasida to'rt xil suyuqlik (xilt) mavjud bo'lib, ular o't yoki safro (yunoncha "chole"), qon (lotincha sanguis yoki sanguinis), qora o't (yunoncha melas "qora", chole "o't"), balg'am (yunoncha "phlegma") kabilardan iboratdir. Uning mulohazasicha:

O'tning xususiyati – quruqlikdir, uning vazifasi-tana a'zolarida quruqlikni saqlab turish yoki badanni quruq tutishdir.

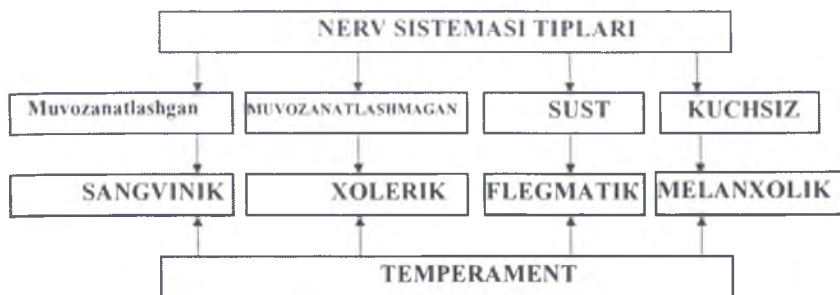
Qonning xususiyati-issiqlikdir, uning vazifasi tanani isitib turishdir.

Qora o'tning xususiyati- namlikdir, uning vazifasi badan namligini saqlab turishdir.

Balg'amning (shilimshiq moddaning) xususiyati-sovuqlikdir, uning vazifasi badanni sovutib turishdan iboratdir.

Gippokrat ta'limotiga muvofiq har bir insonda shu to'rt xil suyuqlik mavjud bo'lib, uning bittasi ustuvorlik kasb etadi. Mazkur aralashma (lotincha temperamentum)lardan qaysi biri salmoqliroq bo'lsa, shunga qarab insonlar temperament jihatdan farqlanadilar, chunonchi xolerikda sariq o't, sangvinikda qon, flegmatikda balg'am, melanxolikda qora o't ustun bo'lishi ta'kidlanadi.

Gippokratning to'rt xil moddalar (suyuqliklar) aralashmasi, ya'ni temperament tushunchasi va uning tipologiyasi (sangvinik, xolerik, flegmatik, melanxolik) ramziy ma'noda hozirgi zamon psixologiyasida ham qo'llanilib kelinmoqda.



Temperamentning fiziologik asoslariga ulkan o'z hissasini qo'shgan olimlardan biri rus fiziologi I.P.Pavlov (1849-1936) hisoblanadi. I.P.Pavlov temperament ham shartli reflektor faoliyatining individual xususiyatlarini keltirib chiqaruvchi omillar bilan bog'liq bo'lishi mumkin, degan xulosa chiqaradi. I.P.Pavlov ta'limoti bo'yicha, shartli reflekslar paydo bo'lishining individual xususiyatlari ro'yobga chiqishining sabablari nerv sistemasini xususiyatlari mohiyatidandir. Unga ko'ra quyidagi 3 ta xususiyatni ajratib ko'rsatadi:

- 1) qo'zg'alish va tormozlanish jarayonlarining kuchi;
- 2) qo'zg'alish kuchi bilan tormozlanish kuchi o'rtasidagi muvozanatlilik darajasi;
- 3) qo'zg'alishning tormozlanish bilan almashinish tezligi yoki nerv jarayonlarining harakatchanligi.

I.P.Pavlov shartli reflektor faoliyatining individual xususiyatlari bilan temperamentga aloqador nerv sistemasini xususiyatlarining o'zaro qo'shiluvini nerv sistemasining tipi deb nomlaydi va uni to'rtta tipga ajratadi. Ular quyidagilardan iborat.

1. Kuchli, muvozanatli, epcil;
2. Kuchli, muvozanatsiz, epcil;
3. Kuchli, muvozanatli, sust;
4. Kuchli, muvozanatsiz sust.

Yirik rus psixologlaridan biri B.M. Teplov (1896 - 1965) va uning shogirdlari, maslakdoshlari I.P.Pavlovning tadqiqotlarini davom ettirib, inson nerv jarayonlari xususiyatlarining o'ziga xos tomonlarini ochishga muvaffaq bo'ldilar. Ular nerv-fiziologik jarayonlarning nozik qirralarini o'rganishga maxsus moslamalar yordami bilan o'zgarishlarni qayd qilish hamda olingan natijalarni (omillarni) matematik statistika metodlari orqali hisoblashni tatbiq etdilar. SHuningdek, B.M. Teplov ilmiy maktabining namoyondalari tomonidan ijobiy va tormozlovchi shartli reflekslarning

hosil bo'lish tezligini tavsiflovchi individual xususiyatlar turkumi ham ta'riflab berilgandir. Ushbu individual xususiyatlar mohiyatida ifodalanuvchi nerv sistemasining notanish xususiyati dinamiklik deb nomlangan ham tavsiflangan. Bundan tashqari, ular shartli reflektor faoliyatining bir guruh individual xususiyatlari qo'zg'alish jarayoni to'xtalishining tezligi mahsuli sifatida taxmin qilingan xususiyatni (yangi xislatni) labillik deb atay boshlaganlar. SHuning bilan birga nerv sistemasining boshqa xususiyatlari mavjudligi to'g'risida ilmiy taxminlar ilgari surilgan, chunonchi: senzitivlik, reaktivlik va hokazo.

Nerv sistemasi tiplarining kelib chiqishi. Nerv sistemasining umumiy tiplari kelib chiqishi yuzasidan mulohaza yuritilganda, albatta I.P.Pavlovning ta'limotini eslash maqsadga muvofiqdir, chunonchi irsiyat yo'li bilan shartlangan tip—bu genotip demakdir. Hozirgi davrda nerv sistemasining umumiy tipi (genotip) irsiyatga bog'liq ekanligi haqidagi ma'lumotlar, juda ko'p bo'lib, ular qiyosiy jihatdan hayvonlarni o'rganish natijasida topilgandir.

Temperamentning tipologiyasi mobodo insonlar temperamentlari bo'yicha qiyoslansa, u holda uning xususiyatlari jihatidan o'zaro o'xshash shaxslarning guruhi mavjudligi namoyon bo'ladi. Bu asnoda eramizdan oldingi davrda ham temperament tiplari to'g'risida materiallar to'plangan.

I.P. Pavlov ta'limoti bo'yicha nerv sistemasi tiplarining va Gippokrat ta'limoti bo'yicha temperamentning o'zaro munosabatlari

Temperament tiplari	Nerv sistemasining kuchi	Nerv tizimining muvozanati	Nerv tiziminingildamligi
Xolerik	Kuchli jo'shqin	Muvozanatsizqizg'in	Serharakat
Sangvinik	Kuchliserharakat	Muvozanatli	Serharakat
Flegmatik	Kuchlivazmin	Muvozanatli	Inert (sust)
Melanxolik	Kuchsiz	Muvozanatsiztormozli	Serharakatyokiinert

Ularda temperament tipi deyilganda, insonlarning muayyan guruhlarini tavsiflovchi psixik xususiyatlarning yig'indisi (majmuasi) tushuniladi. Hozirgi davrda temperament tipi deganda, ma'lum insonlar guruhi uchun umumiy bo'lgan xususiyatlarning sodda majmuasi emas, balki mazkur xususiyatlarning qonuniy, zaruriy o'zaro bog'liqligi tushuniladi. Temperament tipini tavsiflovchi xususiyatlarning qonuniy tarzda o'zaro bog'liqligi quyidagicha aks etishi mumkin.

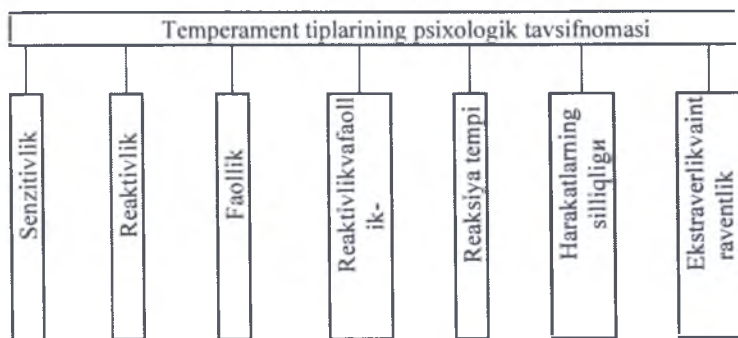
Nerv sistemasi va temperamentning bog'liqligi

Nerv tizimining turlari		Kuchli			Kuchsiz
			Jonli	Inert	
Nerv jarayonlari xususiyatlari	Kuch Vazminlik Harakatlanish	Kuchli Harakatlanish	Kuchli Harakatlanish	Kuchli Sust	Kuchsiz Harakatchan yoki sust
Temperament		Xolerik	Sangvinik	Flegmatik	Melanxolik

Temperament va psixik reaksiyaning bog'liqligi

	Tezkorlik	Kuch
Sangvinik	Tez	o'rta
Xolerik	Tez	haddan
Flegmatik	Sekin	tashqari
Melanxolik	Sekin	kuchli kuchsiz

Temperament tiplarining psixologik tavsifi quyidagi muhim xususiyatlar yordami bilan aniqlanishi mumkin va ularning psixologik tavsifini quyidagi jadvalda ko'rishimiz mumkin.



Senzitivlik (lotincha Sensus – sezish, his qilish degan ma'no anglatadi). Senzitivlik yuzasidan insonda birorta psixik reaksiyani hosil qilish uchun zarur bo'lgan o'ta kuchsiz tashqi taassurot kuchiga qarab mulohaza yuritiladi, jumladan, sezgilarning paydo bo'lishi uchun kerak qo'zg'ovchining ozgina kuchi (ularning quyi chegarasi), ehtiyojlar

qondirilmashligining sezilar-sezilmas darajasi (shaxsga ruhiy azob beruvchi) mujassamlashadi.

Reaktivlik. Bu to'g'rida aynan bir xil kuch bilan ta'sir etuvchi tashqi va ichki taassurotlarga shaxs qanday kuch bilan emotsional reaksiya qilishiga qarab munosabat bildiriladi. Reaktivlikning yorqin ro'yobga chiqishi-emotsionallik, ta'sirlanuvchanlikda ifodalanishidir.

Faollik. Bu borada inson qanday faollik darajasi bilan tashqi olamga ta'sir etishi va maqsadlarni amalga oshirishda ob'ektiv hamda sub'ektiv qarama-qarshiliklarni faollik bilan engishga qarab fikr yuritiladi.

Temperament tiplarining tavsifnomasi

Turli temperament tipiga mansub insonlarda har xil xarakter xususiyatlari, shaxs sifatleri, holatlari ro'y beradi. Temperament tiplariga mos xususiyatlarni muhimlari quyidagi jadvalda aks ettiriladi.

Sangvinik yuksak reaktivlik. Bo'lar-bo'lmas narsalarga qattiq xoxolab kulaveradi. Muhim bo'lmagan fakt qattiq jahlini chiqaradi. Diqqatini jalb qilgan hamma narsalarga tetik va zo'r qo'zg'alish bilan javob beradi. Imo-ishoralari va harakatlari yaqqol ko'rinib turadi. Uning aft-basharasiga qarab kayfiyatining qandayligini, narsalarga yoki odamga bo'lgan munosabatlarini bilish oson. Diqqatini tez bir joyga to'playdi. Sust senzitivlikka ega. Sezgirlik chegarasi yuksak. Juda kuchsiz tovushlarni va yorug'lik qo'zg'ovchilarni payqamaydi. Aktivligi yuksak, juda g'ayratli va ishchan, darslarda tez-tez qo'l ko'tarib turadi, toliqmasdan uzoq vaqt ishlashi mumkin, yangi ishlarga g'ayrat bilan kirishadi. Faolligi va reaktivligi muvozanatli. Uni intizomga chaqirish oson. U o'z hissiyotlarining namoyon bo'lishini va o'zining ixtiyorsiz harakatlarini tez ushlab qola oladi. Harakatlari shiddatli, nutqi tez, yangi ishga tezlik bilan kirishadi, diqqatini tez to'playdi. Aqli tez ishlaydi, topqir. Harakatlari nihoyat darajada sillqlik xususiyatiga ega. Hissiyotlari, kayfiyatlari, qiziqishlari va intilishlari juda o'zgaruvchan. U yangi kishilar bilan tez kirishib ketadi. Yangi talablar, yangi sharoitga osonlik bilan o'rganadi. Bir ishdan ikkinchi ishga tez ko'cha oladi. Malakalarni tez o'zlashtiradi va tez qayta o'zgartiradi. Aqli ixcham. Ekstrovertlik xususiyatiga ega. O'tgan va kelajak hayot haqida tasavvurlariga qaraganda quyiroq tashqi taassurotlarga javob beradi.

Xolerik xuddi sangvinik kabi sust senzitivlik, yuksak reaktivlik hamda faollik bilan ajralib turadi, lekin faollikdan reaktivlik ustunlik qiladi. Shuning uchun u tinimsiz o'zini ushlay olmaydigan, betoqat, serzarda. Sangvinikka qaraganda ozroq sillqlik va qo'proq qotib qolgan. Shuning uchun intilishlari va qiziqishlarida katta barqarorlik, zo'r qatilylik

bor, diqqatini ko'chirishda qiyinchilikka uchraydi. Psixik tempi tez. Bir ishni boshlasa oxiriga yetkazadi, ammo unga qiziqsa.

Flegmatik – senzitivligi sust, hissiy qo'zgaluvchanligi oz, kuldirish, jahlini chiqarish, kayfiyatini buzish qiyin. Ammo bir narsa yuzasidan qattiq kulganda u vazminligicha qolaveradi. Katta ko'ngilsiz hodisa yuz berganda ham osoyishtaligini buzmaydi. Imo-ishoralari oz, harakatlari ifodasiz. G'ayrati ishchanligi bilan ajralib turadi. Yuksak faolligi oz, reaktivligidan ancha ustunlik qiladi. Chidamliligi, matonati, o'zini tuta bilish bilan ajralib turadi. Harakatlarning tempi va nutqining tempi sust, ifodasiz. Diqqatini sekinlik bilan to'playdi. Rigid (qotib qolgan), diqqatini qiyinchilik bilan ko'chiradi. Yangi sharoitga qiyinchilik bilan moslashadi. Introvert. Yangi odamlarga qiyinchilik bilan qo'shiladi. Tashqi taassurotlarga qiyinchilik bilan javob qaytaradi.

Melanxolik – yuksak senzitivlik xususiyatiga ega. Sezgirligi yuksak (sezgi chegaralari yuqori). Arzimagan sababga ko'ra, ko'zlaridanyoshobketaveradi. Nihoyatda arazchan, sekinyig'laydi. Samimiy, judaozkuladi, faolligisust. O'ziga ishonmaydi, tortinchoq, ozginaqiyinchilik tug'iladiganbo'lsa, qo'liniyuvibqo'ltig'iga uribqo'yaqoladi. G'ayratsiz qat'iy emas. Diqqati tez chalg'iydi, barqaror emas. Psixik tempi sust. Rigid (qotib qolgan). Introvertlik xususiyatiga ega.

Faoliyatning individual uslubi va temperament

Faoliyatning individual uslubi insonda o'zidan o'zi vujudga kelmaydi, u shaxs kamolotining barcha bosqichlarida (bog'cha yoshidan e'tiboran to kasbiy mahorat egallagunga qadar) shakllanib boradi. Insonning temperamenti faoliyatning individual uslubini tarkib toptiradi. Xuddi shu boisdan, faoliyatning individual uslubi deyilganda shaxs uchun o'ziga xos va muvaffaqiyatga erishishning maqsadga muvofiq yo'llari individual tizimi tushuniladi.

Temperament xususiyatlarining o'ziga xos yig'indisi inson faoliyati munosabatlari va bilish jarayonlarida faolligining individual uslubi jarayonida namoyon bo'ladi.

Faoliyatning individual uslubi faqat temperamentga emas, balki boshqa sabablarga, shaxsiy tajriba jarayonida hosil bo'lgan ko'nikma va malakalarga ham bog'liqdir. Faoliyatning individual uslubini inson organizmini tug'ma xususiyatlari va asab tizimi tiplarining faoliyat sharoitlariga moslanishi deb qarash mumkin. Faoliyatning individual uslubi asosini asab tizimi xususiyatlari yig'indisi tashkil qiladi. Faoliyatning individual uslubiga kiruvchi ikki xil xususiyatlar mavjud.

1. Asab tizimi individual xususiyatlari nuqsonlarining o'rnini to'ldiruvchi tajriba jarayonida shakllangan xususiyatlar.

2. Insonda mavjud layoqat va qobiliyatlardan maksimal darajada foydalanish imkonini beruvchi xususiyatlar.

Temperamentning xususiyati faollikning samaradorligida emas, balki usullarning o'ziga xosligidadir. Shu ma'noda Ye.A.Klimov tomonidan olib borilgan tadqiqotga ko'ra, stanokchi, to'quvchilarning ishini kuzatish natijalari muhim sanalgan. Ma'lum bo'ldiki, bir necha stanokda ishlashda nerv tizimi harakatchan tipdagi ham, harakatsiz tipdagi xodimlar ham ishlab chiqarishda muvaffaqiyatlarga erishadilar. Temperamentni harakatchanligiga ko'ra qarama-qarshi xususiyatli kishilar bir xil mehnat vaziyatida turlicha harakat taktikasiga murojaat qilishlari aniqlandi. Harakatchanlari shoshilinch, tezroq bajaradi, temperamentning sust tipdagi kishilar esa shoshilinch harakatning zarurligini bildiradigan tayyorlov ishlariga ko'p e'tibor berishi bilan ajralib turadi.

Faollikning individual uslubini V.S.Merlin, Ye.A.Klimovlar o'rganib, uning kishida darrov paydo bo'lmasligi va faqat stixiyali tarzda paydo bo'lishini ko'rsatishdi. Agar kishi o'z temperamentiga muvofiq yaxshi natijalariga erishishiga yordam beradigan o'zining yo'llari va usularini faol izlasa, individual uslub yuzaga keladi.

Odamlarning birgalikdagi faolligi sharoitlarida ular temperamentning dinamik fazilatlarini ular faoliyatining pirovard natijasiga har biri individual ishlagan holdagiga qaraganda ancha jiddiy ta'sir ko'rsatadi. Bunda mazkur faoliyatni bajarish uchun ancha qulay va kamroq qulay bo'lgan temperamentning har xil tiplarini birga qo'shib ketishi aniq bo'ladi. Chunonchi, xolerik temperamentli kishining faoliyati sangvinik yoki xolerik temperamentli kishi bilan sherik bo'lib ishlaganiga qaraganda flegmatik yoki melankolik bilan birgalikda ishlagan hollarda ancha samarali bo'ladi. Bunday faktlar shuni ko'rsatadiki, temperamentning u yoki bu xususiyatlarining ahamiyatini ko'pgina faoliyat turlarini birgalikdagi xarakterini hisobga olmasdan baholab bo'lmaydi. O'z temperamentining xususiyatlarini egallash va ularning o'rnini to'ldirish, faoliyatning individual uslubini shakllantirish bolalik yillaridan boshlanib, ta'lim va tarbiya ta'sirini negizida yuzaga keladi.

Temperament tiplari

Temperament tiplarining xarakteristikasi

Sangvinik temperament. Bu tipga mansub insonlar reaktivligi va faolligi bilan ajralib turadi. Har qanday hodisalarga tezda e'tibor qaratadi.

Hissiyotlari tez paydo bo'ladi va tez o'zgaradi. Yomon kayfiyat ularga xos emas. Agar shunday bo'lib qolsa, bu holat tez o'tib ketadi. Ular serg'ayrat, yangi ishga tez beriladi, lekin undan tez soviydi, oxirigacha yetkazmasligi mumkin. Ularda rektivlik va faollik balansda, shu sababli ularni tartibga solish oson, ular o'zini, o'z hissiyotlarini ushlab tura oladi. Ular yangi sharoitga va yangi talablarga tez moslashadilar, diqqatlari tez ko'chadi, odamlar bilan tez chiqishib ketadilar, birinchi bo'lib muloqotga kirishadilar. Ko'nikmalarni tez o'zlashtiradilar va tez o'zgartiradilar. Sangviniklarda reaksiya sur'ati yuqori. U harakatchanlikda, nutqning tezligida, zehn tezligida namoyon bo'ladi. Sangviniklarning harakatlari tez va silliq, nutqi - tez, baland, aniq, ohangi rang-barang, imo-ishoralarga boy. Sangviniklar –ekstravertlar. Ular muloqotga tez kirishib ketadilar, odamlar orasida bo'lishni yoqtiradilar. Ularning sezitivligi, sezuvchanligi past, sezgi chegaralari baland. Sangvinik temperamentli kishilar tevarak-atrofdagi voqealardan tez ta'sirlanadilar va muvaffaqiyatsizliklar hamda ko'ngilsiz hodisalar ularni uncha qattiq xafa qilmaydi. Bir zayldagi ishlarni uzoq davomli sur'atda bajarishga moyil bo'lmaydilar. Sangvinik temperamentli bolalar juda serharakat, ildam va chaqqon bo'ladilar. Ular har qanday ishga qatnashish uchun doim tayyor bo'ladilar. Ko'pincha, bir qancha vazifalarni birdaniga bo'yinlariga oladilar. Lekin har bir ishga ishtiyoq bilan tez kirishganliklari singari, boshlagan ishdan tez qaytishlari ham mumkin. Sangviniklar chin ko'ngildan va'dalar berishlari, lekin ko'pincha va'dani unutib, uni bajarmasliklari ham mumkin. Bu xil temperamentli bolalar o'yinlarga tez va zavq bilan kirishadilar, o'yin davomida, o'z rollarini tez-tez o'zgartirib turishga moyil bo'ladilar. Ular darrov xafa bo'lishlari va yig'lashlari mumkin, lekin ular xafalikni tez unutadigan bo'ladilar. Ularning yig'isikulgi bilan tez almashadi.



Sangviniklarning 15 xususiyatlari:

Quvnoq

G'ayratli

Boshlagan ishini oxirigacha yetkazmaydi

O'ziga ortiqcha baho beradi

Qiziquvchan
Muvaffaqiyatsizliklardan oson qutuladigan
Sharoitga moslashuvchan
Mehnatsevar
Dilkash va mehribon
Bardoshli
Tez va baland ovozli nutqqa ega
Mimikalarga boy
Muomalada tortinmaydigan
1 ishdan 2-siga o'tib ketadigan

Xolerik temperamenti. Xolerik temperament tipidagi insonlarga yuqori reaktivlik va faollik xos. Ularning hislari sangviniklarniki kabi tez paydo bo'ladi, lekin jadalligi va barqarorligi bilan farqlanadi. Hislarini tashqaridan aniq ko'rish mumkin. Xoleriklar juda faol, charchamasdan g'ayrat bilan ishlashi mumkin. Ularning reaktivligi faollikdan ustunlik qiladi. Shuning uchun xoleriklar asabiy, tezda jahllari chiqib ketadi, o'zlarini ushlab turolmaydilar. Ishga butun vujudi bilan berilib, har qanday to'siqlarni yengib o'tadi. Ular affektga moyil, kayfiyatlari tez o'zgaruvchan, atrofdagilar bilan muloqotda keskin bo'lishi mumkin. Psixik reaksiyalarining sur'ati tez. Ular tez gapiradilar, zehnli, masalaning mohiyatini tez ilg'aydilar va yechimini topadilar, harakatlari keskin va shiddatli. Xoleriklar sangviniklardek egiluvchan emas, ulardan ko'proq rigidroq. Shu sababli ularning intilishlari va qiziqishlari barqaror, muayyan sharoitga ko'nikib qolish ularda yorqinroq namoyon bo'ladi. Xoleriklar ekstravertlar.



Xoleriklarning 15 xususiyatlari:

Jaxldor

Qat'iyatli

Mas'uliyatli

Harakatchan

Ularning e'tiborini jalb qilish mushkuldir

Sabrsiz
Hovliqma
Engiltabiat
Betoqat
Qaysar
Tortishuvlarda topqir
Arazlamaydigan
Betayin
Tajovuzkor
Kamchiliklarga toqatsiz

Flegmatik temperament. Flegmatik temperamentidagi odam reaktivligining zaifligi bilan farq qiladi. Juda kuchli ta'sirotlarga ularni o'zidan chiqarishi mumkin. Flegmatiklarning hislari sekin paydo bo'ladi, uzoq saqlanadi, affekt holatiga tushmaydi, mimikasi va xatti-harakatlari bir xil. I.P.Pavlovning fikriga ko'ra flegmatiklar "hayotning tirishqoq mehnatkashi", g'ayratli, bir xillikdagi zo'riqishni talab qiluvchi ishlarni muvaffaqiyatli bajarishi mumkin, yuqori darajadagi faollik kuchsiz reaktivlikdan ustun turadi. Bu temperament tipining vakillari sabrli, vazmin o'zlarini ushlab tura oladilar, kuchlarini bekorga sarflamaydilar, ishlarni oxiriga yetkazadilar. Ular rigid, yangi sharoitga qiyinchilik bilan ko'nikadilar, odatiy hayot tarzini, odatdagi ishini va muloqot doirasini qadrlaydilar, diqqatining bir faoliyatdan boshqasiga ko'chirishi qiyin. Ularda ko'nikmalarni o'zgartirish ham qiyin. Reaksiya sur'ati, harakatlari sekin, nutqi sokin, tez emas. Flegmatiklar introvertlar. Tashqi ta'sirotlarga yorqin javob qaytarmaydilar, o'zlarining fikrlari, kechinmalari, obrazlari dunyosida yashaydilar. Yangi odamlar bilan chiqishib ketishlari qiyin, turli davralarni va e'tibor markazida bo'lishni yoqtirmaydilar. Do'stlariga sodiq, o'rganib qolgan sharoitida yaxshi faoliyat yuritadi, shovqinni yoqtirmaydi, bir joyda o'tiribbajariladigan ishni ma'qul ko'radi. Yangi odamlar bilan muloqotga kirishishi qiyin, lekin o'rnatilgan aloqalarni, ularni sir-asrorlarini saqlay oladi. Saranjom-sarishtali, tartibni yoqtiradi, intizomli, boshlagan ishini oxiriga yetkazishga harakat qiladi, tashkilotdagi an'analarga sodiq. Quyidagi yarim hazil o'xshatish qarama-qarshi temperament tiplari tavsifini tushunishni yengillashtiradi: "...odatda urushni xolerik va sangviniklar olibboradilar, flegmatiklar vayronalarni tiklaydilar.



Flegmatiklarning 15 xususiyatlari:

Bosiq

Sovuqqon

Ishlarda sobitqadam

Mulohazali

Ehtiyotkor

Andishali

Kutishga qodir

Bekorga gapiravermaydigan

Osoyishta

Sabrli

Boshlagan ishini oxiriga yetkazadi

Kuchini bekorga sarflamaydi

Tanbehlardan kam ta'sirlanadi

Muloyim

Shaxsiyatiga tegish mushkul.

