

**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIY VA O‘RTA MAXSUS TA‘LIM VAZIRLIGI**

**O.Suyunov, D.Norboyeva, A.Shonazarov,
O‘.Zubaydullayev.**

“PSIXOLOGIYA”

FANIDAN

O‘QUV-USLUBIY QO‘LLANMA

S AMARQAND - 2016

O.Suyunov, D.Norboyeva, A.Shonazarov, O'.Zubaydullayev.
“Psixologiya” o‘quv uslubiy qo‘llanma. Samarqand SamISI nashri 2015 y 240 b.

Tuzuvchilar:

O.Suyunov – SamISI “Kasb ta’limi” kafedrası dotsenti
D.Norboeva – SamISI “Kasb ta’limi” kafedrası o‘qituvchisi
A.Shonazarov – SamISI “Kasb ta’limi” kafedrası katta o‘qituvchisi
O'.Zubaydullaev – SamISI “Kasb ta’limi” kafedrası o‘qituvchisi

Taqrizchilar:

A.Abdumannotov. – SamDU dotsenti

E. Iskandarov – SamDCHTI dotsenti

Q. R. Qarshiev – SamISI dotsenti

Ushbu o‘quv-uslubiy qo‘llanma oliy ta’lim muassasalarining nopsixologik yo‘nalishlari talabalariga o‘quv mashg‘ulotlarini tashkil etishda asosiy uslubiy qo‘llanma, psixologik yo‘nalishlari talabalariga esa mashg‘ulotlarni tashkil etishda yordamchi vosita bo‘lib xizmat qilishi ko‘zda tutadi.

“Psixologiya” fanining mazmun - mohiyati innovatsion ta’lim texnologiyalari orqali yoritilgan. Shuningdek, o‘quv-uslubiy qo‘llanmada psixologiya fanining mohiyati, tarkibiy tuzilishi, shaxs va uning faoliyati, boshqaruv psixologiyasi, mehnat psixologiyasi, motivatsion sohalar hamda shaxsning individual psixologik xususiyatlari batafsil yoritilgan.

O‘quv uslubiy qo‘llanmada oliy ta’lim muassasalarida o‘quv-tarbiya jarayoninni tashkil etishga OO'MTV tomonidan qo‘yilgan zamonaviy talablar asosida mashg‘ulotlarni tashkil etish metodikasi noan’anaviy ishlanmalar orqali keltirilgan.

Mazkur o‘quv-metodik qo‘llanmadan oliy ta’lim muassasalaridagi ta’lim-tarbiya jarayonini tashkil qilishda hamda talabalarning mustaqil ta’limini tizimli yo‘lga qo‘yishda foydalanish mumkin.

O‘quv - uslubiy qo‘llanma institute o‘quv-uslubiy kengashining 2015 yil 18 mart 8-son majlisida ko‘rib chiqildi va chop etishga tavsiya qilindi.

KIRISH

Ushbu o'quv-uslubiy qo'llanma bakalavriat talim standartlariga kiritilgan «Pedagogika.Psixologiya» fanini ixtisosligi «Psixologiya» va «Pedagogika» bo'lmagan oliygohlarda o'qitishga mo'ljallangan. Oliy o'quv yurtida yuqori malakali pedagogik kadrlar yetishtirishda pedagogika va psixologiya fanining o'rni katta. Zero, pedagogika va psixologiya jamiyatning harakatlantiruvchi kuchi bo'lgan insonni shakllantirishda alohida ahamiyat kasb etadi. Biz tayyorlayotgan mutaxassislar pedagogika va psixologiya fanini, ayniqsa uning amaliy tatbiqiy jihatlarini chuqur va puxta o'zlashtirgan taqdiridagina yosh avlodni har tomonlama kamolga erishgan kishilar qilib tarbiyalay olishlari mumkin. Shuni alohida ta'kidlash joizki, pedagogika va psixologiya fanini o'zlashtirish talabalar uchun ma'lum qiyinchiliklar tug'diradi. Bunga sabab, birinchidan, talabalar, bu fanni o'rganishlari uchun ham aniq fanlar, ham ijtimoiy fanlar sohasida bilimlarga ega bo'lishlari zarur, ikkinchidan, insonning rang-barang ruhiy olami, ko'zga ko'rinmas ichki his-tuyg'ulari, kechinmalari xaqidagi murakkab fanligi, uchinchidan, eng yangi, zamonaviy darsliklar, o'quv qo'llanmalarining yetishmasligidir.

O'quv-uslubiy qo'llanmani tayyorlashdan maqsad, birinchidan, adabiyotlar yetishmasligining ma'lum darajada oldini olish bo'lsa, ikkinchidan, eng muhimi, nazariy bilimlarni talabalarga yangi ilg'or pedagogik texnologiyalar asosida, oson, tushunarli, misollarga boy qilib yetkazishdir.

O'quv-uslubiy qo'llanmani tuzishda "Psixologiya" dasturi (tuzuvchilar p. f. d. , professor Z.T. Nishanova va katta o'qituvchi N.G. Odilova. TDPU.) ga hamda 2011 yil 15 avgustda tasdiqlangan Davlat ta'lim standartlariga asoslanildi.

O'quv-uslubiy qo'llanmani tayyorlashda E. G'oziyevning «Psixologiya», «Tafakkur psixologiyasi» kitoblaridan, V. Karimova, F. Akramovanning «Psixologiya»dan ma'ruzalar matni, O. E. Hayitov, N. X. Lutfullayevaning «Psixodiagnostika va amaliy psixologiya», A. V. Petrovskiy tahriri ostidagi «Umumiy psixologiya» darsligidan, E. Iskandarov, D.Norboyeva "Psixologiya" o'quv-uslubiy qo'llanmalaridan foydalanildi. Shuningdek, ayrim psixik jarayonlarni yoritish, nazariy fikrlarni sharhlashda umumiy psixologiya bo'yicha xrestomatiyalardan, psixolog olimlarning eng yangi tadqiqotlaridan, vaqtli matbuot materialaridan ham foydalanildi. Ushbu o'quv-uslubiy qo'llanmani o'ziga xosligi, bir tomondan mavzular yoritilish tartibi yangicha mantiqiy uzviylikda bo'lsa, ikkinchi tomondan psixologiyaning amaliy jihatlariga ko'proq e'tibor qaratishga, talabalarda o'zlarining va boshqalarning psixologik xususiyatlarini bilishga qiziqishini orttirishga, yangi pedagogik texnologiyalar asosida tashkil etishga imkoniyat yaratishga harakat qilindi. Har bir mavzu uchun reja, qisqacha uning mazmuni, mavzuga oid tayanch so'zlar, adabiyotlar ro'yxati hamda mustaqil amaliy ishlash uchun psixologik testlar berilgan.

1-MAVZU: PSIXOLOGIYANING PREDMETI, VAZIFALARI VA TADQIQOT METODLARI

Aniqlashtirilgan o'quv maqsadlari. Talaba bu mavzuni to'la o'zlashtirgandan so'ng:

- Psixologiyaning paydo bo'lish tarixini biladi;
- Psixologiya fanining maqsadini aytib beradi;
- Psixologiyaning tarmoqlarini sanaydi;
- Har bir tarmoq uchun ta'rif beradi;
- Psixologiya atamasi uchun klaster tuzadi.

Tayanch so'z va iboralar:

Psixologiya, psixik jarayonlar, psixologik xolatlar, shaxs xususiyatlari, xulq-atvor, fikrlash, his qilish, umumiy psixologiya , pedagogik psixologiya yosh davrlari psixologiyasi, metod, kuzatish, eksperiment, test, anketa, so'rov, sosiometriya, suhbat, intervyu .

Asosiy savollar:

- 1.Psichologiya fanining predmeti.
- 2.Psichologiya fanining predmeti haqidagi tasavvurlar taraqqiyotining asosiy bosqichlari. Sharq mutafakkirlarining falsafiy va psichologik qarashlari
- 3.Psichologiya fanining tarmoqlari va boshqa fanlar bilan aloqasi.
- 4.Psichologiya fanining metodlari.

1. Psichologiya fanining predmeti.

Har bir fan boshqa fanlardan o'z predmeti bilan farq qiladi. Psichologiya ham alohida fan sifatida, voqyelikning alohida sohasi bo'lgan psichik (ruhiy) hayotni o'rganadi. "Psichologiya" so'zining o'zi yunoncha **psyuxye** (ruh, jon) va **logos** (so'z, ilm) degan ikki so'zdan olingan bo'lib, ma'nosi ruh haqidagi ilm demakdir. Lekin uning bu ma'nosi hozirgi zamon psichologiyasining asl mazmunini ochib bera olmaydi Chunki hozirgi psichologiya fani psichika, uning zohir bo'lishi va rivojlanish qonuniyatlari haqidagi fandir (G'oziyev E).¹ Psichologiya psichik holatlar, psichik jarayonlar va ularning mexanizmlarini o'rganadigan fandir (A. V. Petrovskiy).²

Har birimizda mavjud bo'lgan sezgilar, idrok, diqqat, xotira, xayol, nutq, tafakkur, hissiyot, idora kabilar psichik jarayondir. Bulardan tashqari har bir shaxsning o'zigagina xos bo'lgan xususiyatlar: qiziqish, havas, qobiliyat va iste'dod, temperament va xarakter kabilar ham psichik jarayonlar jumlasiga kiradi. Psichik jarayonlarning umumiy yig'indisini bir so'z bilan psichika deb yuritamiz.

Psichika organik hayotning yuksak formalaridan bo'lib, u hayvonlar va insonga xosdir. Lekin hayvonlarning psichikasi inson psichikasiga nisbatan

¹ G'oziyev E. F. Psichologiya. –T. : «O'qituvchi», 2007. -508 b.

² Umumiy psichologiya. A. V. Petrovskiy tahriri ostida. –T. : «O'qituvchi», 2002. -508 b.

soddaroq tuzilgandir. Inson psixikasi miqdor jihatidan ham, sifat jihatidan ham hayvonnikidan farq qiladi.

Insondagi psixik hayot sohalari nihoyat xilma-xildir. Shunga qaramasdan ular bir-biri bilan chambarchas bog'langan bo'ladi. Psixologiya fanining vazifasi ana shu bog'lanish va munosabatlarning qonuniyatlarini ochib berishdir. Bundan tashqari, Respublikamiz mustaqillika erishgan hozirgi davrda inson ongidagi sarqitlarni, birinchi navbatda, sobiq kommunistik g'oyalardan xalos qilish, bolani yangicha fikr yuritishga o'rgatish, uning ongiga ta'sir qilishning eng samarali yo'llarini ko'rsatib berish ham psixologiyaning vazifasidir.

2. Psixologiya fanining predmeti haqidagi tasavvurlar taraqqiyotining asosiy bosqichlari.

Psixologiya tashqi olamni faol ravishda sezgilar, idrok, tafakkur, hissiyot va boshqa shaklda aks ettiruvchi psixik jarayonlar va psixik xodisalar haqidagi fandir. Ko'p asrlar davomida psixologiya tavsifiy bilimlar sohasi sifatida shakllandi.

Qadimgi zamonlardan boshlab ijtimoiy hayot ehtiyojlari har bir kishidan boshqa kishilarning psixologik xususiyatlarini, ularning xarakterlarini, xulq-atvorini o'rganishni va hisobga olishni taqozo qilgan. Hayot davomida boshqalarning xulq-atvorini kuzatish, ulardan amalda foydalanishga intilish jarayonida kishi ruhiy olamida (psixikasida) ko'p tushunarsiz, ba'zan sirli xodisalarga duch kelganlar. Bunday xodisalar jonning ishi deb tushunilgan. Ularning tasavvuricha, jon o'z mohiyatiga ko'ra o'lmas, boqiy, ko'rinmas, hidsiz, ilohiy (xudo tomonidan berilgan) xususiyatdir. Tana jon uchun vaqtinchalik joy. Jon tanadan chiqib ketishi, qaytib kelishi mumkin, jon tanani boshqaradi deb hisoblaganlar. Kishilar hayotida uchraydigan (masalan, tush ko'rish, alahsirash, jahl, o'lim va h. k.) xodisalar jonning faoliyati va xususiyati bilan tushuntirilgan. Masalan, tush ko'rish - jonning tanada chiqib ketishi va boshqa jonlar bilan uchrashishi, o'lim - jonning qaytib kelmasligi bilan tushuntirilgan. Jonning o'zini turlicha tasavvur qilganlar. Gretsiyalik mutafakkirlardan Geraklit (eramizdan oldingi VI asr) jonni "uchquncha"dan, Demokrit (eramizdan oldingi V asr) "olov atomi"dan iborat deb hisoblaganlar. Shu bilan birga tabiatni o'rganish, aniq va tibbiy fanlardagi rivojlanish, kishi tanasi tuzilish haqidagi bilimlarning boyishi natijasida psixika (jon) haqidagi bilimlar ham ilmiylashib borgan. Eramizdan oldingi VI asrda yashab o'tgan grek vrachi Alkmeon anatomiya hamda tibbiyot sohasidagi tajribalarga asoslanib, psixikaning organi MIYA degan fikrni ilgari surdi. Keyinchalik ko'pchilik olimlar (shu jumladan Aristotel ham) psixikaning asosiy organi yurak bo'lsa kerak degan fikrni himoya qilganlar. "Medisina fanining otasi" Gippokrat (eramizdan oldingi V asr) temperament haqidagi (sharqda temperament "mijoz" deb yuritilgan) ta'limotni yaratdi. Ularning fikricha kishi temperamenti kishi tanasidagi "sharbatlar" (suyuqliklar) aralashmasi va ularning nisbati bilan tushuntirilgan. Shunday qilib psixikani ilmiy tushunishda ilmiy tushunishga katta qadam qo'yilgan.

Ko'pchilik adabiyotlarda psixologiya fanining asoschilaridan biri ("otasi") makedoniyalik mutafakkir Aristotel (eramizdan oldingi IV asr) deb ko'rsatiladi. Aristotel jonning rivojlanishi tirik tabiatning rivojlanishi bilan muvofiq boradi degan g'oyani ilgari surdi va himoya qildi. Unga qadar jon va tirik tana ikki xil narsa deb qaralar edi. Aristotel jon va tananing birligi haqidagi g'oyani maydonga tashladi. U psixika haqidagi fikrlarini "Jon haqida" nomli risolasida aks ettirdi. Bu risola psixologiya fani sohasida maxsus yozilgan birinchi asar hisoblanadi. Aristotel tomonidan yoritilgan sezgilar, ularning turlari, assosiasiyalar haqidagi fikrlar bugungi kunda ham o'z dolzarbligini yo'qotgani yo'q.

Eramizdan oldingi II asrda rimlik vrach Galen fiziologiya va medisina sohasida erishilgan yutuqlarni umumlashtirib, psixikaning fiziologik asoslari haqidagi tasavvurlarni birmuncha boyitdi.

XVII asr biologik va psixologik bilimlar taraqqiyotida yangi davrni ochib berdi. Tana va jonni tushunish sohasida tubdan o'zgarishlar yuz berdi. Inson tanasi mashinaga o'xshatiladi. Tana ham mashina singari ishlaydi deb qaraladi. Buyuk fransuz mutafakkiri Dekart hatti-harakatlarning reflektor ("refleks" so'zi fransuz tilidan kirib kelgan bo'lib "aks ettirish" degan ma'noni anglatadi) xarakteri haqidagi g'oyani ilgari surdi.

XIX -XX asrga kelib barcha fanlar sohasida (ayniqsa biologik va aniq fanlar) erishilgan yutuqlar ta'siri ostida psixologiya fanida, psixikani tushunishda juda katta o'zgarishlar ro'y berdi.

XIX - XX asrda psixologiya mustaqil, eksperimental fan sifatida rivojlandi. Bunga tabiiy fanlar sohasida, ayniqsa biologiya, sezgi organlari fiziologiyasi, psixofizika va psixofiziologiya, oliy nerv faoliyati fiziologiyasining rivojlanishi, hamda psixologiyaga pedagogika, medisina, ishlab chiqarishning talabining kuchayishi sabab bo'ldi.

Psixologiyaning fan sifatida rivojlanishi tarixini to'rt bosqichga bo'lish mumkin:

I. Psixologiya jon, ruh haqidagi fan sifatida. Psixologiyaga bundan 2500 yil avval shunday ta'rif berilgan. U davrda inson hayotidagi ko'plab tushunarsiz voqyealarni jon, ruh va uning xususiyatlariga bog'lab tushuntirishga uringanlar.

II. Psixologiya ong haqidagi fan. Tabiiy fanlarning rivojlanishi ta'siri ostida XVII asrda paydo bo'ldi. Kishining fikrlash, his qilish, istaklarining namoyon bo'lishini ong deb atadilar. Psixologiya fanining eng asosiy tadqiqot metodi o'z-o'zini kuzatish va tahlil qilish hisoblangan.

III. Psixologiya xulq-atvor haqidagi fan sifatida XX asrda shakllangan bo'lib, psixologiyaning asosiy vazifasi bevosita kuzatish imkoniyati bo'lgan psixik xodisalar, ya'ni kishining xulq-atvori, harakatlari, reaksiyasi kabilarni o'rganish hisoblangan. Kishining hatti-harakatlari ostida yotgan motivlar hisobga olinmagan.

IV. Psixologiya psixik faktlarni, psixik xodisalarning mexanizmlari va qonuniyatlarini o'rganuvchi fan sifatida. Hozirgi zamon psixologiya fani psixologiyaning fan sifatida rivojlanishi, falsafa, tabiiy va tibbiy fanlar, aniq fanlar sohasidagi ko'plab boy tajribalarga asoslanib shakllangan.

Sharq mutafakkirlarining falsafiy va psixologik qarashlari

Abu nasr Forobiyning psixologik qarashlari. Abu nasr Forobiy Yaqin va o'rta Sharqda ilg'or ijtimoiy-falsafiy oqimning asoschilaridan biri bo'lib, «Sharq Aristoteli» degan unvonga sazovor bo'lgan mashhur mutafakkir. Forobiy (873-950) dunyoqarashining asosi, ya'ni dunyoning tuzilishi haqidagi fikrlar tashkil etadi. Uning dunyoqarashidagi asosiy maqsadlardan biri ilmiy-falsafiy usulning mustaqilligini nazariy jihatdan asoslab berishga, uning inson tafakkuriga, aqliy bilimiga asoslanganligini isbotlashga intilishdir.

Forobiy bilishning ikki shakli, bosqichini - hissiy va hayoliy, aqliy bilishni bir-biridan farqlaydi. U sezgi roliga to'xtalib, besh turga bo'ladi:

Forobiy sezgini bilishning manbai deb hisoblagan, uning qarashlari Aristotelning «sezmagani odam hech narsani bilmaydi ham, tushunmaydi ham» degan qarashlariga o'xshab ketadi.

Forobiy inson (ruh) jonining bir tandan boshqasiga o'tib, ko'chib yurishi mumkinligini inkor etadi va uni balki tan kabi individual «substasiyasining birligi» sifatida tushunadi. Uning fikri izchil emas edi. Bunday ikkilanish Aristotelga ham xos bo'lgan.

Forobiyning ruhiy jarayonlar, ularning bilish va mantiq tizimi haqidagi ta'limoti o'rta asrlar falsafasining katta yutug'i edi.

Al Xorazmiyning psixologik qarashlari. Abu Abdulloh al Xorazmiyning dunyoqarashining muhim tomoni, uning keng bilimi, ilmning ko'p jabhalari masalalarini tushunishga obyektiv yondoshishga qaratilgan. Xususan. Uning tib, odam anatomiyasi va fiziologiyasi sohasidagi bilimi hissiy sezgining moddiy asoslarini qidirishga yordam beradi. «Shaxsiy ruh - u miyada bo'lib, undan badan a'zolariga asab orqali tarqaladi» deydi. o'rta asr sharq peripatetiklari uchun aql bilimning yana bir manbaidir. Ular aqlni ikki turga - tug'ma va orttirilgan aqlga ajratishadi. Xorazmiy aqlni odam nafslarining kuchlaridan biri deb hisoblab, yuqorida qayd etilgan uch turga bo'ladi.

Umuman olganda, Abu Abdulloh al Xorazmiyning psixologik falsafiy qarashlari o'z davri ilmiy dunyoqarashining rivojiga katta hissa qo'shgan.

Abu Ali ibn Sinoning psixologik falsafiy qarashlari. Abu Ali ibn Sinoning (980-1037) psixologik falsafiy qarashlari, ilmlar tasnifi, ta'rifi va tarkibi haqidagi fikrlari uning «Tib qonunlari» asarida inson fiziologiyasi va psixologiyasi asosida talqin etiladi. Ibn Sino sezgini tashqi va ichki sezgilarga ajratadi. Tashqi sezgi insonni tashqi olam bilan bog'laydi, ular 5 ta: ko'rish, eshitish, ta'm - maza bilish, hid va teri sezgisi. Bular insonning ma'lum organlari - teri, ko'z, og'iz, burun va quloq bilan uzviy bog'liq.

Ichki sezgilar - bu umumiy, chunonchi, tahlil etuvchi, ifodalovchi, eslab qoluvchi (xotira), tasavvur etuvchi sezgilardir. Ibn Sino miyani barcha sezgilardan boruvchi nervlar markazi, umuman inson nerv sistemasining markazi ekanligi haqidagi ta'limotni olg'a surgan. Inson tana va jondan tashkil topadi, miya insonni boshqarib turuvchi markazdir.

Ibn Sinoning ilmiy psixologik falsafiy fikrlari noyob oltin xazina bo'lib hisoblanadi.

Abu Rayhon Beruniyning falsafiy va psixologik qarashlari. Abu Rayhon Beruniyning (973-1043) fikricha inson hayvondan aql bilan farq qiladi. Lekin insonning hayvondan tubdan farq qiladigan bu xususiyati qanday bo'lganligini tushuntirganda xudoga murojaat qilib, insonni xudo azaldan shunday yaratgan deydi.

Beruniyning ruhiy va moddiy ehtiyojlarning roli haqidagi fikri o'sha davr uchun nihoyatda qimmatli fikr edi. U jamiyat yuzaga kelishida kishilarning moddiy ehtiyojlari rolini ko'ra oladi.

Beruniyning fikricha, aql, mehnat, erkin tanlash insonning hayotini va ijtimoiy holatini belgilaydi. Inson o'z ehtiyojlarini mehnat tufayli qondiradi deydi.

3. Psixologiya fanining tarmoqlari va boshqa fanlar bilan aloqasi.

Psixologiya fanining tarmoqlari. Psixologiya fanining alohida tarmoqlarini farqlash avvalo ishlab chiqarishdagi inson faoliyati kechadigan sohalar va ularning vazifalaridan kelib chiqadi. Hozirgi davrga kelib psixologiyani inson shaxsi haqidagi eng muhim fanlardan biri sifatidagi ahamiyatini hamma tan olmoqda. Inson shaxsining esa bevosita kirib bormagan sohasini topish qiyin. Psixologiya iqtisod, pedagogika, falsafa, mantiq, sosiologiya va boshqa ijtimoiy-gumanitar fanlar bilan aloqador fan hisoblanadi. Chunki hamma sohada inson shaxsi faoliyat ko'rsatar ekan, har bir sohada ishni samarali tashkil etish, olib borish uchun kishilar psixologiyasini, shaxslararo munosabatlar psixologiyasini, odamlarning turli vaziyatlardagi xulq-atvor normalarini bilish va shunga ko'ra ish olib borish muhimdir. Shuning uchun hozirgi davr mutaxassislari psixologik bilimlardan boxabar bo'lishlari lozimdir.

Psixologiya fanining 300 dan ortiq tarmoqlari fan sifatida rivojlanayotganligi hozirgi kunda psixologiya fanlar tizimida yanada mustahkamlanayotganligidan dalolat beradi: masalan,

- *umumiy psixologiya* — psixik faoliyatning umumiy qonuniyatlari va ularning o'ziga xos jihatlarini o'rganadigan maxsus sohasi;
- *pedagogik psixologiya* — kishiga ta'lim va tarbiya berishning psixologik qonuniyatlarini o'rganishni o'z predmeti deb biladi;
- *yosh davrlari psixologiyasi* — turli yoshdagi odamlarning tug'ilgandan to umrining oxirigacha psixik rivojlanish jarayonini, shaxsning shakllanishi va o'zaro munosabatlari qonuniyatlarini individning yoshiga mos tarzda o'zgarishi tamoyillarini o'rganadi;
- *ijtimoiy psixologiya* — odamlarning jamiyatdagi birgalikdagi ish faoliyatlari natijasida ularda hosil bo'ladigan tasavvurlar, fikrlar, e'tiqodlar, hissiy kechinmalar va xulq-atvorlarini o'rganadi;
- *yuridik psixologiya* — huquq sistemasining amal qilishi bilan bog'liq masalalarning psixologik asoslarini o'rganadi;
- *mehnat psixologiyasi* — kishi mehnat faoliyatining psixologik xususiyatlarini, mehnatni ilmiy asosda tashkil etishning psixologik jihatlarini, qonuniyatlarini o'rganadi;

- *muxandislik psixologiyasi* — avtomatlashtirilgan boshqaruv sistemalari operatorining faoliyatini, *odam — texnika* o'rtasida funksiyalarni taqsimlash va muvofiqlashtirishning xususiyatlarini o'rganadi;

- *harbiy psixologiya* — kishining harbiy harakatlar sharoitida namoyon bo'ladigan xulq-atvorini, zobitlar bilan oddiy askarlar o'rtasidagi munosabatlarning psixologik jihatlarini o'rganadi;

- *savdo psixologiyasi* — jamiyatda tijoratning psixologik shart-sharoitlari, ehtiyojning individual, yoshga, jinsga oid xususiyatlarini, haridorga xizmat ko'rsatishning psixologik omillarini aniqlaydi. Bu sohadan ajrab chiqqan, modalar psixologiyasi inson didi va uning xulqda aks etishi kabi qator masalalarini o'rganadi;

- *tibbiyot psixologiyasi* — shifokor faoliyati psixologiyasini, bemor xulq-atvorining psixologik jihatlarini o'rganadi.

Shuningdek psixologiyada etnopsixologiya, oilaviy hayot psixologiyasi, boshqaruv psixologiyasi, shaxs psixologiyasi, sport psixologiyasi, psixodiagnostika, siyosiy va tashkiliy psixologiya kabi boshqa ko'plab sohalari mavjudki, ularning har biri jamiyatdagi real ehtiyojlar va ularni qondirishda psixologiyaning fan sifatidagi o'rni va maqsadidan kelib chiqadi.

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 taqozo etadi. Bular birinchi navbatda ijtimoiy-gumanitar fan sohalari bo'lib, psixologiyaning ular orasidagi mavqeyi o'ziga xos va yetakchidir.

1. *Falsafa va psixologiya* aloqasi bu ikkala fanning inson va uning hayoti mohiyatini to'la anglash va uning rivojlanish tendensiyalarini belgilashdagi o'rni va ahamiyatidan kelib chiqadi. Tabiat, jamiyat va inson tafakkurining rivojlanishiga oid bo'lgan umumiy qonuniyatlar va prinsiplarni psixologiya falsafaning bazasidan oladi va shu bilan birga o'zi ham inson ongi va tafakkuri qonuniyatlari sohasidagi yutuqlari bilan falsafani boy ma'lumotlarga ega bo'lishiga yordam beradi. *Sosiologiya* fani ham yangicha ijtimoiy munosabatlar sharoitida o'z taraqqiyotining muhim bosqichiga o'tgan ekan, psixologiya ushbu fan erishgan yutuqlardan ham foydalanadi, ham ularning ko'лами kengayishiga baholi qudrat xizmat qiladi. Ayniqsa, psixologiyadan mustaqil ravishda ajralib chiqqan, bugungi taraqqiyot davrimizda alohida ahamiyat kasb etgan ijtimoiy psixologiyaning sosiologiya bilan aloqasi uzviy bo'lib, ular jamiyatda ijtimoiy taraqqiyot va progressni ta'minlash ishiga xizmat qiladi.

2. *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. Respublikamizda amalga oshirilayotgan yangi «Ta'lim to'g'risidagi Qonun» hamda «Kadrlar tayyorlashning milliy Dasturi»ni amalga oshirish ham ikki fan hamkorligi va o'zaro aloqasini har qachongidan ham dolzarb qilib qo'ydi. Milliy dasturda e'tirof etilgan yangicha modeldagi shaxsni kamol toptirish, uning chuqur

bilimlar sohibi bo'lib yetishishi, barkamolligini kafolatlovchi shart-sharoitlar orasida yangi pedagogik texnologiyalarini ta'lim va tarbiya jarayonlariga tadbiq etishda pedagogikaning o'z uslub va qoidalari yetarli bo'lmaydi. Shuning uchun ham psixologiya u bilan hamkorlikda yosh avlod ongining ta'lim olish davrlaridagi rivojlanish tendensiyalaridan tortib, toki yangicha o'qitish texnologiyalarini bola tomonidan o'zlashtirilishi va undagi aqliy hamda intellektual qobiliyatlarga nechog'lik ta'sir ko'rsatayotganligini o'rganish asosida ta'lim-tarbiya ishini tashkil etish psixologiyadagi metodlarni didaktik metodlar bilan uyg'unlashtirishni taqozo etadi.

3. *Biologiya, fiziologiya, ximiya, fizika va b. q.* psixik xodisalar va jarayonlarning tabiiy fiziologik mexanizmlarini tushunish va shu orqali ularning kechishi qonuniyatlarini obyektiv o'rganish uchun material beradi. Ayniqsa, bosh miyaning hamda markaziy asab sistemasining psixik faoliyatlarini boshqarishda va ularni muvofiqlashtirishdagi rolini e'tirof etgan holda psixologiya fani tabiiy fanlar erishgan yutuqlar va ulardagi tadqiqot uslublaridan omilkorona 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 (miya assimetriyasi qonunlari, miya bioritmlarini yozib olish, neyrodinamik xodisalarni aniqlash, qon aylanish va tana haroratini o'lchash metodlari) o'z o'rnida foydalanadi va biologiya, anatomiya, fiziologiya, neyrofiziologiya kabi fanlarning shu kungacha erishgan yutuqlaridan foydalanadi. Shuning uchun tabiiy fanlar sohasida erishilgan barcha yutuqlar psixologiyaning predmetini mukammalroq yoritishga o'z hissasini qo'shgan. *Kibernetika* fani sohasidagi yorishilgan 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, axborot asri bo'lgan XX va har bir alohida ma'lumotning qadr-qimmatini oshishi ko'tilayotgan XXI asrda informasion texnologiyalar va modellashtirish borasida psixologiya hamda kibernetika hamkorligining salohiyati yanada ortadi.

4. *Iqtisodiyot bilan psixologiyaning* o'zaro aloqasi va hamkorligi ham yangilik bo'lib, ayniqsa, bozor munosabatlariga bosqichma-bosqich o'tish sharoitida iqtisodiy ong hamda iqtisodiy xulqning o'ziga xos namoyon bo'lish qonuniyatlarini o'rganishda ikkala fan teng xizmat qiladi. Shaxsini tarbiyalash va uning jamiyatga moslashuvi masalasida psixologiya iqtisodiyot fanida qo'lga kiritgan yutuqlar, yangiliklar va iqtisodiy samaraga erishish omillarini hisobga olsa, iqtisodiyot o'z navbatida iqtisodiy islohotlarning obyekti hamda subyekti bo'lmish inson omilidagi barcha psixologik o'zgarishlarni aniqlash, tahlil qilish va shu asnoda bashorat qilish vazifasini yechishi kerak.

Yuqorida ta'kidlangan fan tarmoqlari psixologiya bevosita uzviy aloqada rivojlanadigan fanlarning asosiy qismi xolos. Bugungi kunda har bir fan rivoji uchun inson omilini hisobga olish zarur ekan, psixologiya o'sha barcha fanlar bilan aloqada va hamkorlikda rivojlanadi. Bu tibbiyot, qishloq ho'jaligi, kimyo

va oziq-ovqat ishlab chiqarish sanoati, xuquq va madaniyatshunoslik kabi o'nlab fan sohalaridir.³

4. Psixologiya fanining metodlari.

Ma'lumki, har qanday fan o'zining predmetining mohiyatini yoritish va materiallar to'plash uchun maxsus usullar va vositalardan foydalanadi va ular fanning **metodlari** deb yuritiladi. Psixologiyaning ilmiy tekshirish metodlari xilma-xildir. Shu bilan birga, ularni klassifikasiya qilish ham turlichadir. Biz mashhur rus psixologi B. G. Ananyev tomonidan tavsiya qilingan metodlarni sanab o'tishga harakat qilamiz. U tekshirish metodlarini to'rt guruhga bo'ladi:

Tadqiqot ishlarining birinchi – tashkiliy guruhi o'z ichiga qiyoslash, longityud (uzluksiz), kompleks (ko'pyoklama) deb atalgan turlarni oladi.

Tadqiqot metodlarining ikkinchi guruhi empirik metodlardan iborat bo'lib, unga kuzatish, eksperiment, test, anketa, so'rov, sosiometriya, suhbat, intervyu, faoliyat jarayoni va uning mahsulini tahlil qilish, biografik kabilar kiradi.

Tadqiqot metodlarining uchinchi guruhiga statistik (miqdor) va psixologik (sifat) metodlari kirib, ular olingan natijalarni qayta ishlashga mo'ljallangandir.

Ilmiy tadqiqot metodlarining to'rtinchi – sharhlash guruhi genetik va donalash metodlaridan iboratdir.

Umuman psixologiyaning va uning har bir alohida tarmoqlarining o'ziga xos metodlari bor. Ular ijtimoiy xulq va alohida individ ichki dunyosini kompleks tarzda o'rganish imkonini beradi. Gap shundaki, ularni o'z vaqtida va professional tarzda qo'llay bilish va olingan natijalardan to'g'ri xulosalar chiqara olishdir.

Mavzu yuzasidan test savollari:

1. Psixologiya fani nimani o'rganadi?

- A) odamlarning ruhiy xususiyatlarini
- B) tirik mavjudotlarning o'z tanasidan va tashqi muhitdan kelayotgan qo'zg'atuvchilarga bergan javoblari
- C) kishilar ongini
- D) psixikani, psixikaning zohir bo'lish mexanizmlarini va qonuniyatlarini

2. Psixika va uning namoyon bo'lish shakllari:

- A) psixik jarayonlar, psixologik xolatlar, shaxsning temperamenti;
- B) psixik jarayonlar, psixologik xolatlar, shaxs xarakteri;
- C) psixik jarayonlar, psixologik xolatlar, kobiliyat;
- D) psixik jarayonlar, psixologik xolatlar, shaxs xususiyatlari.

3. Psixik jarayonlarga nimalar kiradi?

- A) sezgilar, idrok, emotsiyalar, xarakter, iktidor;
- B) sezgilar, idrok, xotira, tafakkur, xayol, nutq, diqqat;
- C) sezgilar, idrok, tafakkur, emotsiyalar, temperament, diqqat, nutq;
- D) sezgilar, idrok, xotira, tafakkur, diqqat, nutq, qobiliyat.

³ Karimova V. , Akramova F. Psixologiya. Ma'ruzalar matni. – T. , 2002, 10-11 b

4. SHaxs psixologik xolati nimalarda ifodalanadi?

- A) emotsiyalar, e'tiqod, iroda, qiziquvchanlik, tetiklik, apatiya, bardamlilik, ishonchlilik;
B) emotsiyalar, e'tiqod, iroda, mas'uliyat, tetiklik, apatiya, bardamlilik, ishonchlilik;
C) emotsiyalar, e'tiqod, iroda, qiziquvchanlik, iqtidor, apatiya, bardamlilik, ishonchlilik;
D) emotsiyalar, e'tiqod, iroda, qiziquvchanlik, tetiklik, aqliy salohiyat, bardamlilik, ishonchlilik

5. Javoblar orasidan tadqiqot metodlarining tashkiliy guruhiga kiradiganlaridan birini toping.

- A) kuzatish, B) eksperiment, C) qiyoslash, D) sotsiometriya

6. Psixologiya sohasida birinchi kitobni («Ruh haqida») kim yozgan?

- A) Dekart, B) Gippokrat, C) Pavlov I.P, D) Aristotel

7. 19 asrning oxirida Leypsigda retseptorlar ta'sirining xususiyatlarini o'rganishga bag'ishlangan ilmiy laborotoriya ochildi. Uni kim ochgan?

- A) N.Lange, B) V.Vundt, C) SHtern, D) Tideman

8. 20 asrda AQSHda keng tarqalgan metodlardan birini dastlab S.Xoll qo'llagan edi. Bu qaysi metod?

- A) o'z-o'zini kuzatish, B) so'rash-suhbat, C) tabiiy eksperiment, D) ob'ektiv kuzatish

9. «Bosh miya reflekslari» (1863) nomli asarni kim yozgan?

- A) A.P.Pavlov, B) A.A.Uxtomskaya, C) I.M.Sechenov, D) S.Korsakov

10. Shaxsning guruhlarda ruhiy hayotini, shaxslararo munosabat va muloqot qonuniyatlarini o'rganadigan psixologiya fanining tarmog'i qanday ataladi?

- A) mehnat psixologiyasi, B) muhandislik psixologiyasi, C) pedagogik psixologiya, D) ijtimoiy psixologiya

11. Shaxsning guruhlarda ijtimoiy o'rnini aniqlashda qaysi metoddan foydalanish maqsadga muvofiq?

- A) Test , B) eksperiment, C) suhbat, D) sotsiometriya

2 -MAVZU: PSIXIKA VA ONGNING TARAQQIYOTI.

Aniqlashtirilgan o'quv maqsadlari. Talaba bu mavzuni to'la o'zlashtirgandan so'ng:

- Psixikaning nerv-fiziologik asoslarini biladi;
- Ongning ahamiyatini tushuntiradi;
- Tropizm turlarini sanaydi;
- Psihika va ong o'rtasidagi farqlarni tushuntiradi;
- Sinkveyn (ma'lumotlarni yig'ish) strategiyasini qo'llaydi.

Tayanch so'z va iboralar:

psixika, ong, tropizm, seskanuvchanlik, instinktlar, bilish, ko'nikmalar, hayvonlarning intellektual harakatlari, psixikaning nerv-fiziologik asoslari, psixik jarayonlar, psixik holatlar, psixik funksiyalar, psixik xodisalar.

Asosiy savollar:

1. Psixika va uning taraqqiyoti.
2. Psixika va ong.
3. Psixikaning nerv-fiziologik asoslari

1. Psixika va uning taraqqiyoti.

Psixik jarayonlar miyaning alohida xossasi bo'lib, faqat miyaning faoliyatiga bog'liq xolda ruy beradi. Odam bosh miyasi yuksak darajada tashkil topgan materiya bo'lib, psixika esa ana shu materiyaning mahsuli, uning funksiyasidir. Psixika va ong birdaniga paydo bo'lmagan, balki uzoq tarixiy evolyutsiya natijasida shakllanib, o'sib, takomillashib borgan. Dastlab yerda hayot paydo bo'lganda bir xo'jayrali hayvonlar vujudga kelgan. Ularga psixik prosesslardan seskanuvchanlik xos bo'lgan. Sekin – asta uzoq evolyutsiya natijasida hayvonlarning takomillashib borishi natijasida ularning nerv sistemasi va bosh miyasi ham o'sgan. Miyaning rivojlanishi esa turli psixik prosesslarni vujudga keltirgan.

Psixikaning paydo bo'lishi materiyaning uzoq taraqqiyoti bilan tushuntiriladi. Jamiki materiya, jonsiz anorganik materiyadan tortib, to materiyaning yuksak hamda murakkab shakli - inson miyasigacha moddiy olamning umumiy xususiyati bo'lmish aks ettirish xususiyatiga, ya'ni ta'sirlarga javob qaytarish qobiliyatiga ega. Aks ettirish shakllari materiyaning yashash shakllariga bog'liqdir. Jonsiz tabiatda harakat jism yoki moddalarning o'zaro mexanik, fizik yoki ximiyaviy munosabatlari tarzida nomoyon bo'lishi mumkin. Masalan, suvning daryo qirg'oqlarini, qoyalarni yuvishi va yemirishi, quyosh nurining oynadan aks etishi (sinib qaytishi). Tirik materiyaga o'tishda harakatning shakllari sifat jihatdan o'zgaradi. Tirik materiyaga aks ettirishning biologik shakllari xosdir. Tirik materiyada aks ettirishning yangi shakli - psixik aks ettirish paydo bo'ladi. Materiyaning evolsiyasida jonsiz materiyadan jonli materiyaga o'tishni turli nazariyalar turlicha tushuntiradilar. Shular orasidan akademik A. I. Oparin tomonidan ilgari surilgan nazariyani kursatib o'tish

mumkin. Oparin gipotezasiga muvofiq, bundan taxminan 2 milliard yillar muqaddam atmosferada kislorod ajralib chiqqan. Bu organik moddalarda fotoximik reaksiya va fotosintez jarayonlarning yuzaga kelishiga sabab bo'lgan. Oqibatda *koaservatlar* deb atalgan faol oqsil molekulalari paydo bo'lgan. Koaservatlarda hayotning asosiy belgilari - assimilyasiya va dissimilyasiya jarayonlari paydo bo'lgan. Koaservatlar tashqi muhitdagi "ozuqa" moddalarni tanlab o'zlashtirganlar. Ular yashash uchun zarur bo'lgan (biotik) moddalarga ma'lum darajada *seskanish* bilan javob berganlar va hayot faoliyati uchun bevosita kerak bo'lmagan (abiotik) moddalarga nisbatan indifferent (befarq) munosabatda bo'lganlar.

Seskanuvchanlik va tropizmlar

Biz yuqorida ko'rib o'tgan seskanuvchanlik o'simliklardan tortib hayvonlargacha mavjud. *Seskanuvchanlik tirik organizmlarning biologik ahamiyatga ega bo'lgan (biotik) ta'sirlarga javob qaytarish qobiliyatidir.* Sodda, bir xo'jayrali tirik organizmlardayoq elementar seskanuvchanlik xususiyati bo'lib, ular tashqi muhit ta'siriga harakat bilan javob qaytaradilar. Biotik faktorlarga maxsus harakatlar bilan javob qilish usullariga ***tropizm yoki taksislar*** deb ataladi. Tropizmlar har xil bo'ladi: fototropizm - tirik organizmning yorug'lik ta'siri ostida harakatga kelishi; termotropizm - tirik organizmning issiqlik ta'siri ostida harakatga kelishga moyilligi; xemotropizm - tirik organizmning ma'lum fizik-ximiyaviy muhitni tanlab olishga bo'lgan moyilligi; topotropizm - tirik organizmning mexanik qo'zg'atuvchi ta'siri ostida harakatga kelishi va x. k. O'simliklar olamida aks ettirishning biologik shakli faqatgina tropizmlardan iborat.

Hayvonlarda ta'sirlanishning yangi turi - ***sezuvchanlik*** yuzaga kelgan. Seskanuvchanlikdan sezuvchanlikka o'tish boshqacha hayot tarixi bilan bog'liqdir. A. N. Leontyevning gipotezasiga ko'ra, sezuvchanlik "genetik jihatdan qaraganda, muhitning organizmni boshqa ta'surotlar bilan bog'lovchi, organizmni muhitda mo'ljal olishga yerdam beruvchi, signallik vazifasini o'tovchi ta'sirlarga javob ta'siridan bo'lak narsa emas".⁴ Yuksak tashkil topgan hayvonlarda sezuvchanlik taraqqiy etadi, sezgi organlari (a'zolari) tarkib topadi. Narsalarning aslida befarq, ya'ni organik ehtiyojlarni qondirmaydigan belgilari (hidlari, shakllari, ranglari) signallik ahamiyatiga ega bo'ladi. Shu sababdan hatto eng sodda hayvon ham ma'lum sharoitda faqat biotik qo'zg'atuvchilarga emas, balki ayni shu konkret vaziyatda biotik qo'zg'atuvchining paydo bo'lganidan signal beruvchi abiotik, indifferent qo'zg'atuvchilarga ham javob bera boshlashi mumkin. Yashash usulining o'zgarishi bilan ko'p xo'jayrali organizmlarda tanalarining tuzilishi ham murakkablashib boradi, ma'lum turdagilarni aks ettiruvchi maxsus organlar - sezgi organlari rivojlanadi, aks ettirish shakllari ham anchagina murakkablashadi.

Nerv sistemasi taraqqiyoti sezgi nerv sistemasi taraqqiyoti, sezgi organlarning taraqqiyoti shu bilan birga hayvonlarning hayot kechirishi tarziga

⁴ Leont'ev A.N. Problemi razvitiya psixiki .-M., MGU,2000. s. 56 b

moslashuvchanlik, ijro qiluvchanlik bilan birga, axborot olish jarayonida bevosita ishtirok etadigan harakat organlari bilan mustahkam bog'langandir.

Hayvonlar olamida aks ettirishning turli xildagi barcha shakllari orasidagi umumiylik va ularning hatti-harakatlarining mexanizmlarini hisobga olgan xolda hayvonlarning *instinktiv harakatlari*, *ko'nikmalar* va *aqliy (intellektual) hatti-harakatlari* farqlanadi. **Instinktlar.** Instinktlar hayvonlar hatti-harakatlarining murakkab, tug'ma shaklidir. Masalan: qushlarning in yasashda cho'p, loy tanlashi, o'rgimchaklarning to'qish san'ati. Asalari o'z kataklarida go'yo puxta hisob qilib turganday, aniq reja bilan ko'radi. Bundan tashqari asalarilarda bir-birini xabar berish qobiliyati mavjud. Instinktlar bir qator moslashuv harakatlari tizmasidan iborat. Bir harakatning tugallanishi boshqa harakatni vujudga keltiradi. Instinktiv harakatlar yuzaki kuzatganda o'zining "maqsadga muvofiqliligi" bilan kishini hayratda qoldiradi. Biroq bu "maqsadga muvofiq hatti-harakatlarda maqsadni anglashni uchratmaymiz. Instinktlar ma'lum tashqi qo'zg'atuvchi(lar)ning ta'sir ko'rsatishiga javob tariqasida yuzaga keladi. Instinktiv hatti-harakat deyarli o'zgarmaydi, lekin bu harakatning bironta muhim qismi o'zgarib qolsa, u har gal maqsadga muvofiqligini yo'qotadi. Masalan, agar asalarilarning asal saqlash uchun yasalgan uyalarini orqa tomonidan qirqib qo'yilsa (ya'ni tagi teshib qo'yilsa), bunday holda asalari ma'lum miqdordagi asalni tagi teshik uyaga solib, garchi asal uyaning tagidan allaqachon oqib ketgan bo'lsa ham, uyaning og'zini ustki tomondan mum bilan berkitib quya beradi. Harakatlarning instinktiv shakllari faqat doimiy sharoitlardagina maqsadga muvofiqdirlar. Shuni qayd qilib qilib o'tish kerakki, garchi ma'lum instinktlar bir turdagi barcha organizmlarga xos bo'lsa ham, lekin ularni amalga oshirish alohida organizmlarda biroz boshqacharoq bo'ladi. Instinktiv hatti-harakatlarning ana shunday nisbatan har xil tarzda amalga oshirilishi yashash sharoiti keskin o'zgargan xolda organizmlar turining saqlanib qolishiga imkon beradi.

Ko'nikmalar. Yuksak taraqqiy etgan hayvonlarda, xususan sut emizuvchilarda hatti-harakatning yanada aninroq aks ettirishga yordam beruvchi yangi, ildamroq shakllari ko'proq rol uynaydi. Bular - ko'nikmalar (harakatning individual tarzda orttirilgan shakllari). Ko'nikma deganda hayvonlarda shartli bog'lanishlar asosida yuz beruvchi va avtomatik ravishda sodir bo'luvchi harakatlar tushuniladi. Instinktlar singari ko'nikmalar ham taraqqiyotning turli bosqichlarida uchraydi. Lekin yaqqol ifodalangan ko'nikmalarni faqat bosh miyaning po'stiga ega bo'lgan hayvonlardagina ko'rish mumkin. Hayvonlar ko'nikmalarining tarkibiga kiruvchi harakat elementlari hayvon mansub bo'lgan turning tajribasini qayta tiklovchi tug'ma harakatlardan ham takrorlash jarayonida mustahkamlangan tasodifiy harakat namunalaridan iborat bo'lmog'i mumkin. Hayvonlarda hosil qilingan (bo'lgan) ko'nikmalar sharoit murakkablashishi yoki o'zgarishi bilan o'zi ham o'zgarishi, yangi, o'zgartirilgan sharoitga ko'chishi mumkin. Ko'nikmalar bir-birlaridan muhim jixatdan farq qilishlari mumkin: bir holatda ko'nikmalar o'zlarining avtomatizmlariga ko'ra instinktlarga yaqinlashsalar, boshqa bir holatda intellektual harakatlarga yaqinlashadilar.

Hayvonlarning intellektual harakatlari. Ayrim narsalar o'rtasidagi murakkab munosabatlarning aks ettirilishi intellektual harakatlarning asosini tashkil qiladi. Yuksak darajada taraqqiy etgan hayvonlar narsalar o'rtasidagi munosabatlarni payqay oladilar va mazkur vaziyatga qarab, uning natijasini oldindan ko'ra olishadilar. Bunday harakatni aqliy harakat tipi deyish mumkin. Odamlar yuksak darajada taraqqiy etgan hayvonlar orasida primatlarni (odamsimon maymunlarni) alohida o'ringa qo'yadilar. Ularning faoliyatining aktivligi, buning ustiga ularda ko'zning yuksak darajada taraqqiy qilganligi ularning idrok doiralarini beqiyos ravishda kengaytiradi, tajriba boyliklarini nihoyatda oshirib yuboradi, ko'nikmalarning tarkib topishi hamda harakat shakllarining vujudga kelishi uchun boshqa hayvonlardagiga qaraganda baquvvat asosni yuzaga keltiradi. Maymunlar intellekti (akli) ularning murakkab masalalarni yecha olishlari bilan ajralib qolmay, balki ular faoliyatining yo'nalishi bilan ham xarakterlanadi. Maymunlar qo'llariga tushib qolgan narsalarni soatlar davomida mayda bo'laklarga ajratadilar, odamlarni har xil usullar bilan o'z qafaslari oldiga jalb qiladilar, yerda sudralib ketayotgan xashoratni kuzatib tura oladilar. Maymunlar xulq-atvoridagi bunday xususiyatlarning kelib chiqishiga ularning yashash usuli sabab bo'lgan. Boshqa hayvonlarga nisbatan maymunlarda harakatlarning taraqqiyot darajasi qo'l tipidagi oldingi oyoqlarning mavjudligi bilan ham bog'liqdir. "qo'l"ning mavjudligi tufayli maymunlar tevarak-atrofdagi narsalar bilan juda murakkab munosabatlarga kirishish imkoniyatiga egadir. Ma'lum sharoitlarda maymunlarda instinktiv shakllari ham nomoyon bo'ladi. Biroq taraqqiy etgan katta maymunlarning instinktiv harakatlari taraqqiyotning pastki bosqichidagi hayvonlarning instinktiv harakatlaridan jiddiy farq kiladi. Masalan uy qurish jarayonida maymunlar materialni analiz qilib ko'rar ekan. Instinklarda tashqi sharoit hisobga olinar ekan. Maymunlarda ko'nikma xosil qilishning ham o'ziga xosligi bor. Agar past darajada rivojlangan hayvonlarda ko'nikma tez shakllantirilsa, maymunlarda bu jarayon biroz murakkab kechadi. Maymunlarning "qiziquvchanligi" natijasida ularning diqqatini ko'pincha biror harakat va obyektga qaratish, tuplash qiyin.

2. Psixika va ong.

Ko'pincha biz psixika bilan ongni bir ma'noda ishlatamiz. Bu to'g'ri. Chunki psixikaning yuksak shakli ong bo'lib hisoblanadi. Lekin psixika insonlarga ham, hayvonlarga ham xosdir, ong esa faqat insonlarga xos xususiyatdir.

Obyektiv borliq inson miyasida turli xil darajada aks etadi. Ong psixikaning eng yuksak darajasi bo'lib, u faqat insongagina xosdir. Ong ijtimoiy-tarixiy sharoitda, mehnat faoliyatida boshqa odamlar bilan til yordamida munosabatda bo'lishi natijasida shakllangan. Ontogenetik taraqqiyot jarayonida ham ong ijtimoiy muhit ta'siri ostida faoliyat va muloqot jarayonida shakllanadi.

Psixologiya fanida "ong" tushunchasi bilan bir qatorda "ongsizlik", "ong osti" tushunchalari ham o'rganiladi va tahlil qilinadi. Ongsizlik psixikaning

quyi darajasi bo'lib, bunda qilinayotgan ishlarga hisobat berilmaydi, xulq-atvor va hatti-harakatlar ongli ravishda boshqarilmaydi. Ongsizlik sohasiga quyidagi psixik xodisalarni kiritish mumkin: uyqu holatidagi xodisalar (tush ko'rish); ilgari ongli bajarilgan, ammo ko'p takrorlanishi natijasida avtomatlashib ketgan hatti-harakatlar; faoliyatga undovchi, ammo anglanmaydigan mayllar va h. k. Kasal odam psixikasida yuzaga keladigan ba'zi patologik holatlar ham ongsizlik xodisalari jumlasiga kiradi: alahlash, gallyusinasiya va shu kabilar.

Hayvon psixikasi bilan inson ongini bir-biridan farq qila bilmoq kerak. Inson ongining hayvon psixikasidan asosiy farqini quyidagilarda ko'rish mumkin:

1. Inson hayvonlardan farq qilib o'z faoliyatining bo'lajak natijasini oldindan ko'ra olishi mumkin. Bundan tashqari, kishi o'z ishini oldindan rejalashtiradi, uni bajarish uchun eng oson yo'l, usullarni tanlaydi.

Agar hayvonlar atrofdagi muhitga ongsiz ravishda moslashsalar, inson esa o'z ehtiyojini ko'prok darajada qondirish uchun muhitga ongli, rejali ravishda moslashadi. Bu moslashish mehnat jarayoni orqali bo'ladi.

2. Inson shuning uchun o'z faoliyatini rejalashtiradiki, oldindan ko'ra biladiki, chunki u nutqqa egadir. Uning nutqqa ega bo'lishi hayvonlardan ajratib turuvchi ikkinchi muhim farqidir. Doimo boshqalar bilan munosabatda bo'lish, kitob o'qish, ishlab chiqarish madaniyati bilan tanishish, texnikani egallash tufayli inson o'z ongini boyitib, o'stirib boradi.

3. Insonning hayvonlardan yana bir muhim farqi shuki, u jamiyat ichida, jamoa ichida yashaydi. Jamiyatda yashamasdan, jamoa a'zolari bilan munosabatda bo'lmasdan turib inson shaxsi shakllanmaydi.

Insonning ongi mehnat jarayonida, yangi-yangi mehnat qurollarini yasash prosessida o'sib boradi.

Xulosa qilganimizda, psixologiya inson va hayvonga xos bo'lgan psixik jarayonlarni, ularning paydo bo'lish yo'llarini va rivojlanish xususiyatlarini o'rganadigan fandir. Psixika esa bosh miya va nerv sistemasining mahsulidir. U doim o'sib, rivojlanib boradi. Psixikaning eng yuksak shakli ong bo'lib, u faqat insonlarga xosdir. Ong shaxsiy va ijtimoiy shaklda bo'ladi.

Inson psixikasining taraqqiyoti filogenez va ontogenezni boshidan kechiradi. Filogenez shuki, odamzod paydo bo'lgandan toki hozirgi davrgacha avloddan-avlodga psixika takomillashgan holda o'tgan. Masalan, dastlabki odaminson maymunlar yoki ibtidoiy jamoa tuzumi davridagi odamlar bilan hozirgi insonlar psixikasi o'rtasida beqiyos darajada katta farq bor. Ontogenez esa bola tug'ilgan kundan toki umrining oxirigacha yoshining ortib borishi bilan psixikasining ham o'sib, rivojlanib borishidir.

3. Psixikaning nerv-fiziologik asoslari

Psixik xodisalarining qanday ro'y berishini bilish uchun uning moddiy asosi – nerv sistemasiga bog'langan holda o'rganish kerak. Chunki insondagi barcha psixik jarayonlar bosh miya va nerv sistemasi faoliyatining natijasidir. XIX asrning ikkinchi yarmida rus olimi I. M. Sechenov (1829-1905) "Bosh miya reflekslari" (1863) asarida ongli va ongsiz hayotning barcha harakatlari

ro'y berish usuliga ko'ra reflekslardan iboratdir, degan xulosaga kelgan edi. I. M. Sechenov psixikaning reflektorligi va faoliyatning psixik jihatdan boshqarilishi g'oyasini ilgari surdi. Bu muhim nazariy qoidalar I. P. Pavlov (1849-1936) tomonidan tajriba yo'li bilan tasdiqlandi va konkretlashtirildi. U hayvonlarning va odamlarning tashqi muhit bilan o'zaro harakati miya tomonidan boshqarilishi qonuniyatlarini kashf etgan edi. I. P. Pavlovning ushbu qonuniyatlarga nisbatan jami qarashlari odatda ikki xil signal sistemasi haqidagi ta'limot deb ataladi.

Psixika miyaning xususiyatidir. Sezgi, fikr, ong maxsus tarzda tashkil topgan materiyaning oliy mahsulidir. Organizmning psixik faoliyati tananing ko'p sonli maxsus a'zolari vositasida amalga oshiriladi.

Organik dunyoning amyobalardan tortib to odamga qadar uzoq davom etgan evolyutsiyasi davomida xulq-atvor va hatti-harakatlarning fiziologik mexanizmlari to'xtovsiz murakkablashib, tabaqalashib va shular tufayli organizm muhit o'zgarishlariga tez reaksiya qila oladigan va moslashuvchan bo'la oladi.

Mavzu yuzasidan test savollari:

1. Quyidagi hukmlardan qaysi biri psixikaning tabiatini to'g'ri ta'riflaydi?

- A) psixika o'zicha alohida bir olamdird. U tashqi sabablarga bog'liq emas
- B) *psixika – ob'ektiv olamning sub'ektiv holda miya orqali aks etishidir
- C) psixika – sezgi, idrok, xotira, tafakkur, xayol kabi jarayonlarni o'z ichiga oladigan xususiyatlar
- D) psixika – faqat odam o'zigina kuzata oladigan sirli, ichki dunyosidir

2. Refleksiya nima?

- A) shartli va shartsiz reflekslar tizimi
- B) o'zining hatti-harakatlari, fikrlarni xuddi tashqaridan kuzatgandek tahlil qila olish
- C) harakatlarning rivojlanish va boshqarishning ichki rejaga o'tishi
- D) suhbatdoshning ruhiy kechinmalarini chuqur his qila olish

3. Psixik taraqqiyot qonuniyatlarini, ontogenez rivojlanish jarayonining har xil bosqichlarda kishilarga xos bo'ladigan psixologik xususiyatlarni o'rganadigan psixologiya fanining sohasi qanday ataladi?

- A) jismoniy tarbiya psixologiyasi*
- B) yosh psixologiyasi
- C) taqqoslash psixologiyasi
- D) tibbiyot psixologiyasi

4. Odam onging paydo bo'lishiga asosan nima sabab bo'lgan?

- A) shartsiz reflekslarning shartli reflekslarga aylanishi
- B) nerv sistemasining mukammallashishi
- C) til va nutq orqali muloqot, mehnat jarayoni*
- D) yashash sharoitining murakkablashishi

5. Psixika va uning namoyon bo'lish shakllari:

- A) psixik jarayonlar, psixologik holatlar, shaxsning temperamenti
- B) psixik jarayonlar, psixologik holatlar, shaxs xarakteri

- C) psixik jarayonlar, psixologik holatlar, qobiliyat
- D) psixik jarayonlar, psixologik holatlar, shaxs xususiyatlari

6. Psixik jarayonlarga nimalar kiradi?

- A) sezgilar, idrok, emotsiyalar, xarakter, iqtidor
- B) sezgilar, idrok, xotira, tafakkur, xayol, nutq, diqqat;
- C) sezgilar, idrok, tafakkur, emotsiyalar, temperament, diqqat, nutq
- D) sezgilar, idrok, xotira, tafakkur, diqqat, nutq, qobiliyat

7. Psixikaning filogenezdagi taraqqiyotga xos xususiyatlar:

- A) tropizm, instinkt, ko'nikma, intellektual xarakatlar
- B) uyin, o'qish, mehnat jarayoni
- C) organizmning yoruqlik va issiqlik ta'siridagi xarakati
- D) ijtimoiy muxitning qulayligi

8. Tropizm bu:

- A) Tashqi dunyoni sezgilar yordamida aks ettirish.
- B) tugma xatti-xarakatlar tizimi
- C) biotik ta'sirlarga maxsus xarakatlar yordamida reaksiya berish
- D) organizmning ong yordamida boshqarilishi

9. Instinkt bu:

- A) Biotik omillarga organizmning javobi
- B) Organizmning quzg'ovchilar ta'siriga berilishi
- C) nasldan-naslga o'tadigan xarakatlar tizimi
- D) xarakatlarninig maqsadga muvofiqligi

10. Inson va xayvonning asosiy farqi nimada?

- A) xarakter xislatlarida
- B) sezgi va idrokda
- C) nutq, til va tafakkurda
- D) organizmning tuzilishida

Tavsiya etiladigan adabiyotlar:

1. Godfrua J. Chto takoe psixologiya: V 2-x t. T.1. Per. s frans. M., Mir, 1992.- 496 s.
2. G'oziev E.G. Umumiy psixologiya. Toshkent. 2002.1-2 kitob.
3. Nemov R.S. «Psixologiya». Kn.1. - M., 2003
4. Gamilton. YA.S. "Chto takoe psixologiya". "Piter", 2002.
5. Drujinina V. "Psixologiya ". Uchebnik. "Piter", 2003.
6. "Psixologiya" Uch.T-2. "Prospekt". Moskva - 2004.
7. Psixologiya i pedagogika. Pod redaksiyey A.A.Radugina. Izd. "Sentr" 2003
8. Gamilton. YA.S. "Chto takoe psixologiya". "Piter", 2002.
9. Anan'ev B.G. "Chelovek kak predmet poznaniya". "Piter", 2001.
10. Drujinina V. "Psixologiya ". Uchebnik. "Piter", 2003.
11. Burlachuk F. Psixodiagnostika. "Piter", 2002.
12. Ayzenk M. Psixologiya dlya nachinayushix. "Piter", 2000.

3(1) MAVZU: SHAXS VA UNING FAOLIYATI

(Mazkur mavzu 4 soatga mo'ljallangan bo'lib 1 bo'limi "Shaxs psixologiyasi" deb nomlanadi)

Aniqlashtirilgan o'quv maqsadlari. Talaba bu mavzuni to'la o'zlashtirgandan so'ng:

- Indiv, shaxs va individuallikni bir-biridan farqlab beradi;
- Shaxsning tuzilishini tushuntiradi;
- Shaxs shakllanishining asosiy omillarini sanaydi;
- Shaxsning ustanovkalari, muhim oriyentasiyalari va kishining o'z-o'ziga baho berishi tushunchalariga ta'rif beradi;

Tayanch so'z va iboralar

Individ, shaxs, individuallik, shaxsning qiziqishlari, shaxsning dunyoqarashi, shaxsning e'tiqodi, konformizm, frustrasiya.

Asosiy savollar:

1. Shaxs haqida tushuncha.
2. Shaxsning tuzilishi.
3. Shaxsning ustanovkalari va muhim oriyentasiyalari.
4. Kishining o'z-o'ziga baho berishi.

1. Shaxs haqida tushuncha.

Mustaqillikka erishgan O'zbekistonda kelajagi buyuk davlat qurayotgan ekanmiz, uning faol quruvchisi bo'lgan shaxsning psixologiyasi masalalarini o'rganish va ishlab chiqish g'oyat katta ahamiyatga egadir. Bu masalani o'rganish yangi kishini kamol toptirish nazariyasi va praktikasi ilmiy jihatdan ishlab chiqishda muhim o'rin tutadi.

Shaxs ijtimoiy munosabatlar sistemasining, ijtimoiy hayotning ko'p qirrali, murakkab zvenosidir. U bir tomondan ijtimoiy-tarixiy taraqqiyotning mahsuli bo'lsa, ikkinchi tomondan ijtimoiy taraqqiyotni ta'min etuvchidir.

Biz psixologiyani o'rganar ekanmiz, individ, shaxs, individuallik tushunchalarini bir-biridan farq qilishimiz kerak. Odamning inson jinsiga mansubligi inivid tushunchasi bilan ifodalanadi. Biz katta yoshdagi normal odamni ham, chaqalokni ham, tilni va oddiy malakalarni o'zlashtira olmaydigan telbalarni ham individ deb atay olamiz. Biroq bulardan faqat birinchisigina shaxs, ijtimoiy mavjudot hisoblanadi. Ijtimoiy munosabatlarga kirishuvchi va ijtimoiy taraqqiyotda faol ishtirok etuvchi odamgina shaxs deb ataladi. Individ sifatida dunyoga kelgan odam keyinchalik shaxsga aylanadi.

Shaxs jamiyat a'zosisidir. u ommaning sinfnig ajralmas qismidir. U omma bilan harakatlanib tarixni yaratadi. Shaxs ijtimoiy boyliklar yaratuvchidir.

Shaxsning shaxs bo'lishligi uchun u faollikka ham ega bo'lishi kerak. Chunki faoliyatdagi faollik shaxsning muhim belgisidir. Faollik hamisha yaxshi yashashga yo'naltirilgan bo'ladi. Kishi yaxshi yashashi uchun, jamiyatni rivojlantirish uchun ataylab faollik ko'rsatadi. Bu shaxsning ongliklik belgisidir.

Shaxsning xarakterli belgilaridan biri individuallikdir. Individuallik har bir shaxsning o'zigagina hos bo'lgan, takrorlanmaydigan shaxsdir. Individuallik kishining xarakteri, temperamenti, psixik kechinmalarining o'ziga xos xususiyatlari, hissiyoti va faoliyatining motivlarida ko'rinadi. Ana shunga ko'ra kishilar bir-birlaridan farq qiladilar. Dunyoda qancha odam bo'lsa, shuncha individuallik mavjuddir. Hech kim bir-birini o'rnini bosa olmaydi. «O'nta bo'lsa, o'rni boshqa» maqoli individuallikka ham nisbatan aytilgandir.

Shaxs tushunchasi qadimdan mavjud bo'lib, u dastlab aktyor niqobi, keyinchalik esa aktyor ma'nosini anglatgan. Chunki sahnadagi ko'rinish o'zgarishi bilan aktyor maskasi ham o'zgargan. Bundan tashqari, kishi turli sharoitda o'z qiyofasini o'zgartirishi va o'zini bir necha xil qilib ko'rsatishi ham mumkin. Kishi akter kabi turli rollarni bajarishi mumkin.

2. Shaxsning tuzilishi.

Shaxs xususiyatlarining tuzilishida odatda, uchta tarkibiy qism ajratiladi. 1) biologik (temperament, tana tuzilishi, jinsi). 2) psixologik (xarakter). 3) ijtimoiy (ijtimoiy tajriba, shaxs yo'nalishi, dunyoqarashi, e'tiqodi, qadriyatlari, intellekti)

Shaxsning psixologik tuzilishi, psixologik xususiyatlarining birikmasi har bir konkret odamda barqaror birlikni tashkil etadi, bu esa shaxs psixologik tuzilishining nisbatan doimiyliigi deb qaralishi mumkin. Psixik holatlar doim o'zgarib tursa ham, har turli ijtimoiy guruhlarda va har hil hayotiy vaziyatlarda odam o'z zimmasiga olgan rollari bilan bog'liq holda xulq-atvori o'zgarib tursa ham, yoshning o'zgarib borishi va hokazolari bilan bog'liq bo'lgan o'zgarishlar sodir bo'lsa ham shaxsning psixik qiyofasi ma'lum darajada barqaror bo'lib qolaveradi.

Shaxsning psixologik tuzilishiga ikki xil qarash mavjuddir. Bir guruh olimlar shaxs tuzilishini faqat biologik faktorlar (anatomik – fiziologik tuzilishga) bog'lab tushuntirsalar, boshqalari faqat ijtimoiy faktorlarga bog'laydilar. Aslida shaxs tuzilishida ikki faktorning ham roli bor. Lekin shaxs tuzilishi va uning shakllanishida ijtimoiy faktornig roli kattadir. Chunki shaxs ijtimoiy kategoriyadir.

Bundan tashqari, shaxs faolligining manbai masalasida ham ikki xil qarash mavjuddir. Birinchi guruh tarafdorlari shaxs aktivligini biologik faktorlarga bog'laydilar. Shaxsning shakllanishini va faolligini biologik faktorlarga bog'lovchilardan eng ommaviysi freydizm bo'lib hisoblanadi. Bu ta'limotning asoschisi avstriyalik vrach va psixolog Zigmund Freyd bo'lib, uning ta'limotiga ko'ra shaxs psixologik hayotining asosini jinsiy lazzat olishga qaratilgan tug'ma, ongsiz mayllar tashkil etadi.

Freydning ba'zi shogirdlari uning bu ta'limotiga qarshi chiqqan. Masalan, Adolf Adler (1870 – 1937) ning fikricha, shaxs psixologik hayotining asosini seksual mayl emas, balki ustunlikka, hokimiyatga, boshqa kishilar ustidan hukmronlik qilishga bo'lgan tabiiy mayl tashkil etadi.

Vaholanki, shaxs faolligining manbai turli ehtiyojlardir. Mana shu ehtiyoj odamni ma'lum tarzda va ma'lum yo'nalishda harakat qilishga undaydi.

Ehtiyoj shaxs faolligining manbai sifatida namoyon bo'ladigan va uning konkret yashash sharoitiga bog'liqligini ifodalovchi holatdir.

Shaxs ehtiyojlaridan tashqari, qiziqishlarga ham ega bo'ladi. Qiziqishlar deganda odamning bilish jarayoni bilan bog'liq ehtiyojlarining hissiy namoyon bo'lishi tushuniladi. Bilish ehtiyojlarini qondirish bilimlardagi kamchiliklarni to'ldirishga, sharoitga yaxshiroq moslashishga, o'zi uchun ahamiyatli narsalarni tushunishga yordam beradi.

Faoliyat jarayonida qiziqishlarning roli nihoyatda kattadir. Qiziqishlar mazmuniga, maqsadiga, kengligi va mustahkamligiga qarab klassifikasiya qilinishi mumkin.

Shaxs o'z e'tiqodiga ham ega bo'ladi. E'tiqod shaxsning o'z qarashlari, prinsiplari, dunyoqarashlariga mos ravishda harakat qilishga undovchi anglangan ehtiyojlar yig'indisidir. E'tiqodli kishi hech qachon o'z prinsiplari, qarashlari, maqsadlaridan chekinmaydi. Hozirgi tarbiyamizdan maqsad ham e'tiqodli, iymonli, ma'naviy yetuk kishilarni tarbiyalab yetishtirishdir.

Shaxsda tilaklar ham mavjud bo'ladi. Tilak hatti–harakat motivi bo'lib, u kishini harakat qilishga undaydi. Tilak niyat, orzu, ehtiros shakllarida namoyon bo'lishi mumkin. Ular yuksak va past bo'lib, odamlar faoliyati va jamiyat hayotida turli rol o'ynashi mumkin.

Qiziqishlar, ehtiyojlar, e'tiqodlar, tilaklar anglangan harakatlardir. Lekin insonda anglangan motivlardan tashqari, anglangan mayllar ham borki, inson hayotida katta ahamiyatga egadir.

3. Shaxsning ustanovkalar va muhim oriyentasiyalari.

Ijtimoiy ustanovkalar — shaxsning atrof muhitida sodir bo'layotgan ijtimoiy xodisalarni, obyektlarni, ijtimoiy guruhlarini ma'lum tarzda idrok etish, qabul qilish va ular bilan munosabatlar o'rnatishga ruhiy ichki hozirlik sifatida odamdagi dunyoqarashni ham o'zgartirishga aloqador kategoriyadir.

Rus olimi V. A. Yadov o'zining dispozision konsepsiyasini yaratib, unda ustanovkalarni to'rt bosqich va to'rt tizimli sifatida tasavvur qilgan.

A) elementar ustanovkalar (set) — oddiy, elementar ehtiyojlar asosida ko'pincha ongsiz tarzda hosil bo'ladigan ustanovkalar. Ularni o'zgartirish uchun moddiy shart-sharoitlarni va odamdagi ehtiyojlar tizimini o'zgartirish kifoya.

B) ijtimoiy ustanovkalar (attitud) — ijtimoiy vaziyatlar ta'sirida ijtimoiy obyektlarga nisbatan shakllanadigan ustanovkalar. Ularni o'zgartirish uchun ijtimoiy shart-sharoitlar va shaxsning ularga nisbatan baho va munosabatlari tizimini o'zgartirish kerak.

V) bazaviy ijtimoiy ustanovkalar — ular shaxsning umumiy yo'nalishini belgilaydi va ularni o'zgartirish e'tiqodlar va dunyoqarashlarni o'zgartirish demakdir.

G) Qadriyatlar tizimi — ular avlodlararo muloqot jarayonining mahsuli sifatida jamiyatda qadr-qimmat topgan narsalarga nisbatan ustanovka. Masalan, sahih hadislar shunday qadriyatlardir, biz ularni tanqidsiz, muhokamalarsiz

qabul qilamiz, chunki ular ham ilohiy, ham eng buyuk insonlar tomondan yaratilgan va avloddan avlodga o'z qadrini yo'qotmay kelayotgan qadriyatlaridir.

Ijtimoiy ustnovkalarni o'zgartirishning eng sodda va qulay yo'li — bu ayni vaziyatlar va ulardagi ta'sirlarni *qaytarishdir*. Bu qaytarish qayd qilingan obraz sifatida inson ongida uzoq muddatli xotirada saqlanadi va vaziyat paydo bo'lganda, *obyektivlashadi*, ya'ni o'z kuchini va mavjudligini ko'rsatadi. Shuning uchun ham agar chet el tajribasiga murojaat qiladigan bo'lsak, u yerda biror g'oyani ongga singdirish uchun bir odam yoki biror guruh o'z siyosiy, mafkuraviy yoki boshqa qarashlarini bir xil so'zlar va iboralar, harakatlar bilan qaytaraveradi va shu yo'l bilan ko'pchilikning ma'qullashiga erishadi. Ayniqsa, saylov oldi tadbirlarida ana shu usul keng qo'llaniladi. Shulardan kelib chiqib, ijtimoiy ustnovkalarni o'zgartirishning usullari va psixologik vositalari orqali ham dunyoqarashni o'zgartirishga erishish mumkin.⁵

«Men» — *obrazi va o'zini-o'zi baholash*. Shaxsning o'zi, o'z xulq-atvori xususiyatlari, jamiyatdagi mavqeyini tasavvur qilishidan hosil bo'lgan obraz «Men» — obrazi deb atalib, uning qanchalik adekvatligi va realikka yaqinligi shaxs barkamolligining mezonlaridan hisoblanadi.

«Men» — obrazining ijtimoiy psixologik ahamiyati shundaki, u shaxs tarbiyasining va tarbiyalanganligining muhim omillaridan hisoblanadi. Shu nuqtai nazardan olib qaralganda, tarbiya shaxsning o'zi va o'z sifatleri to'g'risidagi tasavvurlarining shakllanishi jarayonidir, deb ta'rif berish mumkin. Demak, har bir inson o'zini, o'zligini qanchalik aniq va to'g'ri bilsa, tasavvur qilolsa, uning jamiyat normalariga zid harakat qilish ehtimoli ham shunchalik kam bo'ladi, ya'ni u tarbiyalangan bo'ladi.

O'z-o'zini anglash, o'zidagi mavjud sifatlarni baholash jarayoni ko'pincha konkret shaxs tomonidan og'ir kechadi, ya'ni inson tabiati shundayki, u o'zidagi o'sha jamiyat normalariga to'g'ri kelmaydigan, no'maqul sifatlarni anglamaslikka, ularni «yashirishga» harakat qiladi, xattoki, bunday tasavvur va bilimlar ongsizlik sohasiga siqib chiqariladi (avstriyalik olim Z. Freyd nazariyasiga ko'ra). Bu ataylab qilinadigan ish bo'lmay, u har bir shaxsdagi o'z shaxsiyatini o'ziga xos himoya qilish mexanizmidir. Bunday himoya mexanizmi shaxsni ko'pincha turli xil yomon asoratlardan, hissiy kechinmalardan asraydi. Lekin shuni alohida ta'kidlash lozimki, «Men» — obrazining ijobiy yoki salbiyligida yana o'sha shaxsni o'rab turgan tashqi muhit, o'zgalar va ularning munosabati katta rol o'ynaydi. Odam o'zgalarga qarab, go'yoki oynada o'zini ko'rganday tasavvur qiladi. Bu jarayon psixologiyada refleksiya deb ataladi. *Uning mohiyati* — aynan o'ziga o'xshash odamlar obrazi orqali o'zi to'g'risidagi obrazni shakllantirish, jonlantirishdir. Refleksiya bu o'zini, o'zining xulq atvorini xuddi tashqaridan kuzatgandek kuzata olish va tahlil qila olish qobiliyatidir.

⁵Karimova V. , Akramova F. Psixologiya. Ma'ruzalar matni. – T. , 2002, 37 b

4. Shaxsning o'z o'ziga bahosi.

Shaxsning o'zi, imkoniyatlari, qobiliyatlari hakidagi umumlashgan va nisbatan turg'un tasavvurlari o'z-o'ziga bahosi deyiladi. Psixologiyada o'z-o'ziga bahoning uchta turi ajratiladi: 1. O'z-o'ziga to'g'ri baho berish, ya'ni realistik baho; 2. O'z-o'zini me'yor darajasida biroz oshirib yoki pasaytirib baholash; 3. O'z-o'zini me'yoridan ortiqcha oshirib yoki paaytirib baholash. O'z-o'ziga nisbatan baho turli sifatlar va shaxsning orttirilgan tajribasi, shu tajriba asosida yotgan yutuqlariga bog'liq holda turlicha bo'lishi mumkin. Ya'ni, ayni biror ish, yutuq yuzasidan ortib ketsa, boshqasi ta'sirida — aksincha, pastlab ketishi mumkin. Bu baho aslida shaxsga boshqalarning real munosabatlariga bog'liq bo'lsa-da, aslida u shaxs ongi tizimidagi mezonlarga, ya'ni, uning o'zi subyektiv tarzda shu munosabatlarni qanchalik qadrlashiga bog'liq tarzda shakllanadi. Masalan, maktabda bir fan o'qituvchisining bolaga nisbatan ijobiy munosabati, doimiy maqtovlari uning o'z-o'ziga bahosini oshirsa, boshqa bir o'qituvchining salbiy munosabati ham bu bahoni pastlatmasligi mumkin. Ya'ni, bu baho ko'proq shaxsning o'ziga bog'liq bo'lib, u subyektiv xarakterga egadir.

O'z-o'ziga baho nafaqat xaqiqatga yaqin (adekvat), to'g'ri bo'lishi, balki u o'ta past yoki yuqori ham bo'lishi mumkin.

Demak, shaxsning qanday sifatlarga ega ekanligi, undagi baholarning obyektivligiga bog'liq tarzda o'z-o'zi bilan muloqotga kirishib, jadvaldagiga muvofiq shaxs o'zini nazorat qila oladi. Shuning uchun ham hayotda shunday kishilar uchraydiki, katta majlisda ishi tanqidga uchrasa ham, o'ziga holis baho berib, kerakli to'g'ri xulosalar chiqara oladi, shunday odamlar ham borki, arzimagan xatolik uchun o'z «ich-etini yeb tashlaydi». Bu o'sha ichki dialogning har kimda har xil ekanligidan darak beruvchi faktlardir.

Shaxs shakllanishi va taraqqiyoti. Shaxs shakllanishi odatda uning o'z-o'zini anglashidan boshlanadi. Shaxs o'z mohiyatiga kura ijtimoiy hisoblangan munosabatlar tizimiga kirgan, odamlar bilan uzaro birgalikda harakat qilgan va munosabatda bo'lgan xolda uzini atrof muhitdan, boshqa odamlardan alohida ekanligini anglay boshlab, uzining jismoniy va psixologik xolati, harakatlari va jarayonlarining subyektiv sifatida his etadi. Uzi uchun «boshkalardan» farqli va ayni chogda ular bilan bog'liq bo'lgan «Men» sifatida namoyon bo'ladi. 2–3 yoshli bolalardayok «Men» siymosi shakllana boshlaydi. («Seniki emas – meniki», «menga besh» va xokazo (I. Kon). Shaxs shakllanishi murakkab jarayon bo'lib, uni V. M. Karimova ta'kidlaganidek ijtimoiylashuv jarayoni sifatida qarash maqsadga muvofiq. Bola tug'ilgan onidan boshlab o'ziga o'xshash insonlar qurshovida bo'ladi va uning butun ruhiy potentsiali ana shu ijtimoiy muhitda namoyon bo'ladi. Chunki agar insonning ontogenetik taraqqiyoti tarixiga e'tibor beradigan bo'lsak, xali gapirmay turib, odam bolasi o'ziga o'xshash mavjudotlar davrasiga tushadi va keyingina ijtimoiy muloqotning barcha ko'rinishlarining faol obyekti va subyektivga aylanadi. Shu nuqtai nazardan, har birimizning jamiyatdagi o'rnimiz, uning qachon va qanday sharoitlarda paydo bo'lgani, jamiyatga qo'shilib yashashimizning

psixologik mexanizmlari fanning muhim vazifalaridan biridir. Bu jarayon psixologiyada *ijtimoiylashuv yoki sosializasiya* deb yuritiladi.

Demak, sosializasiya yoki ijtimoiylashuv — inson tomonidan ijtimoiy tajribani egallash va hayot — faoliyat jarayonida uni faol tarzda o'zlashtirish jarayonidir. Sodda til bilan aytganda, ijtimoiylashuv — har bir shaxsning jamiyatga qo'shilishi, uning normalari, talablari, ko'tishlari va ta'sirini qabul qilgan xolda, har bir harakati va muomalasida uni ko'rsatishi va kerak bo'lsa, shu ijtimoiy tajribasi bilan o'z navbatida o'zgalarga ta'sirini o'tkaza olishi jarayonidir.

Ijtimoiylashuv eng avvalo odamlar o'rtasidagi muloqot va hamkorlikda turli faoliyatni amalga oshirish jarayonini nazarda tutadi. Tashqaridan shaxsga ko'rsatilayotgan ta'sir oddiy, mexanik tarzda o'zlashtirilmay, u har bir shaxsning ichki ruhiyati, dunyoni aks ettirish xususiyatlari nuqtai nazaridan subyektiv tarzda idrok etiladi. Shuning uchun ham bir xil ijtimoiy muhit va bir xil ta'sirlar odamlar tomonidan turlicha harakatlarni keltirib chiqaradi. (V. M. Karimova)

Psixologiyada shaxs shaklanishi va qanday inson bo'lib kamol topishiga quyidagi bir biri bilan o'zaro bog'liq omillar ta'sir ko'rsatadi: irsiyat, muhit(makro va mikromuhit), ta'lim tarbiya, shaxsning o'zining intilishi.

Mavzu yuzasidan test savollari:

1. Qaysi uslubdan foydalanish har xil yosh davridagi bolalar jamoasidagi tutgan ijtimoiy o'rganishida maqsadga muvofiq?

- A) kuzatish uslubi, B) tibbiy tajriba uslubi, C) sotsiometriya uslubi
D) suhbat uslubi

2. Ta'lim-tarbiya uchun eng qo'lay davr qaysi?

- A) kichik maktab yoshi, B) o'smirlik, C) o'spirinlik D) maktabgacha yosh davri

3. O'zligini tasdiqlash, o'zlarini kattalarday tutish ehtiyoji qaysi yoshda kuchli bo'ladi?

- A) maktabgacha yoshda, B) kichik maktab yoshi, C) o'smirlik, D) yoshlik

4. SHaxs tomonidan ijtimoiy tajribani egallash va xayot-faoliyat jarayonida uni o'zlashtirish jarayoni:

- A) refleksiya, B) sotsializatsiya, C) apatiya, D) emotsiya

5. Jamiyat o'z a'zolari xulq-atvoriga nisbatan ishlab chiqqan va ko'pchilik tomonidan e'tirof etilgan harakatlar talablari nimadir?

- A) ijtimoiy sanksiya, B) ijtimoiy rol, C) ijtimoiy norma, D) ijtimoiy ustanovka

6. Jamiyat o'z a'zolari xulq-atvoriga nisbatan ishlab chiqqan va ko'pchilik tomonidan e'tirof etilgan harakatlarini nazorat qiluvchi jazo va rag'batlantirish tizimi nimadir?

- A) ijtimoiy sanksiya, B) ijtimoiy rol, C) ijtimoiy norma, D) ijtimoiy ustanovka

7. SHaxsning konkret xayotiy vaziyatlardagi xuquq va burchlaridan iborat harakatlar majmui:

- A) ijtimoiy sanksiya, B) ijtimoiy rol, C) ijtimoiy norma, D) ijtimoiy ustanovka

8. SHaxsning aynan o'ziga o'xshash odamlar obrazi orqali o'zi to'g'risidagi obrazni shakllantirish, jonlantirish nimadir:

- A) refleksiya , B) persepsiya, C) apatiya, D) emotsiya

Tavsiya etiladigan adabiyotlar:

1. G'oziev E.G. Umumiy psixologiya. Toshkent. 2007.1-2 kitob.
2. "Psixologiya" Uch.T-2. "Prospekt". Moskva - 2004.
3. Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya asoslari. T.: 1994
4. Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya va ijtimoiy amaliyot. T.: 1999
5. Drujinina V. "Psixologiya ". Uchebnik. "Piter", 2003.
6. Gamilton. YA.S. "CHto takoe psixologiya". "Piter", 2002.
7. Anan'ev B.G. "Chelovek kak predmet poznaniya". "Piter", 2001.
8. Drujinina V. "Psixologiya ". Uchebnik. "Piter", 2003.
9. Burlachuk F. Psixodiagnostika. "Piter", 2002.
10. Ayzenk M. Psixologiya dlya nachinayuyix. "Piter", 2000.
11. Nemov R.S. Prakticheskaya Psixologiya Poznanie sebya: Vliyanie na lyudey: Posobie dlya uch-sya-M: Gumanit. Izd. Sentr VLADOS, 2003. 320 s.
12. www.expert.psychology.ru

3(2) -MAVZU: SHAXS VA UNING FAOLIYATI **(Mazkur mavzu 4 soatga mo'ljallangan bo'lib 2 bo'limi "Faoliyatning psixologik tahlili" deb nomlanadi)**

Aniqlashtirilgan o'quv maqsadlari. Talaba bu mavzuni to'la o'zlashtirgandan so'ng:

- Inson faoliyati va uning psixologik to'zilishi biladi;
- Faoliyat va ijtimoiy xulq motivasiyasini aytib beradi;
- Motivlarning turlarini sanaydi;
- Shaxs va uning motivlari: muvaffaqiyatga erishish va mag'lubiyatlardan qochish motivlariga ta'rif beradi;

Tayanch so'z va iboralar:

Shaxs faolligi, tashqi faollik, ichki faollik, faoliyat, perseptiv harakat, mnienik faoliyat, fikrlash faoliyati, imajitiv faoliyati, malaka, ko'nikma, motiv, ijtimoiy ustanovka.

Asosiy savollar:

1. Shaxs va uning faolligi
2. Ehtiyojlar va ularning turlari.
3. Faoliyatning turlari. Jismoniy va aqliy harakatlar.
4. Ijtimoiy hulq motivlari va shaxs motivasiyasi.
5. Motivlarning turlari

1.Shaxs va uning faolligi.

Jamiyat bilan doimiy munosabatni ushlab turuvchi, o'z-o'zini anglab, har bir harakatini muvofiqlashtiruvchi shaxsga xos bo'lgan eng muhim va umumiy xususiyat — bu uning **faolligidir**. Faollik (lotincha «actus» — harakat, «activus» — faol so'zlaridan kelib chiqqan tushuncha) shaxsning hayotdagi barcha hatti-harakatlarini namoyon etishini tushuntiruvchi kategoriyadir. Bu — o'sha oddiy qo'limizga qalam olib, biror chiziqcha tortish bilan bog'liq elementar harakatimizdan tortib, toki ijodiy uyg'onish paytlarimizda amalga oshiradigan mavhum fikrlashimizgacha bo'lgan murakkab harakatlarga aloqador ishlarimizni tushuntirib beradi. Shuning uchun ham psixologiyada shaxs, uning ongi va o'z-o'zini anglashi muammolari uning faolligi, u yoki bu faoliyat turlarida ishtiroki va uni uddalashi aloqador sifatlari orqali bayon etiladi.

Fanda inson faolligining asosan ikki turi farqlanadi:

A. Tashqi faollik — bu tashqaridan va o'z ichki istak-xohishlarimiz 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 psixik jarayonlar, ya'ni aslida ko'rinmaydigan, lekin faoliyat kechishiga ta'sir ko'rsatuvchi omillarni o'z ichiga oladi.

Misol tariqasida hayotdan shunday manzarani tasavvur qilaylik: uzoq ayriliqdan so'ng ona o'z farzandi visoliga yetdi. Tashqi faollikni biz onaning bolasiga intilishi, uni quchoqlashi, yuzlarini siylashi, 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 emosional holatlarda namoyon bo'ladi. Lekin shu manzarani bevosita guvohi bo'lsak ham, uni ifodalagan rasmni ko'rsak ham, taxminan qanday jarayonlar kechayotganligini tasavvur qilishimiz mumkin. Demak, ikkala turli faollik ham shaxsiy tajriba va rivojlanishning asosini tashkil etadi. Bir qarashda har bir konkret shaxsga va uning ehtiyojlariga bog'liq bo'lib tuyulgan bunday faollik turlari aslida ijtimoiy xarakterga ega bo'lib, shaxsning jamiyat bilan bo'ladigan murakkab va o'zaro munosabatlarining oqibati hisoblanadi.

2. Ehtiyojlar va ularning turlari.

Ehtiyoj turlari haqida Abraham Maslou konsepsiyasi. Olimlarning fikricha, har qanday motivasiyaning asosida ehtiyoj yotadi. Ehtiyoj — bu individning rivojlanishi va faol darajada o'zini namoyon qilishining sharoitlarga bog'liq bo'lgan omilidir. Ehtiyojlar quyidagicha farqlanadi: biologik; fiziologik; psixologik; ijtimoiy.

Rus olimi R. Nemov shaxsdagi motivasion sohani quyidagicha tasavvur qiladi. Umuman, har qanday shaxsdagi mavjud ehtiyojlarni ikki guruhga bo'lish mumkin:

1. *Biologik ehtiyojlar* — bu — fiziologik (tashnalik, ochlik, uyqu), jinsiy, moslashuv ehtiyojlari.

2. *Ijtimoiy ehtiyojlar* — bu — mehnat qilish, bilish, estetik va ahloqiy-ma'naviy ehtiyojlar.

Ehtiyojlarni biologik hamda ijtimoiy turlarga bo'lganimiz bilan shu narsani unutmasligimiz lozimki, shaxsdagi har qanday ehtiyojlar ham ijtimoiylashgan bo'ladi, ya'ni, ular o'sha jamiyat va muhitdagi qadriyatlar, madaniy normalar va insonlararo munosabatlar xarakteriga bog'liq bo'ladi. Masalan, eng tabiiy va tushunarli hisoblangan bizning yemishga-ovqatga bo'lgan ehtiyojimizni olsak, u ham konkret muhitga qarab turlicha harakatlarni keltirib chiqaradi. Yana misol uchun, to'y marosimlari yoki juda to'kin dasturxon atrofida o'tirgan odam nima uchun shunchalik ko'p ovqat iste'mol qilib yuborganini bilmay qoladi. Agar bu tabiat qo'yni yoki paxta dalasidagi xashar bo'lsa-chi, bir burda issiq non ham butun tanaga rohat baxsh etuvchi malham bo'lib, ochlikni bilintirmaydi. Kamtarona dasturxondan ovqat yeb o'rgangan kishi oz-oz yeyishga o'rgansa, yoshligidan normadan ortiq yeb o'rgangan odam vrach oldiga borib, o'zi uchun ozdiruvchi dori-darmon so'rasa so'raydiki, lekin uyda o'zi yemishini nazorat qilishi kerakligini bilmaydi. Demak, bu ham madaniyatga, etikaga, oila muhitiga bevosita bog'liq narsa ekan-da.

Abraham Maslou (Abraham Maslow) (1908-1970) — mashhur amerikalik psixolog, psixiatr va gumanistik psixologiya vakili bo'lib, u gumanistik

psixologiyaning asosiy g'oyalaridan saqlanib qolgan psixotahlil va bexiviorizm yo'nalishlarini o'zaro bir-biridan namoyishkorona ajratib turuvchi "uchinchi kuch" atamasini kiritgan olimdir.

A. Maslou "Sabablar va shaxs" (1954) kitobida o'ziga xos, noyob konsepsiyani taklif etgan bo'lib, unga ko'ra insonlar – ehtiyojlar, mayllar va qobiliyatlarning nasliy psixologik tizimiga ega bo'lib, ular odatda jamiyat ravnaqi uchun xizmat qiladilar.

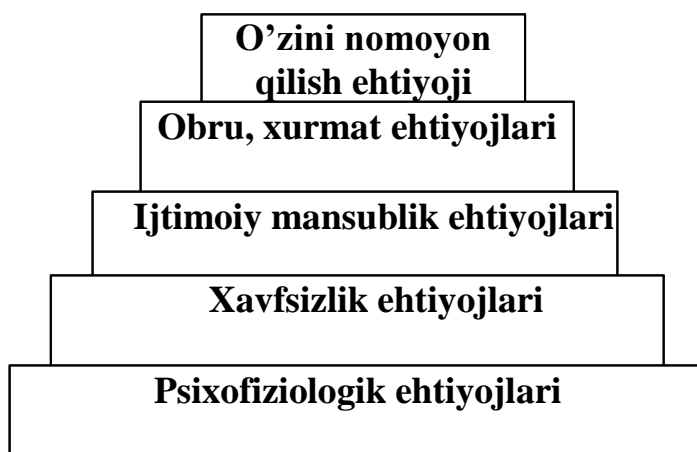
A. Maslouning fikricha, sog'lom rivojlanish uchun bizning qobiliyatlarimizni faoliyatlarda amalga oshirish, ko'rsatish darkor, zero, psixik bo'zilishlarning alomati ana shu ichki imkoniyatlar, qobiliyatlarni tormozlash yoki shu qobiliyatlarni ro'yobga chiqarmaslik natijasida paydo bo'ladi.

A. Maslou mashhur ehtiyojlar iyerarxiyasi chizmasini yaratgan bo'lib, bu unga ko'plab e'tirozlar va e'tiroflarni olib keldi. Unga ko'ra dastlabki shart, ya'ni asosiy fiziologik ehtiyojlar (ochlik, chanqoqlik) yuqori ustun hisoblangan ehtiyojlardan (o'z-o'zini hurmat qilish va o'zini ro'yobga chiqarish) oldin qondirilishi kerakdir. O'zini o'zi ro'yobga chiqarishning aniq turlari inson xarakteriga bog'liq holda o'zgarib boradi.

A. Maslou nazariyasining tanqidchilari uning fikrlaridagi validlik darajasiga ishonqiramay qaradi. Ularning fikricha, tashqi chiroyiga qaramay, A. Maslou nazariyasi ilmiy asosga ega emas va dalil, isbotlar bilan qo'llab-quvvatlanmagan. A. Maslouning o'zi esa bu nazariyani eksperimental tomondan muvaffaqiyatli deya olmasa-da, lekin u ko'p odamlarning shaxsiy tajribalari bilan mos keladi va ularga hayot mazmunini anglashga yordam bergan, deb ta'kidlaydi.

A. Maslou ehtiyojlar iyerarxiyasi bo'yicha bixevioristlardan birinchilardan bo'lib o'z ishlarida insoniy ehtiyojlarni qanchalik murakkab ekanligini va motivasiyaga ta'sirini yaratib beradi. 1940 yilda o'zining motivasiya nazariyasini yarata turib, A. Maslou shuni tan oladiki, insonlar turli xil ehtiyojlarga ega va bu ehtiyojlarni beshta asosiy toifaga ajratish mumkin.

Shunday qilib, A. Maslou ehtiyojlarning iyerarxik modelini yaratgan (1-rasm). Uning tushunishicha, odamlar ehtiyojning ko'plab turlarini boshlaridan kechiradilar. Muallif ularni bir necha guruhga bo'lib tahlil qilgan:



1-rasm. A. Maslouning ehtiyojlar iyerarxiyasi

- *Psixofiziologik ehtiyojlar*. Unga tashnalik, ochlik, dam olish, uy-joy, jinsiy aloqaga bo'lgan ehtiyojlar kiradi;

- *xavfsizlik va kelajakka ishonch ehtiyojlari* – bu ehtiyojlar ma'lum bir guruhga xos bo'lib, unda insonlarning bir-birini tushunishi, sevgi munosabatlari, o'zaro ijtimoiy munosabatlarga kirishimlilik, bog'liqligi, qo'llab-quvvatlashi kabilar kiradi. A. Maslou bu ehtiyojlarni o'sish ehtiyojlari sirasiga kiritadi;

- *ijtimoiy mansublik ehtiyojlari* – jamiyatda kerakligi va o'z o'rni bor ekanligini his qilish ehtiyoji. Rasmiy va norasmiy jamoalar, do'stlik rishtalari bunga yaqqol misol bo'ladi;

- *Obro', hurmat qozonish, o'zini ahamiyatli his etish ehtiyojlari* – bunga o'zini o'zi hurmat qilish va tan olish ehtiyojlari kirib, bu ham o'sish ehtiyojiga taalluqlidir;

- *o'zini namoyon etish, o'zidan iz qoldirish ehtiyojlari (yuksalish)* – bu eng yuqori ehtiyoj pog'onasidir. Unda ahamiyatga molik, qadrlanadigan shart-sharoitlarda va rivolanishida insonning shaxs sifatida takomillashuvi nazarga olinadi. A. Maslouning ta'kidlashicha, insonning orzu va ehtiyojlari cheksizdir. Har bir inson bir marraga kelgandan so'ng darhol ikkinchi bir marrani mo'ljallay boshlaydi. “Maqsad – intilish – yetishish” jarayonini qayta-qaytadan takrorlanaveradi.

Hamma yuqori ehtiyoj ko'rsatgichlari qat'iy iyerarxik to'zilishlar orqali amalga oshadi. A. Maslouning fikricha, ehtiyojning yuqori pog'onasi, qachonki ehtiyojning pastki pog'onasi (“fiziologik, xavfsizlik va himoya”) qondirilgandagina yuzaga chiqadi.

Uning nazariyasi tashkilotlar boshqaruvida muhim ahamiyat kasb etdi. Menejerlar ishchilar nima uchun ishlashni xohlashadi-yu, nega xohlashmaydi, degan narsani asta-sekinlik bilan tushunishadi. Ularga shu narsa ma'lum bo'ldiki, shaxsning ehtiyoj turlariga qarab motivasiyasi keng ko'lamda aniqlanadi. O'z qo'l ostidagilarni to'g'ri yo'naltira olishi, ularning muammolarini, ehtiyojlarini amalga oshirish yo'li bilan hal qilish mumkin. A. A. Maslou motivasiya nazariyasining klassik namoyandalaridan biri bo'lib qoldi.

Muallifning fikricha, mazkur jarayonni, badiiy asar yaratish, sport bo'yicha muvaffaqiyatlarga erishish, hatto, ota-onalik burchining yaxshi ado etilishi misollarida ko'rish mumkin. O'zini o'zi ro'yobga chiqarilgach, shu jihat bilan bog'liq bo'lgan hayotiy kechinmalar oddiy holdek bo'lib tuyuladi.

V. M. Karimova, B. T. Abdug'afforov, F. A. Akramovalarning fikricha, motivasiyalashgan tizim birligi – bu turtkidir. To'zilish jihatidan turtkilar ikki xil farqlanadi: “xohish-istakli” va “haqiqiy”. Har bir inson hayoti davomida turli vaziyatlarga tushadi. Ularning xulqida turli xil motivlar namoyon bo'ladi. Ko'pgina motivlar mehnat mobaynida shakllanadi. Odatda odamlarda mehnat qilish istagi foyda olish yoki foyda tushishi uchun xizmat qiladi, ya'ni shu orqali boshqalarga yordam beradi.

Motivlar anglangan yoki anglanmagan (qisman anglangan) bo'lishi mumkin. Birinchisida, ijtimoiy xulqning sabablari aniq, egasi uchun ravshan bo'lsa, ikkinchi holatda, amalga oshirilgan xulqning ichki psixologik sababi, ya'ni uning ortida turgan ehtiyoj, faollik mexanizmlari jarayonining o'zi anglanmaydi. Anglangan motivlar ijtimoiy xulqni o'rganishda katta ahamiyatga ega, chunki biz ko'pincha odamlar orasida, jamoat yerlarida, mehnat jamoasida o'zimizning nima sababdan aynan shu mavqiyeni tanlaganimizni, aynan shunday qarorlarga kelganimizni, aynan shu odamlarni yoqtirayotgan yoki yoqtirmayotganimizni aniq bila olmaymiz. Bu holat ko'pincha ijtimoiy ustanovkalar orqali tushuntiriladi. Ijtimoiy ustanovka – u yoki bu guruhlariga nisbatan shaxsning baholari, harakat qilishga hozirligi va idrok usullaridir.

