

**ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ СОҒЛИҚНИ САҚЛАШ ВАЗИРЛИГИ**

**ТОШКЕНТ ПЕДИАТРИЯ ТИББИЁТ ИНСТИТУТИ**

**Ш.Т.ИСКАНДАРОВА, Ш.С.ШОЙИМОВА, Н.А.МИРЗАЕВА**



# **ПСИХОЛОГИЯ**

**ТОШКЕНТ – 2009**

**ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ СОҒЛИҚНИ САҚЛАШ ВАЗИРЛИГИ  
ТОШКЕНТ ПЕДИАТРИЯ ТИББИЁТ ИНСТИТУТИ**

**Ш.Т.ИСКАНДАРОВА, Ш.С.ШОЙИМОВА, Н.А.МИРЗАЕВА**

# **ПСИХОЛОГИЯ**

*(Олий ҳамишралик иши таълим йўналиши талабалари учун дарслик)*

**ТОШКЕНТ - 2009**

Мазкур дарсликда психологиянинг муаммолари, унинг предмети, мақсад ва вазифалари, онг ва фаолиятнинг психологик таҳлили, шахснинг индивидуал-типологик хусусиятлари, билиш жараёнлари, ҳиссий-иродавий ҳолатлари ҳамда мулоқот, кичик гуруҳлар психологияси ҳақидаги маълумотлар мажмуи ўз ифодасини топган.

Дарслик «**Олий ҳамширалик иши**» таълим йўналишида таҳсил олувчи талабаларга мўлжалланган бўлиб, у магистрлар, аспирантлар ва олий мактаб ўқитувчиларини ҳам назарий ва амалий билим, малака ҳамда кўникмалар билан қуроллантириш имкониятига эга.

**ТАҚРИЗЧИЛАР:** психология фанлари доктори, профессор

Мирзо Улуғбек номидаги Ўзбекистон Миллий университети «Психология» кафедраси доценти, психология фанлари номзоди **А.И.РАСУЛОВ**

**МАСЪУЛ МУҲАРРИР:** Тошкент педиатрия тиббиёт институти «Жамоат саломатлиги, соғлиқни сақлашни ташкил қилиш ва бошқариш, психология ва педагогика» кафедраси ўқитувчиси **Ш.Р.МИРЗАЕВА**

**Ш.Т.Искандарова, Ш.С.Шойимова, Н.А.Мирзаева**  
Психология: Дарслик. - Тошкент, 2009. – 266 бет.

Ўзбекистон Республикаси



мустақиллигининг  
18 йиллигига бағишланади.

*«Янги дарсликларни, замонавий педагогик ва ахборот технологияларини ўз вақтида ишлаб чиқиш ва жорий этишни таъминлашни алоҳида назорат остига олиш зарур».*

*И.А.Каримов*

## **КИРИШ**

Мамлакатимиз Президенти И.А.Каримов асарларида, Ўзбекистон Республикасининг «Таълим тўғрисида»ги Қонунида, «Кадрлар тайёрлаш миллий дастури»да, «Миллий ғоя ва миллий истиклол мафқураси» асарида мутахассислар олдида улкан талаблар ва масъул вазифалар юкланмоқда.

Мазкур вазифалар биринчи навбатда келажакимиз бунёдкорлари бўлмиш ёш авлоднинг билим олиш, юқори малакали кадр сифатида озод юрт равнақи ва бахт-саодати учун ҳалол меҳнат қилишга ўргатишни назарда тутди. Зеро, мустақиллик айнан фидойи, ўз Ватани манфаатларига ғоят садоқатли, юқори малакали мутахассисларнинг жамиятни бошқаришини тақозо этади.

Ана шу вазифаларни амалиётда ўз ифодасини топтиришда психология фани муҳим аҳамиятга эга бўлиб, мазкур соҳа ҳар томонлама етук, рақобатбардош, юқори малакали мутахассис кадрлар тайёрлаш жараёнида касбий билимлар, кўникмалар ва малакаларни шакллантириш борасида устувор ўрин эгаллайди. Чунки замонавий кадрлар олдида қўйилаётган энг муҳим вазифалардан бири – **ўз интеллектуал салоҳияти, индивидуаллиги, шахсий фазилати, ҳолати** ҳамда хислатларини билган тарзда ўз имкониятларини тўла ишга солиш, атрофидагилар меҳнатини оқилона ташкил этиш ва ижтимоий

фойдали меҳнатнинг барча соҳаларида иқтидорли касб соҳиби сифатида фаолият кўрсатишдир. Бу ўринда инсон руҳияти қонуниятларини ўрганувчи психология фанининг ўрни ва роли, шубҳасиз, бениҳоя каттадир.

Ёш авлодни янгича таълим стандартлари асосида, жаҳон талабларига жавоб берувчи мутахассис қилиб етиштириш учун эса янги дарсликлар, ўқув қўлланмалар, рисоалар тайёрлашнинг ҳам янгича услублари талаб этилмоқда.

Мазкур дарслик «Психология» фанига бағишланган бўлиб, унда психологияга кириш, психологиянинг предмети, тадқиқот методлари, принциплари, онг ва фаолиятнинг психологик таҳлили, шахс тўғрисида тушунча, унинг тузилмаси, индивидуал-типологик хусусиятлари, эҳтиёжлари, мотивацияси, қизиқиши, темпераменти, характери, қобилияти, билиш жараёнлари, ҳиссий-иродавий ҳолатлари ҳамда мулоқот, кичик гуруҳлар, оила психологияси ҳақидаги маълумотлар мажмуи ўз ифодасини топган.

Ушбу дарслик талабаларга ўз атрофида рўй бераётган ислоҳотларга холис баҳо бериш, ўзи ва ўзгалар руҳияти сир-асрорларига бефарқ бўлмаслик, ўз-ўзини намоён қилиш, ўз лаёқатларини ўстиришнинг муайян воситаларидан бохабар бўлишга ёрдам беради. Дарсликда талабалар учун зарур маълумотлар изчил равишда, муайян тартибда жойлаштирилган, назарий ва амалий материаллар нисбати мақсадга мувофиқ тақсимланган ҳолда назария билан амалиёт бирлиги принципига риоя қилинган.

Дарслик илмий, назарий, амалий билимларни бериш билан бирга унинг бобларида тавсия этилган тестлар, тренинглар, вазиятли масалалар, назорат учун савол ва топшириқлар талабаларни ўз устида ишлашга ўргатади ва руҳий ҳодисаларни таҳлил этишга кўмаклашади.

# I - БОБ. ПСИХОЛОГИЯГА КИРИШ. ПСИХОЛОГИЯНИНГ ИЛМИЙ, АМАЛИЙ ВА УСЛУБИЙ АСОСЛАРИ

## 1.1. Психологиянинг предмети

Психология фани биосферик таълимотдан келиб чиққан ҳолда психика юксак даражада ташкил топган материянинг хусусиятини акс эттирувчи категория сифатида ўрганилиб келинганлиги манбаларда қайд қилинади. Биосферага кириб келаётган моддаларнинг ўзаро бирикуви, муайян фазовий майдонни ҳосил қилиши, тўпланиши инсон тана аъзоларига ижобий таъсир кўрсатиши, натижада фавқулоддаги ҳолатлар содир бўлиши, кашфиётлар юз бериши, интуитив (лот. «*intueri*» - *синчковлик, ички сезгирлик*) шаклдаги рухий ҳолатларнинг кучайиши намоён бўлиши мумкин экан. Уларга телепатик (юнон. «*telepathos*» - *узоқни сезаман*) самаралар, ўта сезгирлик, экстрасензитивлик (лот. «*extrasensus*» - *ўта сезгирлик*), экстрасенслик (лот. «*extra*» - *ўта*, «*sensus*» - *ҳис қиламан*) каби психологик ҳолатларнинг кечиши сабаблари киритилади. Шунингдек, омадсизлик, касалнинг интизор кутиши, насиб этмаслик, ишқий кечинмалар, тушда аён бўлиш каби рухий ҳолатлар, ходисалар ҳанузгача ишончли далиллар билан тушунтириб берилмаган бўлсада, бироқ бу борада билиш объекти (нарса ва ҳодиса) билан субъекти(инсон)нинг бирикувида психологиянинг қулай имкониятга эга эканлигини таъкидланади.

Масалан, инсон дунё юзини кўриши биланоқ, унинг идрокида уни қуршаб турган нарса ва ходисалар ҳамда атрофидаги кишилар муҳити акс эта бошлайди. Даставвал объектив (ташқи) ва субъектив (ички, одамлар ўртасидаги) муҳитга мослашиш содда инстинктлар (лот. «*instinctus*» - *табиий қўзғатувчи, тугма хусусият*), шартсиз рефлекслар (лот. «*reflexus*» - *акс эттириш*) ёрдамида оддий таъсирланиш ва таассурот тарзида намоён бўлиб, бу даврда у ўзлигини тушуниб англай олмайди. Бола бир ёшгача даврда тез суръатлар билан ривожланади, натижада кўриш, ушлаш, юриш, талпиниш,

ғазабланиш ва қувониш, самимийлик ва беғуборлик сингари инсоний туйғулари ҳамда нутқ фаолияти пайдо бўлади. Бу босқични И.С.Кон «Мен»нинг кашф этилиши деб атади ва бу даврни узоқ давом этадиган шаклланиш жараёнининг натижаси деб ҳисоблайди.

Болада аста-секин «ўзлик»ни, шахсий «мен»ини тушуниш туйғуси, сезиш, ҳис қилиш жараёнлари шаклланиб, турли характердаги тўсиқларни енгиш имконияти рўёбга чиқади. Ушбу тараққиёт босқичи эса психология фанида «мен» даври ёки «ўзлик»ни англаш даври деб аталиб, у болада нутқ пайдо бўлганидан бошланади ва бир неча ривожланиш босқичларини ўз ичига мужассамлаштиради. Ўсмирлик даврига келиб «Мен» даврининг англанилган шакл ва кўринишлари намоён бўлади. Хусусан, уларда катта ёшдагилар ёрдамида ўз ютуқлари ва муваффақиятсизликларининг сабабларини англаб етиш даражасида ўзининг психик хусусиятларига баҳо бериш имкониятлари пайдо бўлади. Ўспиринлик ва ёшлик даврида эса ижтимоий ҳаётга ва меҳнат фаолиятига фаол қўшилиб кетиш натижасида ўзига ижтимоий – ахлоқий жиҳатдан баҳо беришнинг кенгайтирилган тизими шакллана бошлайди. Тараққиётнинг мазкур босқичида ўзликни англаб етиш тугалланади.

Ўзликни англаш жараёни инсониятнинг барча тарихий ва эволюцион (*лот. «evolutio» - табиий равишда ўзгарishi*) тараққиёти даврларига хос хусусият саналади. Қадимги одамлар ўз куч-қувватини яшаш учун курашга ва ташқи дунёни эгаллашга сарфлаб, шу тарзда табиат ҳақидаги дастлабки билимларни ўз тажриба сабоқлари орқали ўзлаштирганлар.

Шу тариқа тарихий даврларда кишиларда ички руҳий имкониятлар юзага чиқа бошлаган, туғма майл ва лаёқатлар аломатлари аста-секин истеъдодга, қобилиятга айлана борган. Инсоният томонидан тажрибаларда тўпланган татбиқий билимлар тартибга солина бошлаган. Инсоннинг ҳар томонлама ривожланиши ер куррасида моддий дунё, маънавият, ёзув, санъат, адабиёт, фан, техника яратилишига сабаб бўлган.

**Э.Ғ.Ғозиев таъкидлашича («Умумий психология» 2002 й.)** инсоният тараққийетининг муайян босқичида одам ўзини ҳаяжонлантирган, таажжубга солган «Инсон қандай фикрлайди?», «Одам қандай янгилик яратиши мумкин?», «Ижод қилиш қай йўсинда пайдо бўлади?», «Моддий дунёни қай тариқа бўйсундириш мумкин?», «Ақл-заковатнинг ўзи нима?», «Инсонга унинг ички рухий дунёси қайси қонунлар асосида бўйсунди?», «Инсон ўзига ўзи таъсир ўткази оладими?», «Ўзгаларга-чи?» каби турли-туман муаммолар ечимини қидиришга ҳаракат қилади. Бу эса психологик билимлар туғилиш нуқтасини вужудга келтириб, шу дақиқадан бошлаб инсон ўзини ўзи англайди. Психологик билимлар намоён бўлиши ўзини ўзи англашнинг омилига айланиб, улар борган сари уйғунлашиб, мутаносиблашиб бориб, изчил, узлуксиз алоқага ўтиб бориб, инсониятнинг буюк ютуғи – тафаккурнинг кашф қилинишига олиб келди. Инсон объектив дунёни субъектив тарзда акс эттириш орқали ўзини ўзи тадқиқ қилишдек мураккаб, қалтис ишни амалга оширишга қарор қилади. Шу сабабли, психология фанининг вазифалари кўлами кенгайди, мураккаблашди, ички таркибида кескин бурилиш ясаб, ўз предметига инсонни илмий жиҳатдан ўрганишдан ташқари ўзини ўзи англашни ҳам киритди.

**«Психология»** юнонча «psychelogos» сўзи жон, руҳ хақидаги фан, таълимот деган маънони англатсада, аммо ҳозирги даврда «жон» тушунчаси ўрнига «психика» қўлланилиб келинмоқда. **«Психика»** тушунчаси бугунги кунда «жон»дан кенгроқ кўламга эга бўлиб, ҳам кўзга кўринувчи, ҳам кўзга кўринмайдиган томонларини ўзида акс эттиради. Психиканинг таркибий қисмлари бўлмиш фаолият, хулқ, муомала яққол намоён бўлиш хусусиятига эга бўлса, билиш жараёнлари, психик ҳолатлар, ички кечинмалар, ижодий режалар, илмий фаразлар эса мияда мужассамлашгани учун улар кўзга кўринмайди. Психология фанининг кейинги даврдаги тараққийети улар ўртасида бир талай тафовутларни келтириб чиқарди.



Демак, психологиянинг предметини ҳар биримизнинг ташқи олами ва ўз-ўзимизни билишимизнинг асосида ётган *жараёнлар, ҳодисалар, ҳолатлар* ва шаклланган *хислатлар* ташкил этади. Психология бўйича адабиётларда унинг предмети қисқача қилиб, *психика эканлиги таъкидланади*.

*Психика юксак даражада ташкил топган материянинг хусусияти ва миянинг маҳсули бўлиб, у борлиқнинг сезги органлари орқали инсоннинг миясига бевосита таъсир этиши асосида вужудга келиб, билиш жараёнларида, шахснинг хусусияти ва ҳолатларида, диққати, ҳис-туйғулари, характер хислатларида, қизиқиши ҳамда эҳтиёжларида ўз ифодасини топади*.

Психиканинг негизида миянинг рефлектор фаолияти ётиб, ташқи дунёдан кириб келадиган кўзғатувчиларга ички ёки ташқи биологик органлар жавоб реакциясини билдиради. Бош мия катта ярим шарларида вужудга келадиган муваққат нерв боғланишлари психик ҳодисаларнинг физиологик асослари ҳисобланиб, улар ташқи таъсирнинг натижасида ҳосил бўлади.

Миянинг функцияси психофизиологик қонуниятларга биноан муваққат нерв боғланишларининг бирлашиш механизми ҳамда анализаторлар фаолияти механизмлари таъсирида ҳосил бўлади.

Психикани тадқиқ этиш деганда инсоннинг бутун онгли фаолиятини – унинг ҳам назарий, ҳам амалий ҳаёт фаолиятини ўрганиш тушунилади. Одамнинг онглилиги унинг турли-туман фаолиятида, хатти-ҳаракатларида намоён бўлиб, унинг шахси ҳар хил шакл ва мазмунга эга бўлган назарий ҳамда амалий фаолиятларда таркиб топади. *Бунда муҳит, ирсий белгилар, ижтимоий таъсир асосий омиллар ҳисобланади*.

*Психиканинг турли шаклларда кўриниши, жумладан, психик жараёнлар, англанилмаган ҳолатлар, хулқ-атвор, психосоматик (юнон. «psyche» - жон, «soma» - тана) ҳодисалар, инсон ақл-заковати ва кўлининг мўъжизакорлиги моддий ва маънавий маданият маҳсулини яратди. Ҳар қандай фактларда*

(воқеликда), ҳодисаларда психика намоён бўлиб, ўзининг хусусиятларини ажратади ва фақат улар орқалигина психикани ўрганиш мумкин бўлади.

1 - жадвал

ПСИХИКАНИНГ ШАКЛЛАРИ		
ПСИХИК ЖАРАЁНЛАР	ПСИХИК ҲОЛАТЛАР	ПСИХИК ХУСУСИЯТЛАР
Сезги	Эмоция	Йўналишлар
Идрок	Эътиқод	Темперамент
Хотира	Стресс	Характер
Тафаккур	Кайфият	Қобилият
Хаёл	Фрустрация	Хулқ мотивацияси
Нутқ	Аффект	
Диққат	Ҳайратланиш	
	Эҳтирос	
	Руҳланиш	

*Психологик воқелик - факт* деганда субъектнинг ички кечинмаларининг таркибий қисмлари билан бир қаторда уларнинг объектив шакллари (хулқ-атвор, тана ҳаракати, жараёни, фаолият маҳсули, ижтимоий-маданий ҳодисалар) орқали психиканинг хусусиятлари, ҳолатлари, қонуниятларини ўрганиш тушунилиб, бунда инсон онгидан ташқари, унга боғлиқ бўлмаган ҳолда ҳукм сурувчи объектив **борлиқ (атрофимиздаги нарса ва ҳодисалар, муҳит, шароит ва бошқалар)нинг психикада** акс этиши тушунилади.

Шундай қилиб, психологиянинг предмети турли хил шакллар, жараёнлар, хусусиятлар, ҳолатлардан иборат бўлган **психика**дир.

Психологиянинг асосий **принциплари** детерминизм, онг ва фаолият бирлиги, психиканинг фаолиятда ривожланиши бўлиб улар қуйидагича изоҳланади:

**1. Детерминизм** (лот. «*determinata*» - белгилайман) принципи табиат ва жамият ҳодисалари, хусусан, психик ҳодисаларнинг объектив сабаблар билан белгиланиши ҳақидаги таълимотдир. Бунда психика ва онгнинг объектив борлиқ ҳамда нерв тизими билан белгиланиши тушунилади. Шунинг учун детерминизм психиканинг турмуш тарзи билан белгиланишини ва турмуш тарзи ўзгаришига қараб у ҳам ўзгаришини англатади. Бу ўринда, шуни алоҳида таъкидлаш жоизки, ҳайвонлар психикасининг ривожланишини биологик қонун тарзидаги табиий танлаш мезони билан ўлчанади.

**2. Онг ва фаолият бирлиги** принципи психология фанида онг билан фаолият бир-бирига қарама-қарши воқелик эмас, улар айнан бир-бирига ўхшаш ҳам эмас, бироқ улар бир бутунликни ташкил этиши билан изоҳланади.

Фаолият ўзининг тузилиши бўйича ички ва ташқи таркибларига эга бўлиб, унда воқелик ташқи ифодаси билан ажралиб туради. Онг бўлса фаолиятнинг ички режасини тузади, унинг дастурий жиҳатини акс эттиради. Реал вақтларнинг ўзгарувчан модели онгда пайдо бўлиб, одам атроф-муҳит билан муносабатга киришганда ундан мўлжал олади. Фаолият онг ёрдамида амалга ошади ва ўз навбатида онг мазкур жараёнда такомиллашиб, ривожланиб боради.

**3. Психика ва онгнинг фаолиятда ривожланиши** принципи психик тараққиёт инсоннинг меҳнат фаолиятига, таълимга, ўйин ва мулоқот фаолиятига боғлиқ эканлигини аниқлашдан далолат беради. Ижтимоий тажрибани ўзгартириш жараёнининг юз бериши шахс учун психик тараққиётнинг шакли сифатида хизмат қилиб, дастурий билимларни эгаллашга мустаҳкам замин ҳозирлайди. Ҳар қайси фаолият тури инсон психикасини ривожлантириш манбаи ва механизми ролини бажаради.

## 1.2. Шахс фаолиятида психологик билимларнинг аҳамияти

Ҳозирги кунда жаҳон психологияси фани ўзини ўзи бошқариш ва такомиллаштириш, ўзини ўзи қўлга олиш, ўзига ўзи буйруқ бериш, ўзини ўзи тарбиялаш бўйича бой маълумотлар тўплаган, бу эса ўз навбатида инсон муносабати, мақсади, ҳолати, кечинмаларининг ўзгариши ва янгидан пайдо бўлиши ҳақида илмий-татбиқий маълумотлар беради, кундалик турмуш психологияси ранг-баранглигини таъминлаб туради. Психология инсон психикасини аниқлаш, шакллантириш, янги шароитга кўчириш, такомиллаштириш, ривожланиш динамикасини таъминлаш, янги сифат босқичига ўтишини қайд қилиш имконияти борлиги билан ўта амалий, татбиқий фанга айлангандир. Психология фанининг соҳалари унинг амалиёти учун муҳим аҳамият касб этади (ҳуқуқшунослик психологияси, клиник психология, меҳнат психологияси, савдо психологияси, ижтимоий психология, педагогик психология, маҳсул психология, спорт психологияси ва ҳоказо). Психология амалий, татбиқий жиҳатдан ўз предметиға эга бўлиб, амалий ижтимоий психолог, инженер (муҳандис) психолог, оилавий психолог, тиббиёт психологи, мактаб психологи каби бир қатор соҳаларни ўз ичига қамраб олган.

Психология фани яққол инсон фазилати, муайян тараққиёт хусусиятлари, механизмлари, қонуниятлари, ўзига хослик, алоҳидалик ва яққаҳоллик табиати юзасидан баҳс юритади. Шахс кундалик турмушнинг ўзига хос психологик билимларини эгаллаган бўлиб, ўз савияси, салоҳияти билан турлича камолот кўрсаткичига эгадир, ҳатто ҳаётий фаолиятида тўпланган билимлар илмий психологик билимлардан устунроқ туриши ҳам мумкин (Қари билганни – пари билмас). Чунки йирик ёзувчилар (шахслараро муносабат ва муомала, мулоқот хусусиятлари юзасидан кузатувчанликка эгадирлар), шифокорлар, ўқитувчилар, руҳонийлар, савдогарлар узлуксиз равишда кишилар билан муомалага киришишлари натижасида уларнинг ички дунёси ва хулқ-атвориға оид

билимлар билан юксак даражада қуроллангандирлар. Лекин ҳар қандай инсонда ҳам озми ёки кўпми психологик билимлар мавжуддир, бунинг далили сифатида одамларнинг бир-бирларини тушунишлари, таъсир ўтказишлари, хулқ-атвор оқибатини олдиндан башорат қилиш, кишининг яккаҳол хусусиятларини ҳисобга олган ҳолда унга ёрдам кўрсатишни таъкидлаб ўтишнинг ўзи кифоя.

Энди кундалик турмушнинг психологик билимлари билан илмий психологик билимлар ўртасидаги тафовутлар юзасидан мулоҳаза юритиш айтиш муддао бўлиб, бунда кундалик турмушга оид психологик билимлар, даставвал, яққол ва алоҳида олинган ҳолат, вазиятни ўз ичига қамраб олади. Масалан, синчков бола ўз мақсадига етиш учун отасига, онасига, бувасига, опаси ҳамда акасига ҳар хил услуб билан таъсир ўтказди, турлича воситалардан фойдаланади. У кўзланган мақсадига эришиш учун катта ёшдаги одамларнинг индивидуал-типологик хусусиятларини ҳисобга олган ҳолда иш тутди. Кундалик турмушга оид психологик билимлар аниқ вазиятга қаратилганлиги, бирор шахсга йўналтирилганлиги билан илмий психологик билимлардан фарқ қилади.

Илмий психология эса муайян методлар, воситалар, услублар, усуллар ва операциялар ёрдамида маълумотлар тўплаш ва уларни умумлаштиришга интилади ҳамда изланаётган объектнинг хусусияти, ҳолати, муносабати, боғланиши кабиларни акс эттирувчи илмий тушунчалар, таърифлар, қонуниятлар, хоссалар ёрдамида психологик механизмларни кашф қилишга ҳаракат қилади.

Одатда шахснинг хусусиятлари, сифатлари, фазилатлари, хислатлари, хулқ-атворлари, хатти-ҳаракатлари бўйича турмуш шароити ва фан оламидагилар (ҳатто илмий тушунчалар, атамалар) ўзаро ўхшаб кетса-да, лекин илмий-психологик мазмун, моҳият, мажмуа ўзининг тузилиши, таркиби, аниқлиги, мантиқан изчиллиги, маънонинг йиғиқлиги билан кескин ажралиб туради.

Юқорида юритилган мулоҳазалар кундалик турмуш тажрибасида тўпланадиган психологик билимлар билан илмий билимлар орасидаги дастлабки (биринчи) фарқни шарҳлашга йўналтирилганлиги боис алоҳида аҳамият касб этсада, лекин шу нарсани ёддан чиқармаслик керакки, турмушга оид амалий психологик билимларга асосланмасдан туриб, илмий психологик назарияларни яратиш мумкин эмас. Шундай экан, амалий билимлар генетик келиб чиқиши нуқтаи назаридан бирламчи ҳисобланади.

Ҳаётда жуда кўп учрайдиган, айниқса, ўқитувчилар, мураббийлар, тренерлар, раҳбарлар, шифокорлар фаолиятида намоён бўлувчи таълимий, тарбиявий, тиббий услуб арзимас ижобий силжишни пайқаш имкониятини яратади. Амалий фаолиятда эришилган ушбу самара психологик таҳлилга муҳтож бўлиб, уни келтириб чиқарувчи объектив ёки субъектив омилларни далиллаш анча мушкул ҳисобланади. Бунинг учун ўзгаларга таъсир ўтказиш усули, уларда ички имкониятга ишонч туйғусини уйғотиш қўзғовчиси, таъсирга берилувчанликни кучайтирувчи мотивлар (*франц. «motif» - қўзғатувчи сабаб*) табиатини чуқур таҳлил қилиш ва шу йўл билангина силжишнинг психологик маъно касб этишини далиллаш мумкин, холос.

Илмий психологияда катта ҳажмдаги материаллар, шу жумладан, қонуниятлар, хусусиятлар умумлаштирилади, инсоннинг ички имконияти, истеъдоди, ишчанлиги, қобилияти юзасидан умуминсоний тавсифга эга бўлган теран хулосалар чиқарилади. Бунинг натижасида одам психикасини аниқлаш, башорат қилиш, айрим руҳий нуқсонларни тузатиш, нохуш кечинмаларнинг олдини олиш имконияти туғилиб, бу эса ижтимоий-психологик боғланишлар моҳиятини оқилона тавсифлаш учун хизмат қилади. Ижтимоий ва яққаҳол турмуш оғирликлари ва ташвишларини камайтириш, ақлий ҳамда жисмоний зўриқишларни пасайтириш, шахслараро низоларни бартараф этиш сингари саъй-ҳаракатларни фақат илмий психологик маълумотларга асосланган ҳолда амалга ошириш мумкин.

Шунинг учун психологиянинг турли соҳалари (ёш психологияси, педагогик психология, тиббиёт психологияси, социал психология ва бошқалар)да ўтказилган тадқиқот ишлари илмий асосда психика, психик ҳолат, психик ҳодиса, психик жараён, психик функция, психик хусусият, ижодиёт, фаолият, онг, хулқ ва муомала сингари тушунчалар бўйича материаллар тўплаб беради, шунингдек, психик акс эттиришнинг моддий асослари, механизмлари юзасидан қонуният очишга имкон яратиб, ҳатто инсонни ўзлигини англаш ва бошқариш сари етаклайди.

### **1.3. Психологиянинг тармоқлари, методлари, бошқа фанлар билан боғлиқлиги**

Инсон ўзининг кимлигини англашга интилишдан, ўз руҳий дунёсини ва ўзгалар руҳиятини билиш истаги пайдо бўлишдан, табиат ва жамият ҳодисаларини тушунишга эҳтиёж сезишдан, ўтмиш, ҳозирги замон, келажак ҳақида мулоҳаза юритишдан эътиборан психология фан сифатида ривожлана бошлади. Фан-техниканинг ривожланиши таъсири билан психология ўзининг тадқиқот объектларига эга бўлган кўплаб тармоқларга ажрала бошлади.

Психология фанини муайян тармоқларга бўлишда аниқ, яққол фаолиятининг психологик томони, инсоннинг жамиятга нисбатан психологик муносабати, тараққиётининг психологик жиҳатлари асос қилиб олинади. Психология **тармоқларининг** тавсифига қисқача тўхталиб ўтамиз.

**Умумий психология** – умумий психологик қонуниятлар, механизмлар, мураккаб ички боғланишлар, назарий ва методологик принциплар, илмий тадқиқот методлари, психиканинг фило ва онтогенетик ўзгаришларини, илмий тушунчалар ва категориялар, билиш жараёнларини амалий ва назарий жиҳатдан ўрганадиган соҳадир.

**Экспериментал психология** – экспериментал методлар ёрдамида психик ҳодисаларни тадқиқ қилишнинг умумий соҳаси. Психология фан сифатида фалсафадан ажралиб чиқишида экспериментал тадқиқотлар ўтказиш асосий роль ўйнаган. XIX асрнинг ўрталарида психологик ҳодисалар устидан илк бор амалий экспериментал-психологик тадқиқотлар ўтказилган. Бу тадқиқотлар экспериментал психологиянинг фалсафа ва физиологиядан мустақил, алоҳида фан сифатида вужудга келишига муҳим асос ва объектив шарт-шароит яратиб бериб, уни фан сифатида ажралиб чиқишига В.Вундт ўзининг катта ҳиссасини қўшган.