Melanxolik temperamenti. Melanxolik temperamentiga mansub odamlar juda sezuvchan, tez xafa bo'ladilar, yig'loqiroq. Ularga kuchsiz reaktivlik xos, hislari sekin paydo bo'ladi, lekin chuqur bo'ladi. Bu ularning shaxsida o'z izini qoldiradi. Ularning kayfiyatlari barqaror, lekin ko'pincha astenik xarakterga ega. Melanxoliklarning faolliklari past. Ular tez va dam olishsiz ishlashni yoqtirmaydilar, tez charchaydilar, yangi ishni yoqtirmaydilar, o'zlariga ishonmaydilar, qiyinchilikdan qo'rqadilar. Bunday paytda g'ayratlari so'nib, taqdirga tan beradilar. Psixik jarayonlar sur'ati va harakatlari sekinlashgan, nutqi past, tez emas, mimikasi zaif. Melanxoliklar rigid va introvert, muloqotga kirishuvchan emas. Yangi odamlar bilan tanishganlarida uyaladilar, o'zlarini yo'qotib qo'yadilar. Ba'zan o'zlarining fikrlari, kechinmalari, xayollari dunyosiga g'arq bo'ladilar. Odatdagi sharoitda odamlar bilan muloqotga kirishuvchan bo'lishi mumkin, odobi, o'zgalarning hislari bilan hisoblashish kabi xususiyatlari bilan farqlanadi.



Melancholiklarning 15 xususiyatlari:

Uyatchan

Hayajonlanadigan

Muomalada qiyinchilikka uchraydi

O'z kuchiga ishonmaydi

Yolg'izlikka oson ko'nikuvchan

O'z-o'zi bilan ovora

Tez charchaydigan

Nutqi sekin

Yig'loqi

Suhbatdoshi xarakteriga moslashadigan

Hissiyotga beriluvchan

Tanbehlarga ta'sirchan

Shubha bilan qarashga moyil

Azoblanuvchan

13.3. Temperamentning faoliyatda namoyon bo'lishi

Odamlarning temperamentidagi farqlar ularning faoliyatlarida namoyon bo'ladi. Unda muvaffaqiyatga erishish uchun odamlarning o'z temperamentlarini bilishlari, uning kuchli tomonlariga suyanib, zaif tomonlarini to'ldirib, uni faoliyat sharoitlari va talablariga bo'ysundira olishlari muhim. Bunday moslashuv faoliyatning individual uslubida namoyon bo'ladi.

Faoliyatning individual uslubi – bu maqsadga muvofiqlashgan, temperament xususiyatlariga mos keladigan, faoliyatning eng yaxshi natijalarini ta'minlaydigan usul va yo'llar tizimidir.

Faoliyat individual usulining shakllanishi ta'lim va tarbiya jarayonida amalga oshadi. Bu jarayonda sub'ektning shaxsiy manfaatdorligi juda zarur.

Faoliyatning individual uslubi sharoitlari:

1) psixologik xususiyatlarning namoyon bo'lishini baholash orqali temperamentini aniqlash;

2) kuchli va kuchsiz tomonlarning yig'indisini topish;

3) o'z temperamentini egallashga ijobiy munosabatni yaratish;

4) kuchli xususiyatlarini takomillashtirish va zaiflarini kompensatsiya qilish mashqlari.

Temperament faoliyat turini tanlashda ham muhim ahamiyatga ega. Xoleriklar emotsional faoliyat turlari (sport, bahs-munozara, ommaviy chiqishlar) bilan bajonidil shug'ullanadilar, lekin bir xillikdagi ishlarni yoqtirmaydilar. Melanxoliklar yakka holda bajariladigan faoliyat turlarini yoqtiradilar.

Ma'lumki, sangviniklar o'quv mashg'ulotlari jarayonida yangi mavzuning asosini tez o'zlashtirib oladilar, yangi harakatlarni xato bilan bo'lsa ham tez bajaradilar, ko'nikmalarni o'zlashtirish va takomillashtirishda uzoq va sinchkovlik bilan shug'ullanishni yoqtirmaydilar. Flegmatiklar biror narsa tushunarsiz bo'lsa, yangi harakatlarni bajarmaydilar, agar tushunib olsalar uzoq va mashaqqatli mehnat qila oladilar.

Sportchilar uchun startdan oldingi holatda temperamentga bog'liq bo'lgan farqlar mavjud. Sangviniklar va flegmatiklar startdan oldin jangovar shaylik holatida bo'ladilar, xoleriklar startdagi asabiylik holatida, melanxoliklar startdagi apatiya holatida bo'ladilar. Musobaqalarda sangviniklar va flegmatiklar barqaror natijalarni, ba'zan mashqlardagidan yuqori natijalarni ko'rsatadilar. Xoleriklar va melanxoliklarning natijalari barqaror emas.

O'quvchilar asabtizimining kuchi va muvozanatlashganligini ularni jazolash va rag'batlantirishda ham hisobga olish kerak. "Kuchsiz" va "muvozanatlashmagan" o'quvchilarda ko'nikmalarni shakllantirish jarayonida ularni maqtash ijobiy natija beradi. "Kuchsiz" va "muvozanatlashmagan"lardan ko'ra "kuchli" va "muvozanatlashgan" o'quvchilarga tanbeh berish samaraliroqdir.

Temperament asabtizimining tug'ma xususiyati bo'lishiga qaramay, uning har bir tipida bu tipga mansubbo'lmagan xususiyatlarni shakllantirish mumkin.

Xulosalar

1. Temperament – psixik faoliyat dinamikasi xususiyatlari (psixik jarayonlarning intensivligi, sur'ati, ritmi, tezligi) tomonidan shaxs xarakteristikasidir.

2. Temperament insonning tug'ma xususiyati.

3. Qadimdan temperamentning toʻrtta tipi ajratilgan: xolerik, sangvinik, flegmatik, melanxolik.

4. I.P.Pavlovning taʼlimotiga koʻra oliy asab faoliyatining tipi temperamentning fiziologik asosini tashkil etadi. U asabtizimining uchta xususiyati: asabtizimining kuchi, muvozanatlashganligi, harakatchanligi (qoʻzgʻalish va tormozlanishning) bilan xarakterlanadi

5. xususiyatlariga quyidagilar kiradi: sezitivlik, reaktivlik, faollik, faollik va reaktivlikning oʻzaro munosabati, reaksiya surʼati, egiluvchanlik-rigidlik (qotib qolganlik), ekstraversiya – introversiya.

6. Faoliyatning individual usuli - bu maqsadga muvofiqlashgan, temperament xususiyatlariga mos keladigan, faoliyatning eng yaxshi natijalarini taʼminlaydigan usul va yoʻllar tizimidir.

Mavzuni mustahkamlash va nazorat uchun savollar

1. Temperament deb nimaga aytiladi?
2. Temperament tiplari qanday bogʻliqlikka ega?
3. Xolerik temperamenti qanday xususiyatlarga ega?
4. Sangvinik temperamenti qanday xususiyatlarga ega?
5. Melanxolik temperamenti qanday xususiyatlarga ega?
6. Flegmatik temperamenti qanday xususiyatlarga ega?

Adabiyotlar:

7. Gʻoziev E.G. Umumiy psixologiya. Toshkent. 2002. 1-2 kitob.
8. Yugay A.X., Mirashirova N.A. “Obuqaya psixologiya” – Tashkent 2014.
9. Drujinina V.. “Psixologiya “. Uchebnik. “Piter”, 2003.
10. Bolotova A.K., Makarova I.V. Prikladnaya psixologiya: uchebnik dlya vuzov. –M., Aspekt Press, 2002. – 383s.
11. Psychology David G. Myers Hope College Holland, Michigan
12. S.K.Mangal: “General Psychology” 2013y.

XIV-MAVZU. XARAKTER

Tayanch tushunchalar: xarakter, xarakter xislatlari, tashabbuskorlik, mehribonlik, hushmuomalalik.

14.1. Xarakter to'g'risida umumiy tushuncha

Xarakter-tashqi dunyo bilan munosabatlar qurish, xulq-atvor xususiyatlarini belgilaydigan insonning doimiy ruhiy xususiyatlarining tuzilishi. Muayyan shaxs xarakterining shakllanishiga ko'plab omillar ta'sir ko'rsatadi:

Onaning salomatligi, uning gormonal holati. Stress paytida homilador ayolning qoniga tushadigan adrenalin nafaqat unga, balki homilaga ham ta'sir qiladi. Bunday vaziyatlarda bola tug'ilishidan oldin his-tuyg'ular bo'ron charchagan, asab bilan bola tug'iladi.

Atrofdagi kattalarning bolaga va bir-biriga munosabati, otanalarning diqqati, yordami, bolani hatti-harakatlariga baho berish.

Tashqi ijtimoiy muhit: bolalar guruhlarining xususiyatlari, ulardagi ta'lim-tarbiya va muloqot sharoitlari.

Oilaning madaniy darajasi, uning ijtimoiy holati va moliyaviy ahvoli. Jamiyatda qabul qilingan qadriyatlar, sobit mafkura.

Axloqiy tamoyillar kitoblar, televidenie va Internet orqali uzatiladi.

Etakchilarning harakatlari, bola bilan bevosita aloqada bo'lgan yoki bola tomonidan qabul qilingan odamlar.

O'z-o'zini hurmat qilishi shakllanganligi, shuningdek, emotsional sezilarli ta'sir ko'rsatgan voqealar.

Xarakter to'g'risida umumiy tushuncha. «Xarakter» yunoncha «xarakter» degan so'zdan olingan bo'lib, «qalqiq chiziq» ma'nosini anglatadi. Bu yerda tanga, chaqa yuziga tushirilgan bo'rtma tamg'a ko'zda tutiladi. Xarakter deganda, shaxsda muhit va tarbiya ta'siri ostida tarkib topgan va uning irodaviy faolligida, tevarak-atrofdagi olamga (boshqa kishilarga, mehnatga, buyumlarga), o'z-o'ziga bo'lgan munosabatlarida namoyon bo'ladigan individual xususiyatlarini tushunamiz. Shaxsning xarakteriga tegishli bo'lgan xususiyatlarni xarakter xislatlari deyiladi. Xarakter xislatlari kishida tasodifiy uchraydigan xususiyat bo'lmay, balki kishining xulqidagi doimiy, barqaror xususiyatlar bo'lib, bu xususiyatlar shaxsning o'zigagina xos bo'ladi. Har bir odam ayrim paytlarda mardlik, salobatlilik, rostgo'ylik, sofdillik ko'rsatishi mumkin.

Xarakter va uning shakllanishi, namoyon bo'lishi uchun kishilarimizni o'rab olgan muhiti, turli faoliyatlarga turlicha munosabatlar, yashab turgan jamiyatimizdagi munosabatlar sabab bo'ladi. Bu esa xalqimizda yangicha xarakter xislatlarining shakllanishiga, asrlar davomida avloddan-avlodga o'tib kelayotgan saxiylik, samimiylik, o'zaro hamkorlik, bir-biriga yordam, iffat, sharm-hayo, kamtarlik, mehmondo'stlik kabi sifatlar barqaror xususiyatlarga aylanib qolmoqda. Bu xususiyatlar yana avloddan-avlodga o'tadi va mazmun, sifat jihatidan o'zgaradi va u kishilarni o'z-o'ziga, jamiyatga, mehnatga, narsalar va hodisalarga bo'lgan munosabatlarda yangicha xarakter xislatlarni shakllantiradi. Zahmatkash xalqimizning xarakteridagi irodaviy, axloqiy va fahm-farosatga bog'liq bo'lgan xislatlar mustaqillikni mustahkamlashda yana ham rivojlandi.

Xarakterning bu sifatleri terrorizmga qarshi kurashda, diniy aqidaparastlik, vahobizm, narkomaniya va shu kabi illatlarga qarshi kurashda yaqqol namoyon bo'ldi. Qancha begunoh kishilarning yostig'i quridi, lekin xalqimiz o'zining matonati, qat'iyati bilan o'z xarakterini namoyon qildi. Hozirgi kunda laganbardorlik, xushomadgo'ylik, takabburlik, egaizm, tamoyilsizlik kabi salbiy illatlar o'rnini o'zaro muruvvat, hamkorlik, kishilarni hurmat qilish, ularga qo'llaridan kelguncha yordamlashish, mehr-saxovat, adolat, savobli ishlar qilish, halol va haromni, vijdonni his qilish yaxshilik kabi ijobiy sifatlar egallab bormoqda. Bizda yangicha xarakter xislatlari tarkib topmoqda. Bu kishilarning mehnatiga yangicha munosabat, jamiyal manfaatlariga sodiqlik, mehr-muruvvatli bo'lish, yordamga muhtoj kishilarga iltifotli bo'lish kabi yuksak fazilatlar shakllanmoqda. Kishilarimizning xarakter xislatlari ularning dunyoqarashi va ye 'tiqodlari bilan belgilanadi va ularning qiziqish, qobiliyatlari bilan mahkam bog'langandir.

Xarakterning mustaqilligi kishida muayyan darajada namoyon bo'ladigan mustaqillik shaxsning iroda bilan bogliq bo'lgan individual xususiyatlariga kiradi. Bunday xarakter xislatlari: tashabbuskorlik, tanqidiy qarash va mas'uliyat his qilishdan iboratdir. Tashabbuskorlik - xarakterning qimmatli xislati bo'lib, bu xislat ko'pchilik kishilarda ommaviy tus olgandir. Tashabbuskor odam o'zining shaxsiy hayotida ham, ijtimoiy faoliyatlarida ham sharoitni, qo'yilgan talablarni ustalik bilan hisobga olib, o'rtaga yangi vazifalar qo'yadi, qo'yilgan vazifalarni hal etish yo'llarini, vositalarini topadi va bu vazifalarni bajarishda o'zi ham faol ishtirok etadi. Tashabbuskor odam jamoa mehnatda davlat reja va topshiriqlarini amalga oshirishning eng samarali vosita va

yo'llarini qidirib topadi, musobaqalar tashkil etadi, orqada qoluvchilarga yordam beradi. Tashabbuskor kishilar-folkishilardir, ular novatorlardir. Kishidagi tanqidiy ko'z bilan qarash xislati boshqalarning aytgan fikr va mulohazalarini diqqat-e'tibor bilan tekshirib ko'ra bilish qobiliyatida namoyon bo'ladi. SHunday xislatga ega bo'lgan odam boshqa kishilarning fikrlariga, qarashlariga, bergan maslahatlariga e'tibor bilan quloq solib ularning hammasini u, muayyan tamoyillar nuqtayi nazaridan, yaxshilab o'ylab ko'radi, ijobiyalarini qabul qiladi va foydalanadi, noma'qul, salbiy, foydasi bo'lmaganlarini asosli ravishda rad qiladi.

Xarakterning bu xislati kishilar to'g'risida g'amxo'rlik ko'rsatishda, har bir kishida uning yaxshi, ijobiy, qimmatli tomonini topa bilishda ifodalanadi. Gumanizm mehribonlikda, ziyraklikda, kishilarning ruhiy holatini, dilidagi tuyg'ularini tushuna bilish-da, ularning ehtiyojlarini avaylay bilish va yordam ko'rsatishga tayyor tura bilishda ifodalanadi. Mehribon bo'lish - xushmuomala bo'lish demakdir. Kishiga e'tibor, mehribonlik va hushmuomalalik ham har bir kishi-ning xatti-harakatida va so'zida namoyon bo'ladi. Kishining so'zi naqa-dar kuchli ta'sir ko'rsatishini biz bundan oldin ham so'zlab o'tgan edik.

Har qaysi xarakter xislati bir-biridan ajralgan bo'lmay, balki ular bir-birlari bilan bog'liq holda namoyon bo'ladilar. SHuning uchun bir xarak-ter xislatining o'zi ham turlicha odamlarda turlicha namoyon bo'lmog'i mumkin. Chunonchi, dadillik bilan qilinadigan bir xatti-harakatning o'zi m a'qul yoki noma'qul, axloqda muvofiq yoki nomuvofiq bo'lmog'i mum-kin. Kishidagi mardlik singari xarakter xislati faqatgina undagi iroda bilan bog'liq bo'lmay, balki aql-idrok va tuyg'u-hissiyotlar bilan bog'liqdir. Mardlik ayni vaqtda axloqiy xislat hamdir. Har bir kishining xarakteri kishi shaxsida mujassamlanadigan turlicha xislatlarning alohida bir tarzda birlashuvidir. Kishilar xarakterini klassifikatsiya qilishga yoki xarakter tiplarini aniqlashga urinish hollari psixologiya tarixida ko'p martaba uchragan. Shunga qaramay, hanuzgacha bir xarakter klassifikatsiyasi va tipologiyasi yaratil-gani yo'q. Shu sababli ayrim kishilarni xarakterlashda, odatda, shu kishiga xa-rakterli bo'lgan bir-ikkita muhim belgisi ko'rsatiladi. Chunonchi, ba'zi kishilarni mustahkam, kuchli xarakterli desak, ba'zilarini kamtar, mehnatsevar, yana boshqalarini esa xushmuomala, dilkash va hokazolar deb ataymiz. Kishining o'z faoliyatlarida, tuyg'u-hissiyot va nutqlarida, uning boshqalarga va o'z-o'ziga munosabatlarida namoyon bo'ladigan xarakter xislatlari bu kishining o'z hayotida qanday maqsadlarga amal

qilishga qarab, o'z hayotini va qiladigan ishlarini qanday tushunishga qarab, ijobiy yoki salbiy bo'lmog'i mumkin. Shuning uchun ham uning barcha xarakter xislatlari yuqori axloqiy sifat kasb etadi. Ekspluatator sinflar sharoitida qat'iyat, matonat, mustaqillik singari xarakter xislatlari, ekspluatatorlik maqsadiga qaratilganligi tufayli axloqqa zid, yaramas xarakter xislatlari deb hisoblanadi. Shunday kishilar ham uchraydiki, ularning xarakterini aniqlash qiyin bo'ladi. Bunday odamlar haqida xalqimiz juda o'rinli ravishda: «na rahmonga chiroq va na shaytonga kasov, shunchaki bir odam» deb ataydilar.

14.2. Xarakterning fiziologik asoslari

Yuqorida ko'rib o'tganimizdek, kishi temperamenti uning xakteri tarkibiga kiradi, shu sababli ham xakterning fiziologik asosi nerv sistemasining tipidan iborat. Ijtimoiy muhitning ta'siri, tarbiya va mehnat faoliyati jarayonida kishi xakterining tarkib topishida, shubhasiz uning nerv sistemasida ham o'zgarishlar yuz beradi. Bunday o'zgarishlar nerv sistemasining plastiklik deb ataluvchi xususiyatiga ko'ra yuzaga keladi. Xakter xislatlari shaxsning keyin hosil qilinadigan va mustahkamlanib qoladigan xususiyatlari bo'lganligi tufayli, xakterning fiziologik asosi ham individual hayot jarayonida nerv sistemasining o'zgarigan xususiyatlaridan iborat. Hayvon nerv faoliyati tiplarini analiz qilib, P.Pavlov bunday deb yozadi: «Tip hayvon nerv faoliyatining tug'ma konstitutsion turi - genotipdir. Lekin hayvon tug'ilganidan boshlab tashqi sharoitning g'oyat xilma-xil ta'sirlariga duch keladi va bunga muayyan faoliyatlari orqali u muqarrar javob berishi lozim bo'ladiki, ko'pincha, bu faoliyatlar mustahkamlanib, nihoyat butun hayotining oxirigacha saqlanib qoladi, shu sababli hayvonning batamom tarkib topgan nerv faoliyati tipga oid belgilar bilan tashqi muhit ta'siri ostida hosil bo'lgan o'zgarishlarning qotishmasidir - fenotip, xakterdir». P.Pavlov o'zgaruvchan nerv sistemasi tipini katta miya yarim sharlari po'stining sistemalilik ishi bilan va nerv jarayonlarining tarkib topgan, muvozanatli sistemasidan iborat bo'lgan dinamik stereotip bilan bog'laydi.

Stereotip shaxsdagi mustahkam odat bo'lib qolgan xususiyatlarning, jumladan, xakter xislatlarining ham nerv-fiziologik asosidir. Xakterning nerv-fiziologik asosini tushunish uchun I.P.Pavlovning ikkinchi signal sistemasidagi ta'limoti katta ahamiyatga egadir. Ikkinchi signal sistemasi nutq va tafakkurning fiziologik asosi bo'lishi bilan birga kishi xulqini ham idora qiladi. «Normal o'sgan

odamda, - deb yozadi P.Pavlov. - ikkinchi signal sistemasi odam xulqining oliy boshqaruvchisidir». Xarakterning fiziologik asosi to'g'risida gapirganda barcha xarakter xislatlari go'yo faqat nerv sistema tipi xususiyatlari bilangina belgilanadi deb tushunish yaramaydi, albatta. Xarakterning fiziologik asosi xarakterning mazmunini tashkil qiladigan sifatlarni, chunonchi, ijtimoiy maslak, mardlik, o'z burchiga sadoqatli bo'lishlarni o'z ichiga olmaydi va ololmaydi ham, albatta. Xarakter psixologiyasining mazmuni o'zining kelib chiqishi jihatidan ijtimoiy kategoriyadir; psixologiya xarakterning mazmunini tashkil qilgan tomonlarini yoritishligi tufayli, u ijtimoiy fanlar qatoriga kiradi.

14.3. Xarakterning taraqqiyoti

Kishi xarakteri tabiiy, tug'ma bo'lmay, balki keyin hosil bo'ladi va tarbiyalanib yetishadi. «Xarakter tarkib topadi, xarakter hosil bo'ladi» degan iboralar shuni ko'rsatadiki, odamlar kishi xarakterining tarbiya ta'siri bi-lan o'zgarishi xususiyatiga ega ekanligini o'zlarining kundalik oddiy kuzatib borishlaridan bilib olganlar. Burjua olimlaridan bir qanchasining Krechmer va uning izidan boruvchilar, odam xarakteri va uning taraqqiyosi tamomila kishining tana tuzilishi bilan, faqat shu bilan belgilanadi, deb isbotlashga urinishlari fanga xilof reaksion urinishdir. Bunday olimlar xarakterning tarkib topishida, shuningdek, shaxsning psixik hayotining taraqqiy etishida ijtimoiy sharoit ham, insonning faoliyati ham, tarbiya ham hech qanday rol o'ynamaydi, deb da'vo qiladilar. Kishining xarakteri tug'ma, doimiy va o'zgaraydigan narsa emas. Hech bir bola mehnatsevar yoki dangasa, rostgo'y yoki munofiq, botir yoki qo'rqqoq, intizomli yoki intizomsiz bo'lib tug'ilmaydi. Har bir odamning xarakteri temperamenti asosida, ijtimoiy muhit ta'siri bilan, tarbiya, amaliy faoliyat jarayonida va kishi o'z-o'zini tarbiyalash bilan taraqqiy qilib, o'zgarib boradi.

Xarakterning taraqqiyosi kishining irodasi, aql-idroki va hissiyotlarining taraqqiy qilib borishi bilan mustahkam bogliqdir. Shu sababli, kishining irodasi, aql-idroki va tuyg'u-hissiyotlarining taraqqiy qilib borishi va ularning tarbiyalanishi haqida aytilgan fikrlarning hammasi kishi xarak-terining taraqqiyosiga ham tegishlidir. Kishining butun hayoti davomida uning xarakterining tarkib topishiga ijtimoiy muhit, avvalo, shu kishi birga yashab va ishlab kelgan jamoa katta ta'sir ko'rsatadi.

Xarakterning taraqqiyosida muhitning roli kishining bolalik chog'laridan boshlabq nihoyat kattadir. Ma'lumki, bola kichik yoshdan boshlabq taqlidchan bo'ladi. Bolalar ota-onasiga va atrofdagi boshqa

yaqin kishilariga o'xshashlikka moyil bo'ladilar. Ular kattalarning yurish-turishlari, xulq-atvori, imo-ishoralari, dasturxon ustida o'zlarini qanday tutishlari va kichkina bolalarga munosabatda bo'lishlariga va ularning gap-so'zlariga; hattoki, ularning gap ohanglarigacha hamma mayda narsalarigacha taqlid qilishga urinadilar. Shuning uchun ham ijtimoiy muhitning ta'siri ostida boladagi ayrim xarakter xislatlari juda yoshlikdan boshlab, go'yo o'z o'zicha hosil bo'lgan xususiyat tariqasida mustahkamlana boshlaydi.

Kattalarga taqlid qilish xususiyati bolalarning o'sib borish davrida ham saqlanadi. Shuning uchun ham bola xarakterining taraqqiyotida kattalarning bolaga juda yoshlikdan boshlab ibrat bo'lishlari katta rol o'ynaydi. Bolalar xarakterining tarkib topishida taqlidning roli katta ekanligini hisobga olib, ota-onalar va katta yoshdagi kishilar faqat o'z bolalarigagina e'tibor bilan qarab qolmay, balki o'zlariga ham har doim e'tibor bilan qarashlari lozim, o'zlarida ijobiy xarakter xislatlarini har doim tarbiyalab borishlari lozim. Bolalarda, ayniqsa, juda yoshlikdan boshlab, ijobiy, irodaviy va axloqiy sifatlar tarbiyalab yetkazmoq uchun ota-onalar va tarbiyachilarning o'zlari bunday sifatlarni o'zlarida tarbiyalashlari va ko'rsatishlari lozim. Ota-onalar o'z farzandlarida qanday sifatlarni tarbiyalab yetkazmoqchi bo'lsalar, ular o'zaro bir-birlari va boshqa odamlar bilan munosabatlarida ham xuddi shunday sifatlarni aks ettirishlari lozim. Xarakterning o'sishida tarbiyaning roli. Xarakterning o'sishida tarbiya va o'z-o'zini tarbiyalash asosiy rol o'ynaydi. O'sib kelayotgan yosh avlodning xakteri, avvalo, oilada va maktabda tarbiyalanadi. Bolalarning xarakterini tarbiyalashda katta mas'uliyatli vazifa ota-onalar, o'qituvchilar, bolalar bog'chalari, kasb-hunar kollejlari va internat-maktablar tarbiyachilari zimmasiga tushadi.

Xarakterni tarbiyalash slumdan iboratki, tarbiyachi maktab o'quvchisiga namuna bo'lishi mumkin bo'lgan kishilarni bolaga, o'quvchiga ataylab ibrat qilib ko'rsatadi; shu kishining qilayotgan ishlari, xatti-harakatlariga tarbiyalanuvchi e'tiborini jalb etadi va bu ish xatti-harakatlarning qaysibiri yaxshi, ijobiy, qaysi biri salbiy, yomon ekanligini aytadi. Tarbiyachi bolaning xatti-harakatlaridagi yaramas qiliqlarni yo'qotish va yaxshi, foydali odatlarni mustahkamlashga yordam beradigan vositalarni izlab topa-di va ularni tatbiq etadi.