Umuman tadbirkorning ijtimoiy xulq motivlari haqida gap ketganda, uning ikki elementini: harakat dasturi va maqsadni ajratish maqsadga muvofiq sanaladi. Harakat dasturi maqsadga erishishning vositalariga aniqlik kiritadi. Buning uchun ijtimoiy xulqning motivlari aniqlangan, ehtiyojlar muvofiqlashtirilgan, maqsadlar va unga yetish vositalari aniq bo'lishi kerak. Shundagina tadbirkor ijtimoiy xulqi jamiyat me'yorlariga mos bo'ladi.

3. Faoliyatning turlari. Jismoniy va aqliy harakatlar.

Inson faolligi «harakat», «faoliyat», «xulq» tushunchalari bilan chambarchas bog'liq bo'lib, shaxs va uning ongi masalasiga borib taqaladi. Shaxs aynan turli faolliklar jarayonida shakllanadi, o'zligini namoyon qiladi ham. Demak, faollik yoki inson faoliyati passiv jarayon bo'lmay, u ongli ravishda boshqariladigan faol jarayondir. Inson faolligini mo'jassamlashtiruvchi harakatlar jarayoni **faoliyat** deb yuritiladi. Ya'ni, *faoliyat* — inson ongi va tafakkuri bilan boshqariladigan, undagi turli-tuman ehtiyojlardan 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'xshash. Shunisi xarakterliki, inson har daqiqada qandaydir faoliyat turi bilan mashg'ul bo'lib turadi.

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'ro'zani 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 ro'y beradi, tajriba orttirib borilgan sari, sekin-asta bu harakatlar ichki aqliy jarayonlarga aylanib 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 boradi. 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, xattoki, tana va qo'l harakatlari juda muhim va jiddiy fikr xususida bir to'xtamga kelolmayotganidan, yoki yangi fikrni topib, undan mamnuniyat his qilayotganligidan darak beradi. Bir qarashda tashqi elementar ishni amalga oshirayotgan — misol uchun, o'zum ko'chatini ortiqcha barglardan xalos etayotgan bog'bon harakatlari ham aqliy komponentlardan xoli emas, u qaysi bargning va nima uchun ortiqcha ekanligidan anglab, bilib turib olib tashlaydi.

Aqliy harakatlar — shaxsning ongli tarzda, ichki psixologik mexanizmlar 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'rinishlarda bo'lishi mumkin:

- **perseptiv** — ya'ni bular shunday harakatlarki, ularning oqibatida atrofdagi predmetlar va xodisalar to'g'risida yaxlit obraz shakllanadi;

- **mnemik faoliyat**, narsa va xodisalarning mohiyati va mazmuniga aloqador materialning eslab qolinishi, esga tushirilishi hamda esda saqlab turilishi bilan bog'liq murakkab faoliyat turi;

- **fikrlash faoliyati** — aql, fahm-farosat vositasida turli xil muammolar, masalalar va jumboqlarni yechishga qaratilgan faoliyat;

- **imajitiv** — («image» — obraz so'zidan olingan) faoliyati shundayki, u ijodiy jarayonlarda hayol va fantaziya vositasida hozir bevosita ongda berilmagan narsalarning xususiyatlarini anglash va hayolda tiklashni taqozo etadi.

Yuqorida ta'kidlaganimizdek, har qanday faoliyat ham tashqi harakatlar asosida shakllanadi va motor komponentlardan iborat bo'lishi mumkin. Agar tashqi faoliyat asosida psixik jarayonlarga o'tish ro'y bergan bo'lsa, bunday jarayonni psixologiyada **interiorizasiya** deb ataladi, aksincha, aqlida shakllangan g'oyalarni bevosita tashqi harakatlarda yoki tashqi faoliyatga ko'chirilishi **eksteriorizasiya** deb yuritiladi.

Faoliyat turlari yana ongning bevosita ishtiroki darajasiga ko'ra ham farqlanadi. Masalan, shunday bo'lishi mumkinki, ayrim harakatlar boshida har bir elementni jiddiy ravishda, 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 klassifikasiya 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 — shaxs 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 hatti-harakatlarining ma'no va mohiyatini anglab yetolmaydi.

O'qish faoliyati ham shaxs kamolotida katta rol o'ynaydi va ma'no kasb etadi. Bu shunday faollikki, uning jarayonida bilimlar, malaka va turli ko'nikmalar o'zlashtiriladi.

Mehnat qilish ham eng tabiiy ehtiyojlarga asoslangan faoliyat bo'lib, uning maqsadi albatta biror moddiy yoki ma'naviy ne'matlarni yaratish, jamiyat taraqqiyotiga hissa qo'shishdir.

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) harakatlarni ongli tarzda bajarish bilan bog'liq murakkab jarayonlar yotishini unutmaslik kerak. Lekin har bir shaxsni u yoki bu faoliyat

turi bilan shug'ullanishiga majbur qilgan psixologik omillar-sabablar muhim bo'lib, bu *faoliyat motivlaridir*.

4. Ijtimoiy hulq motivlari va shaxs motivasiyasi.

Yuqorida biz tanishib chiqqan faoliyat turlari o'z-o'zidan ro'y bermaydi. Shaxsning jamiyatdagi ijtimoiy xulqi va o'zini qanday to'tishi, egallagan mavqeyi ham sababsiz, o'z-o'zidan ro'y bermaydi. Faoliyatning amalga oshishi va shaxs xulq-atvorini tushuntirish uchun psixologiyada «*motiv*» va «*motivasiya*» tushunchalari ishlatiladi.

«*Motivasiya*» tushunchasi «*motiv*» tushunchasidan kengroq ma'no va mazmunga ega. *Motivasiya* — inson xulq-atvori, uning bog'lanishi, yo'nalishi va faolligini tushuntirib beruvchi psixologik sabablar majmuini bildiradi. Bu tushuncha u yoki bu shaxs xulqini tushuntirib berish kerak bo'lganda ishlatiladi, ya'ni: «nega?», «nima uchun?», «nima maqsadda?», «qanday manfaat yo'lida?» degan savollarga javob qidirish — motivasiyani qidirish demakdir. Demak, u xulqning motivasion tasnifini yoritishga olib keladi.

Shaxsning jamiyatda odamlar orasidagi xulqi va o'zini to'tishi sabablarini o'rganish tarbiyaviy ahamiyatga ega bo'lgan narsa bo'lib, masalani yoritishning ikki jihati farqlanadi: **a)** ichki sabablar, ya'ni hatti-harakat egasining subyektiv psixologik xususiyatlari nazarda tutiladi (motivlar, ehtiyojlar, maqsadlar, mo'ljallar, istaklar, qiziqishlar va hokazolar); **b)** tashqi sabablar — faoliyatning tashqi shart-sharoitlari va holatlari. Ya'ni, bular ayni konkret holatlarni kelib chiqishiga sabab bo'ladigan tashqi stimullardir.

Shaxs xulq-atvorini ichkaridan, ichki psixologik sabablar tufayli boshqarish odatda shaxsiy dispozisiyalar ham deb ataladi. Ular shaxs tomonidan anglanishi yoki anglanmasligi ham mumkin. Ya'ni, ba'zan shunday bo'ladiki, shaxs o'zi amalga oshirgan ishi yoki o'zidagi o'zgarishlarga nisbatan shakllangan munosabatning haqiqiy sababini o'zi tushunib yetmaydi, «Nega?» degan savolga «O'zim ham bilmay qoldim, bilmayman», deb javob beradi. Bu anglanmagan dispozisiyalar yoki ustanovkalar deb ataladi. Agar shaxs biror kasbga ongli tarzda qiziqib, uning barcha sir-asrorlarini egallash uchun astoydil harakat qilsa, bunda vaziyat boshqacharoq bo'ladi, ya'ni, dispozisiya anglangan, ongli hisoblanadi.

Shu nuqtai nazardan *motiv* — konkretroq tushuncha bo'lib, u shaxsdagi u yoki bu xulq-atvorga nisbatan turgan moyillik, hozirlikni tushuntirib beruvchi sababni nazarda tutadi. Mashhur nemis olimi Kurt Levin motivlar muammosi, ayniqsa, shaxsdagi ijtimoiy xulq motivlari borasida katta keng qamrovli tadqiqotlar olib borib, shu narsani aniqlaganki, har bir odam o'ziga xos tarzda u yoki bu vaziyatni idrok qilish va baholashga moyil bo'ladi. Shunisi ajablanarliki, o'sha bir konkret vaziyat xususidagi turli shaxslarning baholari ham turlicha bo'ladi. Bundan tashqari, bir shaxsning o'zi ham o'zidagi holat, kayfiyatga bog'liq holda bir xil vaziyatni alohida hollarda turlicha idrok qilishga moyil bo'larkan. Shuning uchun ham odamning ayni paytdagi real harakatlarini o'sha ma'lum sharoitdagi ichki va tashqi stimullarga uning bergan bahosi yoki reaksiyasi sifatida qaramay, balki unda shunga o'xshash holatlarni idrok

qilishga ichki bir xozirlik — dispozisiyaning mavjudligi bilan tushuntirish to'g'riroq bo'ladi. Shu ma'noda shaxs xulqining motivasiyasi turli sharoitlardan orttirilgan tajribaga tayangan, ongli taxllilar, xattoki, ijtimoiy tajriba normalarining ta'sirida shakllanadigan sabablar kompleksini o'z ichiga oladi. Masalan, iqtisodiy oliygoxlarida: «Statistika» nomli kurs bor deylik. Shu kursni o'zlashtirish va undan sinovdan o'tish ko'pchilikka osonlikcha ro'y bermaydi. Hali kurs boshlanmasdanoq, yosh talabalarda shu kurs va uning talablariga nisbatan shunday ustanovka shakllanadiki, albatta, bu kurs qiyin, uni olib boruvchi o'qituvchi o'ta talabchan, qattiqqo'l va hokazo degan. Bunday motivasiya mana necha avlod talabalari boshdan kechirayotgan holat. Endi konkret shaxsning dars jarayoni boshlangan keyingi harakatlari konkret motivlar bilan izohlanadi va tirishqoq talaba uchun bu fan ham boshqa fanlar qatori tinimsiz izlanish, o'z vaqtida darslarni tayyorlashni talab qilsa, boshqasi uchun (dangasaroq talaba uchun) bu darsdan keyin dars yo'q va u qachon shu semestr tugashini kutib harakat qiladi.

Har qanday motivlarning orqasida shaxsning ehtiyojlari yotadi. Ya'ni, maqsadli hayotda shaxsda avval u yoki bu ehtiyojlar paydo bo'ladi va aynan ularning tabiati va zaruratiga bog'liq tarzda xulq motivlari namoyon bo'ladi. Misol uchun talabaning o'quv faoliyatini olish mumkin. Bilim olish maqsadi bilim, ilm olish, qiziquvchanlik ehtiyojini paydo qiladi. Bu ehtiyoj taraqqiyotning ma'lum bir davrida, masalan, bog'cha yoshidan boshlab qoniqtirila boshlaydi. Bolaga sotib olib berilgan kitoblar, daftar va boshqa o'quv qurollari, ma'lum ta'lim maskanida tashkil etilgan shart-sharoitlar va u yerdagi bevosita bilim olishga qaratilgan faoliyatning o'zi, bola uchun motiv o'rnini bosadi. Yana bir oddiy misol: qo'lingizda kitob bor. Siz hali uni o'qishni boshlamadingiz. Lekin o'qish istagi bor, shu istakning ortida esa, o'sha mazmunni bilish va uning tagiga yetish ehtiyoji turadi.

Umuman shaxs ijtimoiy xulqi motivi haqida gap ketganda, uning ikki tomoni yoki elementi ajratiladi: ***harakat dasturi va maqsad***. Harakat dasturi maqsadga erishishning vositalariga aniqlik kiritadi. Shuning uchun ham dasturda nazarda tutilgan vositalar maqsadga erishishni oqlashi kerak, aks holda dastur xech narsa bermaydi. Masalan, ba'zi ota-onalar farzandlarini yaxshi tarbiyalash va undan ideallaridagi shaxs yetishib chiqishini orzu qilib, uning oldiga juda og'ir tarbiyaviy shartlarni qo'yadilar, bola erkinligi bo'g'iladi, u qat'iy nazorat muhitida ushlanadi. Oqibatda bola keyinchalik boshqarib bo'lmaydigan, qaysar, uncha-muncha tashqi ta'sirga berilmaydigan bo'lib qolib, har qanday boshqa ijtimoiy sharoitda qiynaladigan bo'lib qoladi. Shuning uchun ham motiv har doim anglangan, ehtiyojlar muvofiqlashtirilgan va maqsadlar va unga yetish vositalari aniq bo'lishi kerak. Shundagina ijtimoiy xulq jamiyatga mos bo'ladi.

Motivlarning turlari.

Odamda turli ishlarni bajarishini ta'minlovchi asosan ikki turdagi motiv bor: **muvaqqafiyatga erishish motivi** hamda **muvaqqafiyatsizliklardan qochish motivi**. Shunday motivlardan biri turli xil faoliyat sohalarida **muvaqqafiyatga erishish motivi** bo'lib, bunday nazariyaning asoschilari

amerikalik olimlar D.Maklelland, D.Atkinson va nemis olimi X. Xekxao'zenlar hisoblanadi. Odamlar ham u yoki bu turli faoliyatlarni kirishishda qaysi motivga mo'ljal qilishlariga qarab farq qiladilar. Masalan, faqat muvaffaqiyat motivi bilan ishlaydiganlar oldindan ishonch bilan shunday ish boshlaydilarki, nima qilib bo'lsa ham yutuqqa erishish ular uchun oliy maqsad bo'ladi. Ular hali ishni boshlamay turib, yutuqni kutadilar va shunday ishni amalga oshirishsa, odamlar ularning barcha harakatlarini ma'qullashlarini biladilar. Bu yo'lda ular nafaqat o'z kuch va imkoniyatlarini, balki barcha tashqi imkoniyatlar — tanish-bilishlar, mablag' kabi omillardan ham foydalanadilar.

Boshqacha xulq-atvorni muvaffiqiyatsizlikdan qochish motiviga tayangan shaxslarda kuzatish mumkin. Masalan, ular birinchilardan farqli, ishni boshlashdan avval nima bo'lsa ham muvaffaqiyatsizlikka duchor bo'lmaslikni o'yladilar. Shu tufayli ularda ko'proq ishonchsizlik, yutuqqa erishishga ishonmaslik, pessimizmga o'xshash holat kuzatiladi. Shuning uchun bo'lsa kerak, oxir-oqibat ular baribir muvaffaqiyatsizlikka uchrab, «O'zi sira omadim yurishmaydigan odamman-da» degan xulosaga keladilar. Agar birinchi toifali shaxslar bir ishni muvaffaqiyatli tugatgach, ko'tarinki ruh bilan ikkinchi ishga kirishishsa, ikkinchi toifa vakillari, har qanday ishni yakunlagandan so'ng, uning natijasidan qat'iy nazar, ruhan tushkunlikka tushadilar va og'rinish hissi bilan boshqa ishga kirishadilar. Bu o'rinda *talabchanlik* degan sifatning roli katta. Agar muvaffaqiyatga yo'nalgan shaxslarning o'zlariga nisbatan qo'ygan talablari darajasi ham yuqori bo'lsa, ikkinchi toifa vakillarining talablari aksincha, past bo'ladi. Bunday tashqari har birimizdagi o'zimizdagi real qobiliyatlar to'g'risidagi tasavvurlarimiz ham ushbu motivlarning faoliyatdagi o'rniga ta'sir ko'rsatadi. Masalan, o'zidagi qobiliyatlarga ishongan shaxs xattoki, mag'lubiyatga uchrasa ham, unchalik qayg'urmaydi, keyingi safar hammasi yaxshi bo'lishiga ishonadi. Ishonchsiz shaxs esa kichkina berilgan tanbeh yoki tanqidni ham juda katta ruhiy azob bilan qayg'urib boshdan kechiradi. Uning uchun ham shaxsning u yoki bu vaziyatlarda qayg'urish sifati ham ma'lum ma'noda motivlar xarakterini belgilaydi.

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 to'tishimiz va muvaffaqiyatlarga erishishimiz bilan baholasak bo'ladi. Masalan, mas'uliyatli imtihon topshirish jarayonini olaylik. Ba'zi talabalar imtihon oldidan juda qayg'uradilar, hattoki, qo'rqadilar ham. Ular uchun imtihon 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 urinsalar, ana shunday darajasi pastlar bor bilganini ham yaxshi aytib berolmay, yana o'qituvchi bilan tortishmaydilar ham.

Shuning uchun ham har birimiz ijtimoiy faoliyat motivlaridan tashqari, shaxsiy hislatlarimizni ham bilishimiz va ongli tarzda xulqimizni boshqara olishimiz kerak.

Mavzu yuzasidan test savollari:

1. Insonni faollikka, harakatga undovchi sabablar bu:

A) Motivlar, B) temperament, C) xarakter, D) imkoniyatlar

2. Faoliyat turlari qaysilar?

A) ixtiyorsiz, ixtiyoriy, B) tashqi, ichki, C) individual, jamoaviy
D) o'qish, o'yin, faoliyat

3. O'smirlarda eng kuchli ehtiyoj qaysilar?

A) mustaqillikka intilish, o'zligini tasdiqlash, tengdoshlar bilan muloqotda bo'lish, B) jamoat ishlarida qatnashish, chuqur o'rganish, kattalar bilan muloqotda bo'lish, C) o'yin, muloqot, jismoniy tarbiya, D) o'qish, mustaqil o'rganish

4. O'smirlik davrining kritik rivojlanishi bosqichi sababi nima?

A) o'smir organizmida sodir bo'ladigan anotomik-fiziologik o'zgarishlar
B) o'smir o'zini kattalarday seza boshlaydi
C) o'smir organizmidagi biologik o'zgarishlar va rivojlanayotgan ijtimoiy muhitning o'ziga xosligi
D) o'zini tuta olmasligi, betga choparlik

5. Tashqi faoliyat asosida psixik jarayonlarga o'tish xodisasi:

A) eksteriorizatsiya, B) interiorizatsiya, C) refleksiya, D) persepsiya

6. Aqlda shakllangan g'oyalarni bevosita tashqi harakatlarda yoki tashqi faoliyatga ko'chirilishi:

A) eksteriorizatsiya, B) interiorizatsiya, C) refleksiya, D) persepsiya

7. Predmet va xodisalar to'g'risida yaxlit obrazning shakllanishiga asoslangan harakatlar:

A) mnemik, B) imajitiv, C) fikrlash faoliyati, D) perseptiv

8. Aql vositasida turli muammolarni echishga qaratilgan faoliyat:

A) mnemik, B) imajitiv, C) fikrlash faoliyati, D) perseptiv

9. Narsa va xodisalarning mazmun-mohiyatiga aloqador materialning eslab qolinishi, esga tushirilishi va esda saqlab turilishi bilan bog'liq faoliyat:

A) mnemik, B) imajitiv, C) fikrlash faoliyati, D) perseptiv

10. Ijodiy jarayonlarda xayol va fantaziya vositasida ongda berilmagan narsa xususiyatlarini anglash va xayolda tiklash faoliyati:

A) mnemik, B) imajitiv, C) fikrlash faoliyati, D) perseptiv

11. Insonning o'ziga suhbatdosh izlashi ehtiyojning qaysi turiga mos?

A) moddiy, B) tibbiy, C) ijtimoiy, D) psixofiziologik

12. A. Maslou fikricha odamlarda eng kuchli ehtiyoj qaysi?

A) Moddiy ehtiyoj, B) estetik ehtiyoj, C) bilish ehtiyojlari, D) o'zini namoyon qilish ehtiyojlari

Tavsiya etiladigan adabiyotlar:

1. G'oziev E.G. Umumiy psixologiya. Toshkent. 2007.1-2 kitob.
2. "Psixologiya" Uch.T-2. "Prospekt". Moskva - 2004.
3. Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya asoslari. T.: 2000
4. Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya va ijtimoiy amaliyot. T.: 2002
5. Drujinina V. "Psixologiya ". Uchebnik. "Piter", 2003.
6. Nemov R.S. Prakticheskaya Psixologiya Poznanie sebya: Vliyanie na lyudey: Posobie dlya uch-sya-M: Gumanit. Izd. Sentr VLADOS, 2003. 320 s.

Mavzu yuzasidan internet tarmog'i bo'yicha veb-saytlar ro'yhati:

1. www.expert.psychology.ru
2. www.psicho.all.ru
3. www.psychology.net.ru

4 – MAVZU : MULOQOT

Aniqlashtirilgan o'quv maqsadlari. Talaba bu mavzuni to'la o'zlashtirgandan so'ng:

- Muloqot, muomala, munosabat tushunchalarni farqlay oladi;
- Muloqotning inson hayotida tutgan o'rni va funksiyalarini biladi;
- Muloqotning tomonlarini tushuntiradi;
- Samarali muloqot sirlariga ta'rif beradi.
- Sinkveyn (ma'lumotlarni yig'ish) strategiyasini qo'llaydi.

Tayanch so'z va iboralar:

Muloqot, miya, nutq, kommunikativ muloqot, interaktiv muloqot, perseptiv muloqot, pedagogik muloqot, muloqot treningi, muloqot madaniyati.

Asosiy savollar:

- 1.Muloqot to'g'risida tushuncha
- 2.Muloqotning tomonlari.
- 3.Muomala va muloqotning psixologik vositalari.
- 4.Muloqot va uni o'rganish muammolari.

1.Muloqot to'g'risida tushuncha

Muloqot – shaxslar orasidagi nutqli yoki nutqsiz o'zaro aloqa jarayonidir. Muloqot ikki va undan ortiq odamlar o'rtasida birlikdagi hayot va faoliyat ehtiyojlaridan kelib chiquvchi real aloqalar. Muloqot haqida gap ketar ekan, bunda uchta bir-biridan alohida o'z roli va vazifasiga ega bo'lgan va bir-biriga bog'liq, bir-birining ahamiyati va sifat darajasini to'ldiruvchi tushunchalarning farq etilishi lozim deb hisoblaymiz. Bu tushunchalar, bizningcha, muloqot, muomala va munosabat kabilardir.

Muomala – muloqotning tarkibiy qismi bo'lib, uning sifat darajasi, negizi va asosini tashkil etadi. Muloqot qatnashuvchilarining shaxsiy xulq-atvorlari, bir-birlariga bo'lgan munosabatlarida (ijobiy, salbiy, betaraf va x. k.), ular o'rtasidagi muloqotning yoqimli yoki yoqimsiz (empatiya yoki antipatiya) bo'lishi odamlarning o'zaro muomalalariga bog'liq bo'ladi. Muomala muloqotning sifat darajasini belgilar ekan, Hech qanday ijobiy muloqot muomalasiz bo'lmaydi. Shunday ekan, muomala – odamlarning bir-birlariga ma'lumotlarni qanday usullar, yo'llar, xis-tuyg'ular, Emotsiyalar bilan yetkazishlari, ifodalashidir.

Munosabat – muloqot ishtirokchilari o'rtasida almashilgan fikr, axborot, voqyea, hodisa va hokazo kabilarga har bir ishtirokchining yondashishlari, his tuyg'ulari va har bir ma'lumot, axborot, xulosa va h. klar haqidagi fikrlardir.

Demak, munosabat odamlarning tabiat va tevarak-atrofdagi narsalar, voqyealar, fikrlar, hayotiy, ijtimoiy aloqalar va x. k. larni qanday anglanilganligiga qarab paydo bo'ladigan subyektiv his tuyg'ulari va fikrlaridir.

Muloqot qonuniyatlarini bilish hamda muomala o'rnatish malakalari va ko'nikmalarini rivojlantirish pedagog va tarbiyachilar uchun ayniqsa muhim. Negaki, uning kasbiga ko'ra vazifasi ham tarbiyalanuvchilarni o'zi bilan

birgalikdagi faoliyatiga unumli jalb qila bilgan, tarbiyaning maqsad va vazifalariga javob beradigan tarzda o'zaro birgalikdagi harakat va o'zaro hamjihatlikni yo'lga qo'ya oladigan, yangi to'laqonli pedagogik munosabatlarni o'rnatgan olgan taqdirdagina muvafaqqiyatli hal etilishi mumkin.

Muloqot birgalikda faoliyat ko'rsatuvchilar o'rtasida axborot ayirboshlashni o'z ichiga oladi. Bunday axborot ayirboshlash munosabatining kommunikativ shakli sifatida ta'riflanadi. Odamlar muloqotga kirishayotganda ular tildan foydalanadilar. Muloqotning ikkinchi jihati muloqotga kirishuvchilarning bir-birlarini idrok etishlarida namoyon bo'ladi. Muloqotning uchinchi jihati – muloqotga kirishuvchilarning o'zaro birgalikdagi harakati – nutq jarayonida faqat so'zlar bilan emas, balki harakatlar, hatti-harakatlar bilan ham bir-birini tushunishdan iborat. Shunday qilib, yagona muloqot jarayonida shartli ravishda uchta tomonni – kommunikativ /axborot o'zlash/, o'zaro bir-birini idrok qilishni va o'zaro birgalikdagi harakat, o'zaro ta'sir qilishini ko'ramiz.

Kishi birgalikda faoliyat ko'rsatayotganda zaruratga ko'ra boshqa odamlar bilan birlashishi, ular bilan muloqotga kirishishi, ya'ni aloqa o'rnatishi, o'zaro hamjihatlikka erishishi, kerakli axborot olishi va javob tariqasida axborot berishi lozim va hokazo. Bu o'rinda muloqot faoliyatning bir tomoni, bir qismi, uning eng muhim informativ kommunikatsiya sifatida namoyon bo'ladi.

Insoniy munosabatlar psixologiyasi. Shaxs — ijtimoiy munosabatlar mahsuli deyilishining eng asosiy sababi — uning doimo insonlar davrasida, ular bilan o'zaro ta'sir doirasida bo'lishini anglatadi. Bu shaxsning eng yetakchi va nufo'zli faoliyatlaridan biri muloqot ekanligiga ishora qiladi.

Muloqotning turi va shakllari turlichadir. Masalan, bu faoliyat bevosita «yuzma-yuz» bo'lishi yoki u yoki bu texnik vositalar (telefon, telegraf va shunga o'xshash) orqali amalga oshiriladigan; biror professional faoliyat jarayonidagi amaliy yoki do'stona bo'lishi; subyekt-subyekt tipli (dialogik, sheriklik) yoki subyekt-obyektli (monologik) bo'lishi mumkin.

Insoniy munosabatlar shunday o'zaro ta'sir jarayonlariki, unda shaxslaro munosabatlar shakllanadi va namoyon bo'ladi. Bunday jarayon dastlab odamlar o'rtasida ro'y beradigan fikrlar, his-kechinmalar, tashvish-u — quvonchlar almashinuvini nazarda tutadi. Odamlar muloqotda bo'lishgani sari, ular o'rtasidagi munosabatlar tajribasi ortgan sari ular o'rtasida umumiylik, o'xshashlik va uyg'unlik kabi sifatlar paydo bo'ladiki, ular bir-birlarini bir qarashda tushunadigan yoki «yarimta jumladan» ham fikr ayon bo'ladigan bo'lib qoladi, ayrim hollarda esa ana shunday muloqotning tig'izligi teskari reaksiyalarni — bir-biridan charchash, gapiradigan gapning qolmasligi kabi vaziyatni keltirib chiqaradi. Masalan, oila muhiti va undagi munosabatlar ana shunday tig'iz munosabatlarga kiradi. Faqat bunday tig'izlik oilaning barcha a'zolari o'rtasida emas, uning ayrim a'zolari o'rtasida bo'lishi mumkin (onabola, qaynona-kelin va h. k.)

O'zaro munosabatlarga kirishayotgan tomonlar munosabatdan ko'zlaydigan asosiy maqsadlari — o'zaro til topishish, bir-birini tushunishdir.

Bu jarayonning murakkabligi, kerak bo'lsa, «jozibasi», betakrorligi shundaki, o'zaro bir xil til topishish yoki tomonlarning aynan bir xil o'ylashlari va gapirishlari mumkin emas. Agar ana shunday vaziyatni tasavvur qiladigan bo'lsak, bunday muloqot eng samarasiz, eng beta'sir bo'lgan bo'lar edi. Masalan, tasavvur qiling, uzoq vaqt ko'rishmay qolgan do'stingizni ko'rib qoldingiz. Siz undan hol-ahvol so'radigiz, lekin u tashabbusni sizga berib, nimaiki demang, sizni ma'qullab, gapingizni qaytarib turibdi. Bunday muloqot juda bemaza bo'lgan va siz ikkinchi marta o'sha odam bilan iloji boricha rasman salom-alikni bajo keltirib o'tib ketavergan bo'lardingiz. Ya'ni, muloqot faoliyati shunday shart-sharoitki, unda har bir shaxsning individualligi, betakrorligi, bilimlar va tasavvurlarning xilma-xilligi namoyon bo'ladi va shunisi bilan u insoniyatni asrlar davomida o'ziga jalb etadi.

Har qanday faoliyatdan zerikish, charchash mumkin, faqat odam muloqotdan, ayniqsa, uning norasmiy samimiy, bevosita shaklidan charchamaydi, yaxshi suhbatdoshlar doimo ma'naviy jihatdan rag'batlantiriladilar.

XXI asr bo'sag'asida odamning eng tabiiy bo'lgan muloqotga ehtiyoji, uning sirlaridan xabardor bo'lish va o'zgalarga samarali ta'sir eta olishga bo'lgan intilishi yanada oshdi va buning qator sabablari bor.

Birinchidan, industrial jamiyatdan axborotlar jamiyatiga o'tib bormoqdamiz. Axborotlarning ko'pligi aynan inson manfaatiga aloqador ma'lumotlarni saralash, u bilan to'g'ri munosabatda bo'lishni taqozo etdi. Axborot XXI asrda eng nodir kapitalga aylanadi va bu o'z navbatida insonlarga zarur axborotlar o'zatilishi tezligi va tempini o'zgartiradi.

Ikkinchidan, turli kasb-faoliyat sohasida ishlayotgan odamlar guruhining ko'payishi, ular o'rtasida munosabatlar va aloqaning dolzarbligi axborotlar tig'iz sharoitda oddiygina muloqotni emas, balki professional, bilimdonlik asosidagi muloqotni talab qiladi. Umuman, XXI asrning korporasiyalar asri bo'ladi, deb bashorat qilayotgan iqtisodchilar ham bu korporasiya insonlarning o'zaro til topishlariga qaratilgan malakalarning rivojlangan, mukammal bo'lishi haqida gapirmoqdalar. Undan tashqari, bu kabi korporativ aloqa ko'p xollarda bevosita yuzma-yuz emas, balki zamonaviy texnik vositalar — uyali aloqa, fakslar, elektron pochta, Internet kabilar yordamida aniq va lo'nda fikrlarni o'zlashni nazarda tutadi. Bu ham o'ziga xos muloqot malakalarining ataylab shakllantirilishini taqozo etadi.

Uchinchidan, oxirgi paytlarda shunday kasb-hunarlar soni ortdiki, ular sosionomik guruh kasblar deb atalib, ularda «odam-odam» dialogi faoliyatning samarasini belgilaydi. Masalan, pedagogik faoliyat, boshqaruv tizimi, turli xil xizmatlar (servis), marketing va boshqalar shular jumlasidandir. Bunday sharoitlarda odamlarning ataylab muloqot bilimdonligining oshirilishi mehnat mahsulini belgilaydi.

Shuning uchun ham muloqot, uning tabiati, texnikasi va strategiyasi, muloqotga o'rgatish (sosial psixologik trening) masalalari bilan shug'ullanuvchi fanlarning ham jamiyatdagi o'rni va salohiyati keskin oshdi.

2. Muloqotning tomonlari.

Muloqotning kommunikativ tomoni — muloqotlarga kirishuvchilar o'rtasidagi ma'lumot almashinuvi jarayoni.

Muloqotning perseptiv tomoni — muloqotga kirishuvchilarning bir-birlarini idrok etishlari va tushunishlari bilan bog'liq bo'lgan murakkab psixologik jarayon.

Muloqotning interaktiv tomoni — muloqotga kirishuvchilarning xulq-atvoriga ta'siri.

Endi muloqotning har bir tarkibiy qismi bilan alohida tanishib chiqamiz.

A) *Muloqotning kommunikativ tomoni* — shaxslararo axborotlar, bilimlar g'oyalar, fikrlar almashinuvi. Bu jarayonning asosiy vositasi — til. (yozma-og'zaki, monologik-dialogik nutq) Dialogik nutqning mazmuni, xarakteri, davomiyligi muloqotga kirishgan shaxslarning shaxsiy qarashlariga, qiziqishlariga, bir-birlariga bo'lgan munosabatlariga, maqsadlariga bevosita bog'liq bo'ladi. O'qituvchi-o'quvchi, siyosiy rahbarlarning, diplomatlarning, dugonalarning suhbatlari bir-biridan farq qiladi. Monologik nutq bir kishining boshqa kishiga murojaati— fikrlarning mantiqan tugal bo'lishi, grammatik qonun-qoidalarga rioya kilish kerak. Odamlarning muloqot jarayonida so'zlardan tashqari turli xil harakatlardan, qiliqlardan, holatlardan, kulgu, ohanglardan ham foydalanadilar. Mimika, ko'z qarashlar, to'xtashlar (pauza) ifodalari va hokazo. Buyuk rus yozuvchisi L. Tolstoy odamlarda 97 xil kulgu turi, 85 xil ko'z qarashlar turi borligini kuzatgan. Andreyevaning yozishicha, odam yuz ifodalari, nigoxlarining 2000 ga yaqin ko'rinishlari bor.

Bu noverbal muloqot vositalarining milliy va xududiy xususiyatlari bor. Masalan: o'zbek xalqining muloqot jarayoni boy, o'zaro munosabatlarning bevosita xarakteri unda shunday vositalarning ko'proq ishlatilishi bilan bog'liq. Bolgarlar biror fikrni tasdiqlamoqli bo'lishsa, boshlarini chayqashadi, inkor etmoqchi bo'lishsa, bosh siltashar ekan.

Noverbal muloqotda suhbatdoshlarning fazoviy joylashuvlari ham ahamiyatga ega: Masalan, ayollar xissiyotga berilganligi uchun bir – birlari bilan yaqin turib gaplashar ekanlar, erkaklar o'rtasida masofa bo'lar ekan.

O'quvchilarni partada orqama – ketin o'tqazgandan ko'ra doira shaklida o'tqazilsa, ularda javobgarlik xissi yuqoriroq bo'lar ekan, Emotsiyalar almashgani uchun ham guruhdagi psixologik vaziyat ijobiy bo'lib, bolalarning predmetga va bir – birlariga munosabatlari ancha yaxshi bo'lar ekan.

Demak ta'lim – tarbiya jarayonini tashkil etishda muloqotning barcha vositalariga, ayniqsa, nutqka e'tibor berish kerak. Bolalarni ilk yoshlik chog'laridanoq nutq madaniyatiga o'rgatish, nutqlarini o'stirish choralari ko'rish zarur. Pedagog ham nutq madaniyatiga ega bo'lishi kerak.

B) *Muloqotning perseptiv tomoni.* Muloqot jarayonida odamlar bir-birlari bilan ma'lumotlar almashib, o'zaro ta'sir ko'rsatibgina qolmay, balki bir-birlarini to'g'riroq va aniqroq anglashga, tushunishga va idrok qilishga harakat qiladilar. Bu tomon shaxsiy idrok va tushunish muammosi bilan bog'liqdir. Birgalikdagi faoliyat jarayonida shaxslarniig bir-birlarini to'g'ri tushunishlari na aniq idrok qilishlari muloqotning samarali bo'lishini ta'minlaydi. Rus psixologi

A.A. Bodalev boshchiligidagi laboratoriya bir-birlarini idrok qilish mexanizmlarini aniqlash borasida qator psixologik qonuniyatlarni kuzatgan. Bunday mexanizmlarga:

identifikasiya;

refleksiya;

stereotiplashtirish kiradi.

Identifikasiya shunday psixologik xodisaki, bunda suhbatdoshlar bir-birlarini to'g'riroq idrok qilish uchun o'zlarini bir-birlarining o'rniga qo'yib ko'rishga harakat qiladilar. Ya'ni, o'zidagi bilimlar, tasavvurlar, hislatlar orqali boshqa birovni tushunishga harakat qilish, o'zini birov bilan solishtirish (ongli yoki ongsiz) *identifikasiyadir*. Masalan, birinchi marta uchrashuvga ketayotgan yigitning ichki holatini uning o'rtog'i yoki akasi tushunishi mumkin.

Refleksiya muloqot jarayonida suhbatdoshning pozitsiyasidan, xolatidan turib, o'zini tasavvur qilishdir, ya'ni *refleksiya, boshqa odamning idrokiga taalluqli bo'lib o'ziga birovning ko'zi bilan qarashga intilishdir*. Chunki, busiz odam muloqot jarayonida o'zini aniq bilmasligi, noto'g'ri muloqot formalarini tanlashi mumkin.

Stereotiplashtirish odamlar ongida muloqotlar mobaynida shakllanib o'rnashib qolgan ko'nikib qolingan obrazlardan shablon sifatida foydalanish hollaridir. Ijtimoiy stereotiplar har bir shaxsda u yoki bu guruhli kishilar haqida shakllangan obrazlardir. A. A. Bodalev va uning shogirdlari bunday stereotiplar ba'zan muloqotni to'g'ri yo'nalganligini ta'minlasa, boshqa hollarda esa undagi xatoliklarning sababi bo'lishi mumkinligini kuzatishgan. Idrok va tushunish borasidagi bunday xatoliklar kao'zal atribusiya (lotincha causa-sabab, attributio-qo'shib qo'yaman degan so'zdan olingan), ya'ni sababiy belgilar yoki sababiy izohlash deb ataladi. Masalan, o'qituvchi bilan hamsuhbat bo'lib qolgan odamda suhbat boshidayoq "hozir odob-ahloqdan dars berishni boshlamasmikan" degan shubha paydo bo'lishi mumkin. Bu ham stereotip. Bundan tashqari, odamlar birinchi marta ko'rgan odam to'g'risida tasavvurga ega bo'lish maqsadida uning tashqi qiyofasi bilan xarakteri o'rtasida bog'liqliklar o'rnatishga harakat qilarkan, shunday bog'liqliklarni aniqlash maqsadida A. A. Bodalev talabalar guruhiga turlicha qiyofali shaxslarning fotosuratlarini ko'rsatgan. 72 kishidan 9 tasi iyagi katta kishilar kuchli iroda egalari ekanligini, 17 tasi peshonasi keng odamlar aqlli ekanliklarini, 3 kishi sochi qattik odamlarning qaysarroq, qat'iy ekanliklarini, 5 kishi kichik bo'yli odamlar hokimiyatga intilgan, boshqalar ustidan buyruq berishga moyil, chiroyli odamlar yo o'ta o'ziga bino qo'ygan yoki nodon bo'lishligini aytishgan va hokazo.

Tabiiyki, bunday fikrlar mutlaq to'g'ri emas, lekin kishilar ongida avloddan-avlodga o'tib kelayotgan tasavvurlar shunday obrazlarni shakllantirgan. Notanish odam haqida tushunchaning shakllanishida u haqida berilgan birlamchi ma'lumot katta rol o'ynaydi. Masalan, talabalarning ikki guruhiga bir xil portret ko'rsatib, birinchi guruhda bu odam yirik olim, ikkinchisida esa, bu — davlat jinoyatchisi deb, unga ikkala holda ham ijtimoiy-psixologik xarakteristika berishlarini so'ragan. Ko'rsatmalar har xil bo'lganligi

sababli berilgan ta'riflar ham har xil bo'lgan. Birinchi guruhdagi talabalar bu odam mehnatkash, mehribon, shafqatli, g'amxo'r, aqlli bo'lsa kerak, deyishgan bo'lsa, ikkinchi guruhdagilar uni – beshafqat, makkor, qatiyatli deb ta'riflashgan. Birinchi guruhdagilar portretidagi ko'zlarni dono, muloyim deyishgan bo'lsa, boshqalar ularni yovo'z, beshafqat deb aytishgan.

Shunday qilib, ijtimoiy persepsiya yoki odamlarning bir-birlarini to'g'ri idrok etish va tushunish jarayoni muloqotning muhim muammolaridan biridir. Bu jarayon psixologik jihatdan murakkab bo'lib, unda muloqotga kirishayotgan tomonlarning har biri alohida ana shu idrokning ham obyekti, ham subyekti bo'lib faoliyat ko'rsatadilar. Idrokning obyekti sifatida shaxs qaralganda, unda hosil bo'ladigan "boshqa odam obrazi" ning barcha sifatleri va qirralari nazarda tutiladi. Bunday obraz paydo bo'lishiga xizmat qiladigan belgilarga: o'sha odamning tashqi qiyofasi, uning kiyinishi, o'zini to'tishi, hissiy holati, ovozi, nutqi, qiliqlari, yurishi va hokazolar kiradi. Lekin shularning ichida odamning **yuzi** muloqot mobaynida suhbatdoshga eng ko'p ma'lumot beradigan obyektidir. Shuning uchun ham telefonda suhbatlashgandan ko'ra yuzma-yuz suhbatlashish ancha oson va axborotlarga boydir.

Odamlarning bir-birlarini to'g'ri idrok etishlari ularning perseptiv, ya'ni hissiy bilish (idrok sezish) sohasiga aloqador bo'lsa, bir-birlarini tushunishi ularning tafakkur sohalariga bevosita bog'liq murakkab jarayondir. Boshqa odamni to'g'ri tushungan shaxs uning hissiy holatiga kira olgan hisoblanadi, boshqacha qilib aytganda, unda **empatiya** — birovlarining his kechinmalarini tushuna olish qobiliyati rivojlangan bo'ladi. Yuksak ongli, madaniyatli, "ko'pni ko'rgan" shaxsgina boshqalarni to'g'ri tushunishi, ularning mavqeyida tura olishi mumkin.

C) Muloqotning interaktiv tomoni. Muloqotning bu xususiyati kishilarning muloqot jarayonida birgalikdagi faoliyatda bir-birlariga amaliy jihatdan bevosita ta'sir etishlarinn ta'minlaydi. Shu tufayli odamlar hamkorlikda ishlash, bir-birlariga yordam berish, bir-birlaridan o'rganish, harakatlar muvofiqligiga erishish kabi qator qobiliyatlarini namoyon etishlari mumkin. Shu tufayli o'qituvchi bola shaxsiga maqsadga yo'nalgan holda ta'sir ko'rsatishi mumkin. Aslini olganda, har qanday muloqot, agar u bema'ni, maqsadsiz, quruq gaplardan iborat bo'lmasa, doimo muloqotga kirishuvchilarning xulq-atvorlarini, ularning ustanovkalarini o'zgartirish imkoniyatiga ega.

Jamiyat miqyosida oladigan bo'lsak, odamlarning turli sharoitlarda o'zlarini to'tishlari, xulq-atvorlarining boshqarilishi ma'lum psixologik qonuniyatlarga bog'liqligini ko'rish mumkin. Bunga sabab jamiyatda qabul qilingan turli normalar, qonun-qoidalaridir. Chunki, o'zaro muloqot va o'zaro ta'sir jarayonlarida shunday hatti-harakatlar obrazlari kishilar ongiga singib boradiki, ularni har bir kishi norma sifatida qabul qiladi. Masalan, o'smir bola, umuman yoshlar jamoat joylarida kattalarga o'rin bo'shatib berishlari kerakligi ham xulq-atvorning bir normasi. Shu normaga amal qilish yoki qilmaslik ijtimoiy nazorat tizimi orqali boshqariladi. Ya'ni, yuqoridagi sharoitda agar o'smir bola avtobusda qariyaga joy bo'shatmasa, jamoatchilik o'sha zahoti uni ijtimoiy tartibga chaqiradi. Demak, har bir shaxs turli sharoitlarda turlicha

rollarni bajaradi, bu rollarning qanday bajarilayotganligi, odamlarning ko'tishlariga mos kelishligi ijtimoiy nazorat tizimi orqali kuzatib turiladi. Shuning uchun ham muloqotga kirishgan kishilar doimo o'z xulq-atvorlarini, qolaversa, o'zgalarning xulq-atvorini nazorat qilib, harakatlarda bir-birlariga moslashadilar. Lekin gohida shaxsdagi rollarning ko'p bo'lishi rollarning ziddiyatiga olib kelishi mumkin. Masalan, maktab o'qituvchisining o'zi o'qitayotgan sinfda farzandi bo'lsa, dars paytida shunday ziddiyatni boshdan kechirishi mumkin, ya'ni bir vaqtning o'zida ham ota yoki ona, ham o'qituvchi rolini bajarishga majbur bo'ladi. Yoki xulqi yomon o'quvchining uyiga kelgan o'qituvchi bir vaqtning o'zida ham o'qituvchi, ham mehmon rollari o'rtasida qiynaladi.

Turli rollarni bajarayotgan shaxslarning o'zaro muloqotlari ko'tishlar tizimi orqali boshqariladi. Masalan, xohlaydimi yoki xohlamaydimi, o'qituvchidan ma'lum harakatlarni ko'tishadiki, ular o'qituvchi roliga zid bo'lmasligi kerak. O'z rollariga mos harakat qilgan, doimo me'yor mezonida ish tutgan kishining harakatlari odobli harakatlar deb ataladi. Masalan, o'qituvchining odobi, o'z kasbini ustasi ekanligi, bolalar qalbini tushuna olishi, ularning yosh va individual xususiyatlarini hisobga olgan holda ish to'tishi uning odobga ega ekanligining belgisidir. Odobsiz odam esa buning aksidir.

Demak, o'zaro muloqot jarayonida bir odam ikkinchi odamga psixologik ta'sir ko'rsatadi. Bu ta'sir ikkala tomondan ham anglanishi yoki anglanmasligi mumkin. Ya'ni, ba'zan biz nima uchun bir shaxsning bizga naqadar kuchli ta'sirga ega ekanligini, boshqa biri esa, aksincha, Hech qanday ta'sir kuchiga ega emasligini tushunib yetmaymiz. Bu esa pedagogikada muhim muammodir. Har bir pedagogning o'z ta'sir uslublari va ta'sir kuchi bo'ladi. O'qituvchi shaxsining bolalarga ta'siri quyidagi eksperimentda juda yaqqol kuzatilgan. Boshlang'ich sinf o'quvchilariga anchagina o'yinchoqlar berib, shularning ichida faqat bittasiga, qizil yog'och o'yinchoqqa tegmaslik aytilgan. Bolalar yolg'iz qoldirilib, harakatlari pinxona kuzatilgan. Juda ko'p bolalar taqiqlangan o'yinchoqqa baribir tegishgan. Eksperimentning ikkinchi seriyasida esa endi barcha o'yinchoqqa tegish mumkin-u, faqat qizil qutichaning qopqog'ini ochish mumkin emas, deb aytilgan. Shu quticha tepasiga esa shu bolalarning o'qituvchisi surati ilib qo'yishgan. Bu seriyada birinchisiga qaraganda "ta'qiqni bo'zuvchilar" soni keskin kamaygan. Demak, bu narsa o'qituvchi shaxsining bola harakatlariga ta'sirini yaqqol isbotlab turibdi.

Shaxslararo ta'sir haqida gap ketganda, o'qituvchi obro'yining roli haqida ham aytish lozim. Chunki, obro'li odam doimo o'sha obro' qozongan guruhida o'z mavqeiga va ta'siriga ega bo'ladi. Shaxs obro'yi uning boshqa shaxslarga irodaviy va emosional ta'sir ko'rsata olish qobiliyatidir. Ma'lumki, obro' amal yoki hayotiy tajriba bilangina orttirilmay, uning haqiqiy asosi — shaxsning odamlar bilan to'g'ri munosabati, undagi odamiylik xislatlarining, boshqa ijobiy xislatlarining uyg'unlashuvidadir. Psixologik obro' — ta'sir ko'rsatishning eng muhim mezonidir.

3. Muomala va muloqotning psixologik vositalari.

Odamlar bir-birlari bilan muomalaga kirishar ekan, ularning asosiy ko'zlagan maqsadlaridan biri — o'zaro bir-birlariga ta'sir ko'rsatish, ya'ni fikr-g'oyalariga ko'ndirish, harakatga chorlash, ustanovkalarni o'zgartirish va yaxshi taassurot qoldirishdir. Psixologik ta'sir — bu turli vositalar yordamida insonlarning fikrlari, hissiyotlari va hatti-harakatlariga ta'sir ko'rsata olishdir.

Ijtimoiy psixologiyada psixologik ta'sirning asosan uch vositasi farqlanadi.

1. Verbal ta'sir — bu so'z va nutqimiz orqali ko'rsatadigan ta'sirimizdir. Bundagi asosiy vositalar so'zlardir. Ma'lumki, nutq — bu so'zlashuv, o'zaro muomala jarayoni bo'lib, uning vositasi — so'zlar hisoblanadi. Monologik nutqda ham, dialogik nutqda ham odam o'zidagi barcha so'zlar zahirasidan foydalanib, eng ta'sirchan so'zlarni topib, sherigiga ta'sir ko'rsatishni hojlaydi.

2. Paralingvistik ta'sir — bu nutqning atrofidagi nutqni bezovchi, uni kuchaytiruvchi yoki susaytiruvchi omillar. Bunga nutqning baland yoki past tovushda ifodalanayotganligi, artikulyasiya, tovushlar, to'xtashlar, duduqlanish, yo'tal, til bilan amalga oshiriladigan harakatlar, nidolar kiradi. Shunga qarab, masalan, do'stimiz bizga biror narsani va'da berayotgan bo'lsa, biz uning qay darajada samimiyligini bilib olamiz. Kuyib-pishib, ochiq yuz va dadil ovoz bilan «Albatta bajaraman!», desa ishonamiz, albatta.

3. Noverbal ta'sirning ma'nosi «nutqsiz»dir. Bunga suhbatdoshlarning fazoda bir-birlariga nisbatan tutgan o'rnlari, Holatlari (yaqin, uzoq, intim), qiliqlari, mimika, pantomimika, qarashlar, bir-birini bevosita his qilishlar, tashqi qiyofa, undan chiqayotgan turli signallar (shovqin, hidlar) kiradi. Ularning barchasi muloqot jarayonini yanada kuchaytirib, suhbatdoshlarning bir-birlarini yaxshiroq bilib olishlariga yordam beradi. Masalan, agar uchrashuvning dastlabki daqiqalarida o'rtog'ingiz sizga qaramay, atrofga alanglab, «Ko'rganimdan biram xursandman», desa, ishonasizmi?

Muloqot jarayonidagi xarakterli narsa shundaki, suhbatdoshlar bir-birlariga ta'sir ko'rsatmoqchi bo'lishganda, dastavval nima deyish, qanday so'zlar vositasida ta'sir etishni o'ylar ekan. Aslida esa, o'sha so'zlar va ular atrofidagi harakatlar muhim rol o'ynarkan. Masalan, mashhur amerikalik olim Megrabyan formulasiga ko'ra, birinchi marta ko'rishib turgan suhbatdoshlardagi taassurotlarning ijobiy bo'lishiga gapirgan gaplari 7%, paralingvistik omillar 38%, va noverbal harakatlar 58% gacha ta'sir qilarkan. Keyinchalik bu munosabat o'zgarishi mumkin albatta, lekin xalq ichida yurgan bir maqol to'g'ri: «Ust—boshga qarab kutib olishadi, aqlga qarab kuzatishadi».

Muloqotning qanday kechishi va kimning ko'proq ta'sirga ega bo'lishi sheriklarning rollariga ham bog'liq. Ta'sirning tashabbuskori — bu shunday sherikki, unda ataylab ta'sir ko'rsatish maqsadi bo'ladi va u bu maqsadni amalga oshirish uchun barcha yuqorida ta'kidlangan vositalardan foydalanadi. Agar boshliq ishi tushib, biror xodimni xonasiga taklif etsa, u o'rnidan turib kutib oladi, iltifot ko'rsatadi, Hol-ahvolni ham quyuqroq so'raydi va so'ngra gapning asosiy qismiga o'tadi.

Ta'sirning adresati — ta'sir yo'naltirilgan shaxs. Lekin tashabbuskorning suhbatga tayyorgarligi yaxshi bo'lmasa, yoki adresat tajribaliroq sherik bo'lsa, u tashabbusni o'z qo'lga olishi va ta'sir kuchini qayta egasiga qaytarishi mumkin bo'ladi.

4. Muloqot va uni o'rganish muammolari.

Oxirgi yillarda «professionalizm» tushunchasi tez-tez ishlatiladigan bo'lib qoldi. Chunki jamiyatda tub islohotlarni amalga oshirish, mehnat unumdorligini «inson omili»ni takomillashtirish hisobiga oshirish davr talabi bo'lib qoldi. Ayniqsa, odamlarni boshqarish sohasidagi professionalizmga katta e'tibor qaratilmoqda. Juda ko'pchilik mutaxassislar barcha bajaradigan funksiyalari orasida odamlar bilan til topishish, ularga ta'sir ko'rsatish, ular faoliyatini to'g'ri tashkil qilish va boshqarish eng murakkablaridan ekanligini e'tirof etmoqdalar. Odamlar bilan normal munosabatlarni o'rnatish olmaslik, ayniqsa, biznes sohasida amaliy sheriklarning xolatlari, ko'tishlarini aniqlay olmaslik, o'z nuqtai-nazariga o'zgalarni professional tarzda ko'ndira olmaslik, «birov»ni, uning ichki kechinmalari va o'ziga bo'lgan munosabatini aniq tasavvur qila olmaslik amaliy psixologiyada *kommunikativ uquvsizlik*, yoki *diskommunikasiya* xolatini keltirib chiqaradi. Bunda odamlar oddiy til bilan aytganda, bir-birlarini tushunolmay qoladilar, shuning oqibatida pishib turgan loyiha yoki yaxshi reja amalga oshmasligi, bir necha oylarga cho'zilib ketishi mumkin.

Shuning uchun ham hozirgi zamon ijtimoiy psixologiyasining tadbqiqiy yo'nalishida, boshqaruv psixologiyasida katta yoshli odamlarni kommunikativ bilimdonlikka o'rgatish, ularda zarur kommunikativ malakalarni hosil qilishga katta ahamiyat berilmoqda. Har bir korxona, xususiy firma yoki davlat muassasasini boshqaruvchi menejer, rahbar tayyorlash muammosi ana shu rahbarlarni, boshqaruvchilarni psixologik jihatdan odamlar bilan ishlashga o'rgatish muammosini chetlab o'tolmaydi. Umuman, hozirgi davrda har qanday mutaxassis — vrach, muxandis, o'qituvchi, iqtisodchi, agronom, quruvchi, jurnalist, madaniyatshunos yoki boshqalar ham kommunikativ malakalarga ega bo'lmaguncha, bozor munosabatlari sharoitida tezda jamoaga kirishib, ko'pchilik bilan til topishib, o'z professoinal mahoratini ko'rsata olmaydi. Har bir ziyoli inson boshqalar bilan hamkorlik qilish mahorati va san'atiga ega bo'lishi kerak.

Bu vazifa odamlarni muomala va muloqot etikasiga o'rgatishni har qachongidan ham dolzarb qilib qo'ymoqda. To'g'ri, muloqotga kirishish — ijtimoiylashuv jarayonida barcha sifatlardan oldinroq shakllanadigan qobiliyatlardan, u tabiiy va hayotiy narsa. Bola tili juda yaxshi chiqib ulgurmay, atrofida gilar bilan aktiv muloqotga kirisha boshlaydi. Lekin masalaning paradoksal tomoni ham shundaki, yillar o'tgan sari ongli, aqlli odam har bir gapini o'ylab gapiradigan, har bir qadamini o'ylab bosadigan bo'lib qoladi, bu uning jamiyatdagi mavqeini belgilovchi vositadir. Bu muloqotga kirishishga ruhan tayyorlanishning ahamiyatini ham odam anglashini taqozo etadi. Shunday qilib, ana shu eng tabiiy va bir qarashda oddiy inson

faoliyati shu qadar murakkab va serqirradi, uning mexanizmlarini o'rganish, guruhlarda to'g'ri munosabatlarni tashkil etish va odamlarni samarali muloqotga o'rgatish muammosi bugungi ijtimoiy psixologiyaning muhim masalalaridandir.

Ma'lumki, gaplashayotgan odamlar biri gapiradi, ikkinchisi tinglaydi, eshitadi. Muloqotning samaradorligi ana shu ikki qirraning qanchalik o'zaro mosligi, bir-birini to'ldirishiga bog'liq ekan. Noto'g'ri tasavvurlardan biri shuki, odamni muomala yoki muloqotga o'rgatganda, uni faqat gapirishga, mantiqan asoslangan so'zlardan foydalanib, ta'sirchan gapirishga o'rgatishadi. Uning ikkinchi tomoni — tinglash qobiliyatiga deyarli e'tibor berilmaydi. Mashhur amerikalik notiq, psixolog Deyl Karnegi «Yaxshi suhbatdosh — yaxshi gapirishni biladigan emas, balki yaxshi tinglashni biladigan suhbatdoshdir» deganda aynan shu qobiliyatlarning insonlarda rivojlangan bo'lishini nazarda tutgan edi.

Mutaxassislarning aniqlashlaricha, ishlayotgan odamlar vaqtining 45%i tinglash jarayoniga ketar ekan, odamlar bilan doimiy muloqotda bo'ladiganlar 35 — 40% oylik maoshlarini odamlarni «tinglaganlari» uchun olarkanlar. Bundan shunday xulosa kelib chiqadiki, kommunikasiyaning eng qiyin sohalaridan hisoblangan tinglash qobiliyati odamga ko'proq foyda keltirarkan.

Shuning uchun bo'lsa kerak, nemis faylasufi A. Shopengauer «Odamlarni o'zingiz to'g'ringizda yaxshi fikrga ega bo'lishlarini xohlasangiz, ularni tinglang» deb yozgan ekan. Darhaqiqat, agar siz kuyunib gapirsangizu, suhbatdoshingiz sizni tinglamasa, boshqa narsa bilan ovora bo'laversa, undan ranjiysiz, nafaqat ranjiysiz, balki u bilan aloqani ham o'zasiz. O'qituvchi gapirayotgan paytda uni tinglamaslik odobsizlikning eng keng tarqalgan ko'rinishi deb baholanishini bilasizmi?

Nima uchun biz ko'pincha yaxshi gapiruvchi, so'zlovchi bo'la olamiz-u, yaxshi tinglovchi bo'la olmaymiz? Psixologlarning fikricha, asosiy halaqit beruvchi narsa — bu bizning o'z fikr—o'ylarimiz va hohishlarimiz og'ushida bo'lib qolishimizdir. Shuning uchun ham ba'zan rasman sherigimizni tinglayotganday bo'lamiz, lekin aslida hayolimiz boshqa yerda bo'ladi. Tinglashning ham xuddi gapirishga o'xshash texnikasi, usullari mavjud. Ularning turi ham ko'p, lekin asosan biz kundalik hayotda uning ikki usulini qo'llaymiz: *so'zma-so'z qaytarish* va *boshqacha talqin etish*. Birinchisi, suhbatdosh so'zlarining bir qismini yoki yaxliticha qaytarish orqali, sherikni qo'llab-quvvatlashni bildiradi. Ikkinchi usul esa — sherigimiz so'zlarini tinglab, undagi asosiy g'oyani muxtasar, o'zimizning talqinimizda ifoda etish. Ikkala usul ham sherik uchun muhim, chunki u sizning tinglayotganingizni, hattoki, undagi g'oyalarga qarshi emasligingizni bildiradi. Bundan tashqari, biz yaxshi tinglayotgan bo'lib, «Yo'g'-e?», «Nahotki?», «Qara-ya?», «Yasha!» luqmalari bilan ham suhbatdoshimizni gapirishga, yanayam o'z fikrlarini oydinlashtirishga chaqirib turamiz.

Demak, aslida bizdagi gapirayotgan shaxs yetakchi, u suhbatning mutloq hokimi, degan tasavvur unchalik to'g'ri emas. Yaxshi tinglashda ham shunday kuch borki, u suhbatdoshni Sizga juda yaqinlashtiradi, ishonchni tug'diradi. Chunki muloqot jarayonidagi eng qimmatli narsa — bu axborotning o'zi.

Tinglayotgan odam ma'nili, yaxshi dialogdan faqat yaxshi, foydali ma'lumot oladi. Gapirgan esa aksincha, o'zidagi borini berib, gapirmaydigan suhbatdoshdan «teskari aloqani» olib ulgurmay, hech narsasiz qolishi ham mumkin. Shuning uchun muloqotga o'rgatishning muhim yo'nalishlaridan biri — odamlarni faol tinglashga, bunda barcha paralingvistik va noverbal omillardan o'rinli foydalanishga o'rgatishdir.

Professional tinglash texnikasiga quyidagilar kiradi:

1. *aktiv holat*. Bu — agar kreslo yoki divan kabi mebel bo'lsa, unga bimalol yastanib yoki yotib olmaslik, suhbatdoshning yuzidan tashqari joylariga qaramaslik, mimika, bosh chayqash kabi harakatlar bilan uning har bir so'ziga qiziqayotganligingizni bildirishni nazarda tutadi;

2. *suhbatdoshga samimiy qiziqish bildirish*. Bu nafaqat suhbatdoshni o'ziga jalb qilib, balki keyin navbat kelganda o'zining har bir so'ziga uni ham ko'ndirishning samarali yo'lidir.

3. *o'ychan jimlik*. Bu suhbatdosh gapirayotgan paytda yuzda mas'uliyat bilan tinglayotganday tasavvur qoldirish orqali o'zingizning suhbatdan manfaatdorligingizni bildirish yo'li.

Agar biz suhbatdoshimizni yaxshi, diqqat bilan tinglasak, bu bilan biz unda o'z-o'ziga hurmatni ham tarbiyalaymiz. Demak, tinglash jarayoni ko'pchilik tasavvur qilgani kabi unchalik passiv jarayon emas ekan. Uning muloqotning samarali bo'lishidagi ahamiyati nihoyatda katta. Chunki tinglash qobiliyati gapiruvchini ilhomlantiradi, uni ruhlantiradi, yangi fikrlar, g'oyalarning shakllanishiga sharoit yaratadi. Shuning uchun ma'ro'zachi professorning har bir chiqishi va ma'ro'zasi agar talabalar tomonidan diqqat bilan tinglansa, bu pedagogik muloqotdan ikkala tomon ham teng yutadi.⁶

Agar muloqot jarayonida ishtirok etuvchi ikki jarayon — gapirish va tinglashning faol o'zaro ta'sir uchun teng ahamiyatini nazarda tutsak, bu jarayon qatnashchilarining psixologik savodxonligi va muloqot texnikasini egallashining ahamiyatini anglash qiyin bo'lmaydi. Shuning uchun ham ijtimoiy psixologiyada odamlarni samarali muloqotga ataylab o'rgatishga juda katta e'tibor beriladi. Guruh va jamoalarda muloqot treningi vositasida muzoqaralar olib borish, ish yuzasidan hamkorlik qilish yo'l-yo'riqlarini birgalikda topish, katta auditoriya oldida so'zlashga o'rgatish, majlislar o'tkazish, janjalli, konfliktli holatlarda o'zini to'g'ri to'tish malakalari hosil qilinadi. Bunday asosiy narsa — trening qatnashchilari ongiga birovlarini tushunish, o'zini o'zga o'rniga qo'ya olish, boshqalar manfaatlari bilan o'zinikini uyg'unlashtira olish g'oyasini singdirishdir. Treninglar mobaynida guruhiy munozaralar, rol o'yinlarning eng optimal variantlari sinab, mashq qilinadi.

Kishilarda muloqot madaniyatini tarkib toptirish ham muhim ahamiyatga egadir. Muloqot madaniyati kishilarda tasodifan yoki maktab ta'limi ta'sirida shakllanadi. Masalan, o'qituvchi birinchi sinfdanoq o'quvchilarga to'g'ri gapirishni, savollarga keng va batafsil javob berishlikni, so'raganda o'rnidan

⁶ Karimova V., Akramova F. Psixologiya. Ma'ruzalar matni. — T., 2002, 109 b

turib gapirish lozimligini o'rgatib boradi. Bolalar yoshi ulg'aygach, masalan, katta maktab yoshida o'quvchilar badiiy adabiyot yoki maxsus pedagogik adabiyotlarni o'qish orqali muomala madaniyati haqida yana ham kengrok tushunchaga ega bo'ladilar.

Lekin muomala madaniyatini maxsus mashq qilish orqali o'rganishning zarurligi hech kimga sir emas. Psixologik trening, ya'ni muomalani mashq qilish ikki xil vazifani bajarishni nazarda tutadi, birinchidan muomalaning, ayniqsa pedagogik muomalaning umumiy qonuniyatlarini o'rganishni, ikkinchidan, pedagogik kommunikasiyaning «texnologiyasini» egallash, ya'ni professional pedagogik muomala ko'nikma va malakalarini shakllantirishni nazarda tutadi.

Psixologik trening nazariy va amaliy tomonlarga ega. Amaliy tomoni o'quvchilar bilan bo'ladigan muomala ko'nikmalari va malakalarini egallashga hamda ularni chiniqtirishga qaratilgan mashqlar: darsning barcha bosqichlarida izchillik bilan harakat qilish ko'nikmalarini, pedagogik ish davomida mushaklarning zo'riqishini sundirish malakalarini, ixtiyoriy diqqatni taqsimlash malakasini shakllantirishga, kuzatuvchanlikni o'stirishga qaratilgan mashqlarni taqozo qiladi.

Muloqot madaniyatini egallashni mashq qilishda magnitafon yozuvlari, videotasvirlardan foydalanish ham katta ahamiyatga ega. Chunki bunday yozuvlar bo'lajak o'qituvchining o'z nutqini takomillashtirish, ovozi sozlash, gapirayotganda qomatini to'g'ri, tik to'tish, ortiqcha, keraksiz harakatlar, mimikalardan holi bo'lish imkonini beradi. Shuning uchun bo'lajak pedagoglar nutq madaniyatini, muomala madaniyatini egallashda ana shunga o'xshash mashqlardan foydalanish kerak.

Nutq va til to'g'risidagi tushuncha. Nutqning turlari va funksiyalari.

Yuqorida aytganimizdek, muloqotda biz tildan foydalanamiz. Til muloqotga kirishuvchilar o'rtasida aloqa bog'lanishini ta'minlaydi. Negaki, til shu maqsad uchun tanlangan so'zlar mohiyatiga ko'ra kodlashtirgan holda axborotni berayotgan kishi ham, uning kodini ochgan, ya'ni uning ma'nosini tushungan va shu axborot asosida o'z xulq-atvorini o'zgartirgan, bu axborotni qabul qilayotgan kishi ham tushunadi. Agar kodni tushunmaganda edi, tomonlar bir-birini tushunmas va noto'g'ri hatti-harakatlar qilgan bo'lur edi. Masalan, qadimgi Vavilondagi minora qurilishi.

Nutq – bu og'zaki kommunikasiya, ya'ni til yordamida muloqot o'rnatish jarayoni demakdir. Ijtimoiy tajribada biron–bir mazmunni anglatadigan so'zlar og'zaki kommunikasiya vositasi hisoblanadi. So'zlar eshittirilib yoki ovoz chiqarmasdan aytilishi, yozib qo'yilishi yoki kar–soqov kishilarda ma'lum bir mazmunga ega bo'lgan imo–ishoralar vositasida almashtirilishi mumkin.

Quyidagi nutq turlari farq qilinadi: yozma va og'zaki nutq. O'z navbatida og'zaki nutq dialogik va monologik nutqlarga bo'linadi. Og'zaki nutqning eng sodda turi **dialog**, ya'ni biror narsani muhokama qilayotgan suhbatdoshlar nutqidir. Og'zaki nutqning ikkinchi turi **monolog** nutq bo'lib, uni bir kishi boshqasiga yoki uni tinglayotgan ko'plab kishilarga qarata gapiradi. Bunga

o'qituvchining hikoyasi, o'quvchining kenggaytirilgan javobi, ma'ro'za va shu kabilar kiradi.

Dialog nutqda til qoidalariga unchalik rioya qilinmasa ham suhbatdoshlar bir-birlarini tushunaveradilar.

Yozma nutq insoniyat tarixida og'zaki nutqdan ancha keyin paydo bo'lgan. Yozuv tufayli odamlar to'plangan tajribalarni avloddan-avlodga to'lasicha yetkazish imkoni tug'ildi. Bordi-yu bu tajribalar og'zaki nutq tarzida o'tkazilganda bo'zilishi, o'zgarishi, hatto yo'kolib ketishi mumkin edi. Masalan, bobokolonimiz Imom al-Buxoriy tomonidan «Hadis»larni yozma to'plashga o'tilganligi.

Yozma nutq ham dialog va monolog shakllarida uchraydi. Nutqning nerv – fiziologik mexanizmini eshitish va harakat analizatorlari tashkil etadi. Chunki axborotni qabul qilish va uni boshqalarga berish uchun avvalo eshitish analizatorlari yaxshi ishlashi kerak. Gapirayotganda esa o'pka, og'iz muskullari faol harakatga keladi. Ayniqsa, artikulyasion apparat yaxshi ishlashi kerak. Buning faoliyatisiz birorta harf yoki so'z hosil bo'lmaydi. Nutqning nerv–fiziologik mexanizmlarini bosh miyadagi nutq markazlari ham tashkil etadi. Olimlarning, ayniqsa, A. R. Luriyaning tajribalari shuni ko'rsatadiki, bosh miyadagi nutq markazlari ishdan chiqsa, nutqni tushunish yoki nutq so'zlash birdaniga izdan chiqar ekan. Biz o'zaro muloqotda til, nutqning o'zidagina foydalanib qolmasdan, balki qo'l, barmoq va yuz harakatlari, imo–ishora, ohang, pao'za, kulgu, ko'z yoshi qilish va shu kabilardan ham foydalanamiz. Bular og'zaki kommunikasiya vositalari – so'zlarni to'ldiruvchi va kuchaytiruvchi, ba'zan esa o'rnini bosuvchi belgilar tizimini tashkil etadi.

Eng muhimi, kishi nutqni tarbiyalash bo'yicha oldiga aniq maqsad qo'yishi va ana shu maqsad asosida qat'iy mashqlar olib borishi lozim. Masalan, kishi adabiy tilda so'zlashga o'rganishni o'z oldiga maqsad qilib qo'ygan bo'lsa, faqat dars paytidagi javoblaridagina emas, har qanday sharoitda, har bir kishi bilan bo'lgan muloqotda ham o'zini gaplarini nazorat qilib borishi, shevachilikka yo'l qo'ymasligi lozim. O'z–o'zini nazorat qilish bo'lmasa kishi Hech qachon nutq madaniyatini, muomala madaniyatini egallay olmaydi, u notiq bo'la olmaydi.

Mavzu yuzasidan test savollari:

1. Muloqotning tomonlari qaysilar?

- A) faol,sust, xolis
- B) kommunikativ, interaktiv, perseptiv.
- C) qattiqqo'llik, talabchanlik, mehribonlik
- D) talab qilish, maslahatli, buyurish

2. Muloqotning shaxslararo munosabatlarda xulq-atvorga ta'sir etuvchi tomoni:

- A) interaktiv
- B) kommunikativ
- C) perseptiv
- D) refleksiv

3. Muloqotning shaxslararo munosabatlarda axborot, ma'lumot, fikr almashinuvi tomoni:

- A) interaktiv
- B) kommunikativ
- C) perseptiv
- D) reflektiv

4. Muloqotning shaxslararo munosabatlarda bir-birlarini idrok etishlari va tushunishlari :

- A) interaktiv
- B) kommunikativ
- C) perseptiv
- D) reflektiv.

5. Odam o'z xis-kechinmalarini nutqsiz izhor qilmoqchi bo'lsa, qanday namoyon etadi:

- A) mimika, pantomimika
- B) nutq
- C) dialog
- D) monolog

6. Boshqalarning his-kechinmalarini tushunishga moyillik va tayyorlik holati:

- A) egoizm
- B) altruizm
- C) empatiya
- D) simpatiya

7. Muloqot jarayonining ko'p qirrali ekanligini qaysi jihatlar ifodalaydi:

- A) shaxslarning o'zaro ta'siri
- B) shaxslar o'rtasida axborot almashinuvi
- C) bir kishining boshqasiga ta'sir ko'rsatishi
- D) barcha javoblar to'g'ri

8. SHaxs uchun taqlid qilish va andoza olish guruhi turi:

- A) referent guruh
- B) normativ guruh
- C) negativ guruh
- D) qiyoslash guruhi

9. Mulokot – bu:

- A) hayotiy muxim masalalarni boshqa odamlar bilan xal kilish jarayoni;
- B) insonni amaliy va nazariy faoliyatni tashkil etish usuli;
- C) e'tikod, dunyokarash va ideallarning shakllanish jarayoni;
- D) bolalarda akliy, axlokiy xislarining paydo bulish jarayoni.

10. Pedagogik mulokot – bu:

- A) pedagogik kuzatuvchanlik, tashabbuskarlik;
- B) pedagog va ukuvchilarning birgalikda xarakat kilish usuli;
- C) ta'lim-tarbiyani boshqarish jarayoni;
- D) ukuvchilar jamoasi bilan munosabat.

11. Mulokot vositasi – bu:

- A) ogzaki nutk;
- B) yozma nutk;
- C) til;
- D) ichki nutk.

12. Kommunikatsiyada keng foydalaniladigan nutk:

- A) ichki nutk;
- B) ogzaki nutk;
- C) yozma nutk;
- D) afaziyalar

Tavsiya etiladigan adabiyotlar:

1. Karnegi D. Kak zavoyevyat dro'zey i okazivat vliyaniye na lyudey. —M. ,2000
2. G'oziev E.G. Muomala psixologiyasi. T-2004.
3. Karimova V. M. Psixologiya. Ma'ro'zalar matni. —T. : 2000, -170 b.
4. Karimova V. Ijtimoiy psixologiya va ijtimoiy amaliyot. —T. : «Universitet», 2002-96 b
5. Mayers D. Sosialnaya psixologiya. — M. , 2003

5-MAVZU: BOSHQARUV PSIXOLOGIYASI

Aniqlashtirilgan o'quv maqsadlari. Talaba bu mavzuni to'la o'zlashtirgandan so'ng:

- Boshqaruv, rahbar, lider, boshqarish tushunchalarni farqlay oladi;
- Menejer, qonuniyat, mehnat, qaror, bozor, inson hayotida tutgan o'rni va funksiyalarini biladi;
- Nizoli holatlarni tushuntiradi;
- Nizolarni hal etish strategiyasini qo'llaydi.

Tayanch iboralar:

Rahbarlik sifatlari, rahbarlik nazariyalari, nizo turlari, bosqichlari, hal etish yo'llari, boshqaruv, muloqot, munozara, psixologiya, ziddiyat, lider, mezon, toqat, talant, temperament, tinimsiz mehnat, tashabbus, guruh, munosabat

Asosiy savollar:

1. Boshqaruv muloqoti.
2. Munozaralar jarayoni psixologiyasi.
3. Nizoli holatlar.
4. Nizolarni hal etish.

1. Boshqaruv muloqoti

Boshqaruv muammosi XX asrning oxiri va XXI asr boshlaridagi eng dolzarb muammolardan biriga aylandi. Bu holat inson omilining barcha ijtimoiy jarayonlardagi oshgan roli bilan izohlanadi. Bundan tashqari, insonlarning o'zida ham ilk yoshlikdan liderlikka ishtiyoq, xizmat lavozimlarida muvaffaqiyatga intilishga moyillik kabi shaxsiy sifatlari ham namoyon bo'la boshladi. Bunday ijtimoiy psixologik hodisalar eng avvalo boshqaruv sohasini yanada takomillashtirish, uning samaradorligini oshirish, mehnat maxsuldorligi va insoniy munosabatlarni yaxshilash kabi masalalarda ushbu omilning ta'sirchan rolini oshirishni kun tartibiga dolzarb qilib qo'ydi.

Mustaqil rivojlanish yo'lidan borayotgan O'zbekiston uchun ham boshqaruv tizimini takomillashtirish, rahbar kadrlarni tanlash, tayyorlash, malakasini oshirish, ularning bilim saviyalarini yanad yuqori bo'lishi bilan bog'liq shart-sharoitlarni yaratish masalasi taraqqiyotning muhim omiliga aylanib bormoqda.

Psixologiya boshqaruv faoliyatining sub'ekti bo'lgan insonlarni o'rganda, ikkita kategoriya borligini e'tirof etadi. Bu - "rahbar" va "lider" tushunchalaridir. Birinchi tushuncha ko'proq rasmiy munosabatlar tizimida faoliyat ko'rsatadigan, asosiy vazifasi tashkilotning davlat va jamiyat oldidagi vakolatlarini yurituvchi shaxsga taalluqli bo'lsa, lider jamoa ichidagi norasmiy munosabatlarning mahsuli, jamoadagi ma'naviy-psixologik muhitga bevosita javobgar insonga nisbatan ishlatiladi. o'arbda lider tushunchasi bilan umuman boshqaruv tizimi muammolarini uyg'unlashtirishga intilish bor. To'g'ri, boshqaruv masalalariga aloqador "menejer", "boss", "shef" kabi qator tushunchalar ham bor, lekin ilmiy nuqtai nazardan ushbu fenomen liderlik

doirasida amalga oshiriladi.

Agar ushbu hodisalarning tarixiga nazar tashlaydigan bo'lsak, boshqaruv nazariyoti va amaliyoti sohalarida tadbqiqiy ishlarning tashabbuskori F. Teylor hisoblanadi. Keyinchalik bu yo'nalish "ilmiy menedjment" deb atala boshladi. Teylor yangicha funksional ma'muriyatchilik tizimining asoschisi sifatida boshqaruv uslublariga, intizomiy sanksiyalar va rag'batlantirish tizimiga katta ahamiyat berish lozimligini ta'kidladi. U moddiy rag'batlantirishning alohida rolini ta'kidlagan tarzda, odamlardagi mehnatga motivatsiyaning asosi sifatida mehnatga haq to'lashning differensial tizimini tavsiya etdi.

Uning izdoshlaridan biri - D. Jilbert esa odamlar yaxshi va unumli ishlashlari uchun ularning ish joylarini va u erdagi shart-sharoitlarni yaxshilash shartligi g'oyasini ilgari surdi.

Ishlab chiqarishni samarali tashkil etishning muhim omili sifatida insoniy munosabatlarni ilgari surgan E. Meyo, boshqaruvchi eng avvalo odamning o'z professional va ijtimoiy holatidan qoniqishini inobatga olishi zarurligini isbotlagan. U birinchi marta boshqaruvda aniq belgilangan boshliq - buysunuvchi ierarxiyasi bo'lishi mumkin emasligini, bu narsa jamoadagi psixologik muhitga faqat salbiy ta'sir ko'rsatishini ta'kidlagan. SHuning uchun ham u individual rag'batlantirishni gruppaviy bilan, iqtisodiy - ijtimoiy-psixologik omillar bilan almashtirish kerakligi g'oyasini ilgari surdi.

Meyo fikrlarini rivojlantirib, R. Laykert yaxshi boshqaruvning quyidagi omillarini belgiladi:

- *boshqaruv uslublaridan* shundayi mavjudki, bunda rahbar xodimlarga ishonadi;
- xodimni faol mehnatga, gruppaviy faoliyatga tortadigan *motivatsiya* shakllari;
- hammaga teng etib boradigan kommunikatsiya turi;
- barcha a'zolar ishtirokida va ularning fikrlarini inobatga oladigan *qarorlar qabul qilish*;
- jamoaning umumiy muhokamasi natijasida belgilangan *maqsadlar*;
- markazlashmagan *nazorat* shakli.

Boshqaruv muammolariga bag'ishlangan nazariyalar orasida De Mak-Gregorning "X" va "Y" nazariyalari alohida diqqat talab qiladi. "X nazariyasi" ma'lumki, boshqaruvga yondashuvning ma'muriy-buyruqbozlikka asoslangan tamoyillarini nazarda tutsa, "Y nazariyasi" undan tubdan farq qiladi. "X" yondashuv quyidagilarga tayanadi:

1. Odamning aslida mehnatga toqati yo'q, unga ishdan qochishga moyillik kuchli.

2. Oddiy odamga tavakkal qilishdan va mas'uliyatlardan qochish xos bo'lib, u passiv va boshqarishlariga muhtoj.

3. Oddiy odamga ko'p narsa shart emas, uni tinch qo'yishsa bas, u himoyaga, xavfsizlikka muhtoj..

"Y - nazariyasi" esa quyidagilarga asoslanadi:

Odamning jismoniy va intellektual imkoniyatlarini sarflashga intilishi

tabiiy bo'lib, uning uchun mehnat faoliyati o'yin yoki o'qish kabi maroqlidir.

Odam mehnat jarayonida o'z-o'zini boshqarish va nazorat qilish qobiliyatiga ega.

Odatda odam o'z bo'yniga mas'uliyatlarni olishga intiladi va o'z iqtidorini namoyon qilishga ehtiyoj sezadi.

Odamni o'z bo'yniga mas'uliyat olishga undagan narsa -bu umumiy faoliyatda ishtirok etishga moyillikdir.

Ko'pchilikda ijodiy ishlash va tashabbuslar ko'rsatishga ishtiyoq mavjud, bu narsa boshqaruvga ham taalluqlidir.

SHulardan kelib chiqqan holda D. Mak-Gregor yangi "X" va "Y" nazariyalarining tamoyillarini ilgari surdi.

"X" nazariyasi uchun bu -

- tashkilotni qattiqqo'llik bilan izchil tarzda boshqarish lozimligi;
- qonuniy rasmiy vakolatlarni markazlashtirish;
- qarorlar qabul qilish jarayoniga xodimlarni minimal tarzda jalb etishning maqsadga muvofiqligi.

"Y" nazariyasining tamoyillari:

- tashkilotni umumiy tarzda erkin boshqarish;
- rasmiy vakolatlarning bo'limlarga bo'linishi;
- majburlash va nazoratning kamligi, individual faollik va o'z-o'zini nazorat qilishga o'tish;
- boshqaruvning demokratik uslubi;
- qarorlar qabul qilish jarayoniga barchaning jalb etilishi.

Lekin jahon ilmu-fani tajribasi shuni ko'rsatmoqdaki, boshqaruvda, ayniqsa, uning uslublarini tanlashda sintetik tanlovning bo'lishi ko'proq o'zini oqlamoqda.

Rahbarning professional muhim sifatlari masalasi oxirgi yillarda mutaxassislar va amaliyotchilarni ko'proq qiziqtirmoqda. Bir guruh olimlar amerikalik hamda yaponiyalik rahbarlar faoliyatini o'rganib, ularga xos bo'lgan eng muhim sifatlarning bloklarini ajratganlar. 1500 ta amerikalik menedjer va 41 ta yirik YAponiya firmalari rahbarlarining sifatlari quyidagicha tabaqalandi:

A. Konseptual qobiliyat va xulq-atvor standartlari:

dunyoqarashning kengligi, global yondashuv;
uzoqni ko'ra bilish va egiluvchanlik;
tashabbuskorlik va dadillik, tavakkalchilikka moyillik;
muntazam o'z ustida ishlash va uzluksiz o'qish.

B. SHaxsiy sifatlar:

maqsad va yrnalishlarni aniq belgilash;
o'zgalar fikrini tinglash qobiliyati;
xolislik, samimiyat va bag'rikenglik;
adolatli qarorlar chiqarish orqali xodimlarni joy-joyiga qo'yish, ular imkoniyatlaridan to'la foydalanish;
shaxsiy yoqimtoylik;
jamoatashkil etish va unda uyg'un muhitni ushlab tura olish qobiliyati.

Lekin, barcha o'tkazilgan tadqiqotlar natijasida shu narsa ayon bo'ldiki, amerikalik rahbarlar ko'proq xodimlarning shaxsiy-individual tashabbuslar ko'rsatishlariga imkon beruvchi muhitning bo'lishi tarafdorlari bo'lsalar, yaponiyaliklar - xodimlarning hamkorlikdagi faoliyatlari samarasini oshiruvchi sharoitlarni yaratishga e'tibor beradilar.

50-chi yillardan boshlab o'tkazilgan tadqiqotlarda xar qanday faoliyatda ham muvaffaqiyatni ta'minlovchi sifatning yuzlab xillarini aniqlandi. Lekin ularni umumlashtirilganda, 5% sifatlargina barcha tadqiqotlarda muhim, deb e'tirof etildi. Ularning orasida eng ko'p marta takrorlanganlariga:

a) intellekt (odamning murakkab va mavhum muammolarni echa olish qobiliyati, u o'ta yuqori bo'lmasligi, aksincha, o'rtachadan yuqori bo'lishi kerakligi e'tirof etildi);

b) tashabbuskorlik (yangicha ishlash va harakatlarga ehtiyojni anglash qobiliyati va shunga mos motivlar).

KUCHLI RAHBARNING KUCHLI SIFATLARI:

Realistik tafakkur - muammolar, voqea-hodisalarni real makon va vaqt chegaralarida aniq tasavvur qilish va yechimlarini belgilay olish;

Bir vaqtning o'zida bir qancha muammolar mohiyatini anglay bilish tajribani yangi muammolar echimiga qarata bilish;

Jamoani boshqarish, ishni aniq va to'g'ri tashkil qilish qobiliyati, har qanday ishga shaxsan kirisha bilish va uning bajarilishini nazorat qilish;

YUqoridagi uchta holatda o'ta jonsaraklik va qat'iyatni namoyon qilish.

RAHBARLIKKA LOYIQLIK MEZONLARI ASOSIDA LIDERLIKNING VAZIFALARI:

lider - ma'mur;

lider - rejalashtiruvchi;

lider - siyosatchi;

lider - baholovchi ekspert;

lider - jamoning vakolatli vakili;

lider - rag'batlantirish va jazolash tashabbuskori;

lider - hukm chiqaruvchi va yarashtiruvchi;

lider - namuna "Ota";

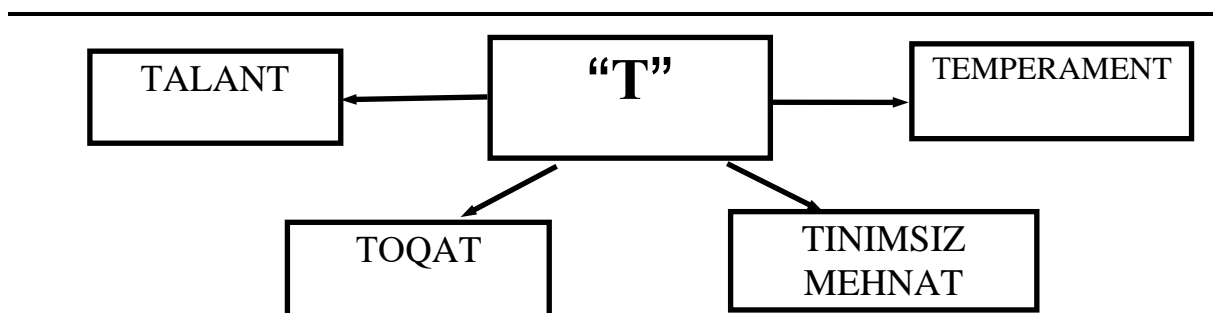
lider - jamoaning ramzi - referent;

lider - individual mas'ullikni cheklovchi;

lider - dunyoqarashlar shakllantiruvchi;

lider - "Balogardon".

RAHBARGA ZARUR BO'LGAN TO'RTTA "T"



Ayrim psixologik manbalarda kuchli rahbar shaxsiga oid sifatlarni umumlashtirib, unga to'rtta "T" zarurligi haqida ham yozishadi. Bular -

Temperament

Toqatlilik (terpenie)

Talant

Tinimsiz mehnat (trudolyubie).

Tashabbuskorlikning muhimligi shubxasiz, lekin bu sifatning faqat rahbarda bo'lganda ish samaradorligi yuqori bo'ladi, degan fikrga e'tirozlar ham bo'lgan. Masalan, mashhur Deyl Karnegi kitobida tashabbusni yuqori lavozimdagi shaxsda bo'lishidan tashqari, uni xodimlarga bera olish muhimligi xaqida yozilgan. o'sha kitobda keltirilishicha, o'sha paytda jahonda yiliga bir million dollar miqdorda daromadga ega bo'lgan odamlar juda kam bo'lgan. SHunday shaxslardan Uolter Kraysler va CHARlz SHveblarning yutuqlari asosida esa oddiy xaqiqatlar yotgan. Masalan, mashhur biznesmen Endryu Karnegi o'z menedjeri SHvebga kuniga 3000 dollar, yiliga 1 mln. dollar to'lagan. Bu haqda SHvebning o'zi shunday yozgan: "Men cho'yan quyishda oddiy ishchidan anchagina no'noq va ilmsiz bo'lganman. Lekin men odamlarni boshqarishni bilganman. Mendagi eng noyob sifat - odamlarda tashabbusni uyg'ota olish qobiliyatidir. CHunki insondagi eng noyob, qimmatli narsani tan olish uni ruhlantiradi. SHaxsning or-nomusi, qadrini tushiradigan narsa - bu mansabdorlarning ularni tanqid qilishidir. Xatolarni betga aytishdan o'zni tiyish ham rahbarlik saxovatidir". Endryu Karnegi o'zining qabr toshiga quyidagi so'zlarni yozishlarini vasiyat qilgan ekan: "Bu erda umri mobaynida o'zidan ko'ra aqlliyoq insonlarni o'ziga bo'ysundira olgan odam yotibdi". Demak, bu so'zlarning mohiyati ham oldingiday - odamdagi iqtidor va aql-zakovatni qo'llab-quvvatlash orqali ulardagi tashabbusni uyg'ota olish mahorati unumli mehnatga olib keladi.

Ko'plab tadqiqotchilar rahbarlarning qaysi ish uslubi ma'quliligini o'rganish borasida tajriba to'pladilar. 30-yillardayoq K.Levin, R.Lippman, R.Uaytlar tomonidan tavsiya etilgan boshqaruvning avtokratik, demokratik hamda erkin turlari haqidagi nazariya keyingi tadqiqotlarda jahonning ko'plab olimlari tomonidan har taraflama tahlil qilindi. Far bir boshqaruv uslubining ham ijobiy, ham salbiy jixatlari to'g'risidagi fikrlar tasdiqlandi. Bundan tashqari, u yoki bu boshqaruv uslubining samaradorligi xodimlarning malakalari va saviyalariga bog'liq ekanligi ham e'tirof etildi. Masalan, Rossiyada o'tkazilgan

tadqiqotlarda yuqori malakali mutaxassislarning 68,6% i boshqaruvning demokratik uslubini ma'qullagan bo'lsalar, past malakalilarning 22,7% - direktiv uslubni, 8,7% esa erkin boshqaruv uslubini ma'qullab javob berganlar.

Bundan tashqari, o'sha tadqiqotlarda ma'lum bo'ldiki, rahbarlarning o'zlari ham muttasil ravishda u yoki bu boshqaruv uslubini amalda ko'rsatishlari 31-45% holatlarda ro'y berar, qolganlari esa ish jarayonida turlicha boshqaruv uslublarini aralash qo'llar ekanlar. SHunisi xarakterliki, yuqori lavozimlarga ko'tarilgan sari, ana shunday aralash uslublarni qo'llovchilar soni ortib borarkan. Pastroq lavozimda faqat demokratik boshqaruv tarafdori bo'lgan odam, vazir yoki shunga o'xshash yuqori lavozimda endi avtoritarlikni ham, erkinlikni ham, kollegial qarorlar chiqarish siyosatini ham uyg'unlashtirib olib ketishi mumkin ekan.

Boshqaruv sohasiga kadrlar tanlashda eng avvalo da'vogarning shaxsiy sifatlariga va faoliyat motivatsiyasiga e'tibor berish lozim. Masalan, moliyaviy boshqaruv sohasiga rahbarlarni tanlash uchun zarur bo'lgan psixologik sifatlarini aniqlash bo'yicha ko'rsatmalar mazkur ma'ruzalar matnining ilova qismida keltirilgan.

YUqorida qayd etilgan rahbar shaxsining turli qirralarini aniqlovchi psixodiagnostik metodikalar ko'plab mavjud va ulardan ayrimlarini amaliy mashg'ulotlarda ko'rib chiqish tavsiya etiladi.

SHuning uchun ham rahbarlik sifatleri xaqida gap ketganda, shaxsning bir qator bilimdonliklari nazarda tutiladi.

1. *Professional bilimdonlik* - o'zi boshqarayotgan soha faoliyatini mukammal yo'lga quyish uchun o'sha faoliyat borasida to'la ma'lumotlar, bilim va malakalarga ega bo'lishlikdir.

2. *Uslubiy bilimdonlik* - bilgan narsalari, shaxsiy malaka va ko'nikmalari, turli loyixalar xususidagi ma'lumotlar, topshiriqlarni tez, to'g'ri va tushunarli tarzda xodimlarga etkaza olish qobiliyati.

3. *Ijtimoiy psixologik bilimdonlik* - odamlar bilan ishlash, ular bilan til topisha olish, jamoani uyushtira olish, uni yaxshi ishlashga safarbar qila olish, o'zidagi liderlik sifatlarini to'la namoyon eta bilish qobiliyati. Bu tushuncha ko'pincha "*kommunikativ bilimdonlik*" tushunchasi bilan sinonim sifatida ham ishlatiladi.

2. Munozaralar jarayoni psixologiyasi

Qarorlar qabul qilish rahbar faoliyatining uzviy qismidir. Bu narsa bevosita muloqot jarayonida, aniqrog'i, munozaralar jarayonida ro'y beradi.

Munozaralar olib borish orqali gruppaviy qarorlar qabul qilish kollegial ishlash uslubining asosidir.

Munozaralar olib borish yoki muzokaralar orqali qarorlar qabul qilish odatda ikki usulda - interaktiv yoki nominal guruhlar sharoitida amalga oshiriladi. Birinchisida guruhning barcha a'zolari rahbar bilan birgalikda masalaning mohiyatini tahlil va muhokama qilish orqali bir qarorga keladilar. Ikkinchi holatda esa muammo yoki masala topshiriq sifatida xar bir mas'ul shaxsga beriladi va ular alohida takliflar umumlashtirish uchun rahbarga

topshiradilar.

Guruh sharoitida - munozaralar vositasida qarorlar qabul qilish turli oqibatlariga olib kelishi mumkin. Aniqlashlaricha, gruppaviy qarorlar qabul qilish jarayonida deyarli ikki barobar ko'p fikr va g'oyalar o'rta tashlanadi. Bundan tashqari, boshliq rahbarligida ko'pchilik fikr almashgan sharoitda konformizm effekti yoki etakchi fikr tomonidan tayziq ko'rsatish holatlari ham bo'lishi mumkin. Bunda g'uyoki, ilgari surilgan g'oyalar yoki tashabbuslarning nomiga ilgari surilganligi, yolg'onligiga o'xshash oqibat kuzatiladi. Ba'zan tashabbuslar va fikrlarga imkoniyatlar berilgani uchunmi, haddan ziyod o'ziga ishonch, optimizmni keltirib chiqaradi va h-zo.

Agar munozara va muhokamalar jarayonida boshliq fikriga ergashish xollari yaqqol sezilsa, unda guruhning bir necha a'zolarida avtomatik tarzda yo agressiya, yoki guruh faoliyatiga yaqqol befarqlik, yoki ma'naviy jixatdan guruhda yakkalanish ro'y berishi ham mumkin. Ataylab biror fikrni o'tkazishga ochiq urinish ham salbiy oqibatlarni keltirib chiqaradi, o'sha norozilar yoki boshqacha qarashga ega bo'lganlar qabul qilingan qarorlarni ataylab bajarmaslikka moyillik, uning bajaralishiga xalaqit berish kabilar ro'y beradi.

SHunday turlicha oqibatlarining oldini olish uchun rahbar eng avvalo boshdan neytral mavqeni egalashi, barcha "ha" va "yo'q"larni taroziga solib, kerak bo'lsa, ayrim mutaxassislarni ataylab fikrlarni saralash ishiga jalb qilishi mumkin. Har qalay nominal ishlash usuldan ko'ra interaktiv ish usuli ma'qulroq.

Munozaralar jarayonida e'tibortalab omillardan yana biri bu guruhning tarkibidir. Agar bu tarkib turli toifali, turli yosh, jins va malaka vakillaridan iborat bo'lsa, gruppaviy ishlash to'g'ri yo'lga quyilgan sharoitda ular qilgan qarorlar sifatliroq va asosliroq bo'ladi. Agar guruh tarkibi o'sha malaka, tajriba nuqtai nazaridan deyarli bir xil bo'lsa, bir qarorga kelish oson bo'ladi, nizo kelib chiqish xavfi bo'lmaydi, lekin masalaga yondashuv bir taraflama bo'lib qolish ehtimoli ham yo'q emas. Bu omillar majlislar, yig'ilish va operativ yig'inlarda ham inobatga olinishi kerak. Majlislarda qabul qilingan qarorlarning samarasi ham aynan boshqaruvga oid yaxshi qarorlarga ega bo'lganlik bilan izohlanadi. Bu samara taxminan mana bunday hisoblanadi: majlis yakunida qabul qilingan qarorlar yoki ma'lumotlar sonini majlis boshida o'rta tashlangan ma'lumotlar soniga bo'lganda 1dan ortiq miqdor chiqsa, bu - yaxshi, aks holda - samarasiz bo'ladi. Agar majlisda bir kishi o'zi ham hal qilsa bo'ladigan masala o'rta tashlansa va bunga odamlar vaqtini sarflasa, bu majlis besamara bo'ladi. SHuning uchun ham majlislarga olib chiqiladigan masalalar ko'pchilik fikrining to'qnashuvi oqibatida yangicha yondashuv va echimni nazarda tutishi lozim.

Shundan kelib chiqqan holda majlisga taklif etiladiganlar soni ham belgilanishi kerak. Nomiga odam ko'paysinga taklif etilganlar o'sha qabul qilinadigan qarorlar mohiyatini tushunmasligi ham mumkin, ba'zan gaplashib o'tirib, xalaqit ham beradilar, ataylab bema'ni luqmalar ham tashlashlari mumkin.

Rahbar majlisga kelishdan avval albatta o'zining taxminiy takliflari va qarorlarga ega bo'lishi va bunda u o'zining "komandasi" fikrlaridan foydalangan bo'lishi mumkin. Bunday yig'ilishlar ish kuni oxirida tashkil

etilgani ma'qul, bo'lmasa, odamlar ertalabdan uning qarorlarini muhokama qilib kunni o'tkazishlari ehtimoldan xoli bo'lmaydi. To'g'ri, ba'zan zudlik bilan operativ qarorlar qabul qilish kerak bo'lib qoladi, shunda boshliq majbur bo'ladi odamlarni to'plashga, shunda u xodimlardan, muovinnar bo'lsa ham kechirim so'rashi kerak, chunki u ertalabdan har bir xodim o'z kunini rejalashtirib bo'lganini unutmasligi kerak.

Muhim qarorlar qabul qilishga bag'ishlangan majlisni odatda rahbarning o'zi boshlaydi, shunda u muammoni qanchalik qisqa, lo'nda va aniq fikrlarda bayon etolsa, vaqtdan yutadi, aks holda faqat muammoga aniqlik kiritishga ancha vaqt ketib qoladi. Majlislarda axloq-odob normalariga qat'iy rioya qilishni nazorat qilish odatda majlis raisiga yuklanadi. Bunda xar bir majlis ishtirokchisi o'zini faqat tinglash uchun taklif etilgan emas, balki qaror qabul qilishga mas'ul, deb anglashi kerak. Agar majlisda o'zaro samimiyat ruhi ustivor bo'lsa, xodimlar ham yaxshi, ijodiy fikrlarni o'rta tashlaydilar. Boshliqning asosiy vazifasi o'rta tashlanayotgan fikrlarga nisbatan boshqalar tomonidan zaharxandalik yoki kulish holatlari ro'y bermasligini nazorat qiladi. Lekin psixologik nuqtai nazardan boshliq shuni unutmasligi kerakki, xar qanday auditoriya taxminan uch toifali ishtirokchilardan iborat bo'ladi:

“tarafdorlar”, ya'ni har qanday fikrga qo'shilaveradigan, hamfikrlar;

“neytrallar”, aniq fikrga ega bo'lmagan, biroz betaraf, tez u yoki bu fikrga og'ib ketaveradiganlar;

“muxoliflar”, boshliq qanday taklifni o'rta tashlasa ham e'tirozlar bilan qarshi oladiganlar.

Demak, boshliq ana shu omilni ham inobatga olib, muhim qarorlar qabul qilishda bu ichki guruhlar psixologiyasini inobatga oshishi zarur.

Ko'pincha majlislar yoki bevosita ishlab chiqarish muammolarini muhokama qilish jarayonida fikrlar bir-biriga to'g'ri kelmay qoladi. Bu jamoadagi nizolarga asos bo'lishi mumkin. SHuning uchun nizolar va nizoli vaziyatlar, ularni oqilona hal etish yo'llari to'g'risida ham mulohaza yuritamiz.