**Меҳнат психологияси** – инсоннинг меҳнатга муносабати, меҳнат фаолиятининг қонуниятлари ва ривожланишини тадқиқ қиладиган психология соҳаси. Меҳнат психологиясининг объекти ишлаб чиқаришда ва меҳнатда шахснинг фаолияти бўлиб, уни ишдан бўш вақтининг, дам олишининг ишлаб чиқаришга таъсирини ҳам ўрганади.

**Авиация психологияси** – авиасаноат ва авиахизматчиларнинг меҳнат фаолиятида кечувчи психологик қонуниятларни ўрганиб, унинг предмети мураккаб авиация тизимини бошқаришдаги инсон психикасининг ролини текширишдан иборат. Авиация психологияси объекти шахс фаолияти, жамоа тузилишини ташкил қилишнинг шарт-шароитлари бўлса, субъекти учувчилар, муҳандис, техник хизмат кўрсатиш таркибини ташкил этувчи стюардессалар ва бошқалардир.

**Муҳандислик психологияси** – инсон ва машина ўртасидаги муносабатни, инсонга машинанинг психологик таъсирини ва инсоннинг машина билан муносабати жараёнининг психологик қонуниятларини тадқиқот методлари ёрдами билан тадқиқ қилувчи психология соҳаси.

**Космик психология** – вазнсизлик ва бўшлиқда аниқ мўлжал ола билмаслик шароитида, организмда жуда кўп ортиқча таассуротлар юкланган пайтда рўй берадиган нерв-психологик зўриқиш билан боғлиқ бўлган алоҳида



ҳолатлар туғилганда киши фаолиятининг психологик хусусиятларини ўргана оладиган психология соҳаси.

**Экстремал психология** – инсоннинг ўзгарган муҳит шарт-шароитларида психик фаолиятининг кечиши қонуниятларини ўрганадиган психология соҳаси. Экстремал шароитда инсонга бир қанча факторлар: монотония, макон ўзгариши, хавф омили, вақт, шахсий аҳамиятга молик ахборотнинг ўзгариши, ёлғизлик, гуруҳий изоляция ва ҳаётий хавф таъсир қилади.

**Педагогик психология** – тарбия ва таълим муаммоларини ҳамда шахснинг мақсадга мувофиқ ривожланиши, билиш фаолиятининг ва шахсда ижтимоий ижобий сифатларни тарбиялашнинг психологик муаммоларини ўрганади. Педагогик психологиянинг мақсади – ўқитишнинг оқилона ривожлантирувчи таъсирини шарт-шароит ва бошқа психологик факторлардан келиб чиққан ҳолда кучайтиришдир.

**Тиббиёт психологияси** – касалларнинг даволаниши, гигиена, профилактика, диагностика жиҳатларини тадқиқ қилувчи психология соҳаси бўлиб, унда тадқиқотлар тизимига касалликларнинг кечиши, уларнинг шахс психологиясига таъсири қонуниятлари, инсоннинг касалликдан соғайишига микросоциал гуруҳ таъсири ўрганилади. Тиббиёт психологияси ўз ичига инсоннинг психологиясига ижобий таъсир қилувчи ва шу билан даволанишни тезлаштирувчи, ижобий даволаш муҳитини ташкил қилишга қаратилган психотерапия, психик ҳодисалар билан мияга физиологик тузилишлар ўртасидаги нисбатни ўрганадиган соҳа – нейропсихология, доривор моддаларнинг киши психик фаолиятига таъсирини текширадиган соҳа – психофармакология, беморларни даволаш учун психик жиҳатдан саломатлигини таъминлаш чора-тадбирлари тизимини ишлаб чиқиш билан шуғулланувчи соҳа – психопрофилактика, шунингдек, психогигиена, клиник психология, патопсихология, соматопсихология каби тармоқларни қамраб

олади. Тиббиёт психологиясининг асосий муаммоси касалликни даволашнинг инсон психологиясига таъсирини тадқиқ қилишдир.

**Юридик психология** – ҳуқуқ доирасидаги муносабатлар ҳамда одамларнинг психик фаолиятини ҳуқуқий бошқариш механизмлари ва қонуниятларини ўрганувчи психология соҳаси.

**Ҳарбий психология** – ҳарбий фаолиятнинг инсон психикасига таъсири, ҳарбий фаолият хусусиятларининг психологик қонуниятларини ўрганувчи психология соҳаси.

**Спорт психологияси** – спорт мусобақалари ва машқланиш фаолиятида инсон психикасининг ривожланиши, гуруҳий муносабатларнинг психологик қонуниятларини ўрганувчи психология соҳаси.

**Савдо психологияси** – жаҳон мамлакатларида кенг ривожланган бўлиб, тижорат таъсирининг психологик негизлари, объектив ва субъектив шарт-шароитларини, эҳтиёжнинг индивидуал, ёшга, жинсга оид ва бошқа хусусиятларини, харидорларга хизмат кўрсатишнинг психологик омилларини аниқлайдиган соҳа.

**Ижодиёт психологияси** – бадиий қадриятларни ўзлаштиришда, уларнинг янги кўринишларини ижод қилишда ва шу қадриятлар инсон томонидан идрок қилинишида кечадиган психологик ҳолатларни ҳамда бу ҳолатларнинг шахс ҳаёти, фаолиятига таъсирини ўрганувчи психология соҳаси.

**Санъат психологияси** – санъаткорларнинг қобилиятларини, асар яратишда ҳиссий кўринишларни, шахслараро муносабатларни психологик нуқтаи назардан ўрганади.

**Ёш психологияси** – шахснинг психик ривожланиш қонуниятларини инсон туғилишидан то умрининг охиригача бўлган даврни, яъни онтогенезни ўрганадиган психология соҳаси бўлиб, болалар психологияси, ўсмирлик ва ўспиринлик психологияси, етуклик психологияси, геронтопсихологиядан иборатдир.

**Махсус психология** – нормал психик ривожланмаган туғма ёки кейинчалик орттирилган нуқсонлар, дефектлар таъсири остидаги инсонларнинг психологиясини тадқиқ қилиш соҳаси бўлиб, унинг бир неча бўлимлари мавжуд: патопсихология – ривожланиш жараёнида психиканинг айниши, миёдаги касалликнинг турлича кечиши, психиканинг тамоман издан чиқиши ҳолларини ўрганувчи соҳа; олигофренопсихология – психик ривожланишнинг миёдаги туғма асоратлар билан боғлиқ патологияси тўғрисида тадқиқот ишларини олиб боровчи соҳа; сурдопсихология – қулоқ эшитишнинг бутунлай қар бўлиб қолгунга қадар жиддий камчиликлари, нуқсонлари билан шуғулланувчи, болани вояга етказишнинг омилкор йўл-йўриқларини топувчи, коррекцион-тузатиш ишларини олиб боровчи соҳа; тифлопсихология – чала кўрувчи ва мутлақо кўзи ожиз одамларнинг психологик ривожланишини тадқиқ қилувчи соҳа. Махсус психологиянинг яна ўзига хос тор бўлимлари ҳам мавжуд бўлиб, инсонларнинг касаллиги, нуқсони, ақл-идрок даражаси, нутқ фаолияти патологиясига биноан тадқиқот ишлари олиб борилади.

**Қиёсий психология** – психологиянинг мураккаб бўлимларидан бири бўлиб, психиканинг филогенетик ҳолатлари ва уларнинг шаклларини тадқиқ қиладиган соҳасидир. Унда ҳайвонлар психологияси одамларники билан қиёсланади, уларнинг хулқ-атворидаги ўхшашликлар ва тафовутлар сабаблари текширилади, ҳаракатлантирувчи кучлар, таъсир ўтказувчи воситалар, омиллар аниқланади. Унинг зоопсихология ва этология бўлимлари мавжуд.

**Дифференциал психология** – шахслар ўртасидаги тафовут ва фарқларни ҳамда гуруҳ аъзолари орасидаги номуносибликларнинг психологик томонларини, яъни психологик фарқларини ўрганувчи психология соҳаси.

**Психофизиология** – одамларнинг индивидуал психологик ва психофизиологик фарқларини тадқиқ қилувчи, психиканинг генетикасини ўрганувчи психология соҳаси.

**Ижтимоий психология** – одамларнинг ижтимоий гуруҳларга бирлашишини, бу гуруҳий тавсифни, шахснинг гуруҳий фаолияти ва хулқ-атворини, ижтимоий психологик қонуниятлар, ҳолатлар, ҳодисалар, ижтимоий установка кабиларни тадқиқ қилувчи психология соҳаси. Унинг бир неча соҳалари бор: дин психологияси, оила психологияси, муомала психологияси, кичик гуруҳ психологияси, катта гуруҳ психологияси, модалар психологияси, инсонни инсон томонидан идрок қилиш психологияси, этнопсихология ва бошқалар.

**Сиёсий психология** – жамиятнинг сиёсий ҳаётидаги психологик хусусиятлар, ҳолатлар, қонуниятлар, таъсирчанлик ва таъсир ўтказиш жараёнлари каби жабҳаларни текширувчи психология соҳаси.

**Оила психологияси** – оиланинг руҳиятини ўрганувчи фанлараро тадқиқот қилишга йўналган психология соҳаси бўлиб, у оиланинг психологик муаммоларини ўрганади, оилага таъсир қилувчи омилларни, оиладаги роллар тақсимланиши, эр-хотин муносабати, шахслараро муносабат, ёш хусусиятлари, жинсий тафовутларга асосланиб мулоқотга киришиш кабиларни ўрганади.

**Бошқарув психологияси** – жамиятда фаолият кўрсатаётган шахслар, гуруҳлар ва жамоалар ўртасидаги ишлаб чиқариш билан боғлиқ бўлган назорат, баҳолаш, муносабат қонуниятларини, раҳбар фаолияти ва характери, қобилияти хусусиятларини тадқиқ қиладиган ижтимоий психологиянинг соҳаси.

**Парапсихология** – ҳозирги замон фанининг чегарасидан ташқаридаги, тушунтириш қийин бўлган экстрасенсорика – ўта сезувчанлик, телепатия – фикрни масофага узатиш, келажакка башорат қилиш ва шу каби психик ҳодисаларни ўрганади. Парапсихологияга нисбатан қизиқиш қадимдан мавжуд бўлиб, унга нисбатан ихлос то ҳозирги кунгача камайгани йўқ, гоҳо уни *психотроника* деб ҳам аташади. Шунингдек, парапсихологиянинг *хиромантия* – қўл кафтига қараб фол очиш, инсон келажаги ва унинг тақдири ҳақида олдиндан башорат қилишдан иборат ноилмий соҳаси; *спритизм* – ўлган одамлар

арвоҳлари, руҳлари билан алоқа ўрнатиш мумкин, улар ҳамиша барҳаёт ва биз билан мулоқотга муҳтож, деган ғояни илгари сурувчи соҳалари мавжуд.

Аниқ изланиш предметига эга бўлган ҳар қандай фан ўша предметнинг моҳиятини ёритиш ва материаллар тўплаш учун махсус усуллар ва воситалардан фойдаланади ва улар **фаннинг методлари** деб юритилади. Фаннинг салоҳияти ва нуфузи ҳам биринчи навбатда ўша методлар ёрдамида тўпланган маълумотларнинг ишончилиги ва валиддигига боғлиқ бўлади. Бу фикрлар бевосита психологияга ҳам алоқадор бўлиб, методлар масаласи бу фанда жуда катта аҳамиятга молик масала сифатида қаралади. Чунки юқорида таъкидлаганимиздек, психик ҳодисаларни бевосита қўл билан ушлаб, кўз билан илғаб, кулоқ билан сезиш қийин. Лекин жуда кўплаб фанлар билан фаол ҳамкорлик шунга олиб келганки, психологиянинг ҳар бир тармоғи ўз вазифаларини ечиш ва маълумотларга эга бўлиш учун кўплаб методларни синовлардан ўтказиб, энг ишончли ва мукамалларини сақлаб қолган.

Математик статистика ва эҳтимоллар назариясининг психология соҳасида қўлланилиши ва унда эришилган муваффақиятлар аввало ҳар бир методнинг ишончилилик даражасини аниқлаш, қолаверса, тўпланган маълумотларнинг қай даражада асосли ва валид эканлигини исботлашга ёрдам беради.

Қуйидаги 2-жадвалда асосий психологик методлар ва уларни қўллаш шакллари келтирилган.

## 2-жадвал

### Психологиянинг асосий методлари

АСОСИЙ МЕТОДЛАР	Асосий методларнинг вариантлари
КУЗАТИШ МЕТОДИ	Ташқи (объектив кузатиш) Ички (субъектив, ўз-ўзини кузатиш) Эркин кузатув Стандартлаштирилган Гуруҳ ичида кузатиш

	Гуруҳ ташқарисида кузатиш
СЎРОҚ МЕТОДЛАРИ	Оғзаки сўроқ Ёзма сўроқ Эркин сўроқ (сухбат) Стандартлаштирилган сўроқ
ТЕСТЛАР МЕТОДИ	Тест - сўров Тест - топширик Проектив тест Социометрик тест
ЭКСПЕРИМЕНТ	Табиий эксперимент Лаборатория эксперименти
МОДЕЛЛАШТИРИШ	Математик моделлаштириш Мантикий моделлаштириш Техник моделлаштириш Кибернетик моделлаштириш

**Кузатиш методи** табиий методлар жумласига кириб, бунда ташқи кузатув моҳиятан кузатилувчи хулқ-атворини бевосита ташқаридан туриб кузатиш орқали маълумотлар тўплаш усули бўлса, ўз-ўзини кузатиш эса одам ўзида кечаётган бирор ўзгариш ёки ходисани ўзи ўрганиш мақсадида маълумотлар тўплаш ва қайд этиш усулидир.

*Эркин кузатув*да кўпинча бирор ижтимоий ходиса ёки жараёни ўрганиш мақсад қилиб қўйилади. Масалан, дарс жараёнида таълим олувчиларнинг у ёки бу мавзу юзасидан умумий муносабатларини билиш учун ҳам баъзан эркин кузатиш ташкил этилиши мумкин. *Стандартлаштирилган кузатув* эса, бунинг акси бўлиб, нимани, қачон, ким ва кимни кузатиш қатъий белгилаб олинади ва махсус дастур асосида кузатув олиб борилади.

Педагогик психологияда гуруҳий жараёнларнинг шахс хулқ-атворида таъсирини ўрганиш мақсадида бевосита *ичкаридан кузатув* ташкил қилинади, бунда кузатувчи шахс ўша гуруҳ ҳаётига табиий равишда қўшилади ва зимдан кузатиш ишларини олиб боради. Шу йўл билан олинган маълумотлар бир томондан табиийлиги ва муфассаллиги билан қимматли бўлса, иккинчи томондан, агар кузатувчида конформизм хислати кучли бўлса, ўзи ҳам гуруҳ

ҳаётига жуда киришиб кетиб, ундаги айрим ҳодисаларни субъектив равишда такрорлайдиган бўлиб қолиши ҳам мумкин. Гуруҳий феноменларни *ташқаридан кузатиш* бунинг акси – яъни кузатувчи гуруҳга ёки кузатилаётган жараёнга нисбатан четда бўлади ва фақат бевосита кўзи билан кўрган ва эшитганлари асосида фикр-мулоҳаза юритади.

Кузатиш методининг ижтимоий ҳаёт, профессионал кўрсаткичларни қайд қилишда сўзсиз афзалликлари бор, лекин шу билан бирга кузатувчининг профессионал маҳорати, кузатувчанлиги, сабр-қаноатига боғлиқ бўлган жиҳатлар, яна тўпланган маълумотларни субъектив равишда таҳлил қилиш хавфи бўлгани учун ҳам бироз ноқулайликлари юзага келиши мумкин. Шунинг учун ҳам кузатиш бошқа методлар билан биргаликда ишлатилади.

*Сўров методи* ҳам психологиянинг барча тармоқларида бирламчи маълумотлар тўплашнинг анъанавий усуллари билан бири бўлиб, унда текширилувчи текширувчи томонидан қўйилган қатор саволларга мухтасар жавоб қайтариши керак бўлади.

*Оғзаки сўров* оддийгина қилиб, суҳбат методи деб ҳам аталади. Суҳбат ўтказадиган шахс унга маълум даражада тайёргарлик кўргач сўроқ ўтказди. Агар сўровчининг профессионал маҳорати ёки тажрибаси бунга етарли бўлмаса, сўров ўз натижаларини бермаслиги, аксинча бўлса эса ушбу метод ёрдамида инсон руҳий кечинмаларига алоқадор бўлган ноёб маълумотларни тўплаш имконига эга бўлади.

*Ёзма сўров* ёки анкетанинг афзаллиги шундаки, унинг ёрдамида бир вақтнинг ўзида кўпгина одамлар фикрини ўрганиш мумкин бўлади. Унга киритилган саволлар, улардан кутиладиган жавоблар (ёпиқ анкета), ёки эркин ўз фикрини баён этиш имкониятини берувчи (очиқ анкета) сўровномалар аниқ ва раво тилда, жавоб берувчилар тушуниш даражасига монанд тузилган бўлса, қимматли бирламчи материаллар тўпланади.

Сўровнинг ҳам *эркин* ва *стандартлаштирилган* шакллари мавжуд бўлиб,

биринчисида олдиндан нималар сўралиши қатъий белгилаб олинмайди, иккинчи шаклида эса, ҳаттоки, дастур ишлаб чиқилиб, минглаб одамларда бир хил талаблар доирасида сўроқ ўтказилиши назарда тутилади.

*Тест методи* охириги пайтда ҳаётимизга дадил кириб келган текширув усуллари сирасига кириб, улар ёрдамида бирор ўрганилаётган ҳодиса хусусида ҳам сифат, ҳам миқдор характеристикаларини олиш, уларни кўпчиликда қайта-қайта синаш ва маълумотларни корреляцион анализ орқали ишончлиликка текшириш мумкин. Айти тестга қўйилган талаб ҳеч қачон ўзгармайди, ҳаттоки, шундай тестлар борки, улар турли миллат ва элат вакилларида, турли даврларда ҳам ўзгармаган ҳолда ишлатилади. Масалан, Равеннинг ақлий интеллектни ўлчаш, Кэттелнинг ва Айзенкнинг шахс тестлари шулар жумласидандир.

*Тест-сўров* олдиндан қатъий тарзда қабул қилинган саволларга бериладиган жавобларни тақозо этади. Масалан, Айзенкнинг 57 та саволдан иборат тести шахсдаги интроверсия - экстровеерсияни ўлчайди, саволларга «ҳа» ёки «йўқ» тарзида жавоб бериш сўралади.

*Тест-топириқ* одам хулқи ва ҳолатини амалга оширган ишлари асосида баҳолашни назарда тутди. Масалан, шахс тафаккуридаги креативлиликни аниқлаш учун кўпинча бир қарашда оддийгина топшириқ берилади: берилган 20 та доира шаклидаги шакллардан ўзи хоҳлаганча расмлар чизиш имконияти берилади. Маълум вақт ва тезликда бажарилиш суръати, расмларнинг ўзига хос ва бетакрорлигига қараб шахс фикрлаши жараёнининг нақадар ностандарт, ижодий ва креативлигига баҳо берилади, миқдорий кўрсаткич аниқланади. Бу методларнинг умумий афзаллиги уларни турли ёш, жинс ва касб эгаларига нисбатан қўллашнинг қулайлиги, бир гуруҳда натижа бермаса, бошқа гуруҳда яна қайта текширув ўтказиш имкониятининг борлиги, камчилиги – баъзан текширилувчи агар тестнинг моҳиятини ёки калитини билиб қолса, сунъий тарзда унинг кечишига таъсир кўрсатиши, фактларни фалсификация қилиши мумкинлигидир.



Тестлар ичида *проектив тестлар* деб номланувчи тестлар ҳам борки, тестнинг асл мақсади текширилувчига сир бўлади, яъни шундай топшириқ бериладикки, текширилувчи топшириқни бажараётиб, нимани аниқлаши мумкинлигини билмайди. Масалан, машхур Роршахнинг «сиёҳ доғлари» тести, ёки ТАТ (тематик апперцепцион тест), тугалланмаган ҳикоялар каби тестларда бир нарсанинг проекциясидан гўёки иккинчи бир нарсанинг моҳияти аниқланади. Ўша 1921 йилда кашф этилган «сиёҳ доғлари» ва уларга қараб текширилувчининг нималарни эслаётганлиги, доғлар нималарга ўхшаётганлигига қараб, унинг шахс сифатидаги йўналишлари, ҳаётий тамойиллари, қадриятларига муносабати, ишни бажариш пайтидаги эмоционал ҳолатлари аниқланади. Бу тестлар жуда ноёб, қимматли, лекин уни фақат профессионал психологгина қўллаши ва натижаларни моҳирона таҳлил қилиши талаб қилинади.

*Психологик эксперимент*да атайлаб шундай сунъий бир вазият шакллантирилади ва ташкил этиладикки, айнан шу вазиятда қизиқтираётган психик жараён ёки ҳодиса ажратилади, ўрганилади, таъсир кўрсатилади ва баҳоланади. Агар *табиий эксперимент* ўша қизиқтираётган феномен текширилувчи учун табиий ҳисобланган шароитларда мақсадли ташкил этилиб, ўрганилса, *лаборатория эксперименти* махсус жойларда ва махсус асбоб-ускуналар воситасида атайлаб ўрганилади. Масалан, диққатнинг хусусиятларини билиш керак бўлса, психология лабораториясида махсус тахистоскоп деб аталган мослама ёрдамида ёки «Ландольт халқачалари» деб номланган жадваллар ёрдамида ўрганиш мумкин бўлади. Ҳаттоки, ижтимоий муносабатлар борасида ҳам ўзаро ҳамжихатлик, лидерлик ва конформлилик ҳодисаларини текшириш учун гуруҳий интеграторлар ва гомеостат деб номланувчи мосламалар яратилган ва улар ёрдамида гуруҳдаги турли хил ҳодисалар ўлчанган.

*Моделлаштириш методи* кузатиш, сўроқ, эксперимент ёки бошқа

усуллар ёрдамида ўрганилаётган ҳодисанинг туб моҳияти очилмаган шароитларда қўлланилади. Бунда ўша ҳодисанинг умумий хоссаси ёки асосий параметрлари моделлаштирилиб, ўша модел асосида тадқиқотчини қизиқтирган жиҳат ўрганилади ва хулосалар чиқарилади.

Моделлар техник, мантиқий, математик ва кибернетик бўлади. *Математик модел* асосида ўрганилган ҳодисага машҳур тадқиқотчилар Вебер - Фехнерларнинг сезгирликнинг қуйи ва юқори чегарасини аниқлашга қаратилган математик формуласи ва шу асосда тўпланган маълумотлар таҳлилини мисол қилиш мумкин. *Мантиқий моделлар* ёрдамида кўпинча инсон ақли ва тафаккури жараёнлари ва қонунларини ҳисоблаш машиналари иш принциплари билан қиёслаш орқали тузилган ғоялар ва символлар ишлатилади. *Кибернетик* моделлаштиришда эса ғоялар психологиясини ЭҲМдаги математик программалаштириш тамойилларига мослаштириш тушунилади. Ҳозир кўпгина мураккаб шахс хусусиятлари ҳам программалаштирилган бўлиб, улар алгоритмлар асосида қисқа фурсатда кўпгина сифатларни кўплаб параметрлар нуқтаи назаридан ҳисоблаб натижаларни умумлаштиришга имкон беради. Кўпинча математик ўйинлар ғояси одамлар ўртасидаги ўзаро муносабатлар соҳасини ўрганишда ҳам қўлланилмоқда. Маълум бўлишича, одамнинг фикрлаш операциялари билан ЭҲМларнинг ишлаш принциплари ўртасида маълум уйғунлик бор экан, бу эса мураккаб психик жараёнларни моделлаштириш орқали инсон ақлу-заковати чегарасини янада кенгайтириш истиқболини бермоқда.

Умуман психологиянинг ва унинг ҳар бир алоҳида тармоқларининг ўзига хос методлари мавжуд бўлиб, улар ижтимоий хулқ ва алоҳида индивид ички дунёсини комплекс тарзда ўрганиш имконини беради. Гап шундаки, уларни ўз вақтида ва профессионал тарзда қўллай билиш ва олинган натижалардан тўғри хулосалар чиқара олиш муҳимдир.

**Социометрия методи.** Бу метод кичик гуруҳ аъзолари ўртасидаги бевосита эмоционал муносабатларни ўрганиш ва уларнинг даражасини ўлчашда қўлланилиб, унга америкалик социолог Джон Морено асос солган. Мазкур метод ёрдамида муайян гуруҳдаги ҳар бир аъзонинг ўзаро муносабатларини аниқлаш учун унинг қайси фаолиятида, ким билан қатнашиши сўралиб, олинган маълумотлар матрица, график, схема, жадвал шаклида ифодаланади. Улардаги миқдор кўрсаткичлари гуруҳдаги кишиларнинг шахслараро муносабатлар тўғрисида тасаввур ҳосил қилиб, бу маълумотлар гуруҳий муносабатларнинг ташқи кўринишини акс эттиради, холос. Шунинг учун XX асрнинг охирларида собиқ иттифоқ психологлари Я.Л.Коломинский (Минск) ва И.П.Волков (Санкт-Петербург) томонидан социометриянинг ёш психологиясига (ижтимоий-педагогик психология соҳасига) мослаб ўзгартирилган турлари, модификациялари ишлаб чиқилган бўлиб, булар шахсларнинг бир-бирини танлаши мотивларини кенг ифодалаш имконини беради. Айниқса, социометриянинг Я.Л.Коломинский ишлаб чиққан ўзгартирилган тури болалар, ўқувчилар жамоасидаги шахслараро муносабатлар ҳақида тўлароқ ахборот бериш имкониятига эга.

Мазкур турида одатда ўқувчилардан қуйидаги саволларга жавоб бериш талаб қилинади: «Сен саёҳатга ким билан боришни хоҳлайсан?», «Ким билан қўшни бўлиб яшашни ёқтирасан?». Ҳар бир савол социометрик мезон (ўлчов) вазифасини бажаради ва турмуш воқелигидан олинган бўлиб, синалувчи ҳар бир саволнинг учта жавобидан биттасини «энг маъқул» деб танлаши лозим. Унга «аввал, ҳаммадан кўра кўпроқ ким билан бирга бўлишни хоҳласанг, ўшанинг фамилиясини ёз», «агар сен истаган шахс тўғри келмаса, яна ким билан бирга бўлишни истасанг, унинг фамилиясини ёз», «айтилган шартларга биноан учинчи шахснинг фамилиясини ёз» деб уқтириш талаб қилинади.

Психология яхлит ва мустақил фан сифатида одамларда гуманистик менталитетнинг шаклланишига хизмат қилиб, инсон омилига алоқадорлиги

унинг шу йўналишдаги муаммоларни маълум маънода ўрганадиган барча фанлар билан бевосита алоқасини тақозо этади. Булар биринчи навбатда ижтимоий-гуманитар фан соҳалари бўлиб, психологиянинг улар орасидаги мавқеи ўзига хос ва етакчи ҳисобланади.

**Фалсафа** ва унинг охириги пайтларда ривожланиб бораётган ижтимоий фалсафа қисми билан бўлган алоқа бу иккала фаннинг инсон ва унинг ҳаёти моҳиятини тўла англаш ва унинг ривожланиб бориш тенденцияларини белгилашдаги ўрни ва аҳамиятидан келиб чиқади. Табиат, жамият ва инсон тафаккурининг ривожланишига оид бўлган умумий қонуниятлар ва тамойилларни психология фалсафанинг базасидан олади ва шу билан бирга ўзи ҳам инсон онги ва тафаккури қонуниятлари соҳасидаги ютуқлари билан фалсафани бой маълумотларга эга бўлишига ёрдам беради.

**Социология** фани ҳам янгича ижтимоий муносабатлар шароитида ўз тараққиётининг муҳим босқичига ўтган экан, психология ушбу фан эришган ютуқлардан ҳам фойдаланиб, ўзи эса уларнинг кўлами кенгайишига баҳоли қудрат хизмат қилади. Айниқса, психологиядан мустақил равишда ажралиб чиққан, бугунги тараққиёт давримизда алоҳида аҳамият касб этган ижтимоий психология социология билан узвий алоқада бўлиб, улар жамиятда ижтимоий тараққиёт ва ривожланишни таъминлаш ишига хизмат қиладилар.

**Педагогика** билан психологиянинг ўзаро ҳамкорлиги ва алоқаси анъанавий ва азалий бўлиб, уларнинг ёш авлод тарбиясини замон талаблари руҳида амалга оширишдаги роли ва аҳамияти ўзига хосдир. Республикамизда «Таълим тўғрисида»ги Қонун ҳамда «Кадрлар тайёрлаш Миллий Дастури»ни амалга ошириш ҳам икки фан ҳамкорлиги ва ўзаро алоқасини ҳар қачонгидан ҳам долзарб қилиб қўйган. Миллий дастурда эътироф этилган янгича моделдаги **шахс**ни камол топтириш, унинг чуқур билимлар соҳиби бўлиб етишиши, баркамоллигини кафолатловчи шарт-шароитлар орасида янги педагогик технологияларни таълим ва тарбия жараёнларига татбиқ этишда педагогиканинг

ўз услуб ва қоидалари етарли бўлмаслиги, шунинг учун ҳам психология у билан ҳамкорликда ёш авлод онгининг таълим олиш даврларидаги ривожланиш тенденцияларидан тортиб, токи янгича ўқитиш технологияларини бола томонидан ўзлаштирилиши ва ундаги ақлий ҳамда интеллектуал қобилиятларга нечоғлик таъсир кўрсатаётганлигини ўрганиш ва шу асосда ишни ташкил этиш психологиядаги методларни дидактик методлар билан уйғунлаштиришни тақозо этади. Бунда шахсга таълим ва тарбия беришнинг алоҳида эмас, биргаликда қаралишида педагогика ва психология фанларининг ўзаро узвийлиги муҳимдир. Ҳозирги кунда таълим сифати ва самарадорлигини ошириш учун таълим олувчининг психологик хусусиятларини билган ҳолда, унга педагогик таъсир этиш ва уни янги билимларга йўналтириш технологияси жорий этилганлиги ҳам бу икки фан бир-бирига чамбарчас боғлиқ эканлигини кўрсатади.