Tarbiyaviy ish yana shundan iboratki, pedagog tarbiyalanuvchida muayyan ijobiy sifatlarni o'z xarakterida o'z-o'zi paydo qilish zaruriyati ongini uyg'otishi va bu ongni o'stirishi lozim. Pedagog bolalarda xakterni tarbiyalayotganida ularda tarbiyalanadi- gan

temperamentni bilishi, har bir temperamentning ijobiy va salbiy tomonlarini bilishi zarur. Agar temperament va uning tug'ma xususiyatlari o'z holicha qolaversa, odamda yomon xarakter xislatlari tarkib topishi mumkin. Masalan, xolerik temperament odamni cho'rtkesar, qo'pol, o'zini tuta olmaydigan qilishi mumkin. Sangvinik temperament sabrsizlikka, diqqatni birjoyga qo'ya bilmaslikka sababchi bo'lmog'i mumkin bo'lganidek, flegmatik temperament sustkashlikka, loqaydlikka olib borishi mumkin. Melanxolik temperamentli kishida o'z kechinmalariga ortiqcha berilishlik, pismiqlikpaydo bo'lishi mumkin. Xarakterni tarbiyalash, jumladan, temperamentning ijobiy tomonlarini o'stirishdan, uning salbiy tomonlarini va bu salbiy tomonlarni xarakterning ijobiy xislatlari bilan «almashtirishdan» iboratdir. Masalan, xolerik temperamentli bolalarni tarbiyalashda ularni o'ylab ish qilish, o'zini tuta bilish, atrofda odamlar bilan yaxshi muomalada bo'lishga odatlantirish va ularda shu sifatlarni o'stirishga alohida e'tibor berish lozim. Sangvinik temperamentli bolalarni sabotli bo'lishga, diqqatini bir joyga qo'ya bilishga, ishga qunt qo'ya olishga, boshlagan ishni oxiriga yetkazishga odatlantirimoq kerak.

Melanxolik temperamentli bolalarni odamga ko'proq aralashishga, jamoachilikka, ildam harakat qilishga odatlantirimoq, ularda shu sifatlarni tarbiyalamoq kerak. Flegmatik temperamentli bolalarni tashabbuskorlikka, faollikka, kishilarga el bo'lishga, quvnoqlikka odatantirimoq lozim.

Xarakterning salbiy tomonlarini yo'qotmoq uchun, ijobiy tomonlarini tarbiyalab yetkazmoq uchun tarbiyalanuvchini o'z temperamentini o'zi idora qila bilishga o'rgatish lozim, uni shunday tarbiyalash kerakki, u temperamentini o'zi idora qilish zaruriyatini o'zi anglasin va haqiqatan uni idora qila olsin, temperamentiga bo'ysunmaydigan bo'lsin. O'z temperamentini idora qila bilish xarakterning muhim ijobiy xislatidir.

Xarakter tarbiyasini faqat temperamentning salbiy tomonlarini ayrim ijobiy sifatlari bilan almashtirishdan iborat deb tushunish yaramaydi. Xarakterni tarbiyalashda pedagog, avvalo muayyan idealni yoki davrimizning oliyjanob kishilari obrazini asos qilib olmog'i lozim. Bu ma'naviy boylikni, axloqiy soflikni va jismoniy kamolotni o'zida garmonik holda mujassamlashtirgan yangi odamlardir. Kishi xakteri kishining faoliyatlarida, uning boshqalar bilan qiladigan munosabatlarida namoyon bo'ladi va ayni shu faoliyat hamda munosabatlarda tarkib

topadi. Insonning yaxshi xarakter fazilatlarini Vatanimiz gullab-yashnashida faol ishtirok etish jarayonida tarkib topadi.

14.4. Psixologiyada xarakter muammosi.

Ijtimoiy turmushda hayot va faoliyat ko'rsatayotgan har qanday shaxs o'zining individual psixologik xususiyatlari bilan boshqa insonlardan ajralib turadi va bu farqlar uning xarakter hislatlarida o'z ifodasini topadi. Xarakter tushunchasi yunon so'z bo'lib, «xarakter» bosilgan tag'ma yoki qiyofa, hislat degan ma'noni anglatadi lekin u psixologiyada toroq mazmunda qo'llaniladi. Xuddi shu boisdan insonning barcha individual xususiyatlarini xarakter hislati tarkibiga kiritib bo'lmaydi, chunki, aqlning ziyakligi, toyqirligi, xotiraning barqarorligi, ko'rishning o'tkirligi idrokning tanlovchanligi singari individual psixologik xususiyatlar bunga yorqin misoldir.

Psixologiya fanida xarakterga turlicha ta'rif berilishiga qaramay, uning asosiy belgilari ta'kidlanishi bilan bir-biriga mohiyati bilan muvofiq tushadi. Masalan, shaxs xulqining tipik usullari bilan bogliq, faoliyat, muomala va munosabatda namoyon bo'luvchi, mujassamlanuvchi, uning barqaror individual xususiyatlari majmuasi xarakter deyiladi. Shaxsning tabiatga, jamiyatga, o'ziga, ashylarga (narsalarga) nisbatan munosabatlari uning asosiy va muhim belgisi bo'lib hisoblanadi. Odatda shaxsning munosabatlari xarakter hislatlarining individual o'ziga xos xususiyatlarini ikki xil yo'sinda aniqlash imkoniyatiga ega.

1. Shaxs xarakterining xususiyati ro'yobga chiqadigan har qanday vaziyat, sharoit, holat, muhit hissiy kechinmalarining individual o'ziga xos hislati uning - munosabatlariga bog'liq. Misol uchun, ishlab chiqarishga yaqinda kelgan A. B. ning xarakter hislati mana bunday ro'yobga chiqadi: korxonada ma'yus, o'zini jamoada noxush sezadi, tortinchoqlik, rahbar va hamkasblaridan cho'chidi, xonadonida (mahallada) va tengdoshlari davrasida ko'tarinki ruxda, kayfiyati a'lo darajada, ular bilan munosabati ilik, vaqtichog', o'zini atrofda qilarga yaqin tutadi. Ushbu hodisani to'g'ri baholash uchun A. B.ning xarakter hislatlarini aniqlash, uning namoyon qilgan harakatlari va qiliqlarini tasvirlash bilan cheklanib qolmasdan, balki bir nechta holatdagi hissiy kechinmalarini yaqqol tahlillash hamda voqelikni to'g'rn tushuntirishga erishish lozim.

2. Har qanday favquloddagi tipik holatdagi (muhitdagi) harakatning sifatlari hamda individual o'ziga xos usullari shaxsning munosabatlariga taalluqlidir. Jumladan, Yuqorida keltirilgan misolda A.

B. ning xarakteri uning o'zini ishxonada ham mahallada tutishida o'z ifodasini topadi. SHu bilan birga xarakterning hislati hisoblanmish mehnatsevarlik: a) mehnat insonga rohat tuyg'usi keltirishida, ishsizlikda afsus chekishida; b) atrofmuhitdagi narsalarga diqqatini chalg'itmay, vaqtni behuda sarflamay, vujudi bilan vijdonan mehnat qilishida ro'yobga chiqadi.

3. Shaxs harakatlarining sifati va ularning oqilona usullari nafaqat uning munosabatlariga aloqador, balki insonning irodasi, hissiyoti, diqqati, aqliy sifatlariga yoki psixik jarayonlarning individual xususiyatlariga ham bog'liqdir. Chunonchi, mehnatda ko'zga tashlanadigan tirishqoqlik, puxtalik mehnatga nisbatan ijobiy munosabatini aks etgirisga emas, balki boshqa omillarga: a) diqqatning to'planishiga (markazlashuviga), b) harakatlarning aniqligi, maqsadga yo'nalganligiga, v) irodaviy zo'r berishga, g) usullar mahsuldorligiga, d) aqlning ziyrakligiga bog'liq. Xarakterning aqliy, hissiy, irodaviy hislatlariga ajratishni harakat usullaridan hamda xilma-xil ruhiy jarayonlarning ustuvorlik qiluvchi ta'siridan kelib chiqqan holda amalga oshirish mumkin.

Xarakter hislatlari shaxsiy muayyan faoliyatga undovchi omil sifatida maydonga chiqishi mumkin. Ma'lumki, xarakterning aksariyat hislatlari shaxsning xatti-harakatlari muvaffaqiyatini belgilovchi turtki va faol mayllar bo'lib hisoblanadi. Odatda shaxslar o'zaro o'xshash sharoitlarda bir xil motivlar va munosabatlarga asoslanib, aniq maqsadga intilib, maqsadga erishishga mutanosib harakat usullarga nisbatan moyillikni namoyon etadilar. Moyilliklar negizida xarakter xislatlarining undovchanlik kuchi vujudga keladi va uning ta'siri tufayli inson tabiiy sharoitga zid, maqsadga nomuvofiq xarakat usullaridan foydalanadi.

Shaxs ba'zida o'z xarakter hislatidan afsuslanadi, lekin boshqacha harakatni amalga oshirishni uddasidan chiqmaydi. Xorijiy psixologlarning tasdiqlashicha, ayrim insonlar faoliyatida muvaffaqiyatsizlikdan xavfsirashga qaraganda, ular o'z yutuqlarini yuksakroq qadrlaydilar va yuqori baholaydilar. Muvaffakiyatsizlik ular uchun halokatli hodisa emas, shuning uchun «tavakkalchilik»ka qo'l urishda davom etaveradilar. Boshqa toifadagi odamlar muvaffaqiyatsizlikdan cho'chidilar, o'ta ehtiyotkor bo'ladilar, qiyinchilikdan yuz o'giradilar, yengil ishga qo'l urishni lozim topadilar.

Maqsadga nomuvofiq, lekin shaxs uchun o'ziga xos harakat usullarinitanlashga moyillik kuchli irodaviy zo'r berish sharoitlarida, jiddiylik (zo'riqish) vaziyatlarida yorqin aks etadi. Inson uchun o'ziga xos

harakat usuli favquloddagi sharoitda maqsadga muvofiq kelsa, u holda o'z hislatiga nomuvofiq, bir-xil yo'sindagi usullardan foydalanishga qaraganda, ko'p kuch-quvvat, qat'iylik, ishchanlik namoyish qilishni ma'qul topadi. Mabodo xarakter hislatlari tabiiy (ob'ektiv) sharoit talabiga qarshi harakat qilishga undasa, uning hislatlari o'ziga xalaqit va pand beradi. Xarakter hislatlari sharoit, vaziyat talablariga muvofiq tushsa, u holda ular ijobiy vazifa bajaradi, bunda shaxs ijobiy faoliyat ko'rsatadi, butun kuch-quvvatini jamlab harakat qilishga imkon tug'iladi.

Shunday qilib, xarakter hislatlari shaxsni muayyan yo'sinda intilishiga, ba'zida sharoitga zid harakat qilishga undash bilan birga, ular murakkab vaziyatlarda yorqin ro'yobga chiqadilar. Haqqoniylik, dadillik, to'g'rilik shaxsni noxush kechinmalarga olib kelishiga qaramay, uni davralarda haqiqatni tik aytishga undaydi, sobitqadamlikni shakllaitirishga xizmat qiladi.

14.5. Xarakter namoyon bo'ladigan munosabatlar tizimi

Xarakterning fiziologik asoslari. Xarakter hislatlari kelib chiqishining muhim fiziologik sharoitlaridan biri-xarakter xususiyatlarining fiziologik hamda psixologik jixatdan ifodalanishi o'rtasida o'xshashlik bo'yicha taxminiy huloa chiqarishdir. Ma'lumki, I. P. Pavlov ilmiy maktabi materiallarida e'tirof etilishicha, laboratoriya sharoitida ovqatlanish orqali, shuningdek, teriga elektr toki bilan ta'sir qilish tufayli mustahkamlashda aynan bir hayvonda bir xil shartli qo'zg'ovchiga javoban ikki xil dinamik stereotipni hosil qilishi mumkin. Harakat stereotiplari va so'lak ajralishidan iborat ijobiy va tormozlanish shartli reaksiyalari bilan javob qaytaradi. Teriga elektr toki bilan ta'sir qilish sharoitida esa qo'zg'ovchilarning o'ziga mudofaa harakatlari stereotiplari reaksiyasi bilan javob beradi. Bu hodisalar negizida yotgan fiziologik mexanizm ko'chirish mexanizmi deyiladi. Ko'chirish mexanizmining mohiyati shuki, sharoitga bog'liq tarzda markaziy nerv sistemasida har xil funksional holat paydo bo'ladi, chunonchi, ovqatlanishda ovqatlanishning markazlarida kuchli qo'zg'alish yuzaga keladi va bunda ovqatlanish bilan bog'liq dominanta tug'iladi. Teriga elektr toki bilan ta'sir qilishda mudofaa bilan bog'liq harakat markazlari kuchli qo'zg'alishi tufayli muhofaza (mudofaa) dominantasi vujudga keladi.

Hayvonlardagi mazkur hodisalarning shaxs xarakterining hislatlari namoyon bo'lishi bilan o'xshashligi mavjud: 1) ular hayvonlar va odamlar uchun stereotip xususiyatga ega; 2) sharoitga bog'liq holda odamlarda va hayvonlarda bir ko'zg'ovchiga javoban xilma-xil stereotip xususiyatli

reaksiyalar tizimi vujudga keladi; 3) fuyaksional xolatlar har ikkalasida ham barqaror va doimiy xususiyat kasb etadi. Funktsional xolatlar hosil bo'lishining tashqi omillariga asoslanib; xarakter xislatlari shakllanishining fiziologik sharoitlaridan biri ko'chish mexanizmi asosida dinamik stereotiplarning vujudga kelishidir.

Xarakter hislatlarining dinamik stereotiplarga bog'liq nerv sistemasining shartli reflektor funktsional xolati shaxsning sharoitga nisbatan turlicha munosabatiga bog'liqdir. Masalan, tajribaga nisbatan tekshiriluvchi munosabati o'zgartirilsa, unda nervjarayonlarining qo'zg'oluvchanligi, xarakatchanligi, to'xtalishi kuchayadi, demak, nerv sistemasining funktsional holati o'zgaradi. SHunday qilib, xarakter hislatlarining asosi ko'chish mexanizmi insonlarda xayvonlarnikidan keskin tafovutlanadi, chunki unda ikkinchi signal sistemasi nihoyatda muhim ahamiyat kasb etadi.

Xarakter hislatlarining namoyon bo'lishi bilan nerv sistemasi qiyoslansa, u holda birinchisining ro'yobga chiqishi o'zgacha fiziologik sharoitga asoslanishi mumkin. Sobiq sovet psixologiyasida ta'kkidlanishicha, nerv sistemasi umumiy tipining zid xususiyatlari psixologik jixatdan zid harakat usullariga mos tushadi. B. M. Teplov, V. S. Merlin, E. A. Klimovlarning tadqiqotlarida, o'qish, sport va mehnat faoliyatlarida xarakter usullarining individual farqlari aniqlangan. Xuddi shu bois xarakter hislatlari paydo bo'lishining o'zgacha fiziologik sharoiti nerv sistemasi umumiy tipining xususiyatlari hisoblanadi. Ma'lumki, nerv sistemasining umumiy tipibu temperamentning fiziologik asosi hamdir. Shuning uchun temperament tipi xarakterning individual o'ziga xos hislatlarining ro'yobga chiqishidagi muhim psixologik sharoitlardan biri bo'lib xisoblanadi. I. P. Pavlov tajribasining ko'rsatishicha, muayyan tizimda tashqi ta'sir hukm surganda nerv sistemasi umumiy tipining xususiyatlarsha taalluqli dinamik stereotipning shakllanishiga qulaylik vujudga keltirishi yoki, aksincha, xalaqit berishi mumkin.

14.6. Xarakter hislatlari va shaxsning munosabatlari.

Shaxsning xarakteri tuzilishi turli xususiyatlarning tasodifiy yig'indisidan iborat emas, balki o'zaro bir-biriga bog'liq, hatto tobe yaxlit tizimdan tarkib topadi. Xarakter hislatlarining muayyan qismida xabardor bo'lishlik notanishlarni tashxis qilish imkoniyatini yaratadi. Misol uchun, shaxsning shuhratparastligi ma'lum bo'lsa, uning dili (ko'ngli) qoraligi yuzasidan taxmin qilish mumkin yoki inson kamtar, mo'min, yuvosh xususiyatli bo'lsa, albatta u ko'ngilchan ekanligi ko'glimizga keladi.

Odatda psixik xususiyatlarning o'zaro bog'liq tizimi simptomokomplekslar (omillar) deyiladi. «Simptom» yunon sympoma belgi, mos tushish, «kompleks» lotincha, aloqa, majmua degan ma'no anglatadi. Misol uchun, qarama-qarshi simptomokomplekslar haqida muloxaza yuritilsa, u holda insonlarda bu tizim o'ziga ishonish, o'zidan mag'rurlanish, maqtanchoqlik, o'zbilarmonlik, urishqoqlik, keksaklash kabilar birikmasida yuzaga keladi. Boshqa toifadagi shaxslar o'zlarining kamtarinligi, ko'ngilchanligi, iltifotliligi, dilkashligi, haqqoniyligi bilan ajralib turadilar. Voqelikka shaxsning bir xil muosabati xarakter hislatlarining o'zaro bir-biriga bog'liqligini bildiradi.

Shaxsning munosabatlarini aks ettiruvchi xarakter hislatlarining to'rtta tizimga ajratish qonuniy xolatga aylangan:

1. Jamoaga (guruhga) va ba'zi bir insonlarga nisbatan munosabatni ifodalovchi xususiyatlar: yaxshilik, mexribonlik, talabchanlik, takabburlik va boshqalar.

2. Mehnatga nisbatan munosabatlarni mujassamlashtiruvchi xususiyatlar: mexnatsevarlik, dangasalik, vijdonlilik, mas'uliyatlilik, mas'uliyatsizlik kabilar.

3. Narsalarga nisbatan munosabatni aks ettiruvchi xususiyatlar: ozodalik, ifloslik, ayash, ayamaslik va hokazo.

4. Shaxsning o'ziga nisbatan munosabatlarini ifodalovchi hislatlar: izzat-nafslilik, shuhratparastlik, mag'rurlik, takabburlik, dimog'dorlik, kamtarinlik, samimiylik va boshqalar.

Shartli ravishda qabul qilingan «shaxs va atrof-muhitdagi insonlar» simptomokompleksi o'z tarkibiga nafaqat boshqa shaxslarga nisbatan munosabatlarni, balki o'ziga qaratilgan munosabatlarni mujassamlashtiruvchi hislatlar ham kiradi, chunonchi, o'ziga ishonch, o'zbilarmonlik, o'ziga bino qo'yish, maqtanchoqlik yoki aksincha xususiyatlar shular jumlasidandir. Shunday qilib, «shaxs va atrof-muhitdagi insonlar» degan shartli nom berilgan hislatlar tizimi o'zga kishilarga, jamoa (guruh) a'zolariga va o'ziga nisbatan munosabatlarni ifodalovchi xususiyatlarni birlashtiradi. Turlicha munosabatlar o'zaro bir-biriga bog'langan tarzda muayyan tizimni tashkil qiladi, natijada «men-biz» munosabati o'zaro o'rin almashtirib turadi, ya'ni o'ziga qaratilgan munosabat guruhiy xususiyat kasb etadi.

Shuning uchun shaxsning turlicha munosabatlari o'zaro bog'liqligi uning xarakteri tuzilishi xususiyatlari bilan uyg'unlashib ketadi. Umumiy va xususiy munosabatlar xarakter hislatlari bilan birlashgan holda muayyan ahamiyat kasb etadi. Xuddi shu boisdan insonning xarakteri

nisbatan butun, yaxlit xususiyatga ega. Shaxs munosabatlarining kelib chiqishiga asoslanib, ular markaziy (asosiy) va ularga tobe, hosilaviy munosabatlarga ajratiladi. Shaxsning markaziy (asosiy) munosabatlari ijtimoiy munosabatlar bilan belgilanganligi tufayli, bunday munosabatlar hamisha sosialtipik xususiyatga egadir. Masalan, ijobiy hislatlar mujassamlashgan shaxsning asosiy munosabatlari o'zga odamlarga, jamoa (guruh)ga nisbatan munosabatlarida ifodalanadi. SHunday qilib, karakter hislatlarining individual o'ziga xosligi, betakrorligiga qaramay, uning tuzilishi negizida hamma vaqt shaxsning sosialtipik markaziy (asosiy) munosabatlari yotadi.

Xarakterning tuzilishi qonuniyatlaridan kelib chiqqan holda muhim tarbiyaviy xulosalar chiqarish mumkin. Xarakter hislatlarining ba'zi nuqsonlarini (qo'pollik va yolg'onchilikni) bartaraf qilish, uning ijobiy xususiyatlarini (xushfe'llik va haqqoniylikni) shakllantirish muddaosi rejalashtiriltan dasturda amalga oshirib bo'lmaydi. Chunki insonlarga nisbatan to'g'ri munosabatni tarkib toptirmay turib, illatga qarshi kurashib, ijobiy fazilatni shakllantira olmaymiz. Shu narsa ma'lumki, shaxsda o'zaro bir-biriga bog'liq xususiyatlarning yaxlit bir tizimini tarkib toptirish mumkin, xolos. Mazkur jarayonda xususiyatlar tizimini shakllantirishning muhim shartlaridan biri-bu shaxsning markaziy (asosiy) munosabatlarini tarkib toptirishdan iboratdir.

Shaxs xarakterining yaxlitligi busbutunligi mutlaq narsa emas, albatta, chunki insonning asosiy munosabatlaridan biri boshqa barcha munosabatlarni to'la belgilay olgandagina xarakter mutlaq xususiyat kasb etadi. Lekin shaxsning munosabatlari ijtimoiy munosabatlarning aks ettirilishidan iboratligi tufayli uning munosabatlari bilan xarakter hislatlari o'rtasida ziddiyat hukm suradi. Bundan xulosaga kelgan holda shaxsning xakteri nisbiy juhatdan yaxlitdir deyishimiz mumkin, biroq uning bir butunligi ham individual, o'ziga xos xususiyatga egadir. Yaxlitlik nuqtai nazaridan qaraganda, turli qarama-qarshi xususiyatli shaxslar mavjuddir. Xarakterdagi qarama-qarshiliklar oqibatida harakatlarda va inson xulqida shunday holat hosil bo'ladi va ijtimoiy-ahloqiy me'yorlarni buzishni yuzaga keltiradi. Bunday vaziyatda harakatdagi kamchiliklar bilan kurashishning asosiy yo'li bu shaxs xarakteridagi qarama-qarshiliklarni yengishga o'rganishir.

Xarakterning tuzilishi ba'zi hislatlarning o'zaro bog'liqligi bilan emas, balki uning yaxlitligiga mutanosib xususiyatlar bilan tavsiflanadi. Xarakter tuzilishining qatoriga ularning chuqurlikdarajasi kiradi va shaxsning asosiy munosabatlari bilan belgilanadi. Insonning boshqa

odamlarga, jamoaga, mehnatga nisbatan fidoiy munosabatda bo'lishida belgilanuvchi xususiyatlar chuqurroq xususiyatlar deyiladi. Mazkur mezonga qarab, shaxslarning farqlanishini yuzaki tasavvur qilmaslik kerak, chunki insonga beriladigan tavsifnoma simptomokomplekslarni ta'kidlab o'tishi bilan cheklanmasligi lozim. Aks holda shaxsning psixologik kiyofasining tavsifnomasi: birinchidan, samptomo komplekslarni chuqurroq joylashtirishni, ikkinchidan, muayyan darajada chuqurroq mujassamlashtirishni, uchinchidan, bir oz yuzakiroq tizimni ajratishni taqozo qiladi.

Xarakter tuzilishi xususiyatlari jumlasiga faollik yoki xarakter kuchi kiritiladi va shunga asosan insonlar kuchli hamda kuchsiz xarakter turlariga ajratiladi. Shuningdek, xarakter tuzilishi xususiyatlari tarkibiga uning barqarorlik va o'zgaruvchanlik darajasi ham kiritilgandir. Xarakterning barqarorligi ham, o'zgaruvchanligi ham moslashish faoliyatining zaruriy shartlaridan hisoblanadi. Shaxsning xarakter xususiyatlari turlicha turmush sharoitlarida, qarshilik qiluvchi vaziyatlari uchrashiga qaramay, uning xatti-harakatlarini boshqaradi. SHu boisdan inson tashqi vaziyatga bog'liq bo'libgina qolmasdan, balki tashki vaziyatni uning shaxsan o'zi yaratadi, shuningdek, maqsadga muvofiqlashtiradi.

Bundan tashqari shaxsning turmushdagi zaruriy shartlaridan biri-bu xarakterning muayyan darajada plastikligidir. Xarakterning plastikligi ikki xil ma'no kasb etadi. Xarakterning plastikligi uning barqarorligi singari muhitga faol ta'sir o'tkazishning shartlaridan hisoblanadi. Ish-amallari maqsadga muvofiq va foydali kechishi uchun ular o'zgaruvchan tashqi sharoitga moslashishlari lozim. Xarakterning plastikligi, mustahkamligi uni shakllantirishning zaruriy sharti sanaladi. Xarakterning barqarorligi, plastikligi o'ziga xos individual xususiyatga ega bo'lib, uni tuzilishining hislati sifatida mujassamlashadi.

Xarakter xususiyatlarining kuchi va barqarorligi markaziy tizimga bog'liqligiga binoan muayyan darajada shaxs munosabatlarining mazmuni bilan belgilanadi. Biroq ular munosabatlar mazmuniga bog'liqligiga qaramay, ba'zan yuzaki xususiyatga ham ega bo'ladilar.

14.7.Xarakterning tarkib topishi

Psixologiyada irsiyat bilan xarakterning munosabati to'g'risida xilma-xil qarashlar mavjuddir (Krechmer, Sheldon va boshqalar). Aksariyat psixologlarning e'tirof etishlaricha, organizmning nasliy xususiyatlari xarakter hislatlarining paydo bo'lishidagi shartlaridan biri

xisoblanadi, xolos. Ma'lumki, xarakter xususiyatlari irsiyatning biologik qonuniyatlari bilan emas, balki ijtimoiy qonuniyatlar tavsiflanadi. Ushbu masalani irsiyatga bog'lab tushuntirish gomozigot egizaklarni o'rganish orqali inkor qilinadi, chunki ularning nasliy xususiyatlari aynan bir hildir. Ular temperament xususiyatlari bo'yicha tubdan o'xshash bo'lsalarda, lekin xarakter hislatlariga ko'ra bir-biridan keskin farq qiladilar. SHuning uchun xarakterning shaxs turmush sharoitiga bog'liqligini: a) uning fiziologik asosi ham, b) tashqi taassurotlar tizimi tufayli vujudga keladigan shartli reflektor funksional holati ham tasdiqlaydi.

Xarakter tarkib topishi muayyan qonuniyatlar ta'sirida amalga oshadi. Xarakterning har bir xususiyati shaxs munosabatlariga bog'liq bo'lsa, bular o'z navbatida ijtimoiy munosabatlar bilan belgilanadi. Nasliy xususiyatlari bir xil egizaklarda turlicha ijtimoiy muhitda har xil xarakter hislatlari shakllanadi. SHu sababdan ijtimoiy tuzumni tavsiflovchi keng ijtimoiy munosabatlar shaxsning ijtimoiy tipik xususiyatlarigina emas, balki xarakterning individual xususiyatlari (hislatlari) tarkib topishiga ham katta ta'sir o'tkazadi. Ijtimoiy munosabatlarga bevosita yoki bilvosita bog'liq tarzda, oilada, bolalar va mehnat jamoalarida xayrixoxlik, o'rtoqlik, o'zaro yordamlashish, xamkorlik yoki, aksincha, johillik, zolimlik, badjaxllik kabi shaxslararo munosabatlar tarkib topa boshlaydi. Oilaviy muxit, undagi shaxslararo munosabatlar, farzandlarning miqdori, yoshidagi farqi, nizoli vaziyatlar ko'rinishi, ota-ona munosabatiga asoslangan holda xarakterning o'ziga xos xususiyatlari shakllanadi. Bolalar bog'chasidagi, maktabdagi shaxslararo munosabatlar ham xarakterning maxsus hislatlarini tarkib toptiradi.