3. Nizoli holatlar

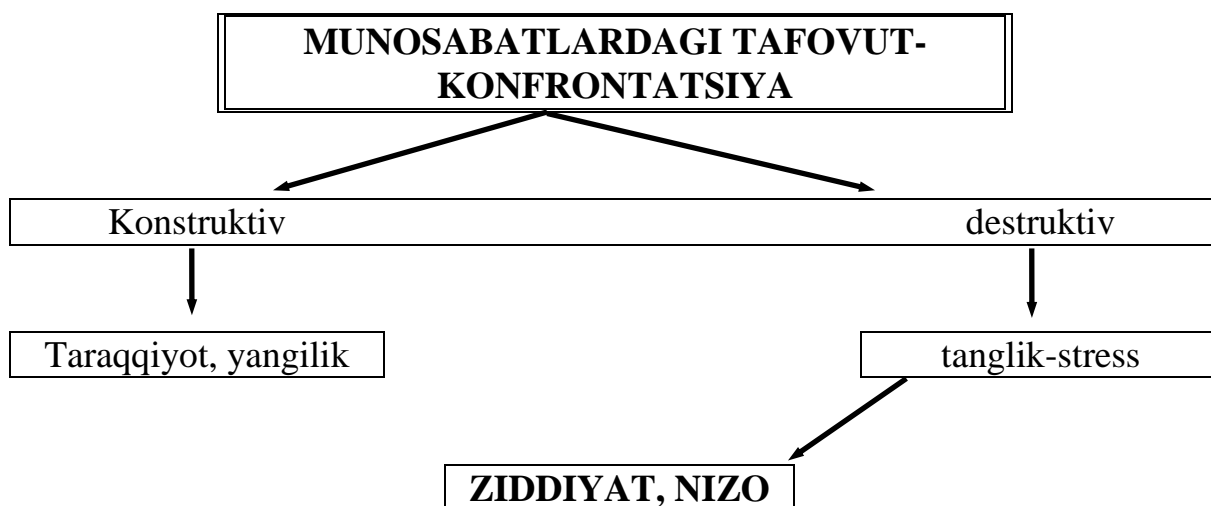
O'z vaqtida Banopart Napoleon shunday yozgan ekan: “qilich bilan har narsa qilish mumkin, faqat uning ustiga o'tirib bo'lmaydi”. Bu fikrida u ko'pincha insonlar o'rtasida bo'lib turadigan nizolarni, ziddiyatlarni nazarda tutgan ekan. CHunki totalitar yoki diktatorlik boshqaruvi sharoitida ziddiyatlarning bo'lishi tabiiy bo'lib, uning yagona echimi - uzil-kesil uni hal qilish choralari izlash bo'lgan. Lekin demokratik munosabatlar sharoitidagi rahbar hamda uning qo'l ostidagilar o'rtasida yoki xodimlar o'rtasida kelib chiqadigan nizolar yoki ziddiyatlarning tabiati va mohiyati biroz boshqacha bo'ladi.

Avvalo shuni e'tirof etish lozimki, insoniy munosabatlarning har qanday tizimida ham fikrlarning rang-barang bo'lishi va ular o'rtasida farq bo'lishi muqarrar xoldir. Lekin ana shunday fikrlardagi farqni salbiy holat deb hisoblab bo'lmaydi.

Nima sababdan mehnat jamoalarida turli xil nizolar kelib chiqadi? Buning

bir necha sabablari bor:

- alohida shaxs va jamoatchilik manfaatlarining mos kelmasligi;
- ayrim alohida jamoa a'zolari xatti-harakatlarining ijtimoiy, gruppaviy normalarga zid kelishi (tartibsizlik, intizomning buzilishi, mahsulotdagi brak, ishning samarasizligi va b.q.);
- jamoa a'zolari qarashlaridagi nomuvofiqliklar;
- ishni tashkil etish va mehnatga munosabatdagi farqlar;
- ishchi-xodimlar o'rtasidagi vazifalarning to'g'ri taqsimlanmaganligi va h-zo.



Demak, yuqoridagi holatlar ko'p hollarda quyidagi turdagi *nizoli vaziyatlarni* keltirib chiqaradi:

- ✚ ta'sirning yo'nalishiga ko'ra: vertikal va gorizontalar;
- ✚ nizoni hal qilish usuliga ko'ra: antagonistik va kelishuvga olib keladigan nizolar - kompromiss;
- ✚ namoyon bo'lish darajasiga ko'ra: ochiq, yashirish, potensial, asosli;
- ✚ ishtirokchilar soniga ko'ra: shaxsiy, shaxslararo, guruhlararo;
- ✚ kelib chiqish tabiatiga ko'ra: milliy, etnik, millatlararo, ishlab chiqarish, hissiy-emotsional.

Agar yuqoridagilarni tahlil qiladigan bo'lsak, "gorizontalar nizolar" hayotda eng ko'p uchraydi. Bunday nomurosozliklar aksariyat hollarda xodimlar o'rtasida ayrim a'zolarining ishni yaxshilash, yangi ish metodlarini joriy etish, axloq normalarini himoya qilish, adolat uchun kurash, ilg'or jamoa a'zolarining shu erdagi ma'naviy muhitni sog'lomlashtirish borasidagi fikrlarini ayrimlar tomonidan e'tirozlar bilan qabul qilishi natijasida ro'y beradi.

"Vertikal nizolar" esa ko'pincha rahbar bilan xodim o'rtasida sodir bo'lib, u bir qarashda liderlikka da'vogarlik, yuqoridan tazyiq, pastdan turib boshqa xodimlar yoki kuchlar atrofida birlashish, saralanishlar oqibatida kelib chiqadi. Bunda nizoning tashabbuskori va bosh aybdori kimligiga bog'liq tarzda uni xal qilish usuli tanlanadi. Masalan, agar boshliq xodimning ishga mas'uliyatsizligidan noroziligi tufayli paydo bo'lgan nizo bilan uning professionalizm borasida xadeb "o'zini ko'rsatayotganligidan" noroziligi tufayli kelib chiqadigan nizoning ham farqi bor.

Har qanday nizoning asl tub mohiyati shundaki, uning paydo bo'lishi ayrim *o'zgarishlarga* olib keladi. Bu o'zgarish ijobiy o'zgarishlarni keltirib chiqarsa, uni konstruktiv, salbiy oqibatlar yoki xodimlar qo'nimsizligini keltirib chiqarsa, destruktiv xarakterli deb ataymiz.

4. Nizolarni hal qilish

Har bir nizo alohida hodisa sifatida tahlil qilinadi, lekin ularning barchasiga xos bo'lgan ayrim qonuniyatlar borki, ularga avvalo uning bosqichlari yoki fazalari kiradi :

Nizo oldi bosqich - konfrontatsiya

Nizoning o'zi: kompromiss yoki janjal

Nizodan chiqish: muloqot yoki dissonans.

Demak, birinchi bosqichda konkret masala yuzasidan fikrlar yoki qarashlarda tafovut yoki qarama-qarshilik uchun shart-sharoit paydo bo'ladi. Tomonlar o'rtasiga sovuqchilik tushadi, ular o'zaro kelisholmay qoladilar, agar bunda tashqaridan qaraganda, ko'zga tashlanadigan nizo bo'lmasa-da, o'sha shaxslarning o'zi bir-birlariga nisbatan munosabatlarida buni his qila boshlaydilar. Agar rahbar aynan shu bosqichda hodisaga aralashib, o'z vaqtida oqilona qarorlar qabul qilolmasa, nizo ikkinchi bosqichga o'tadi.

Ikkinchi bosqichda har ikkala tomon o'z qarashlarini qarshi tomonnikidan afzal bilib, ochiqchasiga bir-birlarini ayblay boshlaydilar. SHu paytda boshliq ularni kelishtirishga urinadi, agar bu "urinish" alohida - alohida tarzda tomonlarni kabinetga chaqirib ro'y bersa, vaziyat yanada taranglashib, ziddiyat chuqurlashishi, tomonlar o'z xolicha boshliqni ham o'zining tarafdori qilib, u ham nizoning ishtirokchisiga aylanib qolishi muqarrar bo'lib qoladi. SHuning uchun ham psixologiya har qanday nizoni tomonlarni birga chaqirgan holda hal qilish va kompromiss qarorlar chiqarishga tayyor turishni tavsiya etadi. Buning uchun rahbarda nizoning taxminiy obrazi va uni hal qilishga bir nechta alternativ echimlar bo'lishi kerak. Boshliq biror tomonga ko'proq yon bosa boshlasa ham, nizoning ishtirokchisiga aylanadi. SHuning uchun u xolis tarzda nizoning kelib chiqish sabablari, kimlarning manfaatiga zid ishlar qilinayotganligi, nizo ishtirokchilarining shaxsiy va professional xususiyatlari, kuchli va kuchsiz tomonlarini taxlil qilib, nizoning "portreti"ni o'zi uchun tasavvur qila olishi kerak. SHundan keyingina, tomonlarni chaqirib, masalaga yanada oydinliklar kiritib, tomonlarni kelishuvga chaqiradi. "Men nima bo'lganini, muammo nimada ekanligini bilish uchun Sizlarni chaqirdim" deb gap boshlashi va har bir tomonning fikri muhimligini ta'kidlab, ayni paytda vaziyatni qattiq nazorat qilishi, uning kechishini boshqarishi lozim.

Mavzu yuzasidan test savollari:

1. Boshqarish madaniyati nima bilan belgilanadi?

- A. Barcha javoblar to'g'ri
- B. Rahbarning ma'naviy etukligi, siyosiy madaniyati va malaka darajasi bilan
- C. Rahbarning tashkilotchilik qobiliyati, halolligi va mehnatsevarligi bilan.
- D. Rahbarning bilim saviyasi, xodimlarga bo'lgan munosabati va intizomi bilan

2. Boshqarishning iqtisodiy metodlari.....

- A. Iqtisodiy manfaatlardan foydalanishga asoslanadi.
- B. Buyruklar, farmoyishlar va qo'llanmalar chiqarish
- C. Kadrlarni to'g'ri tanlashga asoslanadi
- D. Boshqarish apparatining muayyan tuzilmasini to'zishga asoslanadi.

3. Boshqarishning tashkiliy-ma'muriy metodlari...

- A. Har bir boshqaruv buginining funksiyalarini belgilashga asoslanadi
- B. Jamoa manfaatlaridan foydalanishga asoslanadi
- C. Umumjamiyat manfaatlaridan foydalanishga asoslanadi
- D. SHaxsiy manfaatlardan foydalanishga asoslanadi.

4. Menejer — bu:

- A) boshqaruv apparatida muayyan lavozimni egallagan shaxs
- V) uch kishidan kam bo'lmagan qo'l ostida ishlovchiga ega bo'lgan raxbar
- S) ishlab chiqarishni tashkil qilish va boshqarish sohasidagi mutaxassis
- D) ishlab chiqarishni tashkil qilish va boshqarish bo'yicha professional bilimlarga ega bo'lgan yollanma boshqaruvchi

5. Menejer va tadbirkor o'rtasida qanday farq bor?

- A) birinchisi buyruq beradi, ikkinchisi bajaradi
- V) birinchisi yollanma boshqaruvchi, ikkinchisi uning faoliyatini nazorat qiluvchi, S) birinchisi yollanma boshqaruvchi, ikkinchisi esa mulk egasi
- D) ular o'rtasida xech qanday farq yo'q

6. Strategiya — bu:

- A) batafsil qisqa muddatli reja, V) ishchi dastur, S) har tomonlama detallashgan tashkilot missiyasini amalga oshirishni, hamda mahsulotlarni ta'minlash yo'llarini, vositalarini aks ettiruvchi kompleks reja, D) har tomonlama bir funksional buginning vazifalari

7. Menejment — bu:

- A) boshqaruv fani va san'atidir
- V) resurslarni boshqarish bo'yicha alohida mohirlik va ma'muriy ko'nikmadir
- S) o'ziga xos yuksak san'at va mahoratni talab qiluvchi tanlovdir
- D) kishilarga ta'sir o'tkazish va cheklangan resurslardan samarali foydalangan xolda, ma'lum maqsad yo'lida ularni boshqara olish qobiliyati

8. Quyida qayd qilingan funksiyalarning qaysi biri boshqarishning ma'naviy —ma'rifiy funksiyasiga kiradi:

- A) foyda olishni ta'minlash
- V) xodimlarning sotsial ehtiyojlarini qondirish, xodimlarda halollikni, adolat tuyg'usini tarbiyalashga xizmat qilish
- S) boshqarish apparati xodimlari o'rtasida ma'suliyatlarni belgilash
- D) xodimlarda halollikni, adolat tuyg'usini tarbiyalashga xizmat qilish

9. Ob'ektiv nizolarga:

- A) odatda qarama — qarshi tomonlarning ko'z oldida to'g'ridan — to'g'ri vujudga keladigan nizolar kiradi
- V) ko'pincha fitna, ig'vo, xiyla, nayrang, fisq —fasod shaklida rivojlanish oqibatida vujudga keladigan nizolar kiradi
- S) odatda qarama —qarshi tomonlarning ko'z oldida to'g'ridan —to'g'ri

vujudga keladigan nizolar kiradi, odatda tabiati bo'yicha hissiyotga berilishi, qiziqkonlik oqibatida yuzaga keladigan nizolar kiradi

D) korxonaning rivojlanish jarayonida yuzaga chiqadigan real kamchiliklar va muammolar bilan bog'liq nizolar kiradi

10. Quyidagilarning qaysi birida eng ko'p boshqaruv elementlari yozilgan?

A) rejalashtirish, asoslar va dalillar, xushyorlik, imidj

V) oldindan aytib berish, nazorat qilish, ma'suliyat, ofis, tadbirkorlik

S) tashkil etish, nazorat qilish, aloqa yo'llari, rejalashtirish, moliya, firma binosi, D) rejalashtirish, buyruq berish, nazorat qilish.

Tavsiya etiladigan adabiyotlar:

1. Kozeletskiy YU. Psixologicheskaya teoriya prinyatiya resheniy. M., 2000
2. Kvinn V. Prikladnaya psixologiya. - SPb., 2000
3. Mashkov V.N. Psixologiya upravleniya. SPb, 2000
4. Mixeev V.I. Sotsialno-psixologicheskie aspekti upravleniya. Stil i metod raboti rukovoditelya. M., 2005
5. Upravlenie - eto nauka i iskusstvo. A. Fayol, G. Emerson, F. Teylor, G. Ford. M., 2002
6. Upravlenie personalom. YUNITI, 1998
7. Gamilton. YA.S. "CHto takoe psixologiya". "Piter", 2002.
8. Ananov B.G. "CHelovek kak predmet poznaniya". "Piter", 2001.
9. Drujinina V. "Psixologiya ". Uchebnik. "Piter", 2003.
10. Burlachuk F. Psixodiagnostika. "Piter", 2002.
11. Ayzenk M. Psixologiya dlya nachinayuyix. "Piter", 2000.

Mavzu yuzasidan internet tarmog'i bo'yicha veb-saytlar ro'yhati:

1. www.expert.psychology.ru
2. www.psycho.all.ru
3. www.psychology.net.ru
4. www.psy.piter.com

6-MAVZU: RAHBAR QOBILIYATINING PSIXOLOGIK KOMPONENTLARI

Aniqlashtirilgan o'quv maqsadlari. Talaba bu mavzuni to'la o'zlashtirgandan so'ng:

- Rahbar qobiliyatining psixologik komponentlarini va xususiyatlarini biladi;
- Boshqaruvning qonuniyatlarini, klassifikatsiyasini va ahamiyatini aytib beradi;
- Boshqaruv tamoyillari va funktsiyalarini sanaydi;
- Menejer atamasi uchun klaster tuzadi.

Tayanch so'z va iboralar:

Reaktiv boshqaruv, maqsadli boshqaruv, rahbarlik sifatleri, boshqaruv qonuniyatlari, boshqaruv tamoyillari, boshqaruv funktsiyalari, menejer, muomala madaniyati, intellekt, liderlik, superliderlik.

Asosiy savollar:

1. Rahbarlik sifatleri.
2. Boshqaruv qonuniyatlari.
3. Boshqaruv tamoyillari.
4. Boshqaruv funktsiyalari.
5. Menejer faoliyatini tashkil etish.

1. Rahbarlik sifatleri

Yuqorida aytib o'tilganidek rahbarda tug'ma qobiliyat bo'ladi deb ham aytib bo'lmaydi, ikkinchi tomondan, rahbar vaziyatga qarab stixiyali tarzda tarbiyalanib ketaveradi, deb ham bo'lmaydi. Minglab shaxs sifatleri ichida ko'plari rahbarlik uchun qulay va ma'quldir. A.V. Petrovskiy ana shunday ijobiy sifatlardan bir yarim mingini sanab chiqqan. Lekin ularning barchasini umumlashtiradigan, albatta bo'lishi lozim bo'lgan ayrim sifat, qobiliyatlar borki, ular haqida qisqacha to'xtalib o'tmoq lozim.

Avvalo, har qanday rahbarda intellekt — aql-zakovatning ma'lum normasi bo'lishi kerak. Bu norma yaxshi rahbar uchun o'rtadan yuqori bo'lmog'i maqsadga muvofiqdir, chunki geniy darajasidagi intellektga ega bo'lgan rahbar bilan ishlash xodimlar uchun qator noqulayliklarni keltirib chiqarishini, bunday aql-zakovat qolganlarning ijobiy rivojlanishiga psixologik to'siq bo'lishini amaliyot va hayot ko'rsatdi. Rahbardagi o'rtadan yuqori intellektni qoplab ketadigan yana boshqa muhim sifatlar borki, ular boshqarish ishining samarasiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Masalan, rahbarning mustaqil fikrlilik, topqirlik, tashabbuskorlik sifatleri. Chunki, ayrim hollarda xato qilsa ham, rahbar original fikrlar aytib, yo'l-yo'riqlar ko'rsata olishi, har bir aytilgan fikr, qilingan ishga mustaqil baho bera olishi zarur.

Chunki mustaqillik shaxs qiyofasini belgilovchi muhim psixologik xususiyatdir.

Rahbarda mustaqillik bo'lsa, unda o'ziga ishonch ham bo'ladi, bu esa o'z

navbatida rahbardagi sub'ektiv talablar darajasining yuqori bo'lishiga olib keladi. Ko'pincha, rahbarning boshqalarga talabchanligi haqida gapiriladi, lekin yaxshi rahbar avvalo o'z-o'ziga nisbatan talabchan bo'lishi kerak. O'z-o'zini baholash va shu asosda boshqalarga nisbatan munosabatlar tizimini ishlab chiqishi muhim bir omildir.

Har qanday rahbar uchun universal, kerak bo'lgan hislatlardan yana biri tom ma'noda "ziyoli" bo'lish yoki, boshqacha qilib aytganda, madaniyatli bo'lishdir. Boshliq o'zidagi madaniyatni avvalo muomalada, odamlar bilan bo'ladigan kundalik muloqotlarda namoyon etmog'i lozim. Muomala madaniyati — bu o'rinli, aniq, qiska, samimiy gapirish san'ati va ikkinchi tomondan, suhbatdoshni tinglash qobiliyatidir. Chunki, boshliq bilan xodimlar o'rtasida kelib chiqadigan shaxsiy ziddiyatlarning asosida yo tinglay olmaslik yoki gapni to'g'ri yo'sinda gapira olmaslik yotadi. O'zganing o'rniga tura olish, uning his-kechinmalariga sherik bo'lish, empatiya hissining borligi, dialoglarda sabr-toqatlilik va boshqalar muloqot madaniyatining muhim tomonlaridir.

Jamoa faoliyatini va o'z faoliyatini rejalashtirish qobiliyati rahbar uchun muhim bo'lgan talablardan biridir. Chunki rejalashtirish asosida o'z-o'zini boshqara olish va boshqalarni tashqi faoliyatini maqsadga muvofiq tarzda boshqara olishni ta'minlovchi muhim psixologik xususiyat yotadi. Rejalashtirish — bu o'ziga xos kelajakni ko'ra olish kobiliyati, kelajak obrazi bo'lib, bu narsa shaxsning qanchalik kamol topganligi va maqsadga intiluvchanligining muhim belgisidir. Bu juda murakkab psixologik jarayon bo'lib, u shaxsning o'z diqqatini qanchalik omilona tarzda boshqarishi, uni faqat muhim narsalarga qarata olishi, vaqtdan tez foydalana olish, ortiqcha ishlardan o'zini tiyish, qo'l ostidagilarga, imkoni boricha, ularning qobiliyatlariga qarab ish buyura olish va nihoyat, buyurgan ishni o'z vaqtida nazorat qilib, so'rab olish imkoniyati bilan bog'liq. O'z ishini puxta rejalashtirish qobiliyatiga ega bo'lgan rahbar realistik tafakkurga ega bo'lmog'i, ya'ni har qanday sharoitlarda ham o'sha muammo yoki ishga taalluqli barcha alternativ variantlardan eng to'g'risi va maqsadga muvofiqini tanlay oladigan, ishni to'g'ri tashkil eta bilgan, ya'ni eng kam kuch va vaqt sarflab ishni uddalay olgan, noaniq yoki tasodifiy vaziyatlarda ham ish taktikasini to'g'ri yo'lga yo'naltira oladigan odam bo'lishi kerak. Bundan tashqari, yaxshi rahbar uchun oldida turgan ishning har bir alohida detallarigacha tasavvur qilib, uni amalga oshirishning barcha bosqichlari va vositalarini oldindan ko'ra bilish qobiliyati ham zarur. Shunday taqdirdagina u ishga dadil kirishishi, o'zgalarni o'z ortidan ergashtirishi va ishlab chiqarishda yuksak ko'rsatkichlarga erishishi mumkin.

Yuqorida aytib o'tilgan rahbarlik sifatleri ichida eng muhimi, tabiiyki, psixologik mahoratni talab etgani — odamlar bilan ishlash mahoratidir. Jamoa a'zolari bilan samarali ishlash uchun esa boshliq ularning psixologiyasini, har bir a'zo psixologiyasini va guruh psixologiyasini yaxshi bilishi zarur, chunki "o'zgalar psixologiyasini bilish ular ustidan hukmronlikning yagona yo'lidir", — deb yozishgan edi ingliz olimlari. Ijtimoiy psixologiyaning bu borada ham yaxshi vositasi — ijtimoiy psixologik trening uslubi borki, uning yordamida odamlar bilan ishlovchilar jamoani boshqarishning turli usullariga

muvaffaqiyatli tarzda tayyorlanmoqdalar.

Liderlik va superliderlik. Amerikalik tadqiqotchi Linda Djuell o'zining «Industrialno-organizatsionnaya psixologiya» (2001 yil) kitobida ijtimoiy psixologik xodisalardan muhimi bo'lmish liderlik masalasiga o'zining o'ziga xos yondashuvini bayon etgan. U bu muammoni aynan bizning sharoitimizdagi talqini, ya'ni mardlik va jasorat ko'rsatish uchun ochiq maydonlar yo'q bo'lgan sharoitda liderlik xislatlarining namoyon bo'lish xususiyatlarini ochishga urinadi. Uning fikricha, zamonaviy ishlab chiqarishning samaradorligi eng avvalo xodimlar rolini oshirib, liderlarnikini aksincha, pastlashtirish, yoki aniqrog'i, kamaytirish hisobiga ro'y beradi. Shundagina rahbarlikda ortiqcha bo'g'inlarni kamaytirish mumkin. Liderning, ya'ni amerikaliklar rahbari lider fenomeni doirasida tasavvur qilishadi, vazifasi – guruhning samarali faoliyat ko'rsatish yo'llarini belgilab berishdir.

Bu kitobda ijtimoiy psixologik nuqtai nazardan ahamiyatli bo'lgan tushunchadan biri bu – **«superlider»** tushunchasidir. Superlider kim va qachon oddiy lider superga aylanadi? Amerikalik tadqiqotchilar Mants va Simslarning fikricha, eng yaxshi lider – bu «superliderdir». Bu shunday shaxski, u o'z xodimlarining aksariyatini liderlarga, birinchi navbatda o'zlari uchun liderlarga aylantira oladi. Bunday asosiy g'oya shundan iboratki, agar odam eng **avvalo o'zi uchun lider bo'la** olsa, o'zidagi bu malaka yoki mahoratni boshqalarga etkaza olsagina, bu odam uchun shunday vaqt-saot etib keladiki, jamoa o'zi mustaqil ishlaydigan, bevosita tepasida turib boshqarib turadigan insonga muhtoj bo'lmagan mexanizmga aylanadi. Bu – superliderlikdir.

Oddiy rahbar yoki liderning superliderga aylanishi bir necha bosqichlarda kechadi (pr.):

I – o'zi uchun lider bo'lish, ya'ni shaxsiy maqsad va maslaklar, o'zini o'zi kuzatish, o'zini o'zi rag'batlantirish, hayoliy repititsiyalar va kognitiv tahlillar orqali o'zining mustaqil inson, shaxs ekanligini, o'zida boshqalarga o'rnak bo'luvchi sifatlar borligini anglash;

II – yuqorida qayd etilgan sifatlarning afzalliklarini o'zgalarga namoyish etib, uning afzalliklariga ishontira olish;

III – xodimlariga o'zlarida tashabbus va o'ziga ishonchni namoyon etish uchun sharoit yaratish;

IV – mustaqil qobiliyat egalari bo'lgan xodimlarni rag'batlantirish, kerak bo'lganda, faqat konstruktiv tanbehlar berish;

V – o'z-o'zini boshqarishga asoslangan ijtimoiy faoliyatni tashkil etish va ishlarga xadeb aralashaverishdan o'zini tiyish.

Demak, samarali boshqaruv – aslida ijtimoiy ta'sirni amalga oshirishning eng namoyishkorona ko'rinishidir. Shu ma'noda, liderlik – avval shaxsning o'ziga, so'ngra o'zgalarga bera oladigan ta'sirida ko'rinadigan fazilatlar majmuidir, deb ta'riflanadi.

2. Boshqarish qonuniyatlari

Boshqarishda ham o'z qonuniyatlari bo'lib, ular boshqarish sohasidagi tez-tez qaytarilib turuvchi hodisalar, boshqarish jarayonidagi voqealarning ichki

tabiatini va mantiqiy bog'liqligini tushunishga yordam beradi.

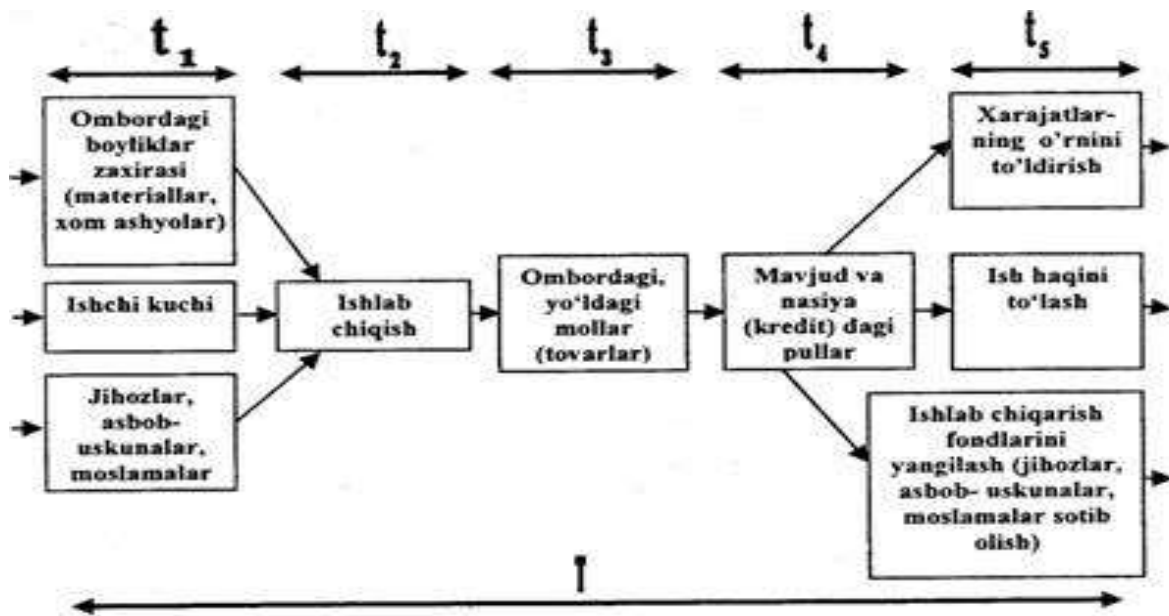
Avtomobilning yuki oshgan sari, benzin sarflanishning oshishi, korxonada mahsulot chiqaravchi xodimlar sonining oshishi, ma'muriy boshqaravchi xodimlar sonining oshishiga olib kelishi, murakkab texnologiya uchun ko'p yoki murakkab stanoklarning jalb qilinishi boshqa-rishdagi qonuniyatlarga misol bo'la oladi.

Adabiyotda e'lon qilingan ba'zi bir qonuniyatlarga biroz to'xtalib o'tamiz.

Xalq xo'jaligining hamma tarmoqlarida boshqarish tizimlari ko'p bo'g'inli, ko'p pog'onali bo'lishi mumkin bo'lib, ishlab chiqarishning asosiy maqsadi xalqning farovonligi va madaniyatini rivojlantirish bo'lib, ilmiy-texnika yutuqlariga asoslangan holda rivojlanishi kerak. Xalq xo'jaligining hamma bo'g'inlarida va shajaraviy boshqarishning hamma sathlarida boshqarish tamoyillarining birligi boshqarish, xo'jalik yuritish oldiga qo'yilgan maqsadlarning va ularni amalga oshiradigan usullarning birligidadir. Boshqarish va xo'jalik yuritish bo'g'inlariga tarmoqlar, korxonalar, tumanlar, shaharlar, viloyatlar va butun mamlakat misol bo'la oladi.

Xalq xo'jaligi, boshqarish tizimlarining bo'laklari orasida mutanosiblikka maqbul o'zaro munosabat (nisbat) ga erishish va uni saqlash. Xalq xo'jaligi murakkab dinamik tizim bo'lib, bir qancha tizimcha va elementlardan iboratdir. Bu tizimcha va elementlarga yoki bo'laklarga sanoat, qishloq xo'jaligi, qurilish, transport va aloqa, savdo va maishiy xizmat, fan, madaniyat, tibbiyot, bank xizmati va hokazolar kiradi. Bo'laklar orasidagi bog'lanish uzviydir. Masalan, sanoat qishloq xo'jaligiga, kurilishga, transportga va boshqalarga mehnat qurollarini yetkazib bersa, qishloq xo'jaligi esa sanoat va boshqa bo'laklarga xom ashyo va materiallar yetkazib beradi. Shularni inobatga olgan holda, xalq xo'jaligining rivojlanishida bo'laklar orasidagi bog'lanishlar o'zaro mutanosib bo'lishi kerak.

Hayotda bu esa har bir bo'lakning rivojlanishi boshqa bo'laklarning talabini to'liq qondiradigan darajada bo'lishi kerak. Boshqa so'zlar bilan aytganda, asosiy va yordamchi ishlab chiqarishlarning quvatlari, mexanizatsiyalash va avtomatlashtirish, kompyuterlashtirish, ishlab chiqarishni uyushtirish orasida mutanosiblik va maqbul o'zaro munosabat bo'lishi kerak. Boshqarishda esa vaqti bilan (davriy holda) boshqariluvchi tizimchalarning holatini tahlil qilish, ulardagi nomutanosiblikni o'z vaqtida yo'qotishga imkon beradi.



4-rasm.
Ishlab chiqarish fondlarining aylanish davri va elementlari.

Mutanosiblikvamaqbul o'zaronisbatfaqtatizimchaelementlariorasidaemas, boshqaruvchivaboshqariluvchitizimlarningorasidahamta'minlanishikerak. Buqonuniyatningbajarilishixalqxo'jaligivaboshqaravbo'limlariningmaromvasam araliishlashinita'minlaydi.

Ishlabchiqarishfondlariharakatininguzluksizligiga, maromligiga, aylanishdavrtezliginioshirishga (maromigaetkazishga) erishishkorxonaningishlabchiqarishfondlariuningishlabchiqarishqobiliyatibilana niqlanibpulholatidaifodalanadi.

Ishlab chiqarish fondlarining aylanish davri (vaqti) va elementlari yuqoridagi tarx (4-rasm) bilan ifodalanishi mumkin.

Xususiy aylanish vaqtlari t_1 , t_2 , t_3 , t_4 , t_n har qanday korxonada mavjud bo'lgan jarayonlar uzluksiz, maromli bo'lib, vaqtlarning o'zlari esa minimum bo'lishi maqsadga muvofiqdir. Shundagina umumiy aylanish vaqti (davri) T minimum bo'lishi mumkin. Aylanish vaqti T -ning kamayishi aylanuvchanlikni va daromadni oshiradi. Bunga esa ishlab chiqarish jarayonlarini avtomatlashtirish, ulgurji savdoni rivojlantirish, ishlab chiqarish fondlarini tez-tez va samarali yuqori bo'lganlariga almashtirish, sotiladigan mollarning **sifatini** oshirish tufayli oldindan pul to'lash usullarini, korxonada esa avtomatlashtirilgan ishchi o'rinlarini yaratish, kompyuterli tizimlar joriy qilish kabi tadbirlarni amalga oshirish orqali erishish mumkin.

3. Boshqarish tamoyillari

Boshqarish tamoyillari deganda ma'lum bir ijtimoiy -iqtisodiy sharoitlarda, boshqaruv amaliyotida ishlatiladigan asosiy qoidalar, yo'l-yo'riq ko'rsatuvchi tartib intizomlar, ahloqiy me'yorlarni tushunamiz. Boshqarish tamoyillari bir nechta bo'lib, ba'zi birlarini keltirishni o'zimizga o'rinli deb bildik.

Ishni reja asosida olib borish tamoyili. Bu tamoyil korxonadan tortib davlat darajasigacha hamma ishlar reja asosida olib borilishini nazarda tutadi.

Har qanday korxona, tarmoq va vaholanki, eng rivojlangan davlatning ham imkoniyatlari cheklangan bo'ladi. Bu holat rejalash jara-yonida inobatga olinishi shart. Rejalangan mablag'larning rejalanmagan ishlarga yo'naltirilishi ajratilgan mablag'larning samaradorligini pasa-yishiga, chala ishlar, qurilishlarning ko'payishiga, ajratilgan kuch va imkoniyatlarni to'zishiga olib keladi. Ishni reja asosida olib borish tamoyiliga qat'iy rioya qilish amaliyotda katta ahamiyatga ega.

Xo'jalikni samarali va maqbul olib borish tamoyili. Bu tamoyil kerakli ashyoviy boyliklarni yuqori sifatda ishlab chiqarish, ko'rsatilgan yuqori sifatli har qanday xizmatlar uchun qilingan sarf-xarajatlar mi-nimum bo'lishi to'g'risida fikr yurgizadi. Ishlab chiqarishda ishtirok etayotgan har bir ishchi (xodim) daromadining maksimal bo'lishi tarafdoridir.

Bu esa ishlab chiqarish jarayonida bo'layotgan sarf-xarajatlarni, chunonchi ishlab chiqarishda mavjud bo'lgan chiqindilarni, yonilg'i, xom ashyo, issiqlik, elektroenergiya, suv va hokazolarni iqtisod qilishga da'vat qiladi.

Ishlab chiqarishda bo'lgan sarf-xarajatlarni kamaytirish ishchi (xodim) laming oladigan ish xaqini, olinadigan mukofotlarni, ijtimoiy rivojlanish, ishlab chiqarishni rivojlantirish, fan va texnika yutuqlarni qo'llash uchun kerak bo'lgan mablagiarni oshirishga olib keladi, ya'ni korxonaning samaradorligini oshiradi.

Xo'jalikni maqbul olib borish deganda, ishlab chiqarishda va boshqarishda zamonaviy fan va texnika yutuqlarini qo'llash ko'zda tutiladi. Masalan, ishlab chiqarishda, boshqarishda yangi texnologiyalar, iqtisodiy-matematik modellashni, hisoblash texnika vositalarini, avtomat-lashtirilgan ishchi joylarini tatbiq qilish ko'zda tutiladi.

Zamonaviy boshliq o'zining ish jarayonida xo'jalikni samarali va maqbul olib borish tamoyiliga amal qilishi kerak.

Yechilayotgan masalalar zanjirida asosiy bo'g'inni aniqlay olish tamoyili. Zamonaviy boshliq ishlash jarayonida ko'p va har xil masalalarga (muammolarga) duch keladi. Agar hamma masalalarni boshliqning o'zi hal qilmoqchi bo'lsa, uning kuchi ham, vaqti ham, imkoniyati ham yetishmaydi. Shuning uchun boshliq korxona oldida turgan masalalar ichidan eng asosiylari, ya'ni birinchi navbatda yechilishi zarur bo'lganlarini ko'ra bilish va ajratish qobiliyatiga ega bo'lishi shart, ya'ni yechiladigan masalalar zanjirida asosiy bo'g'inni aniqlay bilishi kerak.

Buning uchun boshliq adabiyot va axborot vositalarida e'lon qilingan, korxona yo'nalishiga oid bo'lgan materiallarni tahlil qilishi va o'zida to'g'ri xulosa chiqarishi, fan va texnika yutuqlarini o'rganib, ularni o'z korxonasida qo'llash yo'larini qidirishi, korxonaning sohasi bo'yicha faoliyat ko'rsatayotgan ilg'or (raqobatdosh) korxonalarning ishlash usullarini o'rganishi va iloji boricha korxonasida o'rgangan usul va vositalarni qo'llash va nihoyatda o'z korxonasining yutuq va kamchiliklarini tahlil qilib, boshqa raqobatdosh korxonalarning faoliyati bilan solishtirib chora-tadbirlar ishlab chiqishi kerak.

Bu tadbirlar korxonaning texnik - iqtisodiy ko'rsatkichlarini ilg'or (raqobatdosh) korxonalar darajasigacha ko'tarish imkoniyatini beradi.

Shuning uchun ham bu tamoyilga amal qilish boshqarish ama-liyotida birinchi navbatda yechiladigan masalalarni aniqlash orqali iqtisodiyotni (korxonani) samarali boshqarish imkoniyatini beradi.

Qabul qilinadigan qarorlarning obyektivligi va ilmiyligi tamoyili. Ish faoliyatida rahbar odamda ko'p masalalar bo'yicha har xil qarorlar qabul qilishga to'g'ri keladi. Boshqarish sohasida qabul qilingan qarorlardan kelgan foydadan kimlar manfaatdor bo'lishiga qarab, ular obyektiv va subyektiv bo'lishlari mumkin. Qabul qilingan qarorlar jamoa, ishlab chiqarish va davlatni ko'zda tutsa obyektiv, subyektiv, ya'ni qaror qabul qiluvchi shaxsning manfaatlarini ko'zda tutsa subyektiv qarorlar bo'ladi. Ko'pincha qabul qilingan qarorlarda subyektivlik ancha foizni tashkil qiladi. Bunday holatlar ko'pincha rahbar yoki qaror qabul qiluvchi shaxs jamoaning bir nechta xodimlari bilan qarama - qarshi (konflikt) holatda boisa sodir bo'ladi.

Ikkala tomon ham o'ch olish niyatida masalani salbiy hal qilishga harakat qiladi. Bunday sharoit esa ishlab chiqarishga, jamoaga va pirovardida davlatga katta ziyon keltirishi mumkin. Yoki yana bir holat: korxonadagi ikki yoki undan ko'proq shaxslar (tanish-bilishlar, qarindoshlar) o'zaro kelishib, qonuniy echimi bo'lmagan masalani ijobiy hal qilishlari mumkin. Shuning uchun rahbarlar yoki rahbarlar bilan unga bo'ysinuvchi xodimlar orasidagi xususiy munosabatlar qanday bo'lishidan qat'i nazar, muammolar ishlab chiqarish, jamoa va davlat manfaatlarini ko'zda tutgan holda echilishi, ya'ni obyektiv echilishi lozim. Xususiy munosabatlar yoki xafagarchiliklar ishlab chiqarish manfaatlariga hech qanday salbiy ta'sir o'tkazmasligi kerak.

Qabul qilinadigan qarorlarning ilmiyligiga kelganimizda, bu masala rahbarning bilimdonligiga chambarchas bog'liqdir. Agar rahbarlarning bilimdonligi qancha yuqori bo'lsa u o'zining bilimlarini fan, texnika, ilg'or amaliyotning yutuqlari bilan boyitsa va ular rahbarning qabul qilayotgan qarorlarida o'z aksini topsa, bunday qarorlar to'g'ri va haqiqiy bo'ladi. Ilm asosida qabul qilingan qarorlar ijobiy natijaga, ilm-fan, texnika va ilg'or amaliyot yutuqlariga tayanmagan qarorlar esa ko'pincha salbiy natijaga olib keladi. Ilmiy boshqarish subyektivizmning kushandasidir. Ilmiy boshqarish jamiyatning obyektiv rivojlanish qonunlari, boshqarishning qonuniyatlari va bashoratlashni tahlil qilish natijalari asosida amalga oshiriladi. Ayniqsa, hozirgi paytda ishlab chiqarish va boshqarishda faoliyat ko'rsatayotgan hamma bo'g'inlarning rahbarlari texnika, texnologiya, iqtisodiyot, ishlab chiqarishni zamon talablari aso-sida uyushtirish, boshqarish qonuniyatlari, tamoyillari, vositalari va usullarini hamma vaqtdagidan farqli o'laroq, yaxshi bilishlari shart. Bu qonuniyatlarning amaliyotdagi o'rni rahbar zamonaviy ilmlar majmuasiga tayanib jamoa va ishlab chiqarishni boshqarishidadir.

Xodimlarni tanlash, jamiyat va boshqarishning hamma bo'g'inlarida siyosiy jihatdan etuk, har tomonlama ish biladigan, qobiliyatli rahbarlar boshliq bo'lishini nazarda tutadi. Hozirgi kungacha «hamma narsani ka-drlar hal qiladi» degan ibora o'z kuchini yo'qotgani yo'q.

Kadrlarning ish samarasini oshirish, ularga shaxsiy yondashish aso-sida bo'lib, kadrlardan butun kuch va energiyasini berib ishlashni taqozo etadi.

Xodimlarning ish faoliyatini ularning haqiqiy (mavjud) natijalar bilan baholash asosiy mezon bo'lmog'i zarur va shunday hamdir. Kadrlarni to'g'ri joylashtirish, ularning tajriba, ilm va xususiy sifatlaridan to'liq foydalana bilish rahbarning asosiy xususiyatlaridan hisoblanadi. Kadrlarga bo'lgan mehribonlik va talabchanlik, ish foydasi, qo'yilgan masalalarni aniq va tezkorlik bilan hal qilish doirasida bo'lishi va ularga bo'ysunishi kerak. Kishilarga bo'lgan talabchanlik, tanbeh berish qo'pollikka, odobsizlikka, mayda-chuyda tiqilinchlarga aylanmasdan mehribonlik va odoblik bilan ularning kamchiliklarini va kuchlik to-monlarini ko'rsatishdan iboratdir. Rahbarlarga rezerv (zaxira) tayyorlash kelajak uchun zamin tayyorlashdir. Shuning uchun ham ularning ishbilarmonlik, siyosiy, ma'naviy sifatlariga e'tibor bergan holda, ularni konkret ishlab chiqarish, jamoaviy topshiriqlarda tekshirish, kerakli lavozimlarda stajirovkalar uyushtirish zarurdir.

Shular bilan bir qatorda rezerv kadrlarda nazariy bilimlarini oshirish, ishbilarmonlik xususiyatlarini, siyosiy va ma'naviy etukligini, yergashtira olish, qiladigan takliflarini shakllantirish kadrlar tayyor-lashdagi asosiy maqsadlardan biri bo'lishi kerak. Jamiyatimizning tezkorlik bilan rivoj-lanishida kadrlarni tanlash, joy-joyiga qo'yish, ularni tarbiyalash katta ahamiyatga egadir.

Mehnatni moddiy va ma'naviy rag'batlantirish tamoyili. Ish unumdorligini oshirishda, sarf-xarajatlarni kamaytirishda, chiqarayotgan mahsulot va xizmat sifatini oshirishda mehnatni moddiy va ma'naviy rag'batlantirish muhim rol o'ynaydi. Tamoyilning asosiy masalasi moddiy va ma'naviy rag'batlantirish orqali xodimlarni jamoaning umumiy ko'rsatkichlarini yuqori pog'onalarga olib chiqarishdir. Moddiy rag'batlantirish deganda, ish haqiga qo'shimchalar, mukofotlar va boshqamoddiy yordamlarni tushunsak, ma'naviy rag'batlantirish deganda, jamoa oldida tashakkurnomalar e'lon qilish, nomlarini faxriy kitoblarga kiritish, faxriy yorliqlar berish, hurmat taxtasidan joy ajratish, davlatimizning medal, ordenlariga, faxriy unvonlariga taqdim yetishni tushunamiz. Boshqarish amaliyotida rag'batlantirish munosib bo'lmagan odamlarni rag'batlantirish hollarini butunlay yo'qotish madsadga muvofiq bo'ladi, chunki bunday hollarda jamoa ichida noroziliklar, guruhvozliklar, tarafma - tarafliklar keltirib chiqarish ish samaradorligiga katta ziyon yetkazadi.

Boshqaruv qarorlarining bajarilishini nazorat qilish tamoyili. Bu tamoyil boshqarish tizimida bajaruvchilik intizomini yuqori darajada amalga oshiruvchi omildir. Boshqarish tizimida amalga oshiriladigan nazorat ish jarayonida aniqlik, ishchanlik, tezkorlik muhitini yaratib byu-rokratizmga qarshi mavjud bo'lgan kamchiliklarni nazorat qilish va tekshirish, eng awalo, ish unumdorligini oshirish uchun yo'naltirilgan bo'lishi kerak. Qapop bajarilishini tekshirganda, masalalarning tub mohiyatini tushuntirish va aniqlash ishlarini esa baqiriq - chaqiriqsiz, osoyishtalik bilan amalga oshirish maqsadga muvofiq bo'ladi. Nazoratni uyushtirish shakllari har xil bo'lib, kalendarga, ish daftarchasiga, nazorat kartochkasi (varaqqchalari) ga yozma holda belgilashdan tortib EHM gacha bo'lishi mumkin. EHM-nazorat qilinuvchi hujjatlarning soni

bir yilda 19 ming donadan oshgandagina o'zini oqlashi mumkin. Har bir rahbar qarorlarning va tekshiriladigan hujjatlarning soniga qarab, o'ziga qulay bo'lgan tekshirish shaklini tanlab oladi. Boshqarishga kiber-netikadan kirib kelgan ba'zi bir tamoyillarni eslatibgina o'tamiz:

Tizimchanlik tamoyili. Bu tamoyil boshqaruvchi va boshqariluvchi tizimchalarni ko'rsatgichlari bir-biri bilan bog'liq bo'lgan murakkab tizim holatida qarashni taqozo qiladi.

Shajaraviylik tamoyili boshqaruvchi va boshqariluvchi tizimchalarga ko'p pog'onali shajara tarzida yondashishimizni tavsiya qiladi.

Mos kelishlik tamoyili boshqaruvchi tizimchaning murakkabligi boshqariluvchi tizimchanikidan past bo'lmasligini ko'zda tutadi yoki oddiy ibora bilan aytganda, murakkab ishlab chiqarishga sodda boshqarish tizimini loyihalab bo'lmasligidan dalolat beradi.

Qayta aloqa tamoyili boshqarish ta'siri natijasida obyektida bo'la-yotgan o'zgarishlar haqidagi axborot boshqaruv tizimiga vaqtida yetkazilishini ta'minlaydi.

Qayta aloqa ijobiy va salbiy bo'lib qaysi birini tanlashni boshqarav tizimini loyihalagan kishilar oldiga qo'yilgan maqsadlar hal qiladi. Xulosa qilib aytganda — boshqarishning hamma tamoyillari muhim bo'lib, turmush ularni amaliyotda qo'llashni taqozo etadi.

O'z ishini boshqarish tamoyillari asosida olib borishlik rahbar uchun ahloq me'yori ekanligi amaliyot taqozosidir.

Boshqarish usullarining mazmuni. Boshqarishning iqtisodiy usullari—mavjud Goriy) ijtimoiy tizimning obyektiv iqtisodiy manfaatini ko'zlagan holda xo'jalik yuritish usullaridir. Bu usullar tarkibiga rejalashtirish, narx-navoni shakllantirish va boshqa iqtisodiy ko'rsatgichlar kiradi. Amaliyotda xo'jalik yuritish jarayonida sharoitlar o'zgaradi. Sharoitlarning o'zgarishiga qarab, qo'yilgan maq-sadni inobatga olgan holda, xo'jalikni olib borish mexanizmini, jamiyatdagi mavjud qonunlarni buzmaganda holda, o'zgartirish kerak.

Iqtisodiy munosabatlar quyidagi manfaatlarni qondirishi kerak:

1. Jamoatchilik manfaati, (qurilishlar, transport va hokazolar).
2. Tashkilot manfaati (ijtimoiy-iqtisodiy rivojlanish rejasi va hokazolar).
3. Shaxsiy manfaat, (malaka oshirish, ish haqi va boshqa daromad-lar).

Jamiyatdagi ishlatiladigan richaglar uchchala manfaatlar bo'yicha ijobiy natijalarga olib kelishi kerak. Lekin, bu narsa doimo kuza-tilavermaydi, ya'ni ba'zida umumiy ko'rsatgichlar bajariladiyu, shaxsiy ko'rsatkichlar to'la inobatga olinmaydi. To'la xo'jalik hisobida ishlay-digan korxonalarda bu uchchala ko'rsatkich, daromadga bo'lingan holda inobatga olinishi kerak. Shaxsiy manfaat juda nozik narsa. Shuning uchun ham har bir ijrochiga rejaviy ko'rsatkichlar, molning narxi, daromad, ashyo sarfi va boshqa qiziqtirilgan ko'rsatkichlar bo'yicha ma'lumotlar etkazilishi kerak. Shunday bo'lganda, har bir xodimning faolligi, mas'uliyatligi keskin oshadi. Bu esa ishlab chiqarish hajmining, mol sifatining, daromadning, ish unumdorligining

oshishiga olib keladi. Har bir xodim ishning pirovard natijasini oshirishga da'vat qiluvchi kishiga aylanadi.

Boshqarishning tashkiliy - ma'muriy usullari. Boshqarishning bu usuli ikki qismdan iborat bo'lib, tashkiliy ta'sir va farmonli (ma'muriy) ta'sirlarni shakllantiradi. Tashkilotchilik faoliyati eng nozik masalalardan bo'lib, ishlab chiqarishdagi hamma kamchiliklar (yo'qotishlar) u bilan bog'liqdir. Tashkilotchilik bu ishlab chiqarishdagi tozalik, intizom va natijada yaxshi texnik-iqtisodiy ko'rsatkichlardir. Yaxshi tashkilotchilik bu—bir maromda ishlaydigan kishilarning guruh-laridir. Tashkilotchilik ishlab chiqarishning hamma sohalarida o'mak bo'lishi kerak. Tashkilotchilik ma'murchilik faoliyatiga ham bog'liqdir. Masalan, buyruq. Buyruqning ham o'z andozasi bor. Buyraqda asosiy narsalar (ashyo, kimga tegishligi, bajarish muhlati, mablag'lar) o'z aksini topishi kerak. Buyraqda uni tayyorlagan kishining, yuristning (buyraqda nomlari qayd etilgan kishilarning) vizalari (imzolari) bo'lishi kerak. Buyraq shoshma-shosharsizliksiz, atroflicha, savodli tayyorlanishi kerak. Buyraqda rahbar hammadan keyin qo'l qo'yadi.

Buyraq — bu rahbarning yozma holdagi istagidir. Buyruqqa faqatgina birinchi rahbar qo'l qo'yadi. Buyruqdan tashqari korxonalarda farmon ham mavjud bo'lib, ko'pincha u korxona doirasida kuchga ega bo'ladi.

Tashkiliy tartiblashtirishning shakllaridan ko'p tarqalgani bu yo'riqnomalar (ko'rsatmalar)dir. Tashkiliy me'yorlashning asosi me'yoriylik bo'lib, uning o'z o'lchov birliklari (vaqt, og'irlik, uzunlik, dona va hokazolar) dir.

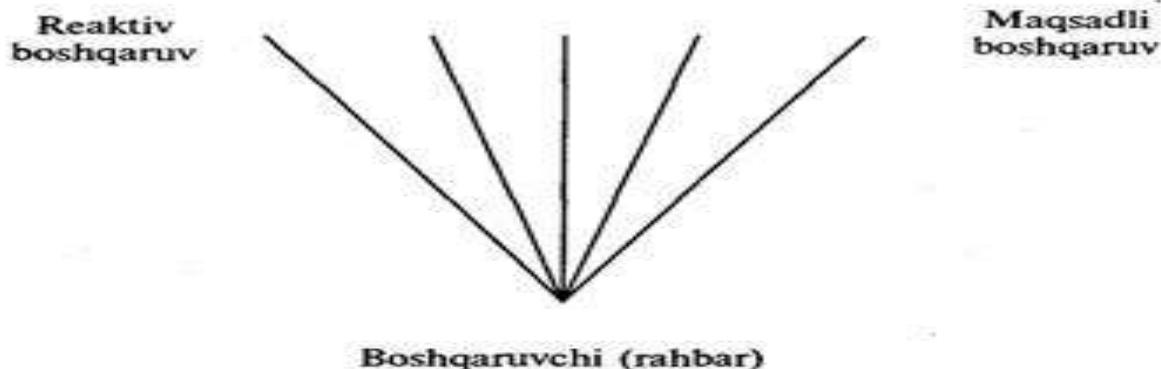
Me'yoriylik dogma bo'lmay moslashuvchan bo'lmog'i kerak. Nizom - tashkiliy hujjatlarning bir turi bo'lib, tuzilmaviy bo'linmaning vositasi, huquq va majburiyatlarini aniqlaydi. Mansab (lavozim) yo'riqnomalari mansabdorning huquq va majburiyatlarini aniqlaydigan tashkiliy hujjatdir. Uslubiy ko'rsatmalar ham tashkiliy hujjatlar qatoriga kirib ish (hisob) tartibini, ish (hisob) uchun kerakli elementlarni aniqlaydi va omilkor (kompitent) tashkilotlar, mutaxassislar tomonidan tasdiqlanadi.

Ijtimoiy - ruhiy boshqarish usullari ko'proq ijodiy faoliyat bilan shug'ullanadigan korxona va jamoalarga taalluqli bo'lib rahiy moslik, rahiy sharoitning ish unumdorligiga ta'sir ko'rsatuvchi omillardan hisoblanadi. Olib borilgan izlanishlar shuni ko'rsatadiki, boshqarishning bu guruhida ishtirok etuvchi kishilarga ishlayotgan sharoiti (dizayni, xatto ish kiyimining qaysi matodan tikilganligi va rangi) ish unumdorligiga katta ta'sir ko'rsatar ekan. Bunday xodimlarning ish o'rinlari ilmiy tarzda tashkil qilinishi kerak bo'ladi.

4. Boshqaruv funksiyalari (vazifalari)

Boshqarish funksiyasi haqida tushuncha. Warning obyektiv rivojlanish omillari.

Boshqaravchi (rahbar) ikki holat oralig'ida ish olib borishi mumkin (5- rasm).

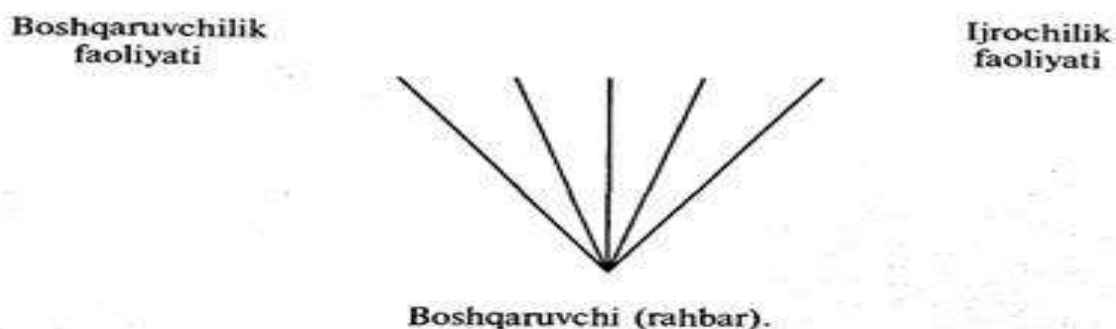


5-rasm.
Boshqaruvchining ish olib borish holati.

Boshqaruvchining malakasiga, bilimdonligiga, omilkorligiga, unda boshqarish san'atining mavjudligi gaqarab, boshqarish sifati 5-rasmda ko'rsatilgan ikki holat orasida bo'ladi. Reaktiv boshqaruvdareaksiya (aksta'sir) tezkorlik bilan amalga oshiriladi. Ishga kelganda reja ham, maqsad ham aniq (oldindan belgilangan) bo'lmay to'g'rilash (tuzatish) bilan shug'ullanamiz. O't o'chiruvchilarga o'xshab hamma ishlar baqiriq -chaqiriq, telefon qilishlar bilan bajariladi. Buning asosiy sababi xom ashyo, uskuna, qurilmalarning vaqtida yetkazib berilmaganidadir. Reaktiv boshqaruv sof holda kam uchraydi.

Ikkinchi holat-maqsadli (rejaviy) boshqaruv bo'lib, kam harajatlar bilan oldindan belgilangan maqsadga tezkorlik bilan yetishni ko'zda tutadi. Bunday boshqaruv ham sof holda kam uchraydigan holat. Maqsadli boshqaruvning asosiy elementlari boshqaruvning umumiy va konkret funksiyalaridir.

Har bir rahbarning boshqaruvchi tariqasida ish faoliyati ikki holatda bo'lishi mumkin (6-rasm). Bu ikki holat boshqaruvchilik va ijrochilik holatlari bo'lib, boshliq boshqaruvchilik faoliyati bilan ko'proq shug'ullanishi kerak.



6-rasm.
Boshqaruvchilik va ijrochilik holatlari.

Rahbar boshqaruvchi tariqasida (qo'ldaqog'ozvaruchkabilan) boshqarishni uyushtirish kerak. Lekin ko'pincha rahbar ijrochilik faoliyati bilan mashg'ul bo'ladi. Nimaga? Degan qonuniy savol tug'iladi. Bunga javob quyidagicha: ko'pincha korxonalarda ishlaydigan mutaxassislarni omilkorlikda rajasi past bo'ladi. Bunday holatlar uchrab turadi. Korxonadagi salbiy holat va natija larga, birinchi navbatda, rahbar javob beradi, shuning uchun ham rahbar o'z qo'lini korxona pulsida ushlab turishi kerak. Hamma korxonalarda obro'

ixtisoslik orqasidan keladi. Mutaxassisning omilkorlik darajasi qancha past bo'lsa, rahbarga shuncha og'ir bo'ladi va rahbar ijrochilik faoliyati bilan ko'proq shug'ullanadi. Masalan: korxona yangi mahsulot chiqara boshladi. Buyurtmachi chiqarilayotgan yangi mahsulot yuzasidan rahbar yoniga kelib, maslahatga kelganini aytadi. Bu yerda ikki vaziyat bo'lishi mumkin: 1) rahbarning o'zi maslahat beradi; 2) maslahatga korxona mutaxassisini chaqiradi.

Birinchi vaziyatda rahbar ijrochilik, ikkinchi vaziyatda esa boshqaruvchilik faoliyatini bajaradi. Boshqaruv funksiyasi deganda, boshqaruv sohasidagi vazifalar tushuniladi.

Boshqaruv funksiyalari deganda, boshqaruvchilik xizmatini ixtisoslashtirish jarayonida ajralib chiqqan boshqaruvchilik faoliyatining o'ziga xos turini tushinamiz.

Hozirgi kunda, ishlab chiqarish jarayonlarining murakkablashishi natijasida boshqaruvning yangi funksiyalari paydo bo'layapti.

Tasniflash asosida boshqaruv funksiyalarini asosiy va konkretlarga ajratish mumkin.

Asosiy boshqaruv funksiyalari belgilangan obyektlardagi bo'ladigan hamma boshqaruv jarayonlarini tavsiflaydilar, konkret boshqaruv funksiyalari esa faqatgina shu obyektga xos bo'lgan jarayonlarni tavsiflaydilar. Boshqaruvning asosiy funksiyalari:

1. Rejalashtirish.
2. Rejani bajarishni uyushtirish.
3. Muvofiqlashtirish.
4. Rag'batlantirish.
5. Nazorat.

Shu funksiyalarni amalga oshirish orqali biz boshqaruvni amalga oshiramiz.

1. *Rejalashtirish funksiyasining tarkibiga quyidagilar kiradi:*

- a) bashoratlash;
- b) dasturlash;
- s) bajariladigan ishlar grafigi (jadvali)ni ishlab chiqish;
- d) budjetni tuzish (ishlab chiqish).

Hozirgi kunda eng oqsoqlangan qismlardan bin bashoratlashdir. Bashoratlash qanchalik obyektiv, aniq va ommaviy bo'lsa, ishlab chiqarishning kelgusi shunchalik bir maromda bo'ladi.

2. *Rejani bajarishni uyushtirish funksiyasi deganda*, ishlab chiqarish uchun kerak bo'lgan hamma ishlarni tushunamiz. Bu ishlar ichiga kadrlarni tanlash, ularni joy-joyiga qo'yish, ishlab chiqarish uchun kerak bo'lgan ta'minot ishlari va hokazo tashkiliy ishlar kiradi.

3. *Muvofiqlashtirish funksiyasi deganda*, tashqi va ichki muvofiqlashtirishni tushunamiz, chunki ishlab chiqarishga ta'sir etuvchi kuchlar tashqi va ichki boiadilar. Bu ta'sirlardan tashqari, ishlab chiqarishning maromligini ta'minlash uchun ham muvofiqlashtirish, albatta, kerakdir.

4. *Rag'batlantirish funksiyasi deganda*, ishlab chiqarishning asosiy richagini tushunamiz. Rag'batlantirishning turlari haqida, boshqarishning

qonuniyatlarini o'rganilayotganda to'xtalgan edik.

5. Nazorat-bu murakkab funksiyalardan bo'lib, ishlab chiqarishda bevosita qatnashmaydi. Lekin bu funksiya zarur, oz vaqtida va minimal sarf-xarajatlar bilan amalgam oshirishi kerak

Amerikalik ishlab chiqarish tashkilotchilaridan Iyuis Allen nazoratning ikki tamoyilini ilgari surgan: 1) sabablarning minimumligi tamoyili; 2) nazoratni qo'yilish tamoyili.

Bu tamoyillarning mazmuni nimadan iborat?Sabablarni tahlil qilish natijasida nazorat qilinadigan obyektlarnigina hisobga olishimiz kerak.Bularning soni esa, doimo minimum bo'ladi. Chunonchi: buzilgan dastgoxlarning, brak mahsulot chiqarayotgan kishilarning, mehnat intizomini buzayotgan hodimlarning soni minimumni tashkil etadi. Agar nazoratni hamma dastgohlarga, hamma xodimlarga qo'llaydigan bo'lsak, bu holda nazoratga ketadigan sarf-xarajatlar minimum bo'lmaydi.Shu-ning uchun ham bu tamoyilning amaliyotdagi o'rni kattadir.

Ko'pchilik holatlarda tartib buzarlilik haqidagi axborotni birov orqali olamiz, Bunday uslub noto'g'ridir, chunki tartib buzarlilik to'g'risidagi axborot nazoratchiga buzilgan holda etib keladi.Shuning uchun, axborotni faqatgina tartib buzarning o'zidangina olishimiz kerak.

Asosiy funksiyalarning rejalashtirish qismi dastlabki boshqaruvni, rejani bajarishni uyushtirish bilan birga muvofqlashtirish va rag'batlantirish funksiyalari operativ boshqaruvni va nihoyat nazorat funksiyasi pirovard boshqaruvni tashkil qilishadi. Boshqaruvning funksiyalari bilan alohida elementlar (xodimlar) shug'ullangani uchun umumrahbarlik (bosh direktor) funksiyasini kiritishimiz kerak bo'ladi.

Rejalashtirish, asosan, boshqarish shajarasining yuqori sathiga mansub bo'lib, lekin korxonada ham bu funksiya mavjuddir.Rejani bajarishni uyushtirish korxonalarning vazifalaridir.

Muvofqlashtirish funksiyasi ko'proq boshqarishning yuqori bosqichlariga taalluqlidir.

Rag'batlantirish funksiyasi ko'proq boshqarishning quyi bosqichlarida amalga oshiriladi.

Nazorat boshqaruvning hamma bosqichlarida mayjud bo'lishi kerak. Yuqoridan esa, ko'proq moliyaviy faoliyat tekshiriladi va nazorat qilinadi.

Boshqaruvning konkret funksiyalari—konkret obyektlarning xususiyatlarini aks ettiradi. Ishlab chiqarish-xo'jalik faoliyati bilan shug'ul-lanadigan korxonalar uchun ularni uch bosqichga bo'linadigan sakkizta funksiyalar bilan ifodalash mumkin:

I. Tayyorlash bosqichi.

- ishlab chiqarishni ilmiy-texnikaviy tayyorlash;
- ishlab chiqarishni moliyaviy tayyorlash;
- ishlab chiqarishni ijtimoiy tayyorlash;

II. Ishlab chiqarish bosqichi -asosiy ishlab chiqarish;

- xizmat ko'rsatuvchi ishlab chiqarish;
- yordam beruvchi ishlab chiqarish.

III. Pirovard (so'nggi) bosqich

- mahsulot sotish;
- moliyaviy faoliyat.

Bozorning menejerlarga bo'lgan talabi

Bozor iqtisodiyotiga kirib borishning strategik kursi yangi yondoshuvchilarni talab qiladi. Bu talablar asosan iqtisodiyotda, boshqaruvda va ijtimoiy muammolar yechimida namoyon bo'ladi. Insoniyat bo'lmagan yoki qatnashmaydigan yuqori texnologiya va mexanizmlar keraklicha ta'sirchan bo'la olmaydi. Menejment tizimida xo'jalik mexanizmining islohati asosiy omil bo'ladi, bundan tashqari faoliyatchanlik va ta'sirchanlik islohatlari boshqaruv kadrlari, ya'ni menejerlar tomonidan aniqlanadi.

Bozor iqtisodiga o'tgan, ishlab chiqarishda strukturali siljish, ilmiy-texnik yutuqlarni amalda qo'llash, xo'jalikning ijtimoiy ahamiyatining o'sishi, jamiyatning demokratizatsiyalashtiriluvchi, bularning hammasi menejer ishlarini qiyinlashtiradi va bir qator islohatlar talab qiladi.

Xo'jalik mexanizmining har qanday islohati ongimizdagi eskicha fikrlashning inkor etilishidan boshlanadi: yangi vazifalarning aniq tushunilishini talab qiladi. Maqsad va vazifalar belgilanganidan so'ng, bularning amaliyotda qo'llanilishi ko'p tomonlama boshqaruv apparatiga bog'liq.

Kadrlar tanlanishi shunaqa jarayonki, mansabning talablariga javob beradigan kishilarni qidirish. Ayni paytda bu tanlov orqali ularni ratsional joylashtirish muammosi ham hal qilinadi. Kadrlar joylashtiriluvchi, eng yuksak ishlab chiqaruvni ta'minlash maqsadida, ularni (kadrlarni) maqsadga muvofiq shaklda boshqaruv apparatida joylashtiriluviga bog'liq.

Kadrlar tanlovi, bozor sharoitida ishlay oladigan kishilar va ularda jamoa yuzaga keltirish bilan bog'liq. Bozor iqtisodiyoti munosabati menejerlardan, tadbirkorlik va tez qaror qabul qilishni talab qiladi. Muhim bo'lgani nafaqatgina islohat tamoyillarini umumiy tushunish, balki ularni kadrlarni har kungi hayotida ishlata olish, ishning tarzini va uslubini o'zgartira olish. Bularni inobatga olgan holda mas'uliyatli faoliyat ko'rsatish, yangi huquqlardan foydalanish va sezilarli darajada intizomni mustahkamlash kerak.

Menejerlar yaxshi taktikkina bo'lib qolmay, strateg ham bo'lishlari kerak. Ular bozor ehtiyojlarini inobatga olishlari, bozorning shakllanishida ta'sir etish, talabdagi o'zgarishga egiluvchan shaklda javob berish, u maqsadni aniq tasavvur qila olish, ertangi kun muammolarini yechish uchun bugundan taraddud ko'ra olish, texnik yutuq va iqtisodiy ijtimoiy rivojdan orqada qolmaslik uchun samarali xo'jalik yuritishi kerak. Bozor sharoitlarida yaxshi natijalarga erishish uchun boshqaruv apparatining zarur doimiyligini saqlash.

Attestatsiya — menejerlarning shaxsiy va ishbilarmonlik faoliyatini baholash usuli sifatida

Boshqaruv mansabiga tavsiya qilinayotgan kishining ishbilarmonlik va kishilik xususiyatlarini baholash, avvalambor shartnoma tuzilishi kerak. Bugungi kunda kadrlar faoliyatchanligini baholashda attestatsiya usuli keng tarqalgan. Ushbu attestatsiyani o'tkazish uchun rahbar buyrug'i bilan rais, sekretar (kotib) va boshqalardan tarkib topgan attestatsiya komissiyasi tuziladi.

Ushbu komissiya tarkibini yuqori malakali mutaxassislardan, imtihon bo'layotganlarning bevosita rahbarlaridan, yuqori malakali ishchilardan va jamoa tashkilotlari vakillari tashkil etadi. Attestatsiya bo'layotgan har bir kishiga o'zining rahbari xarakteristika tuzadi, bu tavsifnomada o'sha kishining ijtimoiy ish faoliyati o'z aksini topadi.

Attestatsiya bo'layotgan ishchi avvaldan, (bir hafta oldindan) tavsifnoma bilan tanishishi shart. Komissiya ushbu materiallarni ko'rib chiqadi, attestatsiya bo'layotgan kishini tinglaydi va quyidagicha qaror beradi:

o'zining mansabi talablariga javob beradi;

o'zining mansabi talablariga javob beradi ish sharoiti yaxshilaganida va komissiyaning tavsiyalarini bajo keltirganida, 1 yildan so'ng qayta attestatsiya qilinadi;

o'z mansabi talabiga javob bermaydi.

Komissiya ba'zi ishchilarning martabasini yuksaltirishga va ba'zi xizmatlari uchun taqdirlashga va boshqa ishga o'tkazishga tavsiya qilishi mumkin.

Menejrlarning ishbilarmonlik va shaxsiy xususiyatlarini yana ham obyektiv baholash uchun attestatsiyadan tashqari boshqaruv amaliyotida uch guruhga bo'linadigan turli xil usullar qo'llaniladi:

1- guruh. Xodimning ishbilarmonlik va shaxsiy xususiyatlarini baholaydigan, obyektiv xarakterga ega bo'lgan ta'rif beruvchi yoki sifat usullarini o'z ichiga oladi. Ularga „kadrlar hisob varag'i“ va „Avtobiografiyadagi“ boshqaruvchi talabiga da'vogarlik qiluvchi nomzodning biografik ma'lumotlarini o'rganish, rahbarlardan o'sha odam haqida ma'lumot yig'ish kiradi.

2- guruh. Xodimning ishbilarmonlik va shaxsiy xususiyatlarini yetarli darajadagi obyektivlikdan miqdoriy bahosining aniqlashini ta'minlaydi. Eng ko'p tarqalgan usul ball bo'yicha baholash usulidir. Bu usul bo'yicha xodimning har bir bajargan vazifasi va erishgan yutuqlariga qarab ballar qo'yilib boriladi va uning o'rtacha balli chiqarilib aniqlanadi.

3- guruh. Yuqoridagi 2 ta guruhni, ya'ni ta'rif beruvchi va miqdoriy usullarni o'z ichiga oladi. Ulardan eng ko'p tarqalgani test usuli bo'lib, oldindan tayyorlab qo'yilgan masalalar natijalariga qarab baho beriladi. Ishbilarmonlik o'yinlari usuli — qo'yilgan ishlab chiqarish masalasi yoki nizoli vaziyatga berilgan to'g'ri javobga qarab baho qo'yiladi. Rahbarlar va mutaxassislarning ishbilarmonlik hamda shaxsiy xususiyatlarini ball bo'yicha baholash uchun xodim xususiyatlarini ball bo'yicha baholash yoki attestatsiya o'tkazish bilan aniqlash mumkin. Buning uchun xodimning ishbilarmonlik va shaxsiy xususiyatlarini baholash uchun eng kamida 2 ta qo'l ostidagi ishchisi, 2 ta rahbari va 2 ta hamkasbini baholashlarini hisobga olishadi. Oxirgi natijaviy bahoni komissiya beradi. Kadrlarni baholash kriteriyasi bitta bo'lishi kerak, ya'ni konkret ishlar.

Attestatsiya menejrlarning ishbilarmonlik va shaxsiy xususiyatlarini baholash usuli bo'lishi bilan birga ularni qayta tayyorlashga yo'naltiriladi. Menejerni tayyorlash va qayta tayyorlash — bu ta'limning ilmiy asoslangan tizimi bo'lib, ma'lum sohada faoliyat ko'rsatish uchun bilim, tajriba va yo'l-

yo'riq o'rgatadi.

Menejerlarni qayta tayyorlash va tayyorlashdan asosiy maqsad ularning nazariy bilimlarini oshirish, fan va texnika sohasida erishilgan yutuqlarini to'la-to'kis qamrab olish, boshqarish va ishlab chiqarishni tashkil etishdan iborat.

Bozor iqtisodiyoti kadrlar tayyorlash tizimiga yangi talablar qo'yadi, bu tizimda universitet va institutlar alohida o'rin egallashi lozim, oliy va o'rta maxsus o'quv yurtlarida yangi tipdagi, iqtisodiyotni yaxshi biluvchi, boshqaruvning iqtisodiy, ijtimoiy-psixologik usullari va texnika vositalarini qo'llay oluvchi menejerlar tayyorlanishi lozim.

Boshqaruvni islohat qilish sharoitida o'quv jarayoni mazmuni va uni tashkil etishga qonunda ta'kidlab o'tilganidek: korxona kadrlar kasbiy mahorati va madaniy darajasi uzluksiz o'sib borishi haqida doimo g'amxo'rlik qiladi, xodimlar malakasi va ishlab chiqarish manfaatlarini hisobga olgan holda ular lavozimini o'zgartirib boradi. Bu maqsadda korxona kadrlar tayyorlashni amalga oshiradi va bevosita ishlab chiqarishda o'quv yurtlarida xodimlar malakasini oshirishga imkon yaratadi, o'quv-uslubiy bazani kengaytiradi, biznes maktablari, kurslar, markazlar tashkil etadi. Korxona o'quv jarayonini ish bilan qo'shib olib borish uchun zarur sharoit yaratadi va qonunda ko'zda tutilgan imtiyozlar beradi. Ishchilar o'z xohishlariga ko'ra o'rta maxsus va oliy o'quv yurtlariga, shuningdek stipendiya to'lash sharti bilan aspiranturaga yuborishlari mumkin. Korxona yoshlarni mehnatga tayyorlash, kasbga qiziqishlarini shakllantirishda o'quv yurtlariga yordam ko'rsatadi.

Mutaxassis egallagan bilimlar tez eskirgani sababli, uni doimo takomillashtirib borish lozim. Agar rahbar o'z bilimini takomillashtirib bormasa, eski bilimlariga tayanib qolishi, ishlab chiqarish bundan zarar ko'rishi mumkinligini tajribada ko'rish mumkin. Olingan maxsus bilimga doimo to'ldirilib borilishi lozim bo'lgan asos sifatida qarash kerak. Bozor munosabatlari sharoitida texnik ma'lumotga ega bo'lgan ishlab chiqarish rahbarlari ayniqsa iqtisodiyot, marketing, ishlab chiqarishni tashkil etish va boshqarish masalalarini chuqur o'rganishlari kerak.

O'z dunyoqarashini kengaytirish bo'yicha mustaqil ishlash ham katta ahamiyatga egadir.

5. Menejer mehnatini tashkil etish mexanizmi.

Menejer mehnatini tashkil etishda boshqaruv apparatidagi har bir ijrochining ishi cheklangan va nisbatan bir turda bo'lishiga erishish talab qilinadi. Bu mehnat unumdorligi ortishi, ish sifati yaxshilanishi va har bir ijrochi tajribasi ortib borishiga imkon yaratadi. Ixtisoslashuv majburiyatlar doirasini shunday belgilash lozimki, bunda har bir ishlovchi masalasi imkoni boricha to'liq ishga solingan bo'lsin.

Mehnatni kooperatsiya qilish boshqaruv tashkilotlari bilan boshqaruv apparati turli bo'linmalari xodimlari o'rtasida aloqa o'rnatilishini nazarda tutadi. Boshqaruv jarayonida, ham shu korxonada, ham undan tashqaridagi alohida xodimlar, xizmat va bo'linmalar faoliyati birlashtiriladi.

Menejerlar mehnati taqsimlash va kooperatsiya qilish yo'llari tarkibiy

bo'linmalar haqida qoidalar hamda boshqaruv apparati xodimlari lavozim qo'llanmasi tomonidan belgilangan bo'ladi. Korxonalar to'g'risidagi qonun asosida korxona va uning bo'linmalarida har bir rahbar, mutaxassis va texnikaviy ijrochi uchun lavozim qo'llanmalari ishlanadi. Lavozim qo'llanmalari, huquq va majburiyatlari yakka boshchilik tamoyili asosida mansabdor shaxslarning bo'ysunishi, topshirilgan vazifa uchun javobgarligi belgilanadi.

Lavozim qo'llanmalari va qoidalar davriy ravishda qayta qurilib, ishlab chiqarish, mehnat hamda boshqaruv jarayonlari takomillashib borganligini hisobga olgan holda tuzatilib, to'ldirilib berilishi kerak.

Boshqaruv apparati mehnatini maqbullashtirishga yagona yondashuvni ta'minlash maqsadida ta'rif-malaka ma'lumotnomasi ham qo'llanilib, ularda xodimlar bajarishi lozim bo'lgan ishlar hajmining murakkabligi, rahbarlik lavozimi turli boshqaruvchilik vazifalarini bajaruvchilar uchun talab etiladigan daraja hamda ish staji ko'rsatiladi.

Boshqaruv ishi texnologiyasida ish vaqtining katta qismi (70%) hujjatlar bilan ishlashga sarflanadi. Shu sababli hujjatlar almashinuvini doimo takomillashtirib borish lozim.

Menejer mehnatiga, shuningdek, korxona va tashkilotda axborot oqimlari yo'nalishi va hujjatlar aylanish texnologiyasi maqbulligi ham katta ta'sir ko'rsatadi. Bu yerda hujjatlar o'tadigan bosqichlar sonini ularni birlashtirish natijasida qisqartirish katta samara berib, natijada asoslanmagan muvofiqlashtiruv bartaraf etiladi. Agar muvofiqlashtirish muhim bo'lsa, hujjatlar o'tish bosqichlari o'rnini almashtirish ham yaxshi natija beradi.

Hujjatlar almashinuviga ketadigan vaqtni qisqartirish maqsadida ular o'tish texnologiyasi, axborot uzatilishining maqbul yo'llari belgilanadi. Rahbar faqat boshqalarga topshirish mumkin bo'lmagan hujjatlarga imzo chekadi. Xatlar tayyorlash bilan bog'liq ish vaqtini tejashda maxsus namunali matnlar standart blanklardan foydalanish katta ahamiyatga ega. Korxona va tashkilotlar o'rtasida yozishmalarda kelgan hujjatning javobi bilan qaytarish keng qo'llaniladi.

Hujjatlarni bir xillashtirish va standartlash — menejer mehnatini tashkil etishning muhim yo'nalishidir. Standart blanklarni qo'llash xatolar kamayishiga va natijada boshqaruv xarajatlari qisqarishiga olib keladi.

Axborot hajmi muntazam ortib borayotgan sharoitda menejer mehnatini mexanizatsiyalash va avtomatlashtirish ayniqsa muhimdir. Mutaxassislar fikriga ko'ra boshqaruv apparatida tashkiliy va hisoblash mashinasi, aloqa vositalari yordamida 70% ishni mexanizatsiyalash mumkin ekan. Menejer mehnatini takomillashtirishni hisobga olib, ish stollari, uskuna, javon, kartotekalar qulay va qo'l yetadigan qilib joylashtirilishi kerak.

Ish joylari joylashtirilishi va ularni texnika vositalari hamda yordamchi uskunalar bilan jihozlashda uzluksiz ishlashni ta'minlash talablarini hisobga olinishi kerak. Tajribadan ma'lumki, ish joyini texnologiya, ergonomika, psixofiziologiya, estetika talablariga muvofiq joylashtirish mehnat unumdorligini oshirish (50% va undan ko'pga) imkonini beradi.

Boshqaruv apparati mehnati uchun sanitar-gigiyena me'yorlari, harorat,

namlik, yorug'lik me'yorlari, shovqin darajasi, shuningdek mehnat va dam olish tartiblarini hisobga olgan holda sharoit yaratish muhim ahamiyatga ega.

Mehnat unumdorligiga — psixologik omil, xodimlar va rahbar, shuningdek xodimlar o'rtasidagi o'zaro munosabatlar ham katta ta'sir ko'rsatadi. Ularning kayfiyati, mehnat faolligi, oxir natijada mehnat natijalari bu omilga bog'liq bo'ladi.

Boshqaruv samaradorligi, asosan, rahbar o'z vazifasini qanchalik muvaffaqiyatli bajarish bilan bog'liq bo'ladi. Hozirgi davr menejeri mehnat va boshqaruvni tashkil etishning yangi ilmiy va texnikaviy yechimlari, usullarini qo'llashi, ishlab chiqarish imkoniyatlarini iqtisodiy ravishda kengaytirishi lozim. Menejer ham tashkilotchi, tarbiyachi, ham izlanuvchi, ma'muriyatchi sifatlariga ega bo'lishi kerak.

Menejerlar tomonidan qabul qilinadigan qarorlar murakkabligi va javobgarlik ortishi bajariladigan ishlarning turli-tumanligi ulardan vaqtning unumli taqsimlanishini talab qiladi. O'z faoliyatini reja-lashtirishni bilmaydigan, faqat joriy masalalar bilan shug'ullanuvchi menejerlar faqat boshqaruv jarayonida vujudga keluvchi u yoki bu vaziyat natijalarini tahlil qilishgagina ulgurib, kelajakda qilinishi lozim bo'lgan ishlarni hal etish uchun vaqt yetishmaydi.

Menejer faoliyati maqsadini belgilashda avvalo undan yuqoriroq boshqaruv tizimi oldida turgan vazifalardan kelib chiqishi lozim, chunki aks holda butun tizim faoliyatiga to'g'ri kelmaydigan (yoki qarama-qarshi) ish ko'rishi mumkin.

Rahbar ishi sur'atining tezligi uning mehnat faoliyati to'laqonli dam olish bilan, shuningdek ish kuni davomida mehnat turlari almashinishini talab etadi, chunki faqat shunday qilinganda mehnat yuqori samarali bo'lishi, ish qobiliyati to'liq tiklanishi mumkin.

Menejer mehnatida maqbul ish sur'atini o'rnatish, u amalga oshiruvchi harakatlarning doimiy tartibini o'rnatish juda muhimdir.

Menejer ish vaqtining katta qismi hujjatlar bilan ishlashga sarflanadi. Olinuvchi axborot (xat, farmoyish, hujjat va hokazolar) hajmi juda katta. Bunday holda axborotni „filtrdan“ o'tkazish juda muhimdir. Rahbarga faqat u hal qilishi mumkin bo'lgan axborot berilishi lozim. Bu bosqichda rahbarga axborotni ijrochilar o'rtasida taqsimlovchi kotib yoki yordamchi (referent) katta yordam ko'rsatadi. U malakali xodim bo'lishi, boshqaruvning barcha bo'linmalari va tashkilotlari faoliyati xususiyatini bilishi lozim.

Rahbar va unga bo'ysunuvchi boshqaruv apparati o'rtasida majburiyatlarni maqbul taqsimlash rahbar ish vaqtini samarali sarflashda imkon beradi. Ijrochilarga mavjud qonunchilik doirasida iloji boricha ko'proq hujjatga imzo chekishi uchun imkon berishi kerak. Bu rahbar vaqtini tejash, ijrochilar tashabbuskorligi va javobgarligini oshirish imkonini beradi.

Menejerlar faoliyatida turli-tuman yig'ilish va majlislar muhim o'rin egallab, ularga ish vaqtining 70%i sarf bo'ladi. Shu sababli, majlislarni to'g'ri tashkil etish uchun quyidagilarga alohida e'tibor berish lozim.

Majlisda ko'riladigan masala faqat jamoa tomonidan hal etiladigan muammodan iborat bo'lishi kerak. Bu muammo bitta majlis davomida hal

etilishi lozim.

Majlis qatnashchilari muhokama etilayotgan muammo bo'yicha yetarli tajriba va bilimga ega bo'lishlari kerak. Majlisda ko'riladigan masalalar mavzusi qatnashchilarga ular tayyorgarlik ko'rish uchun vaqtga ega bo'lishlari uchun avvaldan e'lon qilinishi lozim.

Yig'ilish o'tkaziladigan sana, vaqt va joy avvaldan ko'rsatilishi lozim, chunki uning qatnashchilari o'z ish vaqtlarini rejalashtirishlari kerak.

Yig'ilish rahbari avvaldan yig'ilish maqsadi va o'tkazilish shaklini belgilash lozim.

Yig'ilish o'tkazilish tartibi, erkin, ishchan muhokama uchun sharoit yaratish ham muhimdir.

Rahbarning ko'plab majburiyatlari ichida tashrif qiluvchilarni qabul qilish va suhbat o'tkazishni alohida ajratib ko'rsatish lozim. Qo'l ortida ishlovchilar tashabbusi bilan qabul qilish uchun alohida vaqt ajratish muhimdir, chunki „ochiq eshiklar siyosati“ tashqaridan demokratik xususiyatga ega bo'lsada, ish vaqtini noto'g'ri sarflashga olib keladi. Suhbat davomida rahbar savollar berish yo'li bilan xodimlardan ular niyatini aniq bilib olishi, o'z iltimos yoki takliflarini asoslab berishiga intilishi kerak. Agar suhbat rahbar tashabbusi bilan amalga oshadigan bo'lsa, xodim suhbat vaqti va maqsadi haqida ma'lumotga ega bo'lishi kerak. Bu xodimga masala mazmuni bo'yicha tayyorgarlik ko'rish psixologik tanglikka duch kelmaslik uchun imkon yaratadi. Suhbat davomida o'zaro ishonch muhitini yaratish u muvaffaqiyatli bo'lishiga imkoniyat beradi. Bunda rahbar suhbat maqsadi va xodimning o'ziga xos xususiyatlarini hisobga olishi kerak. Suhbat oxirida rahbar albatta muhokama etilgan masala bo'yicha erishilgan natija va uni keyincha hal etish yo'llarini qayd qilib qo'yishi kerak.

Rahbar mehnati samaradorligining muhim omillaridan biri — qabul qilingan qarorlarning bajarilishini nazorat qilishni tashkil etishdir. Nazorat rahbarning doimiy vazifasi bo'lib, uning ish rejasida hisobga olinishi lozim hamda materiallar bilan tanishuv, shaxsan ma'lumot berish uchun qabul qilish, inspeksiya qilish yo'li bilan amalga oshiriladi. Nazorat qilishning qulay shakli — topshiriqlarni maxsus muddatli kartochkalar va perfokartalar vositasida hisobga olishdir.

Rahbar butun jamoa va boshqaruv apparati osoyishta ishlashi uchun sharoit yaratishi lozim, chunki butun boshqaruv tizimi va natijada butun ishlab chiqarish samaradorligi shu narsaga bog'liqdir.

Mavzu yuzasidan test savollari:

1. Boshqaruv funksiyasi deganda:

A) u yoki bu ob'ektni boshqarishga oid aniq vazifalarni hal etishga qaratilgan faoliyat, korxonaning moddiy — texnika bazasini yaratishga qaratilgan faoliyat, xodimlarni korxonaning rejasini bajarishga safarbar qilishga qaratilgan faoliyat tushuniladi.

V) korxonaning moddiy — texnika bazasini yaratishga qaratilgan faoliyat tushuniladi

S) xodimlarni korxonaning rejasini bajarishga safarbar qilishga qaratilgan

faoliyat tushuniladi

D) u yoki bu ob'ektni boshqarishga oid aniq vazifalarni hal etishga qaratilgan faoliyat, korxonaning moddiy — texnika bazasini yaratishga qaratilgan faoliyat tushuniladi

2. Boshqarish strukturasi deganda:

A) boshqarish; maqsadlarini amalga oshiruvchi va funksiyalarini bajaruvchi, bir — biri bilan bog'langan turli boshqaruv organlari va bug'inlarining majmuasi tushuniladi

V) boshqaruv organlari tizimida quyi organlarning yuqori organlarga buysunishi va ular o'rtasidagi o'zaro aloqa tushuniladi

S) Boshqarish maqsadlarini amalga oshiruvchi va funksiyalarini Bajaruvchi, bir — biri bilan bog'langan turli boshqaruv organlari va bug'inlarining majmuasi, boshqaruv organlari tizimida quyi organlarning yuqori organlarga buysunishi va ular o'rtasidagi o'zaro aloqa tushuniladi

D) boshqaruv organlari tizimida quyi organlarning yuqori organlarga buysunishi va ular o'rtasidagi o'zaro aloqa, bo'linmalar yigindisi, ularning tarkibi va o'zaro aloqa shakllari tushuniladi

3. Rejalashtirish — bu:

A) bu har bir funksional bug'inning joyini belgilash

V) tashkilotni boshqaruv strukturasi tuzish

S) kishilarni ish faoliyatga qiziqtirish

D) rahbariyat harakatlarining yagona yo'nalishini, tashkilot va a'zolarining umumiy maqsaddarga erishish yo'lidagi harakat birligini ta'minlash vositasi

4. Boshqaruv usullari:

A) faoliyat yo'nalish

V) kishilarga ta'sir etishning umumiy vositalari va yo'llari

S) rahbari shaxsiy sub'ektiv jihatlarining qo'llanishi

D) tashkilotning funksional bo'g'inlarining vazifalarini bajarilishi

5. Qaror qabul qilish —bu:

A) rozilik berish

V) muammolarni o'rganish va erishilgan natijalarga baho berish

S) muammolarni o'rganish

D) erishilgan natijalarga baho berish

6. Boshqarish faoliyati turlariga qarab boshqarish funksiyalari:

A) xududiy va tarmoq funktsiyalariga bo'linadi

B) raxbar va bo'ysunuvchi funktsiyalariga bo'linadi

C) umumiy (asosiy) va aniq funktsiyalarga bo'linadi

D) noto'g'ri javob yo'q

7. Avtokratik raxbarlar bo'ysinuvchilarning:

A) tashabbuskorligiga to'la-to'kis tayanadi

B) tashabbuskorligiga yo'l qo'ymaydi

C) tashabbuskorligini rag'batlantiradi va undan foydalanadi

D) faolligiga rag'batlantiradi.

8.Liberal raxbarlar kadrlarni tanlashda:

- A) beparvolarcha yondashadilar
- B) kuchli raqobatdoshlardan qutulish payida bo‘ladilar
- C) ishchan, bilimdon xodimlarga mo‘ljol oladilar, ularni o‘shiga yordam beradilar
- D) tashqaridan madad kutadi.

9. Menejment - bu ... ni boshkarish

- A) ishlab chikarish
- B) personal
- C) boshkaruv fani yutuklarini foydalangan xolda ishlab chikarish vositalari va personalni boshkarish tamoyil va usullarining mavjudligi
- D) izlanish va tashkilotning kimmatbaxo kogoz, xizmatlar va tovarlar bozorida mavjudligi savdoni ragbatlantirish

10. Tashkilot – bu ...

- A) bir maksadni kuzlab, birga ishlaydigan insonlar guruxi, kamida ikki kishining birlashuvi, xama uchun kabul kilinadigan karorning mavjudligi
- B) bir maksadni kuzlab, birga ishlaydigan insonlar guruxi, xama uchun kabul kilinadigan karorning mavjudligi
- C) bir maksadni kuzlab, birga ishlaydigan insonlar guruxi, kamida ikki kishining birlashuvi, xama uchun kabul kilinadigan karorning mavjudligi D)
- xama uchun kabul kilinadigan karorning mavjudligi

7-MAVZU: MEHNAT PSIXOLOGIYASI

Aniqlashtirilgan o'quv maqsadlari. Talaba bu mavzuni to'la o'zlashtirgandan so'ng:

- Mexnat psixologiyasi tarixini biladi;
- Mexnat psixologiyasining asosiy va yordamchi metodlarini aytib beradi;
- Mexnat psixologiyasining jarayonlari va turlarini sanaydi;
- Mexnat psixologiyasining predmeti va sistemasiga ta'rif beradi;

Tayanch so'z va iboralar:

Rahbar, shaxs tipologiyasi, an'anaviy, korporativ, erkin tipdagi menejerlar, tashkilotchilik, tadbirkorlik, psixologik xizmat, mexnat psixologiyasi, mexnat faoliyati, psixotexnika, mexnat protsessi, fiziologiya, mexnat gigienasi, mexnat xukuki, mexnat muxofazasi, etika, sotsiologiya, mexnat tarbiyasining nazariyasi, inson mexnat faoliyati, arxeologiya, mexnat psixologiyasi, tashqi muxit, mexnat jarayonlari.

Asosiy savollar :

1. Mexnat psixologiyasi tarixi.
2. Mexnat psixologiyasining fan sifatidagi predmeti.
3. Mexnat psixologiyasining boshqa fanlar bilan alokadorligi
4. Mexnat psixologiyasining asosiy va yordamchi metodlari

1. Mexnat psixologiyasi tarixi.

Mexnat psixologiyasini urganishda 1 chi bulib inson ya'ni uning mexnat faoliyati etadi. Insonning mexnat faoliyatini urganishda yana boshqa fanlar xam ishtirok etadi. Bular sotsial va biologik fanlardir: mexnat protsessida fiziologiya mexnat gigienasi, ekonomika, mexnat xukuki, mexnat muxofazasi, etika, sotsiologiya, mexnat tarbiyasining nazariyasi, inson mexnat faoliyatining paydo bulishida va rivojlanishida arxeologiya va madaniyat tarixi fanlari asosiy rol uynaydi. Bu tugrida B.G.Ananov shunday fikr bildirgan edi: "Gapimiz xaet va amaliet xakida borar ekan, biz albatta mexnat faoliyatining butun borligicha urganish uchun fakat sotsial, psixologik , fiziologik fanlarning uzigina kifoya emas".

Mexnat psixologiyasi I.M.Sechenov nomi bilan uzviy boglikdir. Tabiat psixologik protsesslari bilan kizikuvchi I.M.Sechenov, ularni urganishda asosan mexnat faoliyatida ularning roliga karatdi va birinchi bulib, ularni urganishda ya'ni tabiatida regulyatsiya xarakterli ekanligini kursatib berdi. I.M.Sechenov yangi tushunchani oldinga surdi, u yaxshi xordik chikarmok mexnat faoliyatining saklanib kolishi va uning usishiga katta omil ekanligini kursatib berdi. Mexnat faoliyatining keyingi etapi uning chet elda paydo bu-

lishi, usishi bilan keyinchalik esa bizning mamlakatimizda psixotexnika degan nom (ostida) olishi bilan boglikdir. Psixodiagnostika 20 asrning 1 chi yillarda paydo buldi. Uning usishida psixologiya va fiziologiyadagi faktlar, ya'ni ilmiy faktlarga , anikrok kilib aytganda ishlab chikarishning xar xil soxalarida, meditsinada, pedagogikada yigilgan faktlarga asoslanadi. Mexnat

faoliyatining keyingi etapi chet elda kapitalizmning eng yukori pagonasi ya'ni imperializm boskichiga utishi bilan xarakterlidir. Chunki bu jaraenda rakobatning kuchayishi natijasida kapitalistlar ishchilar mexnat faoliyatining usishi, foyda mikdorining kupayishi uchun bor kuchlarini ya'ni imkoni yatlarini ishga soldilar.

Psixotexnikaning eng axamiyatli joyi shundaki, u kasb urganish va mutaxassis tanlashdir. Bu bulimlarni urganishda ajoyib psixologik Gugo Myunsterbergning ishlarini aytib utish joizdir. U mutaxassis tanlashda ya'ni telefonchi, vagon etaklovchi, dengiz shturmanlari mutaxassisligi uchun maxsus testlar ishlab chikdi. Uning bir ishi xammaning kizikishini uygotadi. U tramvaychilar uchun ya'ni ularni tanlash uchun xarakat tezligini baxolash ikkinchi tomomndan esa extietkorlik ekanligini ta'kidladi. Usha paytda ilmiy laboratoriyalar bilan cheklanib kolmay, balki amaliet bilan boglanish shu davrning ijobiy tomonlaridan biri edi. Bu tugrida xar xil maxsus jurnallarning nashr kilinishi, xar xil psixotexnik kongresslarning tashkil etilishi buning anik va yakkol misoli edi. Bizning mamlakatimizda psixotexnika laboratoriyalari 20-yillarda rivojlandi. Chunki bu davrga kelib psixotexnika xakidagi bilimlar ancha oshdi. Moskvada, Sankt-Peterburgga, Kozonda, Xarkovda 1-chi laboratoriyalar paydo buldi. 1927 yilli Butun Rossiya psixotexniklar jamoasi tuzildi va "Mexnat psixofizikasi va psixotexnika" jurnali nashr etildi. Bora-bora yillar utgan sari psixotexnika rivojlanib, bu borada bilimlarimiz ancha oshdi.

2. Mexnat psixologiyasining fan sifatidagi predmeti.

O'quv maqsadi-Mexnat psixologiyasining asosiy predmetlari vazifalarini, uning soxalar sistemasini tushunish va malakali ishchilar tayerlash yuzasidan olib boriladigan pedagogik faoliyatda uz ixtisosi buyicha ularni xal kilishda bevosita ishtirok etish. Mexnat psixologiyasining predmeti. Mexnat psixologiyasi psixologiya fanning bir soxasi bulib, turli mexnat faoliyatlaridan uziga xosligini ijtimoiy tarixiy va konkret ishlab chikarish sharoiti, mexnat kuroli, mexnat ta'limi metodlari xam psixologiyaning mexnatkash shaxs psixologik sifatiga kura urganadi. Mexnat faoliyati - psixologik moxiyati mexnatkash shaxsi xususiyatlari (uning kasbiy kobiliyati sifatida) xamda uning ishlab chikarish muxiti bilan uzaro xamkorligi mexnat psixologiyasining predmetini tashkil kiladi. Mexnat faoliyatining psixologik moxiyati mexnatkashga uning kasbi takozo kiladigan psixik xususiyatlarga, xolat va protsesslarga kuyiladigan talablardan iborat buladi. Ishlab chikarish faoliyatining, xar xil turlari (kasb va ixtisoslar) uni muvaffakiyatli amalga oshirish uchun ishchi shaxsning turli tuman xususiyatlarini: uning maksadga yunaltirilganligi, tajribani, xarakterni, kobiliyatni, psixik xolatlarni, dikkat e'tiborni, tasavvurni, xotirani fikrlashni, emmotsionalikni va psixomotorikani talab kiladi- bu mazkur faoliyatga kobiliyatni belgilaydi.

Mexnatkashning psixik xususiyatlari psixik protsesslarining xolati va xususiyati turlicha, ularning ishlab chikarish faoliyati esa, muayyan sifatlarni talab kiladi. Ishlab chikarishda mexnatkashlarga kuyadigan talabi va mexnatkashning bu talablarini bajara olish imkoniyatlari urtasida karam-

karshilik paydo buladi. Bu uzlashtirilaetgan mexnat turiga laekatli yoki professional ta'lim jaraenida xam psixologik amaliy faoliyat davomida talab kilinadigan shaxsiy sifatlar rivojlanishi mumkin texnologiyasi va texnik vositalarni insonning umumiy psixik xususiyatiga moslashtirish zarurati ana shundan kelib chikadi. Ishlab chikarishda mexnatkashga kuyadigan talabi bilan mexnat kashning talabni kondiradish imkoni urtasidagiziddiyatni yukolgan mexnat psixologiyasining birinchi asosiy problemasidirki, uni xal kilish u stida psixolog mutaxassislargina emas balki, injenerlar, texniklar, novotor ishchilar va xunar texnika ta'limi pedagoglari xam ishlamokdalar. Bu problemani xal kilish talablardan texnika vositalariga va ishlab chikarish texnologiyasiga boglikligi tufayli murakkablashib boradi. Texnika vositalari va ishlab chikarish texnologiyasi uzgarib turadi, ular ayni paytda ishchilar psixikasiga bulgan talabni xam uzgartiradi. Uz navbatida psixika xam ma'lumotlar, tajribalar oshi-shiga, shaxs munosabatlaridan uzgarishiga karab uzgarib turadi. Ishchilar uzaro xamkorlik kiladigan ishlab chikarish muxiti bu

eng avval ular bilan birgalikda bitta ishlab chikarishi zvenosida brigadada xamda umuman ishlab chikarish kollektivida ishlaydigan kishilardir. Kollektiv uzining xar bir a'zosiga muayyan talablar kuyadi. Kollektiv va shaxsning uzaro xamkorligidan mexnat psixologiyasining 2 chi muxim problemi-ishlab chikarish protsessida shaxslararo kulay munosabat xamda kooxonada kulay sotsial psixologik muxit yaratish problemi vujudga keladi.