*Табиий фанлар* (биология, физиология, химия, физика ва б.) психик ҳодисалар ва жараёнларнинг табиий физиологик механизмларини тушуниш ва шу орқали уларнинг кечиши қонуниятларини объектив ўрганиш учун маълумот беради. Айниқса, бош миянинг ҳамда марказий нерв тизимининг психик фаолиятларини бошқаришда ва уларни мувофиқлаштиришдаги ролини эътироф этган ҳолда психология фани табиий фанлар эришган ютуқлар ва улардаги тадқиқот услубларидан омилкорона фойдаланади. Масалан, шахс қобилиятларини диагностика қилиш унинг туғма лаёқатлари ҳамда орттирилган сифатларини бир вақтда билишни тақозо этгани сабабли, ўша табиий лаёқатнинг хусусиятларини аниқлашда психофизиологиянинг қатор усулларидан (мия ассиметрияси қонунлари, мия биоритмларини ёзиб олиш, нейродинамик ҳодисаларни аниқлаш, қон айланиши ва тана ҳароратини ўлчаш методлари) ўз ўрнида қўлланилиб, биология, анатомия, физиология, нейрофизиология каби фанларнинг шу кунгача эришган ютуқларидан фойдаланади. Шунинг учун табиий фанлар соҳасида эришилган барча ютуқлар

психологиянинг предметини мукамалроқ ёритишга ўз ҳиссасини қўшган ҳолда уни янада бойитади.

**Кибернетика** фани соҳасидаги эришилган ютуқлар психология учун ҳам аҳамиятли ва зарур бўлиб, у инсон шахсининг ўз-ўзини бошқариш ва психик жараёнларни такомиллаштириш борасида ахборот технологиялари ва кибернетика томонидан қўлга киритилган ютуқлар ва тадқиқот методлари, махсус дастурлардан ўз ўрнида фойдаланишга имкон беради. Бу ахборот асри бўлган ХХІ асрда информацион технологиялар ва моделлаштириш борасида психология ҳамда кибернетика ҳамкорлигининг салоҳиятини янада оширади.

**Техника фанлари** билан психологиянинг ўзаро алоқаси ва ҳамкорлиги яққол сезилмоқда. Бир томондан мураккаб техникани бошқарувчи инсон онги муаммосини ечишда, иккинчи томондан, психик ҳаётнинг мураккаб қирраларини очишда махсус техник воситалардан фойдаланиш зарурати бу икки йўналишнинг эришган ютуқларини бирлаштиришни назарда тутаяди. Масаланинг яна бир алоҳида томони ҳам борки, у ҳам бўлса, техника тараққиётга интилаётган бир вақтда мураккаб техника ва машиналар билан «мулоқот» қилаётган шахс фаолиятини янада мукамаллаштириш ва унинг имкониятларига мослаштириш масаласи ҳам ана шу ҳамкорликда ҳал қилиниши лозим бўлган масалалардан биридир. Айниқса, мустақил Ўзбекистон учун мураккаб замонавий техника сир-асрорларини билиш, унинг жамият ва фан равнақига хизматини таъминлаш қанчалик долзарб бўлса, ана шу техникага ҳар бир оддий фуқаро онги, тафаккури ва қобилиятларини мослаштириш ва «одам – машина» диалогининг энг самарали йўллариини излаб топиш ҳам шунчалик муҳим. Техника билан бемалол «тиллашадиган» малакали мутахассислар тайёрлаш борасида ҳам техника фанлари педагогика ва психология фанлари методларидан фойдалана олсагина муваффақиятга эриша олиши мумкин.

**Иқтисодиёт** билан психологиянинг ўзаро алоқаси ва ҳамкорлиги ҳам янгилик бўлиб, айниқса, бозор муносабатларига босқичма-босқич ўтиш

шароитида иқтисодий онг ҳамда иқтисодий хулқнинг ўзига хос намоён бўлиш қонуниятларини ўрганишда иккала фан тенг хизмат қилмоқда. Янги давр шахсини тарбиялаш ва унинг жамиятга мослашуви масаласида психология иқтисодиёт фанида қўлга киритган ютуқлар, янгиликлар ва иқтисодий самарага эришиш омилларини ҳисобга олса, иқтисодиёт ўз навбатида иқтисодий ислохотларнинг объекти ҳамда субъекти бўлмиш инсон омилидаги барча психологик ўзгаришларни аниқлаш, таҳлил қилиш ва шу аснода башорат қилиш вазифасини ечиши керак.

Юқорида таъкидланган фан тармоқлари психология бевосита узвий алоқада ривожланадиган фанларнинг асосий қисми холос. Бугунги кунда ҳар бир фан ривожини учун инсон омилини ҳисобга олиш зарур экан, психология ўша барча фанлар билан алоқада ва ҳамкорликда ривожланади.

#### **1.4. Психологиянинг қисқача тарихи**

Инсониятнинг ижтимоий тарихий тараққиёти давомида қадимги одамлар табиий ҳамда ижтимоий эҳтиёжларидан келиб чиққан ҳолда ибтидоий жамоа аъзоларининг психологик хусусиятларини аниқлаш, улардан шахслараро муносабатларда оқилона фойдаланиш, ўзининг хатти-ҳаракати, шахсий фаолияти ва муомалага киришишида уларни ҳисобга олишга интилиб, яшаб келганлар. Кўп минг йиллик ижтимоий ҳаёт тажрибаларига асосланган равишда одамлар шахснинг индивидуал (*лот. «individuum» - алоҳида, яккаҳол одам*) хусусиятларини жон билан боғлаб изоҳлашга ҳаракат қилганлар. Қадимги одамларнинг тасаввурларига қараганда, инсон танасида «жон» жойлашган бўлиб, у шахсга оид хусусиятлар, хислатларни вужудга келтириш имкониятига эга эмиш. Қадимги аجدодларимизнинг «жон» тўғрисидаги тасаввурлари шунга боғлиқ, мутаносиб тушунчасини келтириб чиқарди ва бунинг натижасида анимизм (*лот. «anima» - жон*) таълимоти инсоният томонидан кашф қилинади.

Бунда уларнинг тасаввурларида рух инсоннинг танаси билан узвий боғлиқ ҳолда ҳукм суради, гўёки яшайди. Шунинг учун ижтимоий ҳодисалар, ҳатто онг, шунингдек, реал воқеликлар (ўлим, уйқу, бехуш бўлиш, бетоблик) кабиларни содда тарздаги моддийлик (мавжудлик) нуқтаи назаридан талқин қилишга уринганлар. Уларнинг тасаввурларида қуйидагича талқинлар кенг ўрин эгаллаган:

- ўлим – уйқунинг бир тури, лекин рух баъзи бир сабабларга кўра танага қайтиб келмайди;
- туш кўриш – уйқудаги танани тарк этиб юрган ҳаракатдаги рухнинг таассуротидир;
- рух – инсоннинг айнан ўзидир;
- рухнинг эҳтиёжлари, турмуш шароитлари тирик одамникидан тафовутланмайди;
- марҳумларнинг руҳлари муайян машғулотлар тизимига, ижтимоий қонун-қоидаларга риоя қилувчи ҳамжамиятни яратар эмиш;
- тирик инсонлар билан марҳумларнинг руҳи бир-бирига боғлиқ бўлиб, моддий жиҳатдан ўзаро алоқадордир.

Инсониятнинг ижтимоий-тарихий тараққиёти давомида меҳнатни режалаштириш, ишлаб чиқариш муносабатлари, ишлаб чиқариш кучлари ва уларнинг табақалашуви, одамлар тафаккурининг ривожланиши туфайли жоннинг (рухнинг) моддийликдан ташқари хусусияти, кўриниши юзасидан ғоялар вужудга келиб, натижада анимистик тасаввурлар ўрнини руҳни борлиқнинг натуралистик (*лот. «natura» – табиат*) фалсафий манзараси тарзида изоҳлаш намоён бўла бошлади:

- Рух оламининг ибтидосини ташкил қилувчи нарсалар (сув, ҳаво, олов)нинг инсонлар ва ҳайвонларга жон бағишловчи шакли (Фалес эрамиздан олдинги VII-VI асрлар, Анексимон V аср, Гераклит VI-V асрлар);



- Эрамиздан олдин ижод қилган юнон файласуфларининг илмий изланишлари натижасида материянинг жонлилиги тўғрисидаги ғоя юзага келади;

- Материянинг жонлилиги ҳақидаги ғояни ривожлантирган атомизм (*юнон. «atomos» - бўлинмас*) намояндалари (Демокрит эрамиздан аввалги V-IV асрлар, Эпикур IV-III асрлар, Лукриций I аср) бир қанча фикрларни илгари сурдилар, жумладан:

- Руҳ танага жон бағишловчи моддий жисмдир;
- Моддий асос сифатидаги ақл;
- Ҳаётни бошқарувчи идрок вазифасини бажарувчи аъзо;
- Руҳ билан ақл тана аъзолари, бинобарин, уларнинг ўзи ҳам танадир;
- Улар шарсимон, кичик ҳаракатчан атомлардан иборатдир.

Юқоридаги психолог олимларнинг мулоҳазалари организмнинг анатомик-физиологик тузилиши, миянинг таркиби сингари моддий асосларга суянган ҳолда реал воқеликни тушунтириш имкониятига эга эмаслиги, худди шу омилдан келиб чиққан ҳолда инсоннинг тафаккури, шахсий фазилатлари, унинг мақсад кўзлаши, гавдани идора этишга қобиллигини далиллаш тўғрисида фикр юритиш мураккаб руҳий жараён ҳисобланади.

Жумладан, Афлотун жоннинг таркибий қисмлари тўғрисидаги тушунчани психологияга олиб киради: ақл-идрок, жасорат, орзу-истак кабилардан иборат бўлиб, улар бош, кўкрак, қорин бўшлиғига жойлашгандир. Афлотун психологияда дуализм (*лот. «dualis» - икки мустақил*) таълимотини руҳий оламни, тана билан психикани иккита мустақил нарса деб изоҳласа, унинг шогирди Арасту ўзининг таълимотида психологияни табиий-илмий асосга қуриб, уни биология ва тиббиёт билан боғлаб тушунтиришга эришган. Арастунинг «Жон» тўғрисидаги китоби маълум бир давр учун тараққийпарвар манба вазифасини бажариб, унда одамларнинг ва ҳайвонларнинг кундалик ҳаётий лаҳзаларини кузатиш орқали яққол воқеликни тасвирлаш, таҳлил қилиш жараёнлари мужассамлашгандир. Арастунинг таъкидлашича, жон қисмларга

бўлинмайди, лекин у фаолиятнинг озикланиш, ҳис этиш, ҳаракатга келтириш, ақл, идрок каби турларга оид қобилиятларда намоён бўлади. Унинг фикрича, сезги билишнинг дастлабки қобилияти, у тасаввур шаклида из қолдириши мумкин экан.

Қадимги дунёнинг кейинги ривожланиши даврларида психологик ғоялар мукаммаллашиб, унга оид таянч тушунчалар вужудга кела бошлади, ҳатто рух ҳозирги замон психикаси каби қўлланиш кўлами кенгайди.

Психика категориясининг негизида идрок ва тафаккурдан ташқари онг тушунчаси юзага келиб, бунинг натижасида ихтиёрий ҳаракатлар ва уларни назорат қилиш имконияти туғилди. Масалан, румлик шифокор Гален (эрамиздан олдинги II аср) физиология ва тиббиёт ютуқларини умумлаштириб, психиканинг физиологик асослари тўғрисидаги тасаввурларни янада бойитади.

XVII аср биология ва психология фанлари тараққиёти учун муҳим давр бўлиб, жумладан, француз олими Декарт (1596-1650) томонидан хулқ-атворнинг рефлектор (ғайриихтиёрий) табиатга эга эканлигини кашф этилиши, юракдаги мушакларнинг ишлаши (фаолияти) қон айланишнинг ички механизми билан бошқарилаётганлигини тушунтирилиши муҳим аҳамият касб этади. Айниқса, рефлекс (*лот. «reflexus» - акс эттириш*) организмнинг ташқи таъсирга қонуний равишдаги жавоб реакцияси сифатида талқин қилиниши асаб-мушак фаолиятини объектив тарзда билиш воситасига айланди, сезги, ассоциация, эҳтирос юзага келишини изохлашга имкон яратилди.

Психология фанининг илмий асосга қурилишида инглиз олими Гоббс (1588-1679) руҳни мутлақо рад этиб, механик ҳаракатни ягона воқелик деб билади ва унинг қонуниятлари психологиянинг ҳам қонуниятлари эканлигини таъкидлайди. Унинг негизида эпифеноменализм (*юнон. «epi» - ўта, «phainomenon» - гайритабиий ҳодиса*) вужудга келиб, психология танадаги жараёнларнинг сояси сингари рўй берадиган руҳий ҳодисалар тўғрисидаги таълимотга айланди.

Нидерландиялик олим Спиноза (1632-1677) онгни катта кўламга эга материядан сира қолишмайдиган воқелик, яъни яққол нарса деб тушунтириб, у детерминизм (лот. «*determinata*» - белгилайман) принципининг, яъни табиат, жамият ҳодисаларининг, шу жумладан, психик ҳодисаларнинг объектив сабаблари билан белгиланиши ҳақидаги таълимот тарғиботчиси ҳамдир.

Немис мутафаккири Лейбниц (1646-1716), инглиз файласуфи Жон Локк (1632-1704), инглиз тадқиқотчиси Гартли (1705-1757), француз адиби Дидро (1713-1784) кабилар ғоялар ассоциацияси (боғланиши) қонуни, идрок ва тафаккурнинг пайдо бўлиши, қобилиятлар психологияси ҳақида муҳим таълимотларини яратиш билан фаннинг ривожланишига муҳим ҳисса қўшдилар.

XVIII асрга келиб Галлер, Прохазкалар нерв тизимини тадқиқ қилишда улкан ютуқларга эришдилар, натижада эса психика миянинг функцияси эканлиги ҳақидаги таълимот вужудга келди. Инглиз тадқиқотчиси Чарльз Белл ва француз Франсуа Мажанди томонидан ёзувчи ва ҳаракат нервлари ўртасидаги тафовут очиб берилиб, унинг негизида рефлектор ёйи деган янги тушунча пайдо бўлиб, буларнинг натижасида ихтиёрий (онгли) ва ихтиёрсиз (онгсиз) рефлектор турлари кашф қилинди. Юқоридаги илмий кашфиётлар таъсирида рус олими И.М.Сеченовнинг (1829-1905) рефлектор назарияси рўёбга чикди ва ушбу назария психология фанининг физиологик асослари, механизмлари, бош мия рефлексларининг ўзига хос хусусиятлари табиатини очиб бериш имкониятига эга бўлди.

Психология фанининг экспериментал, психоаналитик, бихевиористик, эмпирик, эпифеноменалистик, гештальт, ассоциатив, вюрцбург, психогенетик, редукционизм, солипцизм, гуманистик, биогенетик, социогенетик каби йўналишлари томонидан тўпланган маълумотлар ҳозирги замон психологиясини вужудга келтирди.

### **Вазиятли масалалар:**

**1-масала.** Қуйида келтирилган ҳолатлардан таркибида 1) табиий эксперимент ва лаборатория эксперименти усулларининг умумий талаблари; 2) фақат лаборатория эксперименти усулига хос бўлган талаблар; 3) фақат табиий экспериментга хос бўлган талаблар мавжуд бўлганларни танлаш лозим:

а) текширувчи психологик жараёнлар давомида аралашмайди.

б) текширувчи уни қизиқтирувчи психологик ҳодисани юзага келтириш учун ўзи шароит яратиб беради.

в) текширувчининг субъектив сифатларига (масалан, фикри, баҳоси ва б.) боғлиқ бўлмаган (у ёки бу даражада) психика ҳақидаги билимларга эришилади.

г) ушбу психик ҳодисага боғлиқ бўлган психиканинг объектив сабаблари ва шароитлари ўрганилади.

**2-масала.** Келтирилган таърифлар бўйича психологик методларни аниқланг.

а) Киши алоҳида кабинага жойлаштирилади, махсус бош кийимга асбоб-ускуналар ўрнатилади. Ушбу бош кийим билан турли кўзғатувчилар таъсирида ёки организмнинг турли хил ҳолатларида (уйғоқлик, уйку) мия биотоклари текширилади. Текширилаётган одам тажриба ўтказишдан олдин керакли кўрсатмалар олади. Барча олинаётган кўрсаткичлар аниқ аппарат томонидан ёзиб олинади.

б) Болаларнинг чизган расмига асосланиб, психолог уларнинг предметларни идрок қилиш хусусиятларини аниқлайди; мактаб ўқувчиларининг ёзма ишларини чуқур таҳлил қилиб ҳамда уларни бошқа тажрибаларнинг натижалари билан солиштириб, текширувчи юқори синф ўқувчилари фаолиятининг индивидуал услуби хусусиятлари ҳақида хулоса чиқаради.

**3-масала.** Қуйида келтирилган ҳар бир ҳолат қайси психик ҳодисалар - психик жараёнлар, шахс хусусиятлари ёки психик ҳолатлар гуруҳига тааллуқли эканлигини аниқланг.

а) Математика ўқитувчиси бир неча бор жисмоний тарбия дарсидан кейин болалар ўқув материалини қийинчилик билан ўзлаштираётганига эътибор берди ва математика дарсидан олдин бошқа фанлар ўтилса яхши натижа бўлишини таъкидлади.

б) Талаба С. ўтилатган фанлар бўйича курсдошларининг ўз билимини аъло даражада намоён қилишларини кўриб ҳамиша мамнуният ҳис қиларди.

в) Ўқувчи Ш. ўртоқларининг ўқув жараёнига инсофсизларча муносабатда бўлишини ҳамиша тўғридан-тўғри ва очик қоралаган.

г) Ўқувчи М. авиамоделистлар тўғрагига мунтазам қатнашади.

д) Врубелънинг «Иблис ва Тамара» суратини томоша қилаётганда одам беихтиёр Лермонтов қаҳрамонлари образини кўз олдида келтиради.

е) Ўқувчи Н. мактабдан уйга келган заҳоти адабиёт фанидан шеърни ёдлашга қарор қилди. Бироқ қанча ҳаракат қилмасин, охириги тўрт қаторни тўғри ёдлаб ололмади.

### **Назорат учун савол ва топшириқлар:**

1. Психология фанининг предмети нима?
2. Психология фани қандай ҳодисаларни ўрганади?
3. Психиканинг намоён бўлиш шакллари қандай кўринишга эга?
4. Психологиянинг принципларини тушунтиринг.
5. Шахс фаолиятида психологик билимларнинг аҳамияти қандай?
6. Психологиянинг қандай тармоқлари мавжуд?
7. Психологиянинг асосий методлари қайсилар?
8. Кузатиш методига қўйиладиган талаблар қандай?
9. Сўроқ методи қандай ўтказилади?
10. Тест методининг бошқа методлардан фарқи нимада?
11. Эксперимент методининг ўтказилиш тартиби қандай?
12. Моделлаштириш методи қачон қўлланилади?

**13.** Психология қандай фанлар тизимида ривожланади?

**14.** Психология тарихига оид қандай маълумотларга эгасиз?

## II БОБ. ОНГ ВА ФАОЛИЯТ ПСИХОЛОГИЯСИ

### 2.1. Онгнинг психологик тавсифи

Инсон психикаси ҳайвон психикасидан тафовутланиб, унда ижтимоий воқелик ҳукм суради. Ҳайвон ўз тўдасидаги аъзоларига яққол ҳолат билан боғлиқ бўлган, бевосита фавқулотдаги вазият билан чекланган ҳодисалар юзасидан «ўзининг тили»да хабар узатиши одатий ҳодисадир. Одам эса ундан фарқли ўлароқ нутқ воситасида ўз қабиладошларига ўтмиш, ҳозирги давр ва келажак тўғрисида маълумот бериш ҳамда ижтимоий турмуш тажрибаларини узатиш имкониятига эга. Инсон тараққиётида тил туфайли акс эттириш (инъикос қилиш) имкониятлари мавжудлиги боис, одам миясида атроф-муҳит тимсоллари, хусусиятлари аниқроқ акс эта бошлади. Натижада шахс кишилик дунёси томонидан орттирилган тажрибадан баҳраманд бўла борди, шунингдек, унинг учун номаълум ҳисобланган борлиқ ҳодисалари, ҳолатлари, қонуниятлари тўғрисидаги билимларга эгалик қила бошлади.

Ҳайвонот олами билан инсониятнинг ахборот айирбошлаш воситаси орасидаги фарқи тафаккурда ҳам ўз аксини топади. Чунки ҳар қандай психик функция бошқа турдаги, шаклдаги, мазмундаги функциялар қобиғида намоён бўлиб, муайян шарт-шароитлар вужудга келганида ривожланади. Юксак тараққий этган ҳайвонларда амалий (содда) тафаккур мавжуд, уларнинг содда тафаккури чамалаш орқали мўлжал олишга, фавқулотдаги вазият юзага келтирган вазифани бажаришга қаратилгандир. Масалан, маймунлар айрим ҳолларда «қурол» яшаш ва ундан муайян масала ҳал этишда фойдаланиш ҳодисалари тажрибаларда кузатилган, лекин улардан биронтаси тафаккурни мавҳум тарзда амалиётга татбиқ эта билмаган. Шундай экан, ҳайвонлар идрок қилиш кўлаמידан ташқарига чиқиш имкониятига эга эмас, яъни улар яққолликдан мавҳумликка ўта олмайди, ҳатто уларда бундай вазиятни акс эттириш имкони ҳам мавжуд эмас.

Инсон билан ҳайвон ўртасидаги тафовут қуйидагилар билан изоҳланади:

➤ шахснинг хулқ-атвори, фаолияти яққолликдан мавҳум ҳолатга ўтиш имкониятига эга;

➤ фавқулотдаги вазият муносабати туфайли вужудга келиши мумкин бўлган оқибатни олдиндан пайқаш лаёқати мавжуд;

➤ қийинчиликлар учраса, уларни енгиш учун қўшимча воситалар қўллайди ва ўзгартиришлар кирита олади.

Инсоннинг онги ижтимоий-тарихий тараққиёт маҳсули бўлиш билан бирга, у меҳнат фаолиятида, ижтимоий тажрибани ўзлаштиришда, ҳамкорликдаги ўзаро таъсирда, табиатга, жамиятга нисбатан муносабатлар моҳиятида вужудга келган. Бунинг маҳсули, шакли сифатида индивидуал, гуруҳий, этник (миллий) ижтимоий онг намоён бўлган ва уларнинг барчаси тараққиёт туфайли ўзининг янги босқичларига ўсиб бориб, фан, техника яралишига пухта замин ҳозирлаган.

**Оннинг психологик тавсифи.** *Онг* психиканинг яхлит тарзда теварак-атрофни ифодаловчи юксак шакли, яъни у фақат одамгагина тегишли бўлиб, нутқ билан боғлиқ бўлган марказий нерв тизими фаолиятидир. Шунингдек, *онг* шахснинг теварак-атрофдаги нарсаларни, ҳозирги ва ўтмиш даврни яхши билиш, ўзликни англаш, қарор қабул қилиш, вазиятга қараб ўз хатти-ҳаракатини бошқариш қобилияти билан намоён бўлади.

Психологик манбаларда оннинг таркибий қисмларининг моҳияти қуйидагича тавсифланади:

1. Онг нарса ва ҳодисалар ҳақидаги билимлар мажмуасидан иборат бўлиб, унинг тузилиши таркибига барча билиш жараёнлари (диққат, сезги, идрок, хотира, тасаввур, тафаккур, нутқ, хаёл) кириб, улар ёрдами билан шахс ўз ахборотлари қўламини узлуксиз равишда бойитиб боради. Бунда билиш икки хил *ҳиссий* ва *ақлий* босқичда намоён бўлади.



Ҳиссий билиш босқичи сезги, идрок, апперцепция, таниш, билиб олиш ва тасаввур каби билиш жараёнлари кўмаги асосида мияга бевосита таъсир ўтказувчиларнинг акс эттириши натижасида инсон онгида борлиқнинг мазкур дақиқасидаги ҳиссий манзарасида юзага келади. Хотира жараёни онгда ўтмишдаги нарса ва ҳодисаларнинг образларини эсга туширса у ёки бу бош мия катта ярим шарларининг бўлимларида акс этган муайян изларни жонлантириш имкониятига эга бўлса, ақлий билиш босқичининг юксак даражаси бўлмиш тафаккур жараёни умумлашган, ижтимоий хусусиятли, билвосита ифодаланувчи билимларга асосланган ҳолда муаммолар ечимини ҳал этишни таъминлайди, шунингдек, ҳаёл жараёни эса эҳтиёж объекти ҳисобланган, онгда мавжуд бўлмаган образлар моделини намоён этади. Билиш жараёнларининг униси ёки буниси акс эттириш имкониятидан маҳрум бўлиши, бузилиши ёки уларнинг қайсинисидир хусусияти батамом ёинки қисман издан чиқиши онгни тубдан барбод бўлишига олиб келади.

**2.** Оннинг иккинчи психологик тавсифи субъект билан объект ўртасидаги аниқ фарқланишда ўз ифодасини топиши, яъни шахс «Мен» деган тушунчаси билан «Мен эмас» атамаси таркибига нималар тегишли эканлигини аниқ билиши билан изоҳланади. Шахс тирик мавжудотлар оламида биринчи бўлиб борлиқда реал уни қуршаб турган теварак-атрофга нисбатан ўзини қарама-қарши қўйган.

Инсонда «Мен»ликнинг «Мен эмас»ликдан ажратишга интилиши ўзини намоён қилиш, ўзини ўзи ифодалаш, кимлигини кашф этиш, ўзини ўзи такомиллаштириш, ўзига ўзи буйруқ бериш, ўзига ўзи таъсир ўтказиш сингари жараёнларда болалиқнинг илк дақиқаларидан бошлаб, то етуқликнинг у ёки бу босқичларини эгаллаш давригача давом этиб, ўзини ўзи англашнинг юзага келиши билан якунланади. Лекин «Мен»нинг бошқа қирралари, хусусиятлари, механизмлари, таъсир этувчи омиллари, янги сифат даражалари ўзини ўзи англашнинг такомил босқичларида намоён бўлаверади, бу жараён комил инсон

(жисмоний ва маънавий баркамоллик) даражасига эришгунга қадар давом этиши мумкин. Бироқ юксак камолот даражасига эришиш шахснинг истеъдоди, салоҳияти, ишчанлик қобилияти, ақлий ва ижодий фаолияти маҳсулдорлигига боғлиқ бўлиб, барча инсонлар тараққиёт чўққисига эришади, деган маънони билдирмайди.

**3.** Онгнинг учинчи психологик тавсифи шахснинг мақсадни кўзловчи фаолиятини таъминлашга йўналтирилган. Бунда шахс фаолиятининг турли хусусиятли мотивлари юзага келиши, улар инсон томонидан чамалаб чиқилиши, бунинг натижасида мотивлар кураши намоён бўлиши, бу ўринда устуворликка эришиш етакчиликни таъминлаши, иродавий зўр бериш оқибатида муайян қарор қабул қилиниши, ҳаракатларни бажаришнинг изчиллиги қай йўсинда амалга оширилаётгани ҳисобга олиниши, мақсадни қарор топтириш йўлидаги тўсиқлар бартараф этилиши ва унга муайян ўзгаришлар киритилиши, самарадорликни ошириш учун баъзи бир тузатишлар амалга оширилиши назарда тутилади.

Мақсадни кўзловчи фаолиятнинг амалга оширилиши жараёнида объектив ва субъектив сабабларига кўра айрим нуқсонларга йўл қўйилиши, бузилиши вужудга келиши онг функциясининг заифлашувини билдириб, бу ҳолат онгнинг назорат функцияси издан чиққанлигини англатади.

**4.** Онгнинг сўнги тавсифи унинг таркибига муайян даражадаги эмоционал (ҳиссий) муносабатлар тизими қамраб олинганлигини акс эттиради. Шахс онгига турли-туман ҳис-туйғулар, кечинмалар, стресс, аффект ҳолатлар тўғрисидаги ахборотлар оқими кириб кела бошлайди.

Шахснинг бошқа кишиларга, табиатга, жамиятга, нарсаларга нисбатан муносабатлари мавжуд мезонларга асосланса, муайян қоидаларга бевосита амал қилинса онгнинг назорат функцияси меъёрда эканлигидан далолат беради.

Шахсдаги руҳий соғломлик онгнинг бошқарув имконияти мавжудлигини билдириб, айрим ҳолларда ҳиссиётга берилиши эса унинг ўз функциясини

бажаришдан четлашганлигини намоёниш қилади. Турли хусусиятли муносабатлар онг назоратида амалга оширилса, шахс хулқ-атворида, фаолиятида ва муомала жараёнида, ҳеч қандай нуқсонлар, четга оғишлар содир бўлмайди. Онгнинг заифлашуви эса шахснинг ҳис-туйғулари ва муносабатларини ўзгартиради, масалан, симпатия антипатия билан, қувонч қайғу билан, оптимизм пессимизм билан вақти-вақти билан ўрин алмашиб туриши кузатилади.

Онгнинг юқорида таъкидлаб ўтилган барча функцияларини намоён бўлишининг муқаррар шарти тил ва нутқ ҳисобланиб, шахс нутқ фаолияти ёрдами билан билимларни ўзлаштиради, ўзгартиради. Ижтимоий-тарихий тараққиёт давомида юзага келтирилган тажрибалар мажмуаси тилда мустаҳкамланади, тафаккур орқали ҳаёт ва фаолият бойитилади. Тил билан нутқ борлиқни англашнинг алоқа қуроли ҳамда воситаси функциясини бажариб, шахсни бошқа мавжудотлардан фарқлайди ва унда тил билан тафаккур бирлиги онг учун моддий негиз вазифасида иштирок этади.