Xarakterning tarkib topishida taqlidchanlikning ro'li katta bo'lib, harakat usullari avtomatlashuvining bosh manbai hisoblanadi. Tarkib topish jarayonida taqlidchanlikning ahamiyati ko'p jixatdan ifodali xati-harakatlarning shaxs emosional (hissiy) kechinmalariga ta'siri bilan belgilanadi. Taqlidchanlik xatti-harakat namunasiga taqlid qilish uchun mo'ljallangan shaxs munosabatlari tomonidan motivlashtirilgandagina xarakter hislatlari shakllanishining shartiga aylanadi. Xarakterning shakllanishida muayyan psixik faoliyatga yaxlit ob'ektiv va sub'ektiv mayllik tarzidagi ko'rsatma berish (ustanovka) psixologik mexanizm negizida yuzaga kelgan avtomatlashish muhim ahamiyat kasb etadi. Ko'rsatma (ustanovka) odatlaridan farqli o'laroq, muayyan harakatlarga tayyor turishgina bo'lib qolmay, balki bilish jarayonlariga, hissiy va irodaviy reaksiyalarga ham tayyor turishlikdir.

Xarakterning hosil bo'lishida nizoli vaziyatlar alohida ahamiyat kasb etadi. Xarakter faqat murakkab va keskin vaziyatlarda (sharoitlarda) yorqin namoyon bo'libgina qolmasdan, balki mazkur holatlarda u tarkib ham topadi. Odatda xarakter hislatlarining o'zgarishidagi individual farqlar shaxsning nizoli vaziyatdan chiqish uchun qanday yo'l-yo'riq topishiga bog'lik, binobarin, inson sharoitdan kelib chiqib, qanday xatti-harakatni amalga oshirishga qaror qiladi. SHunday qilib, shaxs o'zining butun hayoti va faoliyati davomida o'z xatti-harakatlari, odatlari bilan o'z xarakter hislatlarini o'zi yaratadi va ularni boshqarishga odatlanadi.

Mavzuni mustahkamlash va nazorat uchun savollar

1. Xarakterning umumiy xususiyatlari qanday?
2. Xarakterning qanday tiplari mavjud?
3. Xarakterdagi jinsiy rollar tafovuti nimadan iborat?
4. Xarakterning tarkib topishiga ta'sir qiluvchi omillar?

Adabiyotlar:

1. G'oziev E.G. Umumiy psixologiya. Toshkent. 2002. 1-2 kitob.
2. Yugay A.X., Mirashirova N.A. "Obshaya psixologiya" – Tashkent 2014.
3. Drujinina V.. "Psixologiya ". Uchebnik. "Piter", 2003.
4. Bolotova A.K., Makarova I.V. Prikladnaya psixologiya: uchebnik dlya vuzov. –M., Aspekt Press, 2002. – 383s.
5. Psychology David G. Myers Hope College Holland, Michigan
6. S.K.Mangal: "General Psychology" 2013y.

XV-MAVZU. QOBILIYATLAR

Tayanch tushunchalar: qobiliyatlar, layoqat, talant, geniallik, ko'nikma, malaka, psixologik rivojlanish

15.1. Psixologiyada qobiliyat tushunchasi

Qobiliyat insonning shunday psixologik xususiyatidirki, bilim, ko'nikma, malakalarini egallash shu xususiyatlarga bog'liq bo'ladi. Lekin, bu xususiyatlarning o'zi bu bilim va ko'nikmalarga taalluqli bo'lmaydi. Qobiliyatlar faqat faoliyatda namoyon bo'ladi. Shuning uchun ham faqat ana shu qobiliyatlarsiz amalga oshirilishi mumkin bo'lmagan faoliyatlardagina namoyon bo'ladi. O'quvchida ham zaruriy ko'nikma va malaka tizimi hamda mustahkam bilimlar tarkib topish uslublari yo'qligiga asoslanib, jiddiy tekshirib ko'rilsa, shoshilinch ravishda unda qobiliyatlar yo'q, deb xulosa chiqarish pedagogning jiddiy psixologik xatosi bo'ladi.

Qobiliyatlar - shaxsdagi shunday individual, turg'un sifatlarki, ular odamning turli xil faoliyatdagi ko'rsatgichlari, yutuqlari va qiyinchiliklari sabablarini tushuntirib beradi.

Qobiliyatli bola kim?

Qobiliyat ko'p qirralidir. Yosh bolalardagi qobiliyatning ko'rinishi – bu nutqning erta paydo bo'lishi va juda ko'p bo'lgan lug'at boyligidir. Bundan tashqari qobiliyatli bolalar tevarak-atrofdagi sodir bo'layotgan voqealarga o'ta qiziquvchan bo'ladilar. Istedodli bolalarning xotiralari juda yaxshi rivojlangan bo'lishini mutaxassislar etirof etganlar. Qobiliyat asosan uch o'zaro bog'liq parametrlar bilan aniqlanadi: bilim darajasining ustunlik, psixologik rivojlanish, fiziologik sifatlari.

Qobiliyatli bolada bilish jarayonlari: Ular bir vaqtning o'zida juda ko'p ishlar bilan shug'ullanadilar, ular juda qiziquvchan bo'ladilar, kuchli xotiraga egadirlar va diqqatlarini bir joyga to'play oladilar.

Qobiliyatli bolada psixologik rivojlanish: Haqiqat hissi yaxshi rivojlangan, qadriyatlarining shaxsiy tizimi, hayolning o'ta rivojlanganligi, hazil hissining mavjudligi, o'zlari uchun to'g'ri kelmaydigan vazifalarni yechishga xarakter qilishi, ular qo'rquv holatini oshirib yuborishlari ham mumkin, ularda egotsentriзм kuchli bo'ladi.

Qobiliyatli bolada fiziologik sifatlari: Qobiliyatlilarda ikki xil stereotip mavjud: biri o'zgin, kichkina nimjon bola yoki uning aksi. Istedodlilar juda kam uxlashadi.

Rus olimi I.P.Pavlov o'z ta'limotida «badiiy», «fikrlovchi», «o`rta» tiplarga ajratilgan shaxslarning ana shu uchta tipdan bittasiga taalluqli ekanligini tavsiflab beradi. Muallif ushbu tipologiyani yaratishda oliy nerv faoliyatining birinchi va ikkinchi signal tizimidan iboratligi to'g'risidagi ta'limotga asoslanadi. Birinchi signallar tizimi obrazlar, emotsiyalardan va ikkinchi signallar tizimi esa obrazlar haqida so'zlar orqali signal berishdan iboratdir. Ikkinchi signal tizimi I.P.Pavlov tomonidan «signallarning signali» deb nomlangan edi. Ushbu tipologiyani osonroq qilib quyidagicha tushuntirish mumkin:

1) shaxs faoliyatida birinchi signallar tizimining signallari nisbatan ustunlik qilsa, bu inson «*badiiy*» tipga taaluqlidir;

2) mabodo «signallarning signali» nisbatan ustuvor bo'lsa, bu shaxs «*fikrlovchi*» tipga mansubdir;

3) agarda har ikkala signallar aralashib ketgan bo'lsa (birortasining ustunligi sezilmasa) bu inson «*aralash*» tipga mansub odamdir.

Iste'dodli bolalar bilan ish olib borishda mutaxassislarning fikri iste'dodli bolalar bilan ishlashda Karne, Shvedal, va Linnemayerlar quyidagi mezonlarni ishlab chiqqanlar:

Har bir bola takrorlanmasdir. Ba'zilar she'r yozish, insholardan, ba'zilar matematikadagi qobiliyati bilan ajralib turadilar. Oddiy maktabda musiqaga qobiliyati bor o'quvchini xam ajrata olmasligimiz mumkin. Uchinchi bir bola esa yuqori intellektli (IQ) bilan ajralib turadi, lekin bu bolaning o'zini baholash mezonu juda past bo'lishi mumkin. Shu orqali xar bir bolaning kuchli va kuchsiz tomonini bilishimiz lozim. Shu orqali iste'dodli bolalar bilan ishlash rejasini tuzish mumkin.

Iste'dodli bolalar o'zlariga nisbatan juda tanqidchandirlar. Ular o'z "men"ini rivojlantirishga xarakat qilishlari kerak. Yaqin qarindoshlarining ta'siri iste'dodli bolalar uchun juda muximdir.ular yaqinlarining fikrini inobatga oladilar.

Istedodli bolaning rivojlanishi va kamol topishida oilaning o'rni juda kattadir. Agar oila maktab o'zaro aloqada bo'lsa, bu eng yaxshi natijalarga olib kelishi mumkin.

Iste'dodli bolalar uchun turli xil o'quv rejasini tuzish. Iste'dodli bolalarning qiziqish va extiyojlarini inobatga olib o'quv rejalari ishlab chiqilishi lozim. Ko'pgina iste'dodli o'quvchilarning qiziqishlari ko'p qirralidir.

Iste'dodli bolalar oddiy bolalar bilan o'qigan taqdirda xam, iste'dodli boshqa bolalar bilan muloqot qilish imkoniyatini yaratish kerak.

Istedodli bolalarning dasturi xar tomonlama mukammal bo'lishi zarur.

Iste'dodli bolalarni o'qitish uchun tuzulgan rejani shu sohadan xabardor bo'lgan rahbarning o'zi nazorat qilgan taqdirdagina samara berishi mumkin.

Iste'dodli bolalarni o'qitishning namunali rejasining ish faoliyatiga bevosita tadbir qilish kerak.

Ota-ona va mutaxassislar bir-birlari bilan hamkorlik qilishlari muhimdir. Bu hamkorlik iste'dodli bolalarning iste'dodini rivojlantirish uchun xam muhimdir.

Bolaning o'ziga nisbatan bahosini bilishimiz muhimdir. Bola o'zinig oldiga qo'ygan qanday vazifalarni bajarilayotganligini ham bilish kerak, ota-ona bundan xursanmi?

Faqat reja mavjud bo'lsa, ota-ona ham, mutaxassis xam bola o'z oldiga qo'yayotgan misollarni yechayotganligini bilishi mumkin.

Namunali dastur rejalashtirilgan, effektiv va doimiy faoliyatdagi sistemani ko'rsatish kerak va bunda ota-onaning o'rnini ham ta'kidlab o'tishimiz zarur.

Dasturning optimal jihatlarini ko'rishi kerak, bola bir bosqichdan ikkinchi bosqichga o'tishini taminlash kerak.

Dastur qatiyatlilik va maqsadga intilishni rivojlantirishi kerak. Yuqori bo'lishi juda katta axamiyatga yega emas. Maqsadga intilish va boshlagan ishini oxirigacha yetkazishi muhimdir.

Dasturning asosiy maqsadlaridan biri ijodiy qobiliyatni rivojlantirishdir.

Iste'dodli bolalar bilan ishlashda talantli tarbiyachi, o'qituvchilarni jalb qilish maqsadga muvofiqdir. Bunday mutaxassislar maktabga xam, ota-onalarga ham juda zarurdir.

Psixologik xarakteristika

Qobiliyatli bolalar juda katta energetik kuchga ega, ular juda kam uxlashadi.

Ularning qo'l harakatlari bilish qobiliyatlaridan biroz orqada qoladi. Ularga amaliyot muhimroqdir. Intelektual va fiziologik rivojlanishdagi farqlar ularning mustaqilligini bo'g'ishi mumkin.

Qobiliyatli bolalarning ko'rish qobiliyatlari (8-yoshgacha) o'zgaruvchandir, ularning bu qobiliyatlari pasayib ketishi mumkin.

Qobiliyatlar va qiziqishlar diagnostikasi

Amaliy psixologiyaning bugungi kundagi eng muhim va dolzarb vazifalaridan biri layoqat kurtaklarini ilk yoshlikdan aniqlash, intellekt

darajasiga ko'ra shaxs qobiliyatlari yo'nalishini ochib berishdir. SHuning uchun ham hozirda ko'plab intellekt testlari va qobiliyatlarni diagnostika qilish usullari ishlab chiqilgan va ular muvaffaqiyatli tarzda amaliyotda qo'llanmoqda.

Qobiliyatlarni o'lchash muammosi XIX asrning oxiri - XX asrning boshlariga kelib izchil hal qilina boshlandi. Xorijda bunday ishlar Spirmen, Bine, Ayzenk va boshqalar tomonidan o'rganildi. Ular qobiliyatlar va iqtidorni o'rganish uchun maxsus testlardan foydalandilar. Bu testlarning umumiy mohiyati shundaki, ularda topshiriqlar tizimi tobora qiyinlashib boruvchi testlar-topshiriqlar batareyasidan iborat bo'ladi. Masalan, Ayzenkning mashhur intellekt testi 40 ta topshiriqdan iborat bo'lib, u intellektual jarayonlarning kechishi tezligini o'lchaydi. Bu yerda vaqt mezoni muhim hisoblanadi. Boshqa mualliflar sekin ishlash - qobiliyatsizlik belgisi emas deb, boshqacharok usullarni o'ylab topganlar. Ko'pchilik olimlar uchun, masalan, rus olimlari uchun qobiliyatni o'lchashning ishonchli mezoni - bu shaxs yutuqlarini va uning qobiliyatidagi o'zgarishlarni bevosita faoliyat jarayonida qayd etishdir. Rus olimi Ye.A. Klimov yoshlar iqtidorining yo'nalishini aniqlash maqsadida faoliyat va kasb - xunar sohalarini asos qilib olib, metodika yaratdi va uning «Professional - diagnostik so'rovnoma» deb atadi. SHunday qilib, u barcha kasblarni ularning yo'naltirilgan sohasiga ko'ra 5 toifaga bo'ldi:

P(T) - tabiat (usimlik, hayvonlar, mikroorganizmlar);

T - texnika (mashina, materiallar, energiyaning turlari) ;

Ch(O)- odam (odamlar guruhi, jamoalar);

Z (B)- belgilar (turli ma'lumotlar, belgili simvollar);

X (I)- badiiy, ijodiy obrazlar (tasviriy san'at, musiqa).

Qobiliyatlar muammosi eng avvalo inson aqlu-zakovatining sifati, undagi malaka, ko'nikma va bilimlarning borligi masalasi bilan bog'liq. Ayniqsa, biror kasbning egasi bo'lish istagidagi har bir yoshning aqli va intellektual salohiyati uning malakali mutaxassis bo'lib yetishishini kafolatlagani uchun ham psixologiyada ko'proq qobiliyat tushunchasi aql zakovat tushunchasi bilan bog'lab o'rganiladi. Har bir normal odam o'zining aqli bo'lishini xohlaydi, «Men aqlliman» demasa-da, qilgan barcha ishlari, gapirgan gapi, yuritgan mulohazasi bilan aynan shu sifat bilan odamlar uni maqtashlarini xohlaydi. «Aqlsiz, nodon» degan sifat esa har qanday odamni, hattoki, yosh bolani ham hafa qiladi. Yana shu narsa xarakterliki, ayniqsa, bizning sharq halqlarida biror kimsaga nisbatan «o'ta aqli» yoki «o'ta nodon» iboralari ham ishlatilmaydi, biz bu

xususiyatlarni o'rtacha tasniflar doirasida ishlatamiz: «Falonchining o'g'li anchagina aqlli bo'libdi, narigining farzandi esa biroz nodon bo'lib, otanasini ko'ydirayotgan emish» degan iboralar aslida «aqllilik» kategoriyasi insonning yuragiga yaqin eng nozik sifatlariga aloqadorligini bildiradi.

Ilm-fandagi an'analar shundayki, aql va idrok masalasi, odamning intellektiga bog'liq sifatlar juda ko'plab tadqiqotlar ob'ekti bo'lgan. Olimlar qobiliyatlarning rivojlanish mexanizmlari, ularning psixologik tarkibi va tizimini aniqlashga, ishonchli metodikalar yaratib, har bir kishining aqli sifatiga aloqador bo'lgan ko'rsatgichni o'lchashga uringanlar. Ko'pchilik olimlar odam intellektida uning verbal (ya'ni so'zlarda ifodalanadigan), mikdoriy (sonlarda ifodalanadigan), fazoviy ko'rsatgichlarni aniqlab, ularga yana mantiq, xotira va hayol jarayonlari bilan bog'liq jihatlarni ham qo'shganlar.

Ch.Spirmen faktorial analiz metodi yordamida yuqorida sanab o'tilgan ko'rsatgichlar o'rtasida bog'liqlik borligini isbot qilib, aqlning haqiqatan ham murakkab tuzilmaga ega bo'lgan psixik xususiyat ekanligini ko'rsatdi. Boshqa bir olim Dj. Gil'ford esa aqlni bir qator aqliy operatsiyalar (analiz, sintez, taqqoslash, mavxumlashtirish, umumlashtirish, sistemaga solish, klassifikatsiya qilish) natijasida namoyon bo'ladigan xususiyat sifatida o'rganishni taklif etgan. Bu olimlar aql so'zidan ko'ra intellekt so'zini ko'proq ishlatib, bu so'zning o'ziga xos talqini borligiga e'tiborni qaratganlar. Chunki ularning fikricha, intellektual potentsialga ega bo'lgan shaxsnigina qobiliyatli, deb atash mumkin. Intellektual potentsial esa bir tomondan hayotdagi barcha jarayonlarga, boshqa tomondan - shaxsga bevosita aloqador tushuncha sifatida qaralgan va uning ahamiyati shundaki, u borliqni va bo'ladigan hodisalarni oldindan bashorat qilishga imkon beradi. SHu o'rinda «intellekt» so'zining lug'aviy ma'nosini tushunib olaylik.

Intellekt - lotincha so'z - intellectus - tushunish, bilish va intellectum - aql so'zlari negizidan paydo bo'lgan tushuncha bo'lib, u aql-idrokning shunday bo'lagiki, uni o'lchab, o'zgartirib, rivojlantirib bo'ladi. Bu - intellekt va u bilan bog'liq qobiliyatlar ijtimoiy xarakterga ega ekanligidan darak beradi. Darhaqiqat, qobiliyatlar va intellektga bevosita tashqi muhit, undagi insoniy munosabatlar, yashash davri ta'sir ko'rsatadi. Buni biz bugungi kunimiz misolida ham ko'rib, his qilib turibmiz. Yangi avlod vakillari - kelajagini XXI asr bilan bog'lagan o'g'il-qizlarning intellekt darajasi ularning ota - bobolarinikidan ancha yuqori. Hozirgi bolalar kompyuter texnikasidan tortib, texnikaning barcha turlari juda tez

o'zlashtirib olmoqda, jaxon tillaridan bir nechta bilish ko'pchilik uchun muammo bo'lmay qoldi, minglab topshiriqlardan iborat testlarni ham yoshlar o'zlashtirishda qiynalmayaptilar. Qolaversa, oila muhitining aql o'sishiga ta'sirini hamma bilsa kerak. Agar bola oilada ilk yoshligidan ma'rifiy muhitda tarbiyalansa, uning dunyoqarashi keng, xoxlagan soha predmetlaridan beriladigan materiallarni juda tez va qiyinchiliksiz o'zlashtira oladi. Hattoki, bunday bolaga oliy o'quv yurtida beriladigan ayrim predmetlar mazmuni ham o'ta tushunarli, ular yanada murakkabroq masalalarni yechishni xohlaydi.

15.2. Qobiliyatlardagi tug'ma va orttirilgan sifatlar

Ba'zan o'ta iqtidorli va qobiliyatli bola haqida gap ketsa, undagi bu sifat tug'ma ekanligiga ishora qilishadi. Talantli, genial olim, san'atkor yoki mutaxassis haqida gap ketsa ham xuddi shunday. Umuman qobiliyatlarning tug'ma yoki orttirilgan ekanligi masalasi ham olimlar diqqat markazida bo'lgan muammolardan.

Talant (yunoncha qimmatbaho, noyob narsa, irsiy, tabiiy xislat degan ma'noni anglatadi) muayyan faoliyatning muvaffaqiyatli bajarilishini ta'minlaydigan qobiliyat hamda iste'dodlar yig'indisidan iborat individual xususiyatdir. Talantning asosiy belgilari:

Muvaffaqiyatni ta'minlash;

Faoliyatni mustaqil bajarish;

Originallikning mavjudligi;

Qobiliyat va iste'dodlar yig'indisidan iborat ekanligi;

Individual-psixologik xislat ekanligi;

Ijtimoiy turmushni o'zgartiruvchi yaratuvchi imkoniyatligi.

Talant qobiliyatlar yig'indisi yoki ularning yig'indisidan iborat bo'lishiga qaramay, alohida olingan yakka qobiliyatni, hatto u taraqqiyotning yuksak bosqichiga erishgan, yorqin ifodalansa ham u bilan tenglashtirish mumkin emas.

Psixologiyada tug'malik alomatlari bor individual sifatlar *layoqatlar* deb yuritildi va uning ikki xili farqlanadi: tabiiy layoqat va ijtimoiy layoqat. Birinchisi odamdagi tug'ma xususiyatlardan - oliy nerv tizimi faoliyatining xususiyatlari, miyaning yarim sharlarining qanday ishlashi, qo'l-oyoklarning biologik va fizilogik sifatleri, bilish jarayonlarini ta'minlovchi sezgi organlari - ko'z, quloq, burun, teri kabilarning xususiyatlaridan kelib chiqsa (bular nasliy ota-onadan genetik tarzda o'tadi), ijtimoiy layoqat - bola tug'ilishi bilan uni o'ragan muhit, muloqot uslublari, so'zlashish madaniyati, qobiliyatni rivojlantirish uchun zarur

shart-sharoitlar (ular ota-ona tomonidan yaratiladi)dir. Layoqatlilik belgisi - bu o'sha individga aloqador bo'lib, u bu ikkala layoqat muhitini tayyoricha qabul qiladi.

Qobiliyatsizlik va intellektning pastligi sabablaridan ham biri shuki, ana shu ikki xil layoqat o'rtasida tafovut bo'lishi mumkin. Masalan, genial rassom oilasida bola tug'ildi deylik. Unda rassomchilik uchun tug'ma, genetik belgilar otasi tomonidan berilgan deylik. Lekin bolaning onasi farzandining ham rassom bo'lishini xoxlamasligi, o'ziga o'xshash qo'shiqchi bo'lishini xoxlashi mumkin. Ayol bolani yoshlikdan faqat musiqa muhitida tarbiyalaydi. Tabiiy layoqatning rivoji uchun ijtimoiy layoqat muhiti yo'q, ijtimoiy layoqat o'sishi uchun esa tabiiy, tug'ma layoqat yo'q bo'lgani sababli, bolada hech qanday talant namoyon bo'lmasligi, u oddiygina musiqachi yoki qo'shiqchi bo'lish bilan cheklanishi mumkin. Intellekt testlari va qobiliyatdagi tug'ma va orttirilgan belgilarni o'rganishning psixologik ahamiyati aynan shunda. Ilk yoshlikdan bolaning o'zidagi mavjud imkoniyatlarni rivojlantirish shart-sharoitini yaratish ishini to'g'ri yo'lga qo'yish kerak.

Orttirilgan sifati shuki, bola toki bilim, malaka va ko'nikmalarni o'stirish borasida harakat qilmasa, eng kuchli tug'ma layoqat ham layoqatligicha qolib, u iqtidorga aylanmaydi. Eng talantli, mashhur shaxslarning eng buyuk ishlari, erishilgan ulkan muvaffaqiyatlarining tagida ham qisman layoqat va asosan tinimsiz mehnat, intilish, ijodkorlik va bilimga chanqoqlik yotgan. SHuni ham unutmazlik kerakki, qobiliyatsiz odam bo'lmaydi. Agar shaxs adashib, o'zidagi haqiqiy iqtidor yoki layoqatni bilmay, kasb tanlagan bo'lsa, tabiiy, u atrofdagilarga layoqatsiz, qobiliyatsiz ko'rinadi. Lekin aslida nimaga uning qobiliyati borligini o'zvaqtida to'g'ri aniqlay olishmagani sabab u bir umr shu toifaga kirib qoladi.

Shuning uchun ham har bir ongli inson o'zidagi qobiliyat va zexni ilk yoshlikdan bilib, o'sha o'zi yaxshi ko'rgan, «yuragi chopgan» ish bilan shug'ullansa, va undan qoniqish olib, qobiliyatini o'stirishga imkoniyat topib, yutuqlarga erishsa, biz uni *iqtidorli* deymiz. Iqtidor - insonning o'zhatti - harakatlari, bilimlari, imkoniyatlari, malakalariga nisbatan sub'ektiv munosabatidir. Iqtidorli odam genial yoki talantli bo'lmasligi mumkin, lekin u har qanday ishda mardlik, chidamlilik, o'z-o'zini boshqara olish, tashabbuskorlik kabi fazilatlariga ega bo'lib, o'zlari shug'ullanayotgan ishni bajonidil, sitqidildan bajaradi. Ular ana shunday harakatlari bilan ba'zi o'ta iste'dodli, lekin kamharakat kishilardan ko'ra jamiyatga ko'proq foyda keltiradi. Iqtidorli insonda iste'dod sohibi bo'lish

imkoniyati bor, zero *iste'dod* - har tomonlama rivojlangan, nixoyatda kuchli va takrorlanmas qobiliyatdir. U tinimsiz mehnat, o'zqobiliyatini takomillashtirib borish yo'lida barcha qiyinchiliklarni yengish va irodasi, butun imkoniyatlarini safarbar qilish natijasida qo'lga kiritiladi.

15.3. Qobiliyatlarning psixologik strukturasi

Qobiliyatlar avvalom bor *umumiy* va *maxsus* turlarga bo'linadi va har birining o'z psixologik tizimi va tuzilishi bo'ladi. SHaxsning umumiy qobiliyatlari undagi shunday individual sifatlar majmuiki, ular odamga bir qancha faoliyat sohasida ham muvaffaqiyatli faoliyat ko'rsatish va natijalarga erishishga imkon beradi. Masalan, texnika oliy o'quv yurtining talabasi ham ijtimoiy-gumanitar, ham aniq fanlar, ham texnika fanlari sohasidagi bilimlarni o'zlashtira oladi. Bunda unga umumiy bilimdonlik, nutq qobiliyatlari, tirishqoqlik, chidam, qiziquvchanlik kabi qator sifatlar yordam beradi.

Maxsus qobiliyatlar esa ma'lum bir sohada yutuqlarga erishish, yuqori ko'rsatgichlar berishga imkon beruvchi sifatlarini o'z ichiga oladi. Masalan, sport sohasi bilan buxgalterlik hisob-kitobi bo'yicha ishlayotgan ikki kishida o'ziga xos maxsus qobiliyatlar bo'lmasa bo'lmaydi.

Umumiy qobiliyatlarni maxsus qobiliyatlarga zid tarzda talqin qilish mumkin emas. Shaxsning umumiy qobiliyatlari ularni hosil qiluvchi omillar yaqqol psixologik hodisa yoki voqelikdir. Maxsus qobiliyatlar ko'lam jihatdan torroq bo'lishiga qaramay, chuqurroq mohiyatni o'zlarida mujassamlashtiradi. I.P.Pavlov o'z ta'limotida "badiiy", "fikrlovchi", "o'rta" tiplarga ajratilgan shaxslarning tavsifini beradi .