Tashki muxit- bu ishchi doimo uzaro xamkorlik kiladigan mexnatning moddiy va estetik sharoiti xamda ishlab chikarishning texnik vositalaridir. Ishning temperatura sharoiti eritishi va predmetlarning ishchilar kayfiyatiga va kayfiyatining borishiga ta'sir kursatib uning ishga yarokliliga va unumdorligiga ijobiy yoki salbiy ta'sir kiladi. Ishchi boshkariladigan texnika vositalar uzining murakkabliligi mexnat talabligi, xarakatchanligi tuzuk yoki buzukligi boshkarilishga kulay yoki nokulayligi va xatto tashki kurinishi bilan xam uning psixikasiga ta'sir etadi. Birok uzaro xamkorlmk ta'sir texnik vositalarni ishchi kanday xolatning tushishi va kanday boshkarishga xam boglik.

Tashki muxit ichining yukori darajada ishchanligini ta'minlaydigan darajada kutarish mexnat psixologiyasining 3 chi eng asosiy problemasidir. Mexnatkashning ishchanligi. Ishning xarakterligi ish sur'ati maromi mexnat va xordikdan almashinib turishi texnologik jaraen birga ishlaetgan kollektiv a'zolarining uzaro xamkorligi ta'minlanadigan jismoniy akliy asabga xam boglik. Bularning xammasi ishlab chikarish mexnatini tashkil kilish sistemasi tomondan ta'sinlaydi. Mexantkashlarning yukori darajadagi ish kobiliyatini ta'minlash va ularning mexnat unumdorligini oshirish maksadida mexnat jaraenlarini psixologik asoslash- mexnat psixologiyasining eng muximproblemalardan biridir. Mexnat psixologiyasi uz problemalarni xal kilishda sifatni oshirish va mexnat faoliyatini engillashtirish uchun xamda mexnatkashlarga kasbiy ta'lim berish va ularni muvoffakiyatli tarbiyalash ular tomonidan kasb tanlash va uni uzlashtirishni yaxshi ta'minlash uchun umumiy psixologiyani konuniyatlaridan foydalanadi:- shu bilan birga mexnat psixologiyasi uzt spetsifik konuniyatini kashf etkdi. Psixologik xodisalarni

urganish ulardan mexnatda va ishchi shaxsini shakllantirishning foydalanish printsiplarini ishlab chikardi bu bilan umumiy psixologiya fanni boyitadi. Mehnat psixologiyasi mustakil soxa sanaladigan sotsial psixologiya bilan xam uzviy boglangandir. Mehnat psixologiyasi uz tarakkieti davomida mexnat xakida kupgina psixologik bilimlarni tupladi va muayyan sistemaga keltirdi. Mehnat jaraenida ulardan okilona mexnatkashlar ish laekati va mexnatni unumdorligini oshirishda katta samara beradi. Shuning uchun xozirgi sharoitda mexnat psixologiyasi tugrisidagi bilimlarni tuplovchi va sistemalovchi fannigina emas va ishlab chikarish kuchlaridan biri bulib xam koldi. Mehnat psixologiyasi predmetining uzlashtirilishini tekshirish.

3. Mehnat psixologiyasi metodlari xaqida umumiy tushuncha

Mexnat psixologiyasi umumiy psixologiyaning asosiy metodlarining (yukoridagi "Psixologiya metodlari" temasiga karang) foydalanadi, ammo insonlar mexnat jaraenidagi psixik faoliyati uziga xos bulgani uchun, u uz metodlarga ega, shuningdek, boshka fanlardan ba'zi metodlaridan xam keng foydalanadi. Mexnat psixologiyasi metodlari kanday maksadlar uchun kullanilishi xam kulida bulishiga karab 4 xil bulishi kerak.

1) ilmiy tekshirish institutlaridan malakali psixologlar tomonidan bajariladigan maxsus ilmiy tadjikot metodi.

2) xunar texnika bilim yurtlari ukituvchilari va ishlab chikarish ta'limi masterlari xolida murabbiylar toomnidan ishlab chikarishda mustakil ravishda yoki ilmiy tadjikot institutlaridan xodimlari bilan xamkorligida ukuv tarbiya ishlari metodikasining takomillashtirishda foydalanadigan psixologiya metodlari.

3) mexnat unumdorligini oshirish maksadida ishlab chikish injenerlari va malakali ishchilar xamda ishlab chikish novatorlari amalga oshiradigan ilmiy amaliy ishlar metodi.

4) Dastlab fakat ilmiy amaliy tekshirish ishlari uchun kullaniladigan, ammo asta-syokin sinov ishlarini utkazish protsessiga kuchadigan bir kator metodlar.

Mexnat psixologiyasining amaliy vazifalarini xal kilish, jumladan kishilar kobiliyatini aniklash va normalashda kullaniladigan sinov ishlari kat'iy ilmiy asosga ega bulishi va urgatilaetgan psixik xodisa tabiatga mos kelishi lozim. Ilmiy texnika protsessining xozirgi sharoitda mexnat psixologiyasining muxim vazifalardan biri-injener pedagoglar, ishlab chikish ta'limi masterlari) injenerlari va novator ishchilarini psixologik tadjikot metodlari bilan kurollantirishdan iborat. Ana shunda ular bu metoddan keng foydalanib, pedagogik va ishlab chikarish maxoratlarini takomillashtiradilar, ayni chokda uz tajribalari bilan mexnat psixologiyasini boytadilar. Mexnat psixologiyasini amaliy kullanishga oid bir kator asosiy talablar mavjud. Birinchi navbatda ular uzini vujudga keltirgan nazariya u erdamida xal kilanadigan vazifalar va bu vazifalar xal kilinadigan sharoitlar mos kelishi zarur. Urganishing ob'ektiv printsiplari urganilaetgan xodisaning yuzaki kurinishi va xakdosh uzining fikrlari bilan chegaralanib kolmasdan, balki uni boshkaradigankonuniyatlarni topish, uz xulosalarini kayd etilgan faktlar bilan asoslashni talab kiladi.

Xar bir mexnat faoliyati xar bir ishchi shaxsida bulganidek, uzining psixologik sturkturasiga ega bulib, turli xil metodlar bilan uni urganishda kashf etiladi: konkret mexnat faoliyati yoki shaxsning barcha psixologik strukturalari teng emas: ularning ayrim kasb uchun komponentlari faoliyatni eng sunggi samarasi sezilarli ta'sir kiladi, boshkalari esa mutlako ta'sir kilmasligi mumkin; uning ayrim komponentlari nokulay sharoitlarda barkaror bulish mumkin, boshkasi uta yaroksiz buladi. Mexnat faoliyatining psixologik strukturasini urganilganda xam kasb uchun muxim, xam oson yaroksiz buladigan komponentlarga xam aloxida e'tibor berish zarur.

Shaxs va faoliyatning birligi printsiplari mexnat faoliyatini urganishda shaxs xususiyatlarini xisobga olishni talab kiladi, bunda uning kasb uchun muxim xususiyatlarini bir emas, bir necha faoliyat turida urganish zarur. Ishchi shaxsi va uning mexnat faoliyatini kulay va nokulay tashqi omillar ta'sirida rivojlanishi va uzgarishi bir marta utkazilsa, dastlabki ish axamiyatiga ega buladi. Metodlarning kullanilishi xamma vakt maksadga yunaltirilganlik printsiplari muvofik bulishi, ya'ni tekshiruvchiga kanday amaliy yoki nazariy masalani xal kilish zarurligi anik bulmogi kerak. Metod xal kilinaetgan vazifaga buysundirilgan bulishi lozim. Aslo vazifa metodga kullanmasligi kerak. Chunki mexnat psixologiyasi buyicha tadqiqotlar u kim tomonidan utkazilsa, amaliyatning savollarga javoblari ilmiy asoslash maksadiga ega buladi.

- 1) Amaliyatlarni keng kuzatish va ommaviy surab urganish.
- 2) Tuplangan materiallarni taxlil kilish va eng aktual psixologik problemalarni aniklash maksadida e'tiborga loyik fikr va takliflarni saralash.
- 3) Xal kilinaetgan problemaga tegishli metodlarni kullanish bilan ishchilar gepotzasini va tadqiqot metodikasini ishlab chikish. Xar kanday masala birgina metod bilan emas, balki bir-birini tuldiruvchi bir necha metodlar bilan xal kilingani ma'kul. Mexnat psixologiyasining umumiy metodlari xakidagi tushunchalarning uzlashtirilishini tekshirish.
 1. Metod psixologiyasi kanday turlarga bulinadi, metodlarning xar biri kim tomonidan va kanday maksadga foydalaniladi.
 2. Nima uchn mexnat psixologiyasiga oid tekshiruvlarga ishlab chikish va xunar texnika bilim yurtlarining xodimlari jalb tiladi.
 3. Mexnat psixologiyasi metodlari nimaga muvofik bulishi zarur.
 4. Tadqiqot metodi nimaga buysundirilgan bulishi kerak.

4. Mexnat psixologiyasi ba'zi metodlarining moxiyati

Kuyida xunar-texnika bilim yurti ukituvchilari va injener pedagoglar xamda ishlab chikarishdagi murabbiylar tomonidan kullanishi mumkin bulgan ayrim asosiy metodlarning moxiyati eritiladi. Mexnat metodi. Kandaydir kasb ixtisosning psixologik moxiyatini urganish uchun tekshiruvchining uzi xam bu faoliyatiga kirishib uni uzlashtiradi. Bunda u uzining ishlab chikarishdagi faoliyatini xar kuni tegishlicha kayd etib uz ishini taxlil kiladi. mexnat metodi umumiy fan pedagoglari va injener pedagoglarga urganilaetgan mexnat faoliyatini shaxsan kurib bilish xamda, aklli kichikrok shaxsiy tajribaga ega bulish uchun ayniksa zarur. Ishtirokli kuzatish- agar oldingi metod faoliyatni

urganishga muljallangan bulsa, bu endi shuni ijro etuvchi shaxsni urganishga muljallanadi. Uni goyat maxorat bilan kullaganda, kishi uzi urganish ob'ekti bulib, xizmat kilaetganini sezmaydi, binobarin u urganaetgan kishiga mexnat kollektivining bir a'zosi deb karaydi. Bu ularning tabiiy bulishiga xamda, kuprok ob'ektiv ma'lumot tuplashga imkon beradi.

Mexnat operatsiyalarini ob'ektiv kayd etish. Butun mexnat faoliyati psixik xolatlar aloxida xarakatlar priem va tadbirlar yigindisidan xosil buladi. Tekshirishning zamonaviy texnik vositalari barcha mexnat jaraenlarini tekshiruvchining shaxsiy kuzatuvlari bilangina emas, balki urganilaetgan xodisalarni ob'ektiv kayd etib borish bilan urganish imkoniyatini beradi. Ishchi xolatini yoki yuz tasvirini suratga olish kayd etishning ana shunday namunasidir. Etik kamera bilan sezdirmay suratga olgan ma'kul. Mazkur yoki boshka ob'ektni ob'ektni masalan, ishga kuzataetgan kontrol asboblardan kursatganlarini, mimika-pantomimikani, kinoga olish psixologik xodisani kayd etish eng yaxshi metodik preymidir.

Kinoga olish odatdagicha, tez, tezlatish va aksincha oskin, impulsli bulishi mumkin, bu mexnat operatsiyasini batafsil taxlil kilish va mexnat jaraenida konuniyatlarini ani klash imkonini beradi. Oddiy kolyugraf yoki nozik sotsiolografda pnevmatik yoki axborotlar elektr datchiklar erdamida stanok uzellaridan ayrim xarakatlarini, ishchilar xarakatini va reaktsiyasini kayd etish mumkin. Magnitafon ezuvi nutk, mashinalarning soz va nosozligidan shovkinni, tovshlar signali ratsiyasi va boshkalarni ob'ektiv kayd etish imkonini beradi. Ilgor xunar-texnika bilim yurtida paydo bula boshlagan stanok laboratoriyada bunday ob'ektiv kayd etishlar mexnat jaraenlarini samaralirok urgatish uchun xilma-xil mexnat operatsiyalarini urgatish imkonini beradi. Faoliyat ma'sumlarining taxlili. Usta, kopdotsligi maxsulidan yaratgan buyumlar ma'lum tayerlangan maxsulot uning kupolligini xam, ishga sovukkonlik bilan kora ishni xam, extietsizligi ishidagi xato va braklikni xam kursatadi. Tayerlangan buyumga karab kishining kobiliyatini ammo funktsiyasizligi va mazkur ishga mutlako laekatsizligi bulishi mumkin.

Agar buyumlarning soni va sifatini ish kunining ayrim kismlariga kura taxlil kilinsa, ishga kirishini chuzilib ketganini, eng serunum davrni va yaxshi mexnat rejimi xakida xulosaga kelishi mumkin. Moloks darajasini xisobga olgan xolda vakt birligida tayerlangan buyumlar mikdori shoshilganlik yoki sustlik, dikkatning barkarorligi, malakaning mustaxkamligi, chandoli uzilish va boshka xolatlarni kursatadi. Xato xarakatlar taxlili. Xato xarakatlar taxlilining samaradorligi "Buzilmaydigan konuniyat kurinmasligi mumkin, ammo konunning buzilishi uchun namoen bulishiga erdam beradi"- deb ta'riflagan konun bilan belgilanadi. Misol: normal xolda kurinmaydigan narsa potologiyada yaxshirok namoen buladi. Xato xarakatlar-bu uziga xos" faoliyat patologiyasidir". Mexnatdagi xatolar ularning xarakteri barkarorligi va takrorlanishi uddalay olmaydigan xarakatlarni bajarish kobiliyatining, yuk-yukligini, bu xarakatlarni tugri bajarish kobiliyatining yukligini, e'tibor bulmaslikni, sovukkonlik yoki extiejsizlikni, uz-uzini bush nazorat kilganligini tez tolikish ruxsizlik yoki xoljonlik psixologik xolat va xokazolarni kursatdi.

Ukuvchilar xatolarining tekshirilishini xisobga olish malaka, kunikma va maxoratning shakllanishi jaraenini, bu asosda esa mashklar samaradorligini baxolash imkonini beradi. Xato xarakatlarning sabalarini aniklash va bartaraf etish xunar texnika ta'limi metodikasini, mexnat sharoiti va rejimini takomillashtirish, shu bilan birga, mexnat faoliyatining unumdorligi va sifatini oshirish imkonini yaratadi. Bu metod asha shuning uchun xam zarurki, mustaxkam malakaga ega bulgan tajribali ishchi faoliyat jaraenida normal ish sharoitida bu avtomatlashtirilgan xarakat kanday amalga oshirilaetgan xarakat sezmaydi, shuning uchun xam ularni taxlil kilish tushuntirish mumkin emas, chetdan kuzataetgan kishi esa urganilaetgan xarakatning psixologik sturkturasini topish imkoniyatiga xamisha xam ega bula vermaydi.

Mexnat jarayonlarini modellash metodi

Ayrim mexnat jaraenlaridan goyat murakkabligi va yukori darajada jinsliligi ularni kurib, utilgan metodlar va texnik vositalar bilan zarur aniklikda urganish imkonini bermaydi. Bunday jarayonlar modellashtiriladi ya'ni soddalashtiriladi. Urganilayotgan mexnat jarayoni yigindisidan ishning muvaffakiyatini belgilaydigan eng muxim jarayon ajratiladi, modellashtiriladi ba'zan esa sun'iy sharoit vujudga keltiriladi va ana shu modellashtirilgan sharoitda murakkab mexnat jarayoni urganiladi. Odatda buning uchun agregatlar yoki texnologik kurilmaning soddalashtirilgan maketidan iborat treajyordan foydalaniladi.

Tarjimai xol metodi

Ishlab chikarish ixtirochilar, mashxur ustalarning sifatlari shakllanishi urganilganda kuprok kullaniladi. Bunda kishining xaetiy yuli ogzaki surash, xujjatlar va boshka ma'lumotlar orkali urganilaetgan kasbiy faoliyati va maxsus bilim olish malaka va kunikmani tarkib toptirish maxorat, professional kobiliyat xamda turli sifatlari orttirish ta'siri nukta nazaridan urganadi. Birok tarjimai xolni xamda u bilan boglik bulgan savollarni urganishda tarjimai xolning adabiy ishlanmasidan emas, balki bevosita asosiy manbadan foydalaniladi. Mexnat psixologiyasi uchun fakat ishlab chikarish ilgorlariningina emas, balki mazkur kasb talablariga javob berolmagan, boshka ishga utib ketgan, uz orzusiga kechikib erishgan shaxslar tarjimaixolining taxlili xam kizikarlidir. Bu ayniksa kasbga yunaltirish, kasb buyicha konsultatsiya berish va kasb talabiga binoan saralash problemalarini xal kilish uchun xam muxim. Anketa metodi- anketalar yuborilish yoki tarkatish yuli bilan ommaviy surashdan iborat. Bu metod uziga xos kichkacha sirtki suxbatdir. Anketa erdamida olingan materiallar saezligi, ba'zan esa ayrim javoblardan ishonchsizligi bilan yutkazadi, ammo ommaviyligi bilan yutadi. Anketa metodining muvaffakiyati kup jixatdan savollarning kanchalik puxtaligiga boglik. Misol: Anketadagi yunaltiruvchi savollar kupincha javob xarakterini oldindan belgilab, ularni ishonchsiz kilib kuyadi. Savollar anik va tushunarli bulishi lozim.

Psixologik xulosalarni anketa savollarga berilgan javoblar asosida kuragan kishining uzi chikarishi lozim. Misol: xunar texnika bilimi yurti

ukdan."Sizning kurib tasavvur kilish tezligingiz yaxshimi" deb surmokning balki "Siz kino eksperimentidagi surovni ukishga uringansizmi?" deb surab aniklash lozim. Albatta, bunda suralagan kishining savodliligiga amin bulishi kerak. Anketalarning "xa" yoki "yuk ekadi", "farksiz", "ekmaydi" kabi javob anketada belgilangan shartli belgilar bilan ifodalanadi, bu esa javoblarni statistik ishlar erdamida ularning xulosalar chikarishni osonlashtiradi.

Xronometrik metodi - bu ish u yoki bu sutka (ish kunidan xronometraj) ni ulchashdan iborat. Urganilagan mexnat faoliyatiga kiritilgan turli xil sensomotor va sensorlik reaksiyalaridan yashirin davrni ulchash xam mumkin bulgan, buning uchun kayd etishning xronotsiplografiya, kimograflar, atsiplograflar xamda tegishli axborot kursatgichlaridan foydalanadi. Mexnat psixologiyasi maksadlari uchun texnik pormalash amalietining olinagan xronometrajdan foydalanish mumkin. Mexnat jaraenidagi fiziologik faoliyatlarni kayd etish bevosita kuzatish mumkin bulmagan xodisalar, xususan emmotsional xolatlarni kilish imkonini beradi.

Testlash metodi

Test bu kiska topshirik bulib, bajarilgan topshirikka sonlar va sifat jixatidan berilgan baxo ularning strukturasidagi asosiy psixik faoliyatlarning kamolot darajasidan kursatkichi buladi. Testlar muayyan kobiliyat bilim, malaka, kunikmalar bor yoki yukligini aniklash, shaxslar ba'zi sifatlarini tavsiflash xamda u yoki bu kasbga laekatni bilish imkonini beradi. Test psixodiagnostik va ayniksa psixoprognotik kiymati ma'lum darajada ilmiy tajribaga xa mda test asosida kuyilgan psixologik faktlar ishonchliligiga boglik. Etarli darajada ilmiy asoslanmagan, tugri nazariyaga tayanmagan, ba'zan bu nazariyani "moslashtirishga" urinish (soddalashtirish) goyat jiddiy xatolarga olib kelishi mumkin. Testlarga ancha asosli "kullanilishi" va doimo asoslanmagan "testlashni" farklash kerak.

Keyingisida doimo testlar erdamida alinadigan natijalardan psixologik taxlili asossiz ravishda tugri echimlar soni matematik manipulasi bilan almashtiriladi. Boshka metodlar bilan olingan psixologik materiallar ishlashdan matematik metodi uzidan printsiptial endashuviga egabula turib, kupincha, modellarsh metodi bilan uygunlashib ketadi va psixik xodisalarining mikdoriy ifodasi bilan matematik model yaratish imkonini beradi. Bu metodda u yoki bu psixologik xodisani urganish natijalari tekshiri laetgan mexnat jaraenlari xamda shaxs xususiyatlari taxlilini osonlashtiradigan diagroamma, grafiklar, sxemalar tarzida kursatmali ifodalanadi. Mexnat psixologiyasiga oid konkret tadjikotlar metodlaridan uzlashtirilishintekshirish.

Mavzu yuzasidan test savollari:

1. Kompetensiya - bu...

- A) Xodimning xuquq va majburiyatlarini yig'indisi.
- V) Bilimlar yig'indisi.
- S) Umumta'lim tayyorgarlik darajasi.
- D) Kasbiy tayyorgarlik darajasi.

2. Personal ishchanligini baholash qanday imkonyatlar beradi?

- A) Tashkilot tuzilmasida o'z joyini tanlash.
- V) Takomillashtirish yo'llarini ishlab chiqish.
- S) Ish haqini mos kelishini aniqlash.
- D) Martabaga ko'tarilishini aniqlash.

3. Kadrlarni rivojlantirishning maqsadi nimalardan iborat?

- A) Korxona kadrlar bilan ishlash.
- V) YUqori malakali kadrlarni ko'paytirish.
- S) Ishlovchilarga zarur vaqtlarda va kerakli miqdorda ularning qobiliyatlariga muvofiq ish joylarini ta'minlash.
- D) Mehnat faoliyatidagi tanglikni kamaytirish.

4. Kasbga yo'naltirish shakllari qaysilar?

- A) Kasbga o'qitish.
- V) Mehnatga ehtiyojini tarbiyalash.
- S) Kasbiy informatsiya.
- D) Kasbiy maslahat va tanlov.

5. Personalga bo'lgan talabni rivojlantirish bosqichlari qanday?

- A) Informatsion.
- V) Reja dasturini ishlab chiqish.
- S) Qaror qabul qilish.
- D) Amalga oshirish.

6. Muzokara nima?

- A) Muloqotning o'ziga xos shakli.
- B) To'liqlashuv shakli.
- C) Muloqot.
- D) Axborot.

7. Kadrlarni o'qitish-bu...

- A) Nazariyani o'rganish.
- B) Ilg'or tajribalarni o'rganish.
- C) Tashkiliy o'qitish.
- D) YAkka tartibdagi o'qish.

Tavsiya etiladigan adabiyotlar:

1. Karimova V.M. «Psixologiya». O'quv qo'llanma. T.: 2002 y.
2. Maqsudova M. A. Muloqot psixologiyasi T.: 2006
3. Kvinn V. Prikladnaya psixologiya. - SPb., 2000
4. Mashkov V.N. Psixologiya upravleniya. SPb, 2000
5. Mixeev V.I. Sotsialno-psixologicheskie aspekti upravleniya. Stil i metod raboti rukovoditelya. M., 1975
6. Gamilton. YA.S. "CHto takoe psixologiya". "Piter", 2002.
7. Anan'ev B.G. "CHelovek kak predmet poznaniya". "Piter", 2001.
8. Drujinina V. "Psixologiya ". Uchebnik. "Piter", 2003.

8-MAVZU: BILISH FAOLIYATINING PSIXOLOGIYASI.

Aniqlashtirilgan o'quv maqsadlari. Talaba bu mavzuni to'la o'zlashtirgandan so'ng:

- Diqqatning turlari va xususiyatlarini biladi;
- Sezgining ahamiyati, klassifikatsiyasi va qonuniyatlarini aytib beradi;
- Xotira jarayonlari va turlarini sanaydi;
- Idrok qonunlari va uni boshqarish uchun ta'rif beradi;
- Pedagogika atamasi uchun klaster tuzadi.

Tayanch so'z va iboralar:

diqqat, induksiya, optimal uchoq, dominanta, subdominanta, diqqatning ko'lami, diqqatning taqsimlanishi, diqqat kuchi, diqqatning ko'chishi, diqqatning tebranishi, parishonlik. sezgi, sezgirlik, adaptasiya, sinesteziya, analizator, reseptor, sensibilizasiya, konpersatorlik, idrok, konstantlik, appersepsiya, illyuziya, gallyusinasiya, perseptiv idrok, ko'ruv xotirasi, xotira tasavvuri, mexanik xotira, fenomenal xotira, esda qoldirish, esda saqlash, unitish, tanish, eslash, obrazli xotira, emosional xotira, mantiqiy xotira.

Asosiy savollar :

- 1.Diqqat to'g'risida tushuncha. Diqqat va faoliyat. Diqqat turlari va xususiyatlari.
- 2.Sezgi va ularning ahamiyati, klassifikatsiyasi va qonuniyatlari.
- 3.Idrok to'g'risida tushuncha. Idrokning xususiyatlari va turlari.
- 4.Xotira. Xotira to'g'risida tushuncha. Xotira jarayonlari va turlari. Xotira va faoliyat.

1. Diqqat to'g'risida tushuncha. Diqqat va faoliyat. Diqqat turlari va xususiyatlari.

Diqqat – psixik faoliyatning yo'naltirilishi va shaxs uchun ahamiyatli bo'lgan obyekt ustida tuplanishdir. Yo'naltirilishi deganda psixik faoliyatining tanlovchilik xarakteri, obyektни ixtiyoriy yoki beixtiyoriy tanlash tushuniladi. O'quvchi maktabda o'qituvchining tushuntirishlariga quloq solayotganda, mana shu eshitish faoliyatini ongli ravishda tanlab olgan, o'z diqqatini etishish faoliyatiga ongli ravishda qaratgan bo'ladi. O'quvchining biror boshqa narsaga chalg'imasdan, o'quv materialining mazmuniga zehn qo'yib o'tirishida uning diqqatini yo'nalishi ifodalanadi.

Psixik faoliyatning yo'naltirilishi deganda faqat ana shu faoliyatni tanlash tushunilib qolmay, balki ana shu tanlaganini saqlab qolish va qo'llab – quvvatlash ham tushuniladi.

Diqqat psixik faoliyatining yo'naltirilishi bilan birga uning to'planishini taqozo qiladi. Psixik faoliyatning bir joyga to'planishi – mazkur faoliyatga hech qanday aloqasi bo'lmagan hamma boshqa narsalardan diqqatni chalg'itish demakdir. Diqqatning bir joyga to'planishi deganda mazkur faoliyatga butunlay berilish, unga ozmi – ko'pmi chuqur e'tibor berish tushuniladi.

Diqqat har kanday faoliyatning muhim shartidir. Diqqatsiz hatto eng oddiy ishlarni ham bajarish mumkin emas. Diqqat mehnatning barcha jarayonida, ijodiy faoliyatda, o'qishda ayniqsa katta ahamiyatga ega. K.D.Ushinskiy «Diqqat ruxiy hayotimizning shunday yagona bir eshigidirki, ongizgizga kiradigan narsalarning barchasi shu eshik orqali o'tib kiradi», - deb yozgan edi.

Diqqatning nerv – fiziologik mexanizmini I. P Pavlovning yozishicha oriyentirovka refleksi tashkil etadi. Buni Pavlov «bu nima» refleksi deb ham atagan edi. Bundan tashqari, diqqat ma'lum nerv markazlarining ko'zg'alishi va miyadagi boshqa nerv markazlarining tormozlanishi bilan ham bog'liqdir.

I.P.Pavlov tomonidan kashf etilgan nerv prosesslarining induksiyasi qonuni diqqatining fiziologik asoslarini tushunib olish uchun muhim ahamiyatga egadir. Mana shu qonunga muvofiq bosh miya po'stining bir joyida paydo bo'lgan ko'zg'alish bosh miya po'stining boshqa joylarida tormozlanishni yuzaga keltiradi. Va aksincha, bosh miya po'stining ayrim bir joyida yuzaga kelgan tormozlanish bosh miya po'stining boshqa joylarida kuchli ko'zg'alishni paydo bo'lishiga olib keladi. Ayni shu paytning har bir onida miya po'stida ko'zg'alish uchun optimal, ya'ni nihoyatda qulayligi bilan xarakterlanuvchi kuchli ko'zg'alish o'chog'i mavjud bo'ladi.

A. A. Uxtomskiy tomonidan ilgari surilgan *dominonta* prinsipi ham diqqatning fiziologik asoslarini aniqlash uchun katta ahamiyatga ega. Shu dominantalik prinsipiga muvofiq miyada qo'zg'alishning har doim ustun turadigan hukmron o'chog'i ayni shu damda miyaga ta'sir etib, unda yuzaga kelayotgan hamma ko'zg'alishlarni qandaydir ravishda o'ziga tortib oladi va buning natijasida boshqa ko'zg'alishlarga nisbatan uning hukmronligi yanada oshadi.

Odatda dominonta subdominontaga, subdominonta esa dominontaga o'tib turadi. Bu esa diqqatning bir narsadan ikkinchi narsaga ko'chib turishining nerv fiziologik mexanizmini tashkil etadi. Ko'rinib turibdiki, Pavlov bilan Uxtomskiy ta'limotlari bir – biriga qarama – qarshi emas, balki mazmun jihatdan o'xshashdir.

Jiddiy diqqat, odatda o'ziga xarakterli bo'lgan tashqi ifodalar bilan bog'liq bo'ladi, narsani yaxshilab idrok qilishga qaratilgan harakatlar bilan /tikilib qarash, diqqat bilan eshitish/, ortiqcha harakatlarni to'xtatish, nafas olishni sekinlashtirish, diqqat uchun xarakterli bo'lgan yuz xarakterlari bilan bog'liq bo'ladi.

Diqqat uch turli bo'ladi: ixtiyorsiz diqqat, ixtiyoriy diqqat, ixtiyoriydan keyingi yoki muvofiqlashgan diqqat.

Ixtiyorsiz diqqat maqsadsiz, rejasiz yuz beradi. Bunday xollarda faoliyat maroqliligi, qiziqarliligi yoki kutilmaganda sodir bo'lishligi bilan o'ziga jalb qiladi. Odam o'ziga ta'sir qilayotgan narsalarga, xodisalarga, bajarayotgan faoliyatiga beixtiyor berilib ketadi.

Ixtiyoriy diqqat deb ongimizni aniq maqsad asosida va idoraviy kuch yordamida kerakli obyektga yo'naltirishga aytiladi. Agar ixtiyorsiz diqqatda ish bizni o'ziga shunchaki jalb qilib olsa, ixtiyoriy diqqatda biz diqqatimizni qaratish

uchun o'z oldimizga ongli suratda maqsad qo'yamiz, qiyinchiliklarni yengib, diqqatni to'plash uchun kurashib va har kanday boshqa narsalarga berilmaslik uchun iroda kuchini sarflab diqqatimizni ongli ravishda narsaga qaratamiz. Ixtiyoriy diqqatning xarakterli xususiyati xuddi mana shu maqsad ko'zlashda, irodaviy zo'r berishda namoyon bo'ladi.

Ixtiyoriy diqqat irodamizning namoyon bo'lishidir. Qandaydir biror faoliyat bilan shug'ullanishga qaror qilar ekanmiz, diqqatimizni hatto ayni chog'da biz uchun qiziqarli bo'lmagan, lekin biz shug'ullanishni lozim topgan narsalarga ongli suratda qaratamiz. Demak, ixtiyoriy diqqat ixtiyorsiz diqqatdan sifat jihatdan farq qiladi.

Ixtiyoriy diqqat ixtiyorsiz diqqatdan kelib chiqqan. Odamda ixtiyoriy diqqat mehnat jarayonida yuzaga keladi. Chunki mehnat maqsadga muvofiq faoliyatdir. Maqsad ko'zlash esa o'z tarkibiga diqqatni yo'naltirishni ham oladi. Ijtimoiy hayot ehtiyojlari odamda o'z diqqatini mehnat faoliyati uchun muhim ahamiyatga ega bo'lmagan narsalarga qaratmaslik va mehnat jarayoni bilan bog'liq narsa ustida to'plash ruxida tarbiyalaydi.

Ixtiyoriy diqqat ixtiyorsiz diqqat kabi odamning qiziqishlari bilan mustahkam bog'liqdir. Lekin, agar ixtiyorsiz diqqatda qiziqishlar bevosita bo'lsalar, ixtiyoriy diqqatda bivosita xarakterga ega bo'ladi. Faoliyatning o'zi bizni qiziqitmasligi mumkin, ammo faoliyatni bajarishda yuklangan vazifani hal qilish uchun zarur bo'lgani tufayli ana shu maqsad nuqtai nazaridan faoliyat biz uchun qiziqarli bo'lib koladi.

Ixtiyoriy diqqatdan tashqari, diqqatning ana bir turini qayd qilib o'tish lozim, bu diqqat, ixtiyoriy diqqat kabi maqsadga qartilgan bo'lib, lekin doimiy irodaviy zo'r berishni talab qilmaydi. Masalan, o'quvchi uy topshirigini bajarishga kirishganda dastlab bu ishga o'zini majbur qiladi, ataylab diqqatni ish ustiga to'playdi, irodaviy zo'r beradi. Lekin ishga kirishib olgach, endi irodaviy zo'r berish pasayadi, diqqat o'z-o'zidan ish ustiga to'planadi, o'quvchi esa ishni berilib bajara boshlaydi. Ana shu paytda o'quvchining diqqati ixtiyoriy diqqatdan muvofiqlashgan diqqatga aylanadi.

Diqqat bir necha xususiyatga ega bo'ladi:

- Diqqatning ko'lami.
- Diqqatning kuchi va barqarorligi.
- Diqqatning bo'linishi.
- Diqqatning ko'chishi.
- Diqqatning tebranishi.
- Parishonxotirlik.

Diqqatning barqarorligi deganda biror faoliyat ustida uzoqroq vaqt ushlanib turishligini tushinamiz. Diqqatning barqarorligi uning kuchi bilan chambarchas bog'langandir. Odatda kuchli diqqat o'z navbatida barqaror ham bo'ladi.

Diqqat tebranish xususiyatiga ham egadir. Agar juda kuchsiz, zo'rg'a eshitiladigan ovozga quloq soladigan bo'lsak, masalan, soatning chiqqillashiga quloq solsak, diqqatimiz jiddiy qaratilgan bo'lishiga qaramay, bu ovoz goh

baland, goh past eshitiladi. Bir – biriga yaqin bo'lgan yorug'lik farqini ajratishda ham xuddi shunday xodisa yuz beradi. Diqqatning bunday tebranish davrlari hisoblab chiqilgan. Ma'lum bo'lishicha, diqqat tebranishning davomiyligi uncha katta bo'lmay, 1, 5 sekunddan 2, 5 sekundgacha yetadi.

Diqqatning bo'linishi – psixik faoliyatning shunday tashkil qilinishiki, bunda aynan bir vaqtning o'zida diqqatimiz ikkita va undan ortiq narsalarga qaratiladi. Diqqat haqiqatan ham bo'linadimi? Bu sohada ko'plab tajribalar o'tkazilgan. Natijada, ayrim tadqiqotchilar diqqat bo'linadi desalar, boshqalari u bo'linmaydi, aksincha bir faoliyatdan ikkinchi faolyaiga tez ko'chadi degan xulosaga kelganlar.

Albatta, diqqatning bo'linishi uchun bajarayotgan ishlarimiz ma'lum darajada avtomatlashgan bo'lishi lozim. Masalan, rulga yangi o'tirgan shofyor tormozni bosaman deb gazni bosib yuboradi yoki mashinani boshqarishga diqqat qilgan holda yo'ldagi chuqurlikni ko'rmay qoladi.

Diqqat xususiyatlaridan yana biri uning ko'chishidir. Diqqatning ko'chishi deganda uning bir faoliyatdan ikkinchi faoliyatga tez o'tishini tushunamiz. Masalan, talabaning diqqati ma'ro'za tinglashdan uni yozishga, so'ng yozganini tushunishga, yana ma'ro'za tinglashga tez ko'chib turadi. Diqqatning ko'chishini olimlar komplikasiya degan asbob bilan o'lchaydilar.

Parishonxotirlik – bu diqqatning kerak bo'lganida boshqa obyektga tez ko'chmasligidir. Parishonxotirlik diqqatning salbiy xususiyati bo'lib hisoblanadi. Uni ikki xil ma'noda tushinish mumkin: biri kerak bo'lganida diqqatning ko'chmasligi bulsa, ikkinchisi, aksincha, uning bir faoliyat ustida tuxtab turmasdan chalg'ib ketaverishidir.

Birinci xil parishonlik ko'proq yozuvchilarda, olimlarda uchraydi. Masalan, yozuvchi fikrga astoydil berilganligi sababli atrofidagi narsalarni, hatto yonidagi odam murojaat qilayotganini ham sezmaydi.

Ikkinchi xil parishonxotirlikda odam biror narsa ustida diqqatini uzoq to'play olmaydi, bir narsadan ikkinchi narsaga, bir xodisadan ikkinchi xodisaga tez o'tib turadi. Bu holat yosh bolalarda tez uchrab turadi, ya'ni ular aytilgan gapni tez unutib qo'yadi. Diqqatning salbiy xususiyatlaridan yana biri uning chalg'ishidir. Diqqatning chalg'ishi deganda uning asosiy faoliyatdan ikkinchi darajali narsalarga o'tib ketaverishi tushuniladi. Masalan, sinfda o'tirgan o'quvchi diqqatini qo'ldan tushib ketgan kalam tovushi ham, deraza orqasida eshitilayotgan odam tovushi ham chalg'itishi mumkin.

Diqqatning xususiyatlariga uning ko'lamini ham qo'shish mumkin. Diqqat ko'lami jihatdan tor va keng bo'lishi mumkin. Buni biz taxistoskop degan asbobda o'lchab bilishimiz mumkin.

Diqqat bolaning birinchi yoshidanoq taraqqiy eta boshlaydi. Dastlab ixtiyorsiz diqqat namoyon bo'ladi. Chunki bola rangdor narsalarga, shaqildoq ovozigacha diqqat qiladi. Ixtiyorsiz diqqatning o'sishi extiyoj va qiziqishlar bilan bog'liqdir. Lekin inson faoliyatining asosiy qismi ixtiyoriy diqqat asosida amalga oshiriladi. Ixtiyoriy diqqat esa bolada ikki yoshlardan boshlab ko'rina boshlaydi. Uning shakllanishida kattalarning roli beqiyosdir. Masalan, ular bolaga «buyoqqa qara», «gapimni eshit», «musiqaga quloq sol» deb

gapiradilar. Kattalar tomonidan diqqat mana shunday yo'llar bilan o'sib boradi. 3-5 yoshlardan boshlab esa diqqat bolaning o'z tashabbusi bilan usa boshlaydi.

Bog'cha yoshidagi bolalarda ixtiyoriy diqqatning o'sishida o'yin katta ahamiyatga egadir. Chunki o'yin qoidalarini va etaplarini bilib olish uchun bola unga ixtiyoriy diqqat bilan razm solib turishi lozim. Bundan tashqari, uydagi ba'zi bir ishlarga qatnashtirish, o'z-o'ziga xizmat qilish kabilar ham ixtiyoriy diqqatni o'sishiga yordam beradi.

Maktab yoshidan boshlab esa ixtiyoriy diqqat juda tez o'sa boshlaydi. O'qish ishida – darsni eshitish, kitob o'qish, masalalarni yechishda ixtiyoriy diqqat talab qilinadi. Bundan tashqari, o'qish ixtiyoriy diqqatni o'stirib qolmasdan, balki uning kuchi, barqarorligini o'sishiga ham yordam beradi.

Iroda diqqatning barqarorligi va kuchini saqlab turuvchi asosiy faktordir. Shuning uchun diqqatga doir bu sifatlarning keyingi taraqqiyoti ham iroda taraqqiyoti bilan bog'liqdir.

2. Sezgi va ularning ahamiyati, klassifikatsiyasi va qonuniyatlari.

Tevarak-atrofdagi narsalar haqida, tovushlar va ranglar, hidlar va harorat, miqdor va boshqa ko'plab narsalar to'g'risida biz sezgi organlari tufayli bilamiz.

Sezgi – bu oddiy psixik jarayon bo'lib, u moddiy olamdagi narsa va xodisalarning ayrim xususiyatlarini, shuningdek, moddiy qo'zg'atuvchilar tegishli reseptorlarga bevosita ta'sir etgan taqdirda organizmda hosil bo'ladigan ichki holatlarga aytiladi. Materiya bizning sezgi organlarimizga ta'sir qilib sezgi hosil qildiradi.

Sezgi a'zolari axborotni qabul qilib oladi, saralaydi, jamlaydi va miyaga yetkazib beradi. Miya bunday axborotni benixoya katta va tunganmas oqimini har daqiqada qabul qilib va qayta ishlab turadi.

Sezgi a'zolari tashqi olamning kishi ongiga kirib keladigan yagona yo'llaridir. Biz moddaning Hech qanday shaklini, harakatning Hech qanday shaklini sezgilardan boshqacha yo'l bilan bila olmaymiz. Sezgi a'zolari kishiga tevarak-atrofdagi olamda mo'ljal olish imkonini beradi. Agar kishi barcha sezgi a'zolaridan maxrum bo'lib qolsa bormi, u o'zining atrofida nimalar yuz berayotganini bila olmas, atrofdagi odamlar bilan munosabatga kirisha olmas, ovqatni qidirib topa olmas, xavf-hatardan qutilib qola olmas edi.

Sezgilar mohiyatiga ko'ra obyektiv olamning subyektiv siymosidir. Lekin sezgilarning hosil bo'lishi uchun organizm moddiy qo'zg'atuvchining tegishli ta'siriga berilishi kifoya qilmaydi, balki organizmning o'zi ham qandaydir ish bajarishi darkor. Bu ish yo faqat ichki jarayonlardan, yoki tashqi harakatlardan iborat bo'lishi mumkin. Lekin u hamisha bo'lishi shart. Sezgilar muayyan payt davomida reseptorga ta'sir o'tkazayotgan qo'zg'atuvchining o'ziga xos quvvatini nerv jarayonlari quvvatiga aylanishi jarayonida hosil bo'ladi.

Sezgi nerv sistemasining u yoki bu qo'zg'atuvchidan ta'sirlanuvchi reaksiyalari tarzida xosil bo'ladi va har qanday psixik xodisa kabi reflektor xususiyatiga ega. Qo'zg'atuvchining o'ziga aynan o'xshaydigan analizatorga ta'siri natijasida hosil bo'ladigan nerv jarayoni sezgining fiziologik asosi bo'lib hisoblanadi.

Analizator uch qismdan tarkib topadi: 1. Tashqi quvvatni nerv jarayoniga o'tkazadigan maxsus transformator hisoblangan periferik bo'lim (reseptor), 2. Analizatorning periferik bo'limini markaziy analizator bilan bog'laydigan yo'llarni ochadigan afferent (markazga intiluvchi) va efferent (markazdan qochuvchi) nervlar, 3. Analizatorning periferik bo'limlaridan keladigan nerv signallarining qayta ishlanishi sodir bo'ladigan qobiq osti va qobiq (miyaning o'zi bilan tugaydigan) bo'limlari. Sezgining hosil bo'lishi reflektor yoyi tufayli bo'ladi.

Aks etish xususiyatiga va reseptorlarning joylashgan o'rniga qarab sezgilar odatda uch guruhga ajratiladi: 1. Eksterioseptiv sezgilar. Bularga tashqi muhitdagi narsalar va xodisalarning xususiyatlarini aks ettiradigan va tana yuzasini sezadigan sezgilar (ko'rish, eshitish, hid bilish, tam bilish, teri-tuyg'u) kiradi. 2. Tananing ichki a'zolaridagi o'zgarishlarni sezadigan interioseptiv sezgilar. Bunga organik sezgilar kiradi. 3. Mushaklar va paylardagi holatni sezadigan prorioseptiv sezgilar. Bunga muskul-harakat sezgisi kiradi. Ular gavamizning harakati va holati xaqida axborot beradi.

Eksterioseptorlar o'z navbatida yana ikki guruhga bo'linadi: kontakt va distant sezgilar. Kontakt sezgilarga teri-tuyg'u va ta'm bilish sezgilari kirsa, distant sezgilarga ko'rish, eshitish, hid bilish sezgilari kiradi. Hozirgi zamon fani ma'lumotlariga asoslanib sezgilarni tashqi va ichki sezgilarga bo'lish yetarli emas. Sezgilarning ba'zi bir turlarini tashqi-ichki deb hisoblasa ham bo'ladi. Ularga harorat va og'riq, tam bilish va tebranish, mushak-bo'g'in va statik-harakat sezgilari kiradi.

Sezgilarga xos bir qancha qonuniyatlar mavjuddir. Avvalo sezgining hosil bo'lishligi uchun qo'zg'atuvchi ma'lum kuchga ega bo'lishi lozim.

Qo'zg'atuvchi ta'sir etishi bilan sezga hosil bo'lmaydi, balki oradan ma'lum vaqt o'tadi. Bu vaqt 0,02 sekunddan 0,1 sekundga tengdir. Xuddi shu singari, sezgi hosil bo'lgach, ma'lum muddat davom etadi. Davom etish muddatiga qarab sezgilar qisqa va uzoq muddatli bo'ladi. Sezgilar kuchli va kuchsiz ham bo'lishi ham mumkin. Bu qo'zg'atuvchi kuchiga bog'liqdir.

Sezgi chegaralarga ham egadir. Uning quyi va yuqori chegarasi farqlanadi. Sezgirlikni mashq yo'li bilan yoki maxsus morfiiy modda ta'sirida kuchaytirishga sensibilizasiya deyiladi.

Adaptasiya ham sezgiga xos xususiyatdir. Adaptasiya deb sezgi organlarining tashqi qo'zg'atuvchilarga moslashishiga aytiladi. Adaptasiyaning uch turi farq kilinadi:

1. Qo'zg'atuvchining uzoq vaqt ta'siri natijasida sezgining yo'qolib qolishi.
2. Kuchli qo'zg'atuvchi ta'siri ostida sezgining zaiflashishi.
3. Kuchsiz qo'zg'atuvchi ta'siri ostida sezgirlikning ortishi.

Sinesteziya – bu ikki sezgining yaxlit bir sezgi bo'lib qo'shilib ketishi demakdir.

3. Idrok to'g'risida tushuncha. Idrokning xususiyatlari va turlari.

Idrok deb narsa yoki xodisalarning inson ongiga bevosita ta'sir etishi natijasida tartibga solinib, alohida sezgilarni narsa va voqyealarni yaxlit bir obrazi tarzida birlashtirib aks ettirilishiga aytiladi.

Idrok qo'zg'atuvchilarning ayrim xususiyatlarini aks ettiruvchi sezgilardan farq kilib narsani butunligicha, uning hamma xususiyatlari bilan birgalikda aks ettiradi. Bundan idrok ayrim sezgilarning oddiy yig'indisidan iboratdir degan xulosa kelib chiqmaydi. Idrok o'ziga xos xususiyatlarga ega bo'lgan xissiy bilishning sifat jihatidan yangi bosqichidir. Idrokning predmetliligi, yaxlitligi, ma'lum tartibda to'zilganligi, anglanganligi, konstantligi uning muhim xususiyatlaridir.

Idrokning predmetliligi deganda uning aniq bir predmetga qaratilishini tushunamiz.

Idrokning yaxlitligi deganda narsa va xodisalarni yaxlitligicha ongimizda aks ettirishni tushunamiz. Idrok sezgi a'zolariga ta'sir qiluvchi narsalarning ayrim xususiyatlarini aks ettiruvchi sezgilardan farqli ularoq, narsalarning yaxlit obrazidir.

Idrokning konstantligi ham uning muhim xususiyatlaridan biridir. Konstantlik tufayli biz atrofimizdagi narsalarning shakli, katta kichikligi, rangi va shu kabilarni nisbatan o'zgarmas tarzda idrok qilamiz. Masalan, teatrda o'tirgan odamlarning yuzlariga uzoqdan qarasak, ular bizga o'zgarmas, haqiqiy odamlardek ko'rinadi, aslida ko'z tur pardasiga uzoqdagi narsalarning aksi kichik bo'lib tushadi. Yoki yuqori etajdan turib pastga karasak odamlar, mashinalar juda kichik bo'lib kurinadi, lekin biz ularni o'z xolicha idrok qilamiz.

Yukorida bayon qilinganlardan ma'lumki, odamning tajribasi, bilimi, hayol va tafakkurining faoliyati, hissiyot va diqqati, umuman odam psixikasining hamma mazmuni idrokda namoyon bo'ladi. Bu psixik hayotning idrokda aks etuvchi va idrokka ta'sir ko'rsatuvchi mazmuni appersepsiya deb ataladi.

Ayni bir narsa yoki xodisani ayrim kishilarning idrok etishida ko'rinadigan ba'zi xususiyatlar appersepsiya bilan belgilangan bo'ladi. Bu xususiyatlar odamning tajribasi va bilimlariga bog'liq xususiyatlardir. Kishilar ayni bir narsa yoki xodisani yoshlari, ma'lumoti, turmush tajribasi, kasbi, temperament, xarakter, qobiliyat va qiziqishlarida ko'rinadigan shaxsiy xususiyatlariga qarab har xil idrok etadilar.

Idrok turlariga quyidagilar kiradi:

1. Fazoni idrok qilish.
2. Vaqtni idrok qilish.
3. Harakatni idrok qilish.

Fazoni idrok qilish to'g'risida gapirar ekanmiz, biz narsalarning fazodagi shakllarini, katta-kichikligini va fazodagi o'zaro munosabatlarini tushunamiz. Ma'lumki, fazodagi shakllarga qarab uch burchakli, to'rt burchakli, kub, silindir kabilarga ajratiladi. Narsalar katta - kichikliga qarab katta, kichik,

o'rtacha deyiladi. Fazodagi munosabatlariga qarab bizga nisbatan yaqin yoki uzoq, bizdan o'ng tomonda yoki chap tomonda, yuqorida yoki pastda deyiladi.

Biz fazoni asosan ko'zimiz orqali idrok qilamiz. Uni bir ko'z bilan (monokulyar) va ikki ko'z bilan (binokulyar) idrok qilish mumkin.

Ko'z gavharining, umuman, ko'zning ravshan kurish uchun uyg'unlashuvini akkomadasiya deb ataymiz.

Konvergasiya ma'lum bir narsaga qaraganda ikkala ko'z soqqasining kanshar tomon barobar burilishidir. Idrok qilinayotgan narsa qanchalik yaqin tursa, ko'z soqqalari bir-biriga, ya'ni kanshar tomonga shunchalik yaqin buriladi, ko'rish o'qlari ham bir-birini shunchalik yaqin kesib o'tadi. Ko'z konvergensiya ayniqsa masofani, yiroqni, chuqurlikni, eng aniq, raso idrok qilishga imkon beradi.

Fazoni biz faqat ko'rish orqali idrok qilmasdan balki teri-tuyg'u va muskul-harakat sezgilari orqali ham idrok qilamiz. Maydaroq narsani shaklini, ularning katta-kichikligini, holatini teri sezgisi bilan ya'ni ushlab ko'rib idrok qilamiz.

Biz idrok qilib turgan narsa va xodisalar ma'lum bir vaqt (zamon) davomida paydo bo'ladi, taraqqiy qiladi va o'zgarib boradi. Vaqtning idrok qilishni vaqt «bo'laklarini» soat va xronometrik asboblarning yordamida o'lchash deb tushunish yaramaydi. Kishi xuddi bir xilda bo'lgan vaqt bo'lagi «minut, soat yoki kun» ning obyektiv davomini hamisha bir xilda sezavermas ekan. Ba'zan bir soat bir daqiqaday tez o'tib ketadi yoki bir kun bir yildek tuyuladi. Biz vaqtning «uning to'xtovsiz borishi, cho'zilishi va davomini» idrok qiladigan maxsus bir organga ega emasmiz. O'tayotgan vaqt avvalo atrofimizdagi narsa va xodisalarning o'zgarib va almashinib turishidan bilinadi. Shu sababli vaqtning idrok qilish hamma sezgi a'zolarimiz faoliyati bilan bog'langan deb aytish mumkin.

Maxsus mashq qilib, o'tayotgan vaqtning ayrim xissalarini mumkin qadar aniq belgilay bilish qobiliyatini o'stirish mumkin. I.P.Pavlov itlarda ovqatning kelish vaqtini his qiladigan shartli reflekslar hosil qilgan edi. Bunday refleksni odamlarda hosil qilish mumkin.

Harakatning idrok qilish deb narsalarning fazoda o'rin almanishini idrok qilishga aytiladi. Harakatning idrok qilish hayotiy muhim ahamiyatga egadir.

Harakatning idrok qilishga imkon beradigan usullardan ikkinchisi obyektning harakatiga ko'z bilan qarab turishdir. Bunda harakat qilayotgan obyektning tasviri ko'z to'rt pardasiga nisbatan bir oz harakatsiz bo'lib qoladi. Biroq biz, shunday bo'lsa ham, obyektning harakatini ko'ramiz.

Eshitish analizatori yordami bilan ham harakatning idrok qilish mumkin. Bunda tovush manbai bizga yaqinlashgan sari tovush baland eshitiladi. Aksincha manba uzoqlashgan sari tovush pasayib eshitiladi. Masalan, uyni ichida turib ko'chadan mashina o'tayotganligini bilamiz.

Illyuziya deb atrofda narsa va xodisalarni notug'ri idrok qilishga aytiladi. Buni geometrik illyuziyalar deb nom olgan illyuziyalarda yaqqol ko'rish mumkin. Masalan, uzunligi barovar bo'lgan ikki chiziqli boshiga

ikki xil strelkalar chizilsa, strelkasi tashqariga qaragan chiziq unisiga nisbatan uzun bo'lib ko'rinadi.

Idrok qilib turgan shaxsning psixikasida ro'y beradigan o'zgarishlar bilan bog'liq tasodifiy illyuziyalar ham bo'ladi. Masalan, cho'lda suvsagan kishi uzoqda yarqirab turgan shurxok yerni ko'l deb o'ylashi yoki o'rmondagi tunka qurqoq odamning ko'ziga bironta yirtqich hayvonga o'xshab ko'rinishi mumkin. Illyuziyalar hatto nutqda ham uchraydi. Masalan, goh vaqtda, kishi «men boshqacha tushunibman» deydi.

Gallyusinasiya tashqi olamda yo'q narsalarni idrok qilishdir. Yo'q narsalarning ko'zga ko'rinishi, yo'q ovozning eshitilishi, yo'q hidning dimoqqa urilishi gallyusinasiyadir. Gallyusinasiya paytida kishi go'yo bir narsani aniq ko'rgandek, eshitgandek, ushlagandek, is bilgandek tuyuladi.

4.Xotira. Xotira to'g'risida tushuncha. Xotira jarayonlari va turlari.

Xotira va faoliyat.

Xotirada esda olib qolish, esda saqlash, esga tushirish va unutish kabi asosiy jarayonlar mavjud bo'ladi. Shu jarayonlarning har biri alohida mustaqil psixik xususiyat hisoblanmaydi. Ular faoliyat davomida shakllanadi va o'sha faoliyat bilan belgilanadi.

Muayyan bir materialni esda olib qolish hayot faoliyati jarayonida individual tajriba orttirishga bog'liqdir. Esda olib qolingani narsani keyinchalik faoliyatda qo'llanish uchun uni esga tushirish taqozo etiladi. Muayyan bir materialning faoliyat doirasidan chiqib qolishi esa uning unutilishiga olib keladi. Materialni esda saqlash uning shaxs faoliyatidagi ishtirokiga bog'liq bo'ladi. Chunki har bir muayyan paytda kishining xulq – atvori uning butun hayotiy tajribasi bilan belgilanadi.

Xotira psixologiyaning eng ko'p o'rganilgan bo'limlaridan biri bo'lib hisoblanadi. Lekin hozirgi paytda xotiraning qonuniyatlari yanada o'rganilishi uni fanning tag'in ham muhimroq muammosiga aylantirib qo'ydi.

Xozirgi kunda xotiraning mexanizmlari va qonuniyatlarini o'rganish buyicha uchta nazariya mavjuddir. Bo'lar psixologik, neyrofiziologik hamda bioximik nazariyalardir.

Psixologik nazariya. Bu nazariya tarixiy jihatdan eng eski nazariya bo'lib, u fanda ko'p va turli – tuman nazariyalarning olg'a surilganligi bilan mashhurdir. Bu nazariyalarni xotira jarayonlarining shakllanganida insonning faolligi qanday rol o'ynashligi va bunda faollikning mohiyatiga kanday yondoshuv zarurligi bilan baholash mumkin.

Nazariyaning birinchi guruhi assosiativ nazariya deb yuritiladi. Bu nazariyaga ko'ra, muayyan psixik hosilalar ongda bir vaqtning o'zida yoki bevosita birin-ketin paydo bo'lsa, u holda hosilalar o'rtasida assosiativ boglanishlar tarkib topadi va bu boglanishlarni biron bir qismi takroran paydo bo'lishi ongda uning barcha elementlari muqarrar ravishda gavdalanishiga olib keladi. Assosiasiyalar uch turli bo'ladi: o'xshashlik, yondoshlik va qarama – qarshilik assosiasiyalari.

Neyrofiziologik nazariyalar. Bu nazariyalar xotiraning mexanizmlari haqidagi fiziologik nazariyalar bilan bog'liqdir. Bu nazariyaning asosini I. P. Pavlovning «Oliy nerv faoliyati qonuniyatlari haqida» gi ta'limotining eng muhim qoidalari tashkil etadi. Bu ta'limotga ko'ra xotiraning nerv – fiziologik mexanizmini bosh miyada hosil bo'ladigan muvaqqat bog'lanishlar tashkil etadi. Ana shu bog'lanishlar qanchalik mustahkam bo'lsa, esda olib qolish ham shunchalik yaxshi bo'ladi. Ana shu muvaqqat bog'lanishlarning qaytadan jonlanishi esga tushirishga, so'nib, yo'q bo'lib ketishi esa unutishga sabab bo'ladi.

Bioximik nazariya. Hozirgi kunda xotiraning mexanizmlarini o'rganishning neyrofiziologik usuli bioximik tadqiqotlar darajasiga tobora yaqinlashib va qo'shilib ketmoqda. Bu usul ushbu fanlarning o'zaro tutashgan joyida olib borilayotgan ko'plab tadqiqotlarda o'z tasdig'ini topdi.

Bioximik nazariyaning mohiyati quyidagidan iborat. Birinchi bosqichda (qo'zg'atuvchining bevosita ta'siridan sung) miya xo'jayralarida asl xoliga qaytuvchi fiziologik o'zgarishlarni keltirib chiqaradigan qisqa muddatli elektroximik reaksiya yuz beradi. Ikkinchi bosqich birinchi bosqich negizida yuzaga kelib, aslida u yangi oqsil moddalarning xosil bo'lishi bilan bog'liq bo'lgan bioximik reaksiyadan iboratdir. Birinchi bosqich sekundlar yoki minutlar maboynda davom etadi va uni qisqa muddatli esda olib qolishning fiziologik mexanizmi deb hisoblaydilar. Xo'jayralarda qaytarilmaydigan o'zgarishlarga olib keladigan ikkinchi bosqich uzoq muddatli xotiraning mexanizmi hisoblanadi. Bu nazariya tarafdorlari tashqi qo'zg'atuvchilar ta'siri ostida nerv xo'jayralarida ro'y beradigan o'ziga xos ximiyaviy o'zgarishlarning izlarini mustahkamlash, esda saqlab qolish va yana qayta esga tushurish jarayonlari mexanizmlarining asosini tashkil etadi.

Xotira turlari.

Xotiraning esda olib qolish va qayta esga tushirish jarayonlari sodir bo'ladigan faoliyatining xususiyatlariga bog'liqligi xotiraning har hil turlarini ajratish uchun umumiy asos bo'lib xizmat qiladi. Bunda xotira uchta mezoniga muvofiq bo'linadi:

1. Psixik faollik xususiyatiga ko'ra harakat, emosional obrazli va so'z-mantiqli turlariga bo'linadi.
2. Faoliyat maqsadiga ko'ra ixtiyorli va ixtiyorsiz turlarga bo'linadi.
3. Materiallarni qancha vaqt esda olib qolish va esda saqlash muddatiga ko'ra, qisqa muddatli, uzoq muddatli va operativ xotira turlariga bo'linadi.

Harakat xotirasi – turli hildagi ish-harakatlar va ularning sistemasini esda olib qolish, esda saqlash, yana qayta esga tushirishdan iboratdir.

Emosional xotira – his – tuyg'uga g'os xotiradir. His – tuyg'ular hamisha bizga ehtiyojlarimiz va qiziqishlarimiz qanday qondirilayotgani, bizning tevarak – atrofdagi olamga munosabatimiz qanday yo'lga qo'yilganligi haqida xabar berib turadi. Shuning uchun ham hissiy xotira har bir kishining hayoti va faoliyatida muhim ahamiyatga egadir.

Obrazli xotira tasavvurlarni, tabiat va hayot manzaralarini, shuningdek, tovushlarni, hidlarni, ta'mlarni esda olib qolishdan iborat xotira hisoblanadi. U ko'rish, eshitish, hid bilish, ta'm bilishga oid xotiradir.

So'z – mantiq xotira bizning o'y – fikrlarimiz mazmunini tashkil etadi. Fikrlar esa nutqsiz mavjud bo'la olmaydi, shuning uchun ham ularga oid xotira ham shunchaki mantiqiy deb emas, balki so'z – mantiq xotira deb ataladi.

Xotirani ixtiyorsiz va ixtiyoriy turlarga bo'lgan edik. Biron narsani esda olib qolish yoki eslash uchun maxsus maqsad qo'ymagan holda esda olib qolish va yana qayta esga tushirish ixtiyorsiz xotira deb ataladi. Oldimizga bironta maqsad qo'yib esda olib qolganimizda ixtiyoriy xotira bo'ladi.

Uchinchi guruh xotiraga qisqa muddatli, uzoq muddatli va operativ xotiralar kiradi. Qisqa muddatli xotira materialni ko'p martalab takrorlash va qayta esga tushirishlar orqali uzoq vaqt esda olib qolinishi bilan ajralib turadigan uzoq muddatli xotiradan farqli ularoq, bir martagina juda qisqa vaqt maboynda eslab qolish bilan belgilanadi.

Operativ xotira tushunchasi kishi tomonidan bevosita amalga oshiralayotgan dolzarb vazifalar, harakatlar, ishlarga xizmat qiladigan mnemik jarayonlarni anglatadi. Qachonki biz biron murakkab harakatni, misol uchun arifmetik amalni bajarayotgan bo'lsak, u holda, uni qismlarga bo'laklarga ajratgan xolda bajaramiz. Bunda ishni bajarish davomida ayrim oraliq natijalarni «yodimizda» saqlab boramiz.

Esda olib qolishni xotiraning yangi materialni ilgari o'zlashtirilgan material bilan bog'lash orqali esda saqlab qolinishiga olib keladigan jarayon sifatida ta'riflash mumkin. Bu shaxs tajribasini yangi bilimlar va xulq-atvor shakllari bilan boyitishning zarur shartidir. Esda olib qolish hamisha tanlangan bo'ladi. Sezgi a'zolarimizga ta'sir qiladigan barcha narsalar ham esda olib kolinavermaydi.

Esda olib qolish qisqa muddatli va uzoq muddatli hamda ixtiyorsiz va ixtiyoriy turlarga bo'linadi.

Operativ esda olib qolish deb ataladigan eslab qolishni qisqa va uzoq muddatli eslab qolish o'rtasidagi oraliq darajalaridan biri deb hisoblash mumkin. Operativ esda olib qolishni kishining odatdagi harakatlariga xizmat qiluvchi xotira jarayoni deb ta'riflash mumkin. U kishi bajarayotgan harakatning har bir konkret jarayonida biron natijaga erishish sharoitlaridan biri sifatida yuz beradi.

Uzoq muddatli xotiraga shaxs faoliyatining hayotiy muhim maqsadlariga erishishda taktik jihatdagina emas, balki strategik jihatdan ahamiyat kasb etgan axborot kelib turadi. Psixologiyada, yuqoridagilardan tashqari, ixtiyorsiz va ixtiyoriy esda olib kolish farq kilinadi.

Ixtiyorsiz esda olib qolish – bilish va amaliy harakatlarni amalga oshirishning maxsuli va shartidir. Bunda esda olib qolish o'z xolicha bizning maqsadimiz sifatida yuzaga chiqmaganligi sababli beixtiyor esimizda olib qolingani jamiki narsalar xususida odatda «o'zidan-o'zi esda saqlanib qolgan ekan» deymiz.

Ixtiyoriy esda olib qolish – maxsus mnemik harakatlar, ya'ni asosiy maqsadi esda olib qolishdan iborat bo'lgan harakatlar maxsulidir. Maxsus

o'tkazilgan tadqiqotlar materialni aynan, tula va izchil eslab qolish vazifasining aniq qilib qo'yilishi ixtiyoriy esda olib qolishning asosiy shartlaridan biri ekanligini ko'rsatdi.

Qayta esga tushirish.

O'tmishda idrok qilingan narsalarning, his-tuyg'u, fikr va ish-harakatlarning ongimizda qaytadan tiklanishiga esga tushurish deyiladi. Esda tushurishning nerv-fiziologik asosi miya po'stida ilgari xosil bo'lgan nerv bog'lanishlarining qaytadan qo'zg'alishidir.

Esda tushurish bir necha xil bo'ladi:

- tanish.
- eslash.
- bevosita eslash.
- oradan vaqt o'tkazib eslash.
- ixtiyorsiz eslash.
- ixtiyoriy eslash.

Tanish deb ilgari idrok qilgan narsalarni takror idrok qilganda u narsaning esga tushishiga aytiladi.

Eslash narsani, uning o'zini shu paytda idrok qilmay turib esga tushurishdir.

Bevosita esga tushurish materialni o'qib chiqish bilanoq, boshqa hech narsani o'ylamasdan, shu paytning o'zidayoq esga tushurishdir.

Oradan vaqt o'tkazib esga tushurishda biror material oradan bir necha kun, hatto bir necha oy o'tkazib esga tushiriladi.

Biror narsani esga tushurish beixtiyor va ixtiyoriy bo'lishi mumkin. *Ixtiyorsiz* esga tushurish deganda kishining o'z oldiga maqsad qo'ymasdan, irodaviy kuch sarf etmasdan esga tushirishga aytiladi.

Ixtiyoriy esga tushurish biror maqsad bilan esga olinishi kerak bo'lgan materialni tanlab, ataylab harakat qilib, maxsus esga tushirish demakdir.

Esda saqlash va unutish.

Esda saqlash deyilganda ilgari paydo bo'lgan taassurot, fikr, his-tuyg'u va ish-harakatning jonlanib, takrorlanib turishiga moyillik paydo qilishi va mustahkamlanishini tushinamiz. Shunday mustahkamlanishga sabab nerv sistemasining plastikligidir.

Biz o'qib olgan material uni esda olib qolgan vaqtda mazmunan va shaklan qayday bo'lgan bo'lsa, albatda aynan shundayicha saqlanib turavermaydi. Lekin ayrim formulalar, ta'riflar, ko'paytirish jadvallari, mashina va telefon nomerlari miyamizda aynan saqlanishi ham mumkin.

Unutish – ilgari esda olib qolgan narsalarimizning ongimizdan qisman yoki tamoman yo'qolishidir. Unutish qisman va butunlay bo'lsa ham, u qachondir yana esga tushadi.

Unutushni tamoman salbiy xodisa deb tushunish yaramaydi. Chunki keraksiz narsalar unutilib, miya bo'shashi ham lozim. Ayniqsa, turli g'am-g'ussalar tezda unitilmasa, kishini umr bo'yi qiynashi, azoblashi mumkin.

Shunga qaramay, unutishga qarshi kurash olib borish lozim. Buning uchun materialni tez-tez takrorlab turish, uni turmushga, amaliy faoliyatga

tadbiq kilib borish, o'rganilayotgan materialni oldingilari bilan bog'lab borish va boshqa usullarni qo'llash zarur.

Xotira tiplari.

Har kimning o'ziga xos xotira xususiyatlari mavjud. Xotiradagi bu farq uning kuchida ifodalanadi. Birovda xotira kuchli bo'lsa, boshqa birovda kuchsizdir.

Xotiraning kuchli yoki kuchsiz bo'lishini biz esda qoldirish va unutishning tezlik darajasiga qarab belgilaymiz. Tez esga olib, juda sekin unutish kuchli xotiraning belgisi bo'lsa, sekin esda olib qolib, tez unutish kuchsiz xotira belgisidir. Shunga qarab kishilardagi xotirani to'rt tipga bo'lamiz:

Esda qoldirish		Unitish
Tez		Sekin
Sekin		Sekin
Tez		Tez
Sekin		Tez

Xotirani yana ko'rish, eshitish, harakat degan tiplarga ham ajratish mumkin. Lekin sof xotira kam uchrab, ko'proq aralash xotira (ko'rish- harakat, ko'rish- eshitish, harakat-eshitish kabi) xillari uchraydi.

Xotiraning yuqorida sanagan bu tiplari tug'ma, o'zgarmaydigan narsa emas, balki uni tarbiyalash, o'zgartirish, kuchli xotira qilish mumkin.

Mavzu yuzasidan test savollari:

1. Ongimizning bir nuqtaga to'planib muayyan ob'ektga faol qaratilishi bu:

A) idrok, B) sezgi, C) diqqat, D) abstraksiya

2. Ongimizning bir nuqtaga to'planib, muayyan manbaga faol qaratilishi?

A) idrok, B) diqqat, C) sevgi, D) mavhumlik

3. Quyidagi ta'riflarning qaysi biri sezgi mazmunini to'laroq ifodalaydi?

A) ob'ektiv olamidagi predmet va xodisalarning sezgi a'zolariga ta'sir etishi

B) qo'zg'atuvchilarning tegishli retseptorlarga bevosita ta'sir etishi

C) organizmdagi analizatorlar kompleksining faoliyati

D) insonning fikrlash orqali xodisalarning oldindan his qilishi

4. O'rtoqlaringiz bilan kinoga tushdingiz, kino boshlanib ketganidan o'rinlaringizni topishga qiynaladingiz. YOrug'likdan birdan qorong'ulikka kirganda kurish sezgisida uchraydigan bunday xodisa qanday ataladi?

A) sezgilarning quyi chegarasi, B) sezgilarning yuqori chegarasi,

C) sensibilizatsiya, D) adaptatsiya

5. Qo'zg'atuvchilarning sezgi a'zolarimizga bevosita ta'siri tufayli tartibga solinib alohida sezgilarni yaxlit bir obraz sifatida birlashtirib aks ettirilishi bu qaysi psixik jarayonni bildiradi?

A) sezgini, B) xayolni, C) idrokni, D) xotirani

6. Agar biz narsalarning shakllarini, katta-kichikligini o'zaro

joylashishlarini, relefini, ular turgan uzoq yoki yaqinligini va yo‘nalishini idrok qilsak bu idrok turlarining qaysi biriga tegishli?

A) ixtiyoriy idrok, B) fazoni idrok qilish, C) illyuziya, D) ixtiyorsiz idrok

7. Idrokning odam psixik faoliyatiga, bilim tajribasiga va boshqa xususiyatlariga bog‘liqligi idrokning qaysi xususiyatiga taaluqli?

A) tanlovchanligi, B) yaxlitligi, C) appersepsiya, D) Illyuziya

8. Quyidagi hukmlardan qaysi biri xotirani ta’riflaydi?

A) inson idrok qilgan narsa va xodisalarni, o‘z tajribasini esda olib qolishi, esda saqlashi va keyinchalik esga tushirishi

B) o‘tmish tajribalarini esga tushirishi

C) narsa va xodisalar o‘rtasidagi aloqalarni esda saqlab esga tushirishi

D) ilgari bo‘lib o‘tganlarning obrazlari qaytadan tiklanishi

9. Xotira jarayonlarini aniqlang.

A) esda olib qolish, unutish, tanish

B) esda olib qolish, esda saqlash, tanish, esga tushirish, unutish

C) esda olib qolish, esda saqlash, tanish

D) ixtiyoriy, ixtiyorsiz, tanish

10. Assotsiatsiya bu nima?

A) narsa va xodisalar o‘rtasidagi aloqalar

B) narsa va xodisalarning aks ettirilishi

C) bir vaqtning o‘zida ikki psixik taasurot yoki xodisa o‘rtasida hosil bo‘ladigan aloqa bog‘lanish

D) o‘tmish tajribasiga o‘xshashlik

11. Xotira – bu:

A) oldin kabul kilingan tasavvurlarni esda saklash;

B) insonning bilim va tajribalarni egallash, esda saklash, esga tushirishdan iborat bilish faoliyati;

C) utmishdagi voqealarni amaliy faoliyatda kullash jarayoni;

D) dunyoni umumlashtirib miyada aks ettirish jarayoni.

12. Faoliyat maksadiga kura xotira turi:

A) ixtiyoriy, ixtiyorsiz;

B) xarakat, emotsional, obrazli;

C) kiska va uzok muddatli;

D) operativ, suz-mantik.

13. Psixik faolligiga kura xotira turi:

A) ixtiyoriy, ixtiyorsiz;

B) xarakat, emotsional, obrazli, suz-mantik;

C) kiska va uzok muddatli, operativ;

D) sezgan, idrok kilgan buyumlarni xotiralash.

14. Xotira jarayonini aniklash:

A) utmish narsani urganish va tajriba orttirish

B) esda olib kolish, esda saklash, esga tushirish;

C) ma’nosiga tushunib, tushunmay eslash;

D) vokeaning bulib utgan joyi, vaqtini eslash.

9-MAVZU: SHAXSNING INDIVIDUAL PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Aniqlashtirilgan o'quv maqsadlari. Talaba bu mavzuni to'la o'zlashtirgandan so'ng:

- Temperament so'zining lug'aviy ma'nosini aytib beradi;
- Temperamentning tiplarini sanaydi va psixologik xarakteristika beradi;
- Xarakterning psixologik strukturasiga ta'rif beradi;
- Qobiliyatlar, layoqat va iqtidor masalalariga tushuncha beradi.

Tayanch so'z va iboralar:

Temperament, oliy nerv faoliyativ tipi, qo'zg'alish, tormozlanish, muvozanatlilik, xolerik, sangvinik, melanxolik, flegmatik, xarakter, xarakter xislati, xarakter strukturasiga, aksentuasiya, interversiya, ekstroversiya, frenologiya, qobiliyat, layoqat, mahorat, talant, iste'dod, pedagogik qobiliyat, kommunikativ qobiliyat, didaktik qobiliyat, perseptiv qobiliyat

Asosiy savollar:

1. Temperament va uning tiplarining psixologik xarakteristikasi.
2. Xarakter. Psixologiyada xarakter muammosi.
3. Qobiliyat to'g'risida tushuncha. Qobiliyatning sifat va miqdor tavsifi.
4. Qobiliyatlar va yoshlarning kasb tanlash muammolari.

1. Temperament va uning tiplarining psixologik xarakteristikasi.

Ma'lumki, odamlar xulq-atvori va faoliyat motivlari nisbatan teng bo'lganda, tashqi ta'sirlar bir xil bo'lganda, ta'sirchanligi va ko'rsatayotgan energiyasiga ko'ra bir-birlaridan, sezilarli darajada farq kiladilar. Jumladan, bir xil kishi sekinlikni, boshqasi shoshilishni yoktiradi. Bir xil odamlarga xissiyotlarning tez qo'zg'alishi xos bo'lsa, boshqasiga esa sovuqqonlik xosdir, boshqa birovni keskin imo-ishoralar, ma'noli mimika, boshqasini harakatlarda og'ir-bosiqlik, yuzning juda ham kam harakat qilishi ajratib turadi. So'z yuritilayotgan individual farqlar o'zlarining tug'ma asosiga ega bo'lishi shubxasizdir. Bu shu narsa bilan tasdiqlanadiki, bu farqlar bolaligidayok ma'lum bo'la boshlaydi, xulq-atvorning va faoliyatning turli sohalarida ko'rinadi va alohida barqarorligi bilan ajralib turadi.

Psixikaning individual jihatdan o'ziga xos, tabiiy jihatdan shartlashgan dinamik ko'rinishlar majmui kishining *temperamenti* deb ataladi.

Temperament xaqidagi dastlabki nazariya antik dunyoga borib taqaladi. Masalan: eramizdan oldingi 6-asrda yashagan yunon medisinasining yirik vakili Gippokrat birinchi bo'lib odamlarning har xil xususiyatga ega ekanligiga e'tibor bergan va bu har xillikning sababini aniqlashga harakat qilgan. U kishilar temperamentining organizimdagi suyuqliqlarga (qon, shilimshiq parda, o't)ga qarab uch turga bo'ladi.

Keyinchalik ham temperament va uning asosi xaqida olimlar tomonidan xilma-xil nazariyalar yaratildi. Masalan, 18-asr oxirida yashagan Immanuel Kant qonning invidual xususiyatlari temperamentning tabiiy asosi hisoblanadi,

degan edi. P. F. Lesgaftning g'oyasi ham shu nuqtai-nazarga yaqin edi. Bu olim temperamentning asosida qon aylanishi (jumladan, qon tomirlari kengligi va tarangligi, ularning bo'sh joyi diametri, yurakning shakli va hokazolar) xususiyati yotadi deb yozgan edi.

Nemis psixiatri E. Krechmer individning psixik tuzilishi tana tuzilishiga, tananing umumiy konstruksiyasiga to'g'ri keladi, degan edi. Sezilarli psixik aktivlikka ega bo'lgan, atrofdagi bo'layotgan voqyealarga tez munosabat bildiruvchi, tassurotlarini ha deb o'zgartirishga intiluvchi, muvaffaqiyatsizliklar va ko'ngilsizliklarni nisbatan yengil o'tkazib yuboruvchi, jonli, harakatchan, ifodali mimikasi va harakatlari bo'lgan kishi sangvinik deb ataladi.

Yuragi keng, barqaror intilishlarga va kayfiyatlarga, doimiy va chuqur his-tuyg'ularga, harakatlari va nutqi bir xil maromda bo'lgan, ruxiy xolati tashqi tomonda ifoda etiladigan kishi xolerik deb ataladi.

Ta'sirchan, chuqur kechinmali, gap ko'tara olmaydigan, ammo atrofdagi voqyealarga unchalik e'tibor bermaydigan, o'zini tuxtata oladigan harakatlar qiladigan va sekin ovoz chiqaradigan kishilar melanxolik deb ataladi.

Aslida odamlarni to'rtta tip bo'yicha taqsimlash mumkin emasligi tushunarli. Temperamentning turli-tumanligi to'g'risidagi masala fanda hali batafsil hal qilingan emas.

Temperamentning nerv-fiziologik mexanizimini ilmiy asosda tushuntirib bergan kishi I. P. Pavlov bo'ldi. U o'z umrining ko'p qismini oliy nerv sistemasi faoliyatini o'rganishga bag'ishladi. Uning tadqiqotlari natijasida odamdagi individual farqlar asosida qo'zg'alish va tormozlanish o'rtasidagi vazminlik yotishi aniqlandi.

Nerv sistemasi kuchi tipning eng muhim ko'rsatkichidir.

Nerv faoliyatining tipi-organizimning tabiiy xususiyatidir. U nasliydir, lekin butunlay o'zgarimas hisoblanmaydi, u rivojlanishda va ma'lum darajada atrofdagi sharoit, muhit ta'siri tufayli o'zgaradi.

Temperament tiplarining kelib chiqishida, yuqorida aytganimizdek, irsiyat asosiy rol uynaydi. Agar irsiy fiziologik xususiyatlari bir xil bo'lgan bitta tuxumdan paydo bo'lgan (gomozigot) egizaklarning temperament xususiyatlarini irsiy fiziologik xususiyatlari unchalik bir xil bulmagan, ikkita tuxumdan paydo bo'lgan (geterozigot) egizaklarning temperament xususiyatlari bilan solishtirsak, bu narsa juda yaqqol ko'rinadi. Geterozigot egizaklarga qaraganda gomozigot egizaklar temperamentlari xususiyatlarining uxshashlik darajasi shunchalik ortiqki, temperamentning irsiyat yo'li bilan berilishi imkoniyati 85% ga tengdir.

Garchi temperament tiplari, umuman olganda, irsiyatga bog'liq bo'lsada, temperamentning ayrim xususiyatlari hayot sharoitlari va tarbiyaga bog'liq xolda ma'lum darajada o'zgaradi.

Temperamentning ayrim xususiyatlarining hayot sharoitlari va tarbiyaga bog'liq xolda o'zgarishini temperament tiplarining voyaga yetishidan farqlash lozim. Temperament tipi unga xos bo'lgan barcha xarakterli xususiyatlari bilan birga, tug'ilish chog'idan boshlab yoki ma'lum yoshda birdan paydo bo'lib

qolmaydi. Nerv sistemasining voyaga yetishidagi umumiy qonuniyatlari temperament tipining voyaga yetishiga ham ta'sir qilib, izini qoldiradi.

Ma'lum temperament tipining asosiy xususiyatlari birdaniga hammasi nomoyon bulmaydi, balki yoshga qarab sekin-asta nerv sistemasining voyaga yetishi bilan bog'liq xolda nomoyon bo'ladi. Bu jarayonni biz temperamentning voyaga yetishi deb ataymiz.

Yoshlar kasb tanlayotganda temperament xususiyatlari hisobga olinishi lozim. Masalan, xozirgi zamon texnikasida melanxologik uchun kiruvchi samolyotda uchuvchi bulish nihoyatda kiyin yoki bunday kishilarga tusatdan paydo bo'ladigan avariya xavfi o'z vaqtida reaksiya qilishi lozim bo'lgan murakkab energosistemalarda ishlash og'irlik qiladi. Odamning psixik xususiyatlariga nisbatan faoliyatning shunday yo'l bilan tanlashni kasbga yo'naltirish deb ataladi.

Temperament tiplari xususiyatlarini mumkin qadar o'quvchilar tarbiyasi jarayonida ham hisobga olish zarur. Masalan, melanxolik o'quvchini harakatlari uchun keskin koyish uning ruxini tushurib yuboradi. O'ziga ishonmvaligini yana orttirib yuboradi va o'z kuchiga shubha bilan qaray boshlaydi.

Yuqoridagi usullarni sangvinikka nisbatan ishlatib bo'lmaydi. Chunki u boshidan kechirgan kungilsiz voqyealarni tez esdan chiqarib yuborishi va o'z kuchi, qobilyatlariga ortiqcha baho berishga moyildir, Salbiy bahoga nisbatan qattqlik va talabchanlik unga ijobiy tasir ko'rsatishi mumkin. Temperament xususiyatini hisobga olgan holda xuddi shunday individual munosabatda bo'lish mehnatni tashkil qilishda, sportchilarning mashqlarida va faoliyatning boshqa turlarida ham bo'lishi mumkin va zarur.

Nihoyat, faoliyat talablariga temperamentni moslashtirishning asosiy eng universal yo'li individual ish uslubining tarkib topishidir. Mehnat faoliyatidagi ayni bir vazifa va talablar har turli usullar va yo'llar bilan bir xil samarali amalga oshirilishi mumkin. Faoliyatning individual uslubi deganda biz mazkur odam uchun xarakterli bo'lgan va samarali ishlashi uchun maqsadga muvofiq bo'lgan harakatlar va yo'llarning individual sistemasini tushunamiz. Faoliyatning individual uslubi odamda o'z-o'zidan, stixiyali ravishda paydo bo'lmaydi. U ta'lim va tarbiya jarayonida tarkib topadi. Individual uslub tarkib topishining birinchi kurtaklari bog'cha yoshidagi katta bolalarda o'yin xarakteridagi amaliy masalalarni yechishdayok ko'rina boshlaydi.

Faoliyatning individual uslubini tarbiyalash ishlari asoslanadigan qator alohida psixologik va pedagogik prinsiplar mavjuddir. Ta'lim va tarbiyaning asosiy vazifalaridan biri shundan iboratki, individual uslubni tarkib toptirish yo'li bilan odamning temperamentini faoliyatning obyektiv talablariga yaxshilab moslashtirishdan iboratdir.

2 Xarakter. Psixologiyada xarakter muammosi.

Xarakter yunoncha so'z bo'lib «zarb qilish», «belgi qo'yish» degan ma'noni bildiradi. Haqiqatdan ham xarakter kishining jamiyatda yashab egallaydigan alohida belgilaridir. Shaxsning individualligi temperament singari

xarakterda ham namoyon bo'ladi. Xarakter – bu shaxsning faoliyat va muloqoti jarayonida tarkib topadigan va namoyon bo'ladigan individual xususiyatlari bo'lib, individ uchun u tipik xulq-atvor xislatlari bo'lib hisoblanadi.

Kishining shaxsi u nima qilayotgani bilan emas, balki uni qanday bajarayotgani bilan xarakterlanadi.

Xarakter kishi shaxsining yo'nalishini belgilaydigan ijtimoiy munosabatlarga bog'liq bo'ladi. Masalan, kishining jamiyatdagi yuqori mavqeyi, amali unda takaburlik, kekkayganlik, riyokorlik, ta'magirlik, munofiqlik kabi salbiy xislatlarni shakllanishiga olib kelishi mumkin. Aksincha, oddiy mehnatkash kishida jamiyatdagi mavqeiga qarab fidokorlik, maqsadga intilganlik, jasurlik, kamtarlik, mehnatsevarlik kabi ijobiy xislatlarning shakllanishiga olib keladi.

Xarakterning tuzilishi. Inson shaxsining xakteri hamisha ko'pqirralidir. Unda alohida xususiyatlar yoki tomonlar ajratilib ko'rsatilishi mumkin, lekin ular bir-birlaridan ajratilgan, alohida xolda bo'lmaydi, balki ma'lum darajada xakterning barqaror tuzilishini tashkil etgan holda o'zaro bog'liq bo'ladi.

Xakterning strukturasi uning ayrim xususiyatlari o'rtasidagi qonuniy bog'liqlikda namoyon bo'ladi. Agar kishi qurqoq bulsa, u tashabbuskorlik, qat'iylik va mustaqillik, fidokorlik va oliyhimmatlilik fazilatlariga ega bulmaydi, deb aytish uchun asoslar bor. Shu bilan birga xakteri bo'yicha qurqoq kishidan itoatkorlik va xushomadgo'ylikni, kuchli kishiga nisbatan konformlilikni, qizg'onchilikni, sotqinlikni, ishonchsizlik va ehtiyotkorlikni ko'tish mumkin.

Xakterning xususiyatlari orasida ayrimlari asosiy, yetakchi bo'lib, uning namoyon bo'lishining butun kompleksini rivojlantirishning umumiy yo'nalishini belgilab beradi. Ular bilan bir qatorda ikkinchi darajali xususiyatlar ham borki, ayrim hollarda ular asosiy deb belgilanishi, boshqalarida esa ular bilan uyg'unlashmasligi ham mumkin.

Xakter subyektning birgalikdagi faoliyatga qay tarzda faol jalb qilinishiga qarab hatti-harakatlarda va ishlarda namoyon bo'lar ekan, ham faoliyat mazmuniga, ham qiyinchilikning muvaffaqqiyatli yoki muvaffaqqiyatsiz bartaraf etilishiga, ham asosiy hayotiy maqsadlarga erishishda uzoq va yaqin istiqbollarga bog'liq bo'lib qoladi.

Shunday qilib xakterning tarkib topishida kishining tevarak-atrofidagi muhitga va o'z-o'ziga, boshqa kishiga qanday munosabatda bo'lishi muhim hisoblanadi. Shu bilan birga bu munosabatlar xakterning eng muhim xususiyatlarini tasniflash uchun asos bo'ladi.

Yuqoridagilardan kelib chiqib xakterning to'rtta sistemasini farqlash mumkin:

1. Jamoaga va ayrim odamlarga bo'lgan munosabatlarni ifodalovchi xakter xususiyatlari: yaxshilik, mehribonlik, talabchanlik, takaburlik va boshqalar.

2. Mehnatga bo'lgan munosabatni ifodalovchi xakter xislatlari: mehnatsevarlik, vijdonlilik, unga mas'uliyat bilan qarash, boshlagan ishni oxiriga yetkazish, yalqovlik, mas'uliyatsizlik kabilar.

3. Narsalarga bo'lgan munosabatlarni ifodalovchi xarakter xislatlari: ozodalik yoki ifloslik, narsalarni ayab ishlatish yoki ayamasklik, ularga nisbatan extiyotkorlik yoki aksincha kabilar.

4. Odamning o'z-o'ziga bo'lgan munosabatlarini ifodalovchi xarakter xislatlari: izzat-nafslilik, o'z sha'nini extiyot qilish, kamtarlik, o'ziga ortiqcha baho bermasklik yoki shuhratparastlik, mag'rurlik, dimogdorlik, o'zini kata olish kabilar.

Xarakter xususiyatlarining aksentuasiyasi. Xarakterning kishida ko'rinadigan va tilimizda o'z ifodasini topgan xususiyatlari behad ko'p bo'lib, mingdan ortiqni tashkil etadi. Shu sababli xarakterning o'zgarib turadigan xususiyatlarini sanab va tasniflab berish juda qiyin. Bundan tashqari hozirgacha psixologiyada aniq bir tasniflash sxemasi ishlab chiqilgan emas. Xarakterning u yoki bu xususiyati mikdoriy ifodaliligi oxirgi marraga yetib va norma chegarasiga borib qolganda xarakterning aksentuasiya (ortiqcha urg'u berilishi) deb ataladigan vaziyat paydo bo'ladi. Xarakterning ortiqcha urg'u berilishi – ayrim xarakter xususiyatlarining kuchayishi natijasi sifatida normaning oxirgi chegarasidir.

Xulq-atvor va xarakterning shakllanishi. Xuddi temperament kabi xarakter ham kishining xulq atvor ko'rinishlariga o'z ta'sirini ko'rsatadi.

Temperamentning xususiyatlari xarakterning muayyan tomonlari rivojlanishiga qarshilik ko'rsatishi yoki yordam berishi mumkin. Xolerik yoki sangvinik tipdagi odamga qaraganda flegmatik tipdagi odam o'zida tashabbuskorlik va qat'iylikni tarkib toptirishi qiyinroqdir. Jur'atsizlik va vahimalilikni bartaraf etish melanxolik uchun jiddiy muammo bo'lib hisoblanadi. Xarakterning jamoada shakllantirilishi xolerik tipdagi kishilarda o'zini tuta bilishni va o'ziga takidiy ko'z bilan qarashni, sangviniklarda sabotlilikni, flegmatiklarda faollikni rivojlantirish uchun qulay sharoitlar yaratadi.

Xarakter xususiyatlarining paydo bo'lishi, uning tabiati, o'zgarishi mumkinligi yoki mumkin emasligi psixologlarning uzoq davom etib kelayotgan munozaralari mavzui bo'lib hisoblanadi.

Xarakter – ko'p jihatdan o'z-o'zini tarbiyalash natijasidir. Xarakterda kishining odatlari jamlanadi. Xarakter odamlar faoliyatida namoyon bo'ladi, shu bilan birga, u shu faoliyatda shakllanadi ham. Agar yigit yoki qiz o'zini - o'zi tanqid qilishni xarakterining xususiyati sifatida tarbiyalashga urinayotgan bo'lsa, ular o'zlariga tanqidiy nuqtai nazardan yondoshishlari kerak.

Mehnat va o'qish to'g'risida gapirmagan taqdirda ham kundalik turmush, oiladagi hayot sharoitlari insoniy xarakterlar maktabidir. Pedagoglar va ot-onalar oldida muntazam ravishda mas'uliyatli vazifa: bolalar xarakterida sezila boshlagan o'zgarishlarni o'z vaqtida sezish va ularni inobatga olgan xolda xulq-atvor va tarbiya sohasida o'z yo'lini amalga oshirish vazifasi turadi.

Shunday qilib, kishiga xarakter tabiatan berilmagan. O'zgartirib va qaytadan shakllantirib bo'lmaydigan xarakter bo'lmaydi. «Mening xarakterim shunaqa va men o'zimi Hech narsa qila olmayman» deb bahona qilish psixologik jihatdan mutlaqo asossizdir. Har qanday kishi ham o'z xarakterini

barcha ko'rinishlari uchun javobgardir, har bir kishi o'zini-o'zi tarbiyalash imkoniga egadir.

Xarakterni shakllanishi. Kishining xarakteri tug'ma, doimiy va o'zgarmaydigan narsa emas. Bola onadan mehnatsevar yoki dangasa, rostgo'y yoki munofiq, botir yoki qurqoq, 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 kilib, o'zgarib boradi.

Xarakterni taraqqiysi kishining irodasi, aql-idroki va xisseyotlarining taraqqiy kilib borishi bilan mustaxkam bog'liqdir. Shu sababli kishining irodasi, aql-idroki va his-tuyg'ularining taraqqiy qilib borishi va ularning tarbiyalanishi xaqida aytilgan fikrlarning hammasi kishi xarakterining rivojlanishiga ham tegishlidir.

Xarakterni shakllanishida ijtimoiy muhitning roli. Kishining butun hayoti davomida uning xarakteri tarkib topishiga ijtimoiy muhit, avvalo, shu kishi birga yashab va ishlab kelgan jamoa katta ta'sir ko'rsatadi.

Xarakterni shakllanishida tarbiyaning roli. Xarakterni o'sishida tarbiya va o'z-o'zini tarbiyalash asosiy va yetakchi rol uynaydi. O'sib kelayotgan yosh avlodning xarakteri avvalo oilada va maktabda tarbiyalanadi. Bolalarning xarakterini tarbiyalashda katta, mas'uliyatli vazifa ota-onalar, o'qituvchilar, bolalar bog'chalari tarbiyachilari zimmasiga tushadi.

Xarakterni shakllanishida jamoaning roli. Bola xarakterining tarkib topishida jamoaning tarbiyaviy roli nihoyat kattadir. Inson yakka, bir-biridan ajralgan xolda tanho yashay olmaydi. U muayyan bir jamoada, chunonchi, oilada, maktabda, sexda, bog'chada hayot kechiradi. Jamoa – shaxs bilan jamiyat o'rtasidagi bog'lovchi zvenodir. Odamning faoliyati – o'yin, o'qish va mehnati xuddi mana shu jamoada voqyea bo'ladi. Jamoa shaxsning eng yaqin konkret muhiti bo'lib qolmay, balki shaxsni tarbiyalaydi ham. Kishi xarakterining kerakli ijobiy xislatlari faqat jamoada tarbiyalanmog'i mumkin.

O'z xarakterini o'zi tarbiyalash. Kishi xarakteri o'z-o'zini tarbiyalashning ham maxsulidir. Shu sababli har bir kishi ma'lum yoshdan boshlab o'z xarakteri va uning ayrim sifatlari uchun javobgar hamdir. Shu bilan bir vaqtda kishi o'z xarakterida salbiy tomonlarni o'zi tan olishi, kamchiliklarni o'zi tarbiyalashi lozim. O'z xarakterini tarbiyalashda kishi avvalo yaxshi fazilatlarini, yaxshi idealini o'zida tarbiyalashi kerak.

Xarakterni shakllanishida namunaning roli. Yuksak axloqiy va irodaviy xislatlari bilan hammaga manzur bo'lgan kishilar namunasi xarakter tarbiyalashning muhim vositasi bo'lib hisoblanadi. Jamiyatimizda bolalarga namuna qilib ko'rsatish mumkin bo'lgan ajoyib insonlar juda kup. Ayniqsa, mustaqillikka erishganimizdan keyin o'zining ishbilarmonligi, tashabbuskorligi, xalq manfaati yo'lidagi fidokorligi bilan yoshlarga ibrat bo'ladigan kishilar tobora ko'payib bormoqda. Bunday kishilarni biz ulkan qurilishlarda, chet ellar bilan hamkorlikda qo'shma korxonalar ochganlar orasida, fan, texnika, san'at, adabiyot namoyandalari orasida ko'plab uchratishimiz mumkin.

3. Qobiliyat to'g'risida tushuncha. Qobiliyatning sifat va miqdor tavsifi.

Qobiliyatlar va yoshlarning kasb tanlash muammolari.

Xush, qobiliyatlar nima? Qobiliyatlar kishining shunday psixologik xususiyatlaridirki, bilim, ko'nikma, malakalar orttirish shu xususiyatlarga bog'liq bo'ladi, lekin shu xususiyatlarning o'zlari mazkur bilim, ko'nikma, malakalarga taalluqli bulmaydi. Qobiliyatlar bilim, ko'nikma, malakalarni egallashda namoyon bo'lsa ham, bilimlar va ko'nikmalarni egallash bilan bog'lanib qolmaydi. Qobiliyatlar va bilimlar, qobiliyatlar va malakalar, qobiliyatlar va ko'nikmalar aynan bir-biriga o'xshash narsa emas.

Malakalar ko'nikma va bilimlarga nisbatan kishining qobiliyatlari kandaydir imkoniyat sifatida namoyon bo'ladi. Tuproqqa tashlangan don ana shu dondan unib chiqishi mumkin bo'lgan boshqqa nisbatan atigi imkoniyat bo'lib hisoblangani singari kishining qobiliyati bu bilimlar va ko'nikmlarni egallash uchun imkoniyat hisooblanadi xolos.

Qobiliyatlar faqat faoliyatda, shunda ham faqat ana shu qobiliyatlarsiz amalga oshirilishi mumkin bo'lmagan faoliyatdagina namoyon bo'ladi.

Qobiliyatlar bilim, malaka va ko'nikmalarning o'zida ko'rinmaydi, balki ularni egallash dinamikasida namoyon bo'ladi, ya'ni, boshqacha qilib aytganda, mazkur faoliyat uchun muhim bo'lgan bilimlar va ko'nikmalarni egallash jarayoni turli teng sharoitlarda qanchalik tez, chuqur, oson va mustahkam amalga oshirilishida namoyon bo'ladi. Xuddi ana shu o'rinda yuzaga chiqadigan farqlar bizga qobiliyatlar xaqida gapirish xuquqini beradi.

Qobiliyatlarning tarkib topishi.

Garchi qobiliyatlarning rivoji har turli odamlarda mutloqo bir xil bo'lmagan tabiiy shart-sharoitlarga bog'liq bo'lsa ham, yuqorida ko'rib o'tilgan iste'dod nishonalari va qobiliyatlar o'rtasidagi nisbat, qobiliyatlar shunchaki tabiat in'omi emas, balki kishilik tarixining maxsuli ekanligini ko'rsatadi. Agar hayvonlarda oldingi avlod yutuqlarining keyingi avlodga o'tkazib berilishi asosan organizmning irsiy morfologik o'zgarishlari orqali amalga oshsa, insonda bu ijtimoiy-tarixiy yo'l bilan, ya'ni mehnat quroli, til, san'at asarlari va shu kabilar bilan amalga oshadi.

Kishi o'zida muayyan faoliyatga qobiliyat bor yoki yo'qligini sezish yoki sezmasligini bildiradigan omil ta'lim metodikasi hisoblanadi. Ta'lim metodikasi qayerda ojiz bo'lsa, o'sha yerda qobiliyatlarning tug'ma ekanligi haqidagi gaplar paydo bo'ladi. O'z-o'zidan ma'lumki, metodika doim takomillashib boradi, bu esa «tug'ma qobiliyatlar» doirasini torayib borishiga olib keladi.

Qobiliyatlar va iste'dodlarni shakllantirish muammosi katta ijtimoiy va davlat ahamiyatiga ega bo'lgan masaladir.

Inson qobiliyatlarini rivojlantirishning muhim omillari – barqaror maxsus qiziqishlardan iborat. Maxsus qiziqishlar – bu insoniyat faoliyatining qandaydir soha mazmuniga bo'lgan qiziqishlari bo'lib, bu qiziqishlar ana shu turdagi faoliyat bilan kasb tariqasida shug'ullanish moyilligiga o'sib ko'tariladi. Bilishga doir qiziqish bu o'rinda faoliyat usullari va uslublarini amaliy ravishda egallab olishni rag'batlantiradi.

Biror mehnat yoki o'quv faoliyatida qiziqishning paydo bo'lishi bu faoliyatga nisbatan qobiliyatlarning o'yg'onishi bilan chambarchas bog'liqligi va qobiliyatlarning rivojlanishi uchun dastlabki zamin sifatida xizmat qilishi qayd etilgan.

Mavzu yuzasidan test savollari:

1. Kishi psixik faoliyatining o'tish tezligini belgilovchi to'g'ma, biologik va nisbatan o'zgarmas, barqaror xususiyati psixologiyada qanday ataladi?

- A) xarakter
- B) mijoz
- C) qobiliyatlar
- D) xulq-atvor

2. Odamning o'ziga va boshqalarga, mehnatga, jamiyatga bo'lgan munosabatlarini belgilovchi barqaror bir-biri bilan bog'liq xususiyatlar majmuasi. SHaxs xususiyatlarining qaysi birini ifodalaydi?