**Онг фаолиятининг патологияси.** Тиббиёт амалиётида онгнинг икки хил ўзгариши кузатилади: онгнинг хиралашуви ва тўхташи (узилиши). Онгнинг хиралашуви довдираш синдроми – бунда идрок этишнинг равшанлиги ва уларни фаҳмлаш бузилишида ҳамда ташқи таъсиротларга жавоб реакциялари жуда қийинлашиш каби руҳий ҳолатлар орқали намоён бўлади. Беморлар қулоғи оғир одамларни эслатадилар, гўё улар гангигандек бўладилар ва атрофдаги нарсаларни қийинчилик билан идрок этадилар, саволларга дарров жавоб бермайдилар, жавоб олиш учун эса саволни бир неча марта такрорлашга тўғри келади. Кўпинча беморлар фақат кучли қўзғатувчиларни идрок этиб, кучсизларидан мутлақо таъсирланмайдилар. Бу ҳолат нерв тизимининг инфекциялари, захарланиши, қаттиқ шикастланиши оқибатида содир бўлади.

*Делириоз* синдроми онгнинг бузилишлари фонида идрок этишнинг ёрқин бузилишлари (галлюцинациялар ва иллюзиялар) пайдо бўлганда, шунингдек, ваҳима ва кўрқиб сифатида эмоционал бузилишлар юзага келганда кузатилади.

Делириоз ҳолати – ўз шахси мўлжалини сақлаган ҳолда жой, вақт ва атроф шароитидаги мўлжалнинг бузилиши тушунилади. Бунда кўриш, эшитишга доир жуда кўп галлюцинацияларнинг пайдо бўлиши типик ҳодиса бўлиб, улар одатда кўрқувни ифода этиб, бу ҳолат кўпгина юқумли касалликларда, одатда ҳарорат юқори бўлганда кузатилади.

**Онейроид ҳолат.** Биринчи марта Майер-Гросс таърифлаган бу синдром (*юнон. онейроид - тушсимон, уйқусимон*) кўпинча жуда кучли васваса асосида пайдо бўлади ва бу унинг энг олий кульминацион нуқтасини ташкил этади. У ёрқин тасаввурларнинг кўплиги билан характерланиб, беморларнинг кўзига фазога учиш каби сахнавий фантастик кечинмалар кўринади, улар дўзах ёки жаннатда юргандек бўладилар, бунда беморлар фақат томашабингина бўлиб қолмай, балки уларда қатнашадилар ҳам. Бу кечинмаларнинг ҳаммаси аниқ туш кўришни эслатиб, бу беморлар ухлаб ётган чуқур ички кечинмалар дунёсига берилган кишиларга ўхшаб кўринадилар. Бунда бемор жой, вақт ва ўз шахсини нотўлиқ, икки хил тушуниши билан характерланади.

**Аментив ҳолат.** Эс-ҳушнинг аментив тарзда бузилишида беморлар атрофидаги вазиятни тамомила англамайди, ўзининг кимлигини билмайди, атрофдаги нарса ва ҳодисалар ўртасидаги боғланишларни тушунмайдилар. Бу беморлар баъзан бесаранжом бўлиб, саволларга жавоб бермайдилар. Уларда узук-юлуқ галлюцинациялар бўлиб туриши мумкин. Аментив ҳолат бир неча ҳафтагача чўзилиши мумкин. Бундай ҳолат, одам дармони куриб, озиб кетганида, инфекциялар, интоксикацияларда учрайди.

**Эс-ҳуши кирди-чиқди бўлиб турадиган ҳолат.** Бу бирдан пайдо бўлади ва худди шунингдек бирдан барҳам топади. Баъзан жараён онгнинг торайиб қолиши билан чекланиб, беморлар кўчаларда дайдиб юришади, саволларга

жавоб беришади, ўзига ҳисоб бермасдан туриб жўнроқ ишни беихтиёр бажараверишади. Бошқа ҳолларда беморларда галлюцинациялар бўлиб туради. Баъзан беморлар назарида уларга ҳужум қилишаётгандек, уларни ўлдиришмоқчи бўлишаётгандек бўлиб туюлиб, улар ўзларини ҳимоя қилишади ёки ваҳимага тушиб қочишади. Ана шундай пайтда улар хавфли хатти-ҳаракатлар қилишлари мумкин ва бундай ҳолат бир неча дақиқадан бир неча кунгача, ҳатто ҳафталаб давом этиши мумкин. Бу ҳолат эпилепсия, истерия, калла-мия жароҳатлари учун характерли бўлиб, истерия муносабати билан эс кирди-чикди бўлиб турганида онг кўп даражада тораймайди.

**Сомнамбулизм ҳолати.** Бу ҳолатдаги одам ғалати қилиқлар қилади. Сомнамбулларда беморлар хонада мақсадсиз юриб, деворни тимирскилайди, стол устида ётган нарсаларни саралайди, баъзи ҳолларда эса кўчага чиқиб кетади ва автоматик табиатидаги ҳаракатларни қилади. Бунда беморни чақириш йўли билан бу ҳолатдан чиқаришга уриниш одатда муваффақиятсиз бўлади. Бемор атрофдаги одамларнинг унга гапирган гапларига парво қилмай ўз диққат-эътиборини нарсаларнинг чегараланган доирасига жалб қилади.

**Амбулатор автоматизм ҳолати.** Автоматизм бир лаҳзада пайдо бўлиб, бунда одам баъзан бунинг учун нобоп шароитда одатланиб қолган қатор ҳаракатларини қилади, масалан, трамвайда уст-бошини ечади ва кияди ва ҳоказо. Беморни бу ҳолатдан чиқариш учун автоматик ҳаракатларни бажаришга қаршилик кўрсатилса, уларда агрессив реакция пайдо бўлиб, улар атрофдагиларга оғир зарар етказишлари мумкин.

**Деперсонализация ҳолати.** Бу ҳолатда бемор кимлигини билади, аммо ўзини ўзгаргандай ҳис қилади, бу ҳамма вақт ҳам бўлавермайди ва нимаси ўзгарганини аниқ айта олмайди ҳам. Баъзида кичкина бўлиб қолдим, қўлларим, оёқларим узун деб айтса, баъзида танам катта, вазним оғир, каллам катта бўлиб қолибди, дейди. Бу ҳолат бош миянинг органик шикастланишида ва шизофренияда учрайди. Ички касалликлар клиникасида онг тўхташи (ўчиши)

билан ўтадиган ҳолатларни учратиш мумкин. Буларга куйидаги ўзгаришлар киради:

**Обнубиляция** (лот. булут) – онгнинг енгил бузилиши, онг бир неча сония қоронғилашиб, кичик-кичик булутчалар сингари енгил сузиб юради. Вақтга, ўз шахсига, ташқи шароитга нисбатан мўлжал бузилмайди, оғриқли бузилишдан кейин хотиранинг йўқолиши кузатилмайди.

**Сомноленция** (уйқучанлик) – узоқ давом этадиган ҳолат бўлиб, бу ҳолатда мўлжал олиш ўзгармасдан одатда спиртли ичимликлардан, ухлатувчи дори воситаларидан заҳарланганда кузатилади.

**Карахтлик ҳолати** – бунда беморлар атрофдаги таъсиротларга кучсиз реакция кўрсатади, улардан жавоб олиш учун саволни бир неча марта қайтариш ёки уни одатдагидан кўра қаттиқроқ овозда айтишга тўғри келади. Карахтлик бир неча соатдан бир неча кунгача давом этиши ва бундан узоқроққа чўзилиши мумкин. Мана шу ҳолат ўтиб кетгандан кейин беморлар уларга нима бўлганлиги тўғрисида фақат қисқача сўзлаб беришлари мумкин (карахтлик терлама, зотилжам, калла-мия жароҳати, мия ўсмаси, уремия, қандли диабет касалликларида учрайди).

**Коматоз ҳолат.** Эс-хуш айтишининг жуда бориб турган даражасини ифодалаб, беморлар саволларга мутлақо жавоб бермайдилар, оғриқ таъсиротларига реакция кўрсатмайдилар. Уларнинг кўз қорачиғлари кенгайиб кетади, ёруғликка реакция бермайди (ич терлама, зотилжам, уремия, қандли диабет касалликларида учрайди, бунда бош мия пўстлоғида чуқур тормозланиш устунлик қилади).

## 2.2. Фаолият психологияси

Жамият билан доимий муносабатни ушлаб турувчи, ўз-ўзини англаб, ҳар бир ҳаракатини мувофиқлаштирувчи шахсга хос бўлган энг муҳим ва умумий

хусусият – бу унинг фаоллигидир. **Фаоллик** (лот. «actus» - ҳаракат, «activus» - фаол) шахснинг ҳаётдаги барча хатти-ҳаракатларини намоён этишини тушунтирувчи категория бўлиб, бу – ўша оддий қўлимизга қалам олиб, бирор чизиқча тортиш билан боғлиқ элементар ҳаракатимиздан тортиб, токи ижодий уйғониш пайтларимизда амалга оширадиган мавҳум фикрлашимизгача бўлган мураккаб ҳаракатларга алоқадор ишларимизни тушунтириб беради. Шунинг учун ҳам психологияда шахс, унинг онги ва ўз-ўзини англаш муаммолари унинг фаоллиги, у ёки бу фаолият турларида иштироки ва уни уддалаши билан боғлиқ сифатлари орқали баён этилади.

Психологияда инсон фаоллигининг асосан икки тури фаркланади:

- *Ташқи фаоллик* – бу ташқаридан ва ўз ички истак-хоҳишларимиз таъсирида бевосита кўриш, қайд қилиш мумкин бўлган мушакларнинг ҳаракатлари орқали намоён бўладиган фаоллик.

- *Ички фаоллик* – бу бир томондан у ёки бу фаолиятни бажариш мобайнидаги физиологик жараёнлар (моддалар алмашинуви, қон айланиш, нафас олиш, босим ўзгаришлари) ҳамда, иккинчи томондан, бевосита психик жараёнлар, яъни аслида кўринмайдиган, лекин фаолият кечишига таъсир кўрсатувчи омиллар тушунилади.

Иккала фаоллик тури ҳам шахсий тажриба ва ривожланишнинг асосини ташкил этади. Инсон фаоллиги «ҳаракат», «фаолият», «хулк» тушунчалари билан чамбарчас боғлиқ бўлиб, шахс ва унинг онги масаласига бориб тақалиб, шахс айнан турли фаолликлар жараёнида шаклланади, ўзлигини намоён қилади ҳам. Демак, фаоллик ёки инсон фаолияти пассив жараён бўлмай, у онгли равишда бошқариладиган фаол жараёндир. Инсон фаоллигини мужассамлаштирувчи ҳаракатлар жараёни **фаолият** деб юритилиб, у (*фаолият*) – инсон онги ва тафаккури билан бошқариладиган, ундаги турли-туман эҳтиёжлардан келиб чиқадиган, ҳамда ташқи оламни ва ўз-ўзини ўзгартириш ва такомиллаштиришга қаратилган ўзига хос фаоллик шаклидир.

Ҳар қандай фаолият реал шарт-шароитларда, турли усулларда ва турлича кўринишларда намоён бўлиб, ҳар бир ҳаракат маълум нарсага – предметга қаратилгани учун ҳам, фаолият предметли ҳаракатлар мажмуи сифатида тасаввур қилинади. Улар ташқи оламдаги предметлар хусусиятлари ва сифатини ўзгартиришга қаратилган бўлади. Масалан, маърузани конспект қилаётган талабанинг предметли ҳаракати ёзувга қаратилган бўлиб, у аввало ўша дафтардаги ёзувлар сони ва сифатида ўзгаришлар қилиш орқали билимлар захирасини бойитаётган бўлади. Фаолиятнинг ва уни ташкил этувчи предметли ҳаракатларнинг айнан нималарга йўналтирилганига қараб, аввало ташқи ва ички фаолият фарқланади. Бунда *ташқи фаолият* шахсни ўраб турган ташқи муҳит ва ундаги нарса ва ҳодисаларни ўзгартиришга қаратилган фаолият бўлса, *ички фаолият* – биринчи навбатда ақлий фаолият бўлиб, у соф психологик жараёнларнинг кечишидан келиб чиқади. Намоён бўлиш нуқтаи назаридан ички – ақлий, психик фаолият ташқи предметли фаолиятдан келиб чиқади. Дастлаб предметли ташқи фаолият рўй бериб, тажриба орттириб борилган сари, секин-аста бу ҳаракатлар ички ақлий жараёнларга айланиб боради. Буни нутқ фаолияти мисолида оладиган бўлсак, бола дастлабки сўзларни қаттиқ товуш билан ташқи нутқида ифода этади, кейинчалик ичида ўзича гапиришга ўрганиб, ўйлайдиган, мулоҳаза юритадиган, ўз олдига мақсад ва режалар қўядиган бўлиб боради.

Турли ҳаракатлар мажмуи ҳам ички – психологик, ҳам ташқи – мувофиқлик нуқтаи назаридан онг томонидан бошқарилиб боради. Ҳар қандай фаолият таркибида ҳам ақлий, ҳам жисмоний-мотор ҳаракатлар мужассам бўлади.

Ақлий ҳаракатлар – шахснинг онгли тарзда, ички психологик механизмлар воситасида амалга оширадиган турли-туман ҳаракатлари йиғиндисидир. Экспериментал тарзда шу нарса исбот қилинганки, улар доимо



мотор ҳаракатларни ҳам ўз ичига олувчи ақлий фаолият бўлиб, улар қуйидаги кўринишларда бўлиши мумкин:

■ **перцептив фаолият** – яъни, булар шундай ҳаракатларки, уларнинг оқибатида атрофдаги предмет ва ҳодисалар тўғрисида яхлит образ шаклланади;

■ **мнемик фаолият** – нарса ва ҳодисаларнинг моҳияти ва мазмунига алоқадор материалнинг эслаб қолиниши, эсга туширилиши ҳамда эсда сақлаб турилиши билан боғлиқ мураккаб ҳаракатлар йиғиндиси;

■ **фикрлаш фаолияти** – ақл, фаҳм-фаросат воситасида турли хил муаммолар, масалалар ва жумбоқларни (тафаккур операциялари ёрдамида) ечишга қаратилган фаолият;

■ **имажитив** - («*image*» - образ) фаолияти шундайки, у ижодий жараёнларда хаёл ва фантазия воситасида ҳозир бевосита онгда берилмаган нарсаларнинг хусусиятларини англаш ва хаёлда тиклашни тақозо этади;

■ **нутқ фаолияти** – одам томонидан ижтимоий-тарихий тажрибани ўзлаштириш, авлодларга узатиш ёки коммуникация ўрнатиш, ўз шахсий ҳаракатларини режалаштириш ҳамда амалга ошириш мақсадида тилдан фойдаланиш жараёнидир.

Юқорида таъкидлаганимиздек, ҳар қандай фаолият ҳам ташқи ҳаракатлар асосида шаклланади ва мотор компонентлардан иборат бўлиши мумкин. Агар ташқи фаолият асосида психик жараёнларга ўтиш рўй берган бўлса, бундай жараённи психологияда **интериоризация** деб аталади, аксинча, ақлда шаклланган ғояларни бевосита ташқи ҳаракатларда ёки ташқи фаолиятга кўчирилиши **экстериоризация** деб юритилади.

Фаолият турлари яна онгнинг бевосита иштироки даражасига кўра ҳам фарқланади, масалан, шундай бўлиши мумкинки, айрим ҳаракатлар бошида ҳар бир элементни жиддий равишда, алоҳида-алоҳида бажаришни ва бунга бутун диққат ва онгнинг йўналишини талаб қилади. Лекин вақт ўтгач, бора-бора унда онгнинг иштироки камайиб, кўпгина қисмлар автоматлашиб бориб, бунда

**малака** ҳосил бўлади. Масалан, ҳар биримиз шу тарзда хат ёзишга ўрганганмиз. Агар малакалар қатъий тарзда билимларга таянса, фаолиятнинг мақсади ва талабларига кўра ҳаракатларни муваффақиятли бажаришни таъминласа, бу **кўникмалар** деб аталади. *Кўникмалар* – доимо аниқ билимларга таяниб, улар малакалар билан ўзаро боғлиқ бўлади, шунинг учун ҳам ўқув фаолияти жараёнида шаклланадиган барча кўникмалар ва малакалар шахснинг муваффақиятли ўқишини таъминлайди. Иккаласи ҳам машқлар, такрорлаш ва қайтаришлар воситасида мустаҳкамланади. Малака оддий намоёиш этиш, кўрсатиш билан тушунтиришни уйғунлаштириш йўллари орқали шаклланади.

Фаолиятни классификация қилиш ва турларга бўлишнинг яна бир кенг тарқалган усули – бу барча инсонларга хос бўлган асосий фаоллик турлари бўйича табақалашдир. Бу – мулоқот, ўйин, ўқиш ва меҳнат фаолиятларидир.

**Мулоқот** – шахс индивидуал ривожланиши жараёнида намоён бўладиган бирламчи фаолият турларидан бири бўлиб, у инсондаги кучли эҳтиёжлардан бири – инсон бўлиш, одамларга ўхшаб гапириш, уларни тушуниш, севиш, ўзаро муносабатларни мувофиқлаштиришга қаратилган эҳтиёжларидан келиб чиқади. Шахс ўз тараққиётини айнан шу фаолият турини эгаллашдан бошлаб, нутқи орқали (вербал) ва нутқсиз воситалар (новербал) ёрдамида бошқа фаолият турларини мукамал эгаллашга замин яратади.

**Ўйин** – шундай фаолият турики, у бевосита бирор моддий ёки маънавий неъматлар яратишни назарда тутмасада, лекин унинг жараёнида жамиятдаги мураккаб ва хилма-хил фаолият нормалари, ҳаракатларнинг символик андозалари бола томонидан тақлид қилиш орқали ўзлаштирилади.

**Ўқиш** фаолияти ҳам шахс камолотида муҳим аҳамиятга эга бўлиб, унинг жараёнида билимлар, малака ва турли кўникмалар ўзлаштирилади.

**Меҳнат** қилиш табиий эҳтиёжларга асосланган фаолият бўлиб, унинг мақсади албатта бирор моддий ёки маънавий неъматларни яратиш, жамият тараққиётига ҳисса қўшишдир.

Ҳар қандай касбни эгаллаш, нафақат эгаллаш, балки уни маҳорат билан амалга оширишда фаолиятнинг барча қонуниятлари ва механизмларини бошдан кечириш кузатилади. Масалан, бирор касб малакасини эгаллаш учун ҳам унга алоқадор бўлган маълумотларни эслаб қолиш ва керак бўлганда яна эсга тушириш орқали ички (психик) ва ташқи (предметга йўналтирилган) ҳаракатларни онгли тарзда бажариш билан боғлиқ мураккаб жараёнлар амалга ошади. Ҳар бир шахсни у ёки бу фаолият тури билан шуғулланишига сабаб бўлган психологик омиллар – бу фаолият мотивларидир.

### 2.3. Эҳтиёж ва мотивация

Фаолият турлари, шахснинг жамиятдаги ижтимоий хулқи ва ўзини қандай тутиши, эгаллаган мавқеи сабабсиз кузатилмайди. Фаолиятнинг амалга ошиши ва шахс хулқ-атворини тушунтириш учун психологияда «*мотив*» ва «*мотивация*» тушунчалари ишлатилади.

«*Мотивация*» тушунчаси «*мотив*» тушунчасидан кенгроқ маъно ва мазмунга эга бўлиб, у инсон хулқ-атвори, унинг боғланиши, йўналиши ва фаоллигини тушунтириб берувчи психологик сабаблар мажмуини билдиради. Бу тушунча у ёки бу шахс хулқини тушунтириб бериш керак бўлганда, яъни: «нега?», «нима учун?», «нима мақсадда?», «қандай манфаат йўлида?» деган саволларга жавоб кидирганда ишлатилиб, хулқнинг мотивацион таснифини ёритишга олиб келади.

Шахснинг жамиятда одамлар орасидаги хулқи ва ўзини тутиши сабабларини ўрганиш тарбиявий аҳамиятга эга бўлган нарса бўлиб, масалани ёритишнинг икки жиҳати фарқланади:

✓ ички сабаблар, яъни ҳатти-ҳаракат эгасининг субъектив психологик хусусиятлари (мотивлар, эҳтиёжлар, мақсадлар, мўлжаллар, истаклар, қизиқишлар ва ҳ.к.) назарда тутилса;

✓ ташқи сабабларда фаолиятнинг ташқи шарт-шароитлари ва ҳолатлари, яъни, бунда айна конкрет ҳолатларнинг келиб чиқишига сабаб бўладиган ташқи стимуллар тушунилади.

Шахс хулқ-атворини ичкаридан, ички психологик сабаблар туфайли бошқариш одатда *шахсий диспозициялар* деб ҳам аталиб, улар шахс томонидан англаниши ёки англанмаслиги ҳам мумкин. Яъни, баъзан шундай бўладики, шахс ўзи амалга оширган иши ёки ўзидаги ўзгаришларга нисбатан шаклланган муносабатнинг ҳақиқий сабабини ўзи тушуниб етмайди, «Нега?» деган саволга «Ўзим ҳам билмай қолдим, билмайман», деб жавоб беради. Бу англанмаган диспозициялар ёки *установкалар* деб аталади. Агар шахс бирор касбга онгли тарзда қизиқиб, унинг барча сир-асрорларини эгаллаш учун астойдил ҳаракат қилса, бунда вазият бошқачароқ бўлади, яъни, диспозиция англанилган, онгли ҳисобланади.

Шу нуқтаи назардан *мотив* – конкретроқ тушунча бўлиб, у шахсдаги у ёки бу хулқ-атворга нисбатан турган мойиллик, ҳозирликни тушунтириб берувчи сабабни назарда тутди. Машҳур немис олими Курт Левин мотивлар муаммоси, айниқса, шахсдаги ижтимоий хулқ мотивлари борасида катта кенг қамровли тадқиқотлар олиб бориб, шу нарсани аниқлаганки, ҳар бир одам ўзига хос тарзда у ёки бу вазиятни идрок қилиш ва баҳолашга мойил бўлиб, ўша бир конкрет вазият хусусидаги турли шахсларнинг баҳолари ҳам турлича бўлади. Бундан ташқари, бир шахснинг ўзи ҳам ўзидаги ҳолат, кайфиятга боғлиқ ҳолда бир хил вазиятни турлича идрок қилиши мумкин экан. Шунинг учун ҳам одамнинг айна пайтдаги реал ҳаракатларини ўша маълум шароитдаги ички ва ташқи стимулларга унинг берган баҳоси ёки реакцияси сифатида қарамай, балки унда шунга ўхшаш ҳолатларни идрок қилишга ички бир ҳозирлик – диспозициянинг мавжудлиги билан тушунтирилар экан.

Ҳар қандай мотивларнинг орқасида шахснинг *эҳтиёжлари* ётиб, мақсадли ҳаётда шахсда аввал у ёки бу эҳтиёжлар пайдо бўлади ва айнан

уларнинг табиати ва заруратига боғлиқ тарзда хулқ мотивлари намоён бўлади. Мисол учун талабанинг ўқув фаолиятини оладиган бўлсак, билим олиш мақсади билим, илм олиш, қизиқувчанлик эҳтиёжини пайдо қилади. Бу эҳтиёж тараққиётнинг маълум бир даврида, масалан, боғча ёшидан бошлаб қониқтирила бошлайди. Болага сотиб олиб берилган китоблар, дафтар ва бошқа ўқув куроллари, маълум таълим масканида ташкил этилган шарт-шароитлар ва у ердаги бевосита билим олишга қаратилган фаолиятнинг ўзи бола учун мотив ўрнини босади.

Умуман, ҳар қандай шахсдаги мавжуд эҳтиёжларни икки гуруҳга бўлиш мумкин:

1. *Биологик эҳтиёжлар* - бу физиологик (ташналик, очлик, уйқу), жинсий, мослашув эҳтиёжлари.

2. *Ижтимоий эҳтиёжлар* - бу меҳнат қилиш, билиш, эстетик ва ахлоқий-маънавий эҳтиёжлар.

Шахсдаги ҳар қандай эҳтиёжлар ҳам ижтимоийлашган бўлади, яъни, улар ўша жамият ва муҳитдаги қадриятлар, маданий нормалар ва инсонлараро муносабатлар характериға боғлиқ бўлади. Масалан, табиий эҳтиёжни олсак, у ҳам конкрет муҳитға қараб турлича ҳаракатларни келтириб чиқаради.

Умуман шахс ижтимоий хулқи мотиви ҳақида гап кетганда, унинг икки томони, яъни элементи ажратилади: ***ҳаракат дастури ва мақсад***. Ҳаракат дастури мақсадға эришишнинг воситаларига аниқлик киритади. Шунинг учун ҳам дастурда назарда тутилган воситалар мақсадға эришишни оқлаши керак, акс ҳолда дастур ҳеч нарса бермайди. Масалан, баъзи ота-оналар фарзандларини яхши тарбиялаш ва ундан идеалларидаги шахс етишиб чиқишини орзу қилиб, унинг олдиға жуда оғир тарбиявий шартларни қўядилар, бола эркинлиги бўғилади, у қатъий назорат муҳитида ушланади. Оқибатда бола кейинчалик бошқариб бўлмайдиган, қайсар, унча-мунча ташқи таъсирға берилмайдиган, ҳар қандай бошқа ижтимоий шароитда қийналадиган бўлиб қолади. Шунинг учун

ҳам мотив ҳар доим англандан, эҳтиёжлар мувофиқлаштирилган, мақсадлар ва унга етиш воситалари аниқ бўлиши керак. Шундагина ижтимоий хулқ жамиятга мос бўлади.

Фаолият мотивацияларини ўрганишда мотивлар характерини билиш ва уларни ўзгартириш муаммоси катта аҳамиятга эга. Америкалик олимлар Д.Макклелланд, Д.Аткинсон ва немис олими Х.Хекхаузенларнинг фикрича, одамда турли ишларни бажаришини таъминловчи асосан икки турдаги мотивация бор: **муваффақиятга интилиш мотивацияси** ҳамда **муваффақиятсизликдан қочиш мотивацияси**. Одамлар ҳам у ёки бу фаолиятларга киришишда қайси мотивга мўлжал қилишларига қараб фаркланадилар. Масалан, фақат муваффақият мотиви билан ишлайдиганлар олдиндан ишонч билан шундай иш бошлайдиларки, нима қилиб бўлса ҳам ютуққа эришиш улар учун олий мақсад бўлади. Улар ҳали ишни бошламай туриб, ютуқни кутадилар ва шундай ишни амалга оширишса, одамлар уларнинг барча ҳаракатларини маъқуллашларини биладилар. Бу йўлда улар нафақат ўз куч ва имкониятларини, балки барча ташқи имкониятлар – таниш-билишлар, маблағ каби омиллардан ҳам фойдаланадилар.

Муваффақиятсизликдан қочиш мотивациясига таянган шахсларда биринчилардан фарқли ўлароқ, ишни бошлашдан аввал нима бўлса ҳам муваффақиятсизликка дучор бўлмасликни ўйлайдилар. Шу туфайли уларда кўпроқ ишончсизлик, ютуққа эришишга ишонмаслик, пессимизмга ўхшаш ҳолат кузатилади. Шунинг учун бўлса керак, охир-оқибат улар барибир муваффақиятсизликка учрайдилар. Агар биринчи тоифали шахслар бир ишни муваффақиятли тугатгач, кўтаринки руҳ билан иккинчи ишга киришишса, иккинчи тоифа вакиллари, ҳар қандай ишни яқунлагандан сўнг, унинг натижасидан қатъий назар, руҳан тушкунликка тушадилар ва оғриниш ҳисси билан бошқа ишга киришадилар. Бу ўринда *талабчанлик* деган сифатнинг роли катта бўлиб, агар муваффақиятга йўналган шахсларнинг ўзларига нисбатан

қўйган талаблари даражаси ҳам юқори бўлса, иккинчи тоифа вакилларининг талаблари аксинча, паст бўлади. Шунингдек, ҳар бир кишининг ўзининг реал қобилиятлари тўғрисидаги тасаввурлари ҳам ушбу мотивларнинг фаолиятдаги ўрнига таъсир кўрсатади. Масалан, ўзидаги қобилиятларга ишонган шахс ҳаттоки, мағлубиятга учраса ҳам, унчалик қайғурмайди, кейинги сафар ҳаммаси яхши бўлишига ишонса, ишончсиз шахс эса кичкина берилган танбеҳ ёки танқидни ҳам жуда катта руҳий азоб билан қайғуриб бошдан кечиради. Унинг учун ҳам шахснинг у ёки бу вазиятларда қайғуриш сифати ҳам маълум маънода мотивлар характерини белгилайди.

Шундай қилиб, мотивлар тизими бевосита шахснинг меҳнатга, одамларга ва ўз-ўзига муносабатларидан келиб чиқади ва ундаги характер хусусиятларини ҳам белгилаб, уларнинг ҳар бир кишида реал шарт-шароитларда намоён бўлишини бирор масъулиятли иш олдидан ўзини тутиши ва муваффақиятларга эришиши билан баҳоласа бўлади. Масалан, масъулиятли имтиҳон топшириш жараёнини олсак, баъзи талабалар имтиҳон олдидан жуда қайғурдилар, ҳаттоки, кўрқадилар ҳам. Улар учун имтиҳон топшириш жуда катта ташвишдай. Бошқалар эса бу жараённи босиқлик билан бошдан кечириб, ичидан ҳаяжонланаётган бўлсалар ҳам, буни бошқаларга билдирмайдилар. Яна учинчи тоифа кишилар умуман беғам бўлиб, сира куйинмайдилар. Бунда шубҳасиз, шунга мувофиқ тарзда, ҳар бир тоифа вакиллари ишининг муваффақияти ва фаолиятининг самараси турлича бўлиб, бунга ҳар бир шахсдаги даъвогарлик даражаси ҳам таъсир қилади. Даъвогарлик даражаси юқорироқ бўлганлар билган-билмаганини исбот қилишга уринсалар, ана шундай даражаси пастлар бор билганини ҳам яхши айтиб беролмайдилар.