"Badiiy tip" uchun bevosita taassurotlar, jonli tasavvur, yorqin idrok va emotsiyalar natijasida vujudga keladigan obrazlarning yorqinligi hos.

"Fikrlovchilar" uchun esa mavhum mantiqiy, nazariy, metodologik mulohazalarning ustunligi xos.

"O'rta" tipdagilarda esa har ikkala toifa xususiyatlarining xos ekanligi ko'rinadi.

Har bir qobiliyat o'zining tizimiga ega. Masalan, matematik qobiliyatni oladigan bo'lsak, uning tarkibiga umumlashtirish malakalari, aqliy jarayonlarning egiluvchanligi, mavxum tafakkur qila olish kabi qator xususiyatlar kiradi. Adabiy qobiliyatlarga ulardan farqli, ijodiy hayol va tafakkur, xotiradagi yorqin va ko'rgazmali obrazlar, estetik hislar, tilni mukammal bilishga layoqat; pedagogik qobiliyatlarga esa - pedagogik odob, kuzatuvchanlik, bolalarni sevish, bilimlarni o'zgalarga berishga ehtiyoj kabi qator individual xossalari kiradi. Xuddi shunga o'xshash

qolgan barcha qobiliyatlarni ham zarur sifatlar tizimida tahlil qilish mumkin va bu katta tarbiyaviy ahamiyatga ega bo'ladi.

Mavzuni mustahkamlash va nazorat uchun savollar

1. Qobiliyatning tug'ma zamini nima?
2. Layoqat nima?
3. Qobiliyatlar deganda nima tushuniladi
4. Qobiliyatning shakllanishi nimalarga bog'liq?
5. Qobiliyatning qanday turlari mavjud?
6. Qobiliyatlar taraqqiyotining oliy darajasi nima deb ataladi?

Adabiyotlar:

1. G'oziev E.G. Umumiy psixologiya. Toshkent. 2002.1-2 kitob.
2. Yugay A.X., Mirashirova N.A. "Obshaya psixologiya" – Tashkent 2014.
3. Drujinina V.. "Psixologiya ". Uchebnik. "Piter", 2003.
4. Bolotova A.K., Makarova I.V. Prikladnaya psixologiya: uchebnik dlya vuzov. –M., Aspekt Press, 2002. – 383s.
5. Psychology David G. Myers Hope College Holland, Michigan
6. S.K.Mangal: "General Psychology" 2013y.

**SEMINAR MASHG'ULOTLARI
UCHUN MATERIALLAR**

1-MAVZU: PSIXOLOGIYA FANINING PREDMETI VA RIVOJLANISH TARIXI, SOXALARI VA TADQIQOT METODLARI

1. Psixik faoliyat jarayonlarini unga mos terminlar bilan birlashtiring.

№	Psixik faoliyat jarayonlari		Psixologik terminlar		
1	<i>bilish faoliyatlari</i>	A	sezgi, idrok, xotira, xayol, tafakkur		
2	<i>bilish jarayonlari</i>	B	hissiyot, iroda		
3	<i>shaxsning, hissiy, irodaviy sohasi</i>	C	diqqat, nutq, faoliyat		
4	<i>shaxsning individual psixologik xususiyatlari</i>	D	temperament, xarakter, qobiliyat		
Javoblar:		1-	2-	3-	4-

2. Quyida ko'rsatilganlardan psixik aks ettirishning xususiyatlarini ko'rsating.

1. obektiv borliqni to'g'ri aks ettirish imkoniyatini beradi;
2. Insonda jismoniy tanadan tashqari undan farqlanuvchi yana nimadir borligi haqidagi tasavvurlar beradi
3. shaxsning faoliyati davomida mukammallikka erishib boradi;
4. fikrlash orqali emas, ko'r-ko'rona ishonch vositasida bo'ladi
5. doimo rivojlanib va takomillashib boradi.
6. Shaxsning individualligi orqali namoyon bo'ladi.
7. Mavjud bo'lmagan narsalarni inson ongida aks ettirib beradi

2. Psixikani tushunishga oid yondashuvlarga ta'rif bering.

Antropsixizm ta'limoti - ...

Panpsixizm ta'limoti - ...

Biopsixizm ta'limoti - ...

Neyropsixizm ta'limoti - ...

Miyapsixizm ta'limoti - ...

3. Psixologiyaning rivojlanish bosqichlarini ularning mazmuni bilan bog'lang:

1	Psixologiyaning "jon" haqidagi fan sifatida shakllanishi	A	Bu yo'nalish XIX asrdan boshlab to hozirgi kungacha amal qilib kelmoqda.
---	--	---	--

2	Psixologiyaning “ong” haqidagi fan sifatida yuzaga kelishi	B	Bu yoʻnalish XVIII asrlarda rivojlanishni boshlagan. Uning asosi anglash yoʻnalishida boʻlgan.	
3	Psixologiyaning “xulq atvor” haqidagi fan sifatida yuzaga kelishi	C	Bu yoʻnalish 2500 yil oldin paydo boʻlgan. U barcha narsalarni jon, ruh asosid tushuntirgan.	
4	Psixologiyaning-psixika asoslarini oʻrganuvchi fan sifatida yuzaga kelishi	D	Ushbu yoʻnalish XIX asrdan boshlab rivojlangan. Uning vazifasi kuzatish asosida aniqlashdir.	
Javob:	1-	2 -	3 -	4 -

4. Krossvordni yeching.

	9				A				
		8			R				
			3		I				
				2	S				
		1			T				
	6				O				
5					T				
		7			E				
			4		L				

Savollar:

1. “Ideyalar tugʻma boʻladi” degan yunonistonlik faylasuf.
2. ... - inson ruhiyati – shunday holatidirki, u tashqi olamni (ichki ruhiy olamni) ongli tarzda aks ettirishimizni, yaʼni bilishimiz anglashimizni taʼminlaydi (V.M.Karimova)
3. ... soʻzi jon degan maʼnoni bildiradi.

4. Platon psixologiyada qanday oqimning asoschisi hisoblanadi.
5. Abu Ali ibn Sino dunyoda birinchi bo'lib tibbiyot sohasida qanday usullarni qo'llab ko'rgan olimlardan biri.
6. Determinizm oqimning asoschisi.
7. R.Dekart qanday tushunchani fanga kiritgan.
8. ... - tizimchasimon murakkab tuzilma nerv talablari tutami, ular miyani va nerv tushunchalarini tananing boshqa a'zolari bilan bog'laydi.
9. Jon o'z ruhiyatiga ko'ra olovsimon uchgundan iborat ekanligini ilgari surgan olim.

1. Quyidagi psixologiya sohalariga muqobil variantlarni ko'rsating

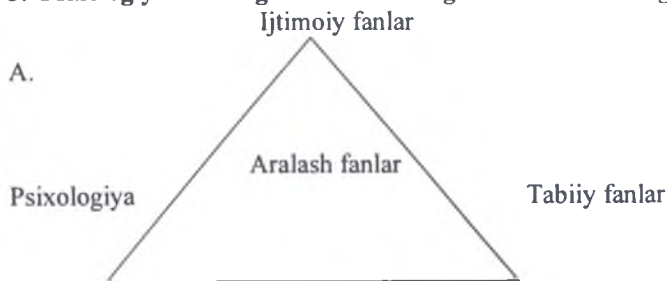
No	Psixologiya sohalari		Variantlar				
1	Neyropsixologiya	A	miya faoliyati buzilishlari natijasida kelib chiqadigan turli shakldagi ruhiy rivojlanishdan chetlanishni o'rganadi				
2	Oligofrenopsixologiya	B	hozirgi zamon fanining chegarasidan tashqaridagi, tushuntirish qiyin bo'lgan psixik hodisalarni o'rganadi				
3	Tiflopsixologiya	C	inson psixologiyasining etnik xususiyatlari, milliy xarakter, milliy tuyg'u, milliy g'oya, o'z-o'zini anglash, etnik stereotip, ularning qonuniyatlari va vujudga kelish xususiyatlarini o'rganadi				
4	Differentsial psixologiya	D	shaxs shakllanishining individual psixologik yo'naltirilganligi kabi xususiyatlarni o'rganadi				
5	Etnopsixologiya	E	ko'rish qobiliyati past yoki umuman ko'rmaydigan kishi faoliyatini o'rganadi				
6	Parapsixologiya	F	miyaning tug'ma kamchiliklari tufayli paydo bo'ladigan bo'limlarni o'rganadi				
7	Patopsixologiya	G	psixik hodisalar bilan miyadagi fiziologik tuzilishlar o'rtasidagi nisbatni o'rganadi				
Javoblar:	1-	2-	3-	4-	5-	6-	7-

2. Psixologik tadqiqot bosqichlarini quyidagi sxemada ketma-ket joylashtiring.

I	
II	
V	

1. Tadqiqot natijalari son tahlili. O'rtacha kattalikni, korrelatsiya koeffitsientini aniqlash, ishlab chiqish va boshqalar. Grafiklarni tuzish
2. Tayyorlov bosqichi – ilgari surilgan vazifalarni o'rganish, farqlarni aniqlash. Tadqiqot vazifalari va ilmiy farazini belgilash, metodikalarini ishlab chiqish.
3. Natijalarni sharxlash va xulosalarni ifoda etib berish.
4. Xulosalarning to'g'riligini isbotlash. Buning uchun turli metodlardan foydalaniladi.

3. Psixologiya fanining fanlar tizimidagi o'rnini ko'rsating.





4. Psixologiyaning asosiy tamoyillarini ularning izohlari bilan juftlang:

	Psixologiya tamoyillari	mazmuni
	Determinizm	Psixikani to'g'ri tushunish va uni ong orqali anglash fikrlash va faoliyat.
	Ong va faoliyat birligi	Ong va faoliyat bir butunlikni tashkil qilmaydi. Ong insonning ichki rejasini tuzib beradi.
	Psixika-ongni faoliyatda rivojlanishi	Psixika-hayot sharoiti bilan bog'liqlikni anglatib tashqi sharoitlar o'zgarishi bilan o'zgaradi.
Javob:	1 -	2- 3 -

MAVZU BO'YICHA TEST TOPSHIRIQLARI

1. Psixologiya fan sifatida:

- a) ruhiy hodisalar va holatlarni o'rganadi;
- b) sezgilarimiz, fikrlarimiz, tuyg'ularimiz, harakatlarimizni o'rganadi;
- v) psixikaning namoyon bo'lish va rivojlanish faktlari, mexanizmlari va qonuniyatlarini miyaning xossasi sifatida o'rganadi;
- g) miyadagi jarayonlar va ularning qonuniyatlarini o'rganadi.

2. «Psixologiya» atamasini ilmiy muomalaga kiritgan olim:

- a) R. Dekart;
- b) G. Leybnits;
- v) X. Volf;
- g) Arastu.

3. Psixologiya quyidagi olim kiritgan fanlar tasniflanishida markaziy o'rinni egallaydi:

- a) V.I. Vernadskiy;
- b) B.M. Kedrov;

v) M.V. Lomonosov;

g) F. Bekon.

4. Psixika:

a) yuqori tuzilgan materiya (miya)ning xossasi bo'lib, ob'ektiv haqiqatni alohida tarzda aks ettiradi;

b) miya mahsuli, asab tizimining vazifasi;

v) inson ruhiyati, uning ruhiy hodisalari va holatlari;

g) sezgilarimiz, fikrlarimiz, hissiyotlarimiz, kechinmalarimiz.

5. Psixologiyaning asosiy metodologik tamoyillari sifatida quyidagilar keltiriladi:

a) onglilik va ko'rgazmalalik tamoyillari;

b) psixofiziologik birlik tamoyillari;

v) onglilik va faoliyat birligi, psixikaning rivoji tamoyillari;

g) ongning ijtimoiy omillarga bog'liqligi tamoyillari.

6. Psixologiyaning ko'plab sohaları turli mezonlarga ko'ra ajratiladi:

a) aniq faoliyat;

b) taraqqiyot;

v) ijtimoiy umumiylik;

g) barcha javoblar to'g'ri.

7. Biror psixologik jarayon yoki shaxsga yaxlitligicha baho berish maqsadida o'tkaziladigan qisqa standartlashtirilgan psixologik sinov – bu:

a) kuzatish;

b) tajriba;

v) test sinovi;

g) o'zini kuzatish.

8. Psixologik metodlarga kiradigan uslublar:

a) inson psixikasi haqidagi ma'lumotlarni to'plash;

b) kuzatish, testlar, sotsiometriya, tajriba, suhbatlar, anketa to'ldirish, faoliyat mahsulini o'rganish;

v) hayvon va inson psixikasini o'rganish usullari;

g) ma'lumotlarni matematik qayta ishlash, introspektsiya, farazlar, ma'lumotlarni tushuntirish.

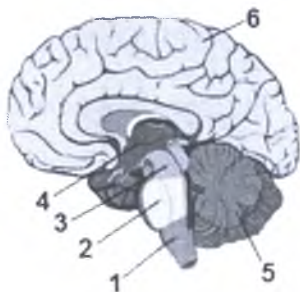
2-MAVZU: XULQ-ATVORNING PSIXOFIZIOLOGIK ASOSI

1. Odam bosh miyasi, miya katta yarim sharlarining ixtisoslashgan funksiyalarini jadvalga to'g'ri joylashtiring.

Chap yarim shar	O'ng yarim shar

- Xronologik tarkib
- O'tayotgan vaqt
- Aniq makon
- Xarita va chizmalarni o'qish
- Nomlarni, izlarni belgilarni yodda saqlab qolish
- Nutq faoliyati mohiyatini his etish
- Tasavvurlar, aniq voqealarni yodda saqlab qolish
- Olamni xursandchilikda osoyishta ko'rish
- Batafsil idrok qilish
- Emotsional holatni idrok etish
- Olamni g'amgin holda ko'rish
- Yaxlit idrok qilish

2. Rasmga qarab bosh miya qismlarini aniqlang va ularga mos izohlarni kiriting:



Bosh miya qismlari	
1.Uzunchoq miya	U o'ng va chap yarim shardan iborat bo'lib, qadoqsimon modda bilan bir biriga yopishib turadi. U kulran va oq moddadan tashkil topgan

2.O'rta miya	Bosh miya yarim sharlari ensa bo'lagining ostida joylashgan, massasi 150 gramm
3.Oraliq miya	Uzunchoq miyaning ustki qismida joylashib, yuqo tomondan o'rta miya,yon tomondan miyacha bilan tutashib turadi
4.Varoliyev ko'prigi	Varoliyev ko'prigining yuqori qismida joylashgan bo'lib, unda 4 ta tepalik (2tasi po'stloq osti ko'rish markazlari, 2 tasi esa po'stloq osti eshitish markazlari)
5.Miyacha	Miyaning yuqori qismida joylashgan bo'lib, bosh miya yarim sharlari bilan qoplanib turadi
6.Miya katta yarim sharlari	Bosh miyaning eng pastki qismi bo'lib, uning quyi qismi orqa miyaga, yuqori qismi esamiya ko'prigiga tutashgan

3 . Quyida berilgan oliy nerv markazlari inson bosh miyasining qayerida joylashgan:

- 1) yozuv (o'ng qo'l); 2) mo'ljal olish; 3) geometrik shakllarni aniqlash; 4) gapirish; 5) mo'ljal olish(o'zi turgan joyni aniqlash); 6) ko'rish; 7) eshitish; 8) hisoblash; 9) siypalash (chap qo'l)

Bosh miya	javob raqamlar
Chap yarim shar	
O'ng yarim shar	

4 Quyida berilgan somatik va vegetativ nerv tizimlarining inson nerv tizimida qanday vazifa bajarishini aniqlang:

- 1) nafas olish tizimi;) 2) silliq totali muskullar faoliyati ; 3) sklet

muskullari faoliyati: 4) yurak muskullari faoliyati; 5) ko'rish tizimi; 6) eshitish tizimi; 7) ovqat hazm qilish tizimi; 8)hid bilish tizimi; 9) ayirish tizimi

Nerv tizimi	javob raqamlar
Somatik nerv tizimi	
Vegativ nerv tizimi	

5.Tropizm turlarini ularning ma'nosi bilan juftlab yozing:

Gidrotropizm-	Tirik organizmlarning namlik, suv ta'siri ostida harakat qilishi.
Xemotropizm-	Tirik organizmlarning issiqlik ta'siri ostida harakat qilishi.
Gemotropizm-	Tirik organizmlarning quyosh nuri ta'siri ostida harakat qilishi.
Barotropizm-	Tirik organizmlarning yorug'lik ta'siri ostida harakat qilishi.
Termotropizm-	Tirik organizmlarning havo bosimi ta'siri ostida harakat qilishi.
Fototropizm-	Tirik organizmlarning fizik-kimyoviy muhit ta'siri ostida harakat qilishi.
Javob:	1- 2- 3- 4- 5- 6-

5. Hayvonlar va insonlar faoliyatining muhim xususiyatlarini jadvalga joylashtiring.

Faoliyatning muhim xususiyatlari	
Hayvonlar faolligi	Inson faoliyati

3. Biologik ahamiyatga ega bo'lgan omillarga mahsus harakatlar bilan reaksiya qilish usullari.
4. Mimoza o'simligiga tegilsa, u darhol yaprog'ini yopib oladi. Bu tropizmning qanday turiga misol bo'la oladi.
5. Gidrotropizmga misol keltiring (jonzotlardan)
6. Hayotning tabiiy ehtiyojlarini qondirish uchun qilnadigan murakkab tug'ma harakatlari.
7. Hayvonda odam tomonidan ko'nikmalar hosil qilinishi nima deb ataladi.
8. Bu bosqich predmetlararo aloqalarni aks ettiriladi.
9. nemis zoopsixologi ... tadqiqotlarida maymunlarga yetib bo'lmaydigan xo'rak qo'yiladi.

MAVZU BO'YICHA TEST TOPSHIRIQLARI

1. Organizmning yaxlit tizim sifatida faoliyat ko'rsatishini ta'minlab beruvchi organ:
 - a) bosh miya;
 - b) asab tizimi;
 - v) nerv hosilalarining to'plamlari;
 - g) reflekslar.
2. Asab tizimining strukturaviy birligi:
 - a) sinaps;
 - b) neyron;
 - v) akson;
 - g) dendrit.
3. Insonning oliy psixik vazifalariga ... kiradi:
 - a) mantiqiy xotira;
 - b) so'zlashuv-mantiqiy tafakkur;
 - v) tasavvur etish;
 - g) barcha javoblar to'g'ri.
4. Neyropsixologiyaning hozirgi zamon qarashlariga ko'ra inson miyasining tuzilishi nechta asosiy bo'limdan iborat:
 - a) uch asosiy bo'limdan;
 - b) ikki asosiy bo'limdan;
 - v) to'rt asosiy bo'limdan;
 - g) ko'p bo'limlardan.

3-MAVZU: ONG TARAQQIYOTI VA ONGSIZLIK

1. Psixologiyaning tushunchalarini ularni ta'riflari bilan juftlang:

Psixologiya tushinchalari					mazmuni	
Psixika tushunchasi-					Yuksak darajada tashkil topgan materiyaning o'ziga xos xossasi.	
Ong tushunchasi-					Inson shaxsini, o'z-o'zini boshqarish jarayonlarini o'rganuvchi fan.	
Psixologiya tushunchasi-					Psixologiyaning tamoyillaridan biri, u hayot sharoiti bilan bog'liq bo'lib, u o'zgarishi bilan o'zgaradi.	
Ongsizlik tushunchasi-					Insonning o'z xatti-harakatlariga javob bera olmaydigan jarayoni.	
Kibernetika tushunchasi-					Psixikaning eng yuksak darajasi.	
Determinizm-					Grekcha so'zdan olingan bo'lib, "psyuxe" –jon, ruh, "logos"-fan degan ma'noni anglatadi	
Javob:	1-	2 -	3 -	4 -	5 -	6 -

MAVZU BO'YICHA TEST TOPSHIRIQLARI

1. Anglanmagan psixik jarayonlarga quyidagi kiradi:

- nazorat qilinmaydigan psixicheskie jarayonlar;
- kechishi yoki namoyon bo'lishi inson ongida aks etmaydigan psixik jarayonlarning bir qismi;

- aniq tushunilmaydigan psixik jarayonlar;
- subsensor psixik jarayonlar ;
- barcha javoblar to'g'ri.

2. Anglanmagan psixik jarayonlarning barchasi quyidagilarga ajratiladi:

- ongli harakatlarning anglanmagan mexanizmlari;
- ongli harakatlarning anglanmagan qo'zg'atuvchilari;
- «ong usti» jarayoglari;
- barcha javoblar to'g'ri.

3. Anglanmagan psixik jarayonlarni o'rganishga katta hissa qo'shgan

olim:

- G.V. Leybnits;

- b) Z. Freyd;
- v) V. Vundt;
- g) G.T. Fexner.

4. Organizm yoki sub'ektning ma'lum harakatni bajarishga yoki ma'lum yo'nalishda ta'sirlanishga tayyorligi – bu:

- a) intensiya;
- b) mayl;
- v) idrok;
- g) faollik.

5. Anglanmagan psixik jarayonlarning turli shakllarda namoyon bo'lishi:

- a) idrok illyuziyasi;
- b) mayl xatoliklari;
- v) freydning noyob hodisalari;
- g) ong usti jarayonlarining integral natijasi;
- d) barcha javoblar to'g'ri.

4-MAVZU: DIQQAT VA SEZGI

1. Diqqatning turlari va ularning ta'rifini keltiring

№	Diqqatning turlari	Ta'rif
1		
2		
3		

2. Diqqatning xususiyatlariga monand ta'riflarni belgilang

№	Diqqat xususiyatlari	Mos ta'rif
1	Diqqatning kuchi va barqarorligi	
2	diqqatning bo'linishi	
3	Diqqatning ko'chuvchanligi	
4	Parishonxotirlik	

- I. odamning diqqati har doim bir narsadan ikkinchi bir narsaga, bir faoliyatdan ikkinchi faoliyatga ko'chib turishi
- II. diqqatni uzoq vaqt davomida biron ishga layoqatsizlikda diqqatning osongina va tez- tez bo'linib turishida namoyon bo'lishi
- III. odam o'z diqqatini biror narsa yoki hodisaga uzoq muddat davomida muttasil qaratib tura olishi
- IV. ayni bir vaqtda diqqatni ikki yoki uch narsaga qaratish

3. Quyidagi berilgan diqqat turlari va diqqat xususiyatlarini ajratib jadvalga joylashtiring:

- 1) *ixtiyoriy diqqat* 2) *diqqatning barqaror bo'lishi* 3) *ixtiyoriydan keying diqqat* 4) *diqqatning bo'linishi* 5) *ko'chuvchan diqqat* 6) *ixtiyoriydan keyingi diqqat* 7) *diqqatning ko'lami* 8) *diqqatning kuchi* 9) *ixtiyosiz diqqat*

Diqqat		Javob raqamlar
Diqqat turlari		
Diqqat xususiyatlari		

4. Anagrammada quyida keltirilgan so'zlarni toping.

		H			H						
						H					
				H							
										H	

- | | |
|----------------|----------------------|
| 1. Diqqat | 9. Ko`chuvchanlik |
| 2. Refleks | 10. Bo`linish |
| 3. Ixtiyoriy | 11. Sensor |
| 4. Ixtiyorsiz | 12. Motor |
| 5. Individual | 13. Orientirovka |
| 6. Xususiyat | 14. Dominanta |
| 7. Barqaror | 15. Tush |
| 8. Taxistoskop | 16. Parishonxotirlik |

5. Analizator apparatiga nimalar kiradi? Ularni ketma-ketlik ko`rinishida yozing.



6. Quyidagi ta'riflarga mos sezgi turlarini aniqlang

№	Ta'riflar	Sezgi turlari
1	Tashqi muhitdagi narsa va hodisalarning xususiyatlarini aks ettirishgamoslashgan hamda retseptorlari tananing sirtqi qismida joylashgan sezgilar	
2	Ichki tana a'zolari holatlarini aks ettiruvchi hamda retseptorlari ichki tana a'zolarida, to'qimalarda joylashgan sezgilar	
3	Tanamiz va gavdamizning holati hamda harakatlari haqida ma'lumot (axborot, xabar) beruvchi muskullarda, bog'lovchi paylarda, mushaklarda joylashgan sezgilar	

7. Psixologiya fanida uchta katta guruhga ajratilgan sezgilar (ekstretseptiv, proprioretseptiv, introretseptiv)ga kiradigan sezgi turlarining tartib raqamini ko'rsating.

1. Ko'rish sezgilari;
2. Eshitish sezgilari;
3. Hid bilish sezgilari;
4. Ta'm bilish sezgilari;
5. Teri sezgilari;
6. Muskul – harakat (kinestetik);
7. Statik sezgilar;
8. Organik sezgilar;

8. Xromatik va axromatik ranglarni ko'rsating.



9. Miyaning qaysi qismi qaysi analizator ta'sirini qabul qiladi?



No	analizator
1	
2	
3	
4	
5	

10. Statik sezgilar hamda organik sezgilarni ajratib yozing.

No	statik sezgilar	organik sezgilar
1		
2		
3		

- A. Og'irlik
- B. Og'riq
- C. chanqoq
- D. Qarshilik
- E. organlar harakati
- F. noxush tuyg'ular

11. Sezgi qonuniyatlarini unga mos ta'rif bilan birlashtiring.

No	Sezgi qonuniyatlari		Mazmuni
1	salbiy moslashish	A	Boshqa analizator faoliyati ta'sirida analizator sezuvchanligining o'zgarishi
2	sezgilarning o'zaro ta'siri	B	qo'zg'alish ta'sirida boshqa analizatorlarga xos bo'lgan bir xil sezgi analizatorining hosil bo'lishi

3	ijobiy moslashish	C	seskantiruvchining davomli ta'sirida sezgining to'liq g'oyib bo'lishi			
4	sensibilizatsiya	D	kuchsiz seskantiruvchi ta'sirida sezuvchanlikning oshishi			
5	sinesteziya	E	Analizatorlarning o'zaro ta'sirlashishi, hamda, muntazam mashqlar natijasida sezuvchanlikning oshishi			
Javoblar:		1-	2-	3-	4-	5-

12. Anagrammani yeching

S	S	E	Z	G	I	A	N	A	L	I
E	E	K	S	T	S	R	O	T	A	Z
N	O	R	P	R	O	R	E	T	S	E
S	P	R	I	O	R	E	V	I	T	P
I	I	T	P	E	S	T	E	S	E	Z
B	V	Z	K	I	L	N	A	CH	V	U
I	I	N	T	R	O	O	R	E	T	S
L	V	I	B	R	G	V	I	T	P	E
I	I	S	T	A	E	SH	I	T	I	SH
Z	Y	K	O'	R	I	SH	I	O	R	G
A	A	K	I	T	A	X	K	I	N	A
T	A	X	R	O	M	R	O	M	A	T
S	A	D	A	P	T	A	T	S	K	I
I	K	I	N	E	S	T	E	I	Y	A
Y	E	F	F	A	K	I	T	T	U	SH
A	R	E	N	T	A	T	S	I	Y	A

- | | |
|---------------------|----------------------|
| 1. Sezgi | 9. Ko`rish |
| 2. Analizator | 10. Organik |
| 3. Ekstrotsiptiv | 11. Axromatik |
| 4. Proprioretseptiv | 12. Xromatik |
| 5. Sezuvchanlik | 13. Adoptatsiya |
| 6. Interoretseptiv | 14. Sensibilizatsiya |
| 7. Vibratsiya | 15. Afferentatsiya |
| 8. Eshitish | 16. Tush |

13. MAVZU BO'YICHA TEST TOPSHIRIQLARI

1. Diqqat deb:

- a) ob'ektning his-tuyg'u organlariga ta'sir ko'rsatishida yuzaga keladigan psixik faoliyatning shakli;
- b) ob'ektning tanlab idrok qilishi;
- v) odam ongining ma'lum ob'ektlarga yo'nalganligi va jamlanganligi;
- g) organizmning ishchi holati, analizatorning qo'zg'alishga bo'lgan mayli.