- A) mijozini, B) xarakterini, C) qobiliyatlarini, D) xulq-atvorini

3. Xarakter mijoz xususiyatlaridan qaysi jihatlari bilan farq qiladi?

- A) deyarli farq qilmaydi
- B) xarakter xususiyatlari kishining yakka tartibdagi hayot faoliyatida shakllanadi
- C) xarakter irsiyatga bog'liq bo'lib, to'g'ma bo'ladi
- D) xarakter mijoz hayotda ijtimoiy muhitda namoyon bo'lishidir

4. Flegmatik bolalarga yakka tartibdagi nimani maqsad qilib qo'yish kerak?

- A) tashabbuskorlikka, mumkin qadar harakatchanlikka, faollikka odatlantirish
- B) o'ylab ish qilish, o'zini tuta bilish
- C) atrofdagi odamlar bilan yaxshi munosabatda bo'lish, sabrli bo'lishga o'rganish
- D) xushmuomala bo'lish, bosiqlik, o'zini tuta bilish

5. Kishi psixik faoliyatining dinamik (o'tish tezligini belgilovchi) to'g'ma, biologik va nisbatan o'zgarmas, barqaror xususiyati qanday ataladi?

- A) xarakter, B) qobiliyat, C) temperament, D) xulq-atvor

6. Odamning o'ziga va boshqalarga, mehnatga, jamiyatga bo'lgan munosabatlarini belgilovchi barqaror bir-biri bilan bog'liq xususiyatlar majmuasi nima?

- A) temperament, B) xarakter, C) qobiliyat, D) qiziqish

7. Xarakter temperament xususiyatlaridan qaysi jihatlari bilan farq qiladi?

- A) deyarli farq qilmaydi
- B) xarakter xususiyatlari kishining individual hayot faoliyatida shakllanadi
- C) xarakter irsiyatga bog'liq bo'lib, to'g'ma bo'ladi
- D) xarakter o'zgarmaydi

8. Qaysi javobda flegmatik bolalarga tasnif berilgan?

- A) Kuchli muvozanatlashgan, diqqati sekin-asta to'planadi inert harakat va nutq tempi sekin asta
- B) introvert faoliyatga sekin-asta kirishadi ishi sifatli
- C) Kuchli muvozanatlashgan hicsiyoti tez qo'zg'aladi va harakatchan

D) Kuchli muvozanatlashmagan inert psixik tempi tez senzitivligi kam

9. Qaysi javobda xolerik bolalarga xos xususiyatlar ifodalangan?

A) Kuchli, qo'zg'alishi tormozlanishga nisbatan tez, muvozanatlashmagan harakatchan*

B) kuchli muvozanatlashmagan inert diqqati qiyinlik bilan kuchadi, o'ziga ishonadi boshchilik qilishni yoqtiradi, yuzga chopar

C) Ovozi baland, harakatchan, gap so'zlari tartibli va tushunarli hissiyoti ifodasiz

D) Kuchli muvozanatlashgan, inert hissiyoti tez qo'zgaladi va ifodali

10. Javoblarning qay birida sangvinik bolalarga xos xususiyatlar ifodalangan?

A) mimikasi tetik va ifodali, harakatchan, yangi kishilar bilan engil chiqishib ketadi, qiziqish, kayfiyati o'zgaruvchan, xushchaqchaq

B) aktiv, xarakatchan, yuzga chopar, maqtalib turishni xush ko'radi, muvozanatlashgan

C) Kam harakat, ovoz toni past, muvozanatlashgan hissiyoti tez qo'zgaladi

D) Hissiyoti bilinar-bilinmas ifodaga ega, qiyofasi qayg'uli faoliyatda mustaqil, muvozanatlashmagan.

Tavsiya etiladigan adabiyotlar:

1. Karimov I. A. Barkamol avlod - O'zbekiston taraqqiyotining poydevori. - T., 1997
2. Andreeva G.M. Sotsialnaya psixologiya. Uchebnik - M., 1998
3. G'oziev E.G. Umumiy psixologiya. Toshkent. 2002.1-2 kitob.
4. G'oziev E.G. Toshimov R. Menejment psixologiyasi. T-2001
5. G'oziev E.G. Muomala psixologiyasi. T-2001.
6. Karimova V. va b.k. Mustaqil fikrlash.- T.: SHark, 2000
7. Kon I. S. Psixologiya ranney yunosti. - M., 1989
8. Mayers D. Sotsialnaya psixologiya. - SPb., 1997

10-MAVZU: TAFAKKUR VA HAYOL.

Aniqlashtirilgan o'quv maqsadlari. Talaba bu mavzuni to'la o'zlashtirgandan so'ng:

- Tafakkurning mohiyati va turlarini biladi;
- Fikrlash operatsiyalarini sanaydi;
- Hayol va uning ahamiyatini tushuntiradi;
- Hayol jarayonida "analitiko-sintetik faoliyat" tushunchasiga ta'rif beradi;
- Sinkveyn (ma'lumotlarni yig'ish) strategiyasini qo'llaydi.

Tayanch so'z va iboralar:

tafakkur, ijodiy tafakkur, amaliy tafakkur, mantiqiy tafakkur, induksiya, deduksiya, hukm, tushuncha, xulosa chiqarish, tafakkur sifatlari, hayol, tasavvur hayol, hayolning realligi, gallyusinasiya, giperbolizasiya, tipiklashtirish, aksentirovka, orzu, sxemashtirish, qiyoslash, analitik, sintetik.

Asosiy savollar:

1. Tafakkur haqida tushuncha. Fikrlash operatsiyalari.
2. Tafakkur turlari. Muammoli vaziyat va masala yechish.
3. Tafakkurning individual xususiyatlari.
4. Hayol to'g'risida tushuncha. Hayol va muammoli vaziyat.
5. Hayol turlari. Hayol jarayonida analitiko-sintetik faoliyat.

1. Tafakkur haqida tushuncha. Fikrlash operatsiyalar.

Tashqi olamdagi voqeyilikni sezgi, idrok va tassavur jarayonlari orqali bilish muhim ahamiyat kasb etadi, lekin o'rganilayotgan narsa va xodisalarni atroflicha chuqur aks ettirish uchun bular hali yetarli emas. Chunki ularning o'zaro munosabatlari, sifat va miqdor o'zgarishlari, murakkab ichki bog'lanishlari, o'zaro ta'sir etish xossalari bevosita kuzatish yoki xissiy obrazlar yordamida aniqlash imkoniyati yo'q.

Madomiki shunday ekan, subyektning bilish /anglash/ lozim bo'lgan obyekt bilan o'zaro ta'sirini bevosita aks ettirish yo'li orqali bo'laklarga ajratish imkoniyati cheklanganligi sababli xissiy bilish bosqichidan aqliy bosqichga, ya'ni tafakkurga o'tish zarurati tug'iladi. Fikr yuritish yordamida atrof – muhitni chuqurroq bilish, narsalar, voqeyalar va xodisalar o'rtasida mavjud bo'lgan o'zaro ichki munosabatlar, bog'lanishlarni aniqlash problematik tarzda namoyon bo'ladi. Inson oldida problema – muammo vujudga kelmas ekan, u holda tafakkur jarayoni xosil bo'lishi mumkin emas.

Shunday qilib, inson o'zining bilish faoliyatida voqeyilikning murakkab jihatlarini xissiy bosqich yordami bilan aks ettira olmay qolganda tafakkurga, fikr yuritishga murojaat qiladi.

Insonning bilish faoliyatida sezgi, idrok, tassavur obrazlari bilan tafakkur o'zaro uzliksiz ravishda bir – birini boyitib turadi. Ana shunga binoan bilish jarayonining xissiy va aqliy bosqichlari mavjuddir.

Tafakkur, sezgi va idrokdan farq qilib, bir nechta xususiyatga egadir. Uning birinchi xususiyati voqeyilikni umumlashgan holda aks ettirishdir.

Tafakkurning ikkinchi muhim xususiyati bog'lanishlarni bevosita aks ettirishdir. Bu xususiyat tufayli tabiat va jamiyatdagi turli xodisa va voqyealar o'rtasidagi bog'lanishlarni tushuntirish imkoniyatiga ega bo'lamiz.

Tafakkurning uchinchi xususiyati so'z /nutq/ orqali narsa va xodisalar o'rtasidagi murakkab munosabatlarni aks ettirishdan iboratdir. Insonning fikr yuritishi bir va undan ortiq so'zlar, tushunchalar vositasida ifodalanadi. Shuning uchun odam o'ylayotganda o'z fikrini aytayotgandek, gapirayotganda esa fikr yuritayotgandek tuyiladi.

Ergash G'oziyev o'zining «Tafakkur psixologiyasi» /Toshkent, «O'qituvchi» nashriyoti, 1990 yil/ kitobida tafakkurga quyidagicha ta'rif bergan. «Tafakkur atrof muhitdagi voqyelikni nutq yordami bilan bavoita, umumlashgan holda aks ettiruvchi psixik proses, sosial sababiy bog'lanishlarni anglashga, yangilik ochishga va prognoz qilishga yo'naltirilgan aqliy faoliyatdir». Bizningcha, ushbu ta'rifda tafakkurning eng muhim xususiyatlari va funksiyalari sanab o'tilgan.

Fikrlash operatsiyalari:

1. Analiz va sintez.
2. Taqqoslash.
3. Abstraksiyalash.
4. Umumlashtirish.
5. Konkretlashtirish.
6. Klassifikatsiyalash.
7. Sistemalashtirish.

Analiz – shunday bir tafakkur jarayoniki, uning yordami bilan biz narsa va xodisalarni fikran yoki amaliy ravishda bo'lib /ajratib/, ularning ayrim qismlari va xususiyatlarini tahlil qilamiz.

Sintez – shunday bir tafakkur jarayonidirki, biz narsa va xodisalarning analizda bo'lingan ayrim qismlari, bo'laklarini sintez yordami bilan fikran yoki amaliy ravishda birlashtirib, butun xolga keltiramiz.

Analiz va sintez o'zaro bevosita mustaxkam bog'langan yagona jarayonning ikki tomonidir. Agar narsa va xodisalar 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 jarayoniki, bu jarayon vositasi bilan obyektiv dunyodagi narsa va xodisalarning bir – biriga o'xshashligi yoki bir – biridan farqi aniqlanadi.

Abstraksiyalash shunday bir tafakkur jarayoniki, bu jarayon yordami bilan moddiy dunyodagi narsa va xodisalarning muhim xususiyatlarini farqlab olib, ana shu xususiyatlardan narsa va xodisalarning muhim bo'lmagan ikkinchi darajali xususiyatlarini fikran ajratib tashlaymiz.

Umumlashtirish deganda psixologiyada narsa va xodisalaridagi xossa, belgi, xususiyat, alomatlarini topish va shu umumiylik asosida ularni birlashtirish tushuniladi.

Umumiy, mavxum belgi va xususiyatlarni yakka, yolgiz obyektlarga tadbiq qilish konkretlashtirish deyiladi. Bundan tashqari, mavxum tushunchalarni konkret predmetlarga bog'lash ham konkretlashtirish bo'lib hisoblanadi.

Fanda narsa va xodisalarning tabiatini ifodalovchi muayyan belgi asosida qilingan fikr yuritishni **klassifikasiya** deb atash qabul qilingan.

Klassifikasiya qilishning yakuni sistemalashtirish bo'lib hisoblanadi. Sistemalashtirishga kutubxonadagi kitoblarning joylanishi misol bo'la oladi. Masalan, kutubxonada pedagogikaga oid adabiyotlar bir tomonda, psixologiyaga oidlari yana bir tomonda joylashgan bo'ladi. Sistemalashtirish inson ishini osonlashtiradi. Natijada kishi nimani qayerdan izlashni biladi. Turmushda har qadamda sistemalashtirishni ko'rishimiz mumkin.

Tafakkur shakllari. Tafakkur shakllariga hukm, tushuncha va xulosa chiqarish kiradi. Narsa va xodisalarning belgi va xususiyatlari xaqida tasdiqlab yoki inkor qilib aytilgan fikr **hukm** deb aytiladi. Masalan, bahorda daraxtlar barg yozadi.

Borlikdagi narsalar, xodisalar va voqyelikning miqdoriga, ularning biror hukmda aks etishi va aloqa hamda munosabatlariga qarab ular quyidagi turlarga bo'linadi:

1. Tasdiqlovchi yoki inkor qiluvchi hukm.
2. Yakka, jo'z'iy va umumiy hukm.
3. Shartli, ayiruvchi va qat'iy hukm.
4. Taxminiy hukm.

Narsa bilan belgining aloqasi aks etgan hukm **tasdiqlovchi** hukm deyiladi. Masalan, Alisher Navoiy buyuk o'zbek shoiri, mutafakkiri. Narsa bilan belgi o'rtasidagi bog'lanish yo'qligini ifodalovchi hukm inkor hukm deb ataladi. Masalan, O'zbekistonda paxta ekilmaydi. Samarqandda oliy maktablar yo'q kabi.

Yakka narsa haqidagi hukm **yakka** hukm deyiladi. Masalan, Toshkent – O'zbekistonning poytaxti. Agar hukmimiz bir guruh narsalarning ba'zilariga taaluqli bo'lsa uni **jo'z'iy** hukm deyiladi. Masalan, bugun ba'zi talabalar darsga kech qoldilar. Bordiyu bizning hukmimiz bir guruh narsalarning barchasiga taaluqli bo'lsa **umumiy** hukm deyiladi. Masalan, O'zbekiston fuqarolari tinchlik uchun kurashmoqdalar.

Xulosa chiqarish deb bir necha hukmlardan alohida hukm keltirib chiqarishga aytiladi. Masalan, Barcha sayyoralar harakat qiladi. Yer – sayyora. Demak, Yer ham harakat qiladi.

Xulosa chiqarish uch turli bo'ladi: induktiv, deduktiv va analogik. Induktiv xulosa chiqarish deb bir necha yakka hukmlardan umumiy hukm keltirib chiqarishga aytiladi. Masalan, Temir elektr tokini o'tkazadi. Mis elektr tokini o'tkazadi. Qo'rg'oshin elektr tokini o'tkazadi. Bo'lar metallardir. Demak, metallar elektr tokini o'tkazadi.

Deduktiv xulosa chiqarish deb umumiy hukmdan yakka yoki jo'z'iy hukm keltirib chiqarishga aytiladi. Masalan, Daraxtlar bahorda gullaydi. O'rik – daraxt. Demak, o'rik bahorda gullaydi. Analogik xulosa chiqarish deb predmetning o'xshash belgilariga qarab xulosa chiqarishga aytiladi. Tushuncha

narsa va xodisalarning umumiy va muhim belgilarini aks ettiruvchi fikrdir. Uy, ko'prik, koinot, daraxt kabilar tushunchalardir. Tushunchalar odatda konkret va abstrakt bo'ladi. Konkret tushunchalarga parta, doska, shkaf, mel, deraza kabilar kirsa, abstrakt tushunchalarga esa muxabbat, baxt, go'zallik, uzunlik, balandlik, kenglik, harakat kabilar kiradi.

Tushunchalar ko'lami jihatdan uch to'rga bo'linadi: yakka tushunchalar, umumiy tushunchalar va to'planma tushunchalar.

Yakka tushuncha deb yakka predmet yoki xodisa xaqidagi tushunchaga aytiladi. Masalan, Alisher Navoiy, Qo'qon, Sirdaryo, Sobir Rahimov kabilar. Umumiy tushuncha deb bir jinsda bo'lgan narsa va xodisalar to'plami haqida yaxlit fikr yuritishga aytiladi. Masalan, kitob, maktab, student, o'spirin, yulduz va boshqalar.

Tuplanma tushuncha deb bir xil narsalarning to'plamiga aytiladi. Masalan, kutubxona, paxtazor, yig'ilish kabilar.

Fikr yuritishda tushuncha bilan so'z o'zaro bog'langan holda namoyon bo'ladi. Bir tomondan, so'z yordamisiz tushuncha vujudga kelmaydi, ikkinchi tomondan so'z tushunchaning moddiy asosi va funksiyasini bajaradi. Tushunchalar bir yoki undan ortiq so'zlardan xosil bo'lishi mumkin.

2. Tafakkur turlari. Muammoli vaziyat va masala yechish.

Tafakkurning individual xususiyatlari, ya'ni sifatlari deganda uning mazmundorligi, mustaqilligi, epchilligi, samaradorligi, kengligi, tezligi, chuqurligi kabilarni tushunamiz.

Tafakkur quyidagi turlarga bo'linadi:

1. Ko'rgazmali – harakat tafakkur.
2. Ko'rgazmali – obrazli tafakkur.
3. Ixtiyorsiz va ixtiyoriy tafakkur.
4. Konkret va abstrakt tafakkur.
5. Ijodiy tafakkur.

Inson tomonidan bevosita idrok qilinayotgan predmetlar emas, balki tasavvur qilinayotgan obrazlar haqida fikr yuritish **ko'rgazmali – obrazli** tafakkur deyiladi.

Bog'cha yoshidagi bolalar ilmiy tushunchalarga ega bo'lmaganligi uchun bilish faoliyatida asosan ko'rgazmali – obrazlarga suyanib fikr yuritadilar, mulohaza bildiradilar, hukm chiqaradilar.

Ixtiyorsiz tafakkur deb mantiqiy tafakkur yordamida ko'p vaqtlar davomida hal qilinmagan aqliy vazifalarning to'satdan, kutilmaganda hal qilinib qolishi prosessiga aytiladi.

Ixtiyoriy tafakkur jarayoni mulohaza, muhokama, isbotlash, gipoteza qilish kabi shakllarda kamoyon bo'ladi. Matematika, fizika, ximiya, psixologiya va boshqa fanlardagi muammo va masalalarni yechish jarayonlari bunga yorqin misol bo'la oladi.

Abstrakt tafakkur narsalarning mohiyatini aks ettiruvchi va so'zlarda ifodalovchi tushunchalarga tayanib fikr yuritishdir.

Fikr yuritilishi lozim bo'lgan narsa va xodisalarni idrok va tasavvur qilish mumkin bo'lsa, bunday tafakkur **konkret** tafakkur deyiladi.

Nazariy tafakkur deb xodisalarni izoxlashga faraz qilishga qaratilgan tafakkur turiga aytiladi.

Voqyelikni o'zgartirish vositasi bilan real narsa va xodisalarni yaratishga yo'naltirilgan fikr yuritish amaliy tafakkur deyiladi. Amaliy tafakkur «Qanday qilib?», «Qaysi yo'l bilan?» kabi savollarga javob berish jarayonidir.

Ijodiy tafakkur murakkab bilish faoliyatidan biri bo'lib tadrijiy ravishda, izchil o'zaro bog'langan jarayonlardan tashkil topadi: dastavval savollar tug'iladi, vazifa aniqlanadi, masala yechish uchun savollarga javob qidiriladi. Ijodiy tafakkurning navbatdagi komponentlari quyidagicha aks ettiriladi: qo'yilgan savollarga javob izlash, masalani yechishga yordam beradigan yo'llar, usullar, vositalar, qoidalar va ko'nikmalarni kidirish, ularni tanlash va faoliyatga tadbqiq qilish va boshqalar.

3. Tafakkurning individual xususiyatlari.

Tafakkur muammodan, savoldan, taajjublanish, hayratga tushish yoki ziddiyatdan kelib chiqadi. Mazkur muammoli vaziyat shaxsni fikr yuritishga tortadi, uning faoliyatini noaniq muammoni hal qilishga undaydi.

Muammoli vaziyat o'z ichiga quyidagi muhim tomonlarni qamrab olishi mumkin, birinchidan, muammoning quyilishini inson tushunib yetishi, ikkinchidan, muammoni hal qilishga yordam beruvchi vosita, usul, yo'l, aqliy harakatlarni insonning o'zi izlab topishi va ularni ma'lum sistemaga solishi, uchinchidan, inson muammoni hal qilish uchun saralangan usullarni avvalgi usullardan ajratish, ya'ni ularning salbiy tomonlarini olib tashlab, qolganlaridan o'z o'rnida va to'g'ri foydalanishi, to'rtinchidan, inson muammo yechimining to'g'riligiga ishonch hosil qilishi uchun tanqidiy nuqtai nazardan tekshirib chiqishi kabilar.

Muammo hal qilingandan keyin uni tanqidiy nazardan tekshirib chiqish va to'g'ri ekanligiga ishonch hosil qilish faoliyati ham ijobiy xarakter kasb etadi. Shunday qilib, bir talay amallardan foydalanish tufayli muammo hal qilinadi: qo'yilgan muammoni bo'laklarga ajratib analiz qilish, muammoni yahlit holda tushuntirib berish, muammoni hal etish uchun vositalar qidirish, topgan vositalarni qo'llash, muammoni tanqidiy tekshirib chiqish, shuningdek, muammo yechimi to'g'risida mantiqiy xulosaga kelish kabilar.

4. Hayol va uning turlari. Hayol jarayonida analitiko-sintetik faoliyat.

Hayol tafakkur singari yuksak darajada rivojlangan bilish prosesslari jumlasidan bo'lib, u insonlargagina xos jarayondir. Hayol inson faoliyatining turli sohalarida muhim rol uynaydi. Chunki mehnatning natijasini aniq tasavvur qilmasdan turib kishi ishga kirishmaydi. Mehnatning bo'lajak natijasini hayol yordamida oldindan ko'ra bilish esa inson faoliyatining hayvonlar instinktiv harakatlaridan tub farqi bo'lib hisoblanadi. Har qanday mehnat jarayonida hayol faol ishtirok etadi. Hayol ayniqsa badiiy, ilmiy, adabiy, texnik, konsturktorlik faoliyatlari, umuman ijodiy faoliyatning eng muhim tomoni bo'lib hisoblanadi.

Hayolning psixik jarayon sifatidagi birinchi va asosiy vazifasi mehnatning bo'lajak natijasini (masalan, stolni tayyor holatda) oldindan ko'ra bilish bilan birga, uning oraliq maxsulotlarini (stulga kerakli barcha detallarni birin-ketin yasash) ham oldindan aniq tasavvur qila olishdan iboratdir. Bundan tashqari, hayolning vazifasi o'zimiz bevosita ko'rmagan, idrok qilmagan narsa va xodisalarning obrazlarini miyamizda gavdalandirishdan ham iboratdir.

Hayol deb biz ilgari idrok qilmagan, tajribamizda uchratmagan narsa va xodisalarning obrazlarini mavjud xotira tasavvurlari asosida miyamizda yaratishda ifodalanadigan faoliyatga aytiladi. Turmushning muayyan bir sharoiti, odamning bilish, amaliy, axloqiy, estetik va boshqa ehtiyojlari hayol jarayoniga sabab bo'ladi. Ma'lumki, kishilar o'tmishda tabiat berayotganiga qanoat qilmay, uni o'zgartirish, qayta qurish va undan ko'proq narsalarni undirib olish uchun hayol surganlar. Natijada hayollarida yangi-yangi mehnat qurollari obrazlarini yaratganlar, bu obrazlar asosida esa o'sha qurolning o'zini yasaganlar. Demak, dastlab hayol obrazlari tabiatni o'zgartirishga ehtiyoj sezish tufayli kishilarda paydo bo'lgan.

Tafakkur o'xshab hayol ham muammoli vaziyat, ya'ni ehtiyojlarni qondirish uchun yangi-yangi usullar qidirish jarayonida vujudga keladi. Boshqacha aytganda, ehtiyojni qondirish uchun ehtiyoj sezayotgan narsani aniq, ravshan tasavvur qilish lozim bo'ladi. Hayol jarayoni orqali borliqni aks ettirish aniq obrazlar shaklida, aniq tasavvurlar shaklida bo'lsa, tafakkur jarayoni orqali aks ettirish tushunchalar orqali bo'ladi. Ko'pincha biror ehtiyojni qondirish uchun qilinayotgan faoliyat jarayonida hayol va tafakkur barovar ishtirok etadi, ya'ni har bir harakat fikr yuritish orqali amalga oshirilishi bilan birga, harakat usullari yaqqol tasavvur qilib ham turiladi.

Yuqoridagilardan shunday xulosaga kelish mumkinki, hal qilinishi lozim bo'lgan narsa qanchalik noaniq, noravshan bo'lsa, hayolning roli shuncha ortadi yoki aksincha. Hayolning yana qimmatli tomoni shundaki, yetarli bilimga ega bo'lmasdan turib ham muammoli vaziyat paytlarida qaror qabul qilishi va uni bajarishga yo'l topishi mumkin. Tafakkurda esa chuqur bilimsiz muammoli masalalarni hal qilib bo'lmaydi.

Odatda turli sohalarga oid axborotlarning yetarli bo'lmagani kishini hayol surishga olib keladi. Agar u hamma narsani bilganda edi hayol surmas, faol ravishda hayol obrazlari yaratmas edi. Bizni o'rab olgan olamda o'rganilmagan narsalar qanchalik ko'p bo'lar ekan, hayol shunchalik inson uchun foydali bo'lib qolaveradi.

H a y o l t u r l a r i. Hayol yaratgan obrazlarining mazmuni jihatdan tasavvur hayol va ijodiy hayolga bo'linadi. Tasavvur hayol deb xozir yoki o'tmishda bo'lgan bo'lsada, lekin hali bizning tajribamizda uchramagan va biz idrok qilmagan narsa va xodisalar to'g'risida tasavvur va obrazlar yaratishdan iborat bo'lgan hayol turiga aytiladi.

O'quvchilar bilimlarni o'zlashtirishda tasavvur hayol obrazlaridan keng foydalanadilar. Chunki o'qituvchining tarix, geografiya, adabiyot materiallarini gapirib, tasvirlab berishi asosida o'quvchilar u narsalarning obrazlarini ko'z oldilariga keltiradilar va o'zlashtiradilar.

Ijodiy hayol deb bizning tajribamizda bo'lmagan va voqeyelikning o'zida ham uchramagan narsa va xodisalar haqida tasavvur va obrazlar yaratishdan iborat bo'lgan hayol turiga aytiladi. Ijodiy hayol tufayli san'at, adabiyot, texnika sohalarida yangiliklar yaratiladi. Chunki ijodiy hayol obrazlari tamoman yangi, original obrazlar bo'ladi.

Ijodiy hayolning o'ziga xos xususiyati shundaki, avvalo yaratilayotgan obraz haqiqatda yo'q, biron yangi obraz bo'ladi. So'ngra jamiyatning yoki shu kishining extiyojlari shu obrazning yaratilishiga kishini rag'batlantiradi. Ijodiy hayol so'zlarda va moddiy narsalarda gavdalantiriladi. Orzu va shirin hayol surishlar ijodiy hayolning alohida turlaridir.

Orzu ijodiy hayolning kelajakka qaratilgan faoliyatidir. Demak, u orqali istiqbol obrazlari yaratiladi.

Hayol o'zining paydo bo'lishiga ko'ra ixtiyorsiz va ixtiyoriy bo'ladi.

Ixtiyorsiz hayolda oldindan belgilangan maqsad bo'lmaydi, unda iroda faol ishtirok etmaydi, obrazlar o'z-o'zidan paydo bo'ladi.

Ixtiyorsiz hayol avvalo shu paytda qondirilmagan extiyoj tufayli hosil bo'ladi. Masalan, kishi chulu-biyobonda ketayotib qattiq chanqasa, uning ko'z oldiga vodaprovod, buloq, ariq suvlarining obrazi kelaveradi.

Shirin hayol surish va orzu ham ixtiyorsiz vujudga keladi. Kechasi uxlab yotgandagi tush kurish tufayli xilma-xil obrazlarning ko'z oldimizga kelishi ham ixtiyorsiz hayol materiallaridir.

Ixtiyoriy hayol surishda kishi oldiga qo'ygan maqsadi asosida hayol surib, ataylab obrazlar yaratadi. Masalan, yozuvchining yangi asar yaratishida surgan hayollari ixtiyoriy hayoldir. Umuman olganda, san'at asarlarining barchasi ixtiyoriy hayol natijasidir.

Ixtiyoriy hayol birovlarining turtkisi, topshirig'i bilan ham vujudga kelishi mumkin.

Hayol tasavvurlari xotira tasavvurlariga asoslangan holdagina paydo bo'ladi. Masalan, biz shu yerda suvlar, muzlar, sovuqlarni ko'rmaganimizda, ular haqida tasavvurga ega bo'lmaganimizda edi, shimoliy muz okeanini ham ko'z oldimizga keltira olmagan bo'lar edik.

Lekin hayol tasavvurlari xotira tasavvurlarining ko'z oldimizda gavdalanishidagina iborat emas, balki xotira tasavvurlari qayta ishlanib, mutlaqo yangi tasavvurlar vujudga keladi.

Hayolning sintez qiluvchi faoliyatining oddiy shakli agglyutinasiyadir. Agglyutinasiya ayrim elementlarni yoki bir necha buyumlarning qismlarini bitta obraz qilib qo'shish va shularning kombinasiyasidir.

Xotira tasavvurlarini kayta ishlab hayol obrazlari yaratishda narsalarni kattalashtirish yoki kichraytirish jarayonlari vujudga keladi. Masalan, ertaklarda ayrim kishilar hayol obrazlari tufayli bo'yi terakday, qorni bo'chkaday, beliga qirq gaz arqon yetmaydigan qilib tasvirlanadi.

Hayol natijasida buyumning faqat bir qismini kattalashtirish yoki kichraytirish aksentirovka deb aytiladi. Bu ko'proq karikatura asarlarida uchraydi.

Tip – individual obrazdir, ammo bu obrazda butun bir guruh, sinf, millat kishilarining eng xarakterli belgilari birga qo'shilib yaxlit aks ettiriladi.

Hayolning yana bir xarakterli xususiyati shundaki, u uzoq-uzoqlarga parvoz qila oladi. Hayol obrazlari orqali biz uzoq o'tmishga nazar tashlab, tarixiy voqyealarni, tarixiy shaxslarni ko'z oldimizga keltirishimiz yoki kelajakka nazar tashlab, o'z baxtli kelajagimizning obrazlari va ideallarini yaratishimiz mumkin.

Bu jarayonlarning hammasi nutqimiz va tafakkurimiz bilan birga bo'ladi. Shuning uchun hayol jarayonlarida nutq va tafakkur katta rol o'ynaydi.

Hayol obrazlarining vujudga kelishi – bu inson miyasi faoliyatining natijasidir. Hayol va boshqa barcha psixik jarayonlar katta yarim sharlar po'stining faoliyatidir.

Hayol kengligi, mazmundorligi, kuchi va realligi jihatdan kishilarda farq qiladi. Hayolning kengligi voqyelikning kishilar hayol faoliyati uchun obyekt bo'ladigan sohalari doirasi bilan belgilanadi. Alisher Navoiy, Hamza Hakimzodaning hayoli ana shunday keng hayolga misoldir. Masalan, Hamza adabiyotning turli sohalarida unumli ijod qila olgan. Chupon hayoti, paxtakorlar, bog'bonlar, ishchilar hayotidan asarlar yozadigan yozuvchilarni ham keng hayolli deb aytishimiz mumkin.

Hayolning mazmundorligi biror obyektga nisbatan hayolda tug'ilayotgan tasavvurlarning boyligi, xilma-xilligi va ma'nodorligi bilan belgilanadi. Hayolning kengligi ko'pincha mazmundorlik bilan bog'liq bo'lib, keng hayol mazmundor ham bo'ladi.

Hayol kuchli va kuchsiz bo'ladi. Uning kuchi idrok obrazlariga qanchalik yaqin turishiga qarab belgilanadi.

Hayol kuchi xissiyotga bog'liq bo'ladi. Kishining xissiyoti qanchalik kuchli, extirosli bo'lsa, hayol obrazlari ham shunchalik kuchli, yorqin va jonli bo'ladi.

Hayol obrazlari kishining umumiy holatiga ham bog'liq. Kishi kasal vaqtida hayol obrazlari kuchlirok, jonlirok bo'ladi. Natijada gallyusinasiya yuz beradi. Gallyusinasiya aslida kuchli hayol obrazlaridir.

Voqyelikni to'g'ri aks ettiradigan hayol real hayoldir, noto'g'ri aks ettiradigan hayol xom hayoldir.

Inson faoliyatining hamma turlarida: o'yinda, o'qishda, mehnatda, fan va ijodiyotda hayolning ahamiyati kattadir. Bolalikdagi o'yinlar – asosan, bolalar fantaziyasining namoyon bo'lishidir. Bolalarning ijodiy o'yinlarida ularning organizmi kamol topadi va mustahkamlanadi, aqli, irodasi, ma'naviy va estetik xislari o'sadi.

Hayolning bo'lishi insonning har qanday ishni ijodiy bajarishga yoki bu ishga ijodkorlik elementlarini kiritishga imkon beradi. Aks holda mehnatning har bir turi ilgari o'rganib olingan usullar va harakatlarni shunchaki takrorlash yo'li bilangina bajarilishi mumkin.

Ilmiy tadqiqotlarda ham hayol katta rol uynaydi. Chunki turli ilmiy gipotezalar hayol tufayli yaratiladi. Hayol bo'lmaganda edi qishloq xo'jaligida novatorlik, texnikada ixtirochilik va san'atda yangiliklar yaratish mumkin

bo'lmagan bo'lur edi. Albatta, real va ijodiy hayolgina inson faoliyatida ana shunday ijobiy rol o'ynaydi.

Mavzu yuzasidan test savollari:

1. Mustaqil va original tarzda yangi obrazlarni hosil qilish bu:

A) ixtiyoriy xayol, B) ixtiyorsiz xayol, C) ijodiy xayol, D) orzu

2. Tafakkur jarayonining o'ziga xos xususiyati tomonlarini aniqlang.

A) tafakkur voqelikni bevosita aks ettirish demakdir

B) tafakkur-sezgi – idrok - tasavvur

C) narsa va xodisalarning butunligicha aks ettirishdir

D) narsa va xodisalar o'rtasidagi aloqa hamda muhim bog'lanishlarni aks ettirishdir

3. Narsa va xodisalar o'rtasidagi o'xshashlik va tafovutni tafakkur operatsiyalaridan qaysisi orqali aniqlanadi?

A) sintez, B) mavhum, C) umumlashtirish, D) taqqoslash

4. Quyidagi hukmlardan qaysi biri tafakkurni to'g'ri ifodalaydi?

A) ongimizda mavjud bilimlarni birlashtirish asosida yangi obrazlar yaratish

B) voqelikni umumlashtirgan holda va vositali ravishda aks ettirilishi

C) voqelikni analiz va sintez qilish

D) bizga ta'sir etib turgan narsa va xodisalarning ongimizda aks ettirilishi

5. Tafakkur jarayonining o'ziga xos xususiyati tomonlarini aniqlang.

A) tafakkur voqelikni bevosita aks ettirish demakdir

B) tafakkur yangilikni izlash va ochish demakdir

C) narsa va xodisalar o'rtasidagi aloqa hamda muhim bog'lanishlarni aks ettirishdir

D) narsa va xodisalarni butunligicha aks ettirishdir

6. Tafakkur shakllarini aniqlang.

A) hukm, xulosa, tushuncha

B) mulohaza, muhokama, muammo

C) xulosa, fikr, gipoteza

D) hukm, umumlashtirish, taqqoslash

7. Xissiy bilish – bu:

A) fikrlarni muxokama kilib narsa va xodisalarni bilib olish;

B) fikrlarni amaliy faoliyatda aks ettirish;

C) vokeani nutk ishtirokida aks ettirish;

D) narsa va xodisalarni sezgi, idrok, tasavvurlarda aks ettirish.

8. Fikr yuritish jarayonlari – bu:

A) tushuncha, hukm; B) induksiya, deduksiya xulosalash; C) analogiya;

D) analiz, sintez, takkoslash, umumlashtirish.

9. Borlikni bevosita aks ettirish:

A) tasavvurlar orkali; B) idrok va tasavvurlar orkali; C) tushuncha, hukm, xulosa chikarish; D) takkoslash, analiz va sintez orkali buladi.

10. Tafakkur turlari – bu:

A) analiz, sintez, takkoslash; B) tushuncha, hukm, xulosa chikarish; C) konkret,

abstrakt, nazariy, amaliy
D) mustakillik, tankidiylik.

Tavsiya etiladigan adabiyotlar:

1. G'oziev E.G. Umumiy psixologiya. Toshkent. 2002.1-2 kitob.
2. Dyui D. Psixologiya i pedagogika myshleniya.- M., 1998
3. Karimova V.M. va b.k.lar Mustaqil fikrlash.- T.- SHark, 2000
4. Karimova V., Sunnatova R. Mustaqil fikrlash bo'yicha mashg'ulotlarni tashkil etish yuzasidan uslubiy qo'llanma.- T.: SHark, 2000
5. "Psixologiya" Uch.T-2. "Prospekt". Moskva - 2004.
6. Psixologiya i pedagogika. Pod redaksiyey A.A.Radugina. Izd. "Sentr" 2003
7. Gamilton. YA.S. "CHto takoe psixologiya". "Piter", 2002.
8. Anan'ev B.G. "CHelovek kak predmet poznaniya". "Piter", 2001.
9. Drujinina V. "Psixologiya ". Uchebnik. "Piter", 2003.
10. Burlachuk F. Psixodiagnostika. "Piter", 2002.
11. Ayzenk M. Psixologiya dlya nachinayuyix. "Piter", 2000.
12. Bolotova A.K, Makarova I.V. Prikladnaya Psixologiya: Uchebnik dlya vuzov.- M.Aspekt Press, 2002 – 383 s.
13. Nemov R.S. Prakticheskaya Psixologiya Poznanie sebya: Vliyanie na lyudey:Posobie dlya uch-sya-M:Gumanit. Izd.Sentr VLADOS, 2003.320 s.
14. Spravochnik po resheniyu krossvordov i skanvordov .- Rostov n\D: Vladis, 2002. – 640 s.

Mavzu yuzasidan internet tarmog'i bo'yicha veb-saytlar ro'yhati:

1. www.expert.psychology.ru
2. www.psycho.all.ru

11-MAVZU: EMOTSIYA VA IRODA PSIXOLOGIYASI

Aniqlashtirilgan o'quv maqsadlari. Talaba bu mavzuni to'la o'zlashtirgandan so'ng:

- Hissiyot va uning hosil bo'lish manbalarini biladi;
- Affekt va stress o'rtasidagi farqni tushuntiradi;
- Irodaviy harakatlar va irodaviy boshqarish tushunchasiga ta'rif beradi;

Tayanch so'z va iboralar:

Affekt, stress, maqsad, motiv, motivlar kurashi, iroda, iroda akti, irodaviy zo'r berish, qaror, qarorni ijro etish, ijroga baho berish, dadillik, qat'iyatlilik, matonatlilik, sabr-toqatlilik.

Asosiy savollar:

1. Emosional jarayonlarning umumiy xarakteristikasi.
2. Emosional holatlarning xilma-xilligi.
3. Iroda. Irodaviy harakatlar va irodaviy boshqarish. Irodani tarbiyalash

1. Emosional jarayonlarning umumiy xarakteristikasi.

His-tuyg'ular kishining o'z hayotida nimalar yuz berayotganiga, nimalarni bilib olayotganiga yoki nima bilan mashg'ul bo'layotganiga nisbatan o'zicha turli xil shaklda bildiradigan ichki munosabatidir. His-tuyg'ular o'zining kechishiga ko'ra o'zgarib turadigan psixik jarayondir.

His-tuyg'ularni boshdan kechirishning turli shakllari - Emotsiya, affekt, kayfiyat, kuchli hayajonlanish /stress/, ehtiros ko'rinishlariga ega bo'ladi. His-tuyg'ular shaxsning emosional sohasini tashkil etadi.

Kishida his-tuyg'ular uning ehtiyojlari qondirilishi jarayoni qanday kechayotganligi belgisi sifatida namoyon bo'ladi.

Barcha psixik jarayonlar kabi emosional holatlar, his-tuyg'ularning kechishi ham miya faoliyatining natijasi bo'lib hisoblanadi. Emotsiyaning paydo bo'lishi tashqi olamda ro'y beradigan o'zgarishlardan boshlanadi. Bu o'zgarishlar kishi hayoti va faoliyatining jonlanishiga yoki pasayishiga, bir xil ehtiyojlarning paydo bo'lishiga yoki yo'qolishiga, kishi organizmi ichida yuz beradigan jarayonlardagi o'zgarishlarga olib boradi. His-tuyg'ular kechishiga oid fiziologik jarayonlar ham murakkab shartsiz va shartli reflekslar bilan bog'liqdir.

2. Emosional holatlarning xilma-xilligi.

«Hissiyot» /«Emotsiya»/ va «his-tuyg'u» degan so'zlar ko'pincha sinonimlar sifatida qo'llaniladi. Torroq ma'noda olganda, bu qandaydir biroz doimiyrok his-tuyg'ularning bevosita va vaqtincha boshdan kechirilishdan iboratdir. «Emotsiya» so'zi ruhiy hayajonlanish, ruhiy xarakterlanish degan ma'noni beradi.

Emotsiyalar stenik va astenik turlarga bo'linadi. Stenik hislar kishining g'ayratlantirsa, astenik hislar esa uning faoliyatini susaytirib yuboradi.

Kishini tez cho'lgab oladigan va shiddat bilan o'tib ketadigan his-tuyg'u affekt /hissiy portlash/ deb aytiladi. Bu paytda kishi ong bilan ishlay olmaydi,

o'zini boshqara olmaydi, nazorat keskin susayib ketadi, iroda o'ziga buysunmaydi. Kayfiyatlar uncha kuchli bo'lmagan, lekin uzoq vaqt davom etadigan barqaror hisdir. Kayfiyat shodu-xurramlik yoki qayguli, tetiklik yoki lanjlik, hayajonli yoki mayuslik, jiddiy yoki yengiltaklik, jizzakilik yoki muloyimlik kabilar tarzida kechadi.

Stress – kuchli hissiy zo'riqishdan iborat jarayon. Hissiy zo'riqish xavf-xatar tug'ilgan, kishi xafa bo'lgan, uyalgan, tahlika ostida qolgan vaziyatlarda ro'y beradi.

Ehtiroslar deb kishi hatti-harakatlari yo'nalishini belgilaydigan, barqaror, chuqur va kuchli hislarga aytiladi. Masalan, rassomlikka, musiqaga ehtiros, bedana urishtirish kabilarga ehtiros.

His-tuyg'ular hayvonlarga ham xos. Lekin insonning his-tuyg'ulari o'z mazmuni va kechishiga ko'ra hayvonnikidan tubdan farq qiladi. Masalan, jirkanish, faxrlanish, hasad qilish, shodu-xurramlik, zerikish, hurmat qilish, burchni his etish kabilar faqat insonga xos bo'ladi.

Intellektual /aqliy/ his-tuyg'ularga bilishga qiziqish, ajablanish, shubhalanish, taajjublanish, ishonch kabi hislar kiradi. Bo'larning barchasi ijobiy xarakterga ega bo'lib kishini bilishga, o'rganishga, ishtiyoq bilan ishlashga undaydi.

Ma'naviy his-tuyg'ularga do'stlik-o'rtoqlik, Vatanga muhabbat, insonparvarlik, hamdardlik, sodiqlik, uyalish, mehnatni sevish kabi his-tuyg'ular kiradi. Bizning axloqiy yetukligimiz, tarbiyalanganligimiz ana shu hislar orqali belgilanadi.

Estetik his-tuyg'ularga bizning go'zal, chiroyli, yoqimli narsalardan zavqlanishimiz, shodlanishimiz, ho'zur qilishimiz, rohatlanishimiz kabilar kiradi. Bu hislarning manbai go'zal tabiat, san'at, adabiyot, chiroyli turmush kabilar bo'lishi mumkin.

Intellektual, ma'naviy, estetik tuyg'ularni faoliyat va muomala jarayonida boshdan kechiramiz. Sosial voqyelikka nisbatan butun hissiy munosabatlar boyligini ifodalagani uchun ularni yuksak his-tuyg'ular deb ham aytamiz.

3.Iroda. Irodaviy harakatlar va irodaviy boshqarish. Irodani tarbiyalash.

Iroda insongagina xos muhim xususiyat bo'lib, u shaxsning turli-tuman faoliyatlarida namoyon bo'ladi. Iroda inson faolligining muhim tomonini tashkil etadi.

Odam tevarak-atrofdagi olamni o'z sezgi, idroklari yordamida bilib, o'rganibgina qolmay, uni o'z ehtiyojlari, zaruriyatlariga moslab o'zgartiradi ham. U o'z aql-idroki yordamida zarur natijani qo'lga kiritish uchun qachon, qayerda va qanday kuch–g'ayrat sarf etish zarurligi, ish faoliyatini qanday tashkil etish kerakligini belgilaydi. Ko'p hollarda murakkab hatti-harakatlar natijasidagina tegishli yutuq qo'lga kiritiladi. Bunday harakat davomida obyektiv va subyektiv qiyinchiliklarni yengib o'tishga to'g'ri keladi.

Kuch-g'ayratni vujudga keltirish, qancha vaqt kuch-g'ayrat zarur bo'lsa, uni o'shancha vaqt saqlab turish uchun kishiga iroda kerak. Iroda kishi ongining

shunday bir sohasiki, bu orqali odam o'z ishiga faol kirishadi va uni muvofiqlashtirib boradi. Iroda tufayli kishi o'z shaxsiy tashabbusi bilan, ongli zaruratsdan kelib chiqqan holda, oldindan rejaga solingan yo'nalishda va oldindan nazarda tutilgan kuch-g'ayrat bilan tegishli ish harakatlarni bajarishi mumkin. Bundan tashqari, odam o'z psixik faoliyatini tegishli ravishda uyushtirish hamda uni muayyan bir mazmunga yo'naltirishi ham mumkin.

Odam o'zidagi emosional holatni sirtiga chiqarmaslikka, tashqi tomondan bilintirmaslikka harakat qilishi, goho tashqi tomondan mutlaqo buning aksi bo'lgan holatlarni ifoda etishi ham mumkin. Xullas, iroda, bir tomondan, odam hatti-harakatini yo'nalishga soladi yoki uni biror harakatdan saqlab qoladi, ikkinchi tomondan, mavjud vazifa va talablardan kelib chiqqan holda kishining psixik faoliyatini uyushtiradi.

Shaxs va irodaviy harakatlar. Odamning irodaviy harakatlari o'z oldiga qo'ygan maqsadlarini, turli-tuman yumushlarini shunchaki bajarishdangina iborat emas. Balki irodaviy harakat o'ziga xos xususiyatga egadir. Buning ma'nosi shuki, odam o'z oldida turgan va uning uchun juda katta ahamiyatga ega bo'lgan maqsadlarga o'zi uchun unchalik ahamiyatli bo'lmagan boshqa hatti-harakat motivlarini buysundiradi.

Iroda kishining o'z hatti-harakatlarini ongli ravishda boshqarishni, bir qator intilish va istaklarni tiyib turishni taqoza etadi. Irodaviy harakat shundan iboratki, bundan odam o'zini-o'zi idora qiladi, o'zini-o'zi qo'lga oladi, o'z his-tuyg'ularini nazorat qilib turadi va kerak bo'lib qolgan paytlarda ularni bosa oladi. Irodaning namoyon bo'lishi ish-harakatlarda ongning ishtirok qilishi bilan bog'liq bo'lgan shaxs faolligidir.

Irodaviy faoliyat shaxs tomonidan keng miqyosda anglangan va psixik jarayonlarni amalga oshirish xarakteri jihatidan irodaviy zo'r berishni talab qiladigan bir qator ishlarni taqoza qiladi.

Ko'pincha irodaviy faoliyat odamning hayot yo'lini aniqlaydigan, uning ijtimoiy qiyofasini ko'rsatadigan qarorlarga kelish bilan bog'lik bo'ladi. Bunda burch hissi, Vatan va xalq oldidagi burchini aniq anglash namoyon bo'ladi. Bo'larga misol qilib Ulug' Vatan urushi davridagi kishilarimizning qahramonliklarini ko'rsatishimiz mumkin.

Irodaviy harakatlarning nerv-fiziologik xususiyatlari.

Irodaviy faoliyat turli-tuman harakatlar natijasida amalga oshiriladi. Harakatlar esa suyak-muskul sistemasining faoliyati tufayli vujudga keladi. Ma'lumki, insonda turli harakatlarni vujudga keltiradigan 600 dan ortiq katta va kichik muskullar mavjuddir. Bu muskullarning harakati alohida-alohida, bir-biridan ajralgan holda emas, balki ularning birgalikdagi faoliyati tufayli hosil bo'ladi. Insonning istalgan bir harakatida bir guruh muskullar albatta ishtirok etadi. Bosh miya yarim sharlarida harakatlarni boshqaruvchi maxsus uchastka bor. Bu yerdan tanamizning barcha qismlariga nerv tolalari ketgan bo'ladi. Bu markaz teskari aloqa usulida ishlaydi va harakatlarimizni boshqarib, tartibga solib turadi. Bordi-yu harakat markazi ishdan chiqsa, odamning harakatlari ham bir-biri bilan uyg'unlashmaydi, izdan chiqadi, qilmoqchi bo'lgan ish-

harakatlarni odam to'g'ri bajara olmaydi. Buni spirtli ichimlik iste'mol qilgan kishi harakatida ko'rish mumkin.

Irodaning nerv-fiziologik mexanizimi sifatida bosh miya katta yarim sharlari po'stining shartli reflekslar hosil qilishdan iborat bo'lgan faoliyatini ham ko'rsatish mumkin.

Demak, irodaviy harakatlarning mexanizmini bosh miyadagi harakat markazi faoliyati, suyak-muscul sistemasi faoliyati, shartli reflekslar va ikkinchi signallar sistemasi tashkil etadi.

Iroda akti va uning to'zish.

Irodaviy harakatlarning dastlabki boshlang'ich nuqtasi harakat maqsadining vujudga kelishi va shu maqsadning o'rta qo'yilishidir.

Maqsad - kishining shu paytda kerakli va zarur deb topgan ish-harakatlarini tasavvur etishi demakdir.

Maqsadni tasavvur qilish odatda, shu maqsadga erishish, istak-orzuni amalga oshirish yo'lidagi intilishga bog'liq bo'ladi. Masalan, kishi qiyin ahvolga tushib qolsa, shu ahvoldan bir amallab qutilishini o'z oldiga maqsad qilib qo'yadi. Kishi shu vaziyatni ma'lum darajada o'zgartirish, bir nima barham berish, bir nima qo'shish va shu kabi maqsadlarni o'z oldiga maqsad qilib qo'yadi.

Hatti-harakatni maqsad qilib qo'yish kishining mehnat faoliyati, kasb-koriga bog'liq bo'lgan vazifalariga va turmushdagi burchlariga qarab belgilanadi. Kishi jamiyatda, jamoada tutgan o'rnini maqsad qo'yishga ta'sir etadigan muhim omil hisoblanadi.

Kishida kelib chiqadigan ehtiyojlar darrov yaqqol tasavvur qilinadigan maqsad tarzida hosil bo'la qolmaydi. Ko'ngilda kechayotgan ehtiyoj va intilishlar turli darajada anglanishi va turlicha tasavvur qilinishi mumkin.

Masalan, ehtiyoj va intilishlar ba'zan istak tarzida ko'ngildan kechadi. Istak shunday holatki, bunda odam o'ziga nimadir yetishmayotganini, nimanidir istayotganini his qilib turadi-yu, o'sha narsa nima ekanini yaxshi tasavvur qila olmaydi. Tilak intilishning shunday bosqichiki, bunda kishi harakat maqsadini anglab yetadi, lekin unga erishish yo'llari va vositalarini hali tushunib yetmaydi.

Ehtiyoj yana kuchayib boraveradi. Natijada intilishi maqsadlaridan tashqari, uning yo'l, usul va vositalari ham asta-sekin anglashilib boradi. Intilishning bunday to'la anglanilgan bosqichi hohish deb aytiladi.

Maqsadning va unga yetishish yo'llarining ma'qul va noma'qulligini belgilab beradigan hamma narsa ish-harakat motivlari deb aytiladi. Kishi nega boshqa bir maqsadni emas, balki xuddi shu maqsadni o'z oldiga qo'ymokda, shu maqsadga yetishmoq uchun boshqa yo'l va vositalar bilan emas, balki xuddi shu vositalar bilan ish ko'rishning sababi nima degan savolga javob motiv deb ataladi. Maqsadlarni, ularga erishish yo'llari va vositalarini tanlash jarayoni ba'zan ichki kurash xarakteriga ega bo'ladi. Bu kurashda turli kuch va jozibaga ega bo'lgan bir necha motiv maydonga chiqadi. Bu jarayon motivlar kurashi deb yuritiladi. Motivlar kurashi ko'pincha tafakkur bilan hissiyot o'rtasidagi kurashdan iborat bo'ladi. Bundan tashqari, bu burch hissi bilan unga

oid bo'lgan qandaydir boshqa shaxsiy his o'rtasidagi kurash tarzida ham namoyon bo'lishi mumkin.

Maqsadga erishish yo'llari va vositalarini tanlash jarayoni, rejalashtirish motivlar kurashi bilan bog'langan bo'lib, qarorga kelish bilan tugaydi. Qarorga kelish muayyan bir maqsadni va shu maqsadga erishish yo'lidagi harakat usullaridan birini tanlab olish demakdir. Tez qarorga kelish sur'ati bir qancha sabablarga, jumladan, ehtiyojga, hal qiluvchi motiv kuchiga, vaziyatga, hissiyotga, tafakkur va hayolning taraqqiyot darajasiga, kishining turmush tajribasi va bilimlariga, dunyoqarashi, temperament va xarakteriga, boshqa kishilarning maslahati, buyrug'i, takliflariga bog'liqdir. Bundan tashqari, maqsadning ahamiyatlilikiga, birorta qarorga keltiruvchi faoliyatning xarakteriga ham bog'liq bo'ladi.

Qat'iyat faqat tezlik bilan qarorga kelishdagina emas balki, qarorni tez va dadil bajarishda ham zohir bo'ladi. Tezlik bilan qarorga kelish va uni belgilangan muddatda bajarish – qat'iyatni namoyish qilish demakdir.

Qabul qilingan qaror mustahkam yoki bo'sh bo'lishi mumkin. Bir marta qabul qilinib, keyinchalik o'zgartirilmaydigan va ma'lum vaqt davomida albatta bajariladigan qaror qat'iy va mustahkam qaror deyiladi. Qaror qabul qilinsa-yu, keyin yo o'zgartirilsa, yoki boshqa yangi qaror bilan almashtirilsa, yoxud butunlay bekor qilinsa, bunday qaror bo'sh qaror deyiladi. Qat'iy va mustahkam qarorga kelish irodaning ijobiy xususiyatidir.

Qaror unga muvofiq keladigan choralar ko'rish va harakat qilish uchun qabul qilinadi. Qarordan harakatga o'tishni qarorni ijro etish deyiladi. Irodaning eng muhim va asosiy bosqichi qarorni ijro etishdir.

Odatda irodaviy harakatlar 2 xil: jismoniy va aqliy bo'ladi. Jismoniy harakatlarga har xil mehnat operasialari, o'yin va sport mashg'ulotlari va boshqalar kiradi. Aqliy harakatlarga esa masala yechish, yozma ishlar, dars tayyorlash, ilmiy tadqiqot ishlari olib borish kabilar kiradi Ko'p vaqt takrorlanib o'zlashib ketgan, ko'nikma va malakalarga aylangan harakatlar ham murakkab irodaviy harakatlardandir.

Qarorni ijro etish, odatda, ma'lum vaqt, muddat bilan bog'liq bo'ladi. Qaror kechikmasdan, belgilangan muddatda ijro etilsa, bu irodaning ijobiy sifatidan dalolat beradi.

Ammo qabul qilingan qaror hamisha bajarilavermaydi, ayrim hollarda esa o'z vaqtida bajarilmay qoladi. Ijrosi paysalga solinadigan yoki butunlay ijro etilmaydigan qarorlar niyatlar deb aytiladi.

Bir qator hollarda qarorga kelish boshqa kuchli ehtiyojlarning ta'sirini zaruriy tarzda yengish bilan bog'liq bo'lgan jiddiy xarakterdagi ichki zo'r berish bilan bog'liq bo'ladi. O'zidagi qarshiliklarni yengish bilan bog'liq bo'lgan bunday jarayon irodaviy zo'r berish deyiladi. Irodaviy zo'r berish ongning, avvalo nerv-muskul apparatining maxsus zo'rikishida ifodalanadi va organizmning tashqi o'zgarishlarida namoyon bo'ladi. Bundan tashqari, zo'r berish uchun yana kuch sarflashga ham to'g'ri keladi.

Irodaviy zo'r berish va irodaviy harakat maqsadga erishish yo'lida uchraydigan to'siqlarni yengishda namoyon bo'ladi. To'siqlar esa ikki xil: ichki va tashqi to'siqlar bo'lishi mumkin.

Irodaning navbatdagi bosqichi ijroga baho berish bo'lib hisoblanadi. Baho berish qilingan 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.

Demak, iroda insongagina xos noyob psixik jarayondir. U insonning ongli harakatlarida namoyon bo'ladi. Iroda tufayligina turli qarshiliklarni yengib o'z maqsadimizga erishamiz. Iroda juda murakkab to'zilishga egadir. U ko'plab harakat bosqichlarini o'z ichiga oladi.

Mavzu yuzasidan test savollari:

1. Qa'tiy maqsad asosida amalga oshirilgan va ayrim qiyinchiliklarni engish bilan bog'liq harakatlar bu:

A) tafakkur B) ijod C) iroda D) xayol

2. Har qanday irodaviy harakat nimadan boshlanadi?

A) maqsadsiz harakatdan B) ixtiyorsiz harakatlardan C) maqsadni belgilab anglashdan D) qurqoqlikni engishdan

3. Nihoyatda kuchli, qisqa muddatli va tez orada o'tib ketadigan emotsional holat bu:

A) xotira B) affekt C) stress D) ijobiy emotsiya

4. Quyidagi sifatlar orasida ijobiy irodaviy sifatlar guruhini ajrating.

A) dadillik, mustaqillik, jasurlik
B) og'ir tabiatlilik, xushchaqchaqlik, sadoqatlilik
C) tashabbuskorlik, jo'shqinlik, ehtiyotkorlik
D) epchillik, ishbilarmonlik

6. Layokat – bu:

A) shaxsning yakka xususiyati; B) layokat qobiliyatning shakllanishiga ta'sir kiladi C) qobiliyatning rivojlanishi tugma imkoniyat; D) tasavvurlar tuplami.

7. Istedod – bu:

A) kishining muayyan faoliyatga layokati; B) instinkt; C) kunikma, malaka, bilim; D) qobiliyatlarda namoyon buladigan tugma xususiyat.

1-Amaliy mashg'ulot mavzusi: Psixologiyaning predmeti, inson hayoti va faoliyatidagi ahamiyati va psixologiyaning amaliy o'rganish metodlari.

Reja:

1. Psixologiya so'zini eshitganingizda fikringizga qanday so'zlar, iboralar keladi. (Aqliy xujum) - 5 daqiqa

2. Psixologiyaning predmeti, inson hayoti va faoliyatidagi ahamiyati haqidagi fikrlar munozarasi (3x4 pedagogik texnologiya asosida) -25 daqiqa

3. Psixologiyaning tarmoqlari (Klaster pedagogik texnologiyasi asosida) –10 daqiqa
4. Psixologiyaning amaliy o'rganish metodlari. (Kichik guruhlarda ishlash metodi orqali) – 35 daqiqa
5. Darsga yakun yasash – 5 daqiqa

**Mashg'ulot uchun zaruriy uslubiy tavsiyalar va o'quv didaktik
tarqatma materiallar**

1. Psixologiya so'zini eshitganingizda fikringizga qanday so'zlar iboralar keladi. Bunda biz aqliy xujum usulini qo'llaymiz. Aqliy xujum - g'oyalarni generatsiya (ishlab chiqish) qilish metodidir. «Aqliy xujum» metodi biror muammoni yechishda talabalar tomonidan bildirilgan erkin fikr va mulohazalarni to'plab, ular orqali ma'lum bir yechimga kelinadigan eng samarali metoddir. Aqliy xujum metodining yozma va og'zaki shakllari mavjud. «Aqliy xujum» ishtirokchilari oldiga qo'yilgan muammo bo'yicha har qanday muloxaza va takliflarni bildirishlari mumkin. Aytilgan fikrlar yozib boriladi va ularning mualliflari o'z fikrlarini qaytadan xotirasida tiklash imkoniyatiga ega bo'ladi. Metod samarasi fikrlar xilma-xilligi bilan tavsiflandi va xujum davomida ular tanqid qilinmaydi, qaytadan ifodalanmaydi. Aqliy xujum tugagach, muhimlik jixatiga ko'ra eng yaxshi takliflar generatsiyalanadi va muammoni yechish uchun zarurlari tanlanadi.

2. Psixologiyaning predmeti, inson hayoti va faoliyatidagi ahamiyati haqidagi fikrlar munozarasini «3x4» pedagogik texnologiya asosida tashkil etish uchun guruh 4ta kichik guruhlariga bo'linadi. Har bir guruh uchun bir varaq qog'oz olinib, unga psixologiyaning predmeti, inson hayoti va faoliyatidagi ahamiyati haqidagi 3 tadan guruh fikrini yozishini hamda, bu fikrlar yozilgan qog'ozni (soat strelkasi yo'nalishi bo'yicha) keyingi guruhlariga o'zlash taklif etiladi. Keyingi guruh esa yana bu haqda uchta fikr bilan to'ldirishi va keyingi guruhga o'zlashi lozim. Shu tarzda davom etib, har bir qog'ozda 12 tadan fikrlar mujassam bo'lgach, guruxlar bu fikrlarni tahlil etib, guruxning bir umumlashtirilgan fikrini bildirishlari talab etiladi.

3. Klaster (tarmoqlash) pedagogik texnologiyasi asosida psixologiyaning tarmoqlari sanab o'tiladi. Bu pedagogik texnologiyada talabalarga bir varaq qog'oz olib uning o'rtasiga psixologiyaning tarmoqlari deb yozish va uning atrofiga tarmoqlarning nomlarini, so'ngra psixologiya tarmoqlarining kichik tarmoqchalarini yozish taklif etiladi. Ushbu pedagogik texnologiya o'tilgan mavzuni mustahkamlash, yaxshi o'zlashtirish va mavzu bo'yicha tassavvurlarini chizma shaklida ifodalashga undaydi.

4. Psixologiyaning amaliy o'rganish metodlari. Kichik guruhlarda ishlash uchun guruh 5 ta kichik guruhga bo'linadi va ularga quyidagi tarqatma materiallar berilib, ushbu masalalar bo'yicha taqdimotlar tayyorlash topshiriladi.

Barcha guruhlar uchun tarqatma material.

Psixologiyaning asosiy metodlari

ASOSIY METODLAR	Asosiy metodlarning variantlari
KUZATISH METODI	Tashqi (obyektiv kuzatish) Ichki (subyektiv, o'z-o'zini kuzatish) Erkin kuzatuv Standartlashtirilgan Guruh ichida kuzatish Guruh tashqarisida kuzatish
SO'ROV METODLARI	Og'zaki so'rov Yozma so'rov Erkin so'rov (suhbat) Standartlashtirilgan so'rov Sosiometrik so'rov
TESTLAR METODI	Test – so'rov Test - topshiriq Proyektiv test
EKSPERIMENT	Tabiiy. Laboratoriya. Shakllantiruvchi
MODELLASH TIRISH	Matematik modellashtirish Mantiqiy modellashtirish Texnik modellashtirish Kibernetik modellashtirish

Jadvalda keltirilgan metodlar yordamida tadqiqotchi yoki qiziqqan shaxs u yoki bu psixik jarayon, holat yoki shaxs xususiyatlari to'g'risida birlamchi ma'lumotlar to'playdi, to'plangan ma'lumot yana tahlil qilinadi va maxsus tarzda ishlatilishi mumkin.

1 – guruh uchun tarqatma material.

Kuzatish metodi Kuzatish kuzatish metodi eng sodda, odam xulq atvorining ko'rinadigan, faoliyatda namoyon bo'ladigan tomonlarini o'rganish uchun qo'llaniladigan uslubdir. O'z-o'zini kuzatish esa odam o'zida kechayotgan biror o'zgarish yoki xodisani o'zi o'rganish maqsadida ma'lumotlar to'plash va qayd etish usulidir.

Kuzatish psixologik o'rganish uslubi sifatida oddiy kundalik hayotdagi kuzatishdan quyidagi xususiyatlari bilan farq qiladi:

Maqsadga yo'nalganligi. Kuzatish psixologik o'rganish uslubi sifatida qo'llanilganida, nima uchun ya'ni qanday maqsadda kuzatilayotganligi aniq bo'lishi va o'quvchini umuman kuzatish emas, balki uning ma'lum bir shaxs xususiyatining (masalan, temperamentning) har xil vaziyatlarda yoki faoliyatda namoyon bo'lishini kuzatish zarur.

Oldinda rejalashtirilganligi. Kuzatishni boshlashdan oldin kuzatish vazifalarini (ya'ni nimani kuzatmoqchisiz) aniqlab kuzatish rejasi tuziladi. Bu rejada kuzatish rejasi, vositalari, kuzatishda hisobga olinadigan ko'rsatgichlar,

uchrashishi mumkin bo'lgan qiyinchiliklar va ularning oldini olish masalalari o'z aksini topishi lozim.

Kuzatish o'quvchilar uchun tabiiy sharoitda olib borilishi lozim.

Obyektivligi. Kuzatish jarayonida o'qituvchi o'zining taxminlariga asoslanmasligi, o'ziga ko'rishini xoxlagan narsa yoki xususiyatlarni izlamasligi, balki faqat obyektiv faktlarini, o'quvchilarni haqiqiy namoyon bo'layotgan harakatlarini hisobga olish va shu faktlar natijasida ma'lum xulosalar qilishi lozim. Kuzatuvchilar soni 3-4 kishi bo'lsa, kuzatish natijalarining obyektivligi ortadi.

Kuzatish natijalarini yozish kog'ozining mavjudligi kuzatish jarayonida olingan natijalar, albatta, kuzatish jarayonida yoki darhol undan keyin yozib borilishi lozim. Yozuvlar muayyan tartibda (ma'lum vaqt o'lchami bo'yicha) olib boriladi. Qulaylik uchun odatda kuzatish sxemalari va jadvallaridan foydalaniladi.

Kuzatish uslublarining afzalligi shundan iboratki, kuzatish tabiiy sharoitda o'tkaziladi, u sodda maxsus apparatura va asbob uskunalar talab qilmaydi. Bu usulning kamchiligi – uzoq vaqt va anchagina mehnat talab qilishidir.

Erkin kuzatuv ko'pincha biror ijtimoiy hodisa yoki jarayonni o'rganish maqsad qilib qo'yilganda qo'llaniladi. Masalan, bayram arafasida aholining kayfiyatini bilish maqsadida kuzatuv tashkil qilinsa, oldindan maxsus reja yoki dastur bo'lmaydi, kuzatuv obyekti ham qat'iy bo'lishi shart emas. Yoki dars jarayonida bolalarning u yoki bu mavzu yuzasidan umumiy munosabatlarini bilish uchun ham ba'zan erkin kuzatish tashkil etilishi mumkin. Standartlashtirilgan kuzatuv esa, buning aksi bo'lib, nimani, qachon, kim va kimni kuzatish qat'iy belgilab olinadi va maxsus dastur doirasidan chiqmasdan, kuzatuv olib boriladi.

Ijtimoiy hamda pedagogik psixologiyada guruhij jarayonlarning shaxs xulq-atvoriga ta'sirini o'rganish maqsadida bevosita ichkaridan kuzatuv tashkil qilinadi, bunda kuzatuvchi shaxs o'sha guruh yoki oila hayotiga tabiiy ravishda qo'shiladi va zimdan kuzatish ishlarini olib boradi.

Umuman, kuzatish metodining ijtimoiy hayot, professional ko'rsatkichlarni qayd qilishda so'zsiz afzalliklari bor, lekin shu bilan birga kuzatuvchining professional mahorati, kuzatuvchanligi, sabr-qanoatiga bog'liq bo'lgan jihatlar, yana to'plangan ma'lumotlarni subyektiv ravishda taxlil qilish xavfi bo'lgani uchun ham biroz noqulayliklari ham bor, shuning uchun ham u boshqa metodlar bilan birgalikda ishlatiladi.

2 – guruh uchun tarqatma material.

So'rov metodi. Bu uslubning ikki turi mavjud. 1. Intervyu (suhbat) ya'ni sinaluvchi bilan yuzma-yuz savol-javob qilish orkali utkaziladi. Intervyu - bu bevosita, erkin fikr almashinuvi sharoitida o'zaro fikr almashinuviga qaratilgan muloqotdir. Chunki suhbatdan farqli o'laroq intervyu aniq muammo doirasida, qat'iy bir yo'nalishda olib boriladi. Intervyu oluvchi suhbatdoshga nisbatan neytral mavqyeda bo'lib, uning fikrlashiga xalaqit bermasligi, ayniqsa, unga taz'iy qo'yish lozim. Intervyu jarayonining samarali kechishi uchun

suhbatdoshda o'ziga nisbatan ijobiy munosabat shakllantirib, birinchi so'zlarni aniq, ravon, ifodali bayon qilish muhimdir.

Intervyu o'tkazishga odam maxsus ravishda tayyorgarlik ko'rishi kerak, chunki u odamdan qator muhim sifatlarning bo'lishini talab qiladi. Shuning uchun ham psixodiagnostikada «rolli o'yinlar» metodi yordamida psixodiagnost yoki amaliy psixolog maxsus tayyorgarlik kursidan o'tadilar.

Suhbat o'rganish uslubi sifatida qo'llanilganda oldindan suhbat maqsadi va asosiy savollar mazmunini aniqlab olish zarur. Suhbat davomida o'zaro samimiyligni ta'minlab, o'quvchini ochiq suhbatga tortaolish orqali uning ichki dunyosi, oiladagi muhit to'g'risida, o'quvchining qiziqishlari va qadriyatlari xaqida qimmatli ma'lumotlar olish mumkin.

2. Anketa metodi. Ma'lum qoidalar asosida tuzilgan savollar to'plami anketa deb ataladi. Mana shunday ma'lum mantiqiy bog'lanishga ega savollar tizimi orqali kishilarning fikr, mulohazalarini, munosabatlarini, qiziqish va kadriyatlarini o'rganish anketa o'tkazish usuli deyiladi.

Anketalar o'z ichiga olgan savollar mazmuni, vazifasi va shaklidan qarang har xil bo'lishi mumkin.

Anketadagi savollar mazmun jihatidan faktlarga («Bo'sh vaqtlardagi mashg'ulotlarni», «Oilaning va yashash sharoitining haqida»). Atrofdagi odamlar ularning fikrlari va xodisalarga («Nima uchun, sening fikringcha, ko'pchilik o'quvchilar bor kuchini o'qishga sarflamayaptilar?») qiziqish va niyatlariga («Qanday kasb egasi bo'lishni xoxlaysan?») taaluqli bo'lishi mumkin.

Savollar yo'naltiruvchi, aniqlovchi va sinaluvchi rostgo'yligini nazorat qiluvchi vazifalarini bajarish mumkin.

Savollar shakli jihatidan ikki xil bo'lishi mumkin.

«Ochiq» savollar ya'ni anketadagi savollarga javoblarning variantlari bo'lmaydi, sinaluvchi savollarga erkin shaklda javob berishi mumkin; 2. «Yopiq» savollar ya'ni savollarga mumkin bo'lgan javob variantlari tayyor holda berilgan bo'ladi. (ha, yo'q, bilmayman va shu kabi boshqa javob variantlari). Sinaluvchi shu javoblardan birini tanlashlari zarur.

Anketa savollari quyidagi talablarga javob berishlari lozim:

«Yopiq» savollar faqat bir xil ma'nodagi javoblarga mos bo'lishi (ha, yo'q, bilmayman) yoki barcha mumkin bo'lgan javob variantlarini ko'zda tutishi kerak;

O'zining xususiyatini va xulq-atvorini axloqiy yoki ijtimoiy baholashni talab qiladigan savollar berish maqsadga muvofiq emas. Masalan: «Siz. O'zingizni o'ziga juda ishonadigan yoki o'ziga ishonmaydigan kishi deb hisoblaysizmi? Bu savolni boshqacharoq tuzish mumkin. Masalan «Qiyin vaziyatni boshingizdan kechirgandan keyin, biror narsani shunday qilishim kerak edi, lekin kilmadim deb ko'p uylaysizmi?»

Savollar qisqa, aniq, mazmun yorqin, o'quvchilar uchun tushunarli bo'lishi zarur.

O'quvchining bir psixologik xususiyatini aniqlash uchun bir nechta savollar kiritilishi kerak. Chunki ular sinaluvchining savollariga samimiy (rost) javob berishini nazorat qilish imkoniyatini tug'diradi.

Anketaning boshlanishida yengil, oson savollar, keyin asosiy va qiyin savollar o'rtasida, yakunlovchi qismida sosial, demografik (yoshi, jinsi, sinf,

millati va boshqa) xususiyatlarini aniqlovchi asosan murakkab bo'lmagan savollar joylashtirilsa maqsadga muvofiq bo'ladi.

Anketa metodining afzallik tomonlari ko'p. Bu uslub orqali bir vaqtning o'zida ko'p kishini o'rganish mumkin. Qisqa vaqt ichida ma'lumot olish va olingan ma'lumotlarni yengil va mazmun jihatidan qayta ishlash imkoniyati mavjud. Shuning bilan birgalikda anketa orqali o'quvchi shaxsini barcha tomonlarini chuqur o'rganish qiyin. O'quvchilar yoki yuqori ma'suliyat bilan javob bermasligi mumkinligini ham hisobga olish zarur.

3 – guruh uchun tarqatma material.

Test metodi. Test (ingliz tilidan olingan bo'lib sinash, tekshirish degan ma'noni bildiradi) standartlashgan sinash topshiriqlari savollari to'plami orqali psixologik xususiyatlar rivojlanishi yoki namoyon bo'lishini miqdori darajalarini aniqlash vositasidir. Bu uslub vositasida kishilarning aqliy rivojlanish darajasini, layoqat va qobiliyat rivojlanganlik darajasini, psixik holatlarini (masalan, charchoqlik, faollik), shaxsning o'z-o'ziga bahosi, emosional turg'unlik, intilish darajasi, temperamenti va shu kabi individual-psixologik xususiyatlarini kasbga layoqati, bilim, malaka, ko'nikmalarning shakllanganlik darajalarini aniqlash mumkin.

Test metodini qo'llashda testlarning puxta va mukammal tuzilganligiga alohida e'tibor berish lozim. Chunki har qanday savollar va topshiriqlar to'plami ham test emas. Haqiqiy test ilmiy asoslangan o'lchash vositasi sifatida tuzilish jihatidan ma'lum ilmiy uslubiy qoidalarga bo'ysungan ishonchlilik hamda yaroqlilik talablariga javob berishi lozim.

Testlar oxirgi paytda hayotimizga dadil kirib kelgan tekshiruv usullari sirasiga kiradi. Ular yordamida biror o'rganilayotgan xodisa xususida ham sifat, ham miqdor xarakteristikalarini olish, ularni ko'pchilikda qayta-qayta sinash va ma'lumotlarni korrelyasion analiz orqali ishonchlilikka tekshirish mumkin bo'ladi. Ayni testga qo'yilgan talab hech qachon o'zgarmaydi, hattoki, shunday testlar borki, ular turli millat va elat vakillarida, turli davrlarda ham o'zgarmagan holda ishlatilaveradi. Masalan, Ravenning aqliy intellektni o'lchash, Kettelning va Ayzenkning shaxs testlari shular jumlasidandir.

Testlar ichida **proyektiv testlar** deb nomlanuvchi testlar ham borki, testning asl maqsadi tekshiriluvchiga sir bo'ladi. Ya'ni shunday topshiriq beriladiki, tekshiriluvchi topshiriqni bajarayotib, nimani aniqlashi mumkinligini bilmaydi. Masalan, mashhur Rorshaxning «siyoh dog'lari» testi, yoki TAT (tematik appersepshion test), tugallanmagan hikoyalar kabi testlarda bir narsaning proyeksiyasidan go'yoki ikkinchi bir narsaning mohiyati aniqlanadi. O'sha 1921 yilda kashf etilgan «siyoh dog'lari» va ularga qarab tekshiriluvchining nimalarni eslayotganligi, dog'lar nimalarga o'xshayotganligiga qarab, uning shaxs sifatidagi yo'nalishlari, hayotiy tamoyillari, qadriyatlariga munosabati, ishni bajarish paytidagi emosional holatlari aniqlanadi. Bu testlar juda noyob, qimmatli, lekin uni faqat professional psixologgina qo'llashi va natijalarni mohirona tahlil qilishi talab qilinadi.

4 – guruh uchun tarqatma material.

Eksperiment metodi. Psixologiya fanining asosiy metodalaridan biri bo'lib, ma'lum ilmiy va pedagogik taxminlarni tajriba asosida tekshirib ko'rish uchun o'tkaziladi. Psixologik eksperiment tadqiqotchining o'rganilayotgan faoliyat yoki sinash vaziyatiga faol aralashuvi mumkinligini nazarda tutadi. Tadqiqotchi psixologik fakt aniq namoyon bo'lishiga, uning eksperimentchi xoxlagan yo'nalish bo'yicha o'zgartirilishiga, har jihatdan tadqiq qilish uchun bir necha marta takrorlanishiga imkon beradigan shart sharoit yaratadi.

Eksperiment metodining uchta turi mavjud: Laboratoriya tabiiy va shakllantiruvchi (pedagogik) eksperiment. Shulardan keyingi ikkitasi o'qituvchilar tomonidan keng qo'llanilishi mumkin. Laboratoriya eksperimenti sun'iy sharoitda, maxsus asbob-uskunalar yordamida o'tkazilsa, tabiiy eksperiment o'quvchilar uchun tabiiy bo'lgan o'yin, o'qish, mehnat vaziyatlarida o'tkaziladi va o'quvchilar o'zlarining ustida sinash o'tkazilayotganligini bilishmaydi.

Uzoq muddatga esda qoldirish samaradorligi o'quvchilarga beriladigan ko'rsatmaga bog'liqligini tadqiq qilish tabiiy eksperimentga misol bo'la oladi.

O'quvchilardan bir guruhiga 15 tadan iborat tasodifiy so'zlar yoki sonlar qatori yodlash uchun taqdim qilinadi. Bu o'quvchilarga ushbu material ertaga so'ralishi to'g'risida ko'rsatma beriladi. Boshqa bir guruhda shu so'zlar yoki sonlar qatorini yodlash so'raladi. Lekin bu o'quvchilar guruhiga material qanday yodlanganligini bir xaftadan keyin tekshirilish to'g'risida ko'rsatma beriladi. Haqiqatda esa har ikkala guruh o'quvchilaridan esda olib qolingan material ikki xaftadan keyin so'raladi.

Tajriba natijalari solishtirib tabiiy eksperiment orqali o'quvchilarga eslab qolish uchun beriladigan ko'rsatma mazmuning ahamiyati haqida xulosaga kelinadi.

Shakllantiruvchi (pedagogik) eksperiment ma'lum bir shaxs xususiyatini shakllantirishga yoki o'zgartirishga yo'nalgan bo'ladi. Bunday eksperimentga A.I.Lipkina tomonidan qo'llanilgan metodni misol sifatida keltirish mumkin. Ba'zan o'quvchining yaxshi o'zlashtirmasligining sababi, o'quvchi o'zini o'qishga nisbattan qobiliyatini past baholash mumkin. Bunday o'quvchilar «Men bari bir yaxshi o'qiy olmayman» deb yaxshi o'qishga harakat qilmaydi. Ularning o'zlashtirish darajasini yaxshilash uchun o'zlariga bergan bahosini o'zgartirish lozim. Shu maqsadda, ya'ni o'z-o'ziga bergan bahosining darajasini oshirish uchun o'qituvchi quyidagicha pedagogik tadbir qo'llashi lozim. O'qituvchi bunday o'quvchidan quyi sinfdan bir nechta «qoloq» o'zlashtirishi past o'quvchilarga «O'qituvchilik» qilishni iltimos qiladi.

O'qituvchi quyi sinflarga o'tiladigan materialni o'quvchi bilishini, takrorlasa yanada yaxshi tushunib olishi mumkinligini uqtirib, har bir darsdan oldin o'zlashtirishda qiynalayotgan bolalarga qanday dars berish to'g'risida kerakli ko'rsatmatlar berib boradi. Har bir darsdan keyin o'quvchining muvaffaqiyat va yutuqlarini ko'rsatib maqtaydi hamda minatdorchilik bildirib boradi.

O'zlashtirishda qiynalayotgan quyi sinf o'quvchilar bilan muntazam mashg'ulotlar jarayonida «O'qituvchi» rolini bajarayotgan o'quvchi asta-sekin oldingi o'quv materialini o'zlashtirish bilan birga, o'zining yangi o'quv

materiallarini o'zlashtira olish qobiliyatiga ishonch shakllana boradi. Natijada o'qish qobiliyatiga nisbatan o'z-o'ziga bergan bahosining darajasi orta boradi.⁷

Eksperiment metodining avzalligi shundaki bu uslub orqali nafaqat psixologik faktlarni tushuntirish, balki sabablarini, mexanizm va qonuniyatlarini tajriba asosida aniqlash, mavjud taxminlarning to'g'ri yoki noto'g'riligini tasdiqlash, yangi ta'lim tarbiya shakllarining, uslublarining samaradorligini sinab ko'rish mumkin.

5– guruh uchun tarqatma material.

Modellashtirish metodi kuzatish, so'roq, eksperiment yoki boshqa usullar yordamida o'rganilayotgan xodisaning tub mohiyati ochilmagan sharoitlarda qo'llaniladi. Bunda o'sha xodisaning umumiy xossasi yoki asosiy parametrlari modellashtirilib, o'sha model asosida tadqiqotchini qiziqtirgan jihat o'rganiladi va xulosalar chiqariladi.

Modellar texnik, mantiqiy, matematik yoki kibernetik bo'lishi mumkin. Matematik model asosida o'rganilgan xodisaga mashhur tadqiqotchilar Veber-Fexnerlarning sezgirlikning quyi va yuqori chegarasini aniqlashga qaratilgan matematik formulasi va shu asosda to'plangan ma'lumotlar taxlilini misol qilish mumkin. Mantiqiy modellar yordamida ko'pincha inson aqli va tafakkuri jarayonlari va qonunlarini hisoblash mashinalari ish prinsiplari bilan qiyoslash orqali tuzilgan g'oyalar va simvollar ishlatiladi. Kibernetik modellashtirishda esa g'oyalar psixologiyasini EHM dagi matematik programmashtirish tamoyillariga moslashtirish nazarda tutiladi. Hozir ko'pgina murakkab shaxs xususiyatlari ham programmashtirilgan bo'lib, ular algoritmlar asosda qisqa fursatda ko'pgina sifatlarni ko'plab parametrlar nuqtai nazaridan hisoblab natijalarni umumlashtirishga imkon bermoqda. Ko'pincha matematik o'yinlar g'oyasi odamlar o'rtasidagi o'zaro munosabatlar sohasini o'rganishda ham qo'llanilmoqda. Ma'lum bo'lishicha, odamning fikrlash operatsiyalari bilan EHM larning ishlash prinsiplari o'rtasida ma'lum uyg'unlik bor ekan, bu esa murakkab psixik jarayonlarni modellashtirish orqali inson aqlu-zakovati chegarasini yanada kengaytirish istiqbolini beradi.

Faoliyat mahsulotlarini o'rganish metodi. O'quvchi faoliyatining mahsulotlarini (insho, nazorat ishi, mehnat va rasm darslarida, bo'sh vaqtlarida bajargan faoliyati mahsulotlari) malakali tahlil qilish orqali o'quvchining psixologik xususiyatlari, ruxiy olami, qiziqishlari, layoqat va qobiliyatlari haqida qimmatli ma'lumotlar olish mumkin.

O'quvchilarning «Men sevgan qaxramon», «Odamlar qanday hislatlarni qadrlayman», «Kamtarlik nima», «Yashashdan maqsad nima», «Qaysi kasb egasi bo'lishni ho'xlaysan» kabi mavzularda yozilgan insholarini chuqur tahlil qilish asosida o'quvchilarning dunyo qarashi, qiziqishlari, xarakter xususiyatlari, munosabat va qadriyatlari ma'naviy dunyosi haqida psixologik ma'lumotlar olish mumkin.

Sosiometriya metodi bu uslub guruhlar va jamoalarda kishilarning shaxslararo munosabatlarini, guruh a'zolarining jamoada tutgan ijtimoiy o'rnini (Mavqyei) va jamoadagi kichik guruhchalar tarkibini aniqlash uchun qo'llaniladi.

⁷ Lipkina A.I. Samootsenka shkolnika. –M. 1976.

2-Amaliy mashg'ulot mavzusi: Psixika va ongning paydo bo'lishi va taraqqiyoti. Psixikaning nerv-fiziologik asoslari

Reja:

1. Psixika va ong so'zlarini eshitganingizda fikringizga qanday so'zlar iboralar keladi. (Aqliy xujum) - 10 daqiqa
2. Psixika va ongning farqi haqidagi fikrlar munozarasi (3x4 pedagogik texnologiya asosida) - 25 daqiqa
3. Psixika va ongning paydo bo'lishi va taraqqiyoti. Psixikaning nerv-fiziologik asoslari (Kichik guruhlarda ishlash metodi orqali) - 40 daqiqa
5. Darsga yakun yasash - 5 daqiqa

Mashg'ulot uchun zaruriy uslubiy tavsiyalar va o'quv didaktik tarqatma materiallar

1. Psixika va ong so'zlarini eshitganingizda fikringizga qanday so'zlar iboralar keladi (Aqliy xujum)

2. Psixika va ongning farqi haqidagi fikrlar munozarasi 3x4 pedagogik texnologiya asosida tashkil etish uchun guruh 4ta kichik guruhlariga bo'linadi. Har bir gurux uchun bir varaq qog'oz olinib, uning yuqori qismiga psixika va ongning farqi haqidagi 3 tadan guruh fikrini yozishini hamda, bu fikrlar yozilgan qog'ozni (soat strelkasi yo'nalishi bo'yicha) keyingi guruhlariga o'zlash taklif etiladi. Keyingi guruh esa yana bu haqda uchta fikr bilan to'ldirishi va keyingi guruhga o'zlashi lozim. Shu tarzda davom etib, har bir qog'ozda 12 tadan fikrlar mujassam bo'lgach, guruxlar bu fikrlarni tahlil etib, guruxning bir umumlashtirilgan fikrini bildirishlari talab etiladi.

3. Psixologiyaning amaliy o'rganish metodlari. Kichik guruhlarda ishlash uchun guruh 4 ta kichik guruhga bo'linadi va ularga quyidagi tarqatma materiallar berilib, Ushbu masalalar bo'yicha taqdimotlar tayyorlash topshiriladi. Takdimot tayyorlash uchun 20 daqiqa va har bir gurux taqdimoti uchun 4 daqiqadan Taqdimotlar muhokamasi uchun 4 daqiqa ajratiladi.

1– guruh uchun tarqatma material.

Seskanuvchanlik va sezuvchanlik haqida

Inson psixikasining paydo bo'lishi va rivojlanishi masalasi tadqiqotchilar oldida turgan eng dolzarb va murakkab masalalardan biridir. Organik va anorganik materiya doimo harakatda, o'zgarishda va rivojlanishda bo'ladi.

Hayvonlar psixikasining taraqqiyoti masalasi bilan atoqli rus psixologi A.I.Leontyev, zoopsixologlar K.E.Fabri va A.I.Seversov shug'ullanganlar. K.E.Fabri eng sodda hayvonlar psixikasi taraqqiyotini ikki bosqichga – quyi va yuqori bosqichga bo'ladi. Psixik taraqqiyotning quyi bosqichi bir xo'jayrali, qisman ko'p xo'jayrali hayvonlarga xos bo'lib, bu bosqichda psixika primitiv holatda bo'ladi va hayvon tashqi ta'sirlarga seskanuvchanlik bilangina javob beradi. O'simlik va hayvon shaklidagi barcha tirik organizmlar o'z evolyutsiyasining hamma bosqichlarida aks ettirishning biologik shakli seskanuvchanlikka ega bo'ladi. Seskanuvchanlik tirik organizmning biologik ta'sirlarga javob berish qobiliyatidir.

Oddiy seskanuvchanlikni bir xo'jayrali hayvonlarda ham ko'rish mumkin. Ular muhitning ta'siriga harakatlanish bilan javob beradilar. Biologik ta'sirlarga organizmning o'ziga xos harakatlari bilan javob berish usuliga tropizm yoki taksis deyiladi. Tropizmning bir qancha turi farq kilinadi. Buni quyidagi jadvaldan ko'rish mumkin:

Tropizm turlari

Fototropizm	Tapotropizm
Termotropizm	Geleotropizm
Xemotropizm	Barotropizm
Gidrotropizm	

Ko'pxo'jayrali hayvonlarda qo'zg'aluvchanlikning yangi shakli – sezuvchanlik mavjuddir. A. N. Leontyevning gipotezasiga ko'ra sezuvchanlik genetik jihatdan olganda seskanuvchanlikning o'zidir. U ham muhitning tashqi ta'sirlariga javob berish asosida vujudga keladi. Faqat sezuvchanlik seskanuvchanlikka nisbatan yuqoriroq bosqichdir.

K.E.Fabri fikricha, psixik taraqqiyotning ikkinchi bosqichi ko'p xo'jayrali hayvonlarga xosdir. Ko'p xo'jayrali hayvonlarda aks ettirish bir muncha yuqori bo'ladi. Bunday hayvonlarga kavakichlilar (gidra, meduza) ni kiritish mumkin. Ular ham bir xo'jayrali hayvonlar kabi suvda yashaydi. Lekin kavakichlilar o'zining tuzilishi jihatdan bir xo'jayrali hayvonlardan ancha murakkabdir. Ularning murakkabligi xo'jayralarning bir-biridan farq qilganligidadir: tanasining tashqi qismidagi xo'jayralar qoplagich, ichki xo'jayralar esa xazm qiluvchi bo'ladi.

Evalyusiya zanjirining yuqoriroq pog'onasida turgan ko'p xo'jayrali hayvonlarda tana tuzulishi ham ancha murakkablashadi, yer sharoitiga mos o'zgarishlar yuz beradi, turli taassurotlarni aks ettiradigan sezgi organlari vujudga keladi, aks ettirish ham murakkablashadi.

Tugunli nerv sistemasiga ega bo'lgan hayvonlarda aks ettirish faqat shartsiz reflekslar orqaligina bo'lmaydi, balki hayot davomida ta'sirlanishning tug'ma turiga nisbatan ancha yangi, serharakat shakli – shartli reflekslar xosil bo'ladi.

Tugunsimon nerv sistemasining murakkabroq shakllari atrofni aks ettirish imkoniyatini oshiradi. Ancha murakkab tugunsimon nerv sistemasiga ega bo'lganlardan o'rgimchaksimonlar va xashoratlarni olish mumkin. Ularning organizmi ancha murakkab tuzilishga ega. Hayvonlarning evolyutsiyasi natijasida ularning reseptorida ajralish (spesializasiya) yuz bera boshlaydi. Masalan, qisqichbaqaning uzun mo'ylovi – tuyg'u organi, kaltalari hid biluvchi organlardir.

2– guruh uchun tarqatma material.

Hayvonlarning instinktiv harakatlari, ko'nikmalar va aqliy (intellektual) hatti-harakatlari

Asalarida yana ham murakkabroq instinktlarni ko'ramiz. Ma'lumki bir asalari uyasida tuxum qo'yadigan katta ona ari, bir nechta erkak ari va juda ko'p ishchi arilar bo'ladi. Eng murakkab qiliqlar ishchi arilarda bo'ladi. Ular

yoshi o'zgara borishi bilan oilada turli ishlarni bajaradi: uy tozalaydi, lichinkalarni ovqatlantiradi, uy quradi, ovqat yig'adi, eshik oldida qorovullik qiladi.

Yosh hayvonlar instiktiv harakatlarini kuzatganimizda ularning hatti-harakatlari hech qanday o'rgatishsiz yuz berishini, ya'ni ota-bobolarining harakatlarini o'z-o'zidan takrorlab ketaverishini ko'ramiz. Lekin yoshlarning harakatlari kattlarinikiga nisbatan bir muncha yomonroq bo'ladi. Nasldan o'tgan harakatlar programmasini aniq bajarish asosida va tajribaning ortishi tufayli instinktlar o'sib boradi.

Harakatlarning instiktiv shakli faqat bug'imoyoqlilarda emas, balki barcha o'mirtqali hayvonlarda (baliq, anfibiya, qush va xashoratlarda) ko'rish mumkin. Ularda jinsiy, ovqatlanish, himoyalalanish instinktlari ko'plab uchraydi.

Shunday qilib hayvonlarning instiktiv harakatlarini 4 guruhga bo'lish mumkin:

Ovqatlanish instikti – hayvonlarning o'z va bolasi uchun ovqat qidirib topish, ovqat g'amlash harakatlari.

Himoyalalanish instikti - hayvonning o'z hayotini va omonligini saqlash harakatlarida ifodalanib, u ikki ko'rinishda sodir bo'lishi mumkin. Birinchisi, dushmanga xujum qilish, ikkinchisi, o'zini himoya qilish. Har bir hayvon o'zini dushmandan saqlash uchun biror organidan (shoxlari, tuyoqlari, tish-tirnoqlari, tikonlari kabi) yoki zaharli suyuqlikdan foydalanadi. Masalan, afrika kobrasi o'z zaharini 3, 5 m masofaga ota oladi.

Nasl qoldirish instikti. Bu ota-onalik instikti sifatida ko'rinib nasl-avlod uchun g'amxo'rlik qilish, uni ma'lum vaqtgacha ovqat bilan ta'min etish, havxatardan saqlash, o'z bolalarini parvarish qilish tug'ma mahoratiga ega bo'lib, o'z naslining kelajagi haqida g'amxo'rlik qiladi.

To'da bo'lib yashash instikti. Bu instikt hayvonlarining turli usullar bilan o'zaro aloqa qilishida, xilma-xil shaklda birgalashib, tudalashib, poda bo'lib, gala bo'lib yashashlarida zoxir bo'ladi.

Yuqori darajadagi hayvonlarda birinchi o'rinda yangi, bir muncha plastik, ya'ni sharoitga qarab o'zgara oladigan hatti-harakatlar chiqadi. Ular olamni ancha keng aks ettirish imkoniyatini beradi. Hayvonlar taraqqiyotining qanchalik yuqori bosqichida tursa ular turli muvvaqat bog'lanishlarni shunchalik tez xosil qiladilar.

Olamni aks ettirishning bundan keyingi bosqichi individual hayot tajribalari asosida hosil qilingan bir muncha murakkab, shu bilan birga, plastik harakatlar tufayli bo'ladi. Individual plastik harakatlar uchun muhitni, shu paytdagi sharoitni analiz va sentiz qilish xosdir.

Ayniqsa sut emuzuvchilar sharoitni ancha yaxshi taxlil qila oladilar va o'zgargan muhitga o'z harakatlarini moslashtira oladilar. Yuqori darajadagi hayvonlarda instiktiv harakat bilan bir qatorda tez o'zgaruvchan individual harakatlar – malakalar va faxm bilan aloqador harakatlar ham mavjud bo'ladi.

B.Keller maymunning harakatlarini batafsil kuzatib «Yuqori darajada tashkil topgan hayvonlar sharoitni analiz qilish asosida faxm bilan aloqador harakatlar qila oladi» degan xulosaga kelgan. Keyinchalik amerika psixologi

Iyerks, avstriya psixologi K.Byuler, gollandiyalik psixolog Boytendayk ham maymunlar bilan tajribalar o'tkazib yuqoridagi fikrni tasdiqladilar.

Hayvonlardagi faxm bilan aloqador harakatlarni o'rganish masalasi bilan rus olimlari ham shug'ullangan. Bu ishni dastlab zoopsixolog-darvinist olim V.A.Vagner boshlab bergan edi. Keyinchalik esa I.P.Pavlov, N.N.Ladigina-Kots, N.Yu.Voytonis, G.Z.Roginskiy, L.S.Vigotskiy, A.N.Leontyev kabi olimlar bu ishni davom ettirdilar. Ayniqsa Ladigina-Kotsning shimpanze bolasi bilan psixikasining rivojlanishi ustida o'tkazgan tadqiqotlari butun jahonga mashxurdir.

Rus olimlarining kalamushlar, tovuqlar, qarg'a, it va maymunlar ustida olib borgan tadqiqotlari hayvonlarda psixikaning rivojlanish bosqichlari, ularda ko'nikmalar hosil bo'lishi va faxm bilan aloqador harakatlar qila olishini bilishda juda katta ahamiyatga ega bo'ladi.

Odamsimon maymunlar ko'plab faxm bilan aloqador harakatlar qila olishda boshqa hayvonlar ichida alohida o'rinda turadi. Masalan, odamsimon maymunlarning bir turi primatlar boshqa sut emizuvchi hayvonlarga qaraganda faqat ovqat manbalarinigina emas, balki hamma turdagi narsalarni timirskilab, tekshirib ko'rishga juda ustadir. Bunday qiziqishni I.P.Pavlov «sabotli», «beg'araz qiziquvchanlik», «sinchkovlik impulsi» deb atagan edi.

Maymundagi ana shu xususiyat, buning ustiga ularda ko'zning yuksak darajada taraqqiy qilganligi ularning idrok doiralarini beqiyos ravishda kengaytiradi, tajriba boyliklarini nihoyada oshirib yuboradi va ko'nikmalarning tarkib topishida, murakkab harakat shakllarining vujudga kelishida boshqa hayvonlarga qaraganda unga keng imkoniyatlar yaratadi.

Boshqa hayvonlarga qaraganda maymunlarda tekshirish refleksining kuchliligi ulardagi qo'l tipidagi oyokning mavjudligidir. Chunki ular «qo'l» yordamida tevarak-atrofdagi narsalar bilan juda murakkab munosabatlarga kirishish imkoniyatiga egadir. Shuning uchun ularda boshqa hayvonlarda bo'lmagan vaqtli bog'lanishlar ko'plab xosil bo'ladi.

Hayvonlar ham o'zaro munosabatda bo'ladilar va bir-birini tushunadilar. Hatto ganglioz nerv sistemasiga ega bo'lgan hayvonlar ham katta-katta galaga uyushib hayot kechiradi.

Chumolilarning tili yanada murakkabdir. Olimlarning o'tkazgan tadqiqotlaridan ma'lum bo'lishicha, chumolilar bir-birini juda yaxshi tushunar ekan. Bunda ular topgan o'ljasi, xavf-xatar va boshqa ko'p extiyojlari haqida bir-birini xabardor qiladi.

Xo'sh, ular qanday qilib gaplashadi? Ko'pchilik olimlar chumolilarning o'zaro aloqa qiladigan asosiy tili – kimyoviy til bo'lsa kerak, deyishadi. Chumolilar kaysi tomonga yurishini, xavf-xatarni va boshqa signallarni hidli modda chiqarish bilan ma'lum qiladi. Kimyoviy signallar chumolilarning bir-biri bilan aloqa qilish yo'llaridan biri xolos. Umuman olganda, bu xashoratlarning «nutqi va aloqa vositalari xilma-xil».

Ganlioz nerv sistemasiga ega bo'lgan hayvonlarning turli qiyofada turishlari, tovush signallari, hid tarqatishlari, har xil usulda suykalishlari ularda til vazifasini o'taydi.

Xasharotlarning tudadagi yalpi hatti-harakatlari maqsadga muvofiqligi va uyg'unligi bilan kuzatuvchini hayratda qoldiradi. Lekin ularning bu harakatlari negizida axborot oluvchi hayvonlarning bir xildagi reaksiyalari yotadi. Ularning reaksiyalarida zarracha ham anglash, axborotlarni qayta ishlash hollalarini mutlaqo uchratmaymiz.

Hayvonlar tili qanchalik murakkab va xilma-xil bo'lmasin, ular bir-birini qanchalik yaxshi tushunmasin, hayvonlar «tili» da bitta eng muhim narsa yetishmaydi, u ham bo'lsa hayvonlar tili tajriba almashish va o'z tajribasini keyingi avlodga meros qilib berish vositasi bo'la olmaydi. Ana shunisi bilan hayvonlar tili insonlar tilidan tubdan farq qiladi.

Yuqoridagilardan ko'rinib turibdiki, psixikaning taraqqiyoti nerv sistemasining taraqqiyoti bilan chambarchas bog'liq ekan. Odamning nerv sistemasi esa bosh miya va uning qobiq qismi shakllanganligi bilan belgilanadi va unda psixikaning eng yuksak ko'rinishi – ongning paydo bo'lganligini ko'rsatadi.

3– guruh uchun tarqatma material.

Psixikaning nerv-fiziologik asoslari.

Nerv sistemasi tuzilishining umumiy plani barcha o'murtqalilarda bir xildir. Uning asosiy elementlari nerv xo'jayralari yoki neyronlar bo'lib, ularning vazifasi qo'zgatishdan iboratdir.

Markaziy nerv sistemasi ikki qismdan - bosh miya va orqa miyadan tashkil topgan. Bosh miyaning yuqori qismi olti qavat neyronlar (10 milliardga yaqin) bilan qoplangan hamda po'stloq deb ataladigan katta yarim sharlarni hosil qiladi. Po'stloq psixik faoliyatning eng muhim organidir. Yarim sharlardan pastroqda, ensa qismida miyacha joylashgan bo'lib, uning funksiyalari hali yetarlicha o'rganilmagan. Katta yarim sharlarga miya naychasi kelib taqaladi. Naychaning yuqori qismi - talamus orqa miyadan katta yarim sharlarga boradigan barcha nerv yo'llari uchun «oraliq stansiyasi» vazifasini bajaradi. Naychaning pastki qismi - gipotalamus suv almashinuvini, ovqatlanish e'tijojini va organizmning boshqa funksiyalarini boshqarib turadigan markazlardan tarkib topgandir.