Шунинг учун ҳам ҳар биримиз ижтимоий фаолият мотивларидан ташқари, шахсий хислатларимизни ҳам билишимиз ва онгли тарзда хулқимизни бошқара олишимиз керак.

Англамаган ижтимоий хулқ мотивлари психологияда *ижтимоий установка* ҳодисаси орқали тушунтирилади.

Ижтимоий установка шахсинг ижтимоий объектлар, ҳодисалар, гуруҳлар ва шахсларни идрок қилиш, баҳолаш ва қабул қилишга нисбатан тайёргарлик ҳолати бўлиб, у бу баҳо ёки муносабатнинг аслида қачон шаклланганлигини аниқ англамайди (масалан, Ватанимизни ҳаммамиз севамиз, байроғимиз муқаддас, тижорат ишлари билан шуғулланадиганларни албатта пулдор, бадавлат, деб ҳисоблаймиз ва ҳ.к.). Инсон бу тасаввурлар, баҳо ва ҳиссиётлар қачон ва қандай қилиб онгида ўрнашиб қолганлигига эътибор бермасдан турли ҳиссиётларни бошдан кечираверади. Мана шуларнинг барчаси ижтимоий установкалар бўлиб, уларнинг мазмун моҳияти аслида ҳар бир инсон ижтимоий тажрибаси давомида шаклланиб, узоқ муддатли хотирада сақланиб, конкрет вазиятларда рўёбга чиқади.

Америкалик олим Г.Оллпорт ижтимоий установканинг уч компонентли тизимини ишлаб чиққан:

1. *Когнитив компонент* – установка объектига алоқадор билимлар, ғоялар, тушунча ва тасаввурлар мажмуи;

2. *Аффектив компонент* – установка объектига нисбатан субъект ҳис қиладиган реал ҳиссиётлар (симпатия, антипатия, лоқайдлик каби эмоционал муносабатлар);

3. *Ҳаракат компоненти* – субъектнинг объектга нисбатан реал шароитларда амалга ошириши мумкин бўлган ҳаракатлари мажмуи.

Бу уч хил компонентлар ўзаро бир-бири билан боғлиқ бўлиб, вазиятга қараб у ёки бу компонентнинг роли устуворроқ бўлиб, компонентлараро монандлик бўлмаслиги ҳам мумкин. Масалан, айрим талабалар талабалик бурчи ва тартиб-интизом билан жуда яхши таниш бўлсалар ҳам, ҳар доим ҳам унга риоя қилавермайдилар, яъни уларда «тасодифан дарс қолдириш», «жамоатчилик жойларида тартибни бузиш» каби ҳолатлар когнитив ва ҳаракат



компонентларида уйғунлик йўқлигини кўрсатади. Бу бир қарашда сўз ва иш бирлиги тамойилининг турли шахсларда турлича намоён бўлишини эслатади. Агар одам бир неча марта била туриб, ижтимоий хулққа зид ҳаракат қилса ва бу нарса бир неча марта такрорланса, у бу ҳолатга ўрганиб қолади ва у установкага айланиб қолиши мумкин. Шунинг учун ҳам ижтимоий нормалар ва санкциялар воситасида бундай қарама-қаршилик ва тафовут бўлмаслигига ёшларни ўргатиб бориш лозим. Чунки бу шахснинг истиқболи ва фаолиятининг самарадорлигига бевосита таъсир кўрсатади.

### **Т.Элерснинг муваффақиятга интилиш мотивацияси тести**

**Йўриқнома:** Сизга 41 та савол тақдим этилган, буларнинг ҳар қайсисига **ҳа** ёки **йўқ** деб жавоб беринг.

1. Иккита вариантдан биттасини танлаш керак бўлганда, номаълум вақтга қолдирмасдан, тезда биттасини танлаган маъқул.
2. Берилган топшириқни 100% бажара олмаслигимни билгач, тезда асабийлаша бошлайман.
3. Менга иш жараёнида ҳаммасини таваккал қилаётганимдек бўлиб кўринади.
4. Агар муаммоли вазият пайдо бўлса, мен кўп ҳолларда охиргилардан бўлиб бирор қарорга келаман.
5. Икки кун кетма-кет иш бўлмай қолса мен нима қилишни билмай қоламан.
6. Баъзи кунларда менинг муваффақиятларим ўртача кўрсаткичдан паст бўлади.
7. Бошқаларга нисбатан кўпроқ ўзимга талабчанман.
8. Мен бошқаларга қараганда кўпроқ ҳайрихоҳман.
9. Қийин вазифадан воз кечганимдан кейин ўзимни қаттиқ койий бошлайман, чунки бу ишда мен муваффақиятга эришишим мумкинлигини билардим.
10. Иш жараёнида қисқа-қисқа дам олишга эҳтиёж сезаман.
11. Тиришқоқлик бу менинг асосий фазилатим эмас.
12. Ишдаги муваффақиятим ҳар доим ҳам бир хилда эмас.

13. Ҳозир шуғулланаётган ишимга нисбатан мени кўпроқ бошқа ишлар жалб қилади.
14. Менга мақтовга нисбатан танбеҳ кучли таъсир қилади.
15. Мени ўртоқларим уддабурон деб ҳисоблашларини биламан.
16. Ҳар қандай тўсиқлар қароримни янада қатъийлаштиради.
17. Менда шуҳратпарастликка мойиллик тез пайдо бўлади.
18. Қизиқиб ишламасам бу яққол кўриниб туради.
19. Иш жараёнида бошқалар ёрдамига эҳтиёж сезмайман.
20. Баъзан ҳозир қилишим керак бўлган ишни пайсалга соламан.
21. Фақат ўзига ишониш керак.
22. Ҳаётда пулдан ҳам муҳимроқ нарсалар кам.
23. Муҳим вазифани бажариш лозим бўлганда, бошқа нарсаларни ўйламайман.
24. Кўпчиликка нисбатан менда шуҳратпарастликка мойиллик кам.
25. Таътил охирида одатда мен ишга чиқишимни билиб суюнаман.
26. Ишга ихлос билан киришсам, уни бошқаларга нисбатан юқори маҳорат билан яхшироқ бажараман.
27. Мен астойдил жон куйдириб ишлайдиган одамлар билан тез ва осон тил топишаман.
28. Қиладиган ишим бўлмаса, ўзимни қўярга жой топа олмайман.
29. Мен бошқа одамларга нисбатан кўпроқ масъулиятли ишларни бажаришимга тўғри келади.
30. Қарор чиқариш масъулияти менга юклатилса, уни яхшироқ бажаришга интиламан.
31. Дўстларим мени баъзан дангаса деб ҳисоблашади.
32. Менинг муваффақиятларим маълум даражада ҳамкасбларимга боғлиқ.
33. Раҳбарнинг раъйини қайтаришдан фойда йўқ.
34. Баъзан қандай иш бажариш кераклигини билмайсан.
35. Агар ишим юришмаса, бетоқат бўлиб кетаман.

36. Мен одатда эришган ютуқларимга кам эътибор бераман.
37. Бошқалар билан ишлаётганимда, бошқаларнинг ишига қараганда, менинг ишим унумли бўлади.
38. Бошлаган кўп ишларни охирига етказа олмайман.
39. Иш билан банд бўлмаган одамларга ҳавасим келади.
40. Мен ҳокимиятга интилган, амалпарастларга ҳавас қилмайман.
41. Агар тўғри йўлда эканлигимга ишонч ҳосил қилсам, ўзимнинг ҳақ эканлигимни исботлаш учун ҳеч нарсадан қайтмайман.

### К а л и т:

Сиз қуйидаги саволларга «ҳа» деб жавоб берган бўлсангиз, 1 баллдан оласиз: 2, 3, 4, 5, 7, 8, 9, 10, 14, 15, 16, 17, 21, 22, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 32, 37, 41. Яна 1 баллдан қуйидаги саволларга «Йўқ» деб жавоб берган бўлсангиз оласиз: 6, 13, 18, 20, 24, 31. 36, 38, 39. Тўплаган балларни ҳисоблаб чиқинг.

### Натижа:

- 1 баллдан 10 баллгача** – муваффақиятга жуда паст мотивация;
- 11 баллдан 16 баллгача** – ўрта даражадаги мотивация;
- 17 баллдан 20 баллгача** – анчагина юқори мотивация;
- 21 баллдан юқори** – муваффақиятга нисбатан жуда юқори мотивация.

### Т.Элерснинг муваффақиятсизликдан қочиш мотивацияси тести

**Йўриқнома:** Сизга 30 қаторли сўзлар рўйхати тақдим этиляпти. Ҳар бир қаторда 3тадан сўз бор, улардан биттасини танланг ва белгиланг. Сиз белгилаган сўз имкон қадар характер хусусиятларингизга мос келсин.

№	1	2	3
1.	Дадил	Ҳушёр	Уддабурон
2.	Камсуқум	Тортинчок	Қайсар
3.	Эҳтиёткор	Қатъиятли	Ноумид (пессимист)
4.	Ўзгарувчан	Бефаҳм	Зийрак
5.	Ношуд	Кўрқоқ	Мулоҳазасиз, лоқайд
6.	Эпчил	Жасур, кўркмас	Тадбиркор

7.	Совуққон	Иккиланувчан	Мард
8.	Интилувчан	Енгилтак	Қўрқоқ
9.	Ўйлаб иш қилмайдиган	Ишвагар (серноз)	Олдиндан кўра олмайдиган
10.	Оптимист	Виждонли	Меҳрибон
11.	Меланхолик (маъюс)	Шубҳали	Беқарор(бетайин)
12.	Қўрқоқ	Пала-партиш (бепарво)	Ташвишли
13.	Ниятли, мўлжалли	Писмиқ, индамас	Ҳадиксирайдиган
14.	Эътиборли	Бефаросат	Дадил
15.	Фаҳм-фаросатли	Шижоатли	Мардона
16.	Ташаббускор	Эҳтиёткор	Тадбиркор
17.	Тез хаяжонланадиган	Паришонхотир	Уятчан
18.	Камтар, камсуқум	Эҳтиётсиз	Беэътибор
19.	Ҳадиксирайдиган	Қатъиятсиз	Асабий
20.	Ижрочи	Садоқатли	Шубҳали
21.	Тадбиркор	Жўшқин	Ноумид
22.	Жиловланган	Лоқайд	Бепарво
23.	Эҳтиёткор	Беғам	Чидамли
24.	Оқил	Меҳрибон, ғамхўр	Жасоратли
25.	Башоратчи	Чўчитиб бўлмайдиган	Виждонли
26.	Шошқалоқ	Ҳадиксировчи	Беғам
27.	Паришонхотир	Мулоҳазали	Умидли
28.	Кузатувчан	Мулоҳазали	Уддабурон
29.	Писмиқ, индамас	Бетартиб	Қўрқоқ
30.	Умидлилиқ	Ҳушёр, сезгир	Бефаҳм

### Калит:

Сиз куйидаги ҳолатларда 1балл оласиз, калитда келтирилган сонларнинг чизикча олдидагиси – қатор сонини, орқадагиси – устунлар сонини билдиради, масалан, 1/2 бўлса, демак, 1 чи қатордан 2 чи устундаги сўзни танлаган бўлсангиз, 1 балл оласиз, акс ҳолда балл олмайсиз.

### Ҳисоблаш калити:

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; 20/1; 29/2; 39/3.

### Натижани таҳлил қилиш:

Баллар сони қанча кўп бўлса, ҳимоя, муваффақиятсизликдан қочиш мотивацияси даражаси ҳам шунчалик юқори бўлади.

**2 дан 10 баллгача** - ҳимояга нисбатан қуйи мотивация.

**11 дан 16 баллгача** - мотивациянинг ўртача даражаси.

**17 дан 20 баллгача** – мотивациянинг юқори даражаси.

**20 баллдан юқори** – ўта юқори даража.

### **Вазиятли масалалар:**

**1-масала.** Дарс жараёнида талабалар М. ва К. мавзу бўйича жавоб бериб ўртача баҳо олишди. Кейинги машғулотга талаба М. ўтган машғулотга нисбатан яхшироқ тайёргарлик кўриб, аъло баҳога жавоб берди. Талаба К. эса дарсга умуман тайёрланмасдан келиб, фаолсизликни намоён қилиб, янада паст баҳо олди. Бу икки талабада мотивациянинг қайси тури мавжуд?

**2-масала.** Инсоннинг объектив абсолют бир хил хатти-ҳаракати орқасида турли хил сабаблар туриши мумкин, яъни бу хатти-ҳаракатларни юзага келтирувчи манбалар, унинг мотивацияси ҳар хил бўлиши мумкин. Талабаларнинг баъзи фанларни ўқишга лаёқат ва хоҳиши йўқлигига нима сабаб бўлиши мумкин?

### **Назорат учун савол ва топшириқлар:**

1. Онг ижтимоий тараққиёт маҳсули деганда нимани тушунасиз?
2. Онгнинг психологик тавсифини беринг.
3. Онг фаолиятининг патологиясини тушунтиринг.
4. Онейроид ва аментив ҳолат нима?
5. Эс-хуши кирди-чиқди бўлиб турадиган ҳолат қандай изоҳланади?
6. Сомнамбулизм ва амбулатор автоматизм ҳолати деганда нимани тушунасиз?
7. Деперсонализация ва коматоз қандай ҳолат?

8. Фаоллик ва унинг турлари.
9. Ақлий фаолият кўринишлари қандай?
10. Интериоризация ва экстериоризация қандай жараён?
11. Малака ва кўникмалар қандай ҳосил бўлади?
12. Фаолият классификациясини айтинг.
13. Мотив ва мотивация тушунчалари қандай маънога эга?
14. Шахс эҳтиёжлари нима?
15. Шахсий диспозициялар нима?
16. Мотив ва мотивацияларнинг қандай турлари мавжуд?
17. Ижтимоий установка қандай аҳамиятга эга?

## III БОБ. ШАХС ПСИХОЛОГИЯСИ

### 3.1. Шахс ҳақида умумий тушунча

Шахс тушунчаси психологияда энг кўп қўлланиладиган тушунчалардан бири бўлиб, уни ўрганиш психологиянинг асосий феномени саналади.

Одамга таъсир қилувчи барча ташқи қўзғатувчилар ижтимоий шарт-шароитларга, фаолиятнинг ички тузилиши йиғиндиси билан бойитилиши эвазига *шахс* деган тушунча ҳосил бўлади.

Шахснинг энг муҳим хусусиятли жиҳатларидан бири – бу унинг индивидуаллигидир. Индивидуаллик инсоннинг шахсий психологик хусусиятларининг бетакрор бирикмаси бўлиб, унинг таркибига характер, темперамент, психик жараёнлар, ҳолатлар, ҳодисалар, ҳукмрон хусусиятлар йиғиндиси, ирода, фаолияти, мотивлари, инсон дунёқараши, иқтидори, ҳар хил шаклдаги реакциялар, қобилиятлари ва бошқалар киради. Шахснинг психик ҳодисаларининг бирикмасини айнан ўхшаш тарзда акс эттирувчи инсон мавжуд эмас. Шахс ўзининг кадр-қиммати ва нуқсонлари билан ижтимоий турмушда фаол иштирок этиши билан, таълим ва тарбия ёрдамида юзага келган ўзининг кучли ва кучсиз жиҳатлари билан бетакрор олий зотдир.

Ҳозирги замон жаҳон психологиясида биологик (табiiй) ва ижтимоий (социал) омил (фактор)нинг, воқеликнинг таъсири остида шаклланган инсон шахсида иккита муҳим қисм бўлганлигини тасдиқловчи назария, яъни «ички психик» (юнон. «эндо» - *ички*) ва «ташқи психик» (юнон. «экзо» - *ташқи*) қисмларга ажратилади, деган ғоя илгари сурилади. «Эндопсихика»да шахснинг психик тузилишининг ички қисмлари сифатида психик элементлар ва функцияларнинг ўзаро боғлиқлиги акс эттирилса, «экзопсихика»да эса шахснинг ташқи муҳитга нисбатан муносабати, шахсга қарама-қарши бўлган барча жиҳатлари, шахсларо ва объектив муносабати ифодаланади. «Эндопсихика» шахснинг таъсирланиши, хотира, тафаккур, хаёл каби билиш

жараёнларининг хусусиятларини, иродавий зўр бериш хислатларини, ихтиёрсиз ҳаракатларини ва шу каби фазилатларини акс эттирса, «экзопсихика» эса ўз таркибида шахс муносабатларининг тизимини ва унинг қизиқишлари, майллари, идеаллари, маслағи, устунлик қилувчи, ҳукмрон ҳиссиётларини, эгаллаган билимларини, тажрибаларини ва шу сингариларни қамраб олади. «Эндопсихика» биологик шарт-шароитларга боғлиқ бўлса, «экзопсихика» аксинча, ижтимоий воқеликлар таъсири остида юзага келади, таркиб топади ва такомиллашиб боради.

**Шахс шаклланиши ва ривожланишига таъсир этувчи омиллар.** Одам туғилган онидан бошлаб шахслар қуршовида бўлади ва унинг бутун рухий потенциали ана шу ижтимоий муҳитда намоён бўлади. Чунки агар инсоннинг онтогенетик тараққиёти тарихига эътибор берадиган бўлсак, ҳали гапирмай туриб, одам боласи ўзига ўхшаш мавжудотлар даврасига тушади ва кейингина ижтимоий мулоқотнинг барча кўринишларининг фаол объекти ва субъектига айланади. Одам боласининг жамиятга қўшилиб яшашининг психологик механизмлари фаннинг муҳим вазифаларидан бири бўлиб, бу жараён психологияда *ижтимоийлашув* ёки *социализация* деб юритилади.

Ижтимоийлашув ёки социализация – инсон томонидан ижтимоий тажрибани эгаллаш, ҳаёт – фаолият жараёнида уни фаол тарзда ўзлаштириш жараёни бўлиб, бунда ҳар бир шахснинг жамиятга қўшилиши, унинг нормалари, талаблари, кутишлари ва таъсирини қабул қилган ҳолда, ҳар бир ҳаракати ва муомаласида уни кўрсатиши ва керак бўлса, шу ижтимоий тажрибаси билан ўз навбатида ўзгаларга таъсирини ўтказа олиши жараёни тушунилади.

Ижтимоийлашув энг аввало одамлар ўртасидаги мулоқот ва ҳамкорликда турли фаолиятни амалга ошириш жараёнидир. Ташқаридан шахсга кўрсатилаётган таъсир оддий, механик тарзда ўзлаштирилмасдан, балки у ҳар бир шахснинг ички руҳияти, дунёни акс эттириш хусусиятлари нуқтаи назаридан турлича субъектив тарзда идрок этилади. Шунинг учун ҳам бир хил



ижтимоий муҳит ва таъсирлар одамлар томонидан турлича ҳаракатларни келтириб чиқаришга сабаб бўлади. Масалан, 10-15 та олий мактаб талабаларини олайлик. Уларнинг билимни, илмни идрок қилишлари, улардан ота-оналарининг умидлари, ўқитувчиларнинг бераётган дарслари ва унда етказилаётган маълумотлар, манбалар ва бошқа қатор омиллар бир хилдай. Лекин барибир ана шу 15 талабанинг ҳар бири шу таъсирларни ўзича, ўзига хос тарзда қабул қилади ва бу уларнинг ишдаги ютуқлари, ўқув кўрсаткичлари ва иқтидорида акс этади. Юқорида таъкидлаган ижтимоийлашув ва индивидуализация жараёнлари ўзаро боғлиқ ва ўзаро қарама-қарши жараёнлар эканлигидан дарак беради.

Ижтимоийлашув жараёнлари рўй берадиган шарт-шароитлар *ижтимоий институтлар* деб аталади. Бундай институтларга оиладан бошлаб, маҳалла, расмий давлат муассасалари, яъни боғча, мактаб, махсус таълим ўчоқлари, олийгоҳлар, меҳнат жамоалари ҳамда норасмий уюшмалар, нодавлат ташкилотлар киради.

Бу институтлар орасида бизнинг шароитимизда оила ва маҳалланинг аҳамияти каттадир. Чунончи, инсондаги дастлабки ижтимоий тажриба ва ижтимоий хулқ элементлари айнан оилада, оилавий муносабатлар тизимида шаклланади. Шунинг учун ҳам халқимизнинг «қуш уясида кўрганини қилади» деган мақоли шахс сифатларининг дастлабки қолиплари оилада олиниши ва бу қолип жамиятдаги бошқа гуруҳлар таъсирида сайқал топиши, такомиллашиб боришини назарда тутди. Ўзбекчилик шароитида оила билан бир қаторда маҳалла ҳам муҳим тарбияловчи-ижтимоийлаштирувчи роль ўйнайди. Шунинг учун бўлса керак, баъзан одамнинг қайси маҳалладан эканлигини суриштириб, кейин хулоса чиқаришади, яъни маҳалла билан маҳалланинг ҳам фарқи бўлиб, бу фарқ одамлар психологиясида ўз ифодасини топади.

Ижтимоийлашувнинг яна бир муҳим ўчоқларига мактаб ва бошқа таълим масканлари кириб, айнан шу ерда ижтимоийлашув ва тарбия жараёнлари махсус

тарзда уйғунлаштирилади. Бизнинг ижтимоий тасаввурларимиз шундайки, мактабни биз таълим оладиган, билимлар тизimini ўзлаштирадиган маскан сифатида қабул қиламиз, лекин аслида бу ер ижтимоийлашув тарбиявий воситаларда юз берадиган маскандир. Бунда ҳар бир синфда шаклланган муҳит ҳам муҳим роль ўйнайди. Баъзи синфларда ўзаро ҳамкорлик, ўртоқчилик муносабатлари яхши йўлга қўйилган, гуруҳда ижодий мунозаралар ҳамда баҳслар учун қулай шароит бўлиб, бу муҳит табиий ўз аъзолари ижтимоий хулқини фақат ижобий томонга йўналтириб туради.

Яна бир муҳим ижтимоийлашув муҳити – бу меҳнат жамоалари бўлиб, бу муҳитнинг аҳамияти ва ўзига хослиги шундаки, бу ерга шахс одатда анча ақли пишиб қолган, маълум тажрибага эга бўлган, ҳаёт ҳақидаги тасаввурлари шаклланган пайтда келади. Қолаверса, эгалланган мутахассислик, орттирилган меҳнат малакалари ва билимлар ҳам жуда катта аҳамиятга эга бўлиб, шу муҳитдаги ижтимоий нормалар характериға таъсир қилади. Лекин барибир шахснинг кимлар билан, қандай ўзаро муносабатлар муҳити таъсирида эканлиги унинг етуклик давридаги ижтимоийлашувининг муҳим мезонлари ҳисобланади. Шу боис, ишға киришдаги асосий мотивлардан бири – ўша жамоанинг қандай эканлиги, бу ердаги ўзаро муносабатлар, раҳбарнинг кимлиги ва унинг жамоага муносабати бўлиб, кўпинча ойлик-маош масаласи ана шулардан кейин ўрганилади. Шунинг учун меҳнат жамоаларида яхши, соғлом маънавий муҳит, адолат ва самимиятга асосланган муносабатлар ҳар бир инсон тақдирида катта роль ўйнайди.

Катта ёшдаги ижтимоийлашувнинг ўзига хослиги шундаки, унда индивидуализация жараёни аниқроқ, сезиларлироқ кечади. Чунки катта одам нафақат ташқи таъсирларни ўзлаштиради, балки ўзидаги иқтидор, малакалар билан бошқаларға ҳам тарбиявий таъсир, шахсий намуна кўрсатиш имкониятига эга бўлади.

Ижтимоийлашувнинг оқибати (маҳсули) масаласи ҳам психологияда

муҳим амалий аҳамиятга эга. Шахс ижтимоийлашувининг энг асосий маҳсули – бу унинг ҳаётда ўз ўрнини топиб, жамиятга манфаат келтирувчи фаолиятларда иштирок этишидир. Шу нуқтаи назардан олиб қаралганда, шахснинг йўналганлиги масаласига ҳам психология фанида катта эътибор берилади. Ижтимоийлашув жараёнида шахс фаолиятини йўналтириб турадиган ҳамда реал вазиятларга нисбатан турғун ва барқарор мотивлар мажмуига эга бўлишлик шахснинг *йўналганлиги* деб аталади.

Йўналганликнинг энг муҳим таркибий қисмларига эса қуйидагилар киради:

***Масъулият.*** Масъулият – ижтимоийлашув жараёнида шахснинг етуқлигини белгиловчи муҳим кўрсаткичлардан саналади. Охирги йилларда психологияда назорат локуси назарияси (теория локуса контроля) кенг тарқалган бўлиб, унга кўра, ҳар бир инсонда икки типли масъулият кузатилади. Биринчи типли масъулиятда шахс ўзининг ҳаётида рўй бераётган барча ҳодисаларнинг сабабчиси, масъули сифатида фақат ўзини тан олади. Масъулиятлиликнинг иккинчи тури барча рўй берган ва берадиган воқеа, ҳодисаларнинг сабабчиси ташқи омиллар, бошқа одамлар (ота-она, ўқитувчилар, ҳамкасблар, бошлиқлар, танишлар ва б.)га юкланиши тушунилади.

***Мақсадлар ва идеаллар.*** Ижтимоийлашувнинг масъулият ҳиссига боғлиқ йўналишларидан яна бири шахсда шаклланадиган мақсадлар ва идеаллар бўлиб, улар шахсни келажакни башорат қилиш, эртанги кунини тасаввур қилиш ва узоқ ва яқинга мўлжалланган режаларни амалга оширишга тайёрлигини таъминлайди. Мақсадсиз ва режасиз инсон – маънавиятсиз пессимистдир. *Мақсадлар* доимо ўзининг анланганлиги ва шахс реал имкониятларига боғлиқлиги билан характерланиб, уларнинг шаклланиши ва онгда ўрнашишида маълум маънода идеаллар ҳам муҳим роль ўйнайди. *Идеаллар* – шахснинг ҳозирги реал имкониятлари чегарасидан ташқаридаги орзу-умидлари, улар

онгда мавжуд бўлсада, лекин улар ҳар доим ҳам амалга ошмайди. Чунки уларнинг пайдо бўлишига сабаб бевосита ташқи муҳит бўлиб, ўша идеаллар объекти билан шахс имкониятлари ўртасида тафовут бўлиши мумкин. Масалан, ўсмирнинг идеали отаси, у отасидай машҳур ва эл суйган шифокор бўлмоқчи. Бу орзуга яқин келажакда эришиб бўлмайди, лекин айнан ана шундай идеаллар одамга мақсадлар қўйиб, унга эришиш йўлидаги қийинчиликларни енгишга, иродани сафарбар қилишга ёрдам бериши табиий.

***Қизиқишлар ва дунёқараши.*** *Қизиқишлар* ҳам анланган мотивлардан саналиб, улар шахсни атрофида рўй бераётган барча ҳодисалар, одамларнинг ўзаро муносабатлари, янгиликлар борасида фактлар тўплаш, уларни ўрганишга имкон берувчи омилдир. Қизиқишлар мазмунан кенг ёки тор, мақсад жиҳатидан профессионал, бевосита ёки билвосита бўлиши, вақт томондан барқарор, доимий ёки вақтинчалик бўлиши кузатилади. Қизиқишларнинг энг муҳим томони шундаки, улар шахс дунёқараши ва эътиқодини шакллантиришга асос бўлиб хизмат қилади. Чунки *эътиқод* шахснинг шундай онгли йўналишики, унга ўз қарашлари, принциплари ва дунёқарашига мос тарзда яшашга имкон бериб, эътиқод ва қизиқишлар дунёқарашни шакллантиради. *Дунёқараши* – тартибга солинган, яхлит онгли тизимга айлантирилган билим, тасаввурлар ва ғоялар мажмуи бўлиб, у шахсни маълум бир қолипда, ўз шахсий қиёфасига эга тарзда жамиятда муносиб ўрин эгаллашга чорлайди. Мустақиллик даврида шаклланаётган янгича дунёқараш ёшларда Ватанга садоқатни, миллий қадриятлар, анъаналарни эъзозлашни, ўз яқинларига меҳрибон ва танлаган йўлига – касби, маслаги ҳамда эътиқодига содиқликни назарда тутади. Янгича фикрлаш, яъни тафаккур айнан мустақиллик мафкураси руҳида тарбия топиб, сайқал топган миллий онг, дунёқараш ва эътиқод ҳамдир.