2. Diqqatning umumiy xususiyati bo'lib, uning ... ko'rsatkichi hisoblanadi:

- a) tezligi;
- b) aniqligi;
- v) muvaffaqiyatliligi
- g) hajmi.

3. Ongning seskantiruvchi sifatidagi alohida xususiyatiga muvofiq holda ob'ektda jamlanganligi:

- a) ixtiyorsiz diqqat;
- b) ixtiyoriy diqqat;
- v) ixtiyoriydan keyingi diqqat;
- g) ko'rishga oid diqqat.

4. Istalgan sub'ektga bo'lgan ixtiyoriy diqqatning yuzaga kelish sababi:

- a) faoliyat maqsadining mavjud emasligi;
- b) seskantiruvchining yangilanishi;
- v) faoliyat maqsadini belgilash;
- g) ob'ektning hissiyotli ahamiyatliligi.

5. Sezgi – bu:

a) moddiy dunyo jismlari va hodisalarining alohida xossalarini aks ettirishdan iborat bo'lgan miya ta'sirlanishi;

b) sodda tuzilgan psixik jarayon bo'lib, u moddiy dunyo jismlari va hodisalarining alohida xossalarini aks ettirishdan, shuningdek,

seskantiruvchilarning mos bo'lgan retseptorlarga bevosita ta'siri ostidagi organizmning ichki holatlaridan iborat:

v) moddiy dunyo jismlari va hodisalarining bosh miya po'stlog'ida aks etish jarayoni;

g) atrof-olamga bo'lgan munosabatningsub'ektiv kechinmasi jarayoni.

6. Retseptorda hosil bo'lgan qo'zg'alishlarning asab tizimining yuqori darajalariga o'tkazilish yo'llari ... deb ataladi:

a) afferent;

b) efferent;

v) samarali;

g) affektiv.

7. Seskantiruvchining ikkila jadalligi o'rtasidagi eng kichik o'lchami ta'sirida paydo bo'ladigan dastlabki his etish ... deb ataladi:

a) absolyut quyi bo'sag'a;

b) farqlash bo'sag'asi;

v) sezgilarning vaqtinchalik bo'sag'asi;

g) jadallikka nisbatan sezuvchanlik ko'lami.

8. Organizmning ichki muhitidagi ta'sirlarni aks ettiradigan retseptorlar ... deb ataladi:

a) eksteroretseptorlar;

b) interoretseptorlar;

v) proprioretseptorlar;

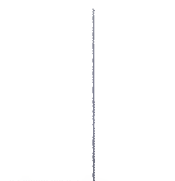
g) ichki retseptorlar.

5-MAVZU: IDROK VA XAYOL

1. Illuziya turlariga ta'rif bering va qaysi shakl qaysi illuziya turiga mos kelishini belgilang.

Ob'ektiv illyuziya -

Sub'ektiv illyuziya –



2. Nuqtalar o'rniga mos raqamlarni qo'ying.

Nerv markazlaridagi nerv hujayralari qo'zg'algan vaqtda

Nerv markazlaridagi nerv hujayralari tormozlanish vaqtida

- 1) ular ish bajaradi;
- 2) nerv hujayralari dam oladi;
- 3) nerv hujayralari o'ziga energiya to'playdi;
- 4) nerv markazining ishi yaxshilanadi;
- 5) refleks hosil bo'ladi.

3. Xayol jarayonlaridan xayol turlarini ajrating.

Xayol jarayonlari	Xayol turlari

1. Agglyutinatsiya
2. Tasavvur xayoli
3. Ijodiy xayol
4. Giperbolizatsiya
5. Tizimlashtirish
6. Ixtiyorsiz xayol
7. Ixtiyoriy xayol
8. Aktsentlashtirish
9. Realistik xayol
10. Fantastik xayol

4. Diqqatga (A), idrok (B), hayolga (C) xos xususiyatlarni aniqlang va jadvalning “javob” qismiga yozing.

1) Ongni bir nuqtaga to‘plash;			
2) Gallyutsinatsiya hodisasi			
3) Ilgarigi vaqtli aloqalarning qayta tiklanishi			
4) Appertsepsiya hodisasi			
5) Giperbolizatsiya			
6) bir ob’ektga faol qaratish			
7) ixtiyoriydan so‘nggi			
8) narsa va hodisalarning bir butun holda aks etishi			
9) Taxistoskop			
Javob	A –	B –	C –

5-MAVZU BO‘YICHA TEST TOPSHIRIQLARI

1. Idrok:

- a) jismlarning ahamiyatli xossa va sifatlarini yig‘indi holatida aks ettirish;
- b) moddiy olam jismlarini aks ettirishda paydo bo‘ladigan sezgilar yig‘indisi;
- v) jism va hodisalarni ularning mos retseptorlarga bevosita ta’sir ko‘rsatishida yaxlit aks ettirish;
- g) voqelikning bilan inson o‘tmish tajribasi o‘rtasidagi munosabatning bog‘liqligi.

2. Idrokning fazoviy, vaqt, harakat idroklariga tasniflanishining asosiy mezonlari:

- a) yetakchi analizator;
- b) aks ettirish jismi;
- v) materiya mavjudligi shakli;
- g) sub’ekt faolligi.

3. Idrokning ixtiyoriy va ixtiyorsiz turlarga bo'linishiga asos bo'lib xizmat qiladi:

- a) yetakchi analizator;
- b) aks ettirish jismi;
- v) materiya mavjudligi shakli;
- g) sub`ekt faolligi xususiyatining maqsadga yo'nalganligi.

4. Idrokning inson psixik hayotining mazmuni va shaxs xususiyatlariga bog'liqligi:

- a) insayt;
- b) pertsepsiya;
- v) appertsepsiya;
- g) sensibellik.

5. Yangi obrazlarni yaratishga asoslangan ijodiy faoliyat:

- a) idrok;
- b) tafakkur;
- v) xayol;
- g) diqqat.

6. Xayolning ko'rish va eshitish turlariga bo'linishiga asos bo'lgan:

- a) yetakchi analizator;
- b) aks ettiriladigan jism;
- v) materiyaning mavjud bo'lish shakli;
- g) sub`ektning faolligi.

7. Sust va faol xayolning farqlanishi:

- a) aks ettiriladigan jismga ko'ra;
- b) materiyaning mavjud bo'lish shakli;
- v) aks ettirishning yo'nalganligiga ko'ra;
- g) psixik faollik darajasiga ko'ra.

8. Kundalik hayotda qo'shilmaydigan turli sifat, xossa, qismlarni «birlashtirish»:

- a) agglitinatsiya;
- b) tiplashtirish;
- v) chizmalashtirish;
- g) barcha javoblar noto'g'ri.

6-MAVZU: XOTIRA

1 Quyidagi misollardan qaysi biri inson xotirasidagi qaysi assotsiatsiyaga mos kelishini aniqlang.

№	Misollar	xotira assotsiatsiyalari

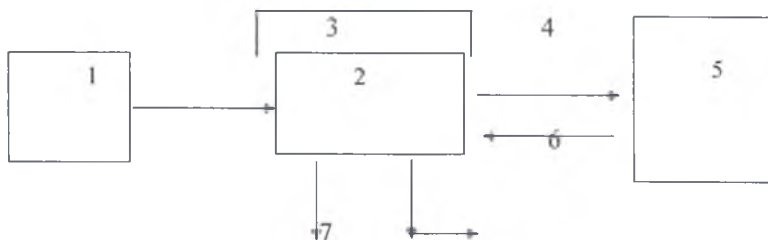
1	bola dastavval bog'chaga kelgan paytida bog'cha mudirasining tashqi ko'rinishi, ovozi va munosabatlarini o'z onasiga o'xshatishi mumkin. Keyinchalik bola onasini ko'rganda, mudira opasini va aksincha mudira opasini ko'rganda onasini eslaydigan bo'lib qoladi.	
2	bog'chada bolasi har kuni o'zining tarbiyachi opasi va tarbiyalanayotgan guruhini idrok qiladi. Keyinchalik, ya'ni katta bo'lgandan so'ng bog'chasini eslasa tarbiyachi opasi va aksincha, tarbiyachi opasini eslasa, bog'cha guruhi ko'z o'ngida gavdalanadi.	
3	yoz-qish, issiq-sovuq kabi narsalar	

2. Xotira turlarini aniqlang

№	Qisqacha ta'rif	
1	inson faoliyatining har bir turida ruhiy faollikning u yoki bu ko'rinishlarini ustunlik qilishida kuzatiladi	
2	his-tuyg'ular, ruhiy kechinmalar, hissiyotlar, ehtiyojlarimiz va qiziqishlarimiz qanday qondirilayotganligidan, atrofimizdagi narsa va hodisalarning xususiyatiga nisbatan munosabatimiz qay tarzda amalga oshirilayotganligidan doimo xabar berib turish imkoniyatiga ega	
3	tasavvurlar va turmush manzaralari, shuning bilan birga, tovushlar, ta'mlar, ranglar shakllar, bilan bog'liq bo'lgan xotira turi	
4	fikr va mulohazalar, aniq hukm hamda xulosa chiqarishlar tashkil etadi	
5	ma'lum maqsadni ro'yobga chiqarish uchun muayyan davrlarda aqliy harakatlarga suyangan holda amalga oshirilishidan iborat xotira jarayoni	

6	ma'lum maqsadsiz aqliy, asabiy, irodaviy zo'r berishsiz hayotiy ahamiyatga ega bo'lgan keng ko'lamdagi ma'lumot, xabar, axborot, ta'surotlarning ko'pchilik qismini aks ettirish	
7	muayyan daqiqalarda, lahzalarda, ayni paytda bevosita idrok qilinayotgan narsalarni go'yo ko'rishda, eshitishda davom etayotgandek tuyulishi	
8	inson tomonidan bevosita amalga oshirilayotgan faol tezkor harakatlar, usullar uchun xizmat qiluvchi jarayonni anglatuvchi mnemik holat	

3. Xotiraning psixologik mexanizmini to'g'ri joylashtiring



- Eslash
- Takrorlash
- Unutish
- Doimiy saqlashga o'tkazish
- Sensor saqlash
- Qisqa muddatli xotira
- Uzoq muddatli xotira

4. Esda olib qolish va unitish tiplariga ko'ra xotiraning quyidagi tiplarini ketma - ketligini ifodalagan holda tegishli raqamlarni kataklarga yozing.

1) Sekin esda qoldirib tez unutish; 2) Tez esda qoldirib tez unutish; 3) Sekin esda qoldirib sekin unutish; 4) Tez esda qoldirib sekin unutish ;



6- MAVZU BO'YICHA TEST TOPSHIRIQLARI

1. Xotira – bu:

a) avval o'rtirilgan bilimlarni saqlash;

b) amaliy faoliyatda o'tmish tajribasidan foydalanish psixik jarayoni;

v) hissiyotlar va idroklarga asoslangan insonning tajribani eslash qobiliyati;

g) inson o'tmish tajribasini esda olib qolish, esda saqlash va eslashning psixik jarayoni.

2. Xotira jarayonlari:

a) esda olib qolish, assotsiatsiyalar, tasavvurlar;

b) esda olib qolish, esda saqlash, tasavvurlar;

v) esda olib qolish, esda saqlash, eslash, unutish;

g) esda olib qolish, tasavvurlar, unutish.

3. Xotiraning harakat, emotsional, obrazli va verbal xotiralariga bo'linishi uchun asos bo'lib xizmat qiladi:

a) yetakchi analizator;

b) aks ettirish predmeti;

v) sub'ekt faolligi;

g) faoliyat turi.

4. Xotiraning yuksak turi ... xotira hisoblanadi:

a) harakatli;

b) obrazli;

v) emotsional;

g) verbal.

7-MAVZU: TAFAKKUR

1. Tafakkur operatsiyalarini mazmuniga ko'ra joylashtiring.

№	Tafakkur operatsiyalari	#	Mazmuni
1	Analiz	A	bir turkum ichidagi narsalarning bir-biriga o'xshashligiga va boshqa turkumdagi narsalardan farq qilishiga qarab narsalarni turkumlarga ajratish tizimi
2	Sintez	B	butunning uning qismlariga va elementlariga bo'lgan munosabati aniqlanadi
3	Taqqoslash	C	ob'ektiv dunyodagi narsa va hodisalarning bir-biriga o'xshashligi va bir-biridan farqi aniqlanadi

4	Abstraktsiya	D	tafakkurda aks etgan bir turkum narsalarning, o'xshash muhim belgilarning shu narsalar to'g'risidagi bitta tushuncha qilib, fikrda birlashtirish					
5	Umumlashtirish	E	hodisalarni ichki bog'lanish va munosabatlardan qat'iy nazar bir tomonlama ta'kidlashdan iborat fikr yuritish					
6	Konkretlashtirish	F	ayrim narsalar, faktlar, hodisa va fikrlar muayyan tartibda makondagi, vaqtdagi tutgan o'rniga yoki mantiqiy tartibda joylashtiriladi					
7	Klassifikatsiyalash	G	moddiy dunyodagi narsa va hodisalarning muhim xususiyatlarini farqlab olib, ana shu xususiyatlardan narsa va hodisalarning muhim bo'lmagan ikkinchi darajali xususiyatlarini fikran ajratib tashlaymiz					
8	Sistemashtirish	H	narsa va hodisalarning ajratilgan ayrim qismlarini fikran va amaliy ravishda birlashtirib, butun holiga keltiramiz					
Javoblar	1-	2-	3-	4-	5-	6-	7-	8-

2. Tafakkur sifatlarini ko'rsating

№	Variantlar	Belgi uchun joy
1	Ko'rgazmali-harakat tafakkur	
2	Tafakkur mazmundorligi	
3	Tafakkurning chuqurligi	
4	Ko'rgazmali-obrazli tafakkur	
5	Tafakkurning kengligi	
6	Konkret tafakkur	
7	Obrazli tafakkur	
8	Hukm	
9	Tafakkurni mustaqilligi	

10	Yaqqol-predmetli tafakkur	
11	Xulosa chiqarish	
12	Sermahsul tafakkur	
13	Tafakkur ixchamligi	
14	Tushuncha	
15	Abstrakt tafakkur	
16	Tafakkurning tezligi	
17	Nazariy tafakkur	

3. Berilgan izohlarga mos raqamlarni jadvalning “raqamlar” qismiga yozing

	Tushunchalar		Tushunchalar	Tafakkur	Raqamlar
	sintez		abstraksiyalas h	Tafakkur operatsiyalari	
	Induktiv		umumlashtiris h		
	taqqoslash		analiz	Tafakkurning mantiqiy shakllari	
	hukm		xulosa		
	tushuncha	0	deduktiv		

4. MAVZU BO‘YICHA TEST TOPSHIRIQLARI

1. Tafakkur jarayonining mohiyati jism va hodisalar o‘rtasida ... aloqa va munosabatlarni o‘rnatishdan iborat:

- a) sababsiz;
- b) o‘zgarishli;
- v) sababiy-oqibat;
- g) tafakkur mohiyatiga tegishli bo‘lmagan aloqalar.

2. Nazariy va empirik tafakkurni shunga ko‘ra farqlaydilar:

- a) masalalarning tipiga ko‘ra;
- b) umulashtirishlarning xususiyatiga ko‘ra;
- v) sub’ektning faolligiga ko‘ra;
- g) yetakchi analizatorga ko‘ra.

3. Asosiy tafakkur operatsiyalari:

- a) analiz, sintez, tasavvurlar, hukmlar;
- b) taqqoslash, analiz, sintez, umumlashtirish, bilim;
- v) analiz, sintez, abstraktsiyalash, umumlashtirish, xulosa;
- g) taqqoslash, analiz, sintez, abstraktsiya, umumlashtirish, aniqlashtirish, tasniflash, tizimlashtirish.

4. Tafakkurning mantiqiy shakllari – bu:

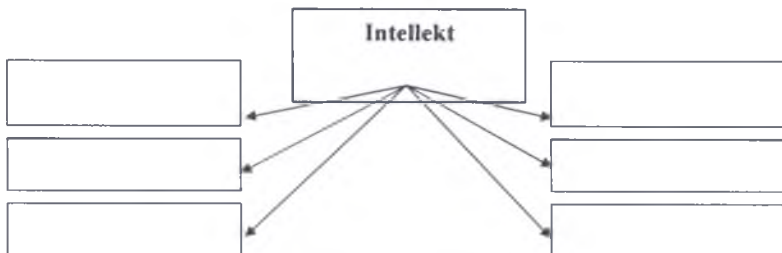
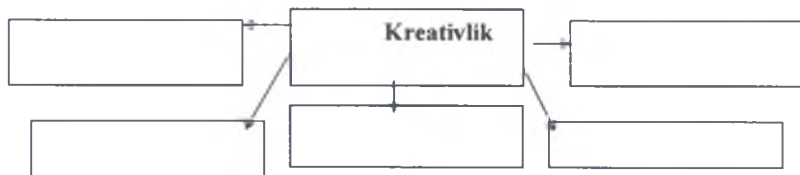
- a) hukm, xulosa, tushuncha;
- b) hukm, analiz, sintez;
- v) taqqoslash, umumlashtirish, bilim;
- g) xulosa, tasniflash, analogiya.

8-MAVZU: INTELLEKT VA KREATIVLIK

1. “Tushunchalar tahlili ” organayzerini to‘ldiring

Tushunchalar	Mazmuni
Intellekt	
Kreativlik	
Divergent tafakkur	
Konvergent tafakkur	
Intellekt testlari	

2. Topshiriq



3. MAVZU YUZASIDAN TEST TOPSHIRIQLARI

1. Kreativlik insondagi mavjud bo'lgan noto'liqlik kompleksini to'ldirish vositasidir. Ushbu fikr kim tomonidan aytilgan ?
 - A) A.Adler
 - B) J.Piaje
 - V) G.Ayzenk
2. Dj.Gilford tafakkurni nechki turga bo'ladi ?
 - A) 5
 - B) 3
 - V) 2
3. Kreativlikning 5 komponentini joriy etgan olim kim ?
 - A) Galton
 - B) SHtern
 - V) Stenberg
4. Ijtimoiy intellekt nima ?
 - A) Ijtimoiy intellekt- bu ma'lum ijtimoiy vaziyatlarni tushunib etish va uni engib o'tish
 - B) Ijtimoiy ta'sir orqali yuzaga keladigan intellekt
 - V) Aqliy intellektning quyi ko'rinishi
5. Intellektni dastlab o'Ichagan olim kim edi ?
 - A) A.Bine
 - B) Galton
 - V) J.Piaje
6. A.Bine va Simon qachon fransuz maktablarini tadqiq etishgan ?
 - A) 1930 y.
 - B) 1910 y.
 - V) 1904 y.
7. Fanga IQ atamasi ilk bor kim tomonidan kiritilgan ?
 - A) A.Bine
 - B) V.SHtern
 - V) Stenford
8. Galton aqliy qobiliyatning asosiy omilini nima deb hisoblagan ?
 - A) Irsiyat
 - B) Atrov- muhit
 - V) Ta'lim
9. "Inson qobiliyatlarini shakllantirishga o'rgatish" nomli dasturning muallifi kim ?
 - A) Xant
 - B) Dj. Mak-Viker
 - V) Kruzo
10. Jinsiy farqlarning asosiy komponentlarida nima namoyon bo'ladi ?

- A) Ayollarda diqqat erkaklarda tinglash qobiliyati yaxshi rivojlangan.
 B) Ayollarda xotira erkaklarda matematik va fazoviy qobiliyatlar yaxshi rivojlangan.
 V) Ayollarda matematik erkaklarda mantiqiy xotira yaxshi rivojlangan.

9-MAVZU: SHAXS

1. Jadvalni to'ldiring

№	Atama	Ma'nosi
1	AUTSAYDER	
2	INDIVID	
3	INDIVIDUALLIK	
4	KONFORMLIK	
5	LIDER	
6	SHAXS	
7	STATUS	

2. Tushuncha va uning ma'nolarini birlashtiring

№	Tushunchalar	#	Ma'nosi
1	GURUH	A	a'zolari birgalikdagi faoliyat bilan shug'ullanuvchi va bevosita shaxsiy munosabatlarda bo'luvchi kishilar guruhidir
2	DIFFUZ GURUH	B	odamlarning ayrim belgilari (ishi, kasbi va h.k.)ga qarab birlashuvi.
3	JAMOA	C	shaxsning har tomonlama ishongan, o'zini yaqin tutgan guruhi -"etalon guruh". bu guruh haqiqiy bo'lishi va shu bilan birga hayoliy bo'lishi ham mumkin.
4	KORPORATSIYA	D	maqsadlari jamiyat maqsadiga mos keladigan umumiy faoliyat bilan birlashgan odamlar guruhidir.

- 5. Rekapitulatsiya
- 6. Sotsiogenetik
- 7. Shaxs

- 12. Malaka
- 13. E'tiqod
- 14. Inson
- 15. Nutq

MAVZU BO'YICHA TEST TOPSHIRIQLARI

1. Quyidagi tushunchalardan qaysi biri mazmunan uncha keng bo'lmagan tushuncha hisoblanadi «individ», «shaxs», «faoliyat sub'ekti», «individuallik»:

- a) individ;
- b) shaxs;
- v) faoliyat sub'ekti;
- g) individuallik.

2. «Individ», «shaxs», «faoliyat sub'ekti», «individuallik» tushunchalari ichida mazmunining hajmiga ko'ra quyidagi munosabatni hosil qiladi:

- a) kiritmalar;
- b) o'zaro tobeliklar;
- v) avlod – tur;
- g) qator tuzilishiga ko'ra.

3. Inson jamiyatidagi ontogenetik taraqqiyotining yuksak bosqichi – bu:

- a) individ;
- b) shaxs;
- v) faoliyat sub'ekti;
- g) individuallik.

4. Shaxs taraqqiyoti dinamikasiga yo'naltirilgan, xulq-atvorining asosiy xususiyatlarini belgilab beruvchi barqaror istaklari va motivlari tizimi,- bu:

- a) temperament;
- b) xarakter;
- v) layoqat;
- g) yo'nalganlik.

10-MAVZU: FAOLIYAT VA MOTIVATSIYA

1. Jadvalni to'ldiring(to'g'ri ketma-ketlikda)

№	Faoliyat tarkibi	Faoliyat turlari
1		
2		
3		

- | | |
|--------------------|--------------------|
| 3. Interorizatsiya | 10. Induksiya |
| 4. Motiv | 11. O'yin |
| 5. Ekstrorizatsiya | 12. Ta'lim |
| 6. Kommunikatsiya | 13. Interferensiya |
| 7. Afferentatsiya | |

4. MAVZU BO'YICHA TEST TOPSHIRIQLARI

1. Faoliyat – bu:
 - a) voqelikni to'g'ri aks ettirish;
 - b) organizmning muhitda faol harakatlanishi;
 - v) insonning olam bilan o'zaro ta'sir jarayoni;
 - g) odamga xos bo'lgan, ong tomonidan boshqariladigan, ehtiyojlarni qondirishda yuzaga keladigan, tashqi olam va insonni bilish, shuningdek, ularni o'zgartirishga qaratilgan faollik .
2. Ehtiyojlar – bu:
 - a) muayyan harakatlarning zarurligini anglash;
 - b) organizmda normal faoliyat ko'rsatishi uchun zarur sharoitlarni tashkil etuvchi biror narsaning ob'ektiv etishmovchiligi holatlari ;
 - v) inson tomonidan mahsulotlarda biologik ehtiyojlarning qondirilishini anglash;
 - g) o'z ehtiyojlarini madaniy qadriyatlarda anglash.
3. Faoliyat tuzilishiga quyidagilar kiradi:
 - a) psixofiziologik vazifalar, muolajalar;
 - b) motiv, maqsad, muolajalar, psixofiziologik vazifalar;
 - v) harakat, muolajalar, motiv;
 - g) usullar, maqsad, natija, harakat.
4. Faoliyatning asosiy turlariga kiradi:
 - a) mashq, o'yin, harakat;
 - b) muolajalar, mehnat, malakalar, ko'nikmalar;
 - v) muloqot, o'yin, o'qish, mehnat;
 - g) malakalar, harakatlar, mashq, o'yin.
5. Bolada faoliyatning ongli faollik sifatida rivojlanishi quyidagi xususiyatga ega:
 - a) impulsli hulq-atvor;
 - b) tadqiqiy hulq-atvor ;
 - v) amaliy hulq-atvor;
 - g) kommunikativ hulq-atvor;
 - d) hamma javoblar to'g'ri.