Markaziy nerv sistemasining tilga olingan barcha qismlari murakkab tuzilishga ega bo'lib, uni o'rganish va ta'riflash bilan anatomiya va gistologiya shug'ullanadi.

Hozirgi zamon fanida mavjud tasavvurlarga qaraganda, orqa miya va miya naychasi reflektor faoliyatining asosan tug'ma (shartsiz reflekslar) hisoblangan shakllarni amalga oshiradi, katta yarim sharlarning qobig'i esa hayot kechirish jarayonida orttiriladigan va psixika tomonidan boshqariladigan xulq-atvor shakllari organi hisoblanadi.

Tananing har bir sezuvchi a'zosi va har bir harakat a'zosi miyada o'zining xususiy markazlariga egadir. Ko'plab tajribalar hayvonlarda o'tkazildi. Biroq, odamga kelganda shuni aytish kerakki, sog'lom kishilarning miyasida jarrohlik bilan bog'lik bironta ham eksperiment o'tkazilmaydi, albatta. Inson katta yarim sharlar qobig'ining anchagina qismini qo'l barmoqlari, ayniqsa uning odamdagi boshqa barcha barmoqlarga qarama-qarshi qo'yilgan bosh barmoq faoliyati bilan bog'liq

hujayralar, shuningdek nutq organlari - lab va til mushaklari funksiyasi bilan bog'liq hujayralar egallaydi. Shunday qilib, odam miyasining katta yarim shari qobig'ida mehnatda va muomalada asosiy funksiyani bajaradigan harakat a'zolari ancha ko'p joylashgandir.

Hozirgi paytda mamlakatimizda va chet ellarda olib borilayotgan tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, oliy nerv faoliyatining umumiy qonuniyatlari hayvonlarning faol hatti-harakatida namoyon bo'ladi.

Miya naychalarini elektr yordamida qo'zg'atish bilan bir qatorda unda eksperiment o'tkazuvchining aralashuviz, beixtiyor ravishda hosil bo'ladigan biotoklarni yozib olish metodi ham qo'llaniladi. Bu tajribalar miyaning elektr aktivligi bir xil emasligini ko'rsatdi. Biotoklar yozuvining xarakteriga qarab odamning psixik holatidagi o'zgarishlar haqida xulosa chiqarish mumkin. Miyada hosil bo'ladigan to'lqinlar turli chastotadagi elektromagnit tebranishlariga o'xshaydi. Ularning eng sekinlari kishi tinch-osoyshta paytida, ko'zlarini yumib o'tirgan, betoqat bo'lmasdan va diqqat-e'tibori bo'shashgan holatida kuzatiladi. Lekin bunday holatda bo'lgan kishi biron-bir topshiriq berilsa bormi, uning biotoklari darhol o'zgara boshlaydi va unda to'lqinlar tezligi ancha oshganligini ko'rsatadigan izlar paydo bo'ladi. Miyada elektro-ensefalogramma ko'rinishidagi kuchaytirgich yordamida yozib olish mumkin bo'lgan elektr toklari paydo bo'lishining kashf etilishi psixologlar uchun ahamiyatli.

Odamdagi psixik jarayonlarning miyaga oid mexanizmlari bilan hayvonlar psixikasi mexanizmlari o'rtasida o'xshashlik bo'lishiga qaramay, odam bilan hayvonning psixik faoliyati o'rtasidagi tafovutlar faqat miqdor xarakterga emas, balki sifat xarakteriga ham egadir.

Odamning psixik hayotida katta yarim sharlar qobig'i sirtining 30% ni egallaydigan peshona qismlari alohida rol o'ynaydi.

4— guruh uchun tarqatma material.

Inson psixikasi va hayvon psixikasining farqlari. Ongning sifatleri

Inson psixikasi hayvon psixikasidan o'zining quyidagi xususiyatlari bilan farq qiladi:

1. Inson o'zi anglagan zaruratga ko'ra ongli hatti-harakat qilish qobiliyatiga ega.
2. Odamning hayvondan ikkinchi farqi uning qurollarni yaratishga va saqlashga layoqatli ekanligidir. Hayvonlar ham qurol yasashi mumkin, lekin ular qurolni odamlar singari birgalashib, jamoa bo'lib yasashmaydi.
3. Inson psixik faoliyatining ajralib turadigan uchinchi belgisi ijtimoiy tajribaning biridan ikkinchisiga o'tkazilib turishidir.
4. His-tuyg'ulardagi tafovut hayvon bilan inson o'rtasidagi to'rtinchi juda muhim tafovut bo'lib hisoblanadi. His-tuyg'u ikkisida ham bor. Faqat inson boshqa kishining g'am-g'ussasini va quvonchini birgalikda baham ko'ra oladi, faqat odamgina tabiat manzaralaridan zavqlanadi.
5. Inson psixikasining hayvon psixikasidan eng muhim farqi ularning rivojlanish shart-sharoitlarida ko'rinadi. Agar hayvonlar psixikasining o'sishi biologik qonunlar asosida ruy bersa. Inson tajribani o'zlashtirmasdan, o'ziga o'xshaganlar bilan muloqotda bo'lmasdan turib uning ongi rivojlanmaydi. Masalan, Amola va Kamola. Shunday ekan, inson ijtimoiy munosabatlar maxsulidir.

Ongning mohiyatini to'g'ri tushunish uchun uning tuzilishini ko'rib chiqish lozim. Ong quyidagi to'rt muhim psixologik xarakteristika bilan aniqlanadi.

I. Ongning birinchi xarakteristikasi uning nomida aks ettirilgan: ong, anglash. Inson ongi tevarak-atrof, tashqi va insonning o'zining ichki dunyosiga oid bilimlar to'plami, yig'indisidan iboratdir. Agar inson tashqi olam va o'zi ichki dunyosi xaqida bilimlarni o'zlashtirish va anglashdek muhim xususiyatdan mahrum bo'lganda, unda hech qanday bilim va ong shakllanmagan bo'lar edi. Bizning bilimlarimiz ongning birlamchi asosini tashkil qiladi. Bilimlar turli psixik jarayonlar (sezgi, idrok, diqqat va h. k. orqali o'zlashtiriladi, xotirada saqlanadi, tafakkur jarayonida tahlil qilinadi) yordamida o'zlashtiriladi va boyitib boriladi. Bilish jarayonlaridan birining bo'zilishi, kasallanishi ongning bo'zilishiga olib keladi.

II. Ongning ikkinchi xarakteristikasi - unda subyekt va obyekt o'rtasidagi farq o'z ifodasini topadi. Boshqacha qilib aytganda inson o'zini boshqalardan va tashqi olamdan farqlaydi, unda "men" va "men emas" tushunchasi mavjud. Odam organik olam tarixida birinchi marta undan ajralib chiqdi va o'zini tashqi olam, tevarak-atrofdagi muhitga qarshi qo'ydi. Bunday xususiyatning paydo bo'lishining natijasi insonning o'z-o'zini bilishi va o'zligini anglashida, o'z-o'zini baholashida aks etadi. Insonning o'zining tashqi olamdan, predmetlardan, boshqa kishilardan farqini, ustunligi va kamchiliklarini anglay oladi. Shunday anglash va taqqoslash kishining shaxs sifatida rivojlanishining asosini tashkil qiladi. Nafaqat alohida shaxsning, balki millatning, xalqning rivojlanishi ham uning o'zligini anglashi bilan bog'liq.

III. Ongning uchinchi xarakteristikasi - maqsad qo'yish va maqsadga yo'nalganlik bilan belgilanadi. Har qanday faoliyat maqsadini aniqlash ongning funksiyasi. Har qanday faoliyatni amalga oshirishda maqsad qo'yiladi, faoliyat motivlari yuzaga keladi, irodaviy qarorlar qabul qilinadi, harakatlarni bajarish yo'llari ishlab chiqiladi va sharoitni hisobga olgan holda zaruriy to'zatishtirishlar kiritib boriladi. Ma'lum sabablar ta'sirida maqsad ko'zlash yoki uni boshqarish, koordinasiya qilishdagi bo'zatishtirishlar ongning bo'zilishiga olib keladi.

IV. Ongning to'rtinchi xarakteristikasi - unda odamning ma'lum munosabatlari aks etishida. Inson o'z atrofida bo'layotgan voqeyalarga, obyektiv borliqqa, o'z faoliyati va uning natijalariga adekvat munosabatda bo'ladi. Bu munosabat uning his-tuyg'ularida nomoyon bo'ladi. His-tuyg'ular va munosabatlarning o'zgarishi, noadekvatligi ongning bo'zilishidan darak beradi.

Til, o'zaro munosabatlar, faoliyat ongning yuqorida ko'rsatilgan barcha sifatlarining tarkib topishining zaruriy sharoiti hisoblanadi.

3- amaliy mashg'ulot mavzusi: Shaxs psixologiyasi.

Reja:

1. Shaxs so'zini eshitganingizda fikringizga qanday so'zlar, iboralar keladi. (Aqliy xujum) - 5 daqiqa
2. Shaxsning tuzilishi. («Charxpalak» pedagogik texnologiyasi asosida) – 15 daqiqa
3. Shaxs xususiyatlarini psixogeometrik test orqali aniqlash bo'yicha amaliy mashq– 20 daqiqa
4. Shaxsning ustanovkalari. Kishining o'z-o'ziga baho berishi. Shaxs shakllanishi va taraqqiyoti. (Kichik guruhlarda ishlash metodi orqali) 35 daqiqa
5. Shaxs shakllanishi va kamoliga ta'sir etuvchi omillar (Aqliy xujum) - 5 daqiqa

**Mashg'ulot uchun zaruriy uslubiy tavsiyalar va o'quv didaktik
tarqatma materiallar**

1. Shaxs so'zini eshitganingizda fikringizga qanday so'zlar, iboralar keladi. (Aqliy xujum)

2. Shaxsning tuzilishini o'rganish, bu haqida olingan ma'lumotlarni mustahkamlash va ushbu masala bo'yicha talabalar o'zlashtirishi saviyasini aniqlash uchun «Charxpalak» pedagogik texnologiyasini qo'llash mumkin. Buning uchun guruh 3 ta kichik guruhga bo'linadi. Xar bir guruhga oldindan tayyorlangan quyidagi didaktik tarqatma material beriladi. Uning yuqori qismiga chap tomonga guruh nomeri yoki shartli nomi, o'ng tomonga guruh a'zolari belgilash uchun tanlagan belgi qo'yilishi va guruh muhokama qilib, jadvalning chap qismidagi 2 ustunda ifodalangan shaxs xususiyatlari qaysi tarkibiy qismga mos kelishini belgilash taklif etiladi. Bu belgilar qo'yilgan qog'ozni (soat strelkasi yo'nalishi bo'yicha) keyingi guruhlariga uzatish taklif etiladi. Keyingi guruh esa yana guruh fikri bo'yicha tegishli belgilar bilan to'ldirishi va keyingi guruhga uzatishi lozim. Shu tarzda davom etib, guruxlar fikrlari belgilangan qog'ozlar charxpalak singari guruhlar orasida aylanib bo'lgach, natijalar muhokamasi tashkil etiladi. Bunda jadvalning chap qismidagi 2 ustunda ifodalangan shaxs xususiyatlari qaysi tarkibiy qismga mos kelishi bo'yicha belgilashlarda qanday bandlarda farqlar mavjud bo'lsa, shu baddagi shaxs xususiyatlari qaysi tarkibiy qismga mansubligi muhokama etilib, umumiy bir to'g'ri xulosaga kelinadi.

«Charxpalak» pedagogik texnologiyasini qo'llash uchun didaktik tarqatma material

Quyidagi shaxs xususiyatlari qaysi tarkibiy qismga mos keladi?

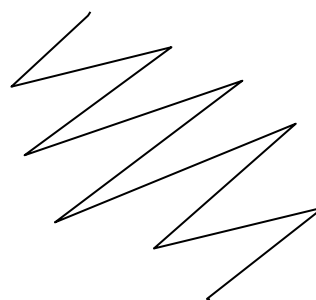
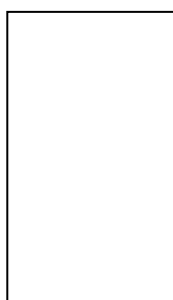
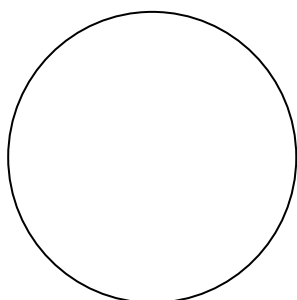
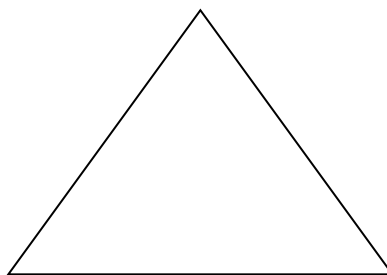
		Shaxs xususiyatlarining tarkibiy qismlari		
	Shaxs xususiyatlari	Biologik	Psixologik	Ijtimoiy
1	Xarakter			
2	Tajribasi			
3	Temperament			
4	Qadriyatlari			
5	Tana tashqi ko'rinishi			
6	Dunyoqarashi			
7	Jinsi			
8	Shaxs yo'nalishi			
9	E'tiqodi			
10	Intellekti			

3. Shaxs xususiyatlarini quyidagi Dillengerning psixogeometrik testi orqali aniqlash bo'yicha amaliy mashq o'tkaziladi

Psixogeometrik test; «Kimsiz: kvadrat, aylana, to'rtburchak, uchburchak, zig-zag?»

Ushbu test shaxsga aloqador bir qancha muhim o'ziga xos xulq atvor sifatlarini qisqa muddatda aniqlashga imkon beradi.

Tavsiya etilgan geometrik figuralardan qaysi biri Sizga yaqinligini belgilang va unga «1» raqami qo'ying. Qolganlarni ham yoqishiga qarab, 5 gacha baholab chiqing.



Endi sizga xos bo'lgan psixologik xususiyatlar va fazilatlarni bilib oling.

Kvadrat. Hayotiy qadriyatlari: tartib, ish, an'analar, reputasiya.

Asosiy psixologik xususiyatlari: Ijobiylari-tartiblilik, intizom, o'z vaqtida ishlarni bajaradigan, ozoda-pokiza, qonunga bo'ysunuvchi, mehnatsevar, chidamli, tirishqoq, qat'iyatli, qarorlari qat'iy, so'zining ustida turadigan, halol, oqil, aql bilan ish ko'radigan, bosiq, tejamkor, pishiq.

Salbiylari-ko'ngliga har xil fikrlar keladigan, biryoqlama, pedant, o'ta talabchan, mayda-chuydaga ham e'tibor beradigan, jiddiy, chidamli, qaysar, konservativ, yangilikdan cho'chiydigan, fantaziyasi kambag'al, pismiqroq, pishiq.

Uchburchak. Asosiy qadriyatlari: xokimiyat, liderlik, amal, mavqye, g'alaba, manfaat.

Asosiy psixologik sifatleri: Ijobiylari — yaxshi lider, o'ziga mas'uliyatlarni oladigan, har narsada asosiy, mohiyatni ko'ruvchi, kuchini safarbar qila oladigan, g'alabaga erisha oladigan, o'ziga ishonchli, qat'iyatli, tavakkalchi, g'ayratli, to'g'riso'z, hissiyotlari boy, aqlli.

Salbiylari-egosentrik, egoist, nazorat qilishni yaxshi ko'radigan, o'zgacha fikrlarga toqatsiz, ishga o'ta beriluvchanlik, har narsadan manfaat qidiradigan, qaysar, impulsiv, beshavqat, toqatsiz, qo'pol, rahmsiz, achchig'i tez, zaharxanda.

Aylana. Asosiy qadriyatlar: insonlarga xizmat qilish, oila baxti va manfaati, bolalar, muloqat.

Asosiy psixologik xususiyatlari: Ijobiylari — muloqotga ehtiyoj, kirishuvchanlik, hammabop, mehribon, g'amxo'r, sadoqatli, kuchli ijtimoiy

intuisiyaga ega, empatiya hissi kuchli, bag'ri keng, qo'li ochiq, xissiyotlarga beriluvchan, bosiq, yuvosh, kechirimli, janjaldan yiroq yuruvchi.

Salbiylari: o'zgalar fikriga tobelik, betartib, o'ta yumshoq, talabchan emas, qati'yatsiz, narsalarni ayamaydigan, laqma, sentimental, ko'ngli bo'sh.

To'rtburchak. Asosiy qadriyatlari: o'zgarish, dinamika, azart.

Asosiy psixologik xususiyatlari: Ijobiylari — intiluvchan, yangilikni qidiradigan, qiziquvchan, yaxshi ta'lim oladigan, ziyrak, sezgir, ishonuvchan, empatiya xos, samimiy, dadil, yaxshi o'yinchi.

Salbiylari: Qat'iyatsiz, qarorlari mavhum, ish va so'z birligi yo'q, yengiltak, ishonuvchan, emosional beqaror, sodda, o'ziga bahosi past, lanj, unutuluvchan, kechirimli.

Zigzag. Asosiy qadriyatlari: erkinlik, ijod, o'zgarish.

Asosiy psixologik xususiyatlari: Ijobiylari — yangilik, ijodga intilish, bilishga chanqoqlik, g'alayonchi, xayolparast, optimist, kelajakka intilgan, ruxi tetik, ekspressiv, tashabbuskor, aqlli.

Salbiylari: tartibsizlik, qo'nimsizlik, o'zgaruvchanlik, individualizm, ishonchsiz, qonunlarni buzuvchi, realistik qarashning yo'qligi, subutsiz, impulsiv, o'zini namoyishkorona ko'rsatadigan, zahar, kesatib gapiradigan.

Yuqoridagi test o'z-o'zini taxlil qilish malakalarini mustahkamlaydi va o'zini tarbiyalashga yordam beradi.

4. Shaxsning ustanovkalari va muhim oriyentasiyalari. Kishining o'z-o'ziga baho berishi. Shaxs shakllanishi va taraqqiyoti. (Kichik guruhlarda ishlash metodi orqali) Kichik guruhlarda ishlash uchun guruh 3 ta kichik guruhga bo'linadi va ularga quyidagi tarqatma materiallar berilib, ushbu masalalar bo'yicha taqdimotlar tayyorlash topshiriladi.

1-guruh uchun tarqatma material

Shaxsning ustanovkalari

Motivlar, ya'ni hatti-harakatlarimizning sabablari biz tomonimizdan anglanishi yoki anglanmasligi ham mumkin. Yuqorida keltirilgan barcha misollarda va holatlarda motiv aniq, ya'ni shaxs nima uchun u yoki bu turli faoliyatni amalga oshirayotganligini, nima sababdan muvaffaqiyatga erishayotganligi yoki mag'lubiyatga uchraganini biladi. Lekin har doim ham ijtimoiy xulqimizning sabablari bizga ayon bo'lavermaydi. Anglanmagan ijtimoiy xulq motivlari avvalgi ma'ruzada ta'kidlanganidek, ijtimoiy ustanovka (inglizcha «attitud») hodisasi orqali tushuntiriladi.

Demak, ijtimoiy ustanovka shaxsning ijtimoiy obyektlar, xodisalar, guruhlar va shaxslarni idrok qilish, baholash va qabo'l qilishga nisbatan shunday tayyorgarlik xolatiki, u bu baho yoki munosabatning aslida qachon shakllanganligini aniq anglamaydi. Masalan, Vatanimizni hammamiz sevamiz, bayrog'imiz muqaddas, nemis investorlarga ishonamiz, tijorat ishlari bilan shug'ullanadiganlarni albatta puldor, badavlat, deb hisoblaymiz va hokazo. Bu tasavvurlar, baho va hissiyotlar qachon va qanday qilib ongimizda o'rnashib qolganligiga e'tibor bermasdan yuqorida sanab o'tgan hissiyotlarni boshdan kechiraveramiz. Mana shularning barchasi ijtimoiy ustanovkalar bo'lib, ularning mazmun mohiyati aslida har bir inson ijtimoiy tajribasi davomida

shakllanadi va uzoq muddatli xotirada saqlanib, konkret vaziyatlarda ro'yobga chiqadi. Demak, motiv — har qanday harakatlarimiz va faoliyatimizning sababi (undov), sharti bo'lsa, ustanovka — ana shu harakat yoki faoliyatni amalga oshirishga qaratilgan insondagi ichki psixologik holatdir.

Amerikalik olim G. Ollport ijtimoiy ustanovkaning uch komponentli tizimini ishlab chiqqan:

A. Kognitiv komponent — ustanovka obyektiga aloqador bilimlar, g'oyalar, tushuncha va tasavvurlar majmui;

B. Affektiv komponent — ustanovka obyektiga nisbatan subyekt his qiladigan real hissiyotlar (simpatiya, antipatiya, loqaydlik kabi emosional munosabatlar);

V. Harakat komponenti — subyektning obyektga nisbatan real sharoitlarda amalga oshirishi mumkin bo'lgan harakatlari majmui (xulqda namoyon bo'lish).

Bu uchala komponentlar o'zaro bir-birlari bilan bog'liq bo'lib, vaziyatga qarab u yoki bu komponentning roli ustivorroq bo'lishi mumkin. Shuni aytish lozimki, komponentlararo monandlik bo'lmasligi ham mumkin. Masalan, ayrim talabalar talabalik burchi va tartib-intizom bilan juda yaxshi tanish bo'lsalarda, har doim ham unga rioya qilavermaydilar. «Tasodifan dars qoldirish», «jamoatchilik joylarida tartibni buzish» kabi holatlar kognitiv va harakat komponentlarida uyg'unlik yo'qligini ko'rsatadi. Bu bir qarashda so'z va ish birligi prinsipining turli shaxslarda turlicha namoyon bo'lishini eslatadi. Agar odam bir necha marta bila turib, ijtimoiy xulqqa zid harakat qilsa, va bu narsa bir necha marta qaytarilsa, u bu holatga o'rganib qoladi va ustanovkaga aylanib qolishi mumkin. Shuning uchun ham biz ijtimoiy normalar va sanksiyalar vositasida bunday qarama-qarshilik va tafovut bo'lmasligiga yoshlarni o'rgatib borishimiz kerak. Bu shaxsning istiqboli va faoliyatining samaradorligiga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Faoliyatga nisbatan anglanilmagan mayllar orasida eng ko'p o'rganilgani ustanovka masalasidir. Bu masalani gruzin psixologi D. N. Uznadze va uning xodimlari ishlab chiqqan.

Ustanovka bilish faoliyati bilan bog'liq bo'lgan ehtiyojni ma'lum usulda qondirishga tayyor turish tushuniladi. Ko'rsatma berish shaxsning o'zi anglab yetmagan bir holatdir. Bunday holatda shaxs biror ehtiyojini qondirishi mumkin bo'lgan ma'lum faoliyatga tayyor turgan bo'ladi.

Kishining o'z maqsadiga erishish yo'lida uchraydigan qiyinchiliklar tufayli unda ishonchsizlik, umidsizlik holatlari hosil bo'ladi. Buni frustrasiya deyiladi.

Frustrasiya kishini tajang, tajovuzkor, qo'pol qilib qo'yishi yoki aksincha uni yuvosh qilib qo'yishi mumkin. O'quvchilarga tarbiya berishda frustrasiyani oldini olib, yengib bo'lmaydigan narsa yo'qligini, bu qiyinchiliklar vaqtincha ekanligini aytib, ishontirib ularda istiqbolni yaratish kerak.

2-guruh uchun tarqatma material

Shaxsning o'z o'ziga bahosi

Shaxsning o'z o'ziga bahosi uch xil bo'lishi mumkin: real (to'g'ri), meyorida baland yoki past, meyoridan ortiqcha yuqori yoki past.

Real (to'g'ri) o'z-o'ziga baho shaxsni o'rab turganlar — ota-ona, yaqin qarindoshlar, pedagog va murabbiylar, qo'ni-qo'shni va yaqinlarning o'rinli va asosli baholari, real samimiy munosabatlari mahsuli bo'lib, shaxs ushbu munosabatlarni ilk yoshligidanoq xolis qabo'l qilishga, o'z vaqtida kerak bo'lsa to'g'rilashga o'rgatilgan bo'ladi. Bunda shaxs uchun etalon, ibratli hisoblangan insonlar guruhi — referent guruhning roli katta bo'ladi. Chunki biz kundalik hayotda hammaning fikri va bahosiga quloq solavermaymiz, biz uchun shunday insonlar mavjudki, ularning hattoki, oddiygina tanbehlari, maslahatlari, hattoki, maqtab turib bergan tanbehlari ham katta ahamiyatga ega. Bunday referent guruh real mavjud bo'lishi (masalan, ota-ona, o'qituvchi, ustoz, yaqin do'stlar), yoki noreal, hayoliy (kitob qahramonlari, sevimli aktyorlar, ideal) bo'lishi mumkin. Shuning uchun yoshlar tarbiyasida yoki real jamoadagi odamlarga maqsadga muvofiq ta'sir yoki tazyiq ko'rsatish kerak bo'lsa, ularning etalon, referent guruhini aniqlash katta tarbiyaviy ahamiyatga ega bo'ladi.

O'z-o'ziga bahoning past bo'lishi ko'pincha atrofdagilarning shaxsga nisbatan qo'yayotgan talablarining o'ta ortiqqligi, ularni uddalay olmaslik, turli xil e'tirozlarning doimiy tarzda bildirilishi, ishda, o'qishda va muomala jarayonidagi muvaffaqiyatsizliklar oqibatida hosil bo'lishi mumkin. Bunday o'smir yoki katta odam ham, doimo tushkunlik holatiga tushib qolishi, atrofdagilardan chetroqda yurishga harakat qilishi, o'zining kuchi va qobiliyatlariga ishonchsizlik kayfiyatida bo'lishi bilan ajralib turadi va bora-bora shaxsda qator salbiy sifatlar va hatti-harakatlarning paydo bo'lishiga olib keladi. Hattoki, bunday holat suisidal harakatlar, ya'ni o'z joniga qasd qilish, real borligidan «qochishga» intilish psixologiyasini ham keltirib chiqarishi mumkin.

O'zi-o'ziga baho o'ta yuqori ham shaxs xulq-atvoriga yaxshi ta'sir ko'rsatmaydi. Chunki, u ham shaxs yutuqlari yoki undagi sifatlarning boshqalar tomonidan sun'iy tarzda bo'rttirilishi, noo'rin maqto'vlar, turli qiyinchiliklarni chetlab o'tishga intilish tufayli shakllanadi. Ana shunday sharoitda paydo bo'ladigan psixologik xolat «noadekvatlilik effekti» deb atalib, uning oqibatida shaxs hattoki, mag'lubiyatga uchraganda yoki o'zida nochorlik, uquvsizliklarni sezganda ham buning sababini o'zgalarda deb biladi va shunga o'zini ishontiradi ham (masalan, «halaqit berdi-da», «falonchi bo'lmaganida» kabi bahonalar ko'payadi). Ya'ni, nimaiki bo'lmasin, aybdor o'zi emas, atrofdagilar, sharoit, taqdir aybdor. Bundaylar xaqida bora-bora odamlar «oyog'i yerdan uzilgan», «manmansiragan», «dimog'dor» kabi sifatlar bilan gapira boshlaydilar. Demak, o'z-o'ziga baho realistik, adekvat, to'g'ri bo'lishi kerak.

Shunday qilib, o'z-o'ziga baho sof ijtimoiy xodisa bo'lib, uning mazmuni va mohiyati shaxsni o'rab turgan jamiyat normalariga, shu jamiyatda qabo'l qilingan va e'zozlanadigan qadriyatlarga bog'liq bo'ladi. Keng ma'nodagi yirik ijtimoiy jamoalar etalon rolini o'ynashi oqibatida shakllanadigan o'z-o'ziga baho — o'z-o'zini baholashning yuksak darajasi hisoblanadi. Masalan, mustaqillik sharoitida mamlakatimiz yoshlari ongiga milliy qadriyatlarimiz, vatanparvarlik, adolat va mustaqillik mafkurasiga sadoqat xislarining

tarbiyalanishi, tabiiy, har bir yosh avlodda o'zligini anglash, o'zi mansub bo'lgan xalq va millat ma'naviyatini qadrlash xislarini tarbiyalamoqda. Bu esa, o'sha yuksak o'z-o'zini anglashning poydevori va muhim shakllantiruvchi mexanizmidir. Demak, o'z-o'zini baholash — o'z-o'zini tarbiyalashning muhim mezonidir.

3-guruh uchun tarqatma material

Shaxs shakllanishi va taraqqiyoti.

Shaxs ijtimoiy, konkret – tarixiy sharoitlarda yashashi, ta'lim-tarbiya olishi tufayli tarkib topadi. Shaxs taraqqiyotining harakatlantiruvchi kuchi nimadan iborat? Bu masalani hal qilish yuzasidan psixologiya tarixida ikkita oqim mavjud bo'lib, ulardan birinchisi shaxs psixik taraqqiyotining biogenetik konsepsiyasi, ikkinchisi esa sosiogenetik konsepsiyasidir.

Biogenetik konsepsiyaga ko'ra inson shaxsining taraqqiyoti biologik faktor, ya'ni nasliy faktor bilan belgilanadi. Bu konsepsiyaga ko'ra, odam psixik faoliyatining shakllarigina emas, balki bu faoliyat shakllarining mazmuni ham go'yo tug'ilishidan peshonasiga yozib qo'yilgan emish, odamning psixik taraqqiyot bosqichlari va ularning yuzaga kelish tartiblari avvaldan belgilanib qo'yilgan emish. Biogenetiklar pedagoglardan bolada taqdir yo'li bilan qanday shaxsiy sifatlar yuzaga kelishini bilib turishni, lekin ularning yuzaga kelishiga qarshilik qilmaslikni, aksincha yordam berishni talab qiladilar.

Sosiogenetik konsepsiya shaxsning taraqqiyotini uning atrofidagi ijtimoiy muhitga bog'lab tushuntiradilar. Ularning aytishicha «odam ijtimoiy muhit nusxasidir». Sosiogenetik ham biogenetiklar singari rivojlanayotgan odamning shaxsiy faolligini inkor qiladilar. Odam faqat atrofidagi muhitga moslashadigan, passiv rol o'ynaydigan mavjudot deb qaraydilar. Agar sosiogenetik konsepsiyani to'g'ri deb bilsak, u holda nima sababdan ba'zi holda bir hil muhitda har hil odamlarning yetishib chiqishi tushunib bo'lmaydigan masala bo'lib qoladi.

Shaxs taraqqiyotini harakatlantiruvchi kuchlar muammosini hal qilishda dialektika ta'limotiga asoslanish lozim. Shaxsning faolligi odamni anglangan yoki anglanmagan motivlarining murakkab sistemasi orqali faoliyatga undovchi ehtiyojlar yig'indisiga bog'liqdir. Biroq ehtiyojlarni qondirish jarayoni ichki qarama-qarshiliklarga ega bo'lgan jarayondir. Odatda ehtiyojlar paydo bo'lishi bilanoq qondirilmaydi. Ehtiyojlarni qondirish uchun moddiy vositalar, shaxsning faoliyatga ma'lum darajada tayyor bo'lishi, bilimlar, ko'nikmalar va shu kabilar zarurdir.

Shaxs taraqqiyotida irsiyat va muhitning rolini to'la inkor qilib bo'lmaydi, balki har ikkisinin ham ma'lum darajada o'z o'rnini bor. Lekin shaxs taraqqiyotini belgilovchi asosiy omil ta'lim-tarbiya bo'lib hisoblanadi.

Mustaqil tarzda amaliy mashq uchun topshiriqlar va testlar.

O'z-o'ziga baho berish darajasini aniqlash testi .

1. Sizni nimanidir kilmasligim kerak edi degan xayellar kiynab turadimi?

a) tez-tez - 1 ball;

b) ba'zan - 3 ball.

2. Agar siz yerkin ta'ssurot koldiruvchi va utkir fikr yurituvchi inson bilan munosabatda bo'lsangiz, siz:
 - a) uni utkir fikrlikda ortda koldirishga harakat kilasiz. - 5 ball;
 - b) u bilan baxslashib utirmaysiz va kerak sharoitni yaratib beribsuxbatni tark etasiz - 1 ball.
3. Quyidagi fikrlardan sizga ko'proq yaqin bo'lganini tanlang:
 - a) ko'pchilik uchun omaddek tuyulgan narsa aslida tinimsiz mexnat natijasidir - 5ball;
 - b) shaxsiy erishuv baxtli tasodiflarga ham bog'lik bo'ladi. - 1 ball;
 - v) kiyin vaziyatlarda asosiysi tinimsiz mexnat yeki omad emas balki odam uzini tuta olishi va bosik bo'lishidir - 3 ball.
4. Sizning ovozinigiz yoki xatti xaraxatingizga xazil ma'nosida taqlid qilishdi. Siz:
 - a) birga kulishasiz va sizda qandaydir betakror tomoningiz borligidan quvonasiz - 3 ball;
 - b) siz ham uning kulgili tomonini topib uni mazaxlashga harakat kilasiz - 4ball;
 - v) xafa bo'lasiz , lekin yuzaga chikarmaysiz - 1 ball.
5. Siz shoshib yurgan paytlaringizda, odatda sizga vaqt yetishmaydimi yoki bir kishining imkoniyatlarini kengaytiradigan topshiriqlarga dildan kirishasizmi?
 - a) xa - 1 ball;
 - b) yuk - 5 ball;
 - v) bilmayman - 3 ball.
6. Dustingizga atir tanlayapsiz. Siz qandayini sotib olasiz?
 - a) uzingizga yekkan atirni - 5 ball;
 - b) shaxsan sizga yekmasa ham dustingizga yekishi mumkin bo'lgan atirni - 3 balla;
 - v) yaqindagi ko'rsatuvda reklama kilingan atirni 1-ball.
7. Siz uzingizni turli qiyofalarga solishni yaxshi
 - a) xa - 1 ball;
 - b) yuk - 5 ball;
 - v) bilmayman - 3 ball.
8. Sizning hamkasblaringiz (Ayniqsa yeshlar) sizdan kura ko'proq muaffakiyatga erishsa sizning jig'ingizga tegadimi?
 - a) xa - 1 ball;
 - b) yuk - 5 ball;
 - v) ba'zan - 3 ball;
9. Sizga birovlariga qarshilik ko'rsatish xuzur bagishlaydimi?
 - a) xa - 5 ball;
 - b) yuk - 1 ball;
 - v) bilmayman - 3 balla.
10. Ko'zingizni yuming va uchta rangni tasavvur qilishga harakat kiling:
 - a) samorang-1 ball;
 - b) sarik - 3 balla;
 - v) kizil - 5 ballov;

Ballarni hisoblash

50 dan 38 ballgacha. Siz uzingizga ishonasiz va uzingizdan kunglingiz to'q. Sizda odamlar ustidan ustunlik qilishga moyillik kuchli, o'z «meningizga» urg'u berish va o'z fikringizni uqtirishni yaxshi kurasiz. Odamlarning gapi sizni qiziqitirmaydi lekin sizda tanqid qilishga moyillik bor. Sizning ballingiz oshishi tobora sizga «Siz faqat o'zingizni yaxshi ko'rasiz o'zgalarni emas» degan iboraning mos kelishini ta'minlaydi. Ammo sizning bitta kamchilingiz bor: u ham bo'lsa siz o'zingizga nisbatan juda jiddiy munosabatda bo'lasiz va bironta ham tanqidiy fikrni qabo'l qilmaysiz. Agar sizga test natijalari yoqmasa tezda o'zingizni «ximoya» qiladigan gaplar topishga harakat qilasiz. Bu aniq! Afsuski Bular xaqiqatga ancha yaqin. . . .

37 dan 24 ballgacha. Siz o'z dunyoingiz bilan yashab o'zingizga ishonasiz va nimalarga qodir ekanligingizni bilasiz.

Siz qiyin vaziyatlarda va odamlar bilan chiqishishda kerak bo'ladigan shaxsiy xarakterning qimmatli ilmlariga egasiz. O'zingizga va atrofingizdagilarga nisbatan munosabatingizni ta'riflovchi formulani quyidagi so'z orqali ifodalash mumkin: «O'zidan ham o'zgalardan rozi»

Sizda sog'lom o'zingizga baxo berish darajangiz mavjud. Siz o'zingiz uchun tayanch ham kuch manbai bo'la olasiz. Asosiysi o'z imkoniyatlaringizdan foydalanasiz, o'zgalar imkoniyatidan emas.

23 dan 10 ballgacha. Ajablanarli narsa shuki siz o'zingizdan norozi bo'lishingiz sizni gumonlar qiynashi va siz o'zingizning aqliy imkoniyatlaringiz, qobiliyatlaringiz, muvaffaqiyatlaringiz, tashqi ko'rinishingiz, yoshingiz, jinsingiz va xakozolaringizdan norozi bo'lishingizdir. Shoshmang! O'zini yaxshi ko'rish yomon deb kim aytdi? Fikrlaydigan odam doim o'zidan norozi bo'lish kerak deb sizga kim aytdi? Aniqki Hech kim sizdan o'zingdan rozi bo'l deb talab qilmaydi lekin siz o'z shaxsingizni bunchalik past baxolamasligingiz kerak. Aksincha o'zingizni avvalo o'zingiz xurmat qilishingiz kerak. Qalbingizdagi olovni kuchaytiring.

Geometrik shakllar yordamida chizilgan odamning rasmi testi

Ushbu test «Psixologik diagnostikada grafik usullar» kitobidan olingan.

Testni o'tkazishdan kutiladigan maqsad —odamlar o'rtasidagi individual tipologik farqlarni aniqlash.

Ko'rsatma: Ciz uchburchak, aylana, kvadratlardan foydalangan holda xohishingizga qarab, jami o'n elementdan iborat odam figurasini chizib berishingiz lozim. Geometrik shakllar o'lchami har xil bo'lishi mumkin ularni zaruriyatingizga qarab ishlatasiz. Muhimi - odamni chizishda shu uch elementdan foydalanilsa, bas. Shakllarning umumiy soni o'ntadan oshmasligi kerak. Elementlar oshiqchasini o'chirish, kamini to'ldirishi darkor. Rasmni ko'rsatmaga binoan chizing.

Sinaluvchilarga 10 X10 sm o'lchamli uch dona varaq raqamlangan hamda imzolangan holda tarqatiladi.

N 1 varaqqa birinchi sinov rasmi tushiriladi, undan keyin N2 . , N3. . . ga.

Undan so'ng ma'lumotlar qayta ishlanadi. Ko'rsatma buzilgan bo'lsa tarqatma material yaroqsiz bo'lgan deb hisoblanadi.

Ma'lumotlar quyidagi ko'rinishda qayta ishlanadi:

Odamchani tasvirlashda foydalanilgan uchburchak, aylana, kvadratlar soni har bir rasm uchun alohida hisoblanadi va natija uch xonali son bilan ifodalanadi, bunda uchburchak- 100, aylana- 10, kvadrat-1-liklarda bo'ladi.

Masalan, 3-ta uchburchak, 4-ta aylana, 3-ta kvadrat qo'llanilgan bo'lsa, bu - 343 sonini beradi. Ushbu son rasm formulasini tashkil qiladi.

Unga qarab chizayotgan kishilarning o'ziga mansub bo'lgan turi aniqlanadi. Turlar quyidagi jadvalda keltirilayapti

INDIVIDUAL-PSIXOLOGIK FARQLAR TIZIMI.

901	802	703	604	505	406	307	208	109	
910	811	712	613	514	415	316	217	118	019
	820	721	622	523	424	325	226	127	028
		730	631	532	433	334	235	136	037
			640	541	442	343	244	145	046
				550	451	352	253	154	055
					460	361	262	163	064
						370	271	172	073
							280	181	082
								190	091

1-TUR. RAXBAR - odatda bunday odamlar boshqarish va uyushtirish faoliyatiga moyil bo'lishadi. Ular jamiyatdagi muhim axlokiy me'yorlarga tayanishadi, yuqori darajadagi nutqqa ega bo'lib, hikoyanavislik iqtidori ham yo'q emas. Ko'pchilik qatnashadigan, jamoa joylarga yaxshi moslasha olishadi. Boshqalar ustidan hukmronlikni ma'lum bir chegarada saqlay bilishadi. Odatda yashil rangni tanlaydilar va DARAXT testida ARChANI chizishadi.

FORMULALAR - 901, 910, 802, 811, 820, 703, 712, 721, 730, 604, 613, 622, 631, 640.

901, 910, 802, 811, 820- xildagilarda ustivorlik juda kuchli namoyon bo'ladi.

703, 712, 721, 730 - xildagilarda bu xol vaziyatga qarab ro'y beradi.

604, 613, 622, 631, 640 - bundaylar hukmi nutq ta'sirida o'tkaziladi, boshqacha qilib aytganda, Bular O'QITUVCHILAR toifasiga mansub.

Shuni ta'kidlab o'tish joiz-ki, ushbu sifatlar namoyon bo'lishi sinaluvchining psixik taraqqiyoti darajasiga ham bog'liq bo'ladi. Yuqori darajada rivojlangan individual-psixologik sifatlar yaxshi anglanib, ro'yobga chiqishi oson bo'ladi. Rivojlanishi past dara-jada bo'lsa kasbiy faoliyatda namoyon bo'lmaydi, balki vaziyatga qarab namon bo'ladi. Bular barcha ta'riflarga xos.

2-TUR. MA'SULIYATLI IJROCHILAR - ular ham RAHBARLARga taalluqli ko'plab hislatlarga ega, biroq ma'suliyatli qarorlar qabo'l qilish

chog'ida ikkilanadilar. Bunday kishilar ishni bajarishga usta bo'ladilar, o'ta mahoratli, ma'suliyatli va o'ziga ham, boshqalarga ham talabchan, haqiqatgo'y, ya'ni har joyda adolat qilishligi bilan ajralib turadilar. Ko'pincha asabga bog'liq somatik kasalliklar bilan og'rishadilar.

FORMULALAR - 505, 514, 523, 532, 541, 550.

3-TUR. XAVOTIRLI-SHUBHALI—bunday kishilar turfa qobiliyatlar va iqtidor egalari bo'lishadi Ularda nafis qo'l harakatlari ko'-nikmalaridan tortib adabiy iqtidorgacha bor. Odatda bunday odamlarga bir kasbning o'zi kamlik qiladi, ular o'z kasblarini kutil-maganda umuman qarama-qarshi kasbga o'zgartirishlari mumkin. Tartibsizlik ularga yot bo'lganligi sababli ko'plab nizolarni yuzaga keltirishadi. Ko'ngillari o'ta nozik. Ular o'zlariga ishonchsiz, tasalliga muhtojdirlar.

FORMULALAR- 406, 415, 424, 433, 442, 451, 460.

Bundan tashqari 415-nazmiy iqtidor egalari mansub, 424-o'z ishini o'ta puxta qiladigan kishilarga taalluqli, ularni «Qanday qilib yomon ishlash mumkinligini tasavvur qilolmayman!» degan jumlasini ajratib turadi.

4-TUR. OLIMLAR —bundaylar voqyea-hodisalarning muhim tomonlarini aniqlash uchun ularning juz'iy tomonlarini fikran bir chekkaga qo'yib tahlil qila oladilar. Konseptual tafakkurga, har narsaga o'zining qarashlarini ishlab chiqish qobiliyatiga ega. Ruhan xotirjam. O'z xatti-harakatlarini aql bilan muvofiqlashtirib turadi.

FORMULALAR- 307, 316, 325, 334, 343, 352, 361, 370.

316 -global nazariyalar yaratish qobiliyatiga yoki ulkan hamda murak-kab ishlarni muvofiqlashtirish salohiyatiga ega.

325 - Bular hayotga, sog'liqqa, biologiya va medisinaga oid bilimlarga o'chligi bilan ajralib turadi. Ular kino, sirk, rejissura, multip-likasiya kabi sintetik san'at bilan shug'ullanadilar.

5-TUR. INTUITIV - bu toifadagi odamlar sezgir asab tizimiga ega bo'lib, tez holsizlanadi. Bir faoliyatdan boshqasiga ko'chishni talab etadigan sohalarda yaxshi ish beradilar. Odatda o'zini mazlumlar hi-moyachisi sifatida ko'rsatadi. Yangilikni tez qabo'l qiladigan. Altruist, o'zgalarga g'amho'r. Yaxshigina qo'l ko'nikmalariga va ko'rgazmali tasavvurga ega. Bu esa o'z navbatida texnikaning ijodiy turlarida ish olib borishga imkon beradi. Aksariyat hollarda o'zlarining axloq me'yorlarini ishlab chiqadilar. Erkiga tajovuz qiladigan har narsaga salbiy munosabat bildirishadi.

FORMULALAR -208, 217, 226, 235, 244, 253, 262, 271, 280.

235 - psixologlar va psixologiyaga yuqori qiziqish bilan qaraydi-ganlar orasida ko'p uchraydi.

244 - adabiy ijod salohiyatiga ega odamlar.

217 - kashfiyotchilik qobiliyatlari bor kishilar.

226 – yangilikka muhtojlik sezadigan va o'z oldiga yuqori mqsadlar qo'yadiganlar orasida uchraydi.

6-TUR. KASHFIYOTCHI, KONSTRUKTOR, RASSOM. —bu toifa texnik qobiliyati bor kishilarda ko'p uchraydi. Bunday odamlar boy tasavvur, fazoviy ko'ra bilish qobiliyatlariga ega, texnik, badiiy va intellektual ijodning

har xil turlari bilan shug'ullanishadi. E'tibori ichki olamiga qaratilgan, intuitiv turga o'xshab ular ham o'z axloq me'yorlari bilan yashashadi, tashqaridan bo'ladigan ta'sirga o'ta ta'sirchan. His-tuyg'ularga beriluvchan, o'ziga xos g'oyalar fidoyisi.

FORMULALAR -109, 118, 127, 136, 145, 019, 028, 037, 046.

019 — O'z muxlislariga ega insonlarda,

118 — kashfiyotchilar va konstruktiv imkoniyatlarga ega odamlarda uchraydi.

7-TUR. EMOTIV –bu toifa odamlari hamdardlik xususiyatiga ega, kinofilmlarning qiynoqqa soladigan lavhalarini ko'rishi og'ir kechadi. Kutilmagan hodisalardan es-hushini yo'qotib qo'yishadi. Boshqalarning dardi va tashvishiga xayrixoh, achinganidan ruhan tez toliqadi. Oqibatda, o'zlari qiyin ahvolga tushib qoladilar.

FORMULALAR - 550, 451, 460, 352, 361, 370, 253, 262, 271, 280, 154, 163, 172, 181, 190, 055, 064, 073, 082, 091.

8-TUR. EMOTIV TURNING AKSI - bu toifa odamlari birovlar dardini tushunmaydi, ularga o'z ta'sirini, hukmini o'tkazishga harakat qiladilar. Yaxshi mutaxassis bo'lsa, o'zi zarur deb hisoblagan ishni qilishga boshqalarni majbur eta oladi. Ba'zan bag'ritosh, vaziyatga, o'z muammolariga o'ralashib qolishadi.

FORMULALAR- 901, 802, 703, 604, 505, 406, 307, 208, 109.

Testga izoh

Ushbu diagnostikaning nisbatan ishonchsizligiga qaramay, mazkur metodika psixokonsultant bilan mijoz o'rtasida yaxshi aloqa vositasi bo'lishi mumkin. Individual tavsif berish chog'ida quyidagi savollarni berishni o'rinli deb hisoblaymiz (odatda tasdiq javobi beriladi):

Bo'yin bo'lsa – ko'ngli nozikmisiz? Sizni xafa qilish osonmi?

Quloq bo'lsa - sizni eshitishni biladigan odam deb hisoblashadimi?

Cho'ntak bo'lsa - bolalaringiz bor-mi?

Agar biron bir rasmda bosh kiyimi bo'lsa - kimgadir majburan yon bosib, endi afsusdamisiz?

Agar uchchala rasmda ham bosh kiyimi bo'lsa – o'zingizni qo'lingiz bog'liqday, chorasizday his qilayapsizmi?

Yuz to'liq chizilgan bo'lsa — muloqotchan odammisiz?

Birgina og'iz bo'lsa – Sergapmisiz?

Birgina burun bo'lsa — hidga sezgirmisiz? Atirni xush ko'rasizmi?

Odamcha tanasida aylanalar bo'lsa -- kimgadir buyruq berish majburiyatingiz bormi?

«Tugallanmagan jumlar» proyektiv metodikasi

Sinaluvchi: 16-yoshdan kichik bo'lmasligi, proyektiv metod tushunchasi va vazifasining maqsadi bilan tanish bo'lmasligi shart.

Ko'rsatma: Psixolog sinaluvchiga jumlalarining boshini o'qib beradi va sinaluvchining hayoliga kelgan birinchi fikrni o'ylamasdan aytib, jumlaning yakunlab berishni iltimos qiladi. Psixolog javoblarni qog'ozga yoki diktofonga

yozib boradi. Agar sinaluvchi javob berishdan oldin o'ylanib qolsa, vaqti-vaqti bilan o'ylanmasdan javob qaytarish zarurligini eslatib turish joiz.

Tugallanmagan jumlarlar ro'yxati:

1. Kasbim. . (o'qishim. .)
2. Oilam. . .
3. Qo'rqaman-ki. . .
4. Pullar.
5. Orzuim. . . .
6. Ish. . . .
7. Tushlarim. . . .
8. Kurashmoq. . . .
9. Eng yoqtirganim. . .
10. Uyda. . . .
11. Boshim. . . .
12. Bolalar. . . .
13. Meni bezovta qilgan narsa. . . .
14. Ajal. . . .
15. Qiyofam. . . .
16. Do'stlar. . . .
17. Quدراتim yetsa. . . .
18. Rejalarim. . . .
19. Yashirganlarim. . . .
20. O'ylasam. . . .

Ro'yxatni sinaluvchiga ahamiyatli bo'lgan mavzular bo'yicha tuzilgan jumlarlar bilan to'ldirish mumkin. Tahlilning asosiy vazifasi - sinaluvchi uchun ahamiyatli bo'lgan mavzu, muammo va nizolarni aniqlash. Tahlilning barcha vaziyatlarda ish beradigan qat'iy bir qolipi yo'q, umumiy yondashuvlar bor xolos.

Ba'zi javoblar shunday aniq berilganki, Hech qanday tahlil yo izohga muxtojlik sezilmaydi *kasbim. . bo'lmagur. . ; yoki ish. . jonga tegdi* degan javoblarga nima qo'shimcha qilish mumkin (ellik birga kirgan ayol, injener)?

Biron bir mavzu muhimligi (qisman bo'lsa ham anglanuvchi) uning bir necha javoblarda ta'kidlanishidir. Ayniqsa, jumla boshlanishi berilgan mavzu bilan mazmunan bog'liq bo'lmasa. . O'ttiz bir yasharli erkakning (oliy ma'lumotli, qurilishda usta bo'lib ishlaydi) turkum javoblari shunday ma'nodor va izoh talab qilmaydigandir: *ish. . . pul;. . pul. . . ish; meni bezovta qilgan narsa. . . oylik*; va h. , k. Ba'zan har xil mavzu bilan bog'langan javoblardagi bir birini inkor etish xollari, nizoni aniqlash imkonini beradi. Masalan, yigirma yashar talaba qizning javoblarida *ish* va *hafsalasizlik*, *charchoq* mavzulari orasida nizo kuzatiladi. Birinchisiga: *ish (sukut). . . qunt; rejalarim. . . yaxshi o'qish* – javoblari oiddir. Ikkinchisiga: *orzuim. . . dam olish (orzu bilan rejalar orasidagi tafovutga e'tibor bering); kurashmoq. . . hafsalasizlik bilan; quدراتim yetsa. . . dunyoni ko'rsam, sayohat qilsam* – javoblari oiddir.

Boshim. . . og'riyapti - javobi ham shu mavzuga mansub. Ko'pincha sinaluvchining aksariyat javoblarini shartli ravishda bir necha muhim mavzularga mansubligi bo'yicha farqlash mumkin. Shu tariqa, o'ttiz uch yoshli erkakning (chet el kompaniyasi xodimi) javoblarining teng yarmini shartli

ravishda o'zaro chambarchas bog'liq ikki mavzu doirasiga kiritish imkoni tug'iladi. Birinchisini tobelik, o'zgarishlarga umid yo'qligi deb ataymiz: kasbim. . . . qanday kasbim. . . . o'zgarishlar istagi; qo'rqaman-ki. . . . vaziyat izmimdan chiqib ketsa; ish. . ish. . . . ko'p narsa o'zimga bog'liq bo'lgan ishni istayman; kurashmoq. . yo'q, kurashish istagim yo'q; rejalarim. . . . Hech qanday rejalarim yo'q.

Ikkinchi shartli mavzu bu - orzular: orzuim. . . uy, ko'lmak, cho'milish havzasi, boshqa tomondan o'zga sayyoraga ko'chgim bor; tushlar. . . . tushlarimda uchaman va uzoq parvoz etaman; meni bezovta qilgan narsa. . . . boshim, havzasi bor uy hamda boshqa sayyoraning yo'qligi; qudratim yetsa. . . . sakrardim, parvoz qilardim va suzardim. Sinaluvchi javoblarida, ehtimol, anglangan, biroq yechimi yo'qday tuyulayotgan nizo mohiyati kuzatilmoqda. Yaxshi anglanmagan yoki g'ayrushuriy muammo yo mavzuning muhimligi ko'rsatkichi - davomiy sukut, javobdan bo'yin tovlash yoki «yo'q, bilmayman» deyishidir. Sukut va ikkilanishdan keyin javob berilgan taqdirda, javob bir qolipli bo'ladi- mashhur ibora, maqol yoki matal. Masalan, kurashmoq. . . . yiqilgan kurashga to'ymaydi yoki o'ylayman. . . . demak borman.

Sinaluvchining o'z ichki olamiga bostirib kirilishlardan muvaffaqiyatli himoyalayotganligi ko'rsatkichi bo'lib javoblar qisqaligi, bir qolipdagi gaplarning ishlatilishi, shuningdek ijtimoiy ma'qullangan kam ma'lumotli javoblar berilishi hisoblanadi: yashirganim. . . . ba'zan, nimadir; do'stlar. . . . yaxshi; qiyofam. . . . orasta. Bunday natijalarni tahlil qilish qiyin kechadi. Biroq Bular ham o'zi bilan muhim axborotni olib keladi.

Izoh: «Tugallanmagan jumlar» metodikasi boshqa proyektiv metodlarga solishtirilganda g'oyaviy mazmunining soddaligi va ochiqqligi bilan farqlanadi. Shuning uchun odatda, sinaluvchidan ko'ra psixolog uchun zarur bo'lgan bir qadar muhim va yangi ma'lumotlarni olish imkoniyati tug'iladi. Ayrim hollarda (ba'zan shunday vaziyatlar ham vujudga keladi) sinaluvchi metodikani o'tkazish chog'ida uni qiynaydigan va yaxshi anglanmagan muammoni anglay boshlaydi. Bunday hollarda nafaqat sinaluvchining o'zi, balki psixolog ham kutmagan kuchli emosional kechinmalar girdobida qolishi mumkin. Shunga o'xshash vaziyatlarda tekshiruvni psixokorreksion suhbat ko'rinishiga o'tkazish, yo sina-luvchini tinchlantirib, uning xohishiga ko'ra, ichidagini to'kib solishga imkon yaratib berish maqsadga muvofiqdir. Boshqa bir xavf - sinaluvchining o'zi istaganidan ko'proq ma'lumot berib yuborishidadir. Ichki sezgisi kuchli, mulohazali psixolog sinaluvchi yashirishga intilgan his-tuyg'ular va hodisalarni tez Idrok qila oladi. Masalan, barcha gaplarni osonlikcha yakunlayotgan erkakni olaylik. Ro'yxat oxirida u birin ketin ikki marta REJALARIM. . . . va YaShIRGANIM. . . . deb boshlangan jummalarni yakunlashni rad etadi-yu, qo'shimcha AYoL. . . . deb boshlanadigan jumlagi SEKS deb javob berdi. Bu o'rinda haqiqatda mavjud yoki rejalashtirilayotgan nikohdan tashqari aloqaning ehtimoli yuqoridir. Ba'zan sinaluvchining o'ziga ham psixolog izohlarisiz istaganidan ortiq ko'ngil iqrori ro'y bergani oydinlashadi, u o'zini noqulay va xijolatli sezadi. Shuning uchun ham tadqiq natijalarini sinaluvchiga yetkazishda psixolog andishali bo'lmog'i va unga ehtiyotkorlik bilan yondashmog'i lozim.

**4-amaliy mashg'ulot mavzusi: Shaxsning individual xususiyatlari.
Temperament. Xarakter. Qobiliyatlar.**

Reja:

1. Shaxsning individual xususiyatlari so'zlarini eshitganingizda fikringizga qanday so'zlar, iboralar keladi. (Aqliy xujum) - 5 daqiqa
2. Temperament tiplari va ularning psixologik xarakteristikasi.
(«Charxpalak» pedagogik texnologiyasi asosida) -15 daqiqa
3. Temperament tiplarini aniqlash testi orqali amaliy mashq -15 daqiqa
4. Xarakter. Qobiliyatlar (Kichik guruhlarda ishlash metodi orqali) 25 daqiqa
5. Kommunikativ va tashkilotchilik qobiliyatlarini aniqlash testi orqali amaliy mashq - 15 daqiqa
6. Darsga yakun yasash - 5 daqiqa

**Mashg'ulot uchun zaruriy uslubiy tavsiyalar va o'quv didaktik
tarqatma materiallar**

1. Shaxsning individual xususiyatlari so'zlarini eshitganingizda fikringizga qanday so'zlar, iboralar keladi. (Aqliy xujum) - 10 daqiqa
2. Temperament tiplari va ularning psixologik xususiyatlarini o'rganish, bu haqida olingan ma'lumotlarni mustahkamlash va ushbu masala bo'yicha talabalar o'zlashtirishi saviyasini aniqlash uchun «Charxpalak» pedagogik texnologiyasini qo'llash mumkin. Buning uchun guruh 3 ta kichik guruhga bo'linadi. Xar bir guruhga oldindan tayyorlangan quyidagi didaktik tarqatma material beriladi. Uning yuqori qismiga chap tomonga guruh nomeri yoki shartli nomi, o'ng tomonga guruh a'zolari belgilash uchun tanlagan belgi qo'yilishi va guruh muhokama qilib, jadvalning chap qismidagi 2 ustunda ifodalangan 12 ta xulq atvor ko'rinishlari qaysi temperament tiplariga mos kelishini belgilash taklif etiladi. Bu belgilar qo'yilgan qog'ozni (soat strelkasi yo'nalishi bo'yicha) keyingi guruhlariga uzatish talab etiladi. Keyingi guruh esa yana guruh fikri bo'yicha tegishli belgilar bilan to'ldirishi va keyingi guruhga uzatishi lozim. Shu tarzda davom etib, guruxlar fikrlari belgilangan qog'ozlar charxpalak singari guruhlar orasida aylanib bo'lgach, natijalar muhokamasi tashkil etiladi. Bunda jadvalning chap qismidagi 2 ustunda ifodalangan 12 ta xulq atvor ko'rinishlari qaysi temperament tiplariga mos kelishi bo'yicha belgilashlarda qanday bandlarda farqlar mavjud bo'lsa, shu banddagi xulq atvor ko'rinishining muayan temperament tipiga mansubligi muhokama etilib, umumiy bir to'g'ri xulosaga kelinadi.

*«Charxpalak» pedagogik texnologiyasi uchun didaktik tarqatma material
Quyidagi xulq atvor xususiyatlari qaysi temperament tiplariga mos keladi?*

		Temperament tiplari			
		Xole- rik	Sang- vinik	Fleg- Matik	Melan - xolik

1	Harakatlari juda tez, ma'lumotlarni tez kabo'l kiladi va miyasida kayta ishlaydi.				
2	Ularning bir sharoitdan ikkinchi sharoitga moslashishi kiyin kechadi, ularning kuvongani yoki xafa bo'lgani tashqaridan bilinmaydi.				
3	Xushchakchak, begamroq, juda mulokotga kirishuvchan, konformist kishilardir.				
4	Serharakat, sergayrat, emosional xolatlari jo'shqin.				
5	Harakatlari sekin, bosik, xotirjam, emosional turgun kishilardir.				
6	Jo'shqin, jaxli tez chikadigan, impulsiv, o'ziga baxosi balandroq,				
7	Tez xafa bo'lib koladigan, xar narsani yuragiga yaqin oladigan kishilardir.				
8	Ular mulokotga tez kirishmaydi, dusti ham kam bo'ladi.				
9	O'ta ta'sirchan, xis-tuyguli,				
10	Do'stlari ko'p bo'ladi, mexmonga borishni yoktiradilar, uzi yoktirgan ishni yaxshi bajaradi, boshqalariga yuzaki yondashadi.				
11	Bu tipdagi kishilarda sa'nat va adabiyot sohalaridagi noyob ijodiy qobiliyatlar ko'p uchraydi.				
12	Hayajonlanuvchi, shoir tabiat, mexrli				

3.Temperament tiplarini aniqlash testini o'tkazish bo'yicha amaliy mashq

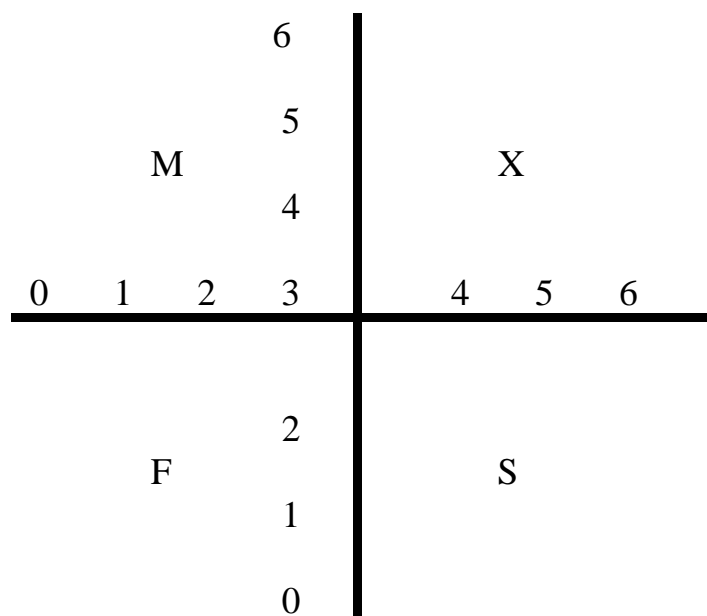
Temperamentni aniqlash metodikasi

Sizning e'tiboringizga 12ta fikr, hukmlar xavola etilmoqda, ularning har birini diqqat bilan ukib chiking, agar ushbu fikr sizning xulq atvoringizga mos bo'lsa, yoki «ha» degan javobga to'g'ri kelsa - 1, agar mos bo'lmasa, ya'ni «yo'q» degan javobga to'g'ri kelsa – 0 qo'ying. Ko'p o'ylamasdan javobni darrov berishga harakat kiling, eng to'g'ri javob fikringizdagi birinchi javob hisoblanadi.

Odatda Siz ishga oldindan rejalashtirishga ko'p vaqt sarf qilmasdan kirishasiz.

Ba'zida Siz o'zingizni Hech qanday asossiz baxtli, ba'zida esa baxtsiz xis qilasiz. Siz zudlik bilan, tez harakatlar talab etadigan ishni bajarishdan qoniqish olasiz. Sizning kayfitingiz biror tashqi sabab bilan tushuntirib bo'lmaydigan holda, yomondan yaxshiga qarab o'zgarib turishga moyil.

Yangi kishilar bilan tanishish jarayonida, odatda, siz birinchi bo'lib tashabbus ko'rsatasiz. Siz uchun muxim bo'lgan voqyeaning boshlanishini kutayotganligingizda o'zingizni xavotirlanayotgan, xayajonlanayotgandek xis qilasiz.



Siz tez va kat'iy harakat qilishga moyilsiz.

Fikringizni bir joyga jamlay olishga harakat qilasiz-u, lekin uddasidan chiqolmaysiz.

Siz odatda, jaxli tez chiqadigan kishisiz.

Ko'pincha, siz muloqatda bo'layotgan shaxs bilan jismonan birga, lekin ruhan uzoqda bo'lasiz.

Siz odamlar bilan muloqotda bo'lish imkoniyati bo'lmagan xollarda, o'zingizni noqulay xis qilasiz.

Ba'zida siz to'la quvvatli, faol, ba'zida esa o'zingizni sust, passiv xis qilasiz.

Toq raqamli savollar qarshisidagi javoblar bo'yicha to'plangan ballarni gorizantal chiziqqa, juft raqamli hukmlar quyilgan ballarni esa vertikal chiziqqa joylashtirib chiqing. Sizning temperamentingiz turi koordinata qanday qiymatlarga mos kelishi va qaysi temperament belgisi joylashgan joyga to'g'ri kelishi bilan aniqlanadi.

M - melanxolik

X - xolerik

S - sangvinik

F - flegmatik

Temperament xususiyatlari

Shaxslar o'ziga xos xulq atvor xususiyatlari bilan bir-birlaridan ajralib turishadi. Shaxslarning o'ziga xos xususiyatlaridan biri bu tempepament

hisoblanadi. Psixologiya fanida temperament tushunchasi eng ko'p qo'llaniladi va o'rganiladi. Temperament kishining psixik faoliyati harakatlari tezligi, his-tuyg'ularning ifodalanishi, muloqotga kirishuvchanlikni ifodalovchi nisbatan barqaror tug'ma individual tipologik xususiyat tushuniladi.

Xolerik temperamentli kishilar harakatlari juda tez, ma'lumotlarni tez qabo'l qiladi va miyasida qayta ishlaydi, serharakat, serg'ayrat, emosional xolatlari. Jo'shqin, jaxli tez chiqadigan, impulsiv, o'ziga baxosi balandroq, muloqotga kirishuvchan, qasoskor va maqsadga intiluvchan kishilardir.

Sangvinik temperamentli kishilar xushchakchak, xushmuomala, beg'amroq, juda muloqotga kirishuvchan, konformist kishilardir. Ularning do'stlari ko'p bo'ladi, mexmonga borishni yoqtiradilar, o'zi yoqtirgan ishni yaxshi bajaradi, boshqalariga yuzaki yondashadi.

Flegmatik temperamentli kishilarning harakatlari sekin, bosik, xotirjam, emosional turg'un kishilardir. Ularning bir sharoitdan ikkinchi sharoitga moslashishi qiyin kechadi, ularning quvongani yoki xafa bo'lgani tashqaridan bilinmaydi. Ular muloqotga tez kirishmaydi, do'sti ham kam bo'ladi.

Melanxolik temperamentli kishilar o'ta ta'sirchan, xis-tuyg'uli, xayajonlanuvchi, shoir tabiat, mexrli, tez xafa bo'lib qoladigan, xar narsani yuragiga yaqin oladigan kishilardir. Bu tipdagi kishilarda sa'nat va adabiyot sohalaridagi noyob ijodiy qobiliyatlar ko'p uchraydi.

Umuman, temperamentning yaxshi yoki yomoni bo'lmaydi. Xar bir temperament tiplarining o'ziga xos ham ijobiy, ham salbiy jixatlari mavjud. Ularning namoyon bo'lishi shaxs rivojlanishining darajasi va yo'nalishiga bog'liqdir

4. Xarakter. Qobiliyatlar. Kichik guruhlarda ishlash uchun guruh 2 ta kichik guruhga bo'linadi va ularga quyidagi tarqatma materiallar berilib, Ushbu masalalar bo'yicha taqdimotlar tayyorlash topshiriladi. Takdimot tayyorlash uchun 15 daqiqa va xar bir gurux taqdimoti uchun 3 daqiqadan Taqdimotlar muhokamasi uchun 4 daqiqa ajratiladi. Jami 25 daqiqa.

1– guruh uchun tarqatma material.

Xarakter

Shaxsning individualligi temperament singari xarakterda ham namoyon bo'ladi. Xarakter – bu shaxsning faoliyat va muloqoti jarayonida tarkib topadigan va namoyon bo'ladigan individual xususiyatlari bo'lib, individ uchun u tipik xulk-atvor hislatlari bo'lib hisoblanadi.

Kishining shaxsi u nima qilayotgani bilan emas, balki uni qanday bajarayotgani bilan xarakterlanadi.

Xarakter kishi shaxsining yunalishini belgilaydigan ijtimoiy munosabatlarga bog'liq bo'ladi. Masalan, kishining jamiyatdagi yuqori mavqeyi, amali unda takabburlik, kekkayganlik, riyokorlik, ta'magirlik, munofiqlik kabi salbiy hislatlarni shakllanishiga olib kelishi mumkin. Aksincha, oddiy mexnatkash kishida jamiyatdagi mavqeyiga qarab fidokorlik, maqsadga intilganlik, jasurlik, kamtarlik, mexnatsevarlik kabi ijobiy hislatlarning shakllanishiga olib keladi.

Xarakterni tuzilishi

Inson shaxsining xarakteri hamisha ko'pqirralidir. Unda alohida xususiyatlar yoki tomonlar ajratilib ko'rsatilishi mumkin, lekin ular birlaridan ajratilgan, alohida xolda bo'lmaydi, balki ma'lum darajada xarakterni barkaror tuzilishini tashkil etgan xolda uzaro bog'liq bo'ladi.

Xarakterni strukturasi uning ayrim xususiyatlari o'rtasidagi konuniy bog'liqlikda namoyon bo'ladi. Agar kishi kurkok bo'lsa, u tashabbuskorlik, kat'iylik va mustaqillik, fidokorlik va oliyximmatlilik fazilatlariga ega bo'lmaydi, deb aytish uchun asoslar bor. Shu bilan birga xarakteri bo'yicha kurkok kishidan itoatkorlik va xushomadguylilikni, kuchli kishiga nisbatan konformlilikni, kizgonchilikni, sotkinlikni, ishonchsizlik va extiyotkorlikni ko'tish mumkin.

Xarakterni xususiyatlari orasida ayrimlari asosiy, yetakchi bo'lib, uning namoyon bo'lishining butun kompleksini rivojlantirishning umumiy yunalishini belgilab beradi. Ular bilan bir qatorda ikkinchi darajali xususiyatlar ham borki, ayrim xollarda ular asosiy deb belgilanishi, boshqalarida esa ular bilan uyg'unlashmasligi ham mumkin.

Xarakter subyektni birgalikdagi faoliyatga qay tarzda faol jalb qilinishiga qarab xatti-harakatlarda va ishlarda namoyon. Bular ekan, ham faoliyat mazmuniga, ham qiyinchilikning muvaffaqiyatli yoki muvaffaqiyatsiz bartaraf etilishiga, ham asosiy xayotiy maqsadlarga erishishda uzoq va yaqin istiqbollarga bog'liq bo'lib qoladi.

Shunday qilib xarakterni tarkib topishida kishining tevarak-atrofidagi muxitga va o'z-o'ziga, boshqa kishiga qanday munosabatda bo'lishi muxim hisoblanadi. Shu bilan birga bu munosabatlar xarakterni eng muxim xususiyatlarini tasniflash uchun asos bo'ladi.

Yuqoridagilardan kelib chiqib xarakterni to'rtta sistemasini farqlash mumkin:

1. Jamoaga va ayrim odamlarga bo'lgan munosabatlarni ifodalovchi xarakter xususiyatlari: yaxshilik, mexribonlik, talabchanlik, takabburlik va boshqalar.

2. Mexnatga bo'lgan munosabatni ifodalovchi xarakter hislatlari: mexnatsevarlik, vijdonlilik, inga mas'uliyat bilan karash, boshlagan ishni oxiriga yetkazish, yalkovlik, mas'uliyatsizlik kabilar.

3. Narsalarga bo'lgan munosabatlarni ifodalovchi xarakter hislatlari: ozodalik yoki ifloslik, narsalarni ayab ishlatish yoki ayamaslik, ularga nisbatan extiyotkorlik yoki aksincha kabilar.

4. Odamning o'z-o'ziga bo'lgan munosabatlarini ifodalovchi xarakter hislatlari: izzat-nafslilik, uz sha'nini extiyot qilish, kamtarlik, o'ziga ortikcha baxo bermaslik yoki shuxratparastlik, magrurlik, dimogdorlik, uzini kata olish kabilar.

1– guruh uchun tarqatma material.

Qobiliyatlar

Qobiliyatlar shaxsning mazkur faoliyatni muvaffkiyatli amalga oshirish sharti hisoblangan va buning uchun zarur bilim, kunikma va malakalarni

egallash dinamikasida yuzaga chikadigan farqlarda namoyon bo'ladigan individual – psixologik xususiyatdir.

Qobiliyatlar individual – psixologik xususiyatlar sifatida, ya'ni bir odamning boshqa bir odamdan farq kiladigan belgilari sifatida ta'riflanadi. O'z-o'zidan ma'lumki, kishilar bir-biri bilan teng emas. Ana shuning uchun ham qobiliyatlar hakida gap ketganda bu farqlarni xarakterlab o'tish kerak. Bu farqlar sifatli va mikdoriy bo'lishlari mumkin.

Qobiliyatlarning sifat jixatdan xarakteristikasi insonga mexnat faoliyatining kaysi sohasida (konstruktorlik, pedagoglik, iktisodchilik, sport va boshqalarda) osonlik bilan uzini topa oladi, katta yutuklarga va muvaffaqiyatlarga erishadi degan savolga javob topish imkoniyatini beradi. Bu bilan qobiliyatlarning sifat xarakteristikasi ularning mikdoriy xarakteristikasiga uzviy boglikdir.

Psixologiyada qobiliyatlarni mikdor jixatdan ulchash muammosi uzok tarixga egadir. XIX asrning oxiri va XX asrning boshlarida qator psixologlar (Kettel, Termen, Spirmen va boshqalar) ommaviy ixtisoslar uchun kasb tanlashni amalga oshirish zaruriyati bilan boglik bo'lgan talablar ta'siri ostida ta'lim olayotganlarning qobiliyatini aniqlashni taklif qilib chikdilar.

Usha paytlarda qobiliyatlarni ulchash usuli sifatida akliy iste'dod testlaridan foydalanildi.

Akliy iste'dod testlari mazmun jixatdan qator savollar va masalalardan tashkil topgandir. Ularni yechish muvaffaqiyati (sarflangan Vaqtni hisobga olib) ball yoki ochkolar yigindisi bilan hisoblanadi. Masalan, un bir yoshlik bolalarning akliy qobiliyatlarini aniqlash uchun ingliz maktablarida quyidagicha test kullangan: «Petr Jeymsga karaganda balandroq, Edvard Petrdan pastroq. Hammadan kura kim baland? Savol tagiga quyidagi javoblar yozib kuyiladi: 1. Edvard, 2. Jeyms, 3. Petr, » Ayta olmayman. Yoki boshqacha test: kizil, yashil, ko'k, xo'l, sariq. Bu yerda bola turkumga kirmaydigan so'zni aniqlashi kerak va hokoza.

Bolalar testlar to'plamini bajarib bo'lgandan keyin ularning natijalarini standartlashtirilgan yo'l bilan, ya'ni xar bir sinaluvchi olgan ochkolar miqdorini hisoblash bilan shug'ullanishadi.

K o b i l i y a t l a r n i n g t u z i l i s h i .

Qobiliyat sifatida namoyon bo'ladigan fazilatlar yigindisining tuzilishi oqibat natijada konkret faoliyat talablari bilan belgilanadi va faoliyatning xar xil turlari uchun turlicha bo'ladi. Masalan, adabiy qobiliyatlarning tuzilishi estetik tuyg'ularning yuksak taraqqiy etgan darajasini, xotirada yorqin ko'rgazmali obrazlar mavjudligini, til xissini, boy fantaziyani, odamlar psixologiyasiga nisbatan zo'r qiziqishni, o'z-o'zini ifodalash ehtiyojini va shu kabilarni taqoza qiladi. Musiqiy, pedagogik, konstruktorlik, tibbiy qobiliyatlar va juda ko'p qobiliyatlar tuzilishi o'ziga xos xarakterga egadir.

Konkret qobiliyatlar tuzilishini tashkil etadigan shaxs hislatlari va xususiyatlari orasida ba'zi birlari yetakchi o'rinni egallasa, ba'zi birlari yordamchi rolni o'ynaydilar. Jumladan, pedagogik qobiliyatlar tuzilishida pedagoglik odobi, kuzatuvchanlik, bolalarga muhabbat, ularga nisbatan

yuksak talabchanlik bilan qo'shib olib boriladigan bilim berishga ehtiyoj, yordamchilik tarzida shular jumlasiga kiradigan bir qator tashkilotchilik qobiliyatlari kompleksi yetakchi fazilatlar hisoblanadi.

Qobiliyatlar umumiy va maxsus bo'lishi mumkin. Xar turli qobiliyatlarning konkret psixologik xarakteristikasini o'rganar ekanmiz, biz bu qobiliyatlarda birgina emas, balki juda ko'p turdagi faoliyat talablariga javob beradigan umumiyroq fazilatlarini va bundan tashqari ushbu faoliyatning bir muncha torroq doiralarga javob beradigan maxsus fazilatlarini ajratishimiz mumkin. Ayrim kishilarda bu umumiy fazilatlar yorqin ifodalanadi. Masalan, Ibn Sino ham vrach, ham yozuvchi, ham musiqachi, ham matematik va hokozo qobiliyatlarga ega bo'lgan. Hamza Hakimzoda Niyoziy ham dramaturg, shoir, kompozitor, pedagog, jamoat arbobi bo'lgan. Ayrim kishilarda esa fazilatlar ko'proq bir faoliyatga tegishli bo'ladi. Masalan, rassomlikka, kompozitorlikka, naqqoshlikka qobiliyat va hokozo.

Istye 'dod, uning paydo bo'lishi.

Qobiliyatlar taraqqiyotining yuksak bosqichi iste'dod deb aytiladi. Iste'dod bu kishiga qandaydir murakkab mexnat faoliyatini muvaffaqiyatli, mustaqil va original tarzda bajarish imkonini beradigan qobiliyatlar majmuasidir. Qobiliyatlar kabi iste'dod ham faqat ijodiyotda yuksak mahoratga va anchagina muvaffaqiyatlarga erishish imkoniyatidan iboratdir.

Urish yillarida sarkardalik iste'dodlari jo'shqin rivojlanadi, tinchlik davrida injenerlik, konstruktorlik va shu kabi iste'dodlar rivojlanadi. Masalan, hozir O'zbekistonni dunyodagi eng ilg'or, eng obro'li davlatlardan biriga aylantirish asosiy vazifa bo'lib turibdi. Mustaqillik davrining ana shu ehtiyoji ajoyib quruvchilar, muhandislar, naqqoshlar, hunarmandlarning o'sib chiqishiga yo'l ochdi. Ayniqsa sport sohasidagi muvaffaqiyatlarimiz beqiyosdir. Mana, o'zbek kurashi bo'yicha birinchi o'rinda, boks bo'yicha yuqori o'rinlardan birida turibmiz. Bularning hammasi davr taqozasidir.

Iste'dod-bu qobiliyatlar yigindisidan, ularning majmuidan iboratdir. Alohida olingan, yakka qobiliyatni, garchi taraqqiyotning juda yuksak darajasiga erishgan va yorqin ifodalangan bo'lsa ham, iste'dod bilan tenglashtirib bo'lmaydi.

Shunday qilib, iste'dod shaxs psixik fazilatlarining shu qadar murakkab birikmasiki, uni qandaydir birorta yagona qobiliyat bilan, hatto bu qobiliyat xotiraning yuksak mahsuldorligi kabi juda qimmatli qobiliyatlar bo'lishiga qaramasdan, belgilab bo'lmaydi.

Qobiliyatlar va iste'dodning tabiiy shart – sharoitlari.

Shaxsning barcha individual psixologik xususiyatlari kabi qobiliyatlar unga qandaydir tabiat tomonidan tug'ma ravishda, tayyor xolda berilmaydi, balki xayot va faoliyat jarayonida tarkib topadi. Kishi dunyoga Hech qanday psixik xususiyatlarsiz, faqat ularni orttirishga qaratilgan umumiy imkoniyatlar bilan keladi, xolos.

Hozirgi paytda iste'dod nishonalarini miyaning va sezgi organlarining mikrostrukturasi bilan bog'laydigan nazariya eng mahsuldor hisoblanadi. Miya xujayralarini chuqur o'rganish iste'dodli kishining nerv turkumalarini

ko'rsatadigan morfologik va funksional xususiyatlarida farq borligini aniqlash imkoniyatidadir deb tahmin qilish mumkin. Shuningdek, iste'dod nishonalarini nerv jarayonlarining ayrim differensial xususiyatlari bilan (nerv kuchi, muvozanatlashuvi va harakatchanligi o'rtasidagi farqlarga qarab) va shu bilan oliy nerv faoliyati turlari bilan bog'lovchi gipoteza ham haqiqatga yaqinroqdir.

Bulardan tashqari, qobiliyatlarni tabiiy asoslarini nerv sistemasining xususiy xususiyatlari deb atalgan xususiyatlar bilan bog'laydigan, ya'ni ayrim odamlarda ko'rish, boshqa odamlarda eshitish, uchinchi bir xilida esa harakat sohasida namoyon bo'ladigan o'ziga xos tipologik xususiyatlar bilan bog'laydigan gipotezalar yana ham haqiqatga yaqinroqdir.

Jiddiy statistika qobiliyatlar va iste'dodlarning irsiyat yo'li bilan o'tishini isbotlaydigan Hech qanday dalillar bermaydi. Qobiliyatlarning irsiyat yo'li bilan o'tishi hakidagi ilmiy nazariyaga ham qarama – qarshidir.

Shaxsdagi kommunikativ va tashkilotchilik layoqatlarini aniqlashga qaratilgan KOS metodikasi.

Ushbu uslub yordamida shaxsdagi kommunikativ va tashkilotchilik qobiliyati (odamlar bilan aniq va tez ishchanlik muloqotini o'rnata olish, o'z tanishlari davrasini kengaytira olish, ommaviy tadbirlarda qatnashuvi, odamlarga ta'sir ko'rsata olish va bunda tashabbuskorlik sifatlarini namoyon qila olish kabilar)ni aniqlashga imkon beradi.

Metodika 40 ta savollardan iborat bo'lib, tekshiriluvchi savollarga 10-15 daqiqa davomida "ha" yoki "yo'q" javoblarini berishi kerak.

Sizda odamlarni o'rganish va turli xil odamlar bilan tanishishga ishtiyoq bormi?

Sizga jamoatchilik ishlari bilan shug'ullanish yoqadimi?

O'rtoqlarinigizdan kimdir sizni xafa qilsa, uzoq vaqt gina saqlaysizmi?

Paydo bo'lgan jiddiy vaziyatlarga moslashishingiz qiyinmi?

Siz doimo muloqotda bo'ladigan do'stlaringiz ko'pmi?

Siz ko'pincha do'stlaringizni o'z fikringizga ko'ndira olasizmi?

Siz odamlar bilan muloqotda bo'lishdan ko'ra bo'sh vaqtingizda kitob o'qib yoki boshqa mashg'ulotlar bilan band bo'lib o'tkazishingizni afzal ko'rishingiz rostmi?

O'z niyatlaringizga yetish yo'lida qiyinchilik paydo bo'lsa, o'z niyatingizdan qaytishingiz osonmi?

Siz o'zingizdan kattaroq yoshli odamlar bilan til topishib ketishingiz osonmi?

Siz o'zingiz yoki do'stlaringiz bilan turli o'yinlar va mashg'ulotlar o'ylab topishni yaxshi ko'rasizmi?

Siz uchun begona bo'lgan yangi odamlar davrasiga qo'shilib ketishingiz qiyinmi?

Siz tez-tez mo'ljallab qo'ygan ishlaringizni boshqa kunga ko'chirasizmi?

Siz notanish odamlar bilan tez va oson muomalaga kirishib ketaverasizmi?

Siz o'z o'rtoqlaringizning sizning nuqtai nazariningizni qabo'l qilishlariga intilasizmi?

Siz yangi jamoaga tez kirishib ketasizmi?

Sizning o'rtoqlaringiz o'z so'zlari yoki va'dalari ustidan chiqmasalar ham ular bilan nizoga bormasligingiz rostmi?

Har qanday qulay vaziyatda yangi tanishlar orttirishga harakat qilasizmi?

Muhim masalalar yuzasidan qaror qabo'l qilish kerak bo'lganda, har doim tashabbusni o'z bo'yningizga olishingiz rostmi?

Sizning odamlarni yoqtirmay qolib, o'zingiz yolgiz qolishga intilishingiz rostmi?

Notanish vaziyatlarda o'zingizni yo'qotib qo'yishingiz rostmi?

Doimo odamlar davrasida bo'lish Sizga yoqadimi?

Boshlagan ishingizni oxiriga yetkaza olmasangiz, achchiqlanasizmi?

Notanish odam bilan tanishish uchun tashabbus ko'rsatish kerak bo'lsa, o'zingizni noqulay sezasizmi?

Siz muntazam urtoqlar bilan birga bo'lishdan charchaysizmi?

Siz ommaviy o'yinlarda qatnashishni yoqtirasizmi?

Do'staringiz manfaatlariga aloqador ishlarda tez-tez tashabbus ko'rsatib turasizmi?

Notanish odamlar orasida o'zingizni noqulay sezishingiz rostmi?

Siz o'zingizning xaqligingizni isbot qilishdan tortinishingiz rostmi?

Notanishlar davrasiga xursandchilik muhitini olib kirish Siz uchun qiyinchilik tugdirmaydimi?

Jamoat ishlariga faol ishtirok etishingiz rostmi?

Siz o'z tanishlaringiz doirasini toraytirishga intilasizmi?

O'z tanishlaringiz va o'rtoqlaringiz qullab-quvvatlamagan fikrni himoya qilishga intilmasligingiz rostmi?

Umuman notanish davrada o'zingizni erkin tutasizmi?

O'z o'rtoqlaringiz uchun turli tadbirlar o'tkazishga bajonidil kirishasizmi?

Katta auditoriyada yoki ko'pchilik ichida gapirish lozim bo'lganda, o'zingizni unchalik erkin va dadil his qila olmasligingiz rostmi?

Amaliy uchrashuv va uchrashuvlarga tez-tez kech qoladigan odatingiz bormi?

Do'stlaringiz ko'pligi rostmi?

Siz o'z do'stlaringiz davrasida doimo diqqat markazida bo'lasizmi?

Notanish odamlar bilan gaplashganda, doimo o'zingizni behalovat his qilib, uyalishingiz rostmi?

Katta tanishlar davrasida xijolat chekishingiz rostmi?

Qayta ishlash uchun kalit:

Kommunikativ layoqatlar:

(+) Ha 1, 5, 9, 13, 17, 21, 25, 29, 33, 37

(-) Yo'q 3, 7, 11, 15, 19, 23, 27, 31, 35, 39.

Tashkilotchilik layoqatlari:

(+) Ha 2, 6, 10, 14, 18, 22, 26, 30, 34, 38

(-) Yo'q 4, 8, 12, 16, 20, 24, 28, 32, 36, 40.

Mustaqil tarzda amaliy mashq uchun topshiriqlar va testlar.

G. Ayznekning temperamentni aniqlash testi

Quyida tavsiya qilinayotgan test orqali kishilar o'zlarining va boshqalarning temperament xususiyatlarini aniqlashlari mumkin. Bu uslub G. Ayznek tomonidan ishlab chiqilgan va mualliflar tomonidan o'zbek tiliga tarjima qilinib, mahalliy sharoitga moslashtirilgan.

O'rganishni tashkil qilish uchun sinaluvchiga javoblar yoziladigan qog'oz, savollarga qanday javob berish bo'yicha ko'rsatma va savollar matni beriladi.

Sinaluvchiga quyidagicha ko'rsatma beriladi:

Quyidagi testda kishining hatti-harakatlari xususiyatlarini ifodalaydigan savollar berilgan. Har bir savolga «ha» yoki «yuq» deb javob berishga harakat qiling. Agar javobingiz «ha» degan mazmunga ega bo'lsa, «+», «yuq» degan mazmunga esa «-» belgisini savol nomerining qarshisiga maxsus javob qog'oziga belgilang. Savollarga tez, ko'p o'ylamay javob berishga harakat qiling. Chunki sizni birinchi fikringizga kelgan javob ko'proq xarakterlaydiyu bunda hama savollarga javob berish zarur.

Test quyidagi savollarni o'z ichiga oladi:

1. O'zingizni atrofingizda ko'plab kishilar bo'lishini, hushchaqchaqlik qilishni va shovqinni yoqtirasizmi ?
2. Siz ko'pincha sizni qo'llab-quvvatlashi mumkin bo'lgan do'stlarga ehtiyoj sezasizmi ?
3. Sizdan biror narsani so'raganda, hama vaqt tezda javob topa olasizmi ?
4. Sizg biror narsadan jahlingiz chiqish uchrab turadimi ?
5. Sizning kayfiyatingiz tez-tez o'zgarib turadimi ?
6. Sixga kitob o'qish, bolalar bilan birga bo'lishdan ko'ra yoqimliroq, shundaymi ?
7. Xar xil hayollar, fikrlar sizga tez-tez uxlashga halaqit beradimi ?
8. Siz hamisha bir ishni qanday aytgan, topshirgan bo'lsa shunday bajarasizmi ?
9. Biror kishining ustidan kulishni, hazillashishni, jig'iga tegishni yoqtirasizmi?
10. Siz qachonlar o'zingizni baxtosiz his qilganmisiz, aslida buning uchun sabab bo'lmagan bo'lsa ham ?
11. Siz o'zingizni xushchaqchaq, jo'shqin kishi deb hisoblaysizmi ?
12. Siz qachondir maktabda tartib-intizomni buzganmisiz ?
13. Sizning tez-tez biror narsaga jahlingiz chiqib turadi, shu tqg'rimi?
14. Sizga hama ishlarni tez (tempda) bajarish yoqadimi ? (Agar asta-sekin, shoshmasdan bajarish yoqsa «yo'q» degan javob tanlaysiz).
15. Hammasi yahshilik bilan tugagan, lekin yomon oqibatlariga olib kelishi mumkin bo'lgan voqyealar to'g'risida uylanish, bezovta bo'lasizmi ?
16. Sizga har qanday sirni ishonib aytsa bo'ladimi ?
17. Zerikarli davrani bemalol qizdira, jonlatira olasizmi ?

18. Sizda ma'lum bir jiddiy sababsiz hayajonlanish, yuragingiz tez-tez urishi bo'lib turadimi ?
19. Biror kishi bilan do'stlashish uchun odatda birinchi tashabbus ko'rsatasizmi ?
20. Siz qachondir yolg'on gapirganmisiz ?
21. Sizni yoki ishingizni tanqid qilganda osonlikcha xafa bo'lasizmi ?
22. Siz ko'pincha do'stlaringiz bilan hazillashib, kulgili voqyealarni hikoya qilasizmi ?
23. Siz ko'pincha o'zingizni charchoq xis qilasizmi ?
24. Siz hamisha avval uyga berilgan darsni tayyorlab, keyin boshqa ishlaringizni qilasizmi ?
25. Siz odatda xushchaqchaqmisiz ?
26. Siz har narsaga xafa bo'lasizmi ?
27. Siz boshqalar, tengdoshlaringiz bilan gaplashishni, bo'sh vaqtlarni birga o'tkazishni yoqtirasizmi ?
28. Oila a'zolaringizning xo'jalik, uy ishlariga yordam berish to'g'risidagi iltimoslarini hamma vaqt ham bajarasizmi ?
29. Sizda boshingiz aylanishi uchrab turadimi ?
30. Sizning xatti-harakatlaringiz boshqa kishilarni noqulay ahvolga solib qo'yadigan vaziyatlar uchrab turadimi ?
31. Sizga tez-tez hamma narsa joningizga tegib ketganday bo'lib tuyuladimi ?
32. Maqtanishni yoqtirasizmi ?
33. Notanish kishilar davrasiga tushib qolganingizda ko'pincha jim o'tirasiz, shundaymi ?
34. Ba'zan shunday hayajonlanasizki, bir joyda o'tirishingiz qiyin bo'lib qoladi, shundaymi ?
35. Siz odatda tez bir qarorga kelasizmi ?
36. Sinfda Hech shovqin qilmaysizimi, hatto sinfda o'qituvchi bo'lmasa ham?
37. Siz tez-tez qo'rqinchli tushlar ko'rasizmi ?
38. Siz o'z his-tuyg'ularingizga erk berib, do'stlaringizga erk berib, do'stlaringiz davrasida xushchaqchaqlik qila olasizmi ?
39. Sizni xafa qilish, ko'nglingizni ranjitish osonmi ?
40. Biror kishi to'g'risida, uni yomonlab gapirganmisiz ?
41. Siz odatda unchalik ham ko'p o'ylanib o'tirmay tez gapirib, tez harakat qilasiz, to'g'rimi ?
42. Agar siz kishilar oldida noqulay ahvolda qolsangiz, ancha vaqt o'ylanib, ruhan qiynalib yurasizmi ?
43. Sizga quvnoq o'yinlar juda yoqadimi ?
44. Siz hamisha ovqat qanday tayyorlangan bo'lsa, shuni iste'mol qilaverasizmi ?
45. Kimdir biror narsani so'rasa yoki biror ishni bajarishni iltimos qilsa «yo'q» deb javob berishga qiynalasizmi ?
46. Tez-tez mexmonga borishni yoqtirasizmi ?

47. Hayotdan norozi bo'lish, umuman yashagingiz kelmay qoladigan vaqtlar bo'ladimi?
48. Siz qachondir ota-onangizga nisbatan qo'pol munosabatda bo'lganmisiz ?
49. Tengdoshlaringiz sizni xushchaqchaq va serg'ayrat kishi deb hisoblashadimi ?
50. Siz dars tayyorlayotganda tez-tez boshqa narsalarga chalg'iysizmi, boshqa ishlarga ovunasizmi ?
51. Siz o'yin, ishlarda qatnashishdan ko'ra, kuzatib, qarab o'tirishni yoqtirasizmi ?
52. Sizni odatda har xil o'y, fikrlar qiynaydimi ?
53. Bajarishingiz kerak bo'lgan ishni, uddalay olishingizga ishonchingiz komil bo'ladimi, ya'ni aniq ishonch bilan kirishasizmi ?
54. Siz o'zingizni yolg'iz xis qilasizmi ?
55. Siz notanish kishi bilan suhbatga kirishishdan tortinasizmi ?
56. Siz ko'pincha biror-bir ish yoki holatni to'g'rilashga kech bo'lgandan keyin kirishib, harakat qilasizmi ?
57. Sizga kimdir tengdoshlaringizdan baqirsa, siz ham baqirish bilan javob qaytarasizmi ?
58. Sizdan ba'zan biror-bir sababsiz o'zingizni xushchaqchaq yoki g'amgin his qilish uchrab turadimi ?
59. Siz har xil ko'ngilxushlik, xursandchilik davrlaridan xaqiqiy qoniqish va qanoatlanish olish qiyin deb hisoblaysizmi ?
60. Ko'pincha biror ishni o'ylamay qilib qo'yganingizdan keyin bezovta bo'lish, o'ylab ziq bo'lishga to'g'ri keladimi ?

Olingan natijalarning miqdoriy va mazmuniy tahlili

Ma'lumki, temperamentning sngvinik, xolerik, flegmatik, melanxolik kabi tiplari mavjud. Temperamentning bu tiplari G. Ayzenk metodikasi orqali asosan 2 shkala: ekstroversiya-introversiya va neyrotizm – bo'yicha aniqlanadi.

EKTROVERSIYA – kishining tez munosabatga kirishuvchanligi, yangi taasurotlarga chanqaoqligi, qo'zg'aluvchanligi bilan bog'liq. Ekstrovertning do'stlari ko'p bo'ladi. Ular o'zlarini erkin to'tishga, vaziyat ta'sirida harakat qilishga moyil bo'ladi. Ekstrovert so'zamol, xushchaqchaq, hazilni yaxshi ko'radi. Bunday kishilar betashvish, oq ko'ngil, xushchaqchaq, optimist, kulishni yoqtiradigan, serharakat bo'ladi. Ular agressivlikka, qiziqqonlikka moyil bo'ladi. Ularning Emotsiyalari qat'iy nazorat qilinmaydi, ularga hamisha ham to'liq ishonib bo'lmaydi.

INTROVERT – bosiq tabiatli, tortinchoq, o'zini taxlil qilishga moyil, odamlar bilan muloqotda bo'lishdan ko'ra kitob o'qishni yoqtiradi, o'zini nazorat qila oladi, juda yaqin tanishlaridan tashqari boshqa kishilardan o'zini chetga tortib yuradi. Harakatlarini oldindan o'ylab, rejalashtiradi, bexosdan paydo bo'ladigan intilishlarga ishonmaydi. Qaror qabo'l qilishga jiddiy munosabatda bo'ladi, har bir narsada tartibni yaxshi ko'radi, his-tuyg'ularni

nazorat qila oladi, jahli chiqmaydi. Biroq pessimistroq bo'lib, ahloqiy normalarni qadrlaydi.

NEYROTIZM – kishining emosional jihatdan turg'unligi darajasini belgilaydi. Emosional turg'un kishilar, emosional holatlarining stabilligi (ko'p o'zgarmasligi, yetukligi, yangi sharoitlarga qiynalmay yaxshi moslasha olishi) bilan ajralib turadi.

Emosional noturg'un kishilar juda asabiy, noturg'un, yaxshi moslama olmaydigan bo'ladilar. Testda sinaluvchilarning javoblarining to'g'ri yoki noto'g'riligini nazorat qilish uchun yana bir shkala – o'zini yaxshi ko'rsatishga intilishini belgilaydi. Boshqacha qilib aytganda «yolg'on javob shkalasi» deyiladi.

Metodika 60 ta savoldan iborat, jumladan 24 tasi introversiya – ekstroversiya shkalasiga, 24 tasi neyrotizm shkalasiga va 12 tasi «yolg'on javob» shkalasiga taaluqli.

1. Ekstroversiya – introversiya quyidagi savollarga berilgan ijobiy (ya'ni «+» belgisiga ega) javoblar yig'indisiga qarab aniqlanadi: № 1, 3, 9, 11, 14, 17, 19, 22, 25, 27, 30, 35, 38, 41, 43, 46, 49, 53, 57 va quyidagi savollarga berilgan rad javoblar, ya'ni «-» belgisiga ega javoblar yig'indisiga qarab aniqlanadi: 6, 33, 51, 55, 59. bu yig'indilar qo'shilib umumiy ball aniqlanadi.

2. Emosional turg'unlik darajasi quyidagi savollarga berilgan ijobiy (ya'ni «+» belgisiga ega) javoblar yig'indisiga qarab aniqlanadi 2, 5, 7, 10, 13, 15, 18, 21, 23, 26, 29, 31, 34, 37, 39, 42, 45, 50, 52, 54, 56, 58, 60.

3. O'zini yaxshi ko'rsatishga intilish (yolg'on javob shkalasi) darajasi quyidagi: 8, 16, 24, 28, 36, 44 – savollarga ijobiy «+» belgisi (javoblarning va quyidagi: 4, 12, 20, 32, 40 – savollarga rad) (ya'ni «-» belgisi) javoblarning mos, ya'ni to'g'ri kelish soniga qarab aniqlanadi.

Olingan natijalar quyidagi jadvallarga qarab baholanadi.

Ekstroversiya – introversiya darajasini baholash jadvali:

Introversiya		Ekstroversiya	
Yuqori darajada	me'yorida	me'yorida	Yuqori darajada
1 – 7	8 - 11	12 – 18	19 – 24

2. Neyrotizm (emosional turg'unlik-noturg'unlik) darajasini baholash jadvali:

Emosional turg'unlik		Emosional noturg'unlik	
Yuqori	o'rtacha	yuqori	juda yuqori
10 gacha	11 - 14	15 - 18	19 – 24

3. O'zini yaxshi ko'rsatishga intilish darajasining ko'rsatkichi 4-5 ball bo'lsa, bu yuqori chegaradagi ko'rsatkich hisoblanadi va bu sinaluvchining o'zi to'g'risida yaxshi taassurot qoldirishga harkat qilganligidan dalolat beradi.

Buning boshqa ko'rsatkichlarga ham ta'siri bor. Chunki bu sinaluvchining savollarga javob berishdagi rostgo'ylik darajasining o'ziga xos ko'rsatkichidir. Agar sinaluvchi bu shkala bo'yicha 4-5 ball va yuqori

ko'rsatkichga ega bo'lsa, olingan natijalarni taxlil qilishda buni hisobga olish zarur.

Bu metodika orqali temperamentini aniqlashda quyidagi sxemadan foydalaniladi.