### Дифференциал - диагностик сўровнома

1	Ҳайвонларни парвариш қилиш	ёки 1б	машина ва ускуналарга қараш
2а	Касал одамларга ёрдам бериш, уларга қараш	ёки 2б	жадвал, схема ва ЭҲМ учун дастурлар тузиш
3а	Китоблар, расм ва плакатлар сифатини назорат қилиш	ёки 3б	ўсимликлар ҳолати ва ривожини кузатиш, парвариш қилиш
4а	Материалларни қайта ишлаш (ёғоч, мато, металл, пластмасса)	ёки 4б	товарларни харидорга етказиш (реклама, сотиш)
5а	Илмий-оммабоп китобларни муҳокама қилиш	ёки 5б	бадий асар (пьеса, концертлар)ни муҳокама қилиш
6а	Ҳайвон болаларини парвариш қилиш	ёки 6б	малакаларни орттириш борасида ўртоқлар, кичик ёшлиларни машқ қилдириш
7а	Расм ва тасвирлардан нусха кўчириш (ёки мусиқа асбобини тузатиш)	ёки 7б	юк кўтарувчи воситани (кран, трактор, тепловоз) бошқариш
8а	Одамларга зарур маълумот етказиш (маълумотлар бюроси, экскурсияда)	ёки 8б	кўргазма, витриналарни жиҳозлаш, пьеса ёки концертлар тайёрлаш
9а	Нарсалар, маҳсулотлар, (кийим, техника) уйларни таъмирлаш	ёки 9б	матн, жадвал, расмдаги хатоларни тўғрилаш
10а	Ҳайвонларни даволаш	ёки 10б	ҳисоб-китоблар қилиш
11а	Экинларнинг янги навини яратиш	ёки 11б	янги саноат маҳсулотларини лойиҳалаш, конструкция қилиш
12а	Одамлар ўртасидаги баҳс, тортишувларда қатнашиш, уларни ишонтириш, тушунтириш	ёки 12б	чизмалар, схема ва жадвалларни таҳлил қилиш (текшириш, аниқлаш, тўғрилаш)
13а	Бадий ҳаваскорлик тўғараги ишида қатнашиш	ёки 13б	микроблар ҳаётини кузатиш ва ўрганиш
14а	Тиббиёт асбоб-ускуналарига хизмат кўрсатиш	ёки 14б	одамларга тиббий ёрдам кўрсатиш
15а	Кузатган ҳодиса, воқеалар тўғрисида тафсилот ёзиш	ёки 15б	воқеаларни бадий бўёқларда акс эттириш
16а	Касалхонада лаборатория	ёки	касалларни қабул қилиш, улар

	анализини ўтказиш	16б	билан суҳбатлашиш, ташҳис қўйиш
17а	Буюмлар ёки деворларни бўяш, расмлар солиш	ёки 17б	биноларни монтаж қилиш, машина ҳамда ускуналарни йиғиш
18а	Тенгқурлар ёки кичик болалар билан походлар уюштириш	ёки 18б	сахнада ўйнаш, концертларда иштирок этиш
19а	Чизмага қараб машина, кийимларни тайёрлаш, уй қуриш	ёки 19б	чизмачилик, чизмалар, хариталардан нусха қўчириш
20а	Ўсимликлар, боғ ва ўрмон ҳашоратларига қарши курашиш	ёки 20б	клавишли машиналарда ишлаш (ёзув машинкаси, телетайп, терув машинаси)

Ушбу сўровномага жавоб варақаси ҳам илова қилинади.

#### ДДСнинг жавоб варақаси

Табиат	Техника	Инсон	Илм	Бадий сиймо
1а	1б	2а	2б	3а
3б	4а	4б	5а	5б
6а		6б		7а
	7б	8а		8б
	9а		9б	
10а			10б	
11а	11б	12а	12б	13а
13б	14а	14б	15а	15б
16а		16б		17а
	17б	18а		18б
	19а		19б	
20а			20б	

Юқорида тавсия этилган сўровнома аслида шахснинг у ёки бу машғулотлар турига қизиқишини аниқлаш орқали унда ривожлантирилиши лозим бўлган малака ва кўникмаларни аниқлаб олишга ёрдам беради.

### 3.2. Темперамент

Шахснинг индивидуал хусусиятлари унинг туғма, биологик хусусиятларига боғлиқ. Чунки аслида бир томондан шахс ижтимоий мавжудот бўлса, иккинчи томондан биологик – яхлитлик, туғма сифатларни ўз ичига олган индивид ҳамдир.

Темперамент ва лаёкатлар индивиднинг динамик – ўзгарувчан психик фаолияти жараёнини таъминловчи сифатларини ўз ичига олиб, улар шахсда онтогенетик тараққиёт жараёнида шаклланидиган бошқа хусусиятларга асос бўлади. Темперамент хусусиятлари одам бир фаолият туридан иккинчисига, бир эмоционал ҳолатдан ёки бир малакалардан бошқасига алмаштирган пайтларда реакцияларнинг эгилувчан ва динамиклигини таъминлайди ва шу нуқтаи назардан қараганда *темперамент* (лот. «*temperamentum*» - *аралашма*) – *шахс фаолияти ва хулқининг динамик (ўзгарувчан) ва эмоционал-ҳиссий томонларини характерловчи, биологик шартлашган индивидуал хусусиятлар мажмуидир.*

Темперамент хусусиятлари шахснинг ички тузилмаси билан бевосита боғлиқ бўлади, яъни уларнинг намоён бўлиши унинг конкрет вазиятларга муносабатини, экстремал вазиятларда ўзини қандай тутишини белгилаб беради. Масалан, инсон турли вазиятларда ўзини турлича тутди: олий ўқув юртида талабалар сафига қабул қилинганлиги тўғрисидаги ахборотни эшитган боланинг ўзини тутиши, ёки ҳаётнинг оғир синовлари (яқин кишининг ўлими, ишдан ҳайдалиш, дўстнинг хоинлиги каби) пайтида одам беихтиёр намоён қиладиган реакциялари унинг темпераментидан келиб чиқади. Шунинг учун бир хил вазиятни турли шахслар, бири оғир-босиқлик билан, бошқаси эса ўзини йўқотгудек даражада ҳис-ҳаяжон билан бошидан кечиради. Шунинг учун ҳам темперамент шахс шаклланиши ва ижтимоий муҳитда ўзига хос мавқени эгаллашида муҳим аҳамият касб этади.

Темпераментнинг яна бир аҳамиятли жиҳати шундаки, у ҳаётий воқеалар ва вазиятларни, жамиятдаги ижтимоий гуруҳларни «яхши - ёмон», «аҳамиятли - аҳамиятсиз» мезонлари асосида ажратишга имкон бериб, бунда темперамент одамнинг ижтимоий объектларга нисбатан «сезгирлигини» тарбиялайди, профессионал маҳорат ва касб малакасининг ошиб боришига ёрдам беради.

Темперамент хусусиятлари аслида туғма ҳисоблансада, шахсга бевосита алоқадор ва англандиган бўлгани учун ҳам маълум маънода динамик кўринишда бўлади. Шунинг учун ҳам туғилган чоғида сангвиникка ўхшаш ҳаракатлар намоён қилган болани умрининг охиригача фақат шундайлигича қолади, деб бўлмас экан. Шу боис, ҳар бир темперамент хусусиятларини ва унинг шахс тизимига алоқасини билиш ва шунга яраша хулосалар чиқариш керак.

Темпераментнинг физиологик асослари тўғрисида тушунча қадимги юнон олими Гиппократ таълимотига биноан, инсонларнинг темперамент хусусиятлари жиҳатидан ўзаро бир-биридан тафовутланиши уларнинг тана аъзоларидаги суюқликларнинг (хилтларнинг) турлича нисбатда жойлашувига боғлиқ экан. Унинг фикрича, инсон танасида тўрт хил суюқлик (хилт) мавжуд бўлиб, улар ўт ёки сафро (*юнон. «chole» - ўт*), қон (*лот. «sanguis» ёки «sanguinis» - қон*), қора ўт (*юнон. «melas» - қора, «chole» - ўт*), балғам (*юнон. «phlegma» - балғам*) кабилардан иборат бўлиб, унга кўра:

1) ўтнинг хусусияти – қуруқликдир, унинг вазифаси тана аъзоларида қуруқликни сақлаб туриш ёки баданни қуруқ тутишдир;

2) қоннинг хусусияти – иссиқликдир, унинг вазифаси танани иситиб туришдир;

3) қора ўтнинг хусусияти – намликдир, унинг вазифаси бадан намлигини сақлаб туришдир;

4) балғамнинг (шилимшиқ модданинг) хусусияти – совуқликдир, унинг вазифаси баданни совутиб туришдан иборатдир.



Гиппократ таълимотига мувофиқ, ҳар бир инсонда шу тўрт хил суюқлик мавжуд бўлиб, унинг биттаси устуворлик қилиб, мазкур аралашмалардан қайси бири салмоқлироқ бўлса, шунга қараб инсонлар темперамент жиҳатдан фарқланадилар, чунончи, холерикда сариқ ўт, сангвиникда қон, меланхоликда қора ўт, флегматикда балғам (шилимшиқ модда) устун бўлиши таъкидланади.

Гиппократнинг тўрт хил моддалар (суюқликлар) аралашмаси, яъни темперамент тушунчаси ва унинг типологияси (сангвиник, холерик, флегматик, меланхолик) рамзий маънода ҳозирги замон психологиясида ҳам қўлланилиб келинмоқда.

Темпераментнинг илмий психологик асослари ва унинг физиологик механизмлари кейинги ижтимоий тарихий тараққиётнинг босқичларида ишлаб чиқилиб, бу борада изланилишлар давом эттирилмоқда. Темпераментнинг физиологик асосларига ўзининг улкан ҳиссасини қўшган олимлардан бири рус физиологи И.П.Павлов ҳисобланиб, у ҳайвонларнинг олий нерв фаолиятини тадқиқ қилаётганида итларда шартли рефлексларнинг пайдо бўлиши, кечиши, давом этиши хусусиятлари инсонларникидан фарқ қилиши ва бу ҳодиса темпераментда ҳам учраши мумкинлигини кашф этади. И.П.Павлов темперамент ҳам шартли рефлексор фаолиятининг индивидуал хусусиятларини келтириб чиқарувчи омиллар билан боғлиқ бўлиши мумкин, деган хулосани бериб, мазкур таълимот бўйича, шартли рефлекслар пайдо бўлишининг индивидуал хусусиятлари рўёбга чиқишининг сабаблари нерв тизими хусусиятлари моҳиятидандир. Муаллиф нерв тизимининг учта асосий хусусиятига алоҳида аҳамият беради:

- 1) қўзғалиш жараёни ва тормозланиш (тўхталиш) жараёнининг кучи;
- 2) қўзғалиш кучи билан тормозланиш кучи ўртасидаги мувозанатлилик даражаси (нерв тизимининг мувозанатлашгани);
- 3) қўзғалишнинг тормозланиши билан алмашилиши тезлиги (нерв жараёнларининг ҳаракатчанлиги).

Унинг кўрсатишича, ҳар бир ҳайвоннинг темпераменти ҳам мазкур хусусиятларнинг у ёки бунисига алоқадор бўлмай, балки уларнинг мажмуавий тарзига, қонуний бирлашувига боғлиқ бўлади. И.П.Павлов шартли рефлектор фаолиятининг индивидуал хусусиятлари билан темпераментга алоқадор нерв тизими хусусиятларининг ўзаро қўшиливини нерв тизимининг типи деб номлайди ва уни тўртга типга ажратади:

- 1) кучли, мувозанатли, эпчил;
- 2) кучли, мувозанатсиз, эпчил;
- 3) кучли, мувозанатли, суст;
- 4) кучсиз тип.

Йирик рус психологларидан бири Б.М.Теплов (1896-1965) ва унинг шогирдлари И.П.Павловнинг тадқиқотларини давом эттириб, инсон нерв жараёнлари хусусиятларининг ўзига хос томонларини очишга муваффақ бўлиб, улар нерв-физиологик жараёнларнинг нозик қирраларини ўрганишда махсус мосламалар ёрдами билан ўзгаришларни қайд қилиш ҳамда олинган натижаларни (омилларини) математик статистика методлари орқали ҳисоблашни татбиқ этганлар. Б.М.Теплов илмий мактаби намояндалари томонидан олинган маълумотларга қараганда, инсонда ҳосил қилинадиган шартли рефлексларнинг баъзи бир индивидуал хусусиятлари ўзаро уйғунликка эга бўлиб, улар ўзаро боғлиқ индивидуал хусусиятлар тизими нерв тизимининг муайян хусусияти билан тавсифланади. Жумладан, ўзаро боғланган хусусиятлар, биринчидан, шартли қўзғовчи мустаҳкамланиши давом этишидан қатъий назар, шартли рефлекслар сўниши даражасига, иккинчидан, қўзғовчиларнинг кучли ёки кучсизлиги билан шартли реакциянинг ҳажми орасидаги тафовутларга, учинчидан, асосий қўзғовчи сезгирлигига бегона (нотаниш) қўзғовчини ижобий (салбий) таъсир ўтказиш даражасига, тўртинчидан, бошқа кўринишдаги ёки кучланишдаги қўзғалиш жараёнларининг кучига боғлиқ эканлигини маълум қиладилар. Маълумотларнинг таҳлилига

биноан, тормозланишнинг (тўхталишнинг) кучи билан нерв жараёнларининг мувозанатлашувига тааллуқли шартли рефлексор фаолиятининг индивидуал хусусиятлари туркумлари шунга ўхшаш усул ёрдами билан кашф қилинган. Шунингдек, Б.М.Теплов илмий мактабининг намоёндалари томонидан ижобий ва тормозловчи шартли рефлексларнинг ҳосил бўлиш тезлигини тавсифловчи индивидуал хусусиятлар туркуми ҳам изоҳлаб берилган. Ушбу индивидуал хусусиятлар моҳиятида ифодаланувчи нерв тизимининг нотаниш хусусияти *динамиклик* деб тавсифланган. Бундан ташқари, улар шартли рефлексор фаолиятининг бир гуруҳ индивидуал хусусиятлари қўзғалиш жараёнининг тўхталишининг тезлиги маҳсули сифатида тахмин қилинган хусусиятни (янги хислатни) лабиллик (*лот. «labialis» - беқарорлик*) деб атаганлар. Шунинг билан бирга улар нерв тизимининг бошқа хусусиятлари мавжудлиги тўғрисида илмий тахминлар илгари сурганлар, жумладан: сензитивлик, реактивлик ва ҳоказо.

Йигирманчи асрнинг 60-70 йилларида ушбу соҳа бўйича олиб борилган тадқиқотларнинг кўрсатишича, темпераментнинг психологик тавсифи билан И.П.Павловнинг типлари ўртасида алоқа ҳукм суришига ҳеч қандай шак-шубҳа йўқ. Темпераментга тааллуқли нерв тизимининг типлари ҳам инсонга, ҳам ҳайвонларга тегишли бўлиб, улар умумий типлар деб номланади. Бинобарин, темпераментнинг *физиологик асоси* – бу нерв тизимининг умумий типлари бўлсада, бироқ И.П.Павловнинг типлари – бу нерв тизими хусусиятларининг танҳо типик бирикмаси эмас экан, чунки кейинчалик бу борада янги бирикмалар топилди. Лекин ажратилган типларнинг барчаси бир хил аҳамиятга молик эмаслиги туфайли уларнинг энг асосийлари кучли ва кучсиз типлардан ташкил топади.

Шундай қилиб, асаб тизими билан боғлиқ индивидуал сифатларни билиш шарт, чунки улар бевосита меҳнат ва ўқиш жараёнларини ҳар бир инсон томонидан, унинг манфаатларига мос тарзда ташкил этишга хизмат қилиб, асабга боғлиқ бўлган табиий хусусиятларни ҳам умуман ўзгармас деб бўлмас

экан, чунки табиатда ўзгармайдиган нарсанинг ўзи йўк. Масалан, В.С.Мерлин темпераментнинг психологик таснифи ва уларнинг ҳаётий вазиятларда намоён бўлишини бошқариш масаласида кўп ишлар қилиб, унинг фикрича, инсонда мавжуд бўлган фаоллик, босиқлик, эмоционал тетиклик, ҳиссиётларнинг тезда намоён бўлиши ва ўзгарувчанлиги, кайфиятнинг турғунлиги, беҳаловатлилик, ишчанлик, янги ишга киришиб кетиш, малакаларнинг тез ҳосил бўлиши каби қатор сифатлар асосида шахсдаги ўша экстраверсия ва интраверсия хоссалари ётади ва уларни ҳам ўзгартириш ва шу орқали темпераментни бошқариш мумкин.

Шулардан келиб чиққан ҳолда, шахснинг меҳнат қилиш услубини танлаш ва профессионал маҳоратни ўстиришда айна шуларга эътибор берса уларнинг фаолият натижаси самарадор кўрсаткичга эга бўлиши кузатилади. Масалан, баъзилар холерикларга ўхшаш қизиққон, тезкор бўлиб, улар меҳнат жараёнида фаоллик, ишни тез бажаришга лаёқати ижобий бўлса, унинг салбий томони ишни чала ташлаб кетиш хавфи, баъзи томонларига эса юзаки қараши кишини ўйлантиради. Шу нуқтаи назардан олиб қаралганда, ҳаётда соф темперамент ҳам бўлмади ва у ёки бу темперамент типи жуда яхши ҳам эмас, ҳар бир типнинг ўзига хос нозик, кучсиз томонлари ва шу билан бирга кучли, ижобий томонлари ҳам бўлади.

Шуни алоҳида таъкидлаб ўтиш керакки, психик фаолиятнинг динамикаси нафақат темпераментга, балки мотивларга, психик ҳолатларга, ҳис-туйғуларга ҳам бевосита боғлиқдир.

Ҳозирги даврда темперамент типи деганда, маълум инсонлар гуруҳи учун умумий бўлган хусусиятларнинг содда мажмуаси эмас, балки мазкур хусусиятларнинг қонуний, зарурий ўзаро боғлиқлиги тушунилиб, унинг типини тавсифловчи хусусиятларнинг қонуний тарзда ўзаро боғлиқлигини турлича акс эттирган ҳолда, янги омиллар мазкур типларнинг психологик тавсифини қайта таҳлил қилишни тақозо этади.

Темперамент типларининг психологик тавсифи куйидаги муҳим хусусиятлар ёрдами билан аниқланиши мумкин:

**1. Сензитивлик** (лот. «*sensus*» - сезиш, ҳис қилиш) – инсонда биронта психик реакцияни ҳосил қилиш учун зарур бўлган ўта кучсиз ташқи таассурот кучига қараб мулоҳаза юритилади жумладан, сезгиларнинг пайдо бўлиши учун керак қўзғовчининг озгина кучи (уларнинг куйи чегараси), эҳтиёжлар қондирилмаслигининг сезилар-сезилмас даражаси (шахсга руҳий азоб берувчи) мужассамлашиши тушунилади.

**2. Реактивликда** айнан бир хил куч билан таъсир этувчи ташқи ва ички таассуротларга шахс қандай куч билан эмоционал реакция қилишига қараб муносабат билдирилиб, унинг ёрқин рўёбга чиқиши – эмоционаллик, таъсирчанликда ифодаланади.

**3. Фаоллик** – инсон қандайдир фаоллик даражаси билан ташқи оламга таъсир этиши ва мақсадларни амалга оширишида объектив ҳамда субъектив қарама-қаршилиқларни фаоллик билан енгшидир.

**4. Реактивлик билан фаолликнинг ўзаро муносабатида** одамнинг фаолияти кўп жиҳатдан нимага боғлиқлигига биноан, чунончи тасодифий тарздаги ташқи ва ички шароитларда (кайфиятга, фавқулоддаги ҳодисаларга) ёки мақсадларга, эзгу ниятларга, хоҳиш-интилишларга кўра фикр билдириш назарда тутилади.

**5. Реакция темпи** – турли хусусиятли психик реакциялар ва жараёнларнинг кечиши тезлигига, бинобарин, ҳаракат тезлигига, нутқ суръатига, фаросатлилиқка, ақл тезлигига асосланиб хулоса чиқаришдир.

**6. Ҳаракатларнинг силлиқлиги ва унга қарама-қарши сифат - ригидлик** (қотиб қолганлик) – шахснинг ўзгарувчан ташқи таассуротларга қанчалик енгиллик ва чаққонлик билан мувофиқлашишига (силлиқлик билан мослашишга), шунингдек, унинг хатти-ҳаракатлари қанчалик суст ва заифлиги (ригидлиги – қотиб қолганлиги)га нисбатан баҳо беришдан иборатдир.

**7. Экстравертлик ва интровертлик** - шахсининг фаолияти ва реакцияси кўп жиҳатдан нималарга боғлиқлигига, чунончи фавқулоддаги ташқи таассуротларга (экстравертлик) ёки, аксинча, тинчликларга, тасаввурларга, ўтмиш ҳамда келажак билан уйғунлашган мулоҳазаларга (интровертлик) тааллуқлигига асосланган ҳолда муносабат ифодасидир.

**Сангвиник** – жуда фаол, қизиқувчан бўлиб, атрофдаги нарсалар, инсонлар диққатини тез жалб этади. У имо-ишораларни кўп ишлатиб, унинг чеҳрасига қараб кайфиятини англаб олиш қийин эмас. Жуда сезгир бўлишига қарамай, кучсиз таъсир(кўзғатувчилар)ни сеза олмайди, серғайрат, ишчан, толиқмасдир. Фаоллик билан реактивлик муносабати мувозанатли бўлади, имтизомли, ўзини тия билади ва бошқара олади. Унинг хатти-ҳаракати жўшқин, нутқ суръати тез, янгиликни тез пайқайди, ақл идроки теран, топқир, қизиқишлари, кайфияти, интилишлари ўзгарувчандир. Кўникма ва малакаларни тез эгаллайди, кўнгли очик, дилкаш, мулоқотга тез киришади, унинг хаёлотини (фантазияси) юксак даражада ривожланган, ташқи таъсирларга ҳозиржавоб бўлади.

**Холерик** – сусти сезитивлик хусусиятига эга бўлиб, жуда фаол ва реактивдир. Кўпинча реактивлиги фаолликдан устун келиб, у бетоқатлик, серзардалик ва гиперактивликни намоеън қилади. Сангвиникка қараганда кўзғалувчан, лекин кўпроқ ригид, қизиқишлари, интилишлари барқарор, хатти-ҳаракатларда қатъийлик мавжуд бўлсада, бироқ диққатни бир жойга тўплашда қийналади, нутқ суръати тез ва ҳ.к.

**Флегматик** – сезитивлиги сусти, ҳис-туйғуси (эмоцияси) кам ўзгарувчан, шунга кўра бундай шахсни кулдириш, жаҳлини чиқариш, кайфиятини бузиш қийин бўлиб, кўнгилсиз ҳодиса хавф-хатар ҳақидаги хабарга хотиржамлик билан муносабатда бўлади. Вазмин, кам ҳаракат, имо-ишораси, мимикаси кўзга яққол ташланмасада, лекин серғайрат, ишчан, фаол, чидамли, матонатлидир. Унинг нутқ ва ҳаракат суръати сусти, фаросати қийикроқ. Диққатни тўплаши

осойишта, ригид кўринишида бўлиб, диққатни кўчириши қийин кечади. Интравертлашган, кам гап, ичимдан топ тоифасидан бўлиб, янгиликни қабул қилиши мураккаб ва ташқи таассуротларга суэтлиқ билан жавоб берувчандир.

**Меланхолик** – сензитивлиги юксак, тортинчоқ, ғайратсиз, аразчан, хафақон бўлади. У жимгина йиғлайди, кам кулади, қатъийлиги ва мустақиллиги заиф, тез толади, ортиқча ишчан эмас. Диққати барқарор, ҳис-туйғуси суэт ўзгарувчан, ригид ва интравертлашган.

Психологик маълумотларда эътироф этилишича, ирсият ва турмуш шароитлари темперамент типлари ўртасидаги тафовутларнинг сабабчиси экан. Шунинг учун ирсий физиологик хусусиятлари бир хил ва битта тухумдан яралган (гомозигот) эгизакларнинг темперамент хусусиятларини иккита тухумдан вужудга келган (гетерозигот) эгизакларнинг темперамент хусусиятлари билан қиёсланса, бу омил тасдиқланиши мумкин экан. Маълумотларга қараганда, гетерозигот эгизаклардан фарқли ўлароқ, гомозигот эгизаклар темперамент хусусиятлари шунчалик ўхшар эканки, ҳатто улар ирсият йўли билан берилиш омилларини 85% тасдиқлаш имкониятига эга экан. Тарбиявий муҳит турлича бўлишига қарамай, ўхшашлик сақланиб қолиши тажрибаларда кўп марта текширилган бўлсада, лекин темпераментнинг айрим хусусиятлари ўзгариши тўғрисидаги маълумотлар инкор этилмайди, унга фақуллодаги ташқи ҳамда ички шароитлар кескин таъсир ўтказди (масалан, тоғ шароити, хавф-хатар мавжудлиги ва ҳ.к.).

Шуни таъкидлаш ўринлики, олимлар фикрича темпераментни фаолият талабларига мослаштириш (мувофиқлаштириш) имконияти мавжуд экан. Чунки ҳар қандай фаолият психик жараёнлари динамикасига муайян талаблар тизимини қўяди. Хусусан:

➤ касб-ҳунарларнинг инсонлар темпераментига мос турини танлаш керак, чунки уларнинг психик хусусиятларига мутаносиб касбни танлаш профессионал танлаш дейилади;

- шахсларнинг индивидуал хусусиятларини ҳисобга олиш жоиз;
- темпераментга хос камчиликларни (салбий иллатларни) бартараф этиш лозим;
- инсонларда индивидуал услубни шакллантириш зарур. Чунки шахснинг фаолиятига онгли, фаол ва ижодий муносабатда бўлиши муваффақиятлар гаровидир.

### **Темперамент типини аниқлашга имкон берувчи Айзенк тести**

1. Тез-тез янги таассуротларга, ҳаяжонли, кучли ҳиссиётларга интиласизми?
2. Сизни қўллаб-қувватловчи дўстларга тез-тез эҳтиёж сезасизми?
3. Ўзингизни беташвиш одам деб ҳисоблайсизми?
4. Ўз ниятларингиздан воз кечишингиз қийинми?
5. Ишларингизни бажаришдан олдин, шошмасдан, озгина кутиб, ўйлаб оласизми?
6. Ваъдангизни ҳар доим бажарасизми?
7. Кайфиятингиз тез-тез тушиб ёки кўтарилиб турадими?
8. Одатда сиз ўйлаб ўтирмай тез гапирасиз ва тез ҳаракат қиласизми?
9. Ҳеч қандай жиддий сабабсиз ўзингизни бахтсиз ҳис қилганмисиз?
10. Тортишув-бахсда сиз кўп нарсани гаровга қўйишга тайёрмисиз?
11. Қарама-қарши жинсдаги одам билан танишишни хоҳласангиз ҳаяжонланасизми?
12. Жаҳлингиз чиққанда ўзингизни билмай қолиш ҳолатига тушганмисиз?
13. Тез-тез лаҳзалик кайфият таъсирида ҳаракат қиласизми?
14. Тез-тез қилиниши ёки гапирилиши керак бўлмаган нарсани қилиб ёки гапириб қўйганингиз учун ташвишланасизми?
15. Китобларни одамлар билан учрашувдан кўра афзал кўрасизми?
16. Сизни хафа қилиш осонми?



17. Тез-тез давраларда бўлиб туришни яхши кўрасизми?
18. Баъзан сизда бошқалардан беркитишни хоҳлайдиган фикрлар бўладими?
19. Баъзан шижоатли, баъзан эса бўшашиб қолишингиз тўғрими?
20. Сиз озгина, лекин сизга яқин дўстларни маъқул кўрасизми?
21. Тез-тез орзу қиласизми?
22. Сизга бақиришса, сиз ҳам шундай жавоб қайтарасизми?
23. Сизни айбдорлик туйғуси тез-тез безовта қиладими?
24. Ҳамма одатларингиз яхши ва ўзингиз хоҳлагандайми?
25. Даврада ўз туйғуларингизга эрк бериб, тўла яйрай оласизми?
26. Асабларим тез-тез тортилиб туради, деб айта оласизми?
27. Сизни серғайрат ва хушчақчақ одам деб ҳисоблашадими?
28. Қандайдир муҳим ишни бажарганингизда, сиз уни янада яхшироқ бажара олишингиз мумкинлигини ҳис қилганмисиз?
29. Бошқа одамлар даврасида сиз кўпроқ жим турасизми?
30. Сиз баъзан ғийбат қиласизми?
31. Сизда мияннгизга турли хил фикрлар келиши сабабли ухлай олмаслик ҳолати бўладими?
32. Нимадир ҳақида билмоқчи бўлганингизда одамлардан сўрашдан кўра китобдан ўқиб олишни афзал кўрасизми?
33. Ҳаяжонланганингиздан бир жойда ўтира олмаслик ҳолати сизда бўлиб турадими?
34. Сизга доимий диққат-эътиборни талаб қиладиган иш ёқадими?
35. Сизда ҳолсизлик ва бош айланиши ҳолатлари бўладими?
36. Агар текширишдан кўрқмаганингизда транспортда юк ҳақини ҳар доим тўлармидингиз?
37. Сизга бир-бирининг устидан ҳазил-хузул қиладиган даврада бўлиш ёқимсизми?
38. Тез-тез ғашингиз келадими?

39. Тез ҳаракатланишни талаб қиладиган ишни ёқтирасизми?
40. Ҳамма нарса яхши тугаган бўлса ҳам, турли хил кўнгилсизликлар, кўрқинчли фикрлар сизга тинчлик бермаган вақтлар бўладими?
41. Сиз секин ва шошилмасдан юрасизми?
42. Сиз учрашувга ёки ўқишга, ишга кеч қолганмисиз?
43. Тез-тез кўрқинчли тушлар кўрасизми?
44. Сиз суҳбатлашишни шундай яхши кўрасизки, нотаниш одам билан гаплашиш имконини ҳеч қачон кўлдан чиқармайсиз.
45. Сизда кучли бош оғриқлари бўладими?
46. Агар сиз узок вақт одамлар билан мулоқотдан маҳрум бўлсангиз, ўзингизни бахтсиз ҳис қиласизми?
47. Сиз ўзингизни асабий одам деб ҳисоблайсизми?
48. Танишларингиз орасида сизга аниқ ёқмайдиганлари борми?
49. Ўзингизни ўзига ишонган одам дея оласизми?
50. Одамлар ишингиздаги хатоларни ёки сизнинг шахсий камчиликларингизни айтишса, тез хафа бўласизми?
51. Байрам кечасидан ҳақиқий роҳат олиш қийин деб ўйлайсизми?
52. Бошқалардан қайсидир жиҳатингиз ёмон эканлиги ҳақидаги туйғу сизни ташвишга соладими?
53. Зерикарли жамоага жон киритиш сиз учун осонми?
54. Тушунмайдиган нарсаларингиз ҳақида гапира оласизми?
55. Соғлиғингиз ҳақида ташвишланасизми?
56. Бошқаларнинг устидан ҳазил-ҳузул қилишни яхши кўрасизми?
57. Узок вақтгача ухлай олмасликдан қийналасизми?