11-MAVZU: MULOQOT PSIXOLOGIYASI

1. Muloqotga tegishli jadvalni to'ldiring.

№	Muloqot tomonlari	Ta'rif
1		
2		
3		

2. Atamalarga tarif bering.

Faol nutq-

Passiv nutq-

Tashqi nutq-

Monolog-

Dialog-

Ichki nutq-



3. Yuqoridagi suratda muloqotning qanday vositasi keltirilgan?

4. Kunlik muloqot jarayonida axborot almashish chog'ida so'zlar, nutqaziz muloqot , tovushlar va intonatsiyaning o'rnini o'sish ketma-ketligida yozing(foizi bilan)

№	Axborot uzatish vositasi(ketma-ketligi)	Foiz miqdori
1		
2		
3		

5. Nizoga oid jadvalga variantlarni kiriting

№	Nizo turlari	
	Destruktiv nizo	Produktiv nizo
1		
2		
3		
4		

- nuqtai - nazarlarning bir-biriga mos kelmasligi sababli vujudga keladi
- muammoni kengroq qarshi olishga olib keladi
- optimal yechimning topilishiga yordam beradi
- shaxsga ko'chirilmaydi
- munosabatlarning buzilishiga olib keladi
- ishtirokchilar soni ortib boradi
- qarama-qarshi tomonga nisbatan negativ baholar kuchayib boradi
- nizo jarayonidagi ob'ektning shaxsga ko'chishi oson yuz beradi

6. Quyidagi atamalarni uni ma'nosi bilan birlashtiring

№	Muloqot jarayonida bir-birini idrok etishning mexanizmlari		Mazmuni
1	identifikatsiya	A	insonning suhbatdoshi tomonidan qanday idrok etilayotgani va tushunilayotganini anglashga intilishi
2	refleksiya	B	insonning o'zini xayolan suhbatdoshi o'rniga qo'yish

			orqali uning fikrlari va tasavvurlarini tushunishga intilishi		
3	stereotipizatsiya	C	insoning o'zini xayolan suhbatdoshi o'rniga qo'yish orqali uning kechinmalari va hissiyotlarini tushunishga intilishi		
4	empatiya	D	insonning suhbatdoshini tushunishga intilishi yo'lida muayyan shablondan foydalanishi		
Javoblar:		1-	2-	3-	4-

7. Jadvalni moslang.

№	Tushuncha	Mazmuni
1	Optik-kinetik tizim	kamida ikki kishing o'zaro ta'sir jarayoni bo'lib, bu ta'sir davomida axborot almashiniladi, munosabat o'rnatiladi va rivojlantiriladi, tugatiladi yoki korrektsiyalanadi
2	Muloqot jarayonida bir-birini idrok etish mexanizmlari:	insonning suhbatdoshi tomonidan qanday idrok etilayotgani va tushunilayotganini anlashga intilishi
3	Kooperatsiyaga asoslangan o'zaro ta'sir	insonning suhbatdoshini tushunishga intilishi yo'lida muayyan shablonlardan foydalanishi
4	Vizual kontakt	kommunikativ jarayon ishtirokchilarining shaxsiy yoki guruhiiy maqsadlarga erishish uchun o'zaro kurash sharoitida bir-birga ta'sir ko'rsatish
5	Proksemik tizim	insonning o'zini xayolan suhbatdoshi o'rniga qo'yishi orqali uning fikrlari va tasavvurlarini tushunishga intilishi
6	Empatiya	ovoz vokalizatsiyasidan iborat bo'lib, unga ovoz sifatlari, diapozoni
7	Paralingvistik tizim	insonning o'zini xayolan suhbatdoshi o'rniga qo'yishi orqali uning kechinmalari va xissiyotlarini tushunishga ishtilishi

- | | |
|--------------------|------------------------|
| 1. Kommunikatsiya | 13. Takt |
| 2. Muloqot | 14. Pantomimika |
| 3. Affektiv | 15. Ekstralingvistik |
| 4. Koordinatsion | 16. Interaktiv |
| 5. Amotiv | 17. Identifikatsiya |
| 6. Verbal | 18. Spontan (do'stlik) |
| 7. Nutq | 19. Nizo |
| 8. Monolog | 20. Perseptiv |
| 9. Dialog | 21. Stereotipizatsiya |
| 10. Paralingvistik | 22. Agrafiya |
| 11. Jest | 23. Refleksiya |
| 12. Mimika | 24. Til |

9. MAVZU BO'YICHA TEST TOPSHIRIQLARI

1. Muloqot:

- a) shaxsning mohiyatga ega bo'lgan xususiyati;
- b) faoliyat kabi ahamiyatli bo'lgan, inson turmush tarzining bir tomoni;
- v) insonning boshqa odamlar bilan o'zaro ta'sirlashuv shakli;
- g) ikki va undan ortiq odamlarning bilish yoki affektili-baholash xususiyatli axborot almashinuidan iborat bo'lgan o'zaro ta'sirlashuvi.

2. Shaxslararo munosabatlar – bu:

- a) odamlar o'rtasida faoliyat va guruhlardagi muloqotda o'rnatiladigan munosabatlar;

b) rahbarlar va xodimlar o'rtasidagi munosabatlar;

v) tarbiyachilar va tarbiyalanuvchilar o'rtasidagi munosabatlar;

g) faoliyat jarayonidagi odamlar o'rtasidagi dialoglar.

3. Muloqot, odatda, tomonlarining birligida namoyon bo'ladi:

a) axborotli, pertseptiv, yo'nalishli;

b) interfaol, kommunikativ, nutqiy;

v) shaxslararo, kognitiv, kommunikativ, emotiv, konativ;

g) bilish, emotsional, shaxslararo.

- 4. Muloqotda o'zini boshqa odamga o'xshatish yo'li bilan uni tushunish xususiyatiga ega bo'lgan shaxslararo idrokning bosh mexanizmlaridan biri:

a) ijtimoiy-psixologik refleksiya;

b) stereotiplashtirish;

v) empatiya;

g) identifikatsiya.

12-MAVZU: SHAXSNING XISSIY VA IRODAVIY SOXASI

1. Hissiyotga oid atamalarning ma'nosini toping

№	Atamalar	Izoh
1	AFFEKT	tushkunlik kayfiyati bo'lib, bu kishida intilishlarning susayishi, harakatlarning tormozlanishi bilan bog'liq ravishda yuzaga keladigan ruhiy holatdir
2	DEPRESSIYA	kuchli qo'zg'ovchilar ta'sirida yuzaga keladigan jiddiylik holati
3	EHTIROS	odam yoki hayvonlarning sub'ektiv ifodalangan ichki yoki tashqi qo'zg'ovchilar ta'siriga javob reaksiyasi
4	AMBIVALENTLIK	boshqa kishilarning emotsional holatlariga hamdardlik qilish jarayoni va boshqalarning qayg'u-hasratini tushuna bilish qobiliyati
5	STRESS	kuchli, jo'shqin va nisbatan qisqa muddatli emotsional kechinmalar tariqasida ro'y beradigan psixologik xolat
6	KAYFIYAT	bironta emotsiyaning barqaror kechinishi
7	EMOTSIYA	kishining o'z yuksak ehtiyojlarini qondirish yoki qondirmaslik natijasida uning tevarak-atrofdagi olamga bo'lgan munosabatlarining ongda aks ettirilishidan iborat jarayoni
8	HISSIYOT	kishida irodaviy yo'nalishlar bilan xarakterlanadigan emotsiyalarning namoyon bo'lishi
9	EMPATIYA	kishining og'ir kechinmalar, yoki kasalliklardan toliqishi natijasida kelib chiqadigan, hamda uning tevarak-atrofdagi olamga nisbatan hech qanday

		qiziqishlarsiz befarq qarashlarda ifodalanadigan psixik holat
10	APATIYA	kishining bir vaqtning o'zida bir-biriga qarama-qarshi bo'lgan emotsiya va tuyg'ularni (jumladan, quvonch - musibat, kulgi va qayg'u-hasrat) kechinishidan iborat psixik holati

2. Iroda mavzusiga oid so'zlarning asl ma'nosi ko'rsatilgan qatorni toping

№	So'zlar	#	Ma'nosi			
1	IRODA	A	qaror qabul qilish bilan bog'liq irodaviy harakatlar bosqichi			
2	IRODAVIY ZO'R BERISH	B	irodaviy xarakatlarning sub'ektiv komponenti bo'lib, kuchli kechinmalarni kechinishi			
3	IRODA KUCHI	C	psixik aks ettirish jarayonlaridan bo'lib, bu tashqi yoki ichki to'siqlarni yengish bilan bog'liq harakatlarni tanlash qobiliyatida namoyon bo'ladi			
4	MOTIVLAR KURASHI	D	ixtiyorsiz bajariladigan va ong bilan yetarli darajada nazorat qilinmaydigan ish harakatlar			
5	IMPULSIV HARAKATLAR	E	masalani hal qilish, yechish variantlaridan, usullaridan birini tanlash			
6	QAROR QABUL QILISH	F	maqsadga erishish irodaviy zo'r berishning zaruriy darajasi			
Javoblar	1-	2-	3-	4-	5-	6-

3. MAVZU BO'YICHA TEST TOPSHIRIQLARI

1. Odam va hayvonlarning ichki va tashqi seskantiruvchilardan yorqin ifodalangan sub'ektiv tusga ega bo'lgan ta'sirlanishi:

- a) hissiyot;
- b) emotsiya;
- v) sezgi;
- g) tafakkur.

2. Inson sezgilari – bu:

- a) hissiyot jarayonining emotsional toni;
- b) individning organik holati;
- v) organik ehtiyojlarning qondirilishi bilan bog'liq bo'lgan sezish;
- g) barcha javoblar noto'g'ri.

3. Emotsional jarayonlar va holatlarning organizm hayotida bajaradigan vazifalari:

- a) faqat moslashuvchi;
- b) faqat safarbarlikka oid;
- v) faqat moslashuvchi va integratsiyalovchi;
- g) moslashuvchi, safarbarlikka oid va integratsiyalovchi.

4. Emotsional holatlar:

- a) kayfiyat, ruhlanish, ehtiroslar, affektlar, stresslar;
- b) qiziqish, kechinma, barqarorlik, insonparvarlik;
- v) muhabbat, shubha, ajablanish, hazil, jadallik;
- g) nafrat, hayajon, uyalish, do'stlik, ehtiyojlar.

5. Insonning maqsadga yo'naltirilgan harakat va faoliyatni bajarishda tashqi va ichki qiyinchiliklarni yengish malakasida ifodalangan ongli tarzda o'z hulq-atvori va faoliyatini boshqarishi:

- a) tafakkur;
- b) iroda;
- v) diqqat;
- g) tasavvur.

6. Iroda jarayonlari qanday vazifalarning ijro etilishini ta'minlaydilar:

- a) rag'batlantiruvchi, boshqaruvchi;
- b) daraklovchi, konativ;
- v) maqsadli, tormozlovchi;
- g) bilish, mustahkamlovchi.

7. Iroda aktining psixologik tuzilishiga kiradilar:

- a) harakatni ijro etish istagi;
- b) harakatning anglangan maqsadlari;
- v) harakatga qaror qilish;
- g) iroda kuchi;
- d) barcha javoblar to'g'ri.

8. Ko'zlangan maqsadga erishish yo'lida paydo bo'ladigan qiyinchiliklarni yengib o'tish umumlashgan layoqati:

- a) ongli intizom;
- b) iroda kuchi;
- v) vazminlik;
- g) mustaqillik.

13-MAVZU: TEMPERAMENT

1. TEMPERAMENT ga oid atamalarning ma'nosini to'g'ri topib belgilang.

№	Atamalar	Maqbul variant
1	TEMPERAMENT	
2	XARAKTER	
3	ABULIYA	
4	INTROVERTLIK	
5	EKSTROVERTLIK	
6	SENZITIVLIK	

- I. eng oddiy, oson masalalar bo'yicha ham malum qarorga kelish qobiliyati yo'qligida namoyon bo'ladigan o'ta irodasizlikdir
- II. shaxsning tipini aniqlash uchun G.Ayzenk tomonidan kiritilgan bo'lib, introvertlik kishida dilkashlikning yo'qligida, o'zi bilan o'zigina bo'lib qolishligida, boshqa kishilarga mutlaqo qiziqmasligida va o'zi ustida chuqurroq o'ylab ko'rishga moyilliklik yo'qligida namoyon bo'ladi
- III. turli ta'sirlarga nisbatan hissiyotning tez va kuchli qo'zg'alishi bilan xarakterlanadigan tip
- IV. shaxsning yakka psixologik xususiyatlari majmui bo'lib, bu kishi faoliyati va xulq-atvorining dinamik hamda emotsional tomonlari bilan xarakterlanadi
- V. kishidagi barqaror psixik xususiyatlarning individual birligi bo'lib, bu shaxsning mehnatga, narsa va hodisalarga, boshqa kishilarga, atrofdagi muhitga va o'z-o'ziga bo'lgan munosabatlarida ifodalanadigan uning muayyan sharoitlardagi

xatti-harakatlarini belgilab beradigan barqaror, yakka psixik xususiyatlari yig'indisidir

- VI. ayrim kishilarning xarakterini belgilab beruvchi xususiyat bo'lib, bu kishining nihoyatda xushchaqchaqligi, ochiq ko'ngilligi va boshqa kishilarga zavq bilan qarashlarida, ularga qiziqishlarida namoyon bo'ladi

MAVZU BO'YICHA TEST TOPSHIRIQLARI

1. Shaxsning faoliyati va muloqotida tarkib topadigan va namoyon bo'ladigan barqaror individual xususiyatlari, - bu:

- a) temperament;
- b) qobiliyat;
- v) xarakter;
- g) iste'dod.

2. Xarakter aktsentuatsiyasi:

- a) normal xarakterlarning chetki ko'rinishlari;
- b) xarakterning o'ziga xos qirralari;
- v) yashirin va aniq shaklga ega;
- g) barcha javoblar to'g'ri.

3. Ekstraversiya haqida tasavvurlar – introversiya kim tomonidan ishlab chiqilgan:

- a) A. Adler;
- b) Z. Freyd;
- v) K. Yung;
- g) K. Rodjers.

4. Shaxsiy tashabbuskorligiga ko'ra, maqsad qo'yish va unga erishish yo'lini izlash malakasi insonning quyidagi sifatiga mos keladi;

- a) maqsadga intiluvchanlik;
- b) qat'iyatlilik;
- v) tirishqoqlik;
- g) mustaqil.

14-MAVZU: XARAKTER

1. Xarakterga oid atamalarning ma'nosini toping

№	Atamalar	Izoh
1	<i>Mehnat faoliyatida namoyon bo'ladigan xarakterologik xususiyatlar-</i>	kamtarlik, kamsuqumlilik, mag'rurlik, o'ziga bino qo'yish, o'z-o'zini tanqid, ibo, sharmu - hayo, manmansirash va

		boshqalar.
2	<i>Insonlarga nisbatan bo'lgan munosabatlarda namoyon bo'ladigan xarakterologik sifatlar -</i>	tartiblilik, oqillik, saronjom-sarishtalik, qo'li ochiqlik, ziqnalik, tejamkorlik, pokizalik va boshqalar
3	<i>O'z-o'ziga munosabatga aloqador xarakterologik sifatlar</i>	odoblilik, mehribonlik, takt, jonsaraklik, dilgirlik, muloqotga kirishuvchanlik, altruizm, g'amxurlik, raxm-shafqat va boshqalar.
4	<i>Narsalar va hodisalarga munosabatlarda namoyon bo'ladigan xususiyatlar</i>	mehnatsevarlik, mehnatkashlik, tashabbuskorlik, ishga layoqat, ishga qobillik, mas'uliyat, dangasalik, qo'nimsizlik va boshqalar.

MAVZU BO'YICHA TEST TOPSHIRIQLARI

1. Xarakter deganda ... tushuniladi:

a) insonni baholash imkonini beradigan harakatlar;
 b) shaxsdagi shunday psixologik, sub'ektiv munosabatlar majmuiki, ular uning borlikka, odamlarga, predmetli faoliyatga hamda o'z- o'ziga munosabatini ifodalaydi;

v) bilim va malakalar orttirishga aloqador bo'lgan insonning individual xususiyatlari;

g) u yoki bu faoliyatga yaroqlilikda namoyon bo'ladigan va undagi samarani belgilaydigan individual-psixologik xususiyatlar.

2. Mehnat faoliyatida namoyon bo'ladigan xarakterologik xususiyatlarga nimalar kiradi?

a) mehnatsevarlik, tashabbuskorlik;

b) ishga layoqat, mas'uliyat;

v) mehnatsevarlik, tashabbuskorlik, ishga layoqat, mas'uliyat, dangasalik, qo'nimsizlik ;

g) dangasalik, qo'nimsizlik ;

3. Insonlarga nisbatan bo'lgan munosabatlarda namoyon bo'ladigan xarakterologik sifatlarga nimalar kiradi?

- a) odoblilik, mehribonlik, takt, jonsaraklik, dilgirlik, muloqotga kirishuvchanlik, altruizm, g'amxurlik, raxm-shafqat ;
- b) jonsaraklik, dilgirlik ;
- v) mehribonlik, takt;
- g) g'amxurlik, raxm-shafqat .

4. O'z-o'ziga munosabatga aloqador xarakterologik sifatlarga nimalar kiradi?

- a) kamsuqumlilik, mag'rurlik ;
- b) o'ziga bino qo'yish, o'z-o'zini tanqid;
- v) ,ibo, sharmu - hayo, manmansirash;
- g) kamtarlik, kamsuqumlilik, mag'rurlik, o'ziga bino qo'yish, o'z-o'zini tanqid, ibo, sharmu - hayo, manmansirash.

5. Narsalar va hodisalarga munosabatlarda namoyon bo'ladigan xususiyatlarga nimalar kiradi?

- a) tartiblilik, tejamkorlik;
- b) oqillik, saronjom-sarishtalik;
- v) tartiblilik, oqillik, saronjom-sarishtalik, qo'li ochiqlik, ziqnalik, tejamkorlik
- g) qo'li ochiqlik, ziqnalik.

15-MAVZU: QOBILIYATLAR

1. Mazmuniga qarab qaysi atama ekanligini aniqlang

№	Atamaning mazmuni	Atama
1	shaxsning eng yuksak darajadagi ijodi bilan o'zini namoyon qilish hodisasi	UMUMIY ISTE'DOD
2	nerv sistemasining ba'zi genetik determinlashgan anatom - fiziologik xususiyati bo'lib, bu kishida qobiliyatlar tarkib topishi va rivojlanishning dastlabki yakka tug'ma tabiiy zaminidir	FRENOLOGIYA
3	aqli zaiflik, psixik funktsiyalar taraqqiyotining ortda qolishi	TALANT
4	shaxsning-ma'lum faoliyatdagi muvaffaqiyatlarini va osonlik bilan biron	GENIALLIK

	faoliyatni egallay olishini ta'minlaydigan yakka psixologik xususiyatlaridir	
5	shaxsning malum faoliyatida ifodalanadigan qobi- liyatlarining yuqori darajasi	ZEHN
6	odamda u yoki bu xildagi qobiliyatlarning rivojlanganligini bosh suyagining tuzilishiga qarab aniqlash mumkin degan nazariya bo'lib, bu nazariya avstriyalik vrach F.Gall tomonidan tavsiya etilgan	OLIGOFRENIYA
7	kishining qobiliyatlari birligi bo'lib, bu shaxsning aqliy-intelektual imkoniyatlari doirasi bilan faoliyatining o'ziga xosligi darajasini belgilab berishda shartlanadi	QOBILIYATLAR

MAVZU BO'YICHA TEST TOPSHIRIQLARI

1. Qobiliyatlar deganda ... tushuniladi:

- a) insonni baholash imkonini beradigan harakatlar;
- b) voqelikni o'zgartirgan holatda aks ettirish jarayonidan boshqa narsa emas;
- v) bilim va malakalar orttirishga aloqador bo'lgan insonning individual xususiyatlari;

g) u yoki bu faoliyatga yaroqlilikda namoyon bo'ladigan va undagi samarani belgilaydigan individual-psixologik xususiyatlar.

2. Nishonalar qobiliyatlar rivojlanishining anatomik-fiziologik shartlari sifatida:

- a) hayot davomida shakllanadi;
- b) ko'pchilik ma'noga ega;
- v) muayyan faoliyat mazmuniga yo'naltirilgan;
- g) barcha javoblar noto'g'ri.

3. U yoki bu faoliyat turiga qobiliyatning mavjudligidan dalolat beradilar:

- a) muayyan faoliyatga o'qitishning past maromi;
- b) ushbu faoliyatni bajarishda katta quvvatning sarflanishi;
- v) faoliyatni bajarishning individual o'ziga xosligi;
- g) yo'nalganlik bilan aloqaning mavjud emasligi.

4. Ijodiy qobiliyatlar rivojlanishining yuksak darajasi:

- a) qobiliyatlilik;
- b) geniallik;
- v) iste'dod;

g) nishonalar.

5. Quyida keltirilgan qobiliyatlarning shakllanishiga ta'sir ko'rsatuvchi sharoitlarning qaysi birini faoliyat sharoitlari deb atash mumkin?

a) nazariy va amaliy to'plangan tajriba va bilimlar;

b) ma'lum maqsadlarni bajarish va turli xil o'yinlar, o'qitish, mehnatning bajarilishi bilan bog'liq faollik;

v) emotsionallik, ta'sirchanlik;

g) bilimdonlik.

IZOHLI LUG'AT - GLOSSARIY

Atama	O'zbek tilidagi sharhi	Rus tilidagi sharxi	Ingliz tilidagi sharxi
Psixologiya	Psixologiya fan sifatida psixik faktlar, psixikaning tarkibiy qismlari faoliyat, xulq, muamala, bilish jarayonlari, psixik holatlar, ichki kechinmalar, ijodiy rejalar, ilmiy farazlarning miyada aks etishi, psixik qonuniyatlar va mexanizmlarni o'rganadi. yunoncha psyuxe – jon, ruh, logos – fan, ta'limot degan ma'noni anglatadi	nauka, izuchayushaya zakonomernosti vozniknoveniya, razvitiya i funkcionirovaniya psixiki i psixicheskoy deyatelnosti cheloveka i grupp lyudey. Ob'edinyayet v sebe gumanitarnyy i yestestvenno-nauchnyy podxod.	science that studies the laws of the origin, development and functioning of the mind and mental activity of the person and groups of people. It combines humanitarian and natural science approaches.
Psixika	bu tafakkur, sezgilar, hissiyotlar va kommunikativ jarayonlarni o'ziga jamlashtirgan yaxlit tizimdir. Hozirgi davrda "jon" tushunchasi o'miga "psixika" so'zi qo'llanilmoqda.	Psixika — slojnoe ponyatie v filosofii, psixologii i medisine. «Forma aktivnogo otobrajeniya sub'ektom ob'ektivnoy realnosti, voznikayushaya v prosesse vzaimodeystviya vysokooorganizovannyh jivyx suществ s	Mentality - a complex concept in philosophy, psychology and medicine. "The form of the active display subject of an objective reality that occurs in the interaction of highly sentient beings with the outside world and engaged in their behavior (activity)

		vнешnim mirom i osustvlyayuyaya v ix povedenii (deyatelnosti) regulativnuyu funktsiyu».	regulatory function."
Abstraksiya	Narsalarning o'ziga xos belgi va xususiyatlarini, ular o'rtasidagi bog'lanishlarni, narsalarning muhim belgi va xususiyatlarini ajratib olishga qaratilgan fikrlash operatsiyasi. lot. Abstractio mavhumlashtirish	Abstraksiya - o'tvlechenie v prosesse poznaniya ot nesustvennix storon, svoystv, svyazey ob'ekta (predmeta ili yavleniya) s selyu videleniya ix sustvennyx, zakonomernix priznakov; abstragirovanie - teoreticheskoe obobshenie kak rezultat takogo o'tvlecheniya.	Abstraction - a distraction in the learning process of the non-essential sides, properties, object relationships (object or phenomenon) in order to highlight their essential, of regular features; abstraction - theoretical generalization as a result of this diversion.
Agglyutinatsiya	- mavjud obraz va tasavvur qismlarini bir - biriga «yopishtirib» qo'shish asosida yangi obrazlarni yaratishdan iborat xayol faoliyati. Mas., suv parisi obrazi. lot. Agglutinate - yopishtirmoq elimlamoq	sostoit iz izvestnyx znakov. Mislitel'naya ili obraznaya deyatelnost osnovanaya na sozdaniy novogo obraza s ispolzovaniem uje sustvuyuyux. Naprimer: obraz rusalki.	It consists of a well-known characters. The current image of the thoughts and slapped kdrug other in connection with this way of thinking to the creation of new images. For example: the image of a mermaid.
Appertseptsiya	shaxs idrokining avvalgi bilim va tajribalariga hamda	-eto proses, v rezultate kotorogo elementi	- It is the process by which elements of consciousness

	<p>uning umumiy qiziqish, xavaslariga bog'liqligi. lot. qarashli, perceptio - idrok</p>	<p>soznaniya stanovyatsya yasnimi i otchetlivimi. Odno iz fundamentalnyx svoystv psixiki cheloveka, virajayushesya v obuslovlennosti vospriyatiya predmetov i yavleniy vneshnego mira i osoznaniya etogo vospriyatiya osobennostyami obshchego soderjaniya psixicheskoy jizni kak selogo, zapasom znaniy i konkretnym sostoyaniem lichnosti.</p>	<p>are clear and distinct. One of the fundamental properties of the human psyche, reflected in the conditionality of the perception of objects and phenomena of the external world and the awareness of the general perception of the features of the contents of mental life as a whole stock of knowledge and the specific condition of the individual.</p>
<p>Assotsiatsiya</p>	<p>psixik hodisalar orasidagi o'zaro bog'lanish, u ma'lum qonunlar bo'yicha tarkib topadi (jumladan, fazodagi yondoshlik A, xronologik o'xshashlik A, qarama – qarshilik A va b.) lot. associatio - birlashtirmok</p>	<p>Svyazannye psixicheskie sobitiya, sostoyayie iz opredelennix zakonov naprimer, izuchenie kosmosa, xronologicheskie sovpadeniya, protivorechiya i d.r</p>	<p>Between related mental events, consists of specific laws such as the study of the cosmos, the chronological coincidence of contradictions.</p>

Biografik metod	odamni uning tarjimai holi bilan bog'liq bo'lgan hujjatlar orqali o'rganish usuli. yunon. bios - hayot, grapho - yozaman, ko'rsataman	Metod izuchaeущий cheloveka cherez yego dannыe i biografiyu.	This method studies a person through his data and biography.
Bixeviorizm	XX asr boshlarida AKSHda maydonga kelgan yo'nalish bo'lib, bunda psixologiyaning o'rganish predmeti qilib faqat odamning xulq - atvori olingan. Bu yo'nalish faqat odamning tashqi ta'sirlar natijasida paydo bo'lgan hatti - harakatlari bilan hulq - atvorini o'rganish mumkin, deb hisoblaydi. Bunda ong ahamiyati inkor qilinadi. Bu yo'nalishning asoschilari D.Uotson, E.Torndayklar. ing. behaviour-hulq	Napravlenie poyavivsheesya v nachale XX veka napravlenoe na izuchenie povedeniya cheloveka. Eto napravlenie schitaet , chto okrujayushiy mir mojet vliyat na povedenie chelovechestva. Soobrajenie v etom sluchae otrisaetsya. Osnovateli etogo napravleniya D.Uotson, E.Torndayk	In the early twentieth century, it was sent to study only human behavior. This direction is considered to be the ability to influence the world around them, and on the behavior of humanity at this stop. As this happened they deny consideration. The founders of this direction of John Watson, E.Torndiyklar.
Verbal	Verbal nutq – og'zaki ifodalanadigan nutq. lot, verbalis – og'zaki	Verbalnaya rech- obrazuetsya posredstvom ustnoy rechyu	Verbal language is formed by oral speeches