Emosional noturg'un	
Melanxolik Achiqlanuvchan Hayajonga tushunuvchan O'ta ta'sirchan Pessimist Ehtiyotkor Muloqotga kirishmaydigan	Xolerik Tez xafa bo'ladigan Serharakat Agressiv Tez qo'zgaluvchan Kayfiyatga beriluvchan Impulsiv
Introvert	Ekstrovert
Flegmatik Passiv Intiluvchan O'ychan Tinchliksevar Yo'nalgan Ishonchli Bosiq Xotirjam	Sangvinik Muloqotga kirishuvchan Ochiq ko'ngli Sergap Xushmuomala Xushchaqchaq Betashvish Mehrli Tashabbuskor

Emosional turg'un

Test: Tashkilotchilik qobiliyatini aniqlash testi

Ushbu taklif etilayotgan test sinaluvchining tashkilotchilik qobiliyatini, ya'ni odamlarga faol ta'sir eta olish malakasini aniqlash imkonini beradi. Buning uchun quyidagi keltirilgan savollarga «HA» yoki «YO'Q» deb javob qaytaring **va «ha» bo'lsa, «+» «yo'q», bo'lsa, «-» belgisi bilan belgilang.** Javob berar ekansiz, yaqqol vaziyatlarda o'zingizni qanday to'tishingizni, xulqingizni ro'y-rost Idrok etishga (tiklashga) harakat qiling.

Sizda o'rtoqlaringizni o'z tomoningizga og'dirib olish hollari tez-tez uchrab turadimi?

Keskin vaziyatlarda o'zinigizni yaxshi tutib, vaziyatni to'g'ri hal qila olasizmi?

Sizga jamoatchilik ishlari yoqadimi?

Agar niyatlaringizni amalga oshirishda ayrim xalaqit qiluvchi vaziyatlar, holatlar yuzaga kelib qolsa, Siz ulardan osongina voz kechasizmi?

Siz turli xil o'yinlar, ko'ngil xushliklarni tashkil qilish yoki o'ylab topishni yoqtirasizmi?

Bugun bajarilishi lozim bo'lgan ishlarni boshqa kunga qoldirish hollari sizda tez-tez uchrab turadimi?

Siz do'stlaringiz bilan fikringizga mos ravishda ish ko'rishga intilasizmi?

Sizda do'stlaringiz bilan ular o'z va'dalari bilan majburiyatlari, vazifalarini bajarmaganliklari tufayli nizolar bo'lmaydi. Shu rostmi?

Muhim ishlarni hal qilishda tez-tez tashabbuskorlik ko'rsatasizmi?

Notanish holatlarda siz to'g'ri (yaxshi) yo'l tuta olmaysiz, shu rostmi?

Agarda boshlagan ishingizni yakunlay olmasangiz, jahlingiz chiqadimi?

Siz do'stlaringiz bilan tez-tez muloqotda bo'lishdan toliqasiz, shuni tasdiqlaysizmi?

O'rtoqlaringizga taalluqli bo'lgan masalalarni hal etishda tez-tez tashabbuskormisiz?

Siz kamdan-kam o'zingizning haqligingizni isbotlashga intilasiz, shuni tasdiqlaysizmi?

Siz ishxona va yuqori tashkilotlarda o'zingizni ro'yobga chiqara olasizmi?

Agar, sizning fikringiz yoki qaroringiz o'rtoqlaringiz tomonidan birdaniga qabo'l qilinmasa, siz o'z fikringizda turib olishga harakat qilasiz, shundaymi?

O'rtoqlaringiz uchun turli xil tadbirlarni (marosimlarni) tashkil qilishga bajonidil kirishasizmi?

Siz biron-bir bitirilishi lozim bo'lgan (ish) uchrashuvlarga tez-tez kechikib kelasizmi?

Siz tez-tez o'rtoqlaringiz diqqat markazida bo'lib turasizmi?

Siz o'z o'rtoqlaringizning katta guruhida, jamoasida o'zingizni juda ishonchli tuta olmaysiz, shu rostmi?

Natijalar tahlili

taklif etilgan savollarning hammasiga javob berib bo'linganidan so'ng, olgan ballaringiz yig'indisini hisoblab chiqing. Javoblarni baholashda shuni nazarda tutingki, **toq savollarga berilgan har bir «HA» javobingiz va juft savollarga bergan har bir «YO'Q» javobingiz bir ball bilan baholanadi.**

Bunda yig'ilgan ballarning 15 ball va undan ko'p bo'lishi tashkilotchilik qobiliyatining yuqori darajada ekanligidan dalolat beradi.

13-14 ballar o'rtacha.

13 balldan kam bo'lsa, tashkilotchilik qobiliyatining past darajada ekanligini bildiradi.

Sizda tashkilotchilik qobiliyati past bo'lsa, bu uchun xafa bo'lmang, chunki agar xohlasangiz uni rivojlantirish mumkin.

Kasblarga moyillikni aniqlash uchun differensial-diaagnostik so'rovnoma.

Rus olimi Ye. A. Klimov yoshlar iqtidorining yo'nalishini aniqlash maqsadida faoliyat va kasb-xunar sohalarini asos qilib olib, metodika yaratdi va uning «Professional-diaagnostik so'rovnoma» deb atadi. Shunday qilib, u barcha kasblarni ularning yo'naltirilgan sohasiga ko'ra 5 toifaga bo'ldi:

P (T) — tabiat (o'simlik, 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).

So'rovnoma shu turli kasblarga moyillikni aniqlaydi. Unga 20 juft savollar kiritilgan bo'lib, tekshiriluvchi maxsus javob varaqasida qay darajada u yoki bu mashg'ulot turi bilan shug'ullanishga moyilligini belgilashi kerak. Chunonchi, o'sha ish unga juda yoqsa, 3 ta «plyus», umuman yoqsa — 2 ta va sal yoqsa — 1 ta plyus qo'yadi. Yoqmasa, mos holda 3 ta, 2 ta va 1 ta «minus» belgisi qo'yishi kerak. Quyida biz sizga shu so'rovnomaning keltiramiz.

Differensial-dagnostik so'rovnoma.

1	hayvonlarni parvarish qilish	yoki 1b	mashina va uskunalarga qarash
2a	kasal odamlarga yordam berish, ularga qarash	yoki 2b	jadval, sxema va ham uchun dasturlar tuzish
3a	kitoblar, rasm va plakatlar sifatini nazorat qilish	yoki 3b	o'simliklar holati va rivojini kuzatish, parvarish qilish
4a	materiallarni qayta ishlash (yog'och, mato, metal, plastmassa)	yoki 4b	tovarlarni xaridorga yetkazish (reklama, sotish)
5a	Ilmiy-ommabop kitoblarni muhokama qilish	yoki 5b	badiiy asar (pyesa, konsertlar) ni muhokama qilish
6a	hayvon bolalarini parvarish qilish	yoki 6b	Malakalarni o'rtoqlar, kichik yoshlilarni mashq qildirish
7a	rasm va tasvirlardan nusxa ko'chirish (yoki musiqa asbobini tuzatish)	yoki 7b	Yuk ko'ratuvchi vositani (kran, traktor, teplovoz) boshqarish
8a	Odamlarga zarur ma'lumot yetkazish (ma'lumotlar byurosi, ekskursiyada)	yoki 8b	ko'rgazma, vitrinalarni jihozlash, pyesa yoki konsertlar tayyorlash
9a	narsalar, mahsulotlar, (kiyim, texnika) uylarni ta'mirlash	yoki 9b	matn, jadval, rasmdagi xatolarni to'g'rilash
10a	hayvonlarni da'volash	yoki 10b	hisob-kitoblar qilish
11a	Ekinlarning yangi navini yaratish	yoki 11b	yangi sanoat mahsulotlarini loyihalash, konstruksiya qilish
12a	odamlar o'rtasidagi baxs, tortishuvlarda qatnashish, ularni ishontirish, tushuntirish	yoki 12b	chizmalar, sxema va jadvallarni tahlil qilish (tekshirish, aniqlash, to'g'rilash)
13a	badiiy havaskorlik to'garagi ishida qatnashish	yoki 13b	mikroblar hayotini kuzatish va o'rganish
14a	tibbiyot asbob — uskunalariga xizmat ko'rsatish	yoki 14b	odamlarga tibbiy yordam ko'rsatish

15a	kuzatgan xodisa, voqyealar to'g'risida tafsilot yozish	yoki 15b	voqyealarni badiiy bo'yoqlarga aks ettirish
16a	kasalxonada laboratoriya analizini o'tkazish	yoki 16b	kasallarni qabo'l qilish, ular bilan suhbatlashish, tashxis qo'yish
17a	buyumlar yoki devorlarni bo'yash, rasmlar solish	yoki 17b	binolarni montaj qilish, mashina hamda uskunalarni yig'ish
18a	tengqurlar yoki kichik bolalar bilan poxodlar uyushtirish	yoki 18b	sahnada o'ynash, konsertlarda ishtirok etish
19a	chertejga qarab mashina, kiyimlarni tayyorlash, uy qurish	yoki 19b	chizmachilik, chertejlar, xaritalardan nusxa ko'chirish
20a	o'simliklar, bog' va o'rmon hashoratlariga qarshi kurashish	yoki 20b	klavishli mashinalarda ishlash (yozuv mashinkasi, teletayp, teruv mashinasi)

Ushbu so'rovnoma javob varaqasi ham ilova qilinadi.

DDS ning javob varaqasi.

P	T	Ch	Z	X	P	T	Ch	Z	X
1a	1b	2a	2b	3a	11a	11b	12a	12b	13a
3b	4a	4b	5a	5b	13b	14a	14b	15a	15b
6a		6b		7a	16a		16b		17a
	7b	8a		8b		17b	18a		18b
	9a		9b			19a		19b	
10a			10b		20a			20b	

Yuqorida tavsiya etilgan so'rovnoma aslida shaxsning u yoki bu mashg'ulotlar turiga qiziqishini aniqlash orqali unda rivojlantirilishi lozim bo'lgan malaka va ko'nikmalarni aniqlab olishga yordam beradi. Chunki professoinal mahorat faqat bilim, yuksak malaka va tinimsiz mehnat hisobiga rivojlanishini unutmaslik kerak.

5- amaliy mashg'ulot mavzusi: Faoliyatning psixologik tahlili.

Reja:

1. Faoliyat so'zini eshitganingizda fikringizga qanday so'zlar, iboralar keladi. (Aqliy xujum) - 5 daqiqa
2. Faoliyat turlari. («Charxpalak» pedagogik texnologiyasi asosida) -15 daqiqa
3. A.Maslouning ehtiyojlar iyerarxiyasi bo'yicha "Shaxsdagi asosiy ehtiyojlardan qoniqqanlik darajasini" o'rganish bo'yicha amaliy mashq- 20 daqiqa
4. Motivasiyaga oid nazariyalar. "Maqsadga erishish", "Ikki omil", Ko'tishlar va Adolatlilik nazariyalari. Portyer-Louler (Porter-Lawler) modeli (Kichik

guruhlarda ishlash metodi orqali)
35 daqiqa
5. Darsga yakun yasash - 5 daqiqa

Mashg'ulot uchun zaruriy uslubiy tavsiyalar va o'quv didaktik tarqatma materiallar

1. Faoliyat so'zini eshitganingizda fikringizga qanday so'zlar, iboralar keladi. (Aqliy xujum)

2. Faoliyat turlarini o'rganish, bu haqida olingan ma'lumotlarni mustahkamlash va ushbu masala bo'yicha talabalar o'zlashtirishi saviyasini aniqlash uchun «Charxpalak» pedagogik texnologiyasini qo'llash mumkin. Buning uchun guruh 3 ta kichik guruhga bo'linadi. Xar bir guruhga oldindan tayyorlangan quyidagi didaktik tarqatma material beriladi. Uning yuqori qismiga chap tomonga guruh nomeri yoki shartli nomi, o'ng tomonga guruh a'zolari belgilash uchun tanlagan belgi qo'yilishi va guruh muhokama qilib, jadvalning chap qismidagi 2 ustunda ifodalangan faollik shakllari qaysi tarkibiy qismga mos kelishini belgilash taklif etiladi. Bu belgilar qo'yilgan qog'ozni (soat strelkasi yo'nalishi bo'yicha) keyingi guruhlarga uzatish taklif etiladi. Keyingi guruh esa yana guruh fikri bo'yicha tegishli belgilar bilan to'ldirishi va keyingi guruhga uzatishi lozim. Shu tarzda davom etib, guruxlar fikrlari belgilangan qog'ozlar charxpalak singari guruhlarda orasida aylanib bo'lgach, natijalar muhokamasi tashkil etiladi. Bunda jadvalning chap qismidagi 2 ustunda ifodalangan faollik shakllari qaysi tarkibiy qismga mos kelishi bo'yicha belgilashlarda qanday bandlelarda farqlar mavjud bo'lsa, shu bandedagi faollik shakllari qaysi tarkibiy qismga mansubligi muhokama etilib, umumiy bir to'g'ri xulosaga kelinadi.

«Charxpalak» pedagogik texnologiyasini qo'llash uchun didaktik tarqatma material

Quyidagi faollik shakllari qaysi faoliyat turlariga mos keladi?

		Faoliyat turlari	
		tashqi	ichki
1	ilmiy-tadqiqotchilik faoliyati,		
2	sportchining faoliyati		
3	perseptiv		
4	o'yin faoliyati		
5	mnemik faoliyat		
6	fikrlash faoliyati		
7	mehnat faoliyati		
8	masalalarni yechish		
9	muloqot		
10	imajitiv		
11	fantaziya		

A. Maslouning ehtiyojlar iyerarxiyasi bo'yicha "Shaxsdagi asosiy ehtiyojlardan qoniqqanlik darajasini" o'rganish metodikasi

Birovlarning meni doimo tushunishlariga erishish.

[illegible]

Kalit:

a) Ishni tugatgach, har bir tanlovimizga to'g'ri kelgan ballar miqdorini hisoblab chiqdik.

5 ta eng ko'p bal olgan jumlani tanlab olib, ularni iyerarxik tarzda joylashtirdik. Bular shaxsdagi assosiy ehtiyojlar sanaladi.

b) Shu 5 ta ehtiyojning qondirilish darajasi aniqlash uchun har birining balini quyidagi jadvalda keltirilgan 5 ta seksiyadagi bo'yicha hisoblang:

Parametrlarning A. Maslou ehtiyojlar iyerarxiyasi

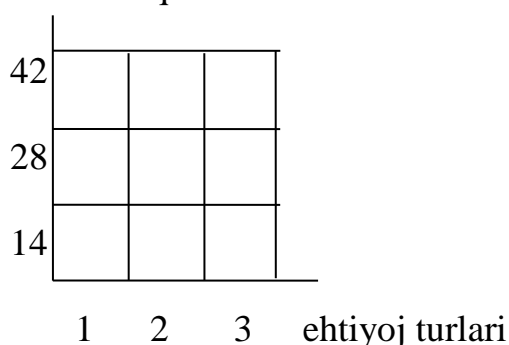
bo'yicha jamlanmasi

1.	<i>Moddiy ehtiyojlar:</i>	4	8	13
2.	<i>Xavfsizlik ehtiyojlari:</i>	3	6	10
3.	<i>Ijtimoiy (shaxslararo) ehtiyojlar:</i>	2	5	15
4.	<i>Tan olinish ehtiyoji:</i>	1	9	12
5.	<i>O'zini ko'rsatish, ro'yobga chiqarish ehtiyoji:</i>	7	11	14

Natija:

Har bir seksiyada to'plangan ballarni aniqlab, ularni pastdagi grafikning vertikal o'qiga joylashtiring. Har bir balning no'qtasi bo'yicha umumiy natijalar grafigini chiqaring, ularning o'sha 5 ta ehtiyojlar qondirilishining zonalariga nisbati bo'yicha xulosa chiqaring.

Ballar miqdori



Natijalar grafigi:

Ehtiyojlarning qoniqqanlik darajasi.

4. Motivasiyaga oid nazariyalar. “Maqsadga erishish”, “Ikki omil”, Ko'tishlar va Adolatlilik nazariyalari. Portyer-Louler (Porter-Lawler) modeli (Kichik guruhlarda ishlash metodi orqali) Kichik guruhlarda ishlash uchun guruh 2 ta kichik guruhga bo'linadi va ularga quyidagi tarqatma materiallar berilib, Ushbu masalalar bo'yicha taqdimotlar tayyorlash topshiriladi. Taqdimot tayyorlash uchun 25 daqiqa va xar bir gurux taqdimoti uchun 3 daqiqadan Taqdimotlar muhokamasi uchun 4 daqiqa ajratiladi. Jami 355 daqiqa.

1 guruh uchun tarqatma materiallar

Motivasiyaga oid nazariyalar

D. Makelland (David McClland) ning “Maqsadga erishish”, Gersberg (Frederick Herzberg) ning “Ikki omil”, Louler (Lawler) va Xakmenning (Xakmen) ning “Rejalashtirish, ehtimollik” kabi nazariyalarda tadbirkorlik

faoliyati motivasiyasini shakllantirishda tadbirkor faoliyati, uning qarorlar qabo'l qilishi va rejalashtirishiga oid masalalar ijtimoiy-psixologik talqin qilingandir.

Tadbirkorlik faoliyati motivasiyasini yanada kengroq ochishda, bir konsepsiya mavjudki – bu boshqaruv tajribalarida keng qo'llaniladi. Bu F. Herzbergning “ikki omil” nazariyasi. F. Gersberg sanoatda ishlaydigan ishchilarning psixologik kasalliklarini davolovchi mutaxassis edi. Unga ishchilarni rag'batlantirish (harakatga keltirish) konsepsiyasini ishlab chiqish taklif etilgan. U o'zining ishlab chiqqan nazariyasini “motivasiyali gigiyena” yoki “ishni jonlantirish” nazariyasi deb ataydi.

Gersberg ishga bo'lgan ishtiyoqlarni ikkiga bo'ladi. U birinchi guruhga barcha yuzaki narsalarni kiritadi. Ularga maosh, hamkasb bilan munosabat, moddiy shart-sharoitlar kiradi. U ko'pgina kuzatuvlari natijasida bir to'xtamga keldi va bu qarashlarini 1966 yil nashr qilingan “Motivasiya va inson borlig'i” deb nomlangan kitobida bayon etadi. Uning fikricha, hamma asosiy motivlar ikkita tarkibiy va bir-biridan farq qiladigan guruhlariga bo'linishi kerak – ular gigiyena omillari va *motivlar* omillari.

Birinchi omil, odamlar ishining muvaffaqiyatini ta'minlaydi yoki pasaytirib yuboradi. Gersberg bu omillarni quyidagilar, deb hisoblaydi:

mehnat sharti;

firmaning siyosiy ahamiyati;

maoshi;

jamoadoshi va boshlig'i bilan munosabati va shunga o'xshaganlarni kiritadi.

Motiv omillariga esa:

ishdagi muvaffaqiyat;

ish yuzasidan ko'tarilishi;

qulay imkoniyatga egaligi;

ishning qiziqqligi va qiyinligi;

ishning turli xilligi;

ishning rejalashtirilishida qatnashish va hokazolar.

Shuningdek, Bular ko'pincha motivlashtirish vazifasining natijasi uchun kerak. Bu motivlar bir-biri bilan nafaqat tadbirkorlik motivasiyasini shakllantiruvchi faoliyatda, balki tadbirkorlik faoliyatini boshqarishda ham muhim o'rin kasb etadi.

V. M. Karimovanning ta'kidlashicha, “Faoliyat – ehtiyoj – motivasiya” tushunchalari o'zaro bog'liqdir. Har qanday faoliyat ortida insonning aniq ehtiyoji yotib, bu ehtiyoj – shaxsni o'rab turgan muhitga bog'liqdir va bunda ma'lum ma'noda psixologik tobe ekanligini tushuntiruvchi talablar mavjuddir. Shu ehtiyoj ta'sirida paydo bo'ladigan faollikning turtkisi – motivdir.

Umuman olganda, motivasiyaga o'zini ma'lum bir xatti-harakatlarga undovchi organizmning ichki holati sifatida qaraladi. A. A. Krilov o'z qarashlarida, motivasiya fenomenini *uchta* asosiy talqinini sharhlab o'tadi:

1. “*Fiziologik talqinlar* – ichki turtki yoki ehtiyojlarning ahamiyatligini ta'kidlaydi. Misol uchun, yemishdan mahrum bo'lgan hayvon ochlikni his etadi va yegulikni izlab topishga va o'z fiziologik ehtiyojini qondirishga intiladi.

Ochlik, chanqoqlik va jinsiy mayl kabi holatlar organizm uchun muhim ahamiyatga ega bo'lganligi sababli, odatda “birlamchi drayv” deb hisoblanadi.

2. *Bixevioristik talqinlar* – o'rgatish (o'qitish) jarayonida orttirilgan ichki turtkilarga suyanadi. Masalan, pulga ega bo'lishdek motivasion moyillik. Ochlik va chanqoqlik singari “birlamchi drayv (boshqarish, undash)” holatlar pullar bilan assosiasiyalanishi sababli, biz ishga nisbatan yo'naltirilgan yuqori motivasiyani sezamiz.

3. *Psixologik talqinlar* – aniq harakatlarga bizni undovchi “birlamchi drayv” konsepsiyasi insoniyat xulq-atvorini undaganda murakkab turlarini tushuntirishda ham dolzarb bo'lib qolaveradi. Ichki murakkab ehtiyojga erishish motivasiyasi affiliasiya yoki A. Maslou bo'yicha o'zini ro'yobga chiqarish misol bo'la oladi”.

Adabiyotlarda motivasiyaga oid nazariyalar, asosan, ikkita toifaga ajratiladi:

mazmuniy;

jarayoniy.

Motivasiyaning mazmuniy nazariyalari birinchi navbatda insonlarni harakatga undovchi ehtiyojlarini aniqlashga harakat qiladi, aynan unda ishning hajmi va mazmuni aniqlanadi. Motivasiyaning zamonaviy mazmuniy konsepsiyalariga asos solinishi, asosan, A. Maslou, F. Gersberg, D. Makelland larning ishlari bilan bog'liq.

Mashhur nemis sosiologi Maks Veber XIX asr boshlarida biznesdagi holatni tahlil etar ekan, biznes odobi masalasida mufassal to'xtalib o'tgan. Biznesning mohiyatini tushunib yetgan holda u: “Trubinalardan tutun chiqishi uchun foyda olinishi zarur”, – deb ta'kidlagan. Bu yerda u tadbirkorlar faoliyatidagi ikki yo'nalishni ajratib ko'rsatadi:

usiz ishlab chiqarish mavjud bo'lmaydigan oqilona foydaga intilish;

“boylikka intilish”.

M. Veber ikkinchi yo'nalishni biznes emas deb ta'kidlaydi. “Bunday intilish ofisiantlar, vrachlar, rassomlar, yengil tabiatli kishilar, askarlar, qimorboz va gadoylarda uchraydi va to'liq ishonch bilan u barcha davr va mamlakatlarning barcha aholi guruhlari va alohida shaxslariga xos bo'ladi”.

Motivasiyaning mazmuniy nazariyalari odamlar xulqini belgilovchi ehtiyojlar va unga bog'liq omillarga asoslanadi. Jarayoniy nazariyalar motivasiyani boshqacha tarzda o'rganadi. Ularda inson qanday qilib aniq bir xulq to'rini tanlashi tahlil qilinadi. Jarayoniy nazariyalar asoschilari ehtiyojlar mavjudligi to'g'risida bahslashmaydilar, balki odamlar xulqi ehtiyojlar bilangina emas, balki psixologik jarayonlar bilan aniqlanadi, deb hisoblashadi.

2- guruh uchun tarqatma materiallar

Motivasiyaning jarayoniy nazariyasining uchta asosi mavjud: ko'tishlar nazariyasi, adolatlilik nazariyasi va Porter-Louler modeli.

Ko'tishlar nazariyasi. Ko'tishlar nazariyasining asosiy mazmuni Victor Vroom ishlariga borib taqaladi. Uning nazariyasi bo'yicha tadbirkordagi ehtiyojning yuqoriligi, ma'lum bir maqsadga erishish motivasiyasining yagona zaruriy sharti bo'la olmaydi. Bu o'rinda tadbirkor maqsadini amalga oshirishda, o'zi

tomonidan tanlangan yo'lning kutilayotgan natijaga erishishiga va ehtiyojining qondirilishga mumkinligiga ishonishi lozim.

Ko'tishlarni, ma'lum bir voqeya sodir bo'lishi ehtimoliga tadbirkor shaxsi tomonidan beriladigan baho sifatida ko'rish mumkin. Mehnatga motivasiyaning tahlilida ko'tishlar nazariyasi uchta o'zaro bog'liqlikni tavsiflaydi: mehnat xarajatlari – *natija*, natija – *rag'batlantirish* va *valentlik* (rag'batlantirish bilan qoniqishlik).

Muallifning fikricha, mehnatga bo'lgan xarajat va qo'lga kiritilgan natija (X-N) o'rtasidagi ko'tish – bu sarf qilingan g'ayrat bilan olingan natija orasidagi munosabatdir. Masalan, tadbirkor, har kungiga nisbatan 10 ta odamga ko'p telefon qilish natijasida, sotuvlar hajmi 15 foizga oshishini kutadi.

Yana muallif yozadiki, natija bilan rag'batlantirish (N-R) munosabatlari orasidagi ko'tishlar – bu tadbirkor qo'lga kiritgan natijasiga javoban jamiyat tomonidan beriladigan rag'batlantirishni ko'tishdir. Masalan, tadbirkor 15 foizga sotuv hajmini oshirish natijasida 10 foiz qo'shimcha daromad qo'shilishini yoki tadbirkorlar palatasiga a'zo qilinishini kutadi.

Ko'tishlar nazariyasida motivasiyani aniqlovchi uchinchi omil – bu valentlik yoki rag'batlantirishning qimmatligi. Valentlik – bu ma'lum bir rag'batlantirishlar olish natijasida, insonda nisbiy qoniqish yoki qoniqmaslik darajasidir. Turli odamlarda rag'batlantirishlarga ehtiyoj turli xil bo'lganligi uchun biror-bir odamga to'g'ri kelgani, ikkinchi bir odamga to'g'ri kelmasligi mumkin. Masalan, menejer o'z ishini judayam a'lo bajarishi natijasida, uning oylik maoshi bir muncha oshiriladi, vaholanki, menejer oyligini oshishini emas, balki lavozim bo'yicha ko'tarilishini yoki rahbariyat uni yanada hurmat qilishini istashi mumkin. Bunday hollarda esa bu kutilgan natijalarga olib kelmasligi mumkin.

Demak, tadbirkor uchun yuqoridagi motivasiyani belgilovchi uchta omildan birontasi past bo'lsa, unda motivasiya ham past bo'ladi va mehnat natijalari ham qoniqarli bo'lmaydi.

Adolatlilik nazariyasi. Qo'yilgan maqsadlarga erishish uchun odamlar qanday qilib o'z kuchlarini taqsimlashi va yo'naltirishi to'g'risidagi boshqa bir tushuntirishni adolatlilik nazariyasi beradi. Adolatlilik nazariyasi bo'yicha, tadbirkor olgan manfaatlarini sarf qilgan kuchlariga munosabatini subyektiv tarzda aniqlashadi va xuddi shunday ish bajarayotgan boshqa tadbirkorlarni olgan manfaatlari bilan taqqoslashadi. Agarda taqqoslash nomutanosiblikni yoki tengsizlikni ko'rsatsa, ya'ni kasbdoshini xuddi shunday ishi uchun ko'proq manfaat olgan, deb hisoblasa, unda psixologik stresslar paydo bo'ladi.

Natijada, tadbirkor tenglikni yoki adolatlilik hissiyatini, sarf qilayotgan kuch-g'ayratini kamaytirish va olayotgan daromad miqdorini o'zgartirish orqali to'g'rilashi mumkin bo'ladi. H. R. Arkes, Y. P. Garske olib borgan tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, qachonki tadbirkor kam daromad topayapman, deb hisoblasa, ish intensivligini kamaytiradi. Agarda teskarisi, ya'ni ko'p daromad topayapman, deb hisoblasa, o'z faoliyatini va xulqini o'zgartirishga unchalik moyillik bildirmaydi.

Portyer-Louler (Porter-Lawler) modeli

Portyer-Loulerlar ko'tishlar va adolatlilik nazariyalarini o'z ichiga oluvchi, motivasiyaning jamlanma jarayoniy nazariyasini yaratishadi. Ularning modellarida beshta asosiy ko'rsatkich mavjud: sarf qilingan mehnat, qaror qabo'l qilish, olingan natijalar, rag'batlantirish, qoniqqanlik darajasi.

Portyer-Louler modeliga binoan natijalar samarasi tadbirkor tomonidan sarf qilingan mehnatiga, uning qobiliyatiga va xarakteriga, shuningdek, o'zining rolini tushuna olishiga bog'liq. Qilinadigan mehnat darajasi, rag'batlantirish qiymati va sarf qilingan mehnatning aynan shu darajasi, haqiqatda o'z orqasidan ma'lum bir rag'batlantirishlar olib kelishiga ishonch tuyg'usiga bog'liq bo'ladi. Bundan tashqari, Portyer-Louler modelida rag'batlantirish va natijalar orasidagi bog'liqlik belgilanadi, ya'ni tadbirkor o'z ehtiyojlarini erishgan natijalariga beriladigan rag'batlar orqali qondiradi.

Portyer-Louler modeliga binoan tadbirkor erishgan natijalar uchta ko'rsatkichga bog'liq bo'ladi: *sarf qilingan mehnat, inson qobiliyati va xarakteri*, shuningdek, sarf qilingan mehnat bilan daromad orasidagi bog'liqlikni borligiga *ishonch*.

Portyer-Louler larning asosiy xulosalaridan biri shundan iboratki, natijaviy mehnat qoniqishga olib keladi. Bu esa ko'pchilik tadbirkorlarning motivasiya haqidagi fikriga to'g'ridan to'g'ri qarama-qarshidir. Ular insoniy munosabatlarning eski nazariyalari ta'siri ostidalar, ya'ni qoniqish mehnatning yuqori natijalarga erishishiga olib keladi, yoki boshqacha qilib aytganda, mamnun ishchi yaxshiroq ishlaydi, deb o'ylashadi. Porter va Lawler esa, aksincha, bajarilgan ish tuyg'usi qoniqishga olib keladi va shunga ko'ra samaradorlik ham oshadi, deb hisoblashadi.

Bu borada amalga oshirilgan tadqiqotlar, Portyer-Loulerlarning, yuqori natijaviylik to'liq qoniqish natijasi bo'lmasdan, balki uning sababi bo'lib keladi, degan nuqtai nazarini tasdiqlaydi.

D. O. Gebb (D. O. Hebb) ning fikricha, ishlab chiqarishdagi motivasiya, asosan, tadbirkor faoliyati sifatini ko'tarish maqsadida, faoliyatni qo'llab-quvvatlash va uni yo'naltirish kabi harakatlar bilan uzviy bog'liq jarayondir.⁸

Mustaqil tarzda amaliy mashq uchun topshiriqlar va testlar.

Lyusherning ranglarga oid testi

Har bir rang o'zi bilan kishiga ham fiziologik, ham psixologik ta'sir etuvchi ma'lum energetik quvvat tashiydi. Shuning uchun kishi holatiga qarab (ma'lum vaziyatda, doimiy) turli ranglarni yoqtirishi mumkin. Masalan, X. Ayzenk ta'kidlashicha, yuqori faolligi bilan ajralib turadigan kishilar yorqin ranglarni hush ko'rarkan. Lyusher testi sinaluvchining ma'lum faoliyatga, ma'lum ehtiyojlarni qondirishga yqnalganligini uning rang tanlashiga qarab aniqlashni o'z oldiga maqsad qilib qo'yadi.

Lyusher bo'yicha asosiy ranglar quyidagi psixologik ehtiyojlarning timsoli bo'ladi:

⁸ Hayitov O. E., Lutfullayeva N. X. «Psixodiagnostika va amaliy psixologiya». - T. 2005

KO'K - xotirjamlikka, tinchlikka, barqaror ijobiy munosabatlarga bo'lgan ehtiyojlar

YaShIL- o'z-o'zini tasdiq etishga bo'lgan ehtiyoj

QIZIL- faol harakat bilan muvaffaqiyatga erishish ehtiyoji

SARIQ- kelajakka, yaxshilikka umid, orzu qilishga bo'lgan ehtiyoj

KO'RSATMA: Sinaluvchiga standart ko'rinishga ega rangli qog'ozlar ko'rsatiladi (4-tasi yuqorida zikr qilingan ranglar va 4-tasi tuldiruv-chi: siyohrang, jigarrang, qora, kulrang) hamda ularni quyidagi tartibda qo'yish tavsiya qilinadi: eng avval hammasidan ko'ra ko'proq xush ko'radigan rangdagi qog'ozni, undan keyin kamroq xush ko'radiganini va h. k. , ular shunday taqsimlanishi shartki, rangli qog'ozning so'nggisi eng yoqtirmagan rangli qog'oz bo'lishi kerak.

XULOSA: Agar asosiy ranglar 1-5 o'rinlarda tursa, demak shu ranglarga mansub ehtiyojlar ma'lum darajada qondirilayotgan bo'ladi, agar 6-8 o'rinlarda tursa, demak ushbu ehtiyojlarni qondirish imkoni bo'lmayotgan bo'ladi.

Xulq-atvor motivasiyasini aniqlash testi

Bizga ma'lumki, inson xarakteri o'zini to'tishida, odamlarga munosabatida va u yoki bu vaziyatlarda tanlagan yo'liga qarab aniqlanadi. Agar siz o'zingizni yaxshiroq bilishni istasangiz quyidagi berilgan savollarga HA, YO'Q, BILMAYMAN variantlarni tanlab, savollarga to'g'ri yondashib javob bering.

Men doimo hayotimda sodir bo'layotgan barcha voqyealarga ma'suliyatni his qilaman.

Agar ayrim kishilar menga nisbatan muomalalarini o'zgartirganlarida edi, mening hayotimda bunchalik muammolar ko'p bo'lmagan Bular edi.

Men omadsizliklarim sababini qidirgandan ko'ra, harakat qilishni afzal ko'raman.

Men gohida o'zimni «baxtsizlik yulduzi» ostida tug'ilgan bo'lsam kerak deb o'ylayman.

Men alkogoliklar o'z kasalliklariga o'zlari aybdor deb hisoblayman.

Gohida men, hayotimdagi ko'p voqyealar uchun meni shunday bo'lib qolishimga ta'sir ko'rsatgan kishilar ma'suldirlar, deb o'ylayman.

Agar men shamollab qolsam, darrov vrachga shoshmasdan mustaqil o'zim davolanaman.

Men ayol kishidagi asabga teguvchi agressivlik va shallaqilikka ko'pincha boshqa kishilar sababchi deb hisoblayman.

Men har qanday muammoning yechimi bor deb hisoblayman va doimo hayot qiyinchiliklariga tushib yuradiganlarni tushuna olmayman.

Men insonlarga yordam berishni yoqtiraman, chunki men qilishim kerak bo'lgan ishda boshqalar ko'maklashganda minntadorchilik hissini tuyaman.

Agar konflikt sodir bo'lsa, mojoro aybdorini kidirishni men o'zimdan boshlayman.

Agar qora mushuk yo'limni kesib o'tsa, ko'chaning narigi tarafga o'tib olaman.

Men, xar bir inson vaziyat qanday bo'lishiga qaramay kuchli va mustaqil bo'lishi kerak deb hisoblayman.

Men o'z kamchiliklarimni bilaman, lekin atrofdagilar bunga kechirimliroq bo'lishlarini hohlayman.

Odatda men ta'sir ko'rsata olmaydigan vaziyat bilan kelishaman. Natijalarni hisoblab chiqamiz. Quyidagi savollarining HA javobi uchun, 1, 3, 5, 7, 9, 11, 13 – 10 ball, YO'Q javobi uchun 2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 15 – 10 baldan qo'ying. Har bir BILMAYMAN javobi uchun - 5 baldan qo'ying.

Ballar yig'indisi toping.

100 – 150 ballar.

Siz o'z hayotingizning xo'jayinisiz. Sodir bo'layotgan sizga tegishli xar bir voqyea uchun o'zingizda ma'suliyatni xis qilasiz: yelkangizga ko'p narsalarni olasiz, qiyinchiliklarni bo'rtirmasdan, boricha qabo'l qilib yengib o'tasiz. Hayotiy qiyinchiliklarni yechib bo'lmaydigan muammo deb bilmaysiz. Qarshingizda biron muammo ko'rsangiz, darhol uni qanday yechish mumkinligi haqida o'ylaymiz. Shu biln birga qalbingizda nimani his qilayotganingizni bilasiz, ammo bu boshqalar uchun sir bo'lib qoladi.

50 – 99 ballar.

Siz o'z hayotingizni o'zingiz bajonidil boshqarasiz, lekin agar zarur bo'lib qolsa «chambarak»ni ishonchli qo'llarga topshirishingiz mumkin. Shaxsiy qiyinchiliklar sababini baholashda siz realistsiz. Yon beruvchanlik, mulohazalik va sezgirlik doimo sizning hamrohingizdir. Sizga taaluqli bo'lmagan shunday vaziyatlar bo'ladiki, siz ular uchun ma'suliyatni his qilmaysiz, ammo shunga qaramay lozim bo'lib qolsa, siz ma'suliyatni o'z yelkangizga ola olasiz. Siz buni qaysi vaqtda qilish kerakligini ham bilasiz. Siz o'zingizga qarshi chiqmagan holda, boshqalar bilan kelishib yashashni bilasiz.

49 balgacha.

Siz ko'pincha hayot oqimiga qarshi suzmaysiz, tashqi kuchlarga onsonlikcha bo'ysunasiz va o'zingizga: sharoit shunaqa, taqdir yoki shunga o'xshash so'zlar bilan taskin berasiz. O'z muammolaringizda siz butun dunyoni aybdor qilishingiz mumkin, faqat o'zingizni emas. Haqiqiy mustaqillik siz uchun Hech qachon erishib bo'lmaydigan va mumkin bo'lmagan holatdek ko'rinadi. Siz atrofdagilar qanday kishilar va sizga munosabatlari qanaqa bo'lishidan qa'tiy nazar, ular bilan tinch va xotirjamdikda kelishib yashay olasiz.

Murakkab hayotiy vaziyatlardan chiqish usulini aniqlash testi.

Kishilar murakkab vaziyatlardan turlicha chiqib ketadilar. Kimlardir muammo bilan kelishib, shunga moslashib, muammoni hal qilmay

tinchlantirishga harakat qiladi. Baʼzilar esa taqdirdan nolib, emosional jazavaga tushib va soʻngra Hech qanday yechimni topmay tinchlantiradi. Uchinchi xil kishilar oʻz qobigʻiga oʻralib olib, muammoni «koʻrmaslikka» harakat qilishadi. Toʻrtinchi xildagi kishilar yana bir boshqacha yoʻl toʻtishadi. Ushbu soʻrovnoma kishida hayotiy muammolarni yechishning qaysi usuli dominantlik qilishini belgilab beradi. Savollar bilan tanishib chiqib. oʻzingizga maʼqul boʻlgan javob variantini tanlang.

1. Oʻz muammo va koʻngilsizliklaringiz haqida boshqalarga aytasizmi:

- a) yuq, buning Hech qanday yordami tegmasligini bilaman;
- b) ha, agar buning uchun mos keladigan suhbatdosh boʻlsa;
- v) baʼzida, chunki boʻlgan voqeya haqida yana oʻylash boshqalarga aytishdan ham oʻzimga qiyinroq.

2. Koʻngilsizliklarni qanchalik kuchli boshdan oʻtkazasiz:

- a) doimo juda qiyin;
- b) bu vaziyatga bogʻliq;
- v) sabr qilishga harakat qilaman, chunki har qanday koʻngilsizlikning ham oxiri borligiga shubha qilmayman.

3. Agar siz spirtli ichimliklar isteʼmol qilmasangiz bu savolni qoldirib, keyingisiga oʻting. Agar isteʼmol kilsangiz, sababini ayting:

- a) oʻz muammolarimni «choʻktirish» uchun;
- b) muammolardan chalgʻish uchun;
- v) shunchaki, menga goh-gohida xursandchilik qilish va oʻzimni erkin his qilish yoqadi.

4. Agar sizni kimdir qattiq «yaralasa» nima qilasiz:

- a) oʻzingizni tinchlantirishga harakat qilasiz va anchadan beri oʻzingiz uchun taqiqlab kelgan ishni qilasiz;
- b) doʻstlaringiznikiga mehmonga borasiz;
- v) oʻzingizga achinib uyda oʻtirasiz.

5. Agar yaqin kishingiz sizni hafa qilsa, siz:

- a) oʻz qobigʻingizga oʻralib olasiz va Hech kim bilan gaplashmaysiz;
- b) undan tushuntirish talab qilasiz;
- v) sizni eshitadigan kishi boʻlsa, barchasiga bu haqda gapirib berasiz.

6. Baxt onlari siz:

- a) oʻtib ketgan baxtsizlik haqida oʻylamaysiz;
- b) bu onlar juda tez oʻtib ketishidan qoʻrqasiz;
- v) hayotda koʻngilsizliklar koʻp ekanligini unutmaysiz.

Psixiatrlar haqida nima deb uylaysiz:

- a) siz ularning bemori boʻlib qolishni xohlamagan Bulardingiz;
- b) koʻp insonlarga ular real yordam koʻrsata oladi;
- v) inson oʻziga psixiatrsiz ham yordam koʻrsata olishi kerak.

8. Taqdir sizning fikringizcha:

- a) sizni kuzatib yuribdi;
- b) sizga nohaklik qilyapti;
- v) sizga kulib boqadi.

9. Umr yo'ldoshingiz yoki sevimli kishingiz bilan janjaldan so'ng, jahlingiz bosilgandan keyin nimalar haqida o'ylaysiz:

a) o'tmishda u bilan o'tgan yoqimli vaziyatlar haqida o'ylaysiz;

b) undan yashirincha o'ch olish haqida o'ylaysiz;

v) undan qancha ko'rguliklar ko'rganingiz haqida o'ylaysiz.

Quyida javoblarni ballarga aylantirish jadvali berilgan.

Javoblar	1	2	3	4	5	6	7	8	9
a	3	4	5	0	3	1	4	5	1
b	1	0	3	2	0	3	2	2	2
v	2	2	1	4	1	5	3	1	3

Tekshiriluvchining ballari yig'indisiga qarab, murakkab vaziyatlardan chiqib ketishning qaysi usullaridan foydalanishi aniqlanadi.

7 -15 ballar

Bunday kishilar muammo bilan tez kelishadilar, vaziyatga tug'ri baho berib o'zlarini xotirjam tutadilar.

16 – 26 ballar

Bunday kishilar taqdir zarbalarini har doim ham bardosh bilan qarshi ololmaydilar. Ko'pincha jazavaga tushib, taqdirni la'natlaydilar... muammolarga duch kelganda hafa bo'ladilar va boshqalarni ham hafa qilib qo'yadilar.

27 -36 ballar

Bunday kishilar ko'ngilsizliklarni to'g'ri boshdan kechira olmaydilar va Bularga muammolar psixologik noadekvat ta'sir qiladi.

Elersning “Muvaffaqiyatga erishish motivasiyasini aniqlash” metodikasi.

Ko'rsatma: quyida berilgan 41 ta savol “ha” yoki “yo'q” deb javob bering. Ikkita ishdan birini zudlik bilan bajarish yoki ularni tanlash kerak bo'lsa, yaxshisi tezda unga kirishib, bajarib qo'ya qolgan afzal.

Berilgan topshiriqni 100% yaxshi bajara olmayotganligimni sezsam, juda qayg'uraman.

Ishlayotgan vaqtimda shunday berilib ketamanki, go'yoki hamma narsa shunga bog'liqday.

Muammoli vaziyat paydo bo'lganda, men qaror chiqarishga shoshilmayman.

Ikki kun surunkali ishsiz qolsam, halovatimni yo'qotaman.

Ba'zi kunlari mening muvaffaqiyatlarim o'rtachadan past bo'ladi.

Men o'zimga boshqalarga qaraganda ancha talabchanman.

Men boshqalardan ko'ra saxovatli, mehribonroq odamman.

Qiyin topshiriqni bajarishdan bosh tortgan paytlarimda, odatda men o'zimdan koyiymen, chunki bilamanki, agar o'sha ishga kirishganimda bajargan Bulardim.

Ishlash davomida men tez-tez dam olib turishga ehtiyoj sezaman.

Tirishqoqlik va tinmaslik - mendagi asosiy sifat emas.

Mening mehnatdagi yutuqlarim doim ham bir xil emas.

Men bevosita o'zim bajarayotgan ish emas, balki byuoshqa ishlar ko'proq yoqadi.

Maqtovdan ko'ra tanqid meni ko'proq ishlashga majbur qiladi.

Meni hamkasblarim ishchan deb hisoblashlarini yaxshi bilaman.

Ishdagi qiyinchiliklar mening qarorlarimni yanada qat'iylashtiradi.

Mening nafsoniyatimga tegish juda ham oson.

Boshqalar mening ilhomsiz, tashabbussiz ishlayotganimni sezishadi.

Biror ishni bajarayotganimda men boshqalarning madadiga tayanmayman.

Men ba'zan hozir qilishim mumkin bo'lgan ishni keyinga qoldiraman.

Odam faqat o'ziga ishonishi kerak.

Hayotda puldan ham muhim bo'lgan narsa deyarli yo'q.

Muhim biror topshiriqni bajarish kerak bo'lganda men doimo boshqa barcha tashvishlarni unutaman.

Men ko'pchilikka qaraganda, unchalik izzattalab emasman.

Ta'til oxirida men odatda yaqinda ishga chiqishimni o'ylab quvonaman.

Agar ish menga yoqsa, uni boshqalarga nisbatan malakaliroq bajaraman.

Men ishga kirishib ketadigan kishilar bilan til topishim osonroq bo'ladi.

Ishim yo'q paytlarda men o'zimni behalovat his qilaman.

Men boshqalarga nisbatan mas'uliyatli ishlarni tez-tez bajarishga to'g'ri keladi.

Qaror chiqarish mas'uliyati menga yuklansa, yaxshiroq bajarishga intilaman.

Mening do'stlarim meni ba'zan dangasa deb hisoblashadi.

Ma'lum ma'noda mening yutuqlarimda hamkasablarimning ulushi bor.

Rahbarning ra'yini qaytarishdan foyda yo'q.

Ba'zan qanday ish bajarish kerakligini ham bilmaysan.

Ishim yurishmay qolgan paytlarimda men betoqai bo'lib bezovtalanaman.

Men odatda o'z yutuqlarimga kam e'tibor beraman.

Boshqalar bilan ishlayotgan paytlarimda mening yutuqlarim boshqalarnikidan ko'proq va sezilarliroq bo'ladi.

O'z bo'ynimga olgan ko'pgina ishlarni men oxiriga yetkaza olmayman.

Men ishi juda ko'p bo'lmagan odamlarga havas qilaman.

Men hokimiyatga intilgan va amalparastlarga havas qilmayman.

Men o'z yo'limning to'g'riligiga shubha qilmasam, uni amalga oshirish yo'lida Hech narsadan toymayman.

Kalit:

Siz quyidagi savollarning "ha" javoblari uchun *1 bal*dan oldingiz: 2, 3, 4, 5, 7, 8, 9, 10, 14, 15, 16, 17, 21, 22, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 32, 37, 41.

Quyidagilarga "yo'q" deganingiz uchun ham *1 bal*dan oldingiz: 6, 13, 18, 20, 24, 31, 36, 38, 39.

Nihoyat, 1, 11, 12, 19, 23, 33, 34, 35, 40 savollarga berilgan javoblar hisobga olinmaydi. Endi to'plagan ballaringizni hisoblang.

Natija:

1 baldan 10 balgacha - *muvaqqafiyatga nisbatan juda past motivasiya*;

11 baldan 16 balgacha - *o'rta darajadagi motivasiya*;

17 baldan 20 balgacha - *anchagina yuqori motivasiya*;
 21 baldan yuqori - *muvaffaqiyatga nisbatan o'ta yuqori motivasiya*.

Metodika:

Elersning "Mag'lubiyatdan qochish motivasiyasini aniqlash" metodikasi.

Ko'rsatma: Sizga har birida 3 tadan so'z bo'lgan 30 qator so'zlar tavsiya etiladi. Har bir qatordan Sizga yaqin bo'lgan va xarakteringizga mos keladigan bitta so'zni tanlang va uni belgilang.

№	1	2	3
1	Dadil	Hushyor	Uddaburon
2	Kamsuqum	Tortinchoq	Qaysar
3	Ehtiyotkor	Qat'iyatli	Umidsiz, pessimist
4	O'cgaruvchan	Beparvo, befahm	E'tiborli
5	Aqlsiz	Qo'rqq	Befarosat, loqayd
6	Chaqqon	Jasur, qo'rqmas	O'ylab ish ko'radigan
7	Sovuqqon	Ikkilanuvchan	Epchil, shijoatli, dov-yurak
8	Intiluvchan	Yengiltak	Qo'rqq
9	O'ylab ish qilmaydigan	O'cini ko'rsatish	Oldinlan ko'ra olmaydigan
10	Optimist, kelajakka ishonch	Vijdonli	/amxo'r (odamlarga)
11	Melanxolik, sust	Shubhali	Beqaror
12	Qo'rqq	Pala-partish	Hayajonlanadigan
13	Niyatli, mo'ljalli	Pisman, indamas	Qo'rqq, hadiksiragan
14	E'tiborli	Befarosat	Mard, dadil
15	Fahm-farosatli	Shijoatli	Mardona
16	Uddaburon	Ehtiyotkor	O'elab ish qiladigan
17	Tez hayajonlanadigan	Xayol-parishon	Uyatchan
18	Kamtar, kamsuqum	Ehtiyotsiz	Bee'tibor
19	Hadiksiragan	Qat'iyatsiz	Asabiy
20	Intizomli ijrochi	Sadoqatli	Niyat bilan ish ko'radigan
21	O'ylab ish qiladigan	Dadil, qo'rqmas	Shijoatli, qaytmas
22	Tobe, o'rgatilgan	Loqayd, beparvo	Pala-partish
23	Ehtiyotkor	Beg'am	Chidamli
24	Oqil	Mehribon, g'amxo'r	Jasoratli
25	Oldindan bashorat qiluvchi	Cho'chitib bo'lmaydigan	Vijdonan qaraydigan
26	Shoshqaloq	Qo'rqq	Beg'am, tashvishsiz
27	Parishon	Mo'ljalli, niyatli	Umidsiz, pessimist
28	Kuzatuvchan, e'tiborli	Mulohazali	Uddaburon
29	Pisman, indamas	Betartib	Qo'rqq
30	Kelajakka ishongan	Hushyor	Beg'am, betashvish

Kalit:

Siz quyidagi holatlarda 1 bal olasiz, kalitda keltirilgan sonlarning chiziqcha oldidagisi qator sonini, orqasidagi - ustunlar sonini bildiradi, masalan, 1/2 bo'lsa, demak, 1-qatorda 2-ustundagi so'zni tanlagan bo'lsangiz, 1 bal olasiz, aks holda, bal olmaysiz.

Hisoblash kaliti:

1/2; 2/1; 2/2; 3/1; 3/3; 4/3; 5/2; 6/3; 7/2; 7/3; 8/3; 9/1; 9/2; 10/2; 11/1; 11/2; 12/1; 12/3; 13/2; 13/3; 14/1; 15/1; 16/2; 16/3; 17/3; 18/1; 19/1; 19/2; 20/1; 20/2; 21/1; 22/1; 23/1; 23/3; 24/1; 24/2; 25/1; 26/2; 27/3; 28/1; 28/2; 29/1; 29/3; 30/2.

Natijani tahlil qilish:

Ballar soni qanchalik ko'p bo'lsa, himoya, mag'lubiyatdan qochish motivatsiyasi darajasi ham shunchalik yuqori bo'ladi.

2 dan 10 balgacha - *himoyaga nisbatan quyi motivatsiya.*

11 dan 16 balgacha - *motivatsiyaning o'rtacha darajasi.*

17 dan 20 balgacha - *motivatsiyaning yuqori darajasi.*

20 baldan yuqori - *o'ta yuqori daraja.*

6- amaliy mashg'ulot mavzusi: Muloqot psixologiyasi

Reja:

1. Muloqot, muomala, munosabat so'zlarini eshitganingizda fikringizga qanday so'zlar, iboralar keladi. (Aqliy xujum) - 5 daqiqa
2. Samarali muloqot omillari va vositalari haqidagi fikrlar munozarasi (3x4 pedagogik texnologiya asosida) -25 daqiqa
3. Shaxsning muloqotga kirishuvchanlik xususiyatini o'rganish bo'yicha amaliy mashq – 10 daqiqa
4. Muloqotning tomonlari. Pedagogik muloqot. Nutq va til to'g'risidagi tushuncha. Nutqning turlari va funksiyalari (Kichik guruhlarda ishlash metodi orqali) 35 daqiqa
5. «Kompliment» o'yini Talabalar dars yakunida juftlikda o'z hamkorlariga ulardagi mavjud ijobiy sifatlarni ta'kidlab, «kompilimet» aytishadi - 5 daqiqa

Mashg'ulot uchun zaruriy uslubiy tavsiyalar va o'quv didaktik tarqatma materiallar

1. Psixologiya so'zini eshitganingizda fikringizga qanday so'zlar iboralar keladi. (Aqliy xujum)
2. Samarali muloqot omillari va vositalari haqidagi fikrlar munozarasini «3x4» pedagogik texnologiya asosida tashkil etish uchun guruh 4ta kichik guruhlariga bo'linadi. Xar bir gurux uchun bir varaq qog'oz olinib, Samarali muloqot omillari va vositalari haqidagi 3 tadan guruh fikrini yozishini hamda, bu fikrlar yozilgan qog'ozni (soat strelkasi yo'nalishi bo'yicha) keyingi guruhlariga uzatish taklif etiladi. Keyingi guruh esa yana bu haqda uchta fikr

bilan to'ldirishi va keyingi guruhga uzatishi lozim. Shu tarzda davom etib, xar bir qog'ozda 12 tadan fikrlar mujassam bo'lgach, guruxlar bu fikrlarni tahlil etib, guruxning bir umumlashtirilgan fikrini bildirishlari talab etiladi.

3. Shaxsning muloqotga kirishuvchanlik xususiyatini o'rganish bo'yicha amaliy mashq uchun metodika:

Test. «Muloqotga kirishuvchanlik».

Quyida berilgan 16 savolga «ha», «yo'q», «ba'zan» deb javob bering:
Sizni amaliy uchrashuv kutmoqda. Uni betoqatlik bilan kutasizmi?
Sizni biror kasallik xoldan toydirmaguncha, vrachning oldiga borishni orqaga suravermaysizmi?
Sizni biror mavzudagi axborot bilan yig'ilish, majlis va shunga o'xshash tadbirda ma'ruza bilan chiqish topshirig'i xavotirga soladimi?
Sizga ilgari bormagan shahringizga safarga borib kelishni taklif etishdi. Shu safarga bormaslik uchun bor imkoniyatni ishg'a solasizmi?
O'zingizdagi hissiy kechinmalar bilan kimlar bilandir o'rtoqlashishni yaxshi ko'rasizmi?
Ko'chada sizga notanish odam biror iltimos bilan murojaat qilsa, sizning g'ashingiz keladimi?
Siz «Otalar va bolalar» muammosi borligi va turli avlod vakillarining bir-birlarini tushunishlari qiyinligiga ishonasizmi?
Tanishingizga bir necha oy avval olgan qarz pulini eslatishga uyalasizmi?
Oshxona yoki restoranda sizga yoqmaydigan taom berishdi, idishni chetga surib, achchig'ingiz kelganini yashira olasizmi?
Begona odam bilan yolg'iz qolganingizda, u birinchi bo'lib gap boshlasa, Sizga javob qaytarish malol keladimi?
Siz turli yerlarda odamlarning uzun navbatda turishganini ko'rsangiz, toqatingiz toq bo'ladimi. Navbatda turib ko'tishdan ko'ra, o'z niyatingizdan voz kechishni afzal ko'rasizmi?
Biror janjalli vaziyatni muhokama qilishi kerak bo'lgan komissiyaning a'zosi bo'lishdan qo'rqasizmi?
Sizda biror adabiyot, san'at va madaniyat asarlarini baholashning sof individual mezonlari bor va bu borada boshqalarning fikrini qabo'l qilmaysiz. Shundaymi?
Sizga juda tanish bo'lgan masala bo'yicha boshqalarning noto'g'ri fikrlarini tasodifan eshitib qolsangiz, indamay qo'ya qolasizmi?
U yoki bu masalada yordam berishingizni so'rasha, siz bundan og'rinasizmi?
O'z nuqtai nazarangizni og'zaki bayon etgandan ko'ra, uni yozma tarzda ifodalashni afzal ko'rasizmi?

Endi ballarni hisoblang:

«ha» — 2 ball, «ba'zan» — 1 ball, «yo'q» — 0. Shu tarzda ballarni qo'shib chiqqach, odamlarning qaysi toifasiga kirishingizni bilib olasiz.

14-18 ball. Sizning muloqotga kirishuvchanligingiz yaxshi, o'rtacha. Siz ko'p narsaga qiziqasiz, boshqalarni bajonidil tinglaysiz, o'zgalar fikriga sabr-toqatlisiz, o'z fikringizni bosiqlik bilan izhor etasiz. Begonalar bilan

uchrashuvga borish siz uchun unchalik noxush emas, lekin shovqin-suronli davrani yoqtirmaysiz, odamlarning sergapi sizga yoqmaydi.

9-13 ball. Siz muloqatga kirishuvchansiz. Qiziquvchan, sergap, turli masalalarda o'zgalar bilan gaplashishni yaxshi ko'rasiz. Yangi odamlar bilan tanishish, davraning diqqat markazida bo'lishni yoqtirasiz. O'zgalarning iltimoslarini bajarmasangiz ham qabo'l qilaverasiz. Achchig'ingiz tez, lekin tez soviysiz. Sizga sabr-toqat, qiyinchiliklar bilan to'qnashganda jasorat yetishmaydi. Lekin astoydil xoxlasangiz, o'zingizni yon bermaslikka ko'ndirishingiz mumkin.

4-8 ball. Sizning muloqat malakangiz yomon emas, siz barcha ishlarning guvohi bo'lib yurasiz. Munozaralarda qatnashishni yaxshi ko'rasiz, biror masala yuzasidan yuzaki tasavvurga ega bo'lsangiz ham, o'z fikringizni aytishni xoxlaysiz. Ishni oxiriga olib bora olmasangiz ham har qanday ishni boshlayverasiz. Shuning uchun ham rahbarlaringiz va kasbdoshlaringiz sizdan xavotirda bo'lishadi. Bu xaqda o'ylab ko'ring.

3 va undan kam ball. Sizning kommunikativ malakalaringiz yaxshi emas, siz sergapsiz, har narsaga aralashaverasiz. O'zingiz umuman bexabar bo'lgan narsalar xususida ham fikr yuritaverasiz. Ixtiyorsiz tarzda turli ziddiyatlar va janjallarning ishtirokchisiga aylanib qolasiz. Jizzaki, salga hafa bo'ladigan odatingiz bor, shuning uchun odamlar siz bilan chiqisha olmaydilar. O'zingizni to'tish, sabr-toqatli bo'lish uchun odamlarga hurmat bilan qarashga o'rganing. Qolaversa, o'z sog'lig'ingiz haqida qayg'o'ring, chunki bunday hayot tarzi izziz bo'lmaydi, asablarining charchab qolishi mumkin.

4. Muloqotning tomonlari. Pedagogik muloqot. Nutq va til to'g'risidagi tushuncha. Nutqning turlari va funksiyalari. Kichik guruhlarda ishlash uchun guruh 4 ta kichik guruhga bo'linada va ularga quyidagi tarqatma materiallar berilib, ushbu masalalar bo'yicha taqdimotlar tayyorlash topshiriladi.

1 guruh uchun tarqatma material.

Muloqotning tomonlari.

Mulokotning kommunikativ tomoni — mulokotlarga kirishuvchilar o'rtasidagi ma'lumot almashinuvi jarayoni.

Mulokotning interaktiv tomoni — mulokotga kirishuvchilarning xulk-atvoriga ta'siri.

Mulokotning perseptiv tomoni — mulokotga kirishuvchilarning bir-birlarini idrok etishlari va tushunishlari bilan bog'liq bo'lgan murakkab psixologik jarayon.

Endi mulokotning xar bir tarkibiy kismi bilan alohida tanishib chikamiz.

Muloqotning kommunikativ tomoni — shaxslararo axborotlar, bilimlar goyalar, fikrlar almashinuvi. Bu jarayonning asosiy vositasi —til. (yozma-ogzaki, monologik-dialogik nutk) Dialogik nutkning mazmuni, xarakteri, davomiyligi mulokotga kirishgan shaxslarning shaxsiy karashlariga, kizikishlariga, bir-birlariga bo'lgan munosabatlariga, maksadlariga bevosita bog'liq bo'ladi. Ukituvchi-ukuvchi, siyosiy raxbarlarning, diplomatlarning,

dugonalarning suxbati bir-biridan farq qiladi. Monologik nutk bir kishining boshqa kishiga murojaati— fikrlarning mantikan tugal bo'lishi, grammatik konun-koidalarga rioya qilish kerak. Odamlarning mulokot jarayonida suzlardan tashqari turli xil harakatlardan, kiliklardan, xolatlardan, kulgu, oxanglardan ham foydalanadilar. Mimika, kuz karashlar, tuxtashlar (pauza) ifodalari va xokazo. Buyuk rus yozuvchisi L. Tolstoy odamlarda 97 xil kulgu turi, 85 xil kuz karashlar turi borligini kuzatgan. Andreyevaning yozishicha, odam yuz ifodalari, nigoxlarining 2000 ga yaqin ko'rinishlari bor.

Bu noverbal mulokat vositalarining milliy va xududiy xususiyatlari bor. Masalan . o'zbek xalkining mulokot jarayoni boy, uzaro munosabatlarning bevosita xarakteri unda shunday vositalarning ko'proq ishlatilishi bilan boglik. Bolgarlar biror fikrni tasdiklamokli bo'lishsa, boshlarini chaykashadi, inkor etmokchi bo'lishsa, bosh siltashar ekan.

Noverbal mulokatda suxbatdoshlarning fazoviy joylashuvlari ham ahamiyatga ega: Masalan, ayollar xissiyotga berilganligi uchun bir – birlari bilan yaqin turib gaplashar ekanlar, erkaklar o'rtasida masofa Bular ekan.

O'quvchilarni partada orqama – ketin o'tkazgandan ko'ra doira shaklida utkazilsa, ularda javobgarlik xissi yuqoriroq Bular ekan, Emotsiyalar almashgani uchun ham guruxdagi psixologik vaziyat ijobiy bo'lib, bolalarning predmetga va bir – birlariga munosabatlari ancha yaxshi Bular ekan.

Demak ta'lim – tarbiya jarayonini tashkil etishda mulokotning barcha vositalariga, Ayniqsa, nutkka e'tibor berish kerak. Bolalarni ilk yoshlik choglaridanok nutk madaniyatiga urgatish, nutklarini ustirish choralarini ko'rish zarur. Pedagog ham nutk madaniyatiga ega bo'lishi kerak.

Muloqotning interaktiv tomoni – kishilarning birgalikdagi f aoliyatda bir – birlariga amaliy jixatdan ta'sir etishlari. Hamkorlikda ishlash, bir – birlariga yordam berish, bir – birlaridan o'rganish, harakatlar muvofikligiga erishish kabi qator qobiliyatlarni namoyon qilish mumkin.

Odamlarning turli sharoitlarda uzlarini to'tishlari xulq – atvorlarining boshqarilishi ma'lum psixologik konuniyatlarga boglikligini ko'rish mumkin. Bunga sabab jamiyatda kabo'l kilingan turli normalar , konun koidalardir. Chunki uzaro mulokot va uzaro ta'sir jarayonlarida shunday xatti – harakatlar obrazlari kishilar ongiga singib tasavvurlar, hislatlar orkali boshqa birovni tushunishga harakat qilish, uzini boshqa birov bilan solishtirish, masalan: 1 – martda uchrashuvga ketayotgan yigitning xolatini uning urtogi yoki akasi tushunishi mumkin.

Refleksiya – mulokot jarayonida suxbatdoshning pozisiyasida turib, uzini tasavvur qilishdir, o'ziga birovning kuzi bilan karashga intilishdir. Masalan: guruxdoshingizdan biriga ko'ylagi yarashmaganini aytish mumkin, 2-chisiga aytsam kuyyapti deb uylaydi deysiz.

Stereotipizasiya – odamlar ongida mulokotlar mobaynida shakllanib urnashib qolgan, kunikib kolingan obrazlardan shablon sifatida foydalanish, bunday stereotiplar ba'zan mulokotni tugri yunalishini ta'minlasa, ba'zan xatoliklarga sabab bo'ladi. Masalan: kizlarning shim kiyib yurishi yoki velosiped minishi. Ko'pchilik bunday kizlarni odobsiz deb uylaydi, bu notugri, albatta.

Ba'zan kishini tashqi qiyofasidan uning xarakterini aniqlaydi. M: shunday tajriba o'tkazilgan: talabalarga turli qiyofadagi kishilarning rasmi

ko'rsatilgan, ular iyagi katta kishilar kuchli irodaga ega, peshonasi keng odamlar-aqlli, sochi qattiq odam- qaysar, bo'yi past odam- xokimiyatga intiluvchi,

Chiroyli odam- o'ziga bino qo'ygan yoki nodon bo'lishini aytilgan. Bular albatta, to'g'ri emas. Lekin kishilarning ongida avloddan avlodga o'tib kelayotgan tasavvurlar shunday obrazlarni shakllantirgan. Natijada odam hakida tushunchaning shakllanishida u xaqida bo'lgan ma'lumot katta rol o'ynaydi. M: Bodalyov talabalarining 2 guruxiga 1 odam portretini ko'rsatib, uni 1-guruxga –jinoyatchi, 1-gurux talabalariga esa olim deb tanishtirgan.

1-guruxdagilar uning ko'zlarini-yovuz, beshavqat desa

2-guruxdagilar uning ko'zlarini-dono, muloyim deyishgan.

Odamlarning tashqi qiyofasi, kiyinishi, o'zini to'tishi, xissiy xolati, ovozi, qiliqlari, yurishi va x. k. ishlarining ichida odamning so'z muloqat manba'i suxbatdoshiga eng ko'p ma'lumot beradi.

Odamning bir-birlarini to'g'ri anglashlari Idrok(asosiy bilish) somasiga aloqador, bir-birlarini tushunishlari esa ularning tafakkur sohasiga aloqador, murakkab jarayondir. Boshqa odamni to'g'ri tushungan shaxs uning xissiy xolatiga kira olgan xissoblanadi. Ya'ni unda empatiya- birovlarining xis kechinmalarini tushuna olish qobiliyati rivojlangan bo'ladi. Yuksak ongli, madaniyatli, « ko'pni ko'rgan» shaxsgina boshqalarni to'g'ri tushunishi, ularning mavqeyida tura olishi mumkin.

Psixoliklar turli muloqot vaziyatlariga duch keladilar va xar bir vaziyatda ulardan o'tkir didlik, odob, kishilarning psixologiyasini bilgan xolda ularni to'g'ri tushunish malakasi talab qilinadi. Bo'lg'usi psixolog bu borada quyidagi qonuniyatlarni bilishi kerak

1. Birinchi ko'rgan odam xaqida faqat birlamchi tasavvurgina bo'lishi mumkin.
2. Biror kishi xaqida berilgan malumotga asosan muayyan fikr xosil qilish oson, lekin uni o'zgartirish qiyin.
3. Intellect juda yuqori bo'lsa ham, juda past bo'lsa ham boshqa odamni tushunish qiyin.

Mustaqil tarzda amaliy mashq uchun topshiriqlar va testlar.

Empatik qobiliyatlar darajasini diagnostika qilish metodikasi (V. V. Boyko)

Sizda odamning fe'l-atvorini tushunish maqsadida uning yuziga tiqilib qarash odati bormi?

- a) ha, men doim odamlarga qiziqish bilan qarayman
- b) yo'q, bu men uchun qiziq emas.

Siz odamlar bilan doimiy muomalani talab qiladigan ishlarni yoqtirasizmi?

- a) ha, faqat shunday ish quvonch keltirishi mumkin
- b) yo'q.

Sizningcha, fikr yuritishingiz nimasi bilan boshqalarnikidan farq qiladi?

- a) intusiyaning kuchi bilan
- b) mantiqiylik, izchilligi bilan.

O'zgalarning kulgisidan ta'sirlanasizmi?

- a) ha

- b) meni befarq qoldiradi.
- Yoqtirmagan odamingiz bilan samimiy gaplasha olasizmi?
- a) ha, ko'pincha bu mening qo'limdan keladi
- b) yo'q, men bunday qilolmasdim
- Ko'pincha Sizga nisbatan adolatsizlik qilishayotganday bo'ladimi?
- a) ha
- b) yo'q
- Notanish odamlar bilan tanishishni yoqtirasizmi?
- a) ha
- b) yo'q
- Sizningcha, o'zgalar ichki dunyosiga qiziqish odobsizlikmi?
- a) bu fikrga mutloq qo'shilaman
- b) yo'q, bunday emas
- Biror tashvish ustida turgan bo'lsangiz, uxlay olasizmi?
- a) ha, menda shunday muammo bor
- b) nima bo'lsa ham yaxshi uxlay olaman
- Quyidagi holatlarda o'zingizni yaxshi ko'rsata olasizmi?
- a) odamlar bilan til topish kerak bo'lganda
- b) o'zni qo'lga olib, bosiqlik qilish kerak bo'lganda
- Sizni maqtab, xushomad qilishayotganda, uyalasizmi?
- a) ha, bunday vaziyatlarni yomon ko'raman
- b) yaxshiyamki, meni ham xaqli baholashdi, deyman
- O'z yutuqlaringizni boshqalarniki bilan qiyoslaysizmi?
- a) mening o'z hayotiy mo'ljallarim bor
- b) bu meni ilxomlantiradi
- Har doim ham sizning boshqa odam haqidagi birinchi intuitiv taasurotingiz to'g'ri bo'lib chiqadimi?
- a) ha, odatda shunday
- b) yo'q, ko'pincha adashaman
- Yaqinlaringiz, tanishlaringiz Sizni hissiyotga beriluvchan deb hisoblashadimi?
- a) ha, ko'pincha shunday deb o'ylashadi
- b) yo'q
- Odam xato qilishi mumkin, deb hisoblaysizmi?
- a) ha, hammamiz adashishimiz mumkin
- b) yo'q, doimo hushyor bo'lishimiz kerak
- Yaqin qo'shnilaringizning tarjimai hollarini bilasizmi?
- a) ha, kim yoningda yashayotganligini bilish kerak
- b) buning menga qizig'i yo'q
- Siz o'z qobiliyatlaringizni o'zingiz uchun ishlata olasizmi?
- a) afsuski, yo'q
- b) boshqacha bo'lishi mumkin emas
- Boshqalar bilan muomaladan Siz doimo xafa bo'lasizmi?
- a) yo'q
- b) ha
- Mushkul ishni boshlashdan avval Sizni kutayotgan qiyinchiliklar to'g'risida o'ylaysizmi?
- a) yo'q, har doim mushkul ishga kirishaveraman
- b) ha, har doim o'z imkoniyatlarimni sarhisob qilaman

Tez-tez Sizni ko'chada to'xtatib, savol bilan murojaat qilishadimi?

- a) ha, tez-tez
- b) yo'q, bundaylarni eslolmayman

Qanday filmlarni sevasiz?

- a) o'ylashga majbur qiladiganlarini
- b) harakatlar ko'p, dinamik syujetli

Siz o'z umidlaringiz, xavotirlaringiz va tashvishlaringiz haqida ochiq ayta olasizmi?

- a) ha, buning zararli, uyatli joyi yo'q
- b) yo'q, bu mening shaxsiy ishim, yashirish kerak

Siz o'zingizni baxtli xis qilgan paytlaringizda, hayotda kimlargadir og'irroq bo'lishi mumkinligi haqida ham o'ylaysizmi?

- a) menda bunday holat doimo bo'ladi
- b) "har kim ekanini o'radi"

Sizni hafi qilishsa, uzoq vaqt qayg'urasizmi?

- a) odatda, tez esdan chiqaraman
- b) anchagacha o'zimni yomon xis qilaman

Siz odatda o'z manfaatigiz yo'lida yaxshi inson bilan urishib qolishingizni sezsangiz:

- a) anchagina yon beraman
- b) o'z manfaatimni ximoya qilaveraman

Qayta ishlash yo'li:

Har bir,

- a) javob uchun *1* baldan,
- b) javob uchun *0* baldan yozib chiqing.

Agar tekshiriluvchi:

15-25 bal - empatiya darajasi o'ta yuqori bo'lib, u boshqalarga hamdardlik ko'rsatishga qodir bo'ladi;

7-14 bal - empatiyaning o'rtacha darajasi;

0-6 bal - juda past.

Test: O'zgalarni tinglay olasizmi?

Quyida berilgan savollarga berilgan javoblarning o'zingizga mosini tanlab belgilang.

Sizningcha suhbatlashishdan maqsad nima?

- a) suhbatdoshni yaxshiroq o'rganish;
- b) biror masala bo'yicha o'z fikrini bildirish;
- v) fikr almashinish va muhokama qilish.

Sizga bolalar "Bo'lutlar qayerda uxlaydi?", "Buvilar kichkina bo'lishganmi?" tarzida savollar berishadimi?

- a) ha, tez-tez;
- b) Hech qachon;
- v) ba'zan.

Ertalab ishga yoki o'qishga ketayotib, qo'shiq xirgoyi qilasizmi?

- a) ha, doimo bir xil ashulani;
- b) ha, odatda har xil ashulani;

v) yo'q, Hech qachon.

Yig'ilish oxirida ma'ruzachiga savollar berasizmi?

a) ha, doimo nimanidir so'rashga to'g'ri keladi;

b) ba'zan, uning fikri bilan qo'shilmaganimda;

v) Hech qachon.

Do'stingiz yoki kasbdoshingiz bilan suhbatlashgandan so'ng o'sha muammo yuzasidan o'z qarashlaringizni o'zgartirganmisiz?

a) ko'pincha shunday bo'ladi;

b) ba'zan;

v) Hech qachon.

6. Kim bilandir suhbatlashayotganda:

a) ko'proq siz gapirasiz;

b) ko'proq suhbatdoshingiz gapiradi;

v) ikkalangiz teng gapirasiz.

Narxi bir xil bo'lganda siz nimani xarid qilishni afzal ko'rasiz?

a) kitobni;

b) gramplastinkani;

v) kinoga pattani.

Sherigingiz Sizga aloqasi bo'lmagan o'z muammosi xususida gaplashmoqchi. Siz nima deb o'ylaysiz?

a) "qimmatli vaqtni yo'qotdim-a";

b) "endi unga ta'sirim kuchliroq bo'ladi";

v) "unga yordam beryapman".

Quyidagi jumalarning qay biri sizning nuqtai nazariningizga to'g'ri keladi?

a) ayni muammo yuzasidan mutaxassisgina aniq fikrga ega bo'lishi mumkin;

b) chiroyli gapirishni bilgan odam xohlagan mavzusida ham gapirishi mumkin;

v) ko'pincha mutaxassislarga o'z muammolari va g'oyalarini bayon etish uchun notiqlik malakasi yetishmaydi.

Suhbat chog'ida xayolingiz chalg'ib ketsa, nima qilasiz?

a) gapirayotganni to'xtatib, o'sha yerni qaytarishni so'rayman;

b) suhbat oxirida so'rash uchun o'zim uchun noaniq joyni eslab qolaman;

v) umuman menga hamma narsa ayon.

Ertalab radio orqali eshitgan axborot yoki qo'shiqni qaytara olasizmi?

a) ha, doimo;

b) ha, lekin esga tushirish uchun vaqt kerak;

v) eslay olmayman.

Estrada qo'shiqchisida sizga ko'proq nima yoqadi?

a) ovozi;

b) tashqi ko'rinishi;

v) sahnada o'zini to'tishi.

Konsertlarga tushish siz uchun:

a) qoniqish hosil qiladigan hodisa;

b) ko'p qatori bo'lish;

v) yaxshi ko'rgan xonanda bilan uchrashuv.

Siz mehmondasiz, u yerda sizdan boshqa yana 5-6 kishi bor. Siz gap boshlaganingizda, ko'pincha:

- a) sizni Hech kim tinglamaydi;
- b) hamma sizga mahliyo bo'ladi;
- v) siz suhbatning tashabbuskori emassiz.

Siz jamiyatda ro'y berayotgan barcha hodisalardan xabardorsiz. Chunki siz:

- a) muntazam televizor ko'rasiz;
- b) radio eshitasiz;
- v) gazeta o'qiysiz.

Ballarni hisoblash:

Savollar	Javoblar			Savollar	Javoblar		
	a	b	v		a	b	v
1	2	1	3	9	1	2	3
2	3	1	2	10	3	3	1
3	2	3	1	11	3	2	1
4	2	3	1	12	3	1	2
5	2	3	1	13	3	1	2
6	1	2	3	14	2	3	1
7	3	1	2	15	3	3	1
8	1	2	3				

Ballarni qo'shib chiqing.

15-20 ball. Siz o'zgalarni tinglamaysiz. Balki siz o'zgalarni tinglashdan oladigan foydaning qadrini bilmassiz, lekin siz bilim va tajriba uchun bu ishning foydasini bilishingiz zarur.

25-30 ball. Siz o'rtacha tinglovchisiz. Siz uchun suhbat ma'lumot manbai va muloqot uchun yetarli asos emas. Sizdan ko'p narsani o'rganish mumkin, lekin o'zingiz ham boshqalarda ko'p narsa olishingiz mumkinligini, tanqid va e'tirozlar ham foydali ekanligini unutmang, ko'proq boshqalarni tinglang.

35-45 ball. Sizda noyob sifat - o'zgalarni tinglash va meyorida gapirish bor. Siz bilan suhbatlashish juda yaxshi, chunki suhbatdosh sizdan doimo naf oladi. Siz o'zgalarning holatlarini tushunishga ham moyilsiz, ana shu noyob sifatni saqlang.

Test: "Boshqalarga yoqa olasizmi?"

Ko'rsatma: Har bir savolga "Ha" yoki "Yo'q" javobini bering.

Siz kutilmagan daromadga ega bo'ldingiz. Uni do'stlaringizga sarflay olardingizmi?

Sizning do'stingiz oilaviy qiyinchiliklari to'g'risida sizga gapirmoqda. Bu sizga qiziq emasligini ko'rsatasizmi?

Boshqalarni iltimoslarini har doim bajarasizmi?

Insonlarga yoqimli narsalarni, ularni kayfiyatini ko'tarish uchun gapira olasizmi?

Sizga yomon hazillar yoqadimi?

Siz o'zingizni yomon narsalarni eslab qoluvchi deb hisoblaysizmi?

Sizga qiziq bo'lmagan narsani tinglay olasizmi?

O'z qobiliyatingizni amalda qo'llay olasizmi?

Agar yutqazishni boshlasangiz o'yindan voz kechasizmi?

Haqligingizga ishonib turib boshqalarni fikrini eshita olasizmi?

Agar sizning do'stingiz o'yinda yutqazadigan bo'lsa, uni xursand qilish uchun yutqazib bera olasizmi?

Boshqalarni xursand qilish uchun biron-bir kishiga qo'pol hazil qila olardingizmi?

Baholanishi.

1, 2, 3, 4, 7, 11 savollarda "ha" javobi uchun bir balldan, 2, 5, 6, 8, 9, 10 va 12 savollarda "yo'q" javobi uchun bir balldan qo'ying. Ballaringizni jamlang.

Natijaning baholanishi.

8 balldan yuqori. Siz boshqalarga yoqasiz. Har xil xarakter va darajaga ega bo'lgan insonlar bilan muomala qila olasiz. Siz suyanchiq bo'la oladigan juda ko'p do'stlaringiz bor. Ammo Hech qachon hammaga birdek yoqishga harakat qilmang. Bu sizning individual xususiyatingizni yo'qotishi mumkin.

4-8 ballgacha. Sizning o'zingizni to'tishingiz vaziyatga bog'liq. Kimlardir uchun e'tiborli, mehribon, chiroyli bo'lsangiz, kimlardir uchun aksincha. Ularga ko'proq e'tibor qarating.

4 balldan pasroq. Siz bilan muomala qilish juda ham qiyin. Bu sizni hurmat qiladigan insonlarni sizdan uzoqlashtiradi. Sizning yomon xarakteringiz tufayli insonlar kamdan-kam sizga yordam beradi. Siz buni ustida yanada ko'proq o'ylashingiz kerak, o'zingizni o'zgartirishga harakat qiling.

7 -amaliy mashg'ulot mavzusi: Bilish faoliyati psixologiyasi.

Reja:

1. Bilish faoliyati va jarayonlari so'zlarini eshitganingizda fikringizga qanday so'zlar iboralar keladi. (Aqliy xujum) - 5 daqiqa
2. Xotirani rivojlantirish imkoniyatlari haqidagi fikrlar munozarasi (3x4 pedagogik texnologiya asosida) -20 daqiqa
3. Shaxs xotirasi xususiyatlarini piktogramma, ya'ni rasmlar assosiasiyalar metodi orqali ham o'rganish bo'yicha amaliy mashq -10 daqiqa
4. Diqqat va faoliyat. Diqqat turlari va xususiyatlari. Sezgi va Idrok. Sezgilarning ahamiyati, klassifikatsiyasi va qonuniyatlari. Idrok to'g'risida tushuncha. Idrokning xususiyatlari va turlari. Xotira. Xotira to'g'risida tushuncha. Xotira jarayonlari va turlari (Kichik guruhlarda ishlash metodi orqali) - 40 daqiqa
5. Darsga yakun yasash - 5 daqiqa

**Mashg'ulot uchun zaruriy uslubiy tavsiyalar va o'quv didaktik
tarqatma materiallar**

1. Bilish faoliyati va jarayonlari so'zlarini eshitganingizda fikringizga qanday so'zlar iboralar keladi (Aqliy xujum)

2. Xotirani rivojlantirish imkoniyatlari haqidagi fikrlar munozarasi 3x4 pedagogik texnologiya asosida tashkil etish uchun guruh 4ta kichik guruhlarga bo'linadi. Xar bir gurux uchun bir varaq qog'oz olinib, uning yuqori qismiga xotirani rivojlantirish imkoniyatlari haqidagi 3 tadan guruh fikrini yozishini hamda, bu fikrlar yozilgan qog'ozni (soat strelkasi yo'nalishi bo'yicha) keyingi guruhlarga uzatish taklif etiladi. Keyingi guruh esa yana bu haqda uchta fikr bilan to'ldirishi va keyingi guruhga uzatishi lozim. Shu tarzda davom etib, xar bir qog'ozda 12 tadan fikrlar mujassam bo'lgach, guruxlar bu fikrlarni tahlil etib, guruxning bir umumlashtirilgan fikrini bildirishlari talab etiladi.

3. Shaxs xotirasi xususiyatlarini piktogramma, ya'ni rasmlar assosiasiyalar metodi orqali o'rganish uchun metodika.

Piktogramma metodi

Bevosita esda olib qolish xususiyatlarini piktogramma, ya'ni rasmlar assosiasiyalar metodi orqali ham o'rganish mumkin. Piktogramma eksperimental-psixologik tadqiqot usuli sifatida birinchi marta L. V. Zankov(1935) tomonidan qo'llangan. Sinaluvchi aniq so'zni rasmdagi tasvir orqali eslab qolishi kerak. Sinaluvchi so'z va tasvir o'rtasidagi aloqani o'ylab topishi kerak, bu esa keyinchalik so'zni qayta esga tushirishga yordam beradi.

Rasm va so'z o'rtasidagi assosiativ aloqani shakllantirish jarayonida inson shunday mazmunli aloqalarni tanlaydiki, uning fikricha, bu rasmlar so'zni eslab qolish uchun yaroqli bo'ladi. (A. R. Luriya, 1967). Shuning uchun ham bu metodika orqali tadqiqot o'tkazish faqatgina assosiativ, bevosita xotira xususiyatlargina emas, fikrlash faoliyati xarakteri, tushunchali tafakkurning rivojlanishi darajasi haqida ham bilish imkonini beradi. (S. V. Longinova, S. Ya. Rubeynshteyn, 1972 B. G. Xersonskiy, 1988).

Metodikaning mazmuni shundan iboratki, sinaluvchi aniq bir so'zni, tushunchani eslab qolib, o'zi mustaqil rasm sxema chizadi. Bu chizilgan rasm yoki sxema keyinchalik so'zni-tushunchani esga tushirishga yordam berishi kerak. Alohida harf tavsiya etilmaydi. Tajriba o'tkazish uchun oldindan tayyorlangan qog'oz varag'i va qalam kerak bo'ladi. Keyinchalik sinaluvchini quyidagi so'zlarni eshitish va esda olib qolishga va topshiriqlarni bajarishga taklif qilinadi. «Men sizga so'zlarni aytaman, siz bo'lsangiz ularni yaxshiroq eslab qolish uchun kichikroq rasm chizib oling. Rasm chizish tezligi va rasmning sifati sizni xavotirlantirmasin. Asosiysi, siz keyin rasimga qarab turib, eslab qolishi uchun so'zlar berilganligini aytasangiz bo'ldi.

So'zlar yoki birikmalari quyidagilar bo'lishi mumkin.

Vatan	Tog'
Uchish	Vaqt
Taraqqiyot	Baxt
Roxat	O'qish
Qo'rqinch	Yirtqich
O'rmon	Yo'l
Quvvat	E'tiqod
Kasallik	Akter
Quvonch	Insoniyat
Daraxt	Mish-mish

Diqqat va faoliyat. Diqqat turlari va xususiyatlari. Sezgi va Idrok. Sezgilarning ahamiyati, klassifikatsiyasi va qonuniyatlari. Idrok to'g'risida tushuncha. Idrokning xususiyatlari va turlari. Xotira. Xotira to'g'risida tushuncha. Xotira jarayonlari va turlari. Kichik guruhlarda ishlash uchun guruh 4 ta kichik guruhga bo'linadi va ularga quyidagi tarqatma materiallar berilib, Ushbu masalalar bo'yicha taqdimotlar tayyorlash topshiriladi. Takdimot tayyorlash uchun 20 daqiqa va xar bir gurux taqdimoti uchun 4 daqiqadan Taqdimotlar muhokamasi uchun 4 daqiqa ajratiladi.

1- guruh uchun tarqatma material

Diqqat to'g'risida tushuncha. Diqqat va faoliyat. Diqqat turlari va xususiyatlari.

Diqqat – psixik faoliyatning yunaltirilishi va shaxs uchun ahamiyatli bo'lgan obyekt ustida tuplanishdir. Yunaltirilishi deganda psixik faoliyatining tanlovchilik xarakteri, obyektning ixtiyoriy yoki beixtiyoriy tanlash tushuniladi.

Dikkatning nerv – fiziologik mexanizmini I. P Pavlovning yozishicha oriyentirovka refleksi tashkil etadi. Buni Pavlov «bu nima» refleksi deb ham atagan edi. Bundan tashqari, diqqat ma'lum nerv markazlarining kuzgolishi va miyadagi boshqa nerv markazlarining tormozlanishi bilan ham boglikdir.

A. A. Uxtomskiy tomonidan ilgari surilgan ***dominanta*** prinsipi ham diqqatning fiziologik asoslarini aniqlash uchun katta ahamiyatga ega. Shu dominantalik prinsipiga muvofik miyada kuzgolishning xar doim ustun turadigan xukmron uchogi ayni shu damda miyaga ta'sir etib, unda yuzaga kelayotgan hamma kuzgolishlarni qandaydir ravishda o'ziga tortib oladi va buning natijasida boshqa kuzgolishlarga nisbatan uning xukmronligi yanada oshadi.

Dikkat uch turli bo'ladi: ixtiyorsiz diqqat, ixtiyoriy diqqat, ixtiyoriydan keyingi yoki muvofiklashgan diqqat.

Ixtiyorsiz diqqat maksadsiz, rejasiz yuz beradi. Ixtiyoriy diqqat deb ongimizni aniq maksad asosida va idoraviy kuch yordamida kerakli obyektga yunaltirishga aytiladi. Agar ixtiyorsiz diqqatda ish bizni o'ziga shunchaki jalb qilib olsa, ixtiyoriy diqqatda biz diqqatimizni qaratish uchun uz oldimizga ongli

suratda maksad kuyamiz, kiyinchiliklarni yengib, dikkatni tuplash uchun kurashib va xar qanday boshqa narsalarga berilmaslik uchun iroda kuchini sarflab dikkatimizni ongli ravishda narsaga qaratamiz.

Ixtiyoriy dikkatdan tashqari, dikkatning ana bir to'rini kayd qilib o'tish lozim, bu dikkat, ixtiyoriy dikkat kabi maksadga kartilgan bo'lib, lekin doimiy irodaviy zur berishni talab kilmaydi. Masalan, ukuvchi uy topshirigini bajarishga kirishganda dastlab bu ishga uzini majbur kiladi, ataylab dikkatni ish ustiga tuplaydi, irodaviy zur beradi. Lekin ishga kirishib olgach, endi irodaviy zur berish pasayadi, dikkat o'z-o'zidan ish ustiga tuplanadi, ukuvchi esa ishni berilib bajara boshlaydi. Ana shu paytda ukuvchining dikkati ixtiyoriy dikkatdan muvofiklashgan dikkatga aylanadi.

Diqqat bir necha xususiyatga ega bo'ladi:

Dikkatning kulami.

Dikkatning kuchi va barkarorligi.

Diqqatning bo'linishi.

Diqqatning kuchishi.

Diqqatning tebranishi.

Parishonxotirlik.

2- guruh uchun tarqatma material

2 Sezgi va ularning ahamiyati, klassifikatsiyasi va qonuniyatlari.

Tevarak-atrofdagi narsalar hakida, tovushlar va ranglar, xidlar va xarorat, mikdor va boshqa ko'plab narsalar tugrisida biz sezgi organlari tufayli bilamiz.

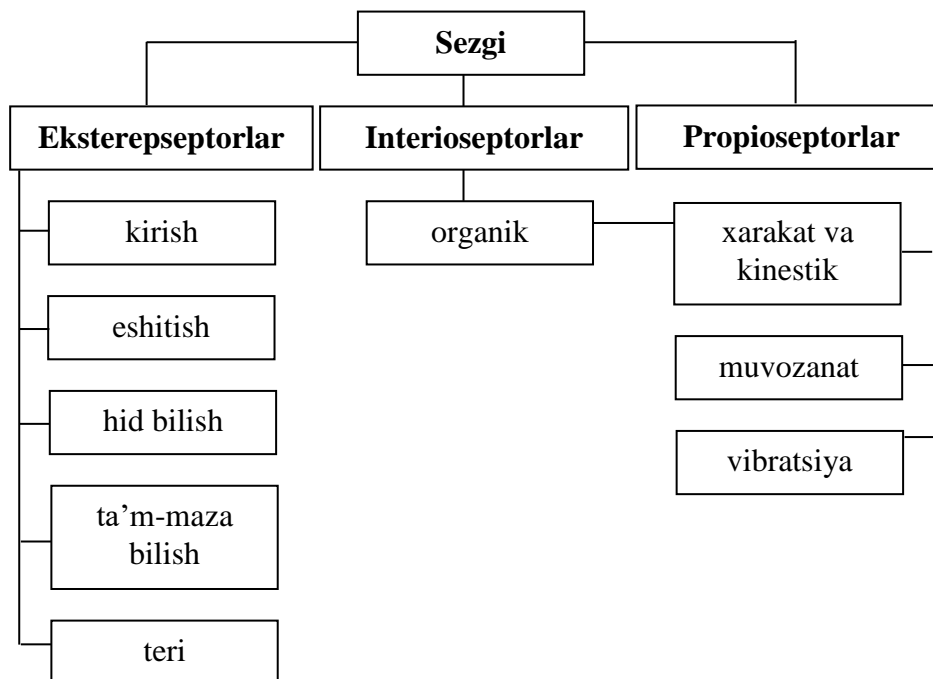
Sezgi – bu oddiy psixik jarayon bo'lib, u moddiy olamdagi narsa va xodisalarning ayrim xususiyatlarini, shuningdek, moddiy kuzgotuvchilar tegishli reseptorlarga bevosita ta'sir etgan takdirda organizmda xosil bo'ladigan ichki xolatlarga aytiladi. Materiya bizning sezgi organlarimizga ta'sir qilib sezgi xosil kildiradi. Sezgi nerv sistemasining u yoki bu kuzgotuvchidan ta'sirlanuvchi reaksiyalari tarzida xosil bo'ladi va xar qanday psixik xodisa kabi reflektor xususiyatiga ega. Qo'zg'atuvchining o'ziga aynan uxshaydigan analizatorga ta'siri natijasida xosil bo'ladigan nerv jarayoni sezgining fiziologik asosi bo'lib hisoblanadi.

Analizator uch kismdan tarkib topadi: 1. Tashki kuvvatni nerv jarayoniga utkazadigan maxsus transformator hisoblangan periferik bo'lim (reseptor), 2. Analizatorning periferik bo'limini markaziy analizator bilan bog'laydigan yo'llarni ochadigan afferent (markazga intiluvchi) va efferent (markazdan kochuvchi) nervlar, 3. Analizatorning periferik bo'limlaridan keladigan nerv signallarining kayta ishlanishi sodir bo'ladigan kobik osti va kobik (miyaning uzi bilan tugaydigan) bo'limlari. Sezgining xosil bo'lishi reflektor yoyi tufayli bo'ladi.

Aks etish xususiyatiga va reseptorlarning joylashgan urniga qarab sezgilar odatda uch guruxga ajratiladi: 1. Eksterioseptiv sezgilar. Bularga tashki muxitdagi narsalar va xodisalarning xususiyatlarini aks ettiradigan va tana yuzasini sezadigan sezgilar (ko'rish, eshitish, xid bilish, tam bilish, teri-tuygu)

kiradi. 2. Tananing ichki a'zolaridagi uzgarishlarni sezadigan interioseptiv sezgilar. Bunga organiq sezgilar kiradi. 3. Mushaklar va paylardagi xolatni sezadigan prorioseptiv sezgilar. Bunga muskul-harakat sezgisi kiradi. Ular gavdamizning harakati va xolati hakida axborot beradi.

Sezgingning turlari.



Eksterioseptorlar uz navbatida yana ikki guruxga bo'linadi: kontakt va distant sezgilar. Kontakt sezgilarga teri-tuygu va ta'm bilish sezgilari kirsa, distant sezgilarga ko'rish, eshitish, xid bilish sezgilari kiradi. Hozirgi zamon fani ma'lumotlariga asoslanib sezgilarni tashki va ichki sezgilarga bo'lish yetarli emas. Sezgilarning ba'zi bir turlarini tashki-ichki deb hisoblasa ham bo'ladi. Ularga xarorat va ogrik, tam bilish va tebranish, mushak-bugin va statik-xarkat sezgilari kiradi.

Sezgilarga xos bir kancha konuniyatlar mavjuddir. Avvalo sezgingning xosil bo'lishligi uchun qo'zg'atuvchi ma'lum kuchga ega bo'lishi lozim.

Sezgi chegaralarga ham egadir. Uning kuyi va yuqori chegarasi farqlanadi. Sezgirlikni mashk yo'li bilan yoki maxsus morfiy modda ta'sirida kuchaytirishga sensibilizasiya deyiladi.

Adaptasiya ham sezgiga xos xususiyatdir. Adaptasiya deb sezgi organlarining tashki qo'zg'atuvchilarga moslashishiga aytiladi. Adaptasiyaning uch turi farq qilinadi:

1. Qo'zg'atuvchining uzoq vaqt ta'siri natijasida sezgingning yuqolib qolishi.
2. Kuchli qo'zg'atuvchi ta'siri ostida sezgingning zaiflashishi.
3. Kuchsiz qo'zg'atuvchi ta'siri ostida sezgirlikning ortishi.

Sinesteziya – bu ikki sezgingning yaxlit bir sezgi bo'lib kushilib ketishi demakdir.

3- guruh uchun tarqatma material

Idrok to'g'risida tushuncha. Idrokning xususiyatlari va turlari.

Idrok deb narsa yoki xodisalarning inson ongiga bevosita ta'sir etishi natijasida tartibga solinib, Alohida sezgilarni narsa va voqealarni yaxlit bir obrazi tarzida birlashtirib aks ettirilishiga aytiladi.

Idrokning predmetliligi, yaxlitligi, ma'lum tartibda tuzilganligi, anglanganligi, konstantligi uning muxim xususiyatlaridir.

Idrokning predmetliligi deganda uning aniq bir predmetga qaratilishini tushunamiz.

Idrokning yaxlitligi deganda narsa va xodisalarni yaxlitligicha ongimizda aks ettirishni tushunamiz. Idrok sezgi a'zolariga ta'sir kiluvchi narsalarning ayrim xususiyatlarini aks ettiruvchi sezgilardan farqli ularoq, narsalarning yaxlit obrazidir.

Idrokning konstantligi ham uning muxim xususiyatlaridan biridir. Konstantlik tufayli biz atrofimizdagi narsalarning shakli, katta kichikligi, rangi va shu kabilarni nisbatan uzgarmas tarzda Idrok kilamiz Masalan, teatrda utirgan odamlarning yuzlariga uzokdan karasak, ular bizga uzgarmas, hakikiy odamlardek ko'rinadi, aslida kuz tur pardasiga uzokdagi narsalarning aksi kichik bo'lib tushadi. Yoki yuqori etajdan turib pastga karasak odamlar, mashinalar juda kichik bo'lib ko'rinadi, lekin biz ularni uz xolicha Idrok kilamiz. Ayni bir narsa yoki xodisani ayrim kishilarning Idrok etishida ko'rinadigan ba'zi xususiyatlar appersepsiya bilan belgilangan bo'ladi. Bu xususiyatlar odamning tajribasi va bilimlariga boglik xususiyatlardir. Kishilar ayni bir narsa yoki xodisani yoshlari, ma'lumoti, turmush tajribasi, kasbi, temperament, xarakter, qobiliyat va kizikishlarida ko'rinadigan shaxsiy xususiyatlariga qarab xar xil Idrok etadilar.

Idrok turlariga quyidagilar kiradi:

Fazoni Idrok qilish.

Vaqtni Idrok qilish.

Harakatni Idrok qilish.

Illyuziya deb atrofdagi narsa va xodisalarni notugri Idrok qilishga aytiladi. Buni geometrik illyuziyalar deb nom olgan illyuziyalarda yakkol ko'rish mumkin. Masalan, uzunligi barovar bo'lgan ikki chizikning boshiga ikki xil strelkalar chizilsa, strelkasi tashqariga karagan chizik unisiga nisbatan uzun bo'lib ko'rinadi.

Gallyusinasiya tashki olamda yuk narsalarni Idrok qilishdir.

Yuk narsalarning kuzga ko'rinishi, yuk ovozning eshitilishi, yuk xidning dimokka urilishi gallyusinasiyadir. Gallyusinasiya paytida kishi guyo bir narsani aniq kurgandek, eshitgandek, ushlagandek, is bilgandek tuyuladi.

4- guruh uchun tarqatma material

Xotira. Xotira jarayonlari va turlari. Xotira va faoliyat.

O'tmish tajribalarimizda nimaiki hodisa yuz bergan bo'lsa, shuni esda olib qolish, esda saqlash va keyinchalik esga tushirish yoki tanishdir.

U quyidagi psixik jarayonlardan: esda olib qolish, o'zlashtirilgan materialni esda saqlash, tanish va esga tushirish va unitishdan iboratdir.

Hozirgi kunda xotiraning mexanizmlari va qonuniyatlarini o'rganish bo'yicha psixologik, neyrofiziologik hamda bioximik nazariyalar mavjuddir.

Psixologik nazariya. Bu nazariya tarixiy jihatdan eng eski nazariya bo'lib, u fanda ko'p va turli – tuman nazariyalarning olg'a surilganligi bilan mashhurdir. Bu nazariyalarni xotira jarayonlarining shakllanganida insonning faolligi qanday rol o'ynashligi va bunda faollikning mohiyatiga qanday yondoshuv zarurligi bilan baholash mumkin.

Nazariyaning birinchi guruhi assosiativ nazariya deb yuritiladi. Bu nazariyaga ko'ra, muayyan psixik hosilalar ongda bir vaqtning o'zida yoki bevosita birin-ketin paydo bo'lsa, u holda hosilalar o'rtasida assosiativ boglanishlar tarkib topadi va bu boglanishlarni biron bir kismi takroran paydo bo'lishi ongda uning barcha elementlari muqarrar ravishda gavdalanishiga olib keladi. Assosiasiyalar uch turli bo'ladi: o'xshashlik, yondoshlik va qarama – qarshilik assosiasiyalari.

Neyrofiziologik nazariyalar. Bu nazariyalar xotiraning mexanizmlari haqidagi fiziologik nazariyalar bilan bog'liqdir. Bu nazariyaning asosini I. P. Pavlovning «Oliy nerv faoliyati qonuniyatlari haqida» gi ta'limotining eng muhim qoidalari tashkil etadi. Bu ta'limotga ko'ra xotiraning nerv – fiziologik mexanizmini bosh miyada hosil bo'ladigan muvaqqat bog'lanishlar tashkil etadi. Ana shu bog'lanishlar qanchalik mustahkam bo'lsa, esda olib qolish ham shunchalik yaxshi bo'ladi. Ana shu muvaqqat bog'lanishlarning qaytadan jonlanishi esga tushirishga, so'nib, yo'q bo'lib ketishi esa uno'tishga sabab bo'ladi.