***Натижаларни ҳисоблаш:***

Жавоблар калит билан мос келса бир балл ҳисобланади. Балларни уч кўрсаткич бўйича (А, Б, В) алоҳида ҳисобланг.

**А кўрсаткичи** (жавобларнинг ҳаққонийлиги)

Агар №6, 24, 36 саволларга «Ҳа» жавоб берган бўлсангиз бир балл қўшасиз.

Агар №12, 18, 30, 42, 48, 54 саволларга «Йўқ» жавоб берган бўлсангиз бир балл қўшасиз.

**Б кўрсаткичи** (мулоқотга киришувчанлик даражаси, атрофдагилар фикрига қараб ҳаракат қилиш, янги шароитларга мослаша олиш маҳорати)

Агар №1, 3, 8, 10, 13, 17, 22, 25, 27, 39, 44, 46, 49, 53, 56 саволларга «Ҳа» жавоб берган бўлсангиз бир балл қўшасиз.

Агар №5, 15, 20, 29, 32, 34, 37, 41, 51 саволларга «Йўқ» жавоб берган бўлсангиз бир балл қўшасиз.

**В кўрсаткичи** (эмоционал сезгирлик, қўзғалувчанлик даражаси)

Агар № 2, 4, 7, 9, 11, 14, 16, 19, 21, 23, 26, 28, 31, 33, 35, 38, 40, 43, 45, 47, 50, 52, 55, 57 саволларга «Ҳа» жавоб берган бўлсангиз бир балл қўшасиз.

***Якуний хулоса ҳар уч кўрсаткич бўйича тузилади.***

1.  $A > 4$ .

Сиз етарлича ҳаққоний жавоб бермагансиз. Сиздан кўпроқ самимий бўлишни сўраймиз. Бу сиз учун фойдали, чунки бу вазиятда сизнинг хусусият ва қизиқишларингизни аниқлаш мумкин бўлади.

2.  $A < 4$ ,  $B > 16$ ,  $V > 16$ .

Сиз қизиққон, таъсирчан, осон қўзғалувчан одамсиз. Ўзингизни тутиб туриш сиз учун қийин, ортиқча шартаки ва тўғрисиўзсиз. Ишга жон дилдан киришасиз, лекин омадсизликда қизиқишингизни тез йўқотасиз. Сизнинг типингиздаги одамлар кучли диққат-эътиборни, максимал куч-қувватни талаб қиладиган, лекин узоқ давом этмайдиган ишни маъқул кўрадилар. Уларни ҳаракатларнинг юқори жадаллиги, турфа хиллик, фикрлаш ва мантиқийликни намоён қилиш зарурияти жалб қилади.

3.  $A < 4$ ,  $B > 16$ ,  $V < 8$ .

Сиз мувозанатли одамсиз, ўзингизни ушлай оласиз. Қийин ҳаётий вазиятларда баъзан ўзингизни йўқотиб қўйишингиз мумкин, лекин ирода кучи билан мувозанатни сақлаб қолишга қодирсиз. Шароит ўзгаришларини осон қабул қиласиз, янгини тез ўзлаштирасиз, одамлар билан мулоқотга киришувчансиз, фаол фаолиятга интиласиз. Топағонлик, мантиқийлик серғайратлилик, чидамлилик ва қатъиятлиликни талаб қилувчи иш ва вазифаларда мустақилликни афзал кўрасиз. Сизнинг типдаги одамлар аниқ режалаштирилган, воқеаларнинг кетма-кетлиги ҳисобга олинганлиги талаб қилинувчи фаолиятни яхши эплайдилар. Кўпинча улар етакчи (лидер), ташкилотчи бўладилар.

4.  $A < 4$ ,  $B > 16$ ,  $8 < V < 16$ .

Сиз етарлича ғайратли ва мулоқотга киришувчансиз, ўз олдингизда аниқ вазифа ва конкрет ишни кўрсангизгина фаолсиз. Шароит ўзгаришини ёмон қабул қилмайсиз, етарлича тез унга мослашасиз, янгини осон ўзлаштирасиз. Сиз шижоатлисиз, чарчамасдан узоқ ишлай олишга қодирсиз, вазминсиз, ўзингизни тута оласиз, янги фаолиятга осон кириша оласиз.

5.  $A < 4$ ,  $B < 8$ ,  $V < 8$ .

Сиз ўз туйғуларингиз ва ҳаракатларингизда анча мувозанатли одамсиз. Қийин ҳаётий вазиятларда босиқ ва равон бўлиб қоласиз. Жуда вазминсиз, ўйлаб, лекин секин ҳаракат қиласиз. Ўзгарувчи шароитларга қийинроқ мослашасиз. Сизга ўйлаб олиш учун вақт керак бўлади, лекин ишни бошлагач уни охиригача етказишга ҳаракат қиласиз. Камгапсиз, шунчаки гапиришни ёқтирмайсиз, одамлар билан мулоқотда бўлиш сиз учун қийин. Вазифаларнинг тез-тез алмашишини ва секин ҳаракатни талаб қилмайдиган ишни маъқул кўрасиз. Мустақил равишда қарорга келишга қийналасиз, шунинг учун одамлар ва ишлаб чиқариш ташкилотини бошқариш жавобгарлигини ўзингизга олмаганингиз маъқул.

6.  $A < 4$ ,  $B < 8$ ,  $B > 16$ .

Сиз таассуротли, уятчан одамсиз, одамлар билан қийин мулоқотга киришасиз. Тез хафа бўласиз, ўзингизга таниш, одатий шароитдагина ўзингизни ишончли ҳис қиласиз. Сизни кам биладиган одамлар, кўпинча сизни тушунмайдилар. Сизга катта асабий тангликни, тез жараёнларни ва тез-тез ўзгарувчан фаолият турларини талаб қилмайдиган шароитларда ишлаш тавсия қилинади.

7.  $A < 4$ ,  $B < 8$ ,  $8 < B < 16$ .

Сиз мулоқотга жуда кам киришувчан, уятчан, туйғуларда етарлича вазмин, кўп ўйлайдиган, фикрлашга мойил одамсиз. Ҳаракатларда асосан ўз шахсий туйғуларингиз, тасаввурларингизга мўлжалланасиз. Бундай одам фақат озгина дўстлари билангина яқин бўлади. Ҳаракатларини олдиндан режалаштиради, кучли таассуротларни ёқтирмайди, тинч ва тартибли ҳаётга интилади. Бу типдаги одамларга ўтириб ишлайдиган, пунктуалликни, диққат-эътиборни талаб қиладиган касблар мақсадга мувофиқ. Улар ёлғиз ишлашни маъкул кўрадилар.

8.  $A < 4$ ,  $8 < B < 16$ ,  $B > 16$ .

Сиз эмоционал нотурғун, таъсирчан одамсиз. Меъёрида мулоқотга киришувчан, лекин одамлар билан муносабатда унча чидамли эмассиз, тез ранжийсиз. Сизнинг ҳаракатларингиз кўпинча кайфиятингизга боғлиқ бўлади: сиз баъзан жуда ғайратлисиз, баъзан хафақон ва камҳаракат бўлиб қоласиз. Қарашлар, фикрлар ва қизиқишларда қатъий эмассиз. Сизда интуиция яхши ривожланган. Сизнинг типингиздаги одамлар қизиқарли, эмоция билан боғлиқ, жисмонийдан кўра ақлий, лекин давомли бўлмаган ишларни маъкул кўрадилар.

9.  $A < 4$ ,  $8 < B < 16$ ,  $B < 8$ .

Сиз босиқсиз, дўстлик ва қизиқишларда турғун одамсиз. Эмоциялар сизга нарсаларни ҳақиқатга яқин кўришга ҳалақит бермайди. Ҳаётга мослашишни биласиз, ўйлайсиз, меъёрида мулоқотга киришувчансиз, лекин ҳаракатларингиз

бошқаларнинг фикрларига боғлиқ эмас, маслаҳатлар билан яхши бўлишасиз, омадсизликдан кўркмайсиз, унинг сабабларини ўрганишга ҳаракат қиласиз. Бу типдаги одамлар турли хил фаолият турида (айниқса, ҳаракатлар аниқ бўлса ва якуний натижа кўрсатилса) муваффақият қозона оладилар.

10.  $A < 4$ ,  $8 < B < 16$ ,  $8 < B < 16$ .

Сиз меъёрида мулоқотга киришувчансиз, босиқсиз, лекин баъзида ҳис-туйғуларингизга эркинлик берасиз. Етарлича очиксиз, хавотирли эмассиз, ёлғизликни яхши кечирасиз, шовқинли давраларни унча ёқтирмайсиз. Сизнинг типингиздаги одамлар меъёрида фаол, хулқ-атворда универсалдирлар. Улар фаолиятнинг турли соҳаларида, лекин ишнинг муҳимлигини англаганда, лавозим кўтарилиши имконияти мавжуд бўлган шароитда яхши ишлайдилар.

### 3.3. Характер

Характер – ижтимоий муҳит таъсирида таркиб топиб, шахснинг атрофдаги воқеликка ва ўз-ўзига бўлган муносабатида ифодаланадиган, муайян шароитда типик хулқ-атвор усуллари билан белгилаб берадиган барқарор индивидуал психик хусусиятлар йиғиндиси. Характер туғма, ўзгармайдиган хусусият эмас. У кишининг ҳаёт шароитларига боғлиқ ҳолда таркиб топиб, ўзгарувчан ва тарбияланувчандир. Махсус шароитда таълим-тарбия таъсирида салбий характер хусусиятларини бартараф қилиш, ижобий характер хусусият (хислат)ларини шакллантириш мумкин.

Психология фанида характерни таҳлил қилишни ўзига хос тизими мавжудки, бу психологик тузилишнинг қонуниятлари, типологияси ва ривожланишини ифода этади. Шу боис, психологияда характерни психологик тадқиқ этиш **характерология**нинг асосий предмети ҳисобланади.

Мазкур тушунчанинг этимологиясига эътибор қаратадиган бўлсак, характерология (*грек.* «*characterology*», «*character*» - *хислат, белги, аломат,*

*нишон, хусусият, «logos» - фан, таълимот)* – характер ва унинг моҳияти, структураси, таркиб топиши ва ривожланиши ҳақидаги таълимотдир.

Характерологияга оид билимларга амалда қадимдан эҳтиёж сезилиб келинган экан. Масалан, қулдор бозордан қул сотиб олиш жараёнида унинг жисмоний хусусиятлари ҳақида турли хатти-ҳаракатларни бажартириш тарзида маълумотга эга бўлганлар, лекин у ўзининг бўлажак қули итоаткор ёки бўйсунмайдиган, соддадил ёки айёр, меҳнаткаш ёки дангаса каби характер хислатлари ҳақида маълумотга эга бўла олмаганлар. Шунинг учун, қулдорлик жамияти шароитларида харидор бўлажак қулининг характерини аниқлашнинг турли тизимига амалий эҳтиёж сезганлигидан далолат беради.

Психология тарихида характерологияга оид дастлабки маълумотлар одамнинг бош суяги ва тана ҳамда юз тузилишига боғлаб аниқлаш орқали таркиб топган (Афлотун, Арасту, Абул-Фараж Бар Эбрей, Иоганн Каспар Лафатер, Франц Галл, Чарльз Дарвин).

Афлотун ва Арасту киши характерини унинг афт-ангорига қараб аниқлаш назарияси асосчилари ҳисобланадилар. Улар киши ташқи кўринишида бирон бир хайвонга ўхшашлик белгиларини топиб, сўнгра унинг характерини ана шу хайвонники билан бир хил, деб тавсифлаганлар. Жумладан, Арастунинг фикрича, буканики сингари йўғон бурун дангасаликни, чўчқаникига ўхшаш тешиклари катта ва кенг бурун ахлоқликни, арслонники каби бурун мағрурликни, қуёнларники сингари тукнинг майинлиги қўрқоқликни, шер ва ёввойи чўчқаники каби тукнинг дағаллиги ботирликни англатади. Шунга ўхшаш назариялар Ўрта аср Сурия ёзувчиси Абул-Фараж Бар Эбрей асарларида ҳам учрайди.

XVIII асрда Иоганн Каспар Лафатернинг физиологик тизими машҳур бўлиб кетди. У инсон бош суягининг конфигурацияси ва имо-ишорасини ўрганиш киши характерини аниқлашнинг асосий йўли, деб ҳисоблайди.

Кейинчалик характерологик таълимот немис шифокори Франц Галлнинг номи билан боғлиқ френология деган ном олди. Франц Галл фикрича, инсон бош суягининг бўртиқ жойларини ушлаб кўриб, унинг руҳий белгиларини аниқлаш мумкин.

Чарльз Дарвиннинг юз ифодасининг тавсифланиши, унинг юмшоқ тўқималари ҳолатига боғланган физиогномик таълимоти характерология соҳасида кўпгина психологларнинг изланишлари учун асос бўлди.

Характерни ўрганишда ташқи кўриниш маълум аҳамиятга эга бўлсада, бироқ шахснинг ташқи қиёфаси унинг характерологиясида батафсил маълумотлар манбаи бўла олмайди.

Кейинчалик фан олами ривожланишининг турли босқичларида, шахснинг характерологик хусусиятларини ўрганишда фаолият ва муносабатлар тизими ҳамда бошқа психик хусусиятларни тадқиқ этиш борасидаги илмий изланиш ва мунозаралар ҳам характерга оид турли хил ёндашувларни вужудга келишига сабаб бўлди.

Характер ва характерология муаммоси ўзининг чуқур илдизига эга. Чунки характерологик хусусиятларнинг таҳлили бизни сўзсиз шахснинг намоён бўлишини ўзига хос томон (тип)ларини инобатга олишга ундайди. Аксарият психологлар шахснинг намоён бўлишини ўзига хос томон (тип)ларини «характеристика» ёки «хислат» («черта») тушунчалари тарзида қўллаб келмоқдалар.

Ҳар бир шахсга бериладиган психологик характеристика (тавсифнома) – маълум бир кишининг ақлий, ахлоқий, иродавий сифатлари, қизиқиши, дунёқараши, эътиқоди, шунингдек, индивидуал характерологик хусусиятлари – характер, темперамент, қобилият ва истеъдодларини объектив равишда тасвирлаб ёзилган шахсий хужжатдир.

Дифференциал психологиянинг тарихий асоси ҳам характерология тимсолида акс этади. Характер ўзида ижтимоий-психологик, шахслилик



жараёнига психобиологик ва умумпсихологик қонуниятлар орқали ўтишни қайд қилувчи индивидуалликнинг асосий тузилмаси ҳисобланади.

Характерда ўзлаштирилаётган ҳаётий тимсоллар шахснинг хулқ-атвори ва фаолиятида ижтимоий-психологик хусусиятлар сифатида таркиб топишни таъминловчи психологик воситалар инсон «Мен»ининг тавсифловчи пойдевори ҳисобланади.

Характер темперамент (мижоз)дан фарқли ўлароқ ҳаётда, муомала ва ҳамкорликдаги фаолият жараёнида вужудга келиши ва шаклланишида фарқ қилади. Характер хислатлари тўртта йирик тизимга ажратилади. Бу хусусиятлар инсоннинг муносабатларида акс этган бўлиб, улар қуйидаги 3-жадвалда келтирилган.

Бундай характер хусусиятларини ўқувчи ва талабаларда шаклланиши ва намоён бўлиши ўқиш фаолиятини амалга ошираётган жамоада, оилада, норасмий гуруҳларда кузатилади.

### 3-жадвал

	<b>Муносабатларнинг номланиши</b>	<b>Характер хислатлари ва хулқ-атвор хусусиятлари</b>
1.	Одамларга бўлган муносабат	Мулоқотмандлик, очиқлик, аниқлик, меҳрибонлик, тундлик, тортинчоқлик, жоҳиллик, камтаринлик ва б.
2.	Фаолиятга бўлган муносабат	Виждонлилик, меҳнатсеварлик, ташаббускорлик, эҳтиётсизлик, масъулиятсизлик ва б.
3.	Ижтимоий ва шахсий мулкка бўлган муносабат	Бетартиблик, тежамкорлик, озодалик, эҳтиёткорлик ва б.
4.	Ўз-ўзига бўлган муносабат	Вазминлик, талабчанлик, ўзини севиш, ўзига ишончлилик, худбинлик ва б.

Психологияда характер хислатларининг пайдо бўлиш шартларида организмнинг наслий хусусиятлари (*биологик қонуниятлари*) асос бўлсада, аммо у *ижтимоий қонуниятлар* билан тавсифланади. Ушбу масалани ирсиятга

боғлаб тушунтириш гомозигот эгизакларни ўрганиш орқали инкор қилинади, чунки уларнинг наслий хусусиятлари айнан бир хилдир. Улар темперамент хусусиятлари бўйича тубдан ўхшаш бўлсаларда, лекин характер хислатларига кўра бир-биридан кескин фарқ қиладилар. Шунинг учун характернинг шахс турмуш шароитига боғлиқлигини унинг физиологик асоси ҳам, ташқи таассуротлар тизими туфайли вужудга келадиган шартли реффлектор функционал ҳолати ҳам тасдиқлайди.

Характер таркиб топиши муайян қонуниятлар таъсирида амалга ошиб, унинг ҳар бир хислати шахс муносабатларига боғлиқ бўлади, улар ўз навбатида ижтимоий муносабатлар билан белгиланади. Наслий хусусиятлари бир хил эгизакларда турлича ижтимоий муҳитда ҳар хил характер хислатлари шаклланиши тадқиқотларда исботланган. Шу сабабдан ижтимоий тузимни тавсифловчи кенг ижтимоий муносабатлар шахснинг ижтимоий типик хусусиятларигина эмас, балки характернинг индивидуал хусусиятлари (хислатлари) таркиб топишига ҳам катта таъсир ўтказиши. Ижтимоий муносабатларга бевосита ёки билвосита боғлиқ тарзда, оилада, болалар ва меҳнат жамоаларида хайрихоҳлик, ўртоқлик, ўзаро ёрдамлашиш, ҳамкорлик ёки, аксинча, жоҳиллик, золимлик, баджаҳллик каби шахслараро муносабатлар таркиб топа бошлайди. Оилавий муҳит, ундаги шахслараро муносабатлар, фарзандларнинг миқдори, ёшидаги фарқи, низоли вазиятларнинг кўриниши, ота-она муносабатига асосланган ҳолда характернинг ўзига хос хусусиятлари шакллантирилса, болалар боғчасидаги, мактабдаги шахслараро муносабатлар ҳам характернинг махсус хислатларини таркиб топтиради. Меҳнат жамоаларида, норасмий гуруҳларда ҳам характер хусусиятларида сезиларли ўзгаришлар юзага келиб, илк ёшлик даврида эса шаклланган характер хислатлари ниҳоят даражада барқарор бўлиб, уларга айрим ўзгаришлар киритиш жуда қийин кечади. Шахсда майлларнинг қондирилиши ёки қондирилмаслиги билан боғлиқ ҳолда таркиб топган муносабатлар ўзининг

мустаҳкамлиги билан ажралиб туради. Характер хислатларининг чуқурлиги, барқарорлиги, доимийлиги кўп жиҳатдан шахс муносабатларининг онглилик даражасига боғлиқ. Инсоннинг ҳаққонийлик, меҳнатсеварлик хислатлари тасодифий таркиб топмаган бўлиб, унинг онгли қарашларига, ишонч ақидаларига мос тушса, у ҳолда ҳар қандай қийин ҳолатларда ҳам намоён бўлаверади.

Характер билан темпераментнинг ўзаро муносабати уларни *физиологик асослари* билан белгиланади. Характер хусусиятларининг ташқи жиҳатдан намоён бўлиб айнан шу тарзда муайян вақт мобайнида кечиши *динамик* хусусият дейилади. Характер хислатларининг динамик хусусияти темперамент хусусиятларига боғлиқдир. Ана шу ҳолатга мувофиқ равишда темперамент хусусиятлари ҳам характернинг маълум хислатларининг вақт давомида ташқи намоён бўлиши ҳам темперамент типига боғлиқ.

Тараққиёт ва тарбиянинг ижтимоий шароитлари ҳамда уларнинг психиканинг ирсий индивидуал хусусиятлари билан ўзаро муносабати характер хислатларини тўғридан тўғри тавсифламайди, балки шахснинг фаолияти орқали белгилайди. Унинг фаолиятига тааллуқли айнан бир хил ижтимоий шароитда ҳам худди шу бир хил ирсий хусусиятларидан турли характер хислатлари шаклланади. Шу боисдан характернинг ривожланиши шахснинг фаол фаолияти жараёнида унинг хатти-ҳаракатларига боғлиқ тарзда амалга ошади. Характернинг таркиб топишида фаол фаолиятда ҳаракатнинг индивидуал ўзига хос усуллари шаклланади. Ҳаракат усулларининг автоматлашуви муайян динамик стереотип ҳосил қилиниши билан боғлиқ шартли реффлектор функционал ҳолатнинг натижасидир. Автоматлашувнинг бир неча турдаги психологик механизмлари мавжуд бўлиб, улардан бири – бу *одатлар*дир. Характер хислатлари таркиб топишининг муҳим шартларидан яна бири – бу хислатларни зарурий хатти-ҳаракатларда чидам билан *маишқ қилиш*дан иборатдир.

Характернинг таркиб топишида *тақлидчанлик*нинг роли катта бўлиб, у ҳаракат усуллари автоматлашувининг бош манбаи ҳисобланади ва унинг аҳамиятлилиги кўп жиҳатдан ифодали хатти-ҳаракатларнинг шахс эмоционал (ҳиссий) кечинмаларига таъсири билан белгиланади. Тақлидчанлик хатти-ҳаракат намунасига тақлид қилиш учун мўлжалланган шахс муносабатлари томонидан мотивлаштирилгандагина характер хислатларини таркиб топтириш шартига айланади.

Характернинг шаклланишида муайян психик фаолиятга яхлит объектив ва субъектив майллик тарзидаги кўрсатма бериш (установка), психологик механизм негизида юзага келган автоматлашиш муҳим бўлиб, бунда кўрсатма (установка) одатларидан фарқли ўлароқ, муайян ҳаракатларга тайёр туришгина бўлиб қолмай, балки билиш жараёнларига, ҳиссий ва иродавий реакцияларга ҳам тайёр туришликдир.

Характернинг ҳосил бўлишида низоли вазиятлар алоҳида аҳамият касб этиб, бунда характер фақат мураккаб ва кескин вазиятларда (шароитларда) ёрқин намоён бўлибгина қолмасдан, балки мазкур ҳолатларда у таркиб ҳам топади. Одатда характер хислатларининг ўзгаришидаги индивидуал фарқлар шахснинг низоли вазиятлардан чиқиш учун қандай йўл-йўриқ топишига боғлиқ. Шундай қилиб, шахс ўзининг бутун ҳаёти ва фаолияти давомида ўз хатти-ҳаракатлари, одатлари билан ўз характер хислатларини ўзи яратади ва уларни бошқаришга одатланади.

Характер хусусиятларининг вариантлилиги уларнинг фақат сифат жиҳатидан ранг-баранглиги ва ўзига хослигида эмас, балки миқдор жиҳатидан ифодаланганлигида ҳам намоён бўлади. Характер хусусиятларининг миқдорий ифодаланиши, яъни айрим белгиларнинг ҳаддан ташқари кучли намоён бўлиши шахс хулқ-атвори меъёрининг энг охириги маррасига бориб, патологик белгилар билан чегараланиш ҳолатида кузатилади. Бу ҳолат психологияда характер акцентуацияси (меъёрдан ортиши) деб аталади. Бунда шахсда бошқаларга

нисбатан барқарорлик бўлгани ҳолда бир хил қаттиқ хаяжонлантирувчи омилларга заифлик ортиши кузатилади.

Характер акцентуацияси турлари олимлар томонидан турли хил кўринишда ажратиб кўрсатилади. Уларнинг айримлари (**К.Леонгард** бўйича) ҳақида тўхталиб ўтамиз:

**1. Гипертим тип** – бу тоифадагилар ўта киришимли, сўзамол бўладилар, имо-ишоралар, мимика ва пантомимика орқали ўз хис-туйғуларини намоён қиладилар. Улар тўсатдан суҳбатнинг дастлабки мавзусидан четга чиқадилар. Бу тоифадаги одамда ўз хизмат ва оилавий мажбуриятларига етарли тарзда жиддий эътибор бермасликлари оқибатида атрофидаги одамлар билан қисқа келишмовчиликлар юзага келади. Уларнинг ижобий томонлари ишчанлик, оптимистлик, фаолиятлилик, ташаббускорлик каби сифатлари орқали намоён бўлади. Уларнинг салбий хислатлари – енгилтабиат, жиззаки, ўз мажбуриятларига бефарқ муносабатда бўлиш каби сифатлардир.

**2. Дистим тип** – бу тоифадагилар камгап, некбин кайфиятли, тортинчоқ бўлишади. Уларнинг аксарияти уйда ўтиришни хоҳлашади. Улар сершовқин давраларни ёқтирмайдилар ва атрофдагилар билан камдан кам низога борадилар. Уларнинг ижобий хислатлари: жиддий, ҳақиқатгўй, соф виждонли. Салбий томонлари: сусткаш, шахсиятпараст, фикрлаш доираси тор.

**3. Циклоид тип** – бу тоифадагиларнинг кайфияти тез-тез даврий ўзгариши, бунинг оқибатида уларнинг атрофидаги одамлар билан бўлган муомаласи ҳам ўзгариб туриши кузатилади. Уларнинг кайфияти чоғ бўлганда яхши ҳамсуҳбат, кайфияти ёмон бўлганда эса тундроқ бўлиб қоладилар.

**4. Таъсирчан тип** – бу тоифадагилар муомалада тортинчоқ, кўп ҳолларда тунд ва инжиқ бўлиб, ёлғончиликка, сурбетликка, низога мойилдирлар. Шунингдек, бундай ҳолатларда улар доим фаол бўладилар. Бу тоифадагилар хотиржам бўлганларида софдил, ҳайвонлар ва кичкина болаларни яхши

кўрадилар, кайфиятлари ёмон бўлганида эса инжиқ, жаҳлдор, ўзларини идора эта олмайдилар.

**5. Тўхталувчан (тиқилувчан) тип** – бу тоифадагилар меъёрида ҳамсухбат, писмиқ, ақл ўргатувчи, камгапдирлар. Улар низоли ҳолатларда фаол, ташаббускор бўлиб, танлаган фаолиятини муваффақиятли амалга оширишга интиладилар. Улар ўзига нисбатан ўта талабчан бўлиб, ижтимоий адолатга хайрихоҳ, шунинг билан бирга аразчи, ҳамда қасоскор бўладилар. Баъзида ҳаддан зиёд ўзига бино қўйган, тўғрисўз, рашкчи, яқинларига ва қўл остидаги ходимларга нисбатан ўта талабчан бўлиб қоладилар.

**6. Синчков (педантик) тип** можароларга кам аралашиб, хизмат доирасида ўзини қаттиққўлдек тутиб, атрофдагиларга кўп талаблар кўяди. Шунингдек етакчиликни бажонидил бошқа одамларга беради. Баъзида оила аъзоларига тартиб борасида ўта талабчан. Унинг ижобий хислатлари: софдил, тартибли, жиддий, садоқатли. Салбий томонлари: расмиятчи, писмиқ, қизиққон.

**7. Ташвишли тип** – бу тоифадагилар паст киришимли, ўзига нисбатан ишончсиз бўладилар. Улар низоларга кам аралашадилар ва бу ҳолатда қўллаб-қувватловчи ва таянч ахтарадилар. Улар дўстликни кадрлайдилар, ўз-ўзига танқид кўзи билан қарайдилар, ўзига топширилган вазифаларни сўзсиз бажарадилар, ўзининг ҳимоясизлиги оқибатида кўп ҳолларда ҳазил-хузул учун нишон бўладилар.

**8. Жўшқин (ҳаяжонли) тип** – бу тоифадагилар тор доирада сараланган одамлар билан алоқа қилишни афзал кўрадилар. Улар кам ҳолларда можароларга аралашиб, хафачиликларини ичларида сақлайдилар. Ижобий хислатлари: самимийлик, раҳм-шафқатлилик, ўзгаларнинг ютуғидан қувонадиган ҳамда бўйсунувчан. Салбий томонлари – йиғлоқи, ўта ҳиссиётли, иззатталаб.

**9. Тез муомалага киришувчанлик, етакчиликка интилувчанлик, кўнгилчанлик, бошқаларга тез кўникувчанлик *намойишкорона тип***га хосдир.

Уларда ҳокимиятни эгаллаш ҳисси устивор бўлиб, мақтовни жуда ёқтирадилар. Бундай кишилар ўзига ишончилиги ва ўзига тортувчанликлари билан атрофдагиларнинг ғашига тегиб, можароларни ўзлари келтириб чиқарадилар ва бу ҳолатда фаол тарзда ўзларини ҳимоя қиладилар. Уларнинг ижобий томонлари – сабр-қаноатлилик, артистлик қила оладиган, бошқаларни ўзига қарата оладиган, тўғрисиўзлигидир. Салбий томонлари эса – худбинлик, шахсиятпарастлик, мақтанчоқлик, дангасалиқдир.

**10. Экзалтирлашган тип** – бу тоифадагилар ўта киришимли бўлиб, тез-тез баҳслашадилар, лекин баҳс очик можароларга етиб бормайди. Низоли ҳолатларда улар бир пайтнинг ўзида ҳам фаол, ҳам сусткашдирлар. Шу билан биргаликда дўстлари ва яқинларига боғланган ва уларга жуда ғамхўр. Уларда ачиниш ҳисси юқори, яхши дидли, ҳиссиётлари ёрқин ва самимий бўлади. Салбий томонлари – ваҳимачи, бир онлик кайфиятларга ён босувчи.