<p>Vegetativ nerv tizimi</p>	<p>Nerv tizimining organizm ichki a'zolari faoliyatini va modda almashinuvini boshqarib turadigan bir qismi, v.n.t, markaziy nerv tizimi bilan uzviy bog'liq bo'lib, bu bosh miya qobig'i tomonidan boshqariladi. V.n.t. simpatik va parasimpatik nervlar deb ataluvchi ikki qismga bo'linadi</p>	<p>Vegetativnaya nervnaya sistema upravlyayushaya vnutrenney sistemoy organov, kotoraya vliyaet na chasti obmena veshstv. V.n.s svyazanna s sentralnoy nervnoy sistemoy, i upravlyaetsya obolochkoy golovnogo mozga. V.n.s. delyatsya na dve chasti: simpatichnaya i parasimpatichnaya.</p>	<p>The autonomic nervous system is governed by internal systems and organs of the impact of metabolism, v.n.s connected with the central nervous system, this right brain membranes. Leading researcher divided into two parts: the sympathetic and parasimpatik.</p>
<p>Dominanta</p>	<p>markaziy nerv tizimining vaqtincha hukmron qismi bo'lib, boshqa qismlar faoliyatini tormoz laydi.</p>	<p>Vremenno upravlyaet sentralnoy nervnoy sistemoy, ostanavlivaya ostalnye aktivnie chasti.</p>	<p>Government central nervous system temporarily stops and the remaining active parts.</p>
<p>Dualizm</p>	<p>borliq ham moddiy, ham ruhiy bo'lgan ikki asosdan tashkil topgan deb hisoblovchi falsafiy ta'limot bo'lib, psixofizik parallelizm konsepsiyasining asosidir.</p>	<p>Yavlyaetsya filosofskim yavleniem, v kotoroy realnost eto materialnaya, duxovnaya, psixofizicheskaya i parallelnaya konsepsiya.</p>	<p>It is a philosophical study which considers the reality of this material, spiritual and psycho-physical parallel concept.</p>

	lot, duafis - ikki yo qqlama		
Interiorizatsiya	tashqi amaliy harakatlarining ichki aqliy amallarga aylanish jarayoni.	Eto vращeniya vneshnego deystvie vnutrennee.	This cycle of rotation of the external effects on the internal.
Motiv	ma'lum ehtiyojlarni qondirish bilan bog'liq faoliyatga undovchi sabab. lot. movere - harakatga keltirmoq	Pobujdenie deyatelnosti, svyazannoy konkretnymi potrebnostyami	The reason of satisfy some necessity.
Mielin	nerv tolalarining yumshoq qobig'i tarkibiga kiruvchi yog'simon moddalar aralashmasi. yunon. myelos - i liq	Jirovaya massa v kotoroy vxodit myagkogo nervnogo volokna	The oily elementar mixture which entrant to the nervous fibers soft shell.
Orientatsiya refleksi	shartsiz refleksning bir turi, u har qanday yangi qo'zg'ovchi ta'siriga birinchi bo'lib javob beradi. lot. oriens - sharq reflexus - aks etish	Tip bezuslovnyx refleksov, kotoraya pervym reagiruet na vozdeystviya.	One type of natural reflex, it exchangely responsible for every new starting influence.
Operativ xotira	xotira turlaridan biri. By ma'lum faoliyatni bajarish jarayonida ifodalanadi, yzoq muddatli xotiradan vaqtincha foydalanadi	Tip pamyati. Virajayushchiysya v prosesse osushествleniya otdelnyx vidov deyatelnosti, vremenno ispolzuuyushiy	The type of memory. It expresses in the process of one action, used from far memory temporary.

	lot. operatio - harakat	dolgovremennuyu pamyat.	
Ontogenez	organizmning individual rivojlanishi. Tirik mavjudotnin g paydo bo'lgan davridan to oxirigacha bo'lgan davrdagi o'zgarishlar majmui yunon. on, ontos - asl, tub, genesis - tug'ilish, paydo bo'lish	Eto razvitie individualnogo organizma. Nabor izmeneniy v kotoxix vxodit period jivogo suxestva ot nachala do konsa yego jizni.	Processing the organism indurdually. The living natures alternation collection from appearing till to the end.
Xarakter	- kishidagi barqaror psixik xususiyatlarning indivndual birligi. U shaxsning mehnatga, atrofdagi narsa va hodisalariga, boshqa kishilarga va o'z - o'ziga bo'lgan munosabatlarida ifodalanadi. X. mu ayyan sharoit hatti - harakatlarni belgilab beradigan individual psixologik xususiyatlar yig'indisidir. yunon. karakter - xususiyat, belgi	Individualnaya yedinisa stabilnix svoystv cheloveka, xarakterizuyuyay a otnoshenie cheloveka k trudu, okrujayuyim vexam i sobitiyam, k drugim lyudyam i k sebe. Xarakter eto summa kotoraya opredelyaet spesificheskie akty individualnix psixologicheskix svoystv.	The unity of persons stable psychological peculiarities. It is expressed in the attitude of persons to the labour, to the environment and events, and attitude to himself. It is the unity of certain character and behaviours.
Paralogizm	to'g'ri fikrlash qoidalarini buzish mantiqiy xatoga	Delat nepravilnyy vivod v rezultate	In the result of uncorrect thoughts to do mistake and

	yo'l qo'yish natijasida noto'g'ri xulosa chiqarish. yunon. paralogismos	narusheniy pravil v pravilnom mishlenii, dopustit logicheskuyu oshibku.	come to the uncorrect conclusion.
Paramneziya	-sodir bo'layotgan voqealarning qachonlardir boshdan kechirilgandek bo'lib tuyulishidan iborat xotira kasalligi. yunon. rara – oldida, yonida mnosis - eslash	Sostav sobyitiy kotorie kajutsya proixodili kogda-to ranshe.	It is illness of memory about transferred events that have been before its existence.
Parapsixologiya	Psixologik tadqiqot sohalarida biri, sezgi a'zolari ishtirokisiz idrok qilish shakllarini, shu bilan birg tirik mavjudotning fizik hodisalarga mushak kuchisiz ta'sir etish turlarini o'rganadi. P. muammosi bahcga molik sohadir. Yunon. para - oldida, yonida, psyche – pyh, lodos – ta'limot	Odin iz psixologicheskix issledovaniy, formi chuvstvennogo vospriyatiya bez uchastiya organov chuvstv, vmeste s etim izuchaet vidy vliyaniy jivogo suщestva na fizicheskie yavleniya bez mishechnix sil.	The type of psychological research, and research about without senses learns types of perceive, and learns living natures effect without muscles power.
Patogen	kelib chiqish, kasallik keltirib chiqaruvchi.	Proixojdenie, vizivayushiy bolezni.	To become, bring illness

	yunon, pathos - azoblanish, genes -		
Proektiv metod	shaxsni tadqiq qilish metodlaridan biri. Bu metodda mas., tajriba vaziyatlarida rasmlar idrok qilinib, uning talqini beriladi. lot. Prjektus - oldinga tashlangan, yunon. methodos - tadqiqot	Odin iz metodov issleduyuyuyiy cheloveka. V etom metode v opyitnyx obstoyatelstvax izuchayutsya kartinki, i dayutsya ix interpretasii.	The types of method, about researching person. In this method perceived images in experimental conditions and its definition.
Ekstraversiya	Shaxsning tevarak - atrof-dagi odamlarga, tashqi hodisalarga yo'nalishi. E. qiziqishlarning kishidan tashqaridagi narsa va hodisalarga ko'chishi demakdir nor. emavere - uyg'otish, to'lqinlantirish lot. Extra - haddan tashqari, verso - o'zgarish	Napravlenie cheloveka k okrujayuyuyim lyudyam i vneshnim yavleniyam. Ekstraversiya peredacha interesov cheloveka k vneshnim veyam i yavleniyam.	The directon of persons to the environment and outer events. Here persons interests migrated to the outside events and things
Emotsiya	odam yoki hayvonlarning sub'ektiv ifodalangan ichki yoki tashqi qo'zg'ovchilar ta'siriga javob reaksiyasi.	Otvetnaya reaksiya lyudey ili jivotnix sub'ektivno virajayuyuyiy vnutrennyuyu ili vneshnyuyu provokasionnyuyu effektivnost.	The response reaction of humans or animals to the inner or outer startings

Empatiya	boshqa odamlarning psixik holatlarini tushunish va ularga hamdardlik qilish qobiliyati. yunon. empatheia - birgalikda dardlashmoq	Sposobnost ponimat psixicheskie sostoyaniya drugix lyudey i soboleznovat im.	The realiseanother persons psychological conditions and to fell himself
Egoizm	xudbinlik bo'lib, shaxsning o'z qiziqishlari va ehtiyojlarini boshqa shaxslar va ijtimoiy guruh qiziqishlari bilan qiziqmay, ulardan yuqori ko'rishi. E, ning rivojlanishi va shaxs yo'nalishida ustivor bo'lishi tarbiyadagi jiddiy xatoliklar natijasidir. lot. ego - men	Egoistichnost, stavit v'she svoi interesi i neobxodimosti, ne interesovatsya interesami drugix lyudey i gumanitarnix grupp. Razvitie egoizma i bit prioritetom v napravlenii cheloveka eto rezultat seryoznix oshibok v vospitanii.	It is selfishness. He puts his own interests rather than anothers. It is the result of uncorrect behavior
Eydetik Eydetizm	ba'zi individlarning (eydetiklar) avval idrok qilingan narsa va hodisalarni barcha tomonlari bilan esda qoldirish qobiliyati yunon. eidon - obraz	Sposobnost nekotorig individov zapomnit predmeti i sobitiya vmeste s detalyami.	Some individs ability of memory that remember perceived events in every sides
Eyforiya	Kayfiyatning ko'tarinkiligi, rohatlanishi, xuzurlanishi. E. Ob'ektiv sharoitlarga mos	Podnyatoe nastroenie, udovolstvie i naslajdenie. Eyforiya ne sovmeitimyy	Raise of mood, relaxing enjoying. It is not equal to the occurrence carelessness and

	bo'lmagan holda mavjud bo'lgan ko'tarinki kayfiyat, beg'amlik va qoniqish holati yunon.(Masalan; giyohvand moddani qabul qilish natijasida yuzaga keluvchi holat.) eu - yaxshi, phero - boshdan kechirmoq	ob'ektivnim usloviyam podnyatoe nastroenie, nebrejnost i udovolstvennoe sostoyanie.	condition of satisfying
Xolerik	temperament turi, u hissiyotning jo'shqinligi, kayfiyatning birdaniga tez o'zgarib qolishi, hissiyotning muvozanatsizligi va umuman harakatchanligi bilan ifodalanadi. yunon. chole - safro, sarik o't	Vid temperamenta, on virajaet soboy chuvstvo entuziazma, izmenchivoe nastroenie, ne stabilnoe chuvstvo.	Type of temperament. In this temperament person is changeable in a boiling sense, suddenly changes the mood, looses the balance of feelings and generally active in character
Nutq	odamlarning til vositasi bilan aloqa qilishning tarixan tarkib topgan shakli	Istoricheski formirovanniy instrument kommunikatsii dlya lyudey.	The historical composed type of connection with the means of tongue
Nutq madaniyati	muloqot jarayonida ma'lum til normalariga asoslangan holda ma'noli nutqni ifoda etish	Vovremya obsheniya virajat znachimuyu rech osnovannuyu na izvestnuyu yazikovuyu normu.	During the encounter conform to the certain language rules.
Ambivalentlik	bir vaqtda qarama – qarshi hissiyotlarning	Odnovremennoe proyavlenie protivopolojnyx	At the same time appearance of opposite sense or

	namoyon bo'lishi (mas., kulgu va qayg'u, xursandlik va kulfat) yunon. Ambi – tevarak, ikki tomondan, lot. valentia – kuch	chuvstv (naprimer: smex i pechal, radost i bedstvie)	feelings. For ex: laughing and sadness
Apatiya	kishining tevarak – atrofdagi olamga nisbatan hech qanday qiziqishlarsiz befarq holati yunon. Apatheia – hissiyotsizlik	Bezrazlichnoe sostoyanie cheloveka, k okrujayushimu miru bez nikakix interesov.	The persons apathetic condition to the surround without any interests.
Astenik	shaxsning faolligini susaytiruvchi kechinmalar yunon, astheneia – kuchsizlik, holsizlik	Chelovecheskie chuvstva oslabevayushie aktivnost.	Persons slowing down senses to activness.
Asteniya	kuchli toliqish va organizmning madorsizligida namoyon bo'ladigan asabiy psixik holsizlanish yunon. Astheneia – kuchsizlik, holsizlik	Ustalost izobroyayushaya v nervnom psixologicheskom vyalosti.	Strong tiredness and weakness described in a nervous feeble.
Affekt	kuchli, jo'shqin va nisbatan qisqa muddatli emotsional kechinmalar tariqasida ro'y beradigan psixologik holat	Psixologicheskoe sostoyanie xarakterizuyushiy sya s visokimi, vzyvnyimi i kratkovremennimi emosionalnimi proessami	the psychological condition which happens with strong, boiling and continuously emotional experiences in short-term.

Kayfiyat	birorta emotsiyaning barqaror kechishi	Stabilnoe proxojenje kakoy libo emosii	the stable occurring of some sort of emotions.
Senzitivlik	turli ta'sirga nisbatan sezgilarning tez va kuchli qo'zg'alishi	Быstraya i povishennaya chuvstvitelnost k raznim vliyaniyam	starting senses up fast and strongly according to various effects.
Stenik hislar	shaxsning faoliyatini oshiruvchi hislar (mas., xursandchilik va x.k.)	Chuvstva kotorie razvivayut deyatelnost cheloveka (nap. radost i t.d)	emotions that rises person's activities up. (e.g. happiness)
Stress	kuchli qo'zg'ovchilar ta'sirida yuzaga keladigan ruhiy holat	Psixicheskoe sostoyanie yavlyayushchiesya iz za silnix vozdeystviyax	the spiritual state which is appeared by strong arisers.
Emotsiya	odam yoki hayvonlarning sub'ektiv ifodalangan ichki yoki tashqi qo'zg'ovchilar ta'siriga javob reaksiyasi	Sub'ektivnaya, osenochnaya reaksiya cheloveka ili jivotnogo vnutrennim i vneshnim vozdeystviyam	expressed by people's or animals' subjective response to the internal or the external arisers reactions
Hissiyot	odamning yuksak ehtiyojlarini qondirish yoki qondirmaslik qobiliyatining mavjudligi va psixik obraz yarata olish natijasida uning tevarak-atrofidagi olamga bo'lgan munosabatlarining ongda aks	Prosess , otrajayuyuyi svoystvo cheloveka umeniya udovletvoryat ili ne udovletvoryat potrebnosti a tak je s sozdaniem psixicheskogo obraza izobrajat yego v soznanii	man's ability wether it satisfies or does not satisfiaes the high needs of him and creates a mental conscious of its relation around the world for applying the process.

	ettirilishidan iborat jarayon		
Abuliya	eng oddiy, osongina masalalar bo'yicha ham ma'lum qarorga kelish qobiliyati yo'qligida namoyon bo'ladigan o'ta irodasizlik	Silnoe bezvolie xarakterizuyushey sya otsutstviem sposobnosti prinitat daje samye prostie resheniya	the weak willness that becomes visible when its's time to have even simple problems.
Iroda erkinligi	falsafiy – ahloqiy kategoriyani ifoda etuvchi tushuncha. U o'z - o'zini aniqlash jarayonida kishi irodasining moslashishiga bog'liq	Ponyatie virajayushee eticheskie kategorii. Ona zavisit ot poznanie samogo sebya vo vremya adaptirovanie voli	the concept that expresses philosophical and ethical category. It depends on man's agreement when it's time to define himself.
Motiv	– ma'lum ehtiyojlarni qondirish bilan bog'liq faoliyatga undovchi sabab	Prichina prizivayushtaya k deyatelnosti , svyazannie s udovletvoreniem kakix libo potrebnostey	the reason that appeals to satisfy with the certain need.
Motivatsiya	odamni faol faoliyatga undovchi sabablar majmui	Sbor prichin pobujdayushix cheloveka k aktivnoy deyatelnosti	the collection of reasons that motivate a person to be active in activities.
Motivlar kurashi	qaror qabul qilish bilan bog'liq irodaviy harakatlar bosqichi	Volevie deystviya svyazannye s prinyatiem resheniya	the levels of will activities which are connected with making decision.
Labillik	nerv hujayralarining tezlik bilan qo'zg'alish holatidan	Svoystva cheloveka, bistro peremeshayuschie nervnie kletki iz podvijnogo	the nerv cells' condition that transfer fast from braking into arousing or from

	tormozlanish va tormozlanishdan qo'zg'alish holatiga o'tish xususiyati	sostoyaniya v tormojenie i iz tormojeniya v podvijnoe sostoyanie	arousing into braking.
Rigidlik	sub'ektiv tomonidan dasturlashtirilgan faoliyatda qayta qurishning talab qilinishi natijasida ro'y beradigan qiyinchiliklar	Zatrudnennost proisxodyashaya iz za trebovaniya perestroit deyatelnost programmirovann oy sub'ektom	required construction activities that is programmed by subjective happens as a result of difficulties.
Frenologiya	odamda u yoki bu xildagi qobiliyatlarning o'sganligini bosh suyagining tuzilishiga qarab aniqlash mumkin degan nazariya. Bu nazariya avstriyalik vrach F.Gall tomonidan tavsiya etilgan	Teoriya, podtverjdayushay a vozmojnost opredelyat uroven kakix libo sposobnostey cheloveka po yego cherepu. Sozdatelem etoy teorii yavlyaetsya avstriyskiy vrach F. Gall	the growth of some types of people's skills on the theory that it is possible to determine the structure of the skill. This theory proposed by the Austrian doctor F.Gall.
Temperament	shaxsning individual psixologik xususiyatlari majmui. Bu kishida faoliyat va hulq-atvorning dinamik va emotsional tomonlari bilan xarakterlanadi	Sbor individualnyx psixologicheskix sposobnostey cheloveka	collections of individual psychological properties of the person . The man's activity and behavior is characterisez by a dynamic and emotinal aspects.
Flegmatik	temperament turlaridan biri. Bu harakatlarning sekinligi, barqarorligi, emotsional	Odin iz tipov temperamenta, yego mojno oxarakterizovat s medlitelnyimi , nevozmutilelnimi	the kind of temperamen. This can appear when the movements are slow, stable and not

	holatlarning tashqi ko'rinishlari kuchli emasligida namoyon bo'ladi	deystviyami , i nizkim yavleniem emosionalnogo sostoyanii	strong emotions in external.
Sangvinik	temperament turlaridan. By tur chaqqon, harakatchan, taassurotlari tez-tez o'zgarib turadigan, boshqa kishilarga nisbatan dilkashlik va mehribonlik qilish hislatlari bilan tavsiflanadi	Odin iz temperamentov, yego mojno oxarakterizovat kak aktivnim, bistrim chelovekom s bistro menyayuшим mneniyam i perejivayuшим za drugix	the sort of temperament. That sort of skill is nimble, mobile and fast changing of imaginations.
Xolerik	temperament turi, u hissiyotning jo'shqinligi, kayfiyatning birdaniga tez o'zgarib qolishi, hissiyotning muvozanatsizligi va umuman harakatchanligi bilan ifodalanadi	Tip temperamenta . on xarakterizuetsya s burnoy i neuravnoveshenn oy emosiey , a tak je rezkimi smenami xarakter - v obsem aktivnostyu	the type of temperament that has full feelings, quick changable mood when the emotions expressed by the general unbalanced and mobility.
Introversiya	shaxsning o'z fikrlari, sezgilari, kechinmalarining o'z-o'ziga tayanishi	Mneniya, chuvstva i perejivaniya cheloveka polagayuшiesya samomu sebe	leaning on person's ideas, sensitiveness and excitements by himself
Milliy xarakter	biror bir millatga xos xususiyatlar	Svoystva xarakterizuyushie kakoy libo natsionalnosti	the traits of a nation.
Xiromantiya	odamning kaftiga qarab uning xarakteri, taqdiri bo'yicha fol ochish	Gadaniya o xaraktere i o sudbe po	telling fortunes or judging of a person's character

		ladonyam cheloveka	by the lines in the palm of the hand
Xarakter	kishidagi barqaror psixik xususiyatlarning individual birligi. U shaxsning mehnatga, atrof-dagi narsa va hodisalarga, boshqa kishilarga va o'z -o'ziga bo'lgan munosabatlarida ifodalanadi	Individualnaya yedinisa psixicheskix svoystv cheloveka. On virajaetsya v otnosheniyax cheloveka k rabote, okrujajuyushim vesham, sobitiyam, drugim lyudyam, a tak je samomu sebe	one's stable, mental features of the individual unit. It expressed by person's labor, surrounding events, other people or self-expressed in the relationship.
Xarakter aksentuatsiyasi	xarakterning alohida xususiyatlarini haddan tashqari ifodalanishi (psixopatiyaga yaqin namoyonlashuvi)	Chrezmernoe virajenie opredelennых svoystv xarakter(a blizko k psixopatii)	expressing the person's character's peculiarities unlimitedly (apparently near the psychopathy)
Ekstraversiya	shaxsning tevarak – atrof-dagi odamlarga, tashqi hodisalarga yo'nalishi	Konsentrasiya cheloveka na okrujajuyushix lyudey i vneshnix sobytiy	the person's direction to his surrounding people and to the external events
Aqliy rivojlanish mezoni	ong JQ – aqliy yosh (AYO) va xronologik yosh (XYO) orasidagi munosabatni bildiruvchi mezon. Intellektning biror bir yosh shkalasiga suyangan holda test natijalari orqali rivojlanishini aniqlash mumkin	Kriteriy oboznachayushiy svyaz mejdu razumom – umstvennim vozrastom (UV) i xronologicheskim vozrastom(XV)	indicative criteria of the relationship among consciousness (C), mental age (MA) and chronological age (ChA).

Zehn, layoqat	nerv tizimining ba'zi genetik nazariyalari anatomik-fiziologik xususiyati bo'lib, u kishida qobiliyatlar tarkib topishi va rivojlanishining dastlabki individual tug'ma tabiiy zaminidir ang. Perception	Anatomo-fiziologicheskie svoystva nekotorykh geneticheskix teoriey nervnoy sistema, yavlyayushchaya yestestvennym fundamentom poyavleniya i razvitiya kakix libo sposobnostey cheloveka	Some genetic theories of anatomic-psychological features of the nervous system. It is a primary individual innate foundation of developing and being formed of ability in person
Iste'dod	shaxsning ma'lum faoliyatida ifodalanadigan qobiliyatining yuqori darajasi	Visokiy uroven sposobnosti, xarakterizuetsya kak deyatelnost cheloveka.	The highest degree of ability that is expressed in certain activity of person.
Geniallik	shaxsning eng yuksak darajadagi ijodiyoti bilan o'zini namoyon qilish hodisasi lot. Genius – aql zakovat, buyuk iste'dod	Deystviya cheloveka proyavlyayushie visshiy uroven tvorchestva	The occurrence of person that demonstrates him with the highest degree of creation
Kommunikatsion qobiliyatlar	kishining boshqa odamlar bilan bo'ladigan muloqotni yaxshilaydigan va birgalikdagi faoliyatda psixologik qovushuvchanlikni ta'minlaydigan qobiliyat	Sposobnost cheloveka obespechivayushiy uluchshenie dialoga s drugimi lyudmi i psixologicheskuyu ob'edineniyu v sovmestnoy deyatelnosti.	The ability that improves person's communication with other people and provides with psychological unity in activity that done jointly.
Mayl	shaxs qiziqishlari va fikrlarining biror faoliyat bilan	Interesi cheloveka i misli kotorie	Person's interests and thoughts that attracted to do

	shugʻullanishga jalb etilganligi, shaxsda kuchli istak, hohish tarzida namoyon boʻlib, bajo keltirilganda odamga mamnuniyat baxsh etadi	privlecheny k tomu ili inomu deyatelnosti, v cheloveke poyavyaetsya v vide silnoy jelanii, pri ispolnenii daet udovolstvie cheloveku.	certain activity. It appears as intense desire and when this desire will be done, it gives person satisfaction.
Musiqiy qobiliyat	shaxsning musiqiy layoqatini belgilovchi psixologik xususiyatlari	Psixologicheskoe svoystvo ustanovlivaet chelovechesluyu muzikalnyuyu sposobnost.	The psychological feature of the person, that determines musical aptitude
Umumiy isteʼdod	kishining qobiliyatlari birligi. Bu shaxsning aqliy (intellektual) imkoniyatlari doirasi bilan faoliyatining oʻziga xosligi darajasini belgilab beradi	Yedinstvo chelovecheskix talantov. Eto ustanovlivaet chelovecheskie umstvennye sposobnosti i identicheskuyu uroven deyatelnosti.	The unity of person's overall abilities. It determines the sphere of intellectual possibility and the peculiar degree of person.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. G'oziev E.G. Umumiy psixologiya. Toshkent. 2002.1-2 kitob.
2. S.N.Jo'raeva., O.U.Avlaev Kasbiy psixologiya. Navro'z nashriyoti. 2018 yil 29.12 b.t Darslik 144 bet.
3. Drujinina V.. "Psixologiya ". Uchebnik. "Piter", 2003.
4. Psychology David G. Myers Hope College Holland, Michigan 2010.
5. Bolotova A.K., Makarova I.V. Prikladnaya psixologiya: uchebnik dlya vuzov. –M., Aspekt Press, 2002. – 383s.
6. S.K.Mangal: "General Psychology" 2013y.
7. Bolotova A.K, Makarova I.V. Prikladnaya Psixologiya: Uchebnik dlya vuzov.- M.Aspekt Press, 2002 – 383 s.
8. Gamezo A. «Atlas po psixologii» Moskva, Piter, 2001y.
9. Gippenreyter Yu.B Vvedenie v obshchuyu psixologiyu: Kurs leksiy: Uchebnoe posobie dlya vuzov –M.1997.
10. Davletshin M. G. Umumiy psixologiya. T., TDPU, 2000
11. Davletshin M.G. Psixologiyadan lug'at. T.TDPU, 1998
12. Zimbardo F, Lyayppe M. Sosialnoe vliyanie.- SPb, 2000.-448 s.
13. Karimova V.M. va boshq. Mustaqil fikrlash. - T.: Sharq.-2000.- 112 b.
14. Klimov Ye.A. Obshchaya psixologiya. M., Piter, 2001
15. Klimov Ye.A. Psixologiya. M., Piter, 2000
16. Mayers D. Sosialnaya psixologiya. -SPb.: «Piter»,1999 - 688 s.
17. Maklakov A.G. Obshchaya psixologiya. - M.: Piter. 2003.
18. Nemov R.S. Prakticheskaya psixologiya poznanie sebya: Vliyanie na lyudey:Posobie dlya uch-sya. -M:Gumanit. Izd.Sentr VLADOS, 2003. -320 s.
19. Prikladnaya sosialnaya psixologiya /Pod. red. A.Suxova i A.Dergacha.- M, 1998 - 688 s.
20. Psixologiya i pedagogika. Pod redaksiyey A.A.Radugina. Izd. "Sentr" . 2003.
21. Psixologiya: Uchebnik dlya gumanitarnyx vuzov/ Pod. V.Drujinina. – SPb.: "Piter", 2003.

22. Sharafutdinova X.G., Jo'rayeva S.N., Mamaradjabova B.A. Umumiy psixologiya. O'quv qo'llanma. 2022 y. Navro'z nashriyoti. 354 b.
23. Abdullayeva R.M. Kasbiy psixologiya. O'quv qo'llanma. T. 2019.
24. Xayitov O.E., Abdullayeva R.M. Psixodiagnostika. Darslik. T. 2020.

Elektron ta'lim resurslari

1. www.childpsy.ru
2. www.ziyonet.uz
3. www.flogiston.ru
4. www.psychology.ru
5. www.psychology.net.ru
6. www.psycho.all.ru
7. www.psycho.ru

TILLASHAYKOVA X.A, JO'RAYEVA S.N.
ABDULLAYEVA R.M.

UMUMIY PSIXOLOGIYA

DARSLIK

Bosishga ruxsat etildi. 27.03.2023 y.
Qog'oz bichimi 60x84 1/16. Times New Roman
garniturasida terildi.
Ofset uslubida oq qog'ozda chop etildi.
Nashriyot hisob tabog'i 26, Adadi 100. Buyurtma № 157
Bahosi kelishuv asosida

«ZUXRA BARAKA BIZNES» MChJ
bosmaxonasida chop etildi.
Manzil: Toshkent shahar Chilonzor tumani,
Bunyodkor shoh ko'chasi 27 A-uy.