Bioximik nazariya. Hozirgi kunda xotiraning mexanizmlarini o'rganishning neyrofiziologik usuli bioximik tadkikotlar darajasiga tobora yaqinlashib va kushilib ketmokda. Bu usul ushbu fanlarning uzaro tutashgan joyida olib borilayotgan ko'plab tadkikotlarda uz tasdigini topdi.

Bioximik nazariyaning mohiyati quyidagidan iborat. Birinchi boskichda (qo'zg'atuvchining bevosita ta'siridan sung) miya xujayralarida asl xoliga kaytuvchi fiziologik uzgarishlarni keltirib chikaradigan kiska muddatli elektroximik reaksiya yuz beradi. Ikkinchi boskich birinchi boskich negizida yuzaga kelib, aslida u yangi oksil moddalarning xosil bo'lishi bilan boglik bo'lgan bioximik reaksiyadan iboratdir. Birinchi boskich sekundlar yoki minutlar maboynida davom etadi va uni kiska muddatli esda olib kolishning fiziologik mexanizmi deb hisoblaydilar. Xujayralarda kaytarilmaydigan uzgarishlarga olib keladigan ikkinchi boskich uzok muddatli xotiraning mexanizmi xosoblanadi. Bu nazariya tarafdorlari tashki qo'zg'atuvchilar ta'siri ostida nerv xujayralarida ruy beradigan o'ziga xos ximiyaviy uzgarishlarning izlarini mustaxkamlash, esda saklab kolish va yana kayta esga tushurish jarayonlari mexanizmlarining asosini tashkil etadi.

Xotira turlari.

Xotiraning esda olib qolish va qayta esga tushirish jarayonlari sodir bo'ladigan faoliyatining xususiyatlariga bog'liqligi xotiraning har hil turlarini ajratish

uchun umumiy asos bo'lib xizmat qiladi. Bunda xotira uchta mezonga muvofiq bo'linadi:

Psixik faollik xususiyatiga kura harakat, emosional obrazli va so'z-mantiqli turlariga bo'linadi.

Faoliyat maksadiga kura ixtiyorli va ixtiyorsiz turlarga bo'linadi.

Materiallarni qancha vaqt esda olib qolish va esda saqlash muddatiga kura, kiska

muddatli, uzoq muddatli va operativ xotira turlariga bo'linadi.

Xotira tiplari. Xar kimning o'ziga xos xotira xususiyatlari mavjud. Xotiradagi bu farq uning kuchida ifodalanadi. Birovda xotira kuchli bo'lsa, boshqa birovda kuchsizdir.

Xotiraning kuchli yoki kuchsiz bo'lishini biz esda koldirish va uno'tishning tezlik darajasiga qarab belgilaymiz. Tez esga olib, juda sekin unutish kuchli xotiraning belgisi bo'lsa, sekin esda olib kolib, tez uno'tish kuchsiz xotira belgisidir. Shunga qarab kishilardagi xotirani turt tipga bo'lamiz:

Esda koldirish		Unitish
Tez		Sekin
Sekin		Sekin
Tez		Tez
Sekin		Tez

Xotirani yana ko'rish, eshitish, harakat degan tiplarga ham ajratish mumkin. Lekin sof xotira kam uchrab, ko'proq aralash xotira (ko'rish- harakat, ko'rish- eshitish, harakat-eshitish kabi) xillari uchraydi.

8- amaliy mashg'ulot mavzusi: Tafakkur va hayol.

Reja:

1. Tafakkur so'zini eshitganingizda fikringizga qanday so'zlar, iboralar keladi. (Aqliy xujum) - 5 daqiqa
2. Tafakkur shakllari va operatsiyalari («Charxpalak» pedagogik texnologiyasi asosida) -15 daqiqa
3. Fikrlash, umumlashtirish xususiyatlarini va qobiliyatini «Ortiqchasini o'chirish metodi» va «Fikrlash qobiliyatingiz qanday» testi orqali o'rganish bo'yicha amaliy mashq – 20 daqiqa
4. Tafakkur turlari. Muammoli vaziyat va masala yechish. Tafakkurning individual xususiyatlari. Hayol to'g'risida tushuncha. Hayol va uning turlari. Hayol jarayonida analitiko-sintetik faoliyat. (Kichik guruhlarda ishlash metodi orqali)
5. Darsga yakun yasash - 5 daqiqa

Mashg'ulot uchun zaruriy uslubiy tavsiyalar va o'quv didaktik tarqatma materiallar

1. Tafakkur so'zini eshitganingizda fikringizga qanday so'zlar, iboralar keladi. (Aqliy xujum)
2. Tafakkur shakllari va operatsiyalari o'rganish, bu haqida olingan ma'lumotlarni mustahkamlash va ushbu masala bo'yicha talabalar o'zlashtirishi

saviyasini aniqlash uchun «Charxpalak» pedagogik texnologiyasini qo'llash mumkin. Buning uchun guruh 3 ta kichik guruhga bo'linadi. Xar bir guruhga oldindan tayyorlangan quyidagi didaktik tarqatma material beriladi. Uning yuqori qismiga chap tomonga guruh nomeri yoki shartli nomi, o'ng tomonga guruh a'zolari belgilash uchun tanlagan belgi qo'yilishi va guruh muhokama qilib, jadvalning chap qismidagi 2 ustunda ifodalangan tafakkur shakllari va operasiyalari qaysi tarkibiy qismga mos kelishini belgilash taklif etiladi. Bu belgilar qo'yilgan qog'ozni (soat strelkasi yo'nalishi bo'yicha) keyingi guruhlarga uzatish taklif etiladi. Keyingi guruh esa yana guruh fikri bo'yicha tegishli belgilar bilan to'ldirishi va keyingi guruhga uzatishi lozim. Shu tarzda davom etib, guruxlar fikrlari belgilangan qog'ozlar charxpalak singari guruhlarda orasida aylanib bo'lgach, natijalar muhokamasi tashkil etiladi. Bunda jadvalning chap qismidagi 2 ustunda ifodalangan tafakkur shakllari va operasiyalari qaysi tarkibiy qismga mos kelishi bo'yicha belgilashlarda qanday bandlarda farqlar mavjud bo'lsa, shu bandedagi tafakkur shakllari va operasiyalari qaysi tarkibiy qismga mansubligi muhokama etilib, umumiy bir to'g'ri xulosaga kelinadi.

«Charxpalak» pedagogik texnologiyasini qo'llash uchun didaktik tarqatma material

Quyidagi tafakkur shakllari va operasiyalari qaysi tarkibiy qismga mos keladi?

		tafakkur	
	Tafakkur shakllari va operasiyalari	shakllari	operasiyalari
1	Tushuncha		
2	Analiz va sintez.		
3	Yakka, juz'iy va umumiy xukm		
4	Takkoslash.		
5	Abstraksiyalash.		
6	Deduktiv xulosa chikarish		
7	Umumlashtirish.		
8	Tahminiy xukm.		
9	Konkretlashtirish.		
10	Analogik xulosa chikarish		
11	Klassifikatsiyalash.		
12	Sistemashtirish.		
13	Tasdiklovchi yoki inkor kiluvchi xukm.		
14	Abstraksiyalash.		
15	Shartli, ayiruvchi va kat'iy xukm.		
16	Induktiv xulosa chikarish		

3. Umumlashtirish xususiyatlarini va qobiliyatini «Ortiqchasini o'chirish metodi» orqali o'rganish bo'yicha amaliy mashq uchun metodika

ORTIQCHASINI O'CHIRISH.

Ortiqchasini o'chirish metodikasi umulashtirish va chalgish, muhim belgini ajratish kabi tafakkur jarayonlari darajasini o'rganish uchun qo'llaniladi. Bu metodikaning ham ikki turi bor: predmetli va so'zli. Metodikaning predmetli turida qog'z atuvchi material alohida qog'ozlarda berilishi zarur. Xar bir qog'ozda (kartochkada) 4 ta predmet tasvirlangan. Rasmlar oq, qora yoki rangli bo'lishi mumkin. Sinaluvchi 4 ta predmetdan, umumiy belgi bo'yicha birlashuvchi 3 tasini tanlashi kerak. Odatda quyidagi ko'rsatma beriladi:

Bu yerda 4 ta predmet tasvirlangan. Siz 3 ta predmetni birlashtirib turadigan narsani topib, unga nom berishingiz kerak, bir predmet bu guruhga kirmaganligi uchun uni o'chirish kerak. Tadqiqotchi birinchi topshiriqni sinaluvchi bilan birga bajaradi, keyin u mustaqil ishga kirishadi. Bu metodikadan bolalarni va kattalarni tekshirishda foydalanish mumkin. Metodikaning og'zaki variantini 11-12 yoshdan katta bolalar uchun qo'llash mumkin. Tajriba o'tkazish uchun so'zlar qatori yozilgan maxsus qog'oz varog'i bo'ladi. **fo'llanma:** «Xar bir qatorda 5 ta so'z bor, 4 ta so'zni bir guruhga kiritib nom bering, bir so'z ortiqcha bo'lib uni o'chirish kerak».

1. stol, stul, krovat, pol, shkaf.
 2. Sut, qaymoq, qatiq, suzma, go'sht.
 3. Botinka, etik, bog'ich, tufli, tapochka.
 4. Bolg'a, arra, mix, bolta, randa
 5. Shirin, issiq, achchiq, nordon, sho'r.
 6. terak, tol, daraxt, archa, shaftoli.
 7. Samolet, arava, odam, kema, velosiped.
 8. Abror, Murot, Aziz, Asqarov, Nabi.
 9. Santimetr, metr, kilogramm, kilometr, millimetr.
 10. tokar, o'qituvchi, vrach, kitob, kosmonavt.
 11. Palto, plash, ko'ylak, tug'ma, shim.
 12. Uy, orzu, mashina, sigir, daraxt.
- Tajriba natijalari tadqiqot qarorida qayd etiladi.

Test: Siz fikrlash bo'yicha kimsiz?

Ko'rsatma: Quyida keltirilgan savollarni diqqat bilan o'qib chiqing va ularga o'z javobingizni bering. Javobni berishda uzoq o'ylanib o'tirmang. Xayolingizga kelgan birinchi javobni bering. Fikrlash uchun 10 daqiqa.

Farhod soat sakkizda budilnikni soat to'qqizga qo'yib uyquga yotdi. U necha soat uxlaydi?

Shuhratning o'nta qo'yi bor edi. To'qqiztasidan boshqa hammasi o'lib qoldi. Necha qo'y qoldi?

Siz Toshkentda qo'nib o'tadigan Pekin-Moskva reysi bo'yicha samolyot uchuvchisiz. Reys haftada ikki marta bo'ladi. Uchuvchining yoshi nechada?

Tungi qorovul kunduzi o'lib qoldi. Unga nafaqa to'lanadimi?

Erkak kishi o'zining bevasini singlisiga uylanishi mumkinmi?

Avstraliyada (ham) to'qqizinchi may bormi?

Oylar o'ttiz, o'ttiz bir kunlari bilan tugaydi. Qaysi oyda yigirma sakkiz bor?

Arxeologlar «eramizdan avvalgi» chiqqan yigirma besh tiyinni topib olishdi. Shunaqasi ham bo'lishi mumkinmi?

Siz notanish xonaga kirib qoldingiz. U yerda benzin va gaz bilan yonadigan chiroqlar bor ekan. Siz birinchi bo'lib nimani yoqishingiz kerak?

Ota va o'g'il avtohalokatga uchrashdi. Otasi shu joyning o'zidayoq halok bo'ldi, o'g'lini esa kasalxonaga yuborishdi. Operasiya vaqtida xirurg bolani ko'rib: «Voy xudoyim-ey bu mening o'g'lim-ku!» - deb yubordi. Shunday ham bo'lishi mumkinmi?

Oltita sham yonib turgan edi, to'rttasini o'chirib qo'yishdi. Nechta sham qoldi?

Ikki kg giry (tosh) bir kg va yarimta g'ishtga teng (og'irlikka) ega. Bitta g'ishtning og'irligi qancha?

Qo'llarda o'nta barmoq bor, o'nta qo'lda nechta barmoq bo'ladi?

Birdan yuzgacha bo'lgan sonlar qatorida nechta to'qqiz bor?

Yog'ochni o'n ikki bo'lakka bo'lish uchun, uni necha marta arralash kerak?

Samarqanddan Toshkentga va Toshkentdan Samarqandga qarab bir vaqtda ikki poyezd yo'lga chiqdi. Samarqanddan Toshkentga kelayotgan poyezdning tezligi ikkinchisidan uch marta katta. Uchrashgan vaqtda ularning har biri Toshkentdan qancha masofada uzoqlikda bo'ladi.

Ko'p qavatli binoning o'n oltinchi qavatida bir odam yashaydi. U har kuni ertalab ishga ketayotib liftga pastga tushib so'ng ishga ketadi. Kechki payt ishdan qaytayotganida esa o'ninchi qavatgacha liftga ko'tarilib, u yog'iga piyoda ketadi. U nimaga shunday qiladi?

Vrach bemorga o'ttiz minut oralig'i bilan uchta ukol belgiladi. Bemor ularning hammasini qancha vaqt ichida olib bo'ladi?

Bir kishi: «Bu mening bolam, lekin o'g'lim emas», - deb, ayanch bilan yig'lab o'tiribdi. Shunaqasi ham bo'lishi mumkinmi?

Ikkita tanga bor va ularning yig'indisi o'n besh so'm. Lekin ularning bittasi besh so'm emas. Nimaga shunday?

Savollarga javob berishda har to'g'ri javob uchun «+» noto'g'ri javob uchun «-» belgisi qo'yiladi. Faqat «+» belgili javoblarga hisoblab chiqiladi va shunga ko'ra sinaluvchining xarakteristikasi belgilanadi.

Sinaluvchidan 4, 5, 6, 9, 10, 19, 20-savollarga berilgan javoblarga izoh berish talab qilinadi. Izohlar asosli bo'lsagina (tavakkal, tasodifiy javoblar bo'lmasa) ular to'g'ri deb hisoblanadi.

Javoblar:

1) 1 soat; 2) 9 tasi; 3) sinaluvchining yoshi; 4) yo'q (chunki o'lgan odamga nafaqa berilmaydi); 5) yo'q (chunki u kishining o'zi o'lib ketgan, o'lgan nafaqat xotinining singlisiga, balki umuman uylana olmaydi); 6) ha (bu kun hamma joyda, kalendarda bor); 7) hammasida; 8) gugurtni; 9) yo'q (u vaqtlarda tanga, tiyin bo'lmagan); 10) ha (bu uning onasi); 11) 6 ta; 12) 2 kg; 13) 50 ta;

14) 20; 15) 11 marta; 16) bir xil masofada; 17) bo'yi yetmaydi (liliput odam bo'lgan); 18) 1 soatda; 19) ha (bu uning qizi); 20) bittasi 5 so'm bo'lmasa, ikkinchisi 5 so'm

Noto'g'ri «-» javoblar bo'yicha xarakteristikalar:

0 dan 2 gacha – geniy;

3 dan 4 gacha – intellektual (zehni o'tkir, aqlli);

5 dan 8 gacha – mulohazali;

9 dan 10 gacha – o'rtacha;

11 dan 12 gacha – aql uchqunlari ko'rinib turuvchi odam;

13 dan 14 gacha – fikrlash doirasi o'rtadan past;

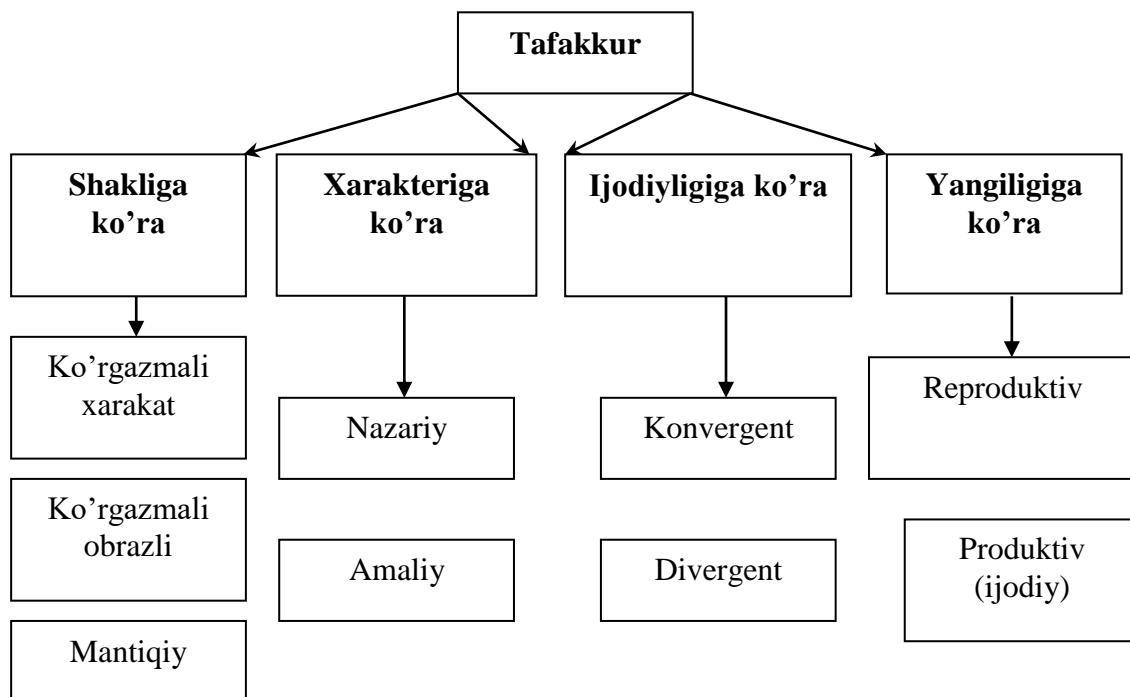
17 dan 18 gacha – fikrlash doirasi va qobiliyatini rivojlantirish ustida jiddiy ishlashlari zarur kishilar.

4. Tafakkur turlari. Tafakkurning individual xususiyatlari.

Hayol va uning turlari. Hayol jarayonida analitiko-sintetik faoliyat. Kichik guruhlarda ishlash uchun guruh 3 ta kichik guruhga bo'linadi va ularga quyidagi tarqatma materiallar berilib, Ushbu masalalar bo'yicha taqdimotlar tayyorlash topshiriladi. Takdimot tayyorlash uchun 20 daqiqa va xar bir gurux taqdimoti uchun 3 daqiqadan Taqdimotlar muhokamasi uchun 4 daqiqa ajratiladi

1- guruh uchun tarqatma material

Tafakkurning turlari.



Tafakkur quyidagi turlarga bo'linadi:

1. Kurgazmali – harakat tafakkuri.
2. Kurgazmali – obrazli tafakkur.
3. Ixtiyorsiz va ixtiyoriy tafakkur.
4. Konkret va abstrakt tafakkur.

5. Ijodiy tafakkur.

Inson tomonidan bevosita Idrok kilinayotgan predmetlar emas, balki tasavvur kilinayotgan obrazlar hakida fikr yuritish kurgazmali – obrazli tafakkur deyiladi.

Bogcha yoshidagi bolalar ilmiy tushunchalarga ega bo'lmaganligi uchun bilish faoliyatida asosan kurgazmali – obrazlarga suyanib fikr yuritadilar, muloxaza bildiradilar, xukm chikaradilar.

Ixtiyorsiz tafakkur deb mantikiy tafakkur yordamida ko'p Vaqtlar davomida xal kilinmagan akliy vazifalarning tusatdan, kutilmaganda xal kilinib kolishi prosessiga aytiladi.

Ixtiyoriy tafakkur jarayoni muloxaza, muxokama, isbotlash, gipoteza qilish kabi shakllarda kamoyon bo'ladi. Matematika, fizika, ximiya, psixologiya va boshqa fanlardagi muammo va masalalarni yechish jarayonlari bunga yorqin misol bo'la oladi.

Abstrakt tafakkur narsalarning moxiyatini aks ettiruvchi va suzlarda ifodalovchi tushunchalarga tayanib fikr yuritishdir.

Fikr yuritilishi lozim bo'lgan narsa va xodisalarni Idrok va tasavvur qilish mumkin bo'lsa, bunday tafakkur KONKRET tafakkur deyiladi.

Nazariy tafakkur deb xodisalarni izoxlashga faraz qilishga qaratilgan tafakkur turiga aytiladi.

Vokelikni uzgartirish vositasi bilan real narsa va xodisalarni yaratishga yunaltirilgan fikr yuritish amaliy tafakkur deyiladi. Amaliy tafakkur «Qanday qilib?», «Kaysi yo'l bilan?» kabi savollarga javob berish jarayonidir. Konvergent fikrlash masalaning yechimi faqat bitta bo'lgandagi fikrlashni nazarda tutsa, divergent tafakkur — fikrning shunday turiki, u shaxsga bir muammo yoki masala yuzasidan birdaniga bir nechta yechimlar paydo bo'lishini taqozo etadi. Aynan ana shunday ijodiy tafakkur divergent shaklda bo'lsa, u ijodiy parvoz, yangiliklarni kashf etishga asos bo'ladi.

Ijodiy tafakkur murakkab bilish faoliyatidan biri bo'lib tadrijiy ravishda, izchil uzaro boglangan jarayonlardan tashkil topadi: dastavval savollar tugiladi, vazifa aniqlanadi, masala yechish uchun savollarga javob kidiriladi. Ijodiy tafakkurning navbatdagi komponentlari quyidagicha aks ettiriladi: kuyilgan savollarga javob izlash, masalani yechishga yordam beradigan yo'llar, usullar, vositalar, koidalar va kunikmalarni kidirish, ularni tanlash va faoliyatga tadbik qilish va boshqalar.

2- guruh uchun tarqatma material

Hayol va uning turlari.

Xayol deb biz ilgari Idrok kilmagan, tajribamizda uchratmagan narsa va xodisalarning obrazlarini mavjud xotira tasavvurlari asosida miyamizda yaratishda ifodalanadigan faoliyatga aytiladi. Turmushning muayyan bir sharoiti, odamning bilish, amaliy, axlokiy, estetik va boshqa ehtiyojlari xayol jarayoniga sabab bo'ladi. biz ilgari Idrok qilmagan predmet va hodisalarni yaratishdan iborat bo'lgan psixik jarayondir.

Xayol yaratgan obrazlarining mazmuni jixatdan tasavvur xayol va ijodiy xayolga bo'linadi.

Tasavvur xayol deb hozir yoki utmishda bo'lgan bo'lsada, lekin xali bizning tajribamizda uchramagan va biz Idrok kilmagan narsa va xodisalar tugrisida tasavvur va obrazlar yaratishdan iborat bo'lgan xayol turiga aytiladi.

Ukuvchilar bilimlarni uzlashtirishda tasavvur xayol obrazlaridan keng foydalanadilar. Chunki ukituvchining tarix, geografiya, adabiyot materiallarini gapirib, tasvirlab berishi asosida ukuvchilar u narsalarning obrazlarini kuz oldilariga keltiradilar va uzlashtiradilar.

Ijodiy xayol deb bizning tajribamizda bo'lmagan va vokelikning uzida ham uchramagan narsa va xodisalar hakida tasavvur va obrazlar yaratishdan iborat bo'lgan xayol turiga aytiladi. Ijodiy xayol tufayli san'at, adabiyot, texnika sohalarida yangiliklar yaratiladi. Chunki ijodiy xayol obrazlari tamoman yangi, original obrazlar bo'ladi.

Ijodiy xayolning o'ziga xos xususiyati shundaki, avvalo yaratilayotgan obraz haqiqatda yuk, biron yangi obraz bo'ladi. Sungra jamiyatning yoki shu kishining ehtiyojlari shu obrazning yaratilishiga kishini ragbatlantiradi. Ijodiy xayol suzlarda va moddiy narsalarda gavdalantiriladi. Orzu va shirin xayol surishlar ijodiy xayolning Alohida turlaridir.

Orzu ijodiy xayolning kelajakka qaratilgan faoliyatidir. Demak, u orkali istikbol obrazlari yaratiladi.

Xayol uzining paydo bo'lishiga kura ixtiyorsiz va ixtiyoriy bo'ladi.

Ixtiyorsiz xayolda oldindan belgilangan maksad bo'lmaydi, unda iroda faol ishtirok etmaydi, obrazlar o'z-o'zidan paydo bo'ladi.

Ixtiyorsiz xayol avvalo shu paytda kondirilmagan ehtiyoj tufayli xosil bo'ladi. Masalan, kishi chulu-biyobonda ketayotib kattik chankasa, uning kuz oldiga vodaprovod, bo'lok, arik suvlarining obrazi kelaveradi.

Shirin xayol surish va orzu ham ixtiyorsiz vujudga keladi. Kechasi uxlab yotgandagi tush ko'rish tufayli xilma-xil obrazlarning kuz oldimizga kelishi ham ixtiyorsiz xayol materiallaridir.

Ixtiyoriy xayol surishda kishi oldiga kuygan maksadi asosida xayol surib, ataylab obrazlar yaratadi. Masalan, yozuvchining yangi asar yaratishida surgan xayollari ixtiyoriy xayoldir. Umuman olganda, san'at asarlarining barchasi ixtiyoriy xayol natijasidir.

Ixtiyoriy xayol birovlarning turtkisi, topshirigi bilan ham vujudga kelishi mumkin.

3- guruh uchun tarqatma material

Hayol jarayonida analitiko-sintetik faoliyat.

Hayol jarayonida yangi obrazlar yaratishning agglyutinasiya, anologiya (o'xshatish), kattalashtirish yoki kichiklashtirish, tipiklashtirish kabi usullari mavjud. Xayolning sintez kiluvchi faoliyatining oddiy shakli agglyutinasiyadir. Agglyutinasiya ayrim elementlarni yoki bir necha buyumlarning kismlarini bitta obraz qilib kushish va shularning kombinasiyasidir.

Xotira tasavvurlarini kayta ishlab xayol obrazlari yaratishda narsalarni kattalashtirish yoki kichraytirish jarayonlari vujudga keladi. Masalan,

ertaklarda ayrim kishilar xayol obrazlari tufayli buyi terakday, korni buchkaday, beliga kirk gaz arkon yetmaydigan qilib tasvirlanadi.

Xayol natijasida buyumning faqat bir kismini kattalashtirish yoki kichraytirish urg'u berish (aksentirovka) deb aytiladi. Bu ko'proq karikatura asarlarida uchraydi.

Tipiklashtirish – bir qahramon obrazida butun bir gurux, sinf, millat kishilarining eng xarakterli belgilari birga qo'shilib yaxlit tipik obrazda aks ettiriladi.

Xayolning yana bir xarakterli xususiyati shundaki, u uzok-uzoklarga parvoz qila oladi. Xayol obrazlari orkali biz uzoq o'tmishga nazar tashlab, tarixiy voqealarni, tarixiy shaxslarni kuz oldimizga keltirishimiz yoki kelajakka nazar tashlab, uz baxtli kelajagimizning obrazlari va ideallarini yaratishimiz mumkin.

9 -amaliy mashg'ulot mavzusi: Emotsiya va iroda psixologiyasi.

Reja:

1. Emotsiya, his tuyg'u so'zlarini eshitganingizda fikringizga qanday so'zlar iboralar keladi. (Aqliy xujum) - 5 daqiqa
2. Emotsiya, his tuyg'ularning inson hayotidagi ahamiyati haqidagi fikrlar munozarasi (3x4 pedagogik texnologiya asosida) -20 daqiqa
3. Vaziyatga bog'liq bo'lgan xavotirlikni baholash darajasini o'rganish testini o'tkazish bo'yicha amaliy mashq -10 daqiqa
4. Diqqat va faoliyat. Diqqat turlari va xususiyatlari. Sezgi va Idrok. Sezgilarning ahamiyati, klassifikatsiyasi va qonuniyatlari. Idrok to'g'risida tushuncha. Idrokning xususiyatlari va turlari. Xotira. Xotira to'g'risida tushuncha. Xotira jarayonlari va turlari (Kichik guruhlarda ishlash metodi orqali) - 40 daqiqa
5. Darsga yakun yasash – 5 daqiqa

Mashg'ulot uchun zaruriy uslubiy tavsiyalar va o'quv didaktik tarqatma materiallar

1. Emotsiya, his tuyg'u so'zlarini eshitganingizda fikringizga qanday so'zlar iboralar keladi (Aqliy xujum)
2. Emotsiya, his tuyg'ularning inson hayotidagi ahamiyati haqidagi fikrlar munozarasi 3x4 pedagogik texnologiya asosida tashkil etish uchun guruh 4ta kichik guruhlariga bo'linadi. Xar bir gurux uchun bir varaq qog'oz olinib, uning yuqori qismiga Emotsiya, his tuyg'ularning inson hayotidagi ahamiyati haqidagi 3 tadan guruh fikrini yozishini hamda, bu fikrlar yozilgan qog'ozni (soat strelkasi yo'nalishi bo'yicha) keyingi guruhlariga uzatish taklif etiladi. Keyingi guruh esa yana bu haqda uchta fikr bilan to'ldirishi va keyingi guruhga uzatishi lozim. Shu tarzda davom etib, xar bir qog'ozda 12 tadan fikrlar mujassam bo'lgach, guruxlar bu fikrlarni tahlil etib, guruxning bir umumlashtirilgan fikrini bildirishlari talab etiladi.

3. Vaziyatga bog'liq bo'lgan xavotirlikni baholash darajasini o'rganish uchun testlar

Vaziyatga bog'liq bo'lgan xavotirlikni baholash

KO'RSATMA: «Ayni paytda o'zingizni qanday his qilayotganingizga qarab o'ngdagi raqamlardan birini belgilang»

1	O'zingizni erkin his qilayapsiz.	1 2 3 4
2	Asabiylashayapsiz	1 2 3 4
3	Asabiy zo'riqishni his qilayapsiz.	1 2 3 4
4	Mamnunsiz.	1 2 3 4
5	Tashvishdasiz.	1 2 3 4

Natijalarni qayta ishlash.

2 - nchi va 5 - nchi ta'kidlar ballari yig'indisidan 1, 3 va 4 - ta'kidlar ballari yig'indisini ayrib tashlab, 15 sonini qo'shing hamda natijani 4-ga ko'paytiring.

20—30 ball past darajadagi xavotirlanish;

31—45 ball o'rta darajadagi xavotirlanish;

46 va undan baland ball bo'lsa, yuqori darajadagi xavotirlanishni bildiradi.

4. Emosional xolatlar va ularning shakllari. Stress haqida tushuncha, uning ijobiy va salbiy oqibatlari. Xis-tuyg'ular va ularning turlari. Irodaviy harakatlar va irodaviy boshqarish.

Kichik guruhlarda ishlash uchun guruh 4 ta kichik guruhga bo'linadi va ularga quyidagi tarqatma materiallar berilib, Ushbu masalalar bo'yicha taqdimotlar tayyorlash topshiriladi. Takdimot tayyorlash uchun 20 daqiqa va xar bir gurux taqdimoti uchun 4 daqiqadan Taqdimotlar muhokamasi uchun 4 daqiqa ajratiladi.

1- guruh uchun tarqatma material

Emosional xolatlar va ularning shakllari.

Kishilar tashki dunyo va boshqalar bilan alokada Bular ekan, ularga nisbatan ma'lum munosabatda ham bo'ladilar, ya'ni bu alokada kuvonadi, kuladi, xayratlanadi, kayguradi, yiglaydi va xokazo. Kishi Idrok etish, xotirlash, hayol surish va fikrlash jarayoni faqat voqyelikni bilib qolmay, balki shu bilan birga hayotdagi u yoki bu narsalarga, qanday bo'lmasin, munosabat bildiradi, unda ularga nisbatan u yoki bu tarzda xis - tuyg'u paydo bo'ladi. His-tuyg'ular - kishining o'z hayotida nimalar yuz berayotganiga, nimalarni bilib olayotganiga yoki nima bilan mashg'ul bo'layotganiga nisbatan o'zicha turli xil shaklda bildiradigan ichki munosabatidir. His-tuyg'ularning kechishi subyekt alohida xis etayotgan psixik xolat sifatida gavdalanadi. Bunda biron-bir narsani Idrok etish va tushunib yetish, biron-bir narsa to'g'risida bilib olish Idrok etilayotgan, tushunib olinayotgan, mahlum yoki nomahlum narsalarga nisbatan shaxsiy munosabat bilan birgalikda ro'y beradi. Ana shu xollarining

barchasida his-tuyg'ularning boshdan kechirilishi xususida, kishining Alohida xissiy xolati xususida gapiriladi. Shu bilan birga xis-tuyg'ularning kechishi o'z rivojlanishiga ega bo'lgan, joriy va o'zgarib turadigan psixik jarayondir. . Xissiy kechinma keskinlashib qolgan vaziyatni boshdan kechirish, unga bardosh berish, uni bartaraf etishdan iborat obyektiv zarurat bilan bog'likdir. Shuning o'zi biron bir narsaning xissiy kechinma orqali o'tishi demakdir. Shunday ekan, kechinma shaxsning ichki dunyosi qayta qurilishiga va kerakli muvozanatga ega bo'lishiga yordam beradigan kattagina zo'riqish bilan kechiladigan va aksariyat xollarda o'ta samarali Alohida xissiy faoliyat sifatida namoyon bo'ladi.

Xis-tuygu va Emotsiya_deb psixologiyada individning muxit ta'sirlariga nisbatan bildiradigan munosabatlari, ruxiy kechikmalari va ruxiy xolatlariga aytiladi. Bu munosabatlar, ruxiy kechinma va xolatlar individ ehtiyojlarining kondirilishi yoki kondirilmaslgi (sabab bo'ladi) bog'liq bo'ladi. Xis – tuygular va emosional xolatlar ko'pincha qutbiy xarakterga ega bo'lib, ehtiyojlar kondirilishi bilan ijobiy, qondirilmaslgi bilan salbiy xarakterga ega bo'ladi. Ba'zan ambivalent emosional xolatlar ham bo'lishi mumkin. Ambivalent emosional xolat_deb bir Vaqtining o'zida ham ijobiy, ham salbiy ishoraga ega Emotsiyalarga aytiladi.

His-tuyguni boshdan kechirishning turli shakllari, xissiy xolatlar Emotsiya deyiladi. Emotsiyalarning quyidagi shakllarini ajratish mumkin: kayfiyat, affekt, kuchli xayajonlanish (stress xolati) va boshqalar. Xis-tuyg'ular shaxs ehtiyojlariga javob beradigan narsalarni aniqlab olishga yordam beradi va ularning qondirilishiga qaratilgan faoliyatga omil baxsh etadi. Ilmiy kashfiyot qilingan paytdagi quvonchli kechinmalar olimning izlanuvchanlik faoliyatini rag'batlantiradi, bilish ehtiyojini, qondirish jarayonini jadal tarzda saqlaydi. Ehtiyoj namoyon bo'lishining alohida shakli sifatidagi qiziqish doimo yorqin xissiy tusga ega bo'ladi.

Kishi uchun subyektiv hisoblangan xis-tuyg'ular uning ehtiyojlari qondirilishi jarayoni qanday kechayotganligining belgisi sifatida namoyon bo'ladi. Munosabat va faoliyat jarayonida paydo bo'lgan ijobiy xissiy xolatlar (zavqlanish, mamnunlik va shu kabilar) ehtiyojlarni qondirish jarayonining xush keladigan tarzda kechganligidan dalolat beradi. Ehtiyojlarning qondirilmasdan qolishi salbiy xissiy kechinmalarga (uyalish, o'kinish, xasrat va shu kabilarga) olib keladi.

Ehtiyojlarning qondirilishi ehtimoli subyektiv tomondan qara-ganda katta bo'lib tuyulsa, ijobiy xis-tuyg'ular paydo bo'ladi. Salbiy hissiyotlar ehtiyojlar kondirilishining real yoki tasavvurda mumkin emasligi subyekt tomonidan oz yo ko'p darajada anglanishi oqibatida yohud ehtiyojlarning qondirilish ehtimoli haqida subyekt tomonidan oldin-roq qilingan mo'ljalga qaraganda yo'qola borish natijasida paydo bo'ladi. Xissiyotlarning axborot konsepsiyasi, shaxsning butun ko'p qirrali va boy xissiy jixatlarini tushuntirib berishdan ko'ra tushuntirib bera olmasligi aniqroq bo'lsa ham shubhasiz, dalil-isbot-liligi bilan ajralib turadi. Emotsiyalarning barcha turlari ham kelib chiqishiga ko'ra

shu sxemaga jo bo'lmaydi. Masalan, ajablanish Emotsiya-si na ijobiy va na salbiy emosional xolatga kiritilishi mumkin emas.

Emosional xolatlarining regulativ (bir xil tarzda tartibga solib turadigan) funksiyasi ularning eng muhim belgisi hisoblanadi. Kishida paydo bo'ladigan kechinmalar unga ehtiyojlarning qondirilish jarayoni qay tarzda borayotgani, u qanday to'siqlarga duch kelayotgani, nimalarga ehtiborni qaratish lozimligi, nimalar haqida mulohaza qilishi kerakligi, nimalarni o'zgartirish zarurligi haqida axborot beruvchi signallar rolini bajaradi.

Emotsiyalar voqyealarning ko'ngildagidek yoki noxush yuz berayotgani, subyektning konkret va shaxslararo munosabatlar sistemasidagi xolatning ko'p yo oz darajada aniqligi haqida axborot beradi va bu bilan uning munosabat va faoliyat sharoitidagi xatti-harakati boshqarib, to'g'rilab turilishini tahminlaydi. Emosional xolatlarining shakllari asosan quyidagilar: 1. Kayfiyat; 2. Affekt; 3. Stress; 4. Frustrasiya.

Kayfiyat deb nisbatan turgun kishining umumiy xolatiga ta'sir kiluvchi, uzok Vaqt davom etadigan emosional xolatga aytiladi. Yaxshi kayfiyat kishining ishchanligiga, uzini to'tishiga, boshqalar bilan munosabatiga ijobiy ta'sir qilib turadi.

Affekt – bu kiska muddatli, juda ham kuchli va jo'shqin emosional portlash xolatidir. Affekt xolatida xotiraning yukolishi, diqqatning torayishi, ongli nazoratning susayishi kuzatiladi. Masalan: kuchli gazablanish, jaxl chiqishi, kurkish, xoljanlanish xolatlarida inson uzini boshqarolmaydi.

Affektning 3 ta stadiyasi bor: 1. Emosional xolatning yigilib, summasiya bo'lishi; 2. Emosional portlash; 3. Emosional portlashga nisbatan qarshi teskari xolat.

Stress – kishi organizmi va ruxiyatiga ta'sir kilgan salbiy ta'sirlar ostida xosil bo'ladigan emosional xolat bo'lib, organizm nerv sistemasining tashki ta'sirlarga tayyorgarlik darajasini belgilaydi va u bilan boglik bo'ladi.

Frustrasiya xolati kishi uz oldiga kuygan maksadga erisholmagan yoki intilish jarayonida tusiklarga uchragan paytda xosil bo'ladigan xolat. Emotsiyalarning kelib chiqishi to'g'risidagi nazariyalar.

Djeyms – Lange nazariyasiga binoan emosional xolatlarining, xis-tuygularning kelib chiqishi, organizmdagi fiziologik uzgarishlar, jumladan, yurak urishining tezlashishi, nafas olishning uzgarishi, kon bosimi, teri pigmentasiyasi hamda sekresiya bezlarining funksiyalari bilan uzviy boglikdir. Ularning fikricha avval odamning organizmdagi fiziologik uzgarishlar sodir bo'ladi, shuning natijasida emosional xayot yoki xis-tuygu paydo bo'ladi. Ularning fikricha, biz yiglaganimiz uchun xafa bo'lamiz, kulganimiz uchun kuvonamiz.

Kennon nazariyasiga kura, emosional xolatni yuzaga keltiruvchi, qo'zg'atuvchi ta'siri miyaning talamus degan kismiga ta'sir kiladi. Shu tufayli emosional xolat va organizmdagi fiziologik o'zgarishlar bir vaqtning o'zida yuzaga keladi. Bu nazariya ko'plab psixologlar tomonidan tan olingan.

2-guruh uchun tarqatma material

Stress haqida tushuncha, uning ijobiy va salbiy oqibatlari

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.

Stress tushunchasini ijtimoiy psixologiya sohasiga ko'chirish o'ziga shaxs holatining bir qator turlarini qamrab oladiki, ularni voqyealarning ko'poigi keltirib chiqaradi. Bular mag'lubiyat yoki g'alabadan ijodiy kechinmalar va shubhalargacha bo'lgan voqyealardir. Ayrim mutaxassislarning 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, korxona va tashkilotlar uchun ham qiyinchiliklar, qo'yilgan maqsadlarni qo'lga kiritishda muammolar keltirib chiqaradi.

Stress deganda biz insonning atrofdagi stimullarga yoki stresslarga jismoniy, kimyoviy va psixologik reaksiyalari majmuni tushunamiz. Bunda atrof-muhitdagi kuchlar insonning fiziologik va psixologik funksiyalarini muvozanatdan chiqaradi.

Stress holatini jismoniy, psixologik omillar majmui, ya'ni stressorlar keltirib chiqaradi.

Hayotimizda stresslar bo'lib turishi tufayli ularni boshqarishni, ular keltirish mumkin bo'lgan zararni kamaytirishni bilish zarur. Insonning stresslarga ko'nikish usullari bir nechadir.

Birinchi usul – tashkilot darajasidagi usul bo'lib, siyosatdagi, ishlab chiqarish tuzilmasidagi xodimlarga nisbatan qo'yiladigan aniq talablarni ishlab chiqishda, ularning faoliyatiga baho berishda o'zgarishlar ro'y berishi natijasida sodir bo'ladi. Bunday o'zgarishlar stressli vaziyatlarning manbaini barham toptiradi.

Ikkinchi usul – ayrim shaxs darajasidagi usuldir. Bu usul shundan iboratki, stresslarni betaraflash bo'yicha maxsus dasturlardan foydalanib, stresslarni boshqara bilishdir. Bunday dasturlar meditasiya, trening, mashqlar, parhyez va ba'zan ibodat qilishni ham o'z ichiga oladi

Stresslarni betaraflashtirish usullari

Usulning nomi	Usulning qisqacha tavsifnomasi
Rejalashtirish	Shaxsiy yoki kasb hayotida ko'pgina muammolarni rejalashtirish usuli yordamida ham qilish mumkin. O'z shaxsiy yoki xizmat vazifalaringizni bilib olishga birmuncha vaqt ajrating. Ertangi kun faoliyatingizni rejalashtirib qo'yish uchun ishda muayyan soatlarni belgilab qo'ying. Bu faoliyat sizning shaxsiy maqsadlaringiz va butun kompaniyaning maqsadlariga qanday mos kelishini belgilang.
Jismoniy mashqlar	Muntazam bajarib boriladigan mashqlar inson sog'lig'i uchun juda foydalidir. Ular salbiy energiyaning chiqib keimshim uchun imkon tug'diradi, umumiy jismoniy holatga qulay ta'sir ko'rsatadi.
Parhyez	Davomli stress vitaminlar yetishmasligiga, organizmning zaiflashuviga, kasalliklarni kuchli Idrok qilishga shart-sharoit yaratishi mumkin. Bundan tashqari, stress vaqtida normal ovqatlanish rejimi buziladi, shuning uchun to'g'ri parhyezga amal qilish muhimdir.
Psixoterapiya	Kasb mutaxassislari bilan intensiv ish olib borishda odatda ishlatiladigan texnikalar juda xilma-xildir.
Psixologik tahlil	Bu psixoterapiyaning bir shakli bo'lib, unda normal bo'lmagan xulq-atvorning ongsiz asoslari tadqiq etiladi.
Meditasiya va bo'shashi	Uzoq Sharqdan keltirilgan ko'p sonli misollar: meditasiya, yoga, dzen-buddizm va boshqa usullarni qamrab oladi.

3-guruh uchun tarqatma material

Xis-tuyg'ular va ularning turlari

Xis-tuyg'lar - voqyelikni aks ettirishning o'ziga xos shakllaridan biridir. Agar bilish jarayonlarida narsalar va voqyelikdagi xodisalar aks etsa, xis-tuyg'ularda esa subyektning o'ziga xos ehtiyojlari bilan qo'shilib, o'zi bilib olayotgan va o'zgartirayotgan narsalarga va voqyelik hodisalariga nisbatan uning munosabati aks etadi.

Xis-tuyg'ular - kishi shaxsining ancha yorqin ko'rinishlaridan biri bo'lib, u bilish jarayonlari va xulq - atvor hamda faoliyatni irodaviy boshqarish bilan birgalikda namoyon bo'ladi. Shaxs o'zi bilib olayotgan va bajarayotgan narsaga uning barqaror munosabati xis-tuyg'ularning mazmunini tashkil etadi. Shaxsni ta'riflash degani ko'p jixatdan muayyan konkret kishi umuman nimani sevadi, nimani yomon ko'radi, nimadan nafratlanadi, nima bilan faxrlanadi, nimadan xursand bo'ladi, nimaga xavas qiladi va hokazolar degan mahnoni anglatadi. Indivdning barqaror xis-tuyg'ulari predmeti, ularning jadalligi, kechinmalarning xususiyati va hissiyotlari, effektlar (xissiy bo'ronlar), kuchli xayajonlanish xolatlari va kayfiyatlari shaklida tez-tez namoyon bo'lishi kuzatuvchi o'ngida kishining xissiy dunyosini, uning xis-tuyg'ularini va shu asnoda uning individualligini namoyon etadi. Ayni shuning uchun ham xissiy jarayonlarni taxlil qilish vaqtida o'tkinchi xolatlarni o'rganishdan kishi shaxsini belgilaydigan xis-tuyg'ular (tor mahnoda olganda) kishi shaxsining yo'naltirilganligida mujassamlashgan barqaror ehtiyojlari obhyektiga nisbatan uning munosabatini aks ettiradi.

Ehtiroslar kishidagi barqaror xis-tuyg'ularning alohida to'rini tashkil etadi. Odamlarning bajarayotgan ishiga va hayotida yuz berayotgan narsalarga nisbatan ichki munosabati boshdan oxirigacha barqaror tus kasb etadi, doimiy harakat qiluvchi kuchga aylanadi. Bu kuch kishi tomonidan uni hayajonlantiradigan narsa qanday Idrok etilishi, tasavvur qilinishi va hayotga keltirilishi, uning bir-biri bilan almashib turadigan hissiyotlarni, effektlarni, kayfiyatlarni qanday boshdan kechirishi xususiyatlarini belgilaydi. Bu kuch muayyan harakatlarga dahvat etuvchi va qaror topgan xis-tuyg'ularga mos kelmaydigan xatti-harakatlarga qarshi qudratli to'siq sifatida namoyon bo'ladi. Shunday qilib, xis-tuyg'u kishining tafakkur va faol faoliyat ko'rsatishi jarayoniga jalb etilgan bo'ladi. Kishining faktlari va xatti-harakatlari yo'nalishini belgilaydigan barqaror, chuqur va kuchli xis-tuyg'u ehtiros deb ataladi.

Ehtiros kishini xis-tuyg'ular haqida astoydil fikrlashga, ularning negizini tashkil qiladigan ehtiyojlarni jonli va yorqin tasavvur etishga, bu ehtiyojlarni qondirish yo'lida uchraydigan haqiqiy yoki uchrashi mumkin bo'lgan tusiqlik va qiyinchiliklar to'g'risida uylashga va har tomonlama mulohaza yuritishga majbur qiladi.

Shaxsning butun o'y-fikrini va intilishlarini o'ziga tortib oladigan hamda uning xissiy jixatlarini aniq-ravshan belgilaydigan ko'plab barqaror xis-tuyg'ular (ehtiros tusini oladigan yoki olmaydigan) mavjuddir. Ular orasida, ayniqsa yoshlik chog'ida, sevgi-muhabbat tuyg'usi sezilarli o'rin egallaydi. U barqaror xis-tuyg'u namunasi sifatida baxolanishi mumkin. Muhabbat - insonga xos eng muhim barqaror xis-tuyg'ulardan biridir. «Muhabbat» tushunchasi psixologiyada ikki ma'noda ishlatiladi. Keng ma'nodagi muhabbat hissiy-ijobiy munosabatning obyektini boshqalarga qaraganda ajratib ko'rsatadigan hamda uni subyektni barqaror hayotiy ehtiyojlari va qiziqishlari markaziga qo'yadigan yuksak darajasi demakdir. Vatanga muhabbat, onaga, bolalarga, musiqaga va hokazolarga muhabbat ana shunday xis-tuyg'udir.

Tor ma'nodagi muhabbat subyektning shaxvoniy ehtiyojlari bilan fiziologik jixatdan bog'liq bo'lgan hamda boshqa birovning hayoti va faoliyatida ham o'zidagi singari jadallikka, keskinlikka va barqarorlikka da'vat etadigan javob xis-tuyg'usiga ehtiyoj o'yg'otuvchi shaxsiy-ahamiatlilik hususiyatlarini yanada to'laroq gavdalanishida ifodasini topadigan jadal, jiddiy va nisbatan barqaror his-tuyg'udir. G'oyat darajada sirli tusga ega bo'lgan muhabbat tuyg'usi vaziyatga qarab paydo bo'ladigan o'zgaruvchan muloyimlik (o'ta noziklik, ado), shodlanish, umidsizlanish va shu kabi boshqa hissiyotlar bilan, ko'tarinki yoki mahyusona kayfiyat bilan, bahzan xaddan ziyod quvonch yoki g'am-alam bilan birga sodir bo'ladi. Individdning pirovard natijasida naslning davom etishini tahminlaydigan shaxvoniy ehtiyoji va individdning to'laqonli tarzda personajlashuvini tahminlaydigan, yahni shaxsga boshqa ahamiatliroq birovda (sevgili erkak yoki ayol kishida) davom ettirish, ko'ngildagidek mujassamlashish uchun eng maqbo'l imkoniyat tug'diradigan oliy his-tuyg'u tarzidagi sevgi-muhabbatning birligi amalda fikran birini ikkinchisidan ajratishga imkon bermaydi.

Psixologiyada xis-tuyg'ular turlarining hamma uchun ma'kul bo'lgan tasnifi yo'q. Quyidagi turlarni alohida ajratib ko'rsatish udum bo'lgan: mahnaviy, intellektual (aqliy) va estetik (nafosat) his-tuyg'ular.

Majnaviy (ahlokiy) his-tuyg'ular o'z mazmuniga ko'ra, kishining kishiga va kengroq mahnoda olganda, jamiyatga munosabatini bildiradi.

Intellektual his-tuyg'ular shaxsning bilan jarayoniga, uning muvaffaqiyatliligiga va muvaffaqiyatsizligiga munosabatini ifodalaydi va aks ettiradi.

Estetik xis-tuyg'ular subyektning hayotida yuz beradigan turli xildagi narsalarga va ularning sanhatda aks ettirilishiga nisbatan allaqanday ajoyib yoki bemahni, fojiviy yoki kulgili, olijanob yoki jirkanchli, nafosatli yoki xunuk narsa sifatida munosabatini aks ettiradi va ifodalaydi.

Kishining ma'naviy, intellektual va estetik tuyg'ularni faoliyat va muomala jarayonida boshdan kechiradi, bahzan ularda kishining sosial voqyelikka nisbatan butun xissiy munosabatlari boyligini mujassam-lashganligi uchun ular yuksak xis-tuyg'ular deb ham yuritiladi.

4- guruh uchun tarqatma material

Iroda. Irodaviy harakatlar va irodaviy boshqarish. Irodani tarbiyalash.

Iroda – bu biror bir maksadga erishish uchun ichki va tashki tusiklarni, kiyinchiliklarni yengish bilan uzidagi bor imkoniyatlarni, kuchlarni safarbar qilish bilan boglik bo'lgan shaxs xususiyatidir. Iroda - bu kishining oldiga ko'yilgan maqsadlarga erishishda qiyinchiliklarni yengib o'tishga qaratilgan faoliyati va xulk-atvorini ongli ravishda tashkil qilishi va o'z-o'zini boshqarishi demakdir. Iroda tabiat qonunlarini egallab oladigan va shu tariqa uni o'z ehtiyojlariga ko'ra o'zgartirish imkoniyatiga ega bo'ladigan kishining mehnat faoliyatida paydo bo'ladi.

Iroda o'zaro bog'lik ikkita vazifaning - undovchi va tormozlash vazifalarning bajarilishini ta'minlaydi va ularda o'zini namoyon qiladi.

Undovchi vazifasi kishining faolligi bilan tahminlanadi. Harakat oldingi vaziyat bilan bog'liq bo'lgan paytdagi reaktivlikdan farqli o'laroq faollik harakatning ayni o'zida namoyon bo'ladigan ichki xolatiga nisbatan subyektning o'ziga xos xususiyatini kuchga kiritish harakatini chiqaradi. Kishining harakatga undovchi mayillari mahlum bir yo'lga solingan sistemani oziq-ovqatga, kiyim-kechakka, issiq va sovuqdan yashirinish ehtiyojdan tortib to mahnaviy, estetik va intellektual xis-tuyg'ularni boshidan kechirish bilan bog'lik yuksak niyatlarga borib taqaladigan motivlar iyerarxiyasini tashkil etadi. Agar yuksak motivlar deb quyilari, shu jumladan, hayotiy, muhim motivlar tusilishi va tutib turilishi yuz bersa, bu irodaning namoyon bo'lish hisobiga bo'ladi.

Kishining tavakkalchilik sharoitidagi xatti-harakati irodaning xarakterli ko'rinishlaridan biri.

Tavakkalchilik - bu subyekt uchun uning ichki nomahlum va muvaffakiyatsizlikka duch kelganda mumkin bo'ladigan noqulay oqibatlar (jazolash,

og'riq tahsirini o'tkazish, travma, obro'ni yo'qotish va shu kabi) haqidagi tahminlar mavjudligi sharoitidagi faoliyatning xarakteristikasidir.

Tavakkalchilik paytida kutilayotgan noxushlik bunday xolatdagi muvaffaqiyatsizlik ehtimoli va noqulay oqibatlar darajasining uyg'unlashtirilishi bilan belgilanadi. Tavakkalchilikning birinchi sababi va turi bu yutuqqa umid bog'lash, muvaffaqiyat qozonilganda kutilayotgan kattalikning muvaffaqiyatsizliklar oqibati darajasida ortishidir.

Tavakkalchilikda oqlangan va oqlanmagan tavakkalchiliklar bo'lib, ular bir-biridan farq qiladi. Oqlangan tavakkalchilik yakunning har qanday noaniqligi va muvaffaqiyatsizlik keltirishi mumkinligiga qaramay oqlanmagan tavakkalchilikdan farq qilib, irodaviy qarorga kelayotgan paytda barcha «yoklovchi» va «qarshilarni», tavakkalchilik xatti-harakatini belgilovchi motivlarning g'oyaviy va ahloqiy yuksakligi, oqilona ravishda o'ylab ko'rishni va shunday qilib, harakatning xavfsizlik variantiga nisbatan xavfli variantini afzal ko'rishni nazarda tutadi. Bunda harakat (ishning yakuni tasodifga) omad keladi yoki kelmaydi bog'liq bo'ladigan yoki, aksincha, muvaffaqiyat tavakkal qilayotgan kishining shaxsiy sifatleri (uning qobiliyatlari, qathiyligi, malakalari va h. o) bilan belgilanadigan vaziyatlar bo'lishi mumkin. Tavakkalchilikning ikkinchi turi «vaziyat usti» yoki «xolis niyatli» tavakkalchilik deb, yoki bo'lmasa «tavakkalchilikni deb tavakkalchilik» qilish demakdir.

Ehtiyojlar bir xil harakatlarning bajarilishini belgilaydigan va boshqalarining bajarilishiga xalaqit beradigan har xil sabablarga (motivlarga) aylanadi. Irodaviy harakatlarning sabablari hamisha ozmi-ko'pmi darajada anglanilgan xarakterda bo'ladi.

U yoki bu ehtiyojning kanchalik anglanilganiga bog'lik xolda intilish va istakni ham farq qilsa bo'ladi.

Intilish - xali differensiyalashmagan, yetarli darajada anglanil-magan ehtiyojdan iborat faoliyat motividir.

Istak - faoliyatning motivi sifatida ehtiyojning yetarli darajada tushunib yetilganligi bilan xarakterlanadi.

Irodaviy aktning eng muhim bo'g'inlari - qaror qabo'l qilish va uni ijro etish ko'pincha alohida xissiy xolatning irodaviy zo'r berish sifatida tavsiflanadigan xolatning kelib chiqishiga sabab bo'ladi. Irodaviy zo'r berish bu xissiy hayajon shakli bo'lib, kishining harakatga qo'shimcha motivlarni vujudga keltiruvchi, gohida yo'q bo'luvchi yoki yetarli bo'lmovchi ichki resurslarini (xotirasi, tafakkuri, hayoli va boshqalar) safarbar etuvchi va ancha zo'rayish xolati kabi boshdan kechiriladigan sabablardir.

Irodaviy zo'r berish natijasida bir xil motivlarning harakatini to'xtatib ko'yib, boshqalarining harakatini xaddan ziyod kuchaytirish mumkin bo'ladi. Irodaviy kuch-g'ayrat ishlatish natijasida dangasalik, qo'rquv, charchash kabilar ustidan qozonilgan g'alaba anchagina xissiy zavq beradi.

Tashqi to'siq yengib o'tish lozim bo'lgan ichki qiyinchilik, ichki qarshilik kabi boshdan kechiriladigan bo'lsa u irodaviy zo'r berishni talab qiladi.

Irodaviy faoliyatning ichki qiyinchiliklarini yengishga qaratilgan ongli tuzilma va o'z-o'zini boshqarish sifatida eng avvalo o'ziga, o'z xisssiyotlariga, xatti-harakatlariga hukmronlik qilishdir. Bu hukmronlik har xil odamlarda har xil darajada ifodalanadi. Oddiy ong o'zining namoyon bo'lishi tezligiga qarab farqlanadigan, bir qutibda irodaning kuchi, boshqa birovda esa kuchsizligini ifodalaydigan narsaning individual xususiyatlarining spektrini qayd qiladi. Kuchli irodaga ega bo'lgan kishi qo'yilgan maqsadlarga erishish yo'llarida uchraydigan istagan qiyinchiliklarni bartaraf eta oladi, ayni chog'da qathiylik, mardlik, jasurlik, chidamlilik kabi irodaviy fazilatlarini namoyon qiladi. Irodasi sust kishilar qiyinchiliklar oldida ojizlik qiladilar, qathiyatlik, sabot-matonat ko'rsatmaydilar, hulq-atvor va faoliyatning yanada yuksak, mahnaviy jixatdan oqlangan motivlari uchun o'zlarini tuta bilmaydilar, bir daqiqalik mayilni yo'qota olmaydilar.

Irodasi sustlikning namoyon bo'lish doirasi xuddi kuchli irodaning xarakterli sifatleri kabi rang-barangdir. Irodasi sustlikning eng chekka darajasi psixika normasi chegarasidan tashqarida bo'ladi. Abo'liya va apraksiya, masalan, shunga kiradi.

Abo'liya - bu miya potologiyasi zaminida yuzaga keladigan faoliyatga intilishning yo'qligi, harakat qilish yoki uni bajarish uchun qaror qabo'l qilish zarurligini tushungan xolda shunday qilaolmaslikdir.

Vrachning aytganini bajarish zarurligini aniq faxmlagan abo'liya-ga muhtalo bo'lgan bemor buning uchun biron narsani qilishga o'zini majbur qila olmaydi. Tabiiy hulq-atvor uning uchun eng xarak-terlidir.

Apraksiya - miya tuzilishining shikastlanishi natijasida kelib chiqadigan harakatlar maqsadga muvofiqqligining murakkab buzilishi-dir. Agar nerv to'qimalarining buzilishi miyaning peshona qismlarida to'xtab qolsa, xatti-harakatlarni erkin to'g'rilashni buzilishida namoyon bo'ladigan apraksiya boshlanadi. Bu harakatlar berilgan programma va binobarin, irodaviy aktning bajarilishini qiyinlashtirib qo'yadi.

Irodaviy fazilatni baholash «kuchli-kuchsiz» ulchovi bilan ifodalan-masligi kerak. Irodaning axloqiy tarbiyalanganligi, agar xal qiluvchi bo'lmasa ham, muhim ahamiyatga egadir. Irodaviy ko'rinishlar xarakte-ristikasi, ularning mahnaviy bahosi irodaviy akt amalga oshirili-shining asosiga quyilgan motivlarning sosial ahamiyatiga bog'liq. Mahnaviy jixatdan tarbiyalangan irodali kishi eng avvalo o'zining individual intilishlarini irodaga va kollektiv obro'-ehtiboriga, jamiyat manfaatlariga bo'ysundiradigan jamoachidir.

Irodani tarbiyalash xususida so'z yuritganda irodani mustaqil tarbiyalash usullari har xil bo'lishi va ularning hammasi quyidagi shartlarga amal qilishini bilishimiz lozim: irodani tarbiyalashni nisbatan arziyas qiyinchiliklarni bartaraf etishni odat qilishdan boshlash kerak; qiyinchiliklarni va to'siqlarni bartaraf etish mahlum maqsadlarga erishish uchun amalga oshiriladi; qabo'l qilingan qaror bajarilishi kerak; agar kishi uzoqqa muljallangan maqsadni oldiga qo'ygan taqdirda uzoq istiqbolni nazarda to'tishi, bu maqsadga erishish bosqichlarini ko'rishi, yaqin kelajakka muljallangan istiqbolni ko'ra olish. Irodani tarbiyalash to'g'risida gapirilar ekan, faoliyatning muvaffaqiyatli bajarilishi

faqat u yoki bu irodaviy fazilatlar shakllanishiga emas, balki belgilanadigan narsaning real bajarilish sharti sifatidagi tegishli ko'nikmalarning borligiga, qo'yilgan maqsadlarga erishilishiga bog'liq ekanligini unutmaslik kerak.

Xulosa qilib shuni aytish kerakki, asosiy irodaviy fazilat-larining rivojlanishi kishining boshqa odamlar bilan doimiy muloqoti jarayonida, u bilan birgalikda ishlashi davomida yuz beradi. Jamiyatdan tashqarida, kollektivdan tashqarida kishining irodasi normal rivojlana olmaydi.

Mustaqil tarzda amaliy mashq uchun topshiriqlar va testlar.

Test: Qay darajada beparvosiz?

Quyida berilgan 10 savolga «ha», «yo'q» deb javob bering:

1. Qaysidir sharq davlatlaridan biriga kelib qoldingiz, deylik. U yerda milliy taomlar tayyorlanadigan oshxonada ovqatlanasizmi yoki yevropacha oshxona qidirishga tushasizmi?
2. Do'konga kirganingizda rejalashtirmagan buyumlarni ham xarid qilaverasizmi?
3. Vaqt-vaqti bilan harakat yo'nalishingizni o'zgartirib turasizmi?
4. Uy jihozlari o'rnini almashtirish bilan shug'ullanishni yoqtirasizmi?
5. Bazm boshlanishiga hali bir necha soat vaqt bo'lsa-da, mehmonlarni muddatidan oldin taklif qilganmisiz?
6. Qaysidir muhim ishni bajarishga kirishishdan oldin reja tuzib olasizmi?
7. Agar sizga qoidasi ma'lum bo'lmagan o'yinda qatnashishni taklif qilib qolishsa, ishtirok etasizmi?
8. Odatda dam olish kunlaringizga reja tuzasizmi?
9. Unchalik tanish bo'lmagan kishilar bilan uchrashuvga kechikib borganmisiz?
10. O'rtoqlaringiz qaysidir yangi mashg'ulot bilan shug'ullanayotganini ko'rib qolsangiz, darrov kirishib ketasizmi?

Endi belgilangan javoblarga qarab ochkolar jamlang. Har bir «HA» javobi uchun bir balldan olasiz.

8-10 ball. Ha, ertangi kun haqida qayg'urish sizga xos vazifa emas. Sizning beparvoligingiz yengiltabiatlik bilan chegaradosh ko'rinadi. Ammo do'stlaringiz va yaqin qarindoshlaringiz bunga ko'nikib ketishgan bo'lsa ham bu haqda o'ylab ko'rish zarar qilmaydi: odamlar ishonchini qozonolmay yurishdan qo'rqmaysizmi?

4-7 ball. Siz birmuncha beparvo, ammo unchalik loqayd inson emassiz. Ko'plab hatti-harakatingizni ichki hissiyotlarga qarab bajarishingizga qaramasdan, muhim ishlarga jiddiy yondoshasiz.

3 ball va undan kam. Zudlik bilan xotirjam yurishni o'rganib oling va har safar oddiy kamchiliklar tufayli asabiylashmang. Shuni ham bilib qo'yingki, konservatizmga berilish sizni hayotdagi ko'plab quvonchlardan mahrum etishi mumkin

Shubertning “Tavakkalga tayyorlik darajasini diagnostika qilish” metodikasi.

Ko'rsatma: So'ralayotgan harakatlarni amalga oshirishga tayyorgarlik darajangizni baholang. quyida berilgan 25 ta savolga ushbu tizim bo'yicha bal qo'yib javob bering:

+ 2 bal - to'liq qo'shilaman, to'lig'icha “ha”

+ 1 bal - “yo'q” dan ko'ra ko'proq “ha”

± 0 bal - “ha” ham emas, “yo'q” ham emas, ikkalasining o'rtasi

- 1 bal - “ha” dan ko'ra ko'proq “yo'q” deyish mumkin

- 2 bal - to'lig'icha “yo'q”

Og'ir dardga chalingan odamga tezroq yordam ko'rsatish uchun belgilangan tezlikni normadan oshiringiz mumkinmi?

Agar juda yaxshi maosh to'lashni va'da berishsa, uzoq muddatli va xavfli ekspeditsiyaga borishga rozilik berarmidingiz?

Qochib ketayotgan xavfli dushman yoki qurollangan o'g'rining yo'lini to'sa olasizmi?

Soatiga 100 km tezlik bilan harakat qilayotgan poyezdning yonida mashinangizda ketishga qo'rqmaysizmi?

Uyqusiz o'tkazgan kuningizning ertasiga normal ishlab ketaverasizmi?

Sovuq daryoni birinchi bo'lib oldinda suzib kesib o'ta olasizmi?

Qaytarib berishiga to'la ishonmagan taqdirda ham do'stingizga katta miqdordagi pulni qarzga berib tura olasizmi?

Sizni xavfsiz deb ishontirgan taqdirda sherni o'rgatuvchisi bilan birga sherning qafasiga kirishga jur'at qilasizmi?

Tashqaridan qo'llab turishgan paytda juda balandlikka tirmashib chiqa olarmidingiz?

Mashqsiz parusli (yelkanli) qayiqni boshqara olasizmi?

Yugurib ketayotgan otning jilovidan ushlashga jur'at qilasizmi?

O'n stakan pivo ichib olgan taqdirda velosipedni boshqarib keta olasizmi?

Parashyutdan sakray olasizmi?

Zarurat bo'lib qolsa, Toshkentdan Moskvagacha biletsiz keta olasizmi?

Yaqindagina avtohalokatda og'ir jarohatlangan tanishingiz bilan, u ro'lda bo'lgani holda avtoturnerga chiqishga jur'at qila olasizmi?

O't o'chiruvchilar tentiga o'n metrlik balandlikdan sakray olasizmi?

Uzoq muddat mobaynida tushakda yotishni talab qilayotgan kasallikdan qutilish uchun murakkab operatsiyaga rozilik bildira olasizmi?

Soatiga 50 km tezlikda harakat qilayotgan yuk vagonidan sakray olasizmi?

Olti kishiga mo'ljallangan liftda shoshib turgan paytingizda yettinchi kishi bo'lib chiqib olishingiz mumkinmi?

Katta miqdorda pul berishni va'da qilishsa, ko'zingiz bog'liq holda serqatnov ko'chadan o'tishga jur'at etasizmi?

Hayotingiz uchun xavfli ish uchun katta maosh to'lashsa, ishlashga rozilik berarmidingiz?

Kuchli mast qiluvchi ichimlik iste'mol qilgach, foizlarni hisoblay olasizmi?

Boshliqning gapiga kirib, yuqori kuchlanishli simni, u toksiz deyishiga ishonib, ushlay olasizmi?

Qisqa muddatli tushuntirishlardan so'ng vertolyotni boshqara olarmidingiz?
Qo'lingizda biletingiz bo'la turib, lekin yemish va pulsiz Moskvaga keta olasizmi?

Kalit:

Yuqoridagi ko'rsatmaga ko'ra ballarni hisoblang.

-50dan +50gacha bo'lgan oraliqda to'plagan balingizning qiymatini aniqlang, o'rtachadan qaysi tomonga og'ishiga qarab, xulosa chiqaring. Javoblarning ijobiyligi tavakkalchilikka moyilligiz borligidan darak beradi.

- 30 dan past - *juda ehtiyotsiz.*

- 10 dan +10 oralig'i - *o'rtacha ko'rsatkich.*

+ 20 baldan yuqori - *tavakkalchilikka moyillik.*

Faol o'rganish jarayonida o'rganuvchilarning ruhiy va jismoniy faolligini oshiruvchi maxsus mashqlar (enerjajyerlar) va ulardan foydalanish.

Psixologiyadan amaliy mashg'ulotlar jarayonida darsni jonli va qiziqarli tashkil etish uchun quyidagi talabalarning ruhiy va jismoniy faolligini oshiruvchi maxsus mashqlardan (enerjajyerlardan) foydalanish mumkin:

«Shamol esmoqda» mashqi.

Barcha ishtirokchilar aylana shaklida stullarga o'tirishadi. Bitta odam aylana markazida turadi va boshlovchi hisoblanadi. Boshlovchi « kuchli shamol . . . tomonga esmoqda » deydi. Bunda boshlovchi boshqa ishtirokchilarga yoki butun guruhga xos bo'lgan belgilarni (masalan: ko'zning rangi, kiyimning belgisi. . .) aytadi. Kimgaki bu belgilar xos bo'lsa, ular joyidan turishadi. Joy yetmay qolgan ishtirokchi boshlovchi bo'ladi. Qo'shni o'rinlarni egallash mumkin emas.

«Bunga-Yunga» mashqi.

O'yin ishtirokchilari aylana shaklida turishadi. Boshlovchi boshqa ishtirokchilar bilan turadi va «A-a-a-a» deya baland kuylay boshlaydi. Keyingi ishtirokchi davom ettirib ketadi, hamda shu tarzda o'yin boshlovchiga qadar davom etadi. So'ngra barcha ishtirokchilar baland sakrab «Bunga-Yunga» deya qichqiradi. Mashq 3 marta takrorlanadi. Bu mashqlar qon aylanishini yaxshilashni yo'lga qo'yadi va ishtirokchilarning umumiy tonusini ko'taradi.

«Dohiyni top» mashqi.

Barcha ishtirokchilar aylana shaklida turishadi. Bir ishtirokchi o'z ixtiyoriga ko'ra tashqariga chiqariladi. Qolganlar o'rtada dohiyni tanlaydilar. Uning buyrug'iga binoan butun guruh qandaydir mashqlarni «qo'l silkitish, chapak chalish va hokazolarni» bajarishadilar. Mashqlar vaqtma-vaqt almashib boraveradi, tashqaridan qaytib kirgan ishtirokchining vazifasi esa, guruhni kim boshqarayotganini, «Dohiy» kimligini topishi bo'ladi. Bu mashqning qiyinligi shundaki, ishtirokchilar dohiyga to'g'ri qaramaydi.

«Tropik yomg'ir» mashqi

Barcha ishtirokchilar aylana shaklida turadilar. Boshlovchi harakatini bajarib ko'rsatadi va bu ishtirokchilar tomonida boshlovchiga qadar davom etadi. Boshlovchi bo'lsa harakat to'rini o'zgartiradi va bu ishtirokchilar tomonidan shu tarzda davom etiriladi.

Harakatlar ketma-ketligi:

Barmoqlarni qirsillatish; kaftini kaftiga urish; kaftlar bilan ko'krakka urish; oyoqlarni topillatish; shu tarzda yana ketma-ket bajarilaveradi. O'yin davomida hosil bo'ladigan tovush «Tropik yomg'iri» tovushiga juda ham o'xshaydi.

«Paravozcha» mashqi.

Barcha ishtirokchilar 3 kishidan bo'lib guruhlariga bo'linadi.

Guruxdan biri «Paravozcha» qolganlari «vagonlar» bo'lishadi. «Paravozchalar» ko'zlarini yumadilar «Vagonlar» bo'lsa «paravozcha»ning harakatini boshqa «paravozchalar» bilan to'qnashmaydigan qilib boshqaradi.

topshiriq.

«Vagonlar» «Paravozchani» shunday yo'naltirishadiki, u boshqa «qismlar» bilan «bog'lanishi» kerak. O'yin barcha «qismlar» aylana holda birlashgandan keyin tugaydi.

«Sirli farvater» mashqi.

Bu mashqda to'siqlarni yengishga mo'ljalangan 7-8 ishtirokchi paravozcha bo'lishadi va bir-birini orqasidan ushlashadi. 1-turgan kishidan boshqa barchani ko'zlari bog'lanadi. 1-ishtirokchi (boshlaruvchi kishi) Hech bir so'z aytmasdan, parovozchalarni qarama-qarshidagi devorgacha olib borishi kerak. O'yinning qiyinchiligi shundaki, dum sudralish xususiyatiga ega va «mina»larga to'qnashib ketishi mumkin. Bu hodisa yuz bermasligi uchun har bir ishtirokchi o'zidan oldingisining harakatini aniq qaytarishi lozim. Mashqni minalar sonini ko'paytirish va o'zgartirish bilan murakkablashtirish mumkin.

«Timsoh va qurbaqalar» mashqi.

O'yin uchun uning yordamida shovqin hosil qilish mumkin bo'lgan biror bir predmet zarur va bu predmet timsohning qo'lida turishi kerak (temir banka, tayoqcha). Xonani xovuz deb tasavvur qilish mumkin. O'yin ishtirokchilari qurbaqalar vazifasini, faqatgina bitta ishtirokchi timsoh vazifasini bajaradi. Polga gazeta varaqlari sochib tashlanadi. Bular suzuvchi barglar hisoblanadi. O'yin qoidalar:

-Timsoh qurbaqalarni yeyish, qurbaqalar esa o'zlarini himoya qilishlari kerak;

-Timsoh shovqin chiqarsa bu uning uxlayotganidan, va hurrak otayotganidan darak beradi va bu vaqtda qurbaqalar xavfdan holi bo'ladilar;

-Shovqin tinganda esa qurbaqalar barglar ustida xavfsiz bo'ladi;

-Timsoh shovqin chiqarganda qurbaqalar hovuz bo'ylab harakatlanishi, ammo barglar ustiga chiqmasligi kerak;

-Shovqin tinganda timsoh ularni tutib olmasdan oldin ular barglar ustiga chiqib olishi kerak. Barglar ustida bir nechta qurbaqalar turishi mumkin, ammo bunda ular 2 oyoqlab turishganda, barglarni chetlari ko'rinib turishi kerak yoki bir oyoqda turishi ham mumkin.

-Shovqin chiqara turib, timsoh xona bo'ylab yuradi va har safar 3 yoki 4 bargni yig'ishtirib oladi. Shovqin tugaganda barglar ustida noto'g'ri turgan qurbaqani o'yindan chiqadi. Keyin barchasi qaytadan takrorlanadi, barglarning bir qismi olib tashlanadi va shu tariqa o'yin davom ettiriladi.

8. Hayvonlar qorong'ulikdan ozodlikka chiqib olishdi va har bir hayvon ovozigacha ko'ra o'z juftini topishi kerak. O'yin ishtirokchilari 2 guruhga bo'linadi. Boshlovchi 1 va 2 chi guruhdagi har bir ishtirokchiga ma'lum bir hayvon nomini beradi va u guruhda yagona bo'lishi kerak. Har ikki guruh ham joyidan turib bitta yagona guruhga birlashadi. Ishtirokchilar ko'zlarini yumadilar va joylarida aylanishadi, aylana turib ular o'zlari tasvirlayotgan hayvonga xos tovushlar chiqaradilar. O'z juftini topgan hayvon u bilan birga chetga sekingina chiqib turadi va boshqa hayvonlar o'z juftlarini topgunicha kutib turadi.

«Tutqunlikdan qochish» mashqi.

O'yin anchagina energiya sarf qiladi, fasilitatorlar komandasi o'yinni boshqarib turadi va vaziyatning nazoratdan chiqish xavfi tug'ilganda uni to'xtatishadi. Agar 2 juftlik bitta stulga talashib qolsa, ular sudya vazifasini ham bajarishadi, stullarni ikkita-ikkita qilib xonada har joyga qo'yib chiqishadi. Bu stullar orasi 1 metrdan kam bo'lmasligi kerak. 2ta stul xonaning markaziga qo'yiladi. Bu tutqunlik bo'ladi. Guruhni stulga o'tkazib chiqishadi. Har guruh bir-birini qo'lidan ushlab oladi va o'yin davomida ular qo'llarini qo'yib yubormasligi kerak bo'ladi. «Tutqunlikda»gi juftlikka va boshqa juftliklarga ham nomer qo'yib chiqiladi va bu nomerlarni o'yin oxirigacha saqlash kerak bo'ladi.

«Tutqunlik»dagi juftlik o'yinni boshlaydi. Ular 2 yoki undan ortiq nomerni aytishadi va shu raqamdagi juftliklar o'zlariga yangi joy topishlari kerak bo'ladi. «Tutqunlik»dagi juftliklar ularning joylarini egallab olishga harakat qilishadi. Agar ular hamma juftliklarning o'z o'rinlarini almashtirishini hohlashsa «Tutqunlikdan qochish» deb baqiradi. «Tutqunlik»ga to'lib qolgan juftliklar yana shu tariqa o'yinni davom ettiradi.

«Uchuvchilar» mashqi.

Ishtirokchilar o'zlarini samolyot deb tasavvur qilishi kerak. Boshqaruvchining vazifasi samolyotlar tezligini va yo'nalishini boshqarib turishdir. O'yin davomida boshqaruvchi samolyotlar tezligini va yo'nalishini o'zgartirib turadi.

«Fillar va palmalar» mashqi.

Barcha ishtirokchilar aylana shaklida turishadi. Aylana markazida turgan odam ishtirokchilardan birini ko'rsatadi va «fil» deydi. Tanlangan odam engashadi va qo'lini xartumga o'xshatib oldinga tutadi. Uning yonidagi o'yinchilar qo'llarini fil qulog'iga o'xshash tarzda engashtiradi. Agar o'yin markazida turgan odam «palma» desa, u ko'rsatgan atrofdagi kishilar daraxt shoxlarini tasvirlaydi. Agar markazdagi odam «Skuns» desa u ko'rsatgan odam aylanadi va qo'lini dumga o'xshatib ko'rsatadi. Uning atrofidagilar o'girilib olib burunlarini qisishadi.

«Boyo'g'li va sichqon» mashqi.

O'yin uchun ko'zni bog'lashga latta va toshlar bilan to'ldirilgan banka kerak. Boyo'g'lining vazifasi sichqonni to'tish, sichqoning vazifasi boyo'g'lidan qochish. 2 kishi tanlanadi, ulardan biri boyo'g'li va boshqasi sichqon bo'ladi. Ularni ko'zini bog'lab, qo'lga toshli bankalar beriladi. Ular bu bankalarni shaqqilatib, biri qochishi, ikkinchisi quvishi kerak. Qolgan

ishtirokchilar aylana bo'lib turishadi va bu bilan o'yinchilarning bir birini jarohatlab qo'yishning oldini olishadi. Agar boyo'g'li sichqonni to'tish o'rniga boshqa ishtirokchini tutib olsa, sichqon boyo'g'li bo'ladi va o'ziga boshqa sichqon qidiradi.

«Sabzavotli arava» mashqi.

Boshqaruvchidan boshqa hammada stul bo'lishi kerak. Avvaldan tuzilgan ro'yxatga ko'ra, u har bir ishtirokchiga qarab sabzavot nomini qo'yadi. Bunda kamida uchta odam bitta sabzavot nomini olishi kerak. Boshlovchi sabzavotning nomini aytib bajaradi va bu sabzavot nomini olgan o'yinchilar o'z o'rinlarini almashtiradi. Agar boshlovchi bu vaqtda o'yinchilardan birining joyiga o'tirishga ulgursa, joysiz qolgan o'yinchi boshqaruvchi bo'ladi. Agar boshqaruvchi «Sabzavotli arava» deb baqirsa, barcha o'yinchilar o'z joylarini almashtiradilar.

«Xa-xa» mashqi

Barcha ishtirokchilar boshlarini yonida yotgan odamning qorniga qo'rganicha polga yotadi. Birinchi odam «xa» deydi, ikkinchi odam esa «xa-xa» deydi va shu holda butun zanjir bo'ylab kulgu davom etadi. Agar polga yotish imkoni bo'lmasa, ishtirokchilar aylanma bo'lib turishadi va 1-variantdagi harakatlar bajariladi.

«Yozuv mashinkasi» mashqi.

Barcha ishtirokchilar bir chiziq yoki aylana bo'lib turadilar. Guruhga to'rtlik (gap, so'z birikmasi. . .)ni o'qish topshirig'i beriladi. Ular buni xor bo'lib o'qishlari kerak emas. Ishtirokchilar birin-ketin bittatadan harf aytadi. Gapda chiziqcha bo'lsa, ishtirokchilar chapak chaladi, vergul va nuqtalarni ham shu tarzda biror belgi bilan belgilab olishi mumkin. Xato qilgan o'yindan chiqib ketadi. Uchta kishi qolganda barcha guruh o'yinni qaytadan boshlaydi.

«Qarsaklar» mashqi.

Guruh a'zolari bir chiziq bo'ylab, kolonna yoki aylana bo'lib turishadi.

Buyruqqa binoan birinchi kishidan boshlab har bir ishtirokchi bittadan qarsak uradi. Qarsaklar birin-ketin davom etishi kerak. Bir ishtirokchi faqatgina bir qarsak uradi. 20 kishilik guruhning mashqni bajarib bo'lishi 3 sekund davom etadi.

«Kim tormoz» mashqi.

Ishtirokchilar juft-juft holda bo'linadi, stolning o'rtasida kichkina predmet turadi. 2 kishi 2 tarafdin qo'llarini predmetdan 1 xil masofada tutib turishadi. Boshlovchi har xil raqamlarni aytadi. Juft son aytilganda predmetni darrov ushlab olish kerak bo'ladi.

«Buzuq telefon» mashqi.

Ishtirokchilar bir chiziq bo'lib turadi. Boshlovchi qatorning oxirida turadi. Ishtirokchilar unga orqasi bilan turadi. U ishtirokchining yelkasiga urib o'ziga o'girilishini so'raydi va unga imo-ishoralar bilan qandaydir predmet tasvirini ko'rsatadi (gugurt kutisi, pistolet. . .) Birinchi ishtirokchi ikkinchisiga o'girilib, uni yelkasiga turtib o'ziga qaratadi va huddi shu imo-ishoralar bilan ko'rsatadi va shu tariqa o'yin davom etadi, oxirgi ishtirokchi ovoz chiqarib aytadi.

Sharti: barcha harakatlar ovoz chiqarilalmasdan bajariladi, faqat qaytarib ko'rsatilishi iltimos qilinishi mumkin. Ishtirokchilar o'zidan avvalgisi yelkasiga turtmagunicha o'girilmaydi.

«Ko'prikcha» mashqi.

Bu mashq bir oz murakkab bo'lib, guruhning ilk shakllangan davrida uni bajarish tavsiya etilmaydi. Butun guruh ixtiyoriy ravishda 2ga bo'linadi. Tajribalar ko'rsatishicha, o'zaro muloqotda muammolari bo'lgan insonlar boshqa-boshqa guruhlarini tanlashadi. Polga butun xona bo'ylab 20sm enlikda ko'prik rasmi chiziladi yoki doska tashlanadi. Bu ko'prikdan bitta komanda 1 metr oraliq masofani saqlagan holda birin-ketin joylashadi. Ikkinchi komandaning xar bir ishtirokchisi qarama-qarshi guruh ishtirokchilari bilan to'qnashgan holda ko'prikdan o'tib olishlari kerak. Agar kimdir orqaga ketib qolsa (u qaysi guruhdan bo'lishi qat'iy nazar) butun komanda ko'prikdan o'tishni qayta boshlaydi, undan so'ng komandalar joylarini almashadi.

20-mashq.

Ishtirokchilar soni 10-15tagacha. Ishtirokchilar markazga yonbosh holda turishadilar. Boshlovchi qandaydir harakatni ko'rsatadi. Boshlovchi harakatidan so'ng, birinchi ishtirokchi birinchi harakatni ko'rsatadi, uchinchi harakatdan so'ng birinchi ishtirokchi ikkinchi harakatni ko'rsatadi. Ikkinchichi ishtirokchi esa birinchi harakatni ko'rsatishi kerak. To'rtinchi harakatdan so'ng birinchi ishtirokchi uchinchi harakatni, ikkinchi ishtirokchi ikkinchi harakatni, uchinchi ishtirokchi birinchi harakatni ko'rsatadi. O'yin so'ngi ishtirokchi birinchi harakatni ko'rsatguncha davom etadi. Shunday qilib, navbati kelgan ishtirokchi o'zidan avvalgi ishtirokchining undan avvalgi harakatini ko'rsatishi kerak.

«Uzukcha» mashqi.

Ishtirokchilar 4 kishidan iborat guruhga bo'linadilar. Diametri 3-3, 5 sm bo'lgan uzukka 3ta ip bog'lanadi. 3 ta ishtirokchi ipning oxiridan ushlaydi, ularning ko'zlari bog'lanadi, Uchinchi ishtirokchi uzukni polga yoki stolga o'rnatilgan sterjenga ulab qo'yadi, guruhlar o'rtasida tezlik bo'yicha musobaqa uyushtirilishi mumkin.

Psixologiya fani bo'yicha umumiy savollar:

1. Psixologiya fanining predmeti nima?
2. Psixologiyaga asos solingan yil?
3. Psixologiya so'zining ma'nosi qanday?
4. Psixologiya fani o'rganadigan jarayonlar?
5. Psixikaning namoyon bo'lish shakllari qanday ko'rinishga ega?
6. Psixologiya qaysi fanlar bilan o'zaro bog'liq?
7. Psixik jarayonlar deb nimaga aytiladi?
8. Psixologik holatlar qanday ko'rinishga ega?
9. SHaxsning individual xususiyatlari nima?
10. Psixologiyaning qanday tarmoqlari mavjud?
11. Faollik so'zining ma'nosi qanday?
12. Inson faolligining turlari?
13. Aqliy harakat ko'rinishlari qanday?
14. Interiorizatsiya deb nimaga ataladi?
15. Eksteriorizatsiya qanday jarayon?
16. Malaka va ko'nikmalar qanday hosil bo'ladi?
17. "Motiv" va "motivatsiya" tushunchalari qanday ma'noga ega?
18. Shaxsiy dispozitsiyalar nima?
19. Motivlarning qanday turlari mavjud?
20. Ijtimoiy ustanovka qanday ahamiyatga ega?
21. Muloqot qanday amalga oshiriladi?
22. Muloqotga ehtiyoj qanday sabablarga asosan yuzaga keladi?
23. Muloqot qanday vazifalarni bajaradi?
24. Psixologik ta'sir vositalari qanday?
25. Ta'sirning adresati - kim hisoblanadi?
26. Professional tinglash texnikasiga nimalar kiradi?
27. Ijtimoiy psixologik trening nima?
28. Treningga qo'yiladigan talablar qanday?
29. Rolli o'yinlarning mohiyati nimada?
30. Guruhiy munozaralar qanday o'tkaziladi?
31. Boshqaruv muloqotini bilasizmi.
32. Kuchli rahbarning kuchli sifatlarini ayting.
33. Rahbarlikka loyqlik mezonlari asosida liderlikning vazifalarini ayting
kuchli rahbar shaxsiga oid sifatlarni umumlashtirib, unga to'rtta "T" zarurligi
haqida nimalarni bilasiz?
34. Professional bilimdonlik deganda nimani tushunasiz?
35. Uslubiy bilimdonlik degandachi?
36. Ijtimoiy psixologik bilimdonlik ("kommunikativ bilimdonlik") haqida
ma'lumotlarni bilasizmi?
37. Munozaralar jarayoni psixologiyasi haqida eshitganmisiz?
38. Nizoli xolatlarni tushuntirib bering?
39. Nima sababdan mehnat jamoalarida turli xil nizolar kelib chiqadi?
40. Nizoli vaziyatlarni nimalar keltirib chiqaradi?
41. "Vertikal nizolar" haqida bilasizmi.

42. Nizolarni hal qilish yo'llari haqida kim biladi?
43. Rahbarlik sifatlarini ayting
44. Boshqarish qonuniyatlarini bilasizmi
45. Boshqarish tamoyillari deganda nimani tushunasiz?
46. Xo'jalikni samarali va maqbul olib borish tamoyilini kim biladi?
47. Yechilayotgan masalalar zanjirida asosiy bo'ginni aniqlay olish tamoyili kim biladi?
48. Qabul qilinadigan qarorlarning obyektivligi va ilmiyligi tamoyilini kim biladi?
50. Mehnatni moddiy va ma'naviy rag'batlantirish tamoyili haqida nimani bilasiz?
51. Boshqaruv qarorlarining bajarilishini nazorat qilish tamoyilini kim biladi?
52. Tizimchanlik tamoyilini ayting
53. Boshqarish usullarining mazmunini ayting
54. Boshqarishning tashkiliy - ma'muriy usullarini kim biladi?
55. Ijtimoiy - ruhiy boshqarish usullarini ayting
56. Boshqaruv funksiyalari (vazifalari)ni kim biladi?
57. Bozorning menejerlarga bo'lgan talabini ayting
58. Attestatsiya — menejerlarning shaxsiy va ishbilarmonlik faoliyatini baholash usuli sifatida
59. Menejer mehnatini tashkil etish mexanizmini kim biladi
60. Rahbar shaxsiga qo'yiladigan talablarni bilasizmi.
61. Menejer shaxsi tipologiyasi haqida kim biladi?
62. Rahbar shaxsida ishga nisbatan shakllanadigan motivlar haqida kim tushuntiradi.
63. Boshqaruvchilik faoliyatining diagnostik xususiyatlarini kim aytadi?
64. Boshqaruv faoliyatida vaqtdan unumli foydalanish shartlarini kim aytadi?
65. Turli toifadagi menejerlarning asosiy motivlarini bilasizmi
66. Turli toifadagi menejerlarning tavakkalchilik darajasini
67. Turli toifadagi menejerlarning xato va omadsizliklarga munosabatlari haqida kim biladi
68. Turli toifadagi menejerlarning boshqa odamlarga munosabatlarini kim tushuntiradi
69. Menejer shaxsida ishga nisbatan shakllanadigan motivlarini kim aytadi
70. Temperament va uning tiplari.
71. Temperament va faoliyatning samaradorligi masalasi.
72. Temperament va faoliyatning individual uslubi.
73. Temperament va shaxs: tug'ma va orttirilgan sifatlar.
74. Xarakter va shaxsdagi barqaror sifatlar tushunchasi.
75. Xarakterning psixologik strukturasi.
76. Xarakter tipologiyasi.
77. Qobiliyatlar va ularning professional faoliyat bilan bog'liqligi.
78. Qobiliyatlar, layoqat va iqtidor masalalari.
79. Inson qobiliyatlarini rivojlantirish shart-sharoitlari.
80. Mehnat va o'qish faoliyatida temperamentning roli

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Karimov I.A. Barkamol avlod - O'zbekiston taraqqiyotining poydevori.- T.: 1998.- 64 b.
2. O'zbekiston Respublikasining "Ta'lim to'g'risidagi Qonuni", T., 1997.
3. Karimov I. A. O'zbekistonda demokratik o'zgarishlarni yanada chuqurlashtirish va fuqarolik jamiyati asoslarini shakllantirishning asosiy yo'nalishlari.- "Turkiston", 2002 yil 31 avgust
4. Karimov I.A. Bizning bosh maqsadimiz – jamiyatni demokratlashtirish va yangilash, mamlakatni modernizatsiya va isloh etishdir. T.: "O'zbekiston", 2005.-96 b.
5. Andreeva G.M. Sotsialnaya psixologiya. Uchebnik.- M.: Aspekt Press, 1999.-376 s.
6. G'oziev E.G. Umumiy psixologiya. Toshkent. 2007.1-2 kitob.
7. G'oziev E.G. Toshimov R. Menejment psixologiyasi. T-2002
8. G'oziev E.G. Muomala psixologiyasi. T-2001.
9. Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya va ijtimoiy amaliyot.-T.: Universitet, 2002.- 96 b.
10. Karimova V.M. va boshk. Mustaqil fikrlash. - T.: SHark.-2000.- 112 b.
11. Karimova V.M., Sunnatova R. «Mustaqil fikrlash» o'quv qo'llanmasi bo'yicha mashg'ulotlarni tashkil etish uslubiyoti.-T.: SHark, 2000.- 16 b.
12. Mayers D. Sotsialnaya psixologiya perev. S angl.-SPb.: «Piter»,1999 - 688 s.
13. Методы эффективного обучения взрослых. Учебно-методическое пособие. (Авторы коллектив) - Москва - Берлин, 1998 - 124 s.
14. Прикладная социальная психология. / Под. ред. А. Сухова и А.Дергача.- М, 1998 - 688 s.
15. Сущков I.R. Психология взаимоотношений. - М.: Академический Проект, 1999.- 448s.
16. CHaldini R. Психология влияния. - SPb.: «Piter», 2000,-272 s.
17. "Психология" Уч.Т-2. "Перспект". Москва - 2004.
18. Психология и педагогика. Под редакцией А.А.Радугина. Изд. "Сентр" 2003
19. Gamilton. YA.S. "CHto takoe психология". "Piter", 2002.
20. Ananев B.G. "CHelovek kak predmet poznaniya". "Piter", 2001.
21. Drujinina V. "Психология ". Учебник. "Piter", 2003.
22. Burlachuk F. Психодиагностика. "Piter", 2002.
23. Ayzenk M. Психология для начинающих. "Piter", 2000.
24. Bolotova A.K, Makarova I.V. Прикладная Психология: Учебник для вузов.- М.Аспект Press, 2002 – 383 s.
25. Vedenskaya L.V, Pavlova L.A. Delovaya retorika: учебное пособие для вузов.- М.:IKS "MarT", 2004-512 s.
26. Vospitay svoego lidera, kak naxodit, razvivat i uderjivat v organizatsii talantlivыx rukovoditeley. \ Per. s angl.-M.: Izdatelskiy dom "Vilyams", 2002.- 416 s.
27. Lojkin .G.V. Povyakel N.I Prakticheskaya психология v sistemax

“chelovek texnika”: Ucheb.posobie.- K.: MAUP, 2003 – 296 s.

28. Nemov R.S. Prakticheskaya Psixologiya Poznanie sebya: Vliyanie na lyudey:Posobie dlya uch-sya-M:Gumanit. Izd.Sentr VLADOS, 2003.320 s.

29. Spravochnik po resheniyu krossvordov i skonvordov .- Rostov n\D: Vladis,
2002. – 640 s.

QO‘SHIMCHA ADABIYOTLAR:

1. Dyui Dj. “Psixologiya i pedagogika myshleniya”. M., Progress, 1998.

2. Karnegi D. “Kak zavoevat družey i okazivat na nix vliyanie”. M., Progress, 1990.

3. Karimova V.M. Targ‘ibotning psixologik uslublari.- T.: Ma’naviyat, 2000.
16 b.

4. Karimova V.M. Ota-ona maktabi – baxt kaliti.- T., 2002

5. Oila psixologiyasi. Prof. /. SHoumarov tahr. ostida.- T.: SHarq, 2001

6. Petrovskaya L.A. “Kompetentnost v obshchenii”. Sotsialno-psixologicheskiy trening. M., Universitet, 1989.

7. Shipun N.I. i dr. “Osnovy upravlencheskoy deyatel’nosti”. M., 1999.

8. Sheynov V. “Psixologiya i etika delovogo kontakta”. M., Amalfeya, 1997.

9. Veher L. Sekrety delovogo obshcheniya. Minsk, 1996.

10. Kornilova T. Vvedenie v psixologicheskiy eksperiment. M., 1997.

11. CHaldini R. Psixologiya vliyaniya. M., 2000.

12. Filipp Zimbardo, Maykl Lyayppe. Sotsialnoe vliyanie.- SPb, 2000.-448 s.

MUNDARIJA

KIRISH.....	3
1-MAVZU: PSIXOLOGIYANING PREDMETI, VAZIFALARI VA TADQIQOT METODLARI	
1.1. Psixologiya fanining predmeti.....	4
1.2. Psixologiya fanining predmeti haqidagi tasavvurlar taraqqiyotining asosiy bosqichlari.	5
1.3. Psixologiya fanining tarmoqlari va boshqa fanlar bilan aloqasi.....	8
1.4. Psixologiya fanining metodlari.....	11
2-MAVZU: PSIXIKA VA ONGNING TARAQQIYOTI.	
2.1. Psixika va uning taraqqiyoti.....	13
2.2. Psixika va ong.....	16
2.3. Psixikaning nerv-fiziologik asoslari	17
3(1)-MAVZU: SHAXS VA UNING FAOLIYATI	
3.1. Shaxs haqida tushuncha.....	20
3.2. Shaxsning tuzilishi.....	21
3.3. Shaxsning ustanovkalari va muhim oriyentasiyalari.	22
3.4. Shaxsning o'z o'ziga bahosi.....	24
3(2) -MAVZU: SHAXS VA UNING FAOLIYATI	
3.1. Shaxs va uning faolligi.....	27
3.2. Ehtiyojlar va ularning turlari.....	28
3.3. Faoliyatning turlari. Jismoniy va aqliy harakatlar.	31
3.4. Ijtimoiy hulq motivlari va shaxs motivasiyasi.	34
4 MAVZU: MULOQOT	
4.1. Muloqot to'g'risida tushuncha.....	39
4.2. Muloqotning tomonlari.	42
4.3. Muomala va muloqotning psixologik vositalari.	46
4.4. Muloqot va uni o'rganish muammolari.	47
5-MAVZU: BOSHQARUV PSIXOLOGIYASI	
5.1. Boshqaruv muloqoti	54
5.2. Munozaralar jarayoni psixologiyasi	59
5.3. Nizoli holatlar	61
5.4. Nizolarni hal qilish.....	63
6-MAVZU: RAHBAR QOBILIYATINING PSIXOLOGIK KOMPONENTLARI	
6.1. Rahbarlik sifatleri	66
6.2. Boshqarish qonuniyatlari	68
6.3. Boshqarish tamoyillari	70
6.4. Boshqaruv funksiyalari (vazifalari).....	75
6.5. Menejer mehnatini tashkil etish mexanizmi.....	81

7 MAVZU: MEHNAT PSIXOLOGIYASI	
7.1. Mexnat psixologiyasi tarixi.....	87
7.2. Mexnat psixologiyasining fan sifatidagi predmeti.....	88
7.3. Mehnat psixologiyasi metodlari xaqida umumiy tushuncha	90
7.4. Mexnat psixologiyasi ba’zi metodlarining moxiyati	91
8-MAVZU: BILISH FAOLIYATINING PSIXOLOGIYASI.	
8.1. Diqqat to’g’risida tushuncha. Diqqat va faoliyat. Diqqat turlari va xususiyatlari.....	96
8.2 Sezgi va ularning ahamiyati, klassifikatsiyasi va qonuniyatlari.....	100
8.3. Idrok to’g’risida tushuncha. Idrokning xususiyatlari va turlari.....	102
8.4. Xotira. Xotira to’g’risida tushuncha. Xotira jarayonlari va turlari. Xotira va faoliyat.....	104
9- MAVZU: SHAXSNING INDIVIDUAL PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI	
9.1. Temperament va uning tiplarining psixologik xarakteristikasi.....	110
9.2. Xarakter. Psixologiyada xarakter muammosi.	112
9.3. Qobiliyat to’g’risida tushuncha. Qobiliyatning sifat va miqdor tavsifi. Qobiliyatlar va yoshlarning kasb tanlash muammolari.....	116
10- MAVZU: TAFAKKUR VA HAYOL.	
10.1. Tafakkur haqida tushuncha. Fikrlash operatsiyalar.....	119
10.2. Tafakkur turlari. Muammoli vaziyat va masala yechish.....	122
10.3. Tafakkurning individual xususiyatlari.	123
10.4. Hayol va uning turlari. Hayol jarayonida analitiko-sintetik faoliyat..	123
11-MAVZU: EMOTSIYA VA IRODA PSIXOLOGIYASI	
10.1. Emosional jarayonlarning umumiy xarakteristikasi.....	129
10.2. Emosional holatlarning xilma-xilligi.....	129
10.3. Iroda. Irodaviy harakatlar va irodaviy boshqarish. Irodani tarbiyalash.....	130
Amaliy mashg’ulot mavzulari	134
Psixologiya fani bo’yicha umumiy savollar	232
Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati.....	234

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

[illegible]

Адади 50 нусха. Буюртма № 1

**Самарқанд иқтисодиёт ва сервис институти
босмахонаси, Шохрух кучаси, 60 уй**