**11. Экстраверсив тип** – ўта киришимли бўлиб, бундай одамларнинг дўстлари ва танишлари жуда кўп бўлади. Бундай одамлар эзмалик даражасигача кўп гапирадилар, ҳар қандай маълумотни улардан очикчасига билиб олиш мумкин. Бу тоифадагилар дўстлар даврасида, ишда, оилада, кўпинча етакчиликда бошқаларга ён босиб, бошқаларга бўйсунгани ва четда туришни афзал кўрадилар. Улар ўзгаларни диққат билан эшитишга тайёрлик, сўрашган нарсани бажариш каби ижобий хислатларга эгадирлар. Салбий томонлари: таъсирга берилувчан, енгилтабиат, маишатга ўч, иғво ва ғийбатларни тарқатишда иштирок этадилар.


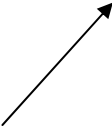
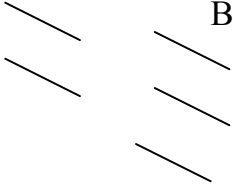
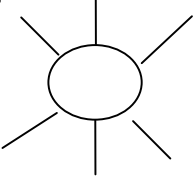
**12. Интроверсив типнинг** бошқалардан фарқли томони шундаки, улар ўта ийманувчан, ҳақиқийликдан йироқлашувчан, ўз туйғуларини ошкор этишни хоҳламаслик, файласуфлик қилишга интилишлари билан характерлидир. Бундай одамлар ёлғизликни ёқтирадилар, атрофдагилар билан кам низога бориб, қачонки уларнинг шахсий ҳаётларига аралашгандагина улар атрофдагилар билан ихтилофга борадилар. Уларда катъиятлилик,

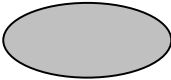

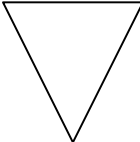

принципиаллик каби ижобий фазилатлар билан бир қаторда қайсарлик, фикрлашнинг торлиги, ўз ғояларини ўта қатъиятлилик билан ҳимоя қилиш каби салбий хислатлар мавжуд. Улар ҳар бир нарсага ўз нуқтаи назарлари билан қарайдилар, бошқаларнинг фикрларидан ўз фикрларини устун қўядилар.

Характер акцентуациясига тўғри тарбиявий иш йўлга қўйилганда чек қўйиш мумкин. Агар бу вазият ўз вақтида меъёрий ҳолатга келтирилмаса, турли хил патологик бузилишларга олиб келиши кузатилади.

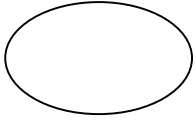

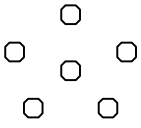
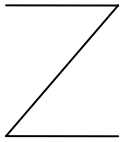
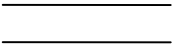
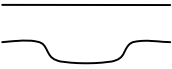
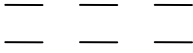
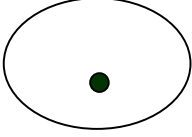
### Психогеометрик шакллар ва шахс характери

Қуйидаги 4 гуруҳга бўлинган 16 та шаклга эътибор беринг. Ҳар бир гуруҳдан ўзингизни руҳий ҳолатингизга мос келган битта шаклни танланг.

	
А	Б
	
В	Г
А – 4; Б – 8; В – 2; Г – 10.	

	
А	Б
	
В	Г
А – 10; Б – 8; В – 2; Г – 4.	



 А	 Б	 А	 Б
В	Г	В	Г
			
А-10; Б-8; В-2; Г-2.		А-10; Б-8; В-6; Г-6	

### Натижалар:

**8-13.** Сизнинг феъл-атворингиз қанақа бўлиши, биринчи навбатда, атрофдагиларга боғлиқ. Тез тушкунликка тушасиз, тез илҳомланасиз ҳам. Кўнглингизга хуш келмаган юмушни бажаришингиз қийин. Атрофдаги вазият сизга жуда кучли таъсир қилади. Сизни ўз қарор ва ечимингизнинг ягона соҳиби дейиш мушкул. Сизда ҳис-туйғуга берилувчанлик кучли. Хуллас, сизни бошқарувчи нарса – кайфият.

**14-20.** Гарчи сиз «кўпчилик тарафида», «хамма қатори» бўлсангиз ҳам, ҳар ҳолда ўз ўрнингиз ва йўналишингизни топмоққа интилиш бор. Ўзингизга муносабатингиз танқидий. Шунинг учун атрофдагиларда аниқ кучли далил бўлмаса, сизга таъсир ўтказиш қийин. Ўз нуқтаи назарингиз ўзингизнинг зиёнингизга эканлигини фаҳмлаб турган бўлсангиз, ундан воз кеча олишга кодирсиз.

**21-27.** Ўзингизни бенуқсон ва маъсум ҳисоблайсиз. Шундай бўлса-да, ташқи таъсирдан бутунлай ҳимояланган эмассиз. Ҳаёт олдингизга қўяётган вазиятлар билан ўз эътиқод ва дунёқарашларингиз орасида ўртача, маъкул йўлни топишга интиласиз. Айнан ана шу омил сизга тўғри ечим ва қарор қабул қилишга ёрдам беради.

**28-34.** Сиз учун фикр ва шиорларингиздан воз кечиш осон эмас. Атроф таъсири қанчалик кучайса, сизнинг қаршилигингиз ҳам ўз навбатида ошади. Бироқ аслини олганда, сизнинг собит ва маҳкам туришингиз ортида нафақат ўз кучига ишонч, балки фавқулодда нохуш вазиятга тушиб қолишдан ҳавфсираш бор.

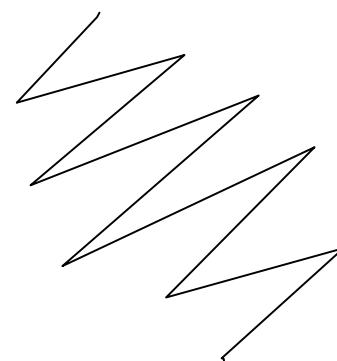
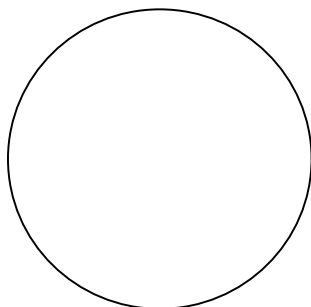
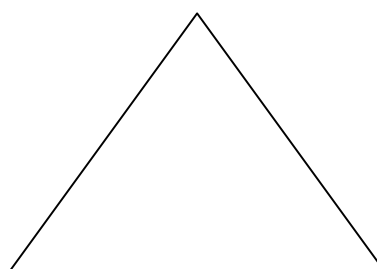
**35-40.** Агар бирор ечимга келган бўлсангиз бас, ҳеч ким сизни бу фикрдан қайтара олмайди. Ўз мақсадингизга ҳеч бир сусткашликсиз эришасиз. Бироқ сизни яхши таниган шахс феъл-атворингиз ва ҳатти-ҳаракатларингизни моҳирона ва сездирмай йўналтира олиши мумкин. Шунинг учун мумкин қадар қайсарликни камайтириб, зийракликни оширинг.

### Психогеометрик тест:

**«Кимсиз: квадрат, айлана, тўртбурчак, учбурчак, зиг-заг?»**

Ушбу тест шахсга алоқадор бир қанча муҳим характерологик сифатларни аниқлашга имкон беради.

Тавсия этилган геометрик фигуралардан қайси бири Сизга яқинлигини белгиланг ва унга «1» рақами қўйинг. Қолганларини ҳам ёқишига қараб, 5 гача баҳолаб чиқинг.



Энди сизга хос бўлган психологик хусусиятлар ва фазилатларни билиб олинг.

**Квадрат.** Ҳаётий қадриятлари: тартиб, иш, анъаналар, репутация.

Асосий психологик хусусиятлари: Ижобийлари – тартиблилик, интизом, ўз вақтида ишларни бажарадиган, озода-покиза, конунга бўйсунувчи, меҳнатсевар, чидамли, тиришқоқ, қатъиятли, қарорлари қатъий, сўзининг устида турадиган, ҳалол, оқил, ақл билан иш кўрадиган, босиқ, тежамкор, пишиқ.

Салбийлари – кўнглига ҳар хил фикрлар келадиган, бирёклама, педант, ўта талабчан, майда-чуйдага ҳам эътибор берадиган, жиддий, чидамли, қайсар, консерватив, янгиликдан чўчийдиган, фантазияси камбағал, писмиқроқ, пишиқ.

**Учбурчак.** Асосий қадриятлари: ҳокимият, лидерлик, амал, мавқе, ғалаба, манфаат.

Асосий психологик сифатлари: Ижобийлари – яхши лидер, ўзига масъулиятларни оладиган, ҳар нарсада асосий моҳиятни кўрувчи, кучини сафарбар қила оладиган, ғалабага эриша оладиган, ўзига ишончли, қатъиятли, таваккалчи, ғайратли, тўғрисиўз, ҳиссиётлари бой, ақлли.

Салбийлари – эгоцентрик, эгоист, назорат қилишни яхши кўрадиган, ўзгача фикрларга тоқатсиз, ишга ўта берилувчан, ҳар нарсадан манфаат қидирадиган, қайсар, импульсив, бешафқат, тоқатсиз, кўпол, раҳмсиз, аччиғи тез, заҳарханда.

**Айлана.** Асосий қадриятлари: инсонларга хизмат қилиш, оила бахти ва манфаати, болалар, мулоқот.

Асосий психологик хусусиятлари: Ижобийлари – мулоқотга эҳтиёж, киришувчанлик, ҳаммабоп, меҳрибон, ғамхўр, садоқатли, кучли ижтимоий интуицияга эга, эмпатия ҳисси кучли, бағри кенг, қўли очик, ҳиссиётларга берилувчан, босиқ, ювош, кечиримли, жанжалдан йироқ юрувчи.

Салбийлари: ўзгалар фикрига тобелик, бетартиб, ўта юмшоқ, талабчан эмас, қатъиятсиз, нарсаларни аямайдиган, лақма, сентиментал, кўнгли бўш.

**Тўртбурчак.** Асосий қадриятлари: ўзгариш, динамика, азарт.

Асосий психологик хусусиятлари: Ижобийлари – интилувчан, янгиликни қидирадиган, қизиқувчан, яхши таълим оладиган, зийрак, сезгир, ишонувчан, эмпатия хос, самимий, дадил, яхши ўйинчи.

Салбийлари: қатъиятсиз, қарорлари мавҳум, иш ва сўз бирлиги йўқ, енгилтак, ишонувчан, эмоционал беқарор, содда, ўзига баҳоси паст, ланж, унутувчан, кечиримли.

**Зигзаг.** Асосий қадриятлари: эркинлик, ижод, ўзгариш.

Асосий психологик хусусиятлари: Ижобийлари – янгилик, ижодга интилиш, билишга чанқоқлик, ғалаёнчи, хаёлпараст, оптимист, келажакка интилган, руҳи тетик, экспрессив, ташаббускор, ақлли.

Салбийлари: тартибсизлик, кўнимсизлик, ўзгарувчанлик, индивидуализм, ишончсиз, қонунларни бузувчи, реалистик қарашнинг йўқлиги, субутсиз, импульсив, ўзини намоёйишкорона кўрсатадиган, захар, кесатиб гапирадиган.

Юқоридаги тест ўз-ўзини таҳлил қилиш малакаларини мустаҳкамлайди ва ўз-ўзини тарбиялашга ёрдам беради.

### **3.4. Қобилият ва талант**

Шахс муайян фаолиятни амалга оширишда турли кўрсаткичга эга (муваффақиятли ёки муваффақиятсиз) натижага эришади. Бу психологик ҳодиса ёки воқелик нимадан далолат эканлигини аниқлаш орқалигина билим даражаси, қобилият кўрсаткичи, муваффақият механизми, малака ёки кўникмалар барқарорлиги юзасидан мулоҳаза юритиш мумкин ҳолос.

Қобилият тўғрисида умумий тушунчага эга бўлиш учун унга алоқадор омиллар, таркибларга аниқлик киритиб оламиз, яъни:

- қобилиятлар шахснинг психологик хусусиятлари эканлиги;
- мазкур хусусиятларга билим, кўникма ва малака орттиришнинг боғлиқлиги;
- ушбу хусусиятларнинг ўзи билим, кўникма ва малакаларга тааллуқли эмаслиги.

Психологик тадқиқотларнинг кўрсатишича, олий таълим жараёнида ўзлаштириш кўрсаткичи бўйича «ўртамиёна» талаба кейинчалик ижобий томонга ўзгариши, бошқа соҳа (тармоқ)да юксак натижаларга эришиши, ҳатто мутахассислигига ёндош ихтисосликда ўзини кўрсатиши мумкин экан. Шунинг учун билим, кўникма ва малакаларни эгаллаш (ўзлаштириш) жараёнида қобилиятлар намоён бўлса-да, лекин улар билим, кўникма, малакаларга бевосита тааллуқли бўлмасдан, балки улар бир-биридан тафовут қилади. Ушбу психологик ҳодиса образлироқ қилиб тушунтирилганида, билим, кўникма, малака машқ қилиш туфайли эгалланиладиган аниқ воқелик деб тасаввур қилинса, қобилиятлар шахснинг руҳий оламидаги ҳали рўёбга чиқмаган имкониятидир. Масалан, талабанинг ўқишга кириши у мутахассис сифатида касбий камолот учун имконият тарзида гавдаланиши каби (унинг интилиши, объектив ва субъектив муҳит, саломатлиги ва бошқалар), шахснинг қобилиятлари касбий билим, кўникма ва малакаларни эгаллаш учун имконият сифатида намоён бўлади. Касбий билим ва кўникмалар эгалландими ёки йўқми, имконият рўёбга чиқдими ёки ушалмаган орзу сифатида қолиб кетдими – буларнинг барчаси кўпгина омилларга ва шароитларга боғлиқ бўлади. Масалан, атроф-муҳитдаги одамлар (оила, мактаб, меҳнат жамоаси аъзолари, жамоатчилик) шахснинг у ёки бу билим ҳамда кўникмаларни эгаллашга манфаатдорлиги, ўқиш, ўргатишга муносабати, уларни ташкил қилиш ва мустаҳкамлашга нисбатан масъулият ҳис қилиш қабиларнинг барчаси – имкониятни рўёбга чиқариш, уни воқеликка айлантиришнинг қафолати саналади. Психологиянинг методологик асосининг кўрсатишича, қобилиятлар –

имкониятлар тизимидан ташкил топган бўлиб, у ёки бу фаолиятдаги зарурий маҳорат даражасидир. Болада намоён бўлган музикаий қобилият унинг музикачи бўлиши учун бирон бир даражада гаров бўла олмайди. Боланинг музикачи бўлиши учун унга махсус таълим берилиши, педагог ва бола намоёиш қилган қатъийлик, саломатликнинг яхши бўлиши, музика асбоби, ноталар ва бошқа кўплаб шарт-шароитлар бўлиши зарур. Буларсиз қобилиятлар ривожланмай турибқ сўниб кетиши мумкин.

Психология фани қобилиятлар билан фаолиятнинг муҳим жабҳалари бўлмиш билим, кўникма ва малакаларнинг айнан бир нарса эканлигини рад этиб, уларнинг бирлигини эътироф қилади. Шунинг учун қобилиятлар фақат фаолиятда рўёбга чиқади. Агар шахс расм солишга ҳали ўрганмаган бўлса, унинг тасвирий санъатга нисбатан қобилиятлари юзасидан мулоҳаза юритишга ўрин ҳам йўқ.

Талабада касбий билим, кўникма ва малакалар тизими, уларнинг барқарорлиги, шаклланган шахсий иш услублари мавжуд эмаслигига асосланиб, уларни жиддий текшириб, ўрганмасдан туриб, шошилиш тарзда унда қобилиятлар йўқ деган хулоса чиқариш кўпол психологик нуқсон ҳисобланади. Болалик даврида у ёки бу қобилиятларнинг атроф-муҳитдаги одамлар томонидан тан олинмаганлиги, кейинчалик худди ана шу қобилиятлари туфайли жаҳонда муносиб шон-шухрат қозонишга мушарраф бўлган жуда кўп алломаларнинг номи оламга машҳур, чунончи, Альберт Эйнштейн (нисбийлик назарияси асосчиси), Николай Лобачевский (янги геометрия йўналиши асосчиси) ва бошқалар ўқишида гениал олим бўлиб вояга етишишига ҳеч қандай асос йўқ эди.

Қобилиятлар билим, кўникма ва малакаларда акс этмайди, балки уларни эгаллаш динамикасида намоён бўлади. Фаолият учун зарур бўлган билим ва кўникмаларни ўзлаштириш жараёнида юзага чиқадиган фарқлар қобилиятларга асосланади.

Демак, **қобилиятлар** деб шахснинг фаолиятини муваффақиятли амалга ошириш шарти ҳисобланган, билим, кўникма ва малакаларни эгаллаш динамикасида юзага чиқадиган фарқларда намоён бўладиган индивидуал психологик хусусиятларга айтилади. Шундай қилиб, қобилиятлар индивидуал-психологик хусусиятлар бўлиши билан бирга:

✓ уларни шахсларнинг мавжуд бошқа хусусиятларига, характер фазилатларига, ҳиссий кечинмаларига ва бошқаларга қарама-қарши қўйиш мумкин эмас;

✓ шунингдек, қобилиятларни шахснинг мазкур хусусиятлари билан бир қаторга қўйиш, уларни айниёлаштириш ҳам нуқсонларни келтириб чиқаради.

Шуни таъкидлаш жоизки, юқоридаги сифатлардан баъзи бири ёки уларни йиғиндиси фаолият талабларига жавоб бера олса ёки уларни таъсирида вужудга келса, у ҳолда шахснинг мазкур индивидуал хусусиятларини қобилиятлар деб аташ имконияти туғилади. Психологияда кўпроқ қобилият тушунчаси ақл-заковат, яъни **интеллект** тушунчаси билан боғлаб ўрганилади.

Психологияда ақл ва идрок масаласи, одамнинг интеллектига боғлиқ сифатлар жуда кўплаб тадқиқотлар объекти бўлиб, унда қобилиятларнинг ривожланиш механизмлари, уларнинг психологик таркиби ва тизимини аниқлашга, ишончли методикалар яратилиб, ҳар бир кишининг ақли сифатига алоқадор бўлган кўрсаткични ўлчашга уринишлар кузатилади. Кўпчилик олимлар одам интеллектида унинг вербал (яъни, сўзларда ифодаланадиган), микдорий (сонларда ифодаланадиган) кўрсаткичларни аниқлаб, уларга яна мантиқ, хотира ва хаёл жараёнлари билан боғлиқ жиҳатларни ҳам қўшганлар. Уларнинг фикрича, интеллектуал потенциалга эга бўлган шахснинг қобилиятли деб қараш мумкин. Интеллектуал потенциал эса бир томондан ҳаётдаги барча жараёнларга, бошқа томондан – шахсга бевосита алоқадор тушунча сифатида қаралган ва унинг аҳамияти шундаки, у борлиқни ва бўладиган ҳодисаларни олдиндан башорат қилишга имкон беради. **Интеллект**

(лот. «*intellectus*» – тушуниш, билиш, «*intellectum*» – ақл) ақл-идроқнинг шундай бўлагики, уни ўлчаб, ўзгартириб, ривожлантириб бўлмайди. Бу интеллект ва у билан боғлиқ қобилиятлар ижтимоий характерга эга эканлигидан дарак беради. Қобилиятлар ва интеллектга бевосита ташқи муҳит, ундаги инсоний муносабатлар, яшаш даври таъсир кўрсатади.

Қобилият сифат ва миқдор жиҳатдан тавсифланиб, унинг ***сифат тавсифи*** шахснинг қайси индивидуал-психологик хусусиятлари фаолият муваффақиятининг мажбурий шарт тарикасида хизмат қилишини англатади. Унинг ***миқдорий тавсифи*** эса фаолиятга қўйиладиган талабларга шахс томонидан қай йўсинда бажариш имконияти мавжудлигини билдириб, яъни мазкур инсон бошқа одамларга қараганда малака, билимлардан нечоғлик тез, енгил, пухта фойдалана олишини намойиш қилади.

Қобилият хусусиятларининг ***сифат*** жиҳатидан талқин қилинишида, биринчидан, мақсадга турлича йўллар орқали эришишга имкон берувчи «ўзгарувчан миқдор» тўплами тарикасида, иккинчидан, фаолият муваффақиятини таъминловчи шахснинг индивидуал психологик хислатлари (фазилатлари) мураккаб мажмуаси кўринишида гавдаланади. У ёки бу фаолиятни амалга оширишда ўзаро ўхшаш ёки бир-бири билан фарқланувчи турлича қобилиятлар туркуми (мажмуаси, бирикмаси) иштирок этиши мумкин экан. Бунда шахсдаги бир хислатнинг ўрнини бошқаси босиши, компенсация қилиши (лот. «*compensatio*» - ўрнини босиш, мувофиқлаштириш) вужудга келиб, мазкур жараёнда инсон ўзи устида сабр-тоқат, чидам билан меҳнат қилиши туфайли юксак кўрсаткичларга эриша олиши мумкин.

Қобилиятли шахслар ижтимоий турмушнинг турли соҳалари ҳамда жабҳаларида ўз ўрнини топа оладилар ҳамда юксак ютуқларга эришадилар, ҳатто бир неча фаолият турида ҳам текис муваффақиятлар қозониши мумкин.

Қобилиятларнинг ***миқдорий*** тавсифи ва уларни ўлчаш муаммоси психология фанида ўзига хос ривожланишнинг тарихий ўтмишига эга. Ҳозирги



даврда фаннинг мумтоз психологларига айланган Спирмен, Пермен Кэттелл ва бошқалар XIX асрнинг охирлари ва XX асрнинг бошларидаёқ муайян ихтисослар учун касб танлашни илмий асосда йўлга қўйиш заруриятидан келиб чиқадиган талаблар тазйиқида ўқув юртларида сабоқ олаётган шахсларнинг қобилият даражасини аниқлашга киришган эдилар. Уларнинг тахминларига кўра, инсоннинг лавозимига лойиқлиги, унинг меҳнат фаолиятига лаёқатни, шунингдек, олий ўқув юртларига, ҳарбий хизматга, раҳбарлик мартабасини эгаллашга нисбатан лаёқатларини аниқлаш имконияти мавжуд экан. Ўтган асрда қобилиятларни ўлчаш усули, мезони тариқасида ақлий истеъдод тестлари ишлаб чиқилди ва АҚШ, Буюк Британия каби мамлакатларда ўқувчиларни саралаш, ҳарбий хизматга зобитларни танлаш, ишлаб чиқаришда раҳбарлик лавозимига тавсия қилишда фойдаланилди. Ҳатто Буюк Британияда университетга кириш ҳуқуқини берувчи тест синови тизими ҳам яратилди «Ақлий истеъдод» тестлари балл ёки очколар билан баҳоланиб, ечимга сарфланган вақтни ҳисобга олиб натижалар йиғинди ҳолига келтирилди. Тестлар мураккаблиги ортиб бориш тамойили бўйича «Тестлар батареяси» тизими яратилади. Тестлар тузилиши бўйича фақат сўзлардан иборат (вербал) синовлар билан чекланмасдан, балки турлича моҳиятли «лабиринтлар» (*юнон. «labyrinthos» – чигал ҳолат, мураккаб, чалкаш*), «бошқотирма» ва шунга ўхшаш синовлар киритила бошланди.

Одатда синалувчилар «Тестлар батареяси»ни бажариб бўлганларидан сўнг натижалар ҳисоблаб чиқилади ва уларда «ақлий истеъдод коэффициенти» (*ингл. «intellectual quotient» IQ*) аниқланади. Мисол учун, 11,5 ёшли ўқувчи тўпланган балларнинг ўртача йиғиндиси 120га тенг бўлиши лозим. Бунда 120 балл тўплаган ҳар қандай текширилувчи 11,5 ёшида «ақл ёшига» эгадир. Худди шу йўсинда «ақлий истеъдод коэффициенти» ҳисоблаб чиқилади:

***Синалувчининг ақлий истеъдоди:***

$$IQ + \text{ақл ёши} \times 100 \text{ синалувчининг ҳақиқий ёши}$$

Мазкур йўналиш намояндаларининг эътироф этишларича, «ақлий истеъдод коэффициенти» қандайдир ўзгармас мезон сифатида **умумий интеллектни** (ингл. «*general intelligence*») рўёбга чиқариш имкониятига эгадир. Шунини таъкидлаш жоизки, «ақлий истеъдод коэффициенти» назариясида баҳсли жабҳалар мавжудки, бунда шахснинг ақлий қобилиятлари намоён бўлади. Рус психологи Л.С.Виготский юқоридаги назарияга ўз эътирофини билдирган ҳолда икки босқич орқали яъни «энг яқин тараққиёт зонаси», «актуал фаолият зонаси» қобилиятни тўғри аниқлаш мумкинлигини кўрсатиб берган эди.

Қобилиятлар сифатида рўёбга чиқадиган психик хислатлар мажмуасининг тузилиши яққол ва алоҳида фаолият талаби билан белгиланганлиги туфайли ҳар қайси турдаги фаолиятлар учун ўзига хос тарздаги кўринишга эга. Булардан айримлари ҳақида тўхталиб ўтамыз:

**Математик қобилият**га математик материалларни умумлаштириш, мулоҳаза юритиш жараёнини қисқартириш, математик иш-амалларни камайтириш, масалани идрок қилиш билан натижаси ўртасида алоқа ўрнатиш, тўғри ва тескари фикр юритишдан енгилга ўтишлик, масала ечишда фикр юритишнинг эпчиллиги кабилар киради.

**Адабий қобилият** эса нафосат хисларининг юксак тараққиёт даражаси, хотирада ёрқин кўргазмали образларнинг жонлилиги, «тил зеҳни», беҳисоб хаёлот, руҳиятга қизиқувчанлик, ўзи ифодалашга интилувчанлик ва бошқаларни ўзида ифодалайди. Ажратиб кўрсатилган қобилиятлар таркибидан кўриниб турибдики, математик ва адабий қобилиятлар ўзаро бир-бирига ўхшамаган талаблари билан тафовутга эгадир. Бундан шундай хулоса чиқариш мумкинки, *педагогик, тиббий, муסיқавий, техник* қобилиятлар ва шунга ўхшаш қобилиятлар тузилиши махсус хусусиятга эга бўлиб, касбий аҳамият касб этиши мумкин.

**Умумий қобилиятлар** (сифатлар)ни махсус қобилиятларга (сифатларга) зид тарзда тушунтириш мумкин эмас. Чунки шахснинг умумий қобилиятлари

махсус қобилиятларни ҳосил қилувчи омиллардан иборат. **Махсус қобилиятлар** кўлам жиҳатдан торроқ бўлишига қарамай, чуқурроқ моҳиятни ўзида мужассамлаштиради.

Рус олими И.П.Павлов ўз таълимотида «бадший», «фикрловчи», «ўрта» типларга ажратилган шахсларнинг ана шу учта типдан биттасига тааллуқли эканлигини тавсифлаб беради. Муаллиф ушбу типологияни яратишда олий нерв фаолиятининг биринчи ва иккинчи сигнал системасидан иборатлиги тўғрисидаги таълимотига асосланади. Биринчи сигналлар ва иккинчи сигналлар системаси эса образлар ҳақида сўзлар орқали сигнал беришдан иборатдир. Иккинчи сигналлар системаси И.П.Павлов томонидан «сигналларнинг сигнали» деб номланган эди. Ушбу типологияни осонроқ қилиб қуйидагича тушунтириш мумкин:

1) шахс психик фаолиятида биринчи сигналлар системасининг сигналлари нисбатан устунлик қилса инсон «бадший» типга тааллуқли бўлиб, улар учун бевосита таассурот, жонли тасаввур, ёрқин идрок, ҳис-туйғулар (эмоциялар) натижасида вужудга келадиган образларнинг ёрқинлиги хосдир;

2) мабодо «сигналларнинг сигнали» нисбатан устувор бўлса – бу шахс «**фикрловчи типга**» муносиб бўлиб, улар учун, мавҳум, мантикий тузилмалар, назарий мулоҳазалар ва методологик муаммоларнинг устунлиги мувофиқдир;

3) агарда ҳар иккала сигналлар аралашиб кетган бўлса (бирортасининг устунлиги сезилмаса) – бу инсон «**ўрта типга**» мансуб одамдир.

Демак, шахснинг у ёки бу фаолиятига тайёрлиги тариқасида юзага келадиган ҳар қайси яққол қобилиятлар тузилиши ўз таркибига етакчи ва ёрдамчи, умумий ва махсус номдаги мажмуа сифатларни (хислатларни) қамраб олган бўлиб, мураккаб тизимдан иборат экан.

**Талант** қобилиятлар тараққиётининг юксак босқичи эканлигидан далолат беради. **Талант** (юнон. «talanton» - қимматбаҳо, ноёб нарса, ирсий, табиий хислат) муайян фаолиятнинг муваффақиятли ва ижодий равишда

бажарилишини таъминлайдиган қобилият ҳамда истеъдодлар мажмуасидир. Психологик адабиётларда унга турлича таъриф берилишига қарамай, уларда асосий белгилар таъкидлаб ўтилади, чунончи, шахсга қандайдир мураккаб меҳнат фаолиятининг муваффақиятли, мустақил ва оригинал тарзда бажариш имконини берадиган қобилиятлар мажмуасига *талант* дейилади.

*Талант* ҳам қобилиятларга ўхшаш ижодиётда юксак маҳоратга, муваффақиятга эришиш имконияти ҳисобланиб, ижодий кутилмаси (ютуқ) инсонларнинг ижтимоий тарихий турмуш шарт-шароитларига боғлиқ бўлади.

Жаҳон цивилизацияси, фан ва техникаси, санъат ва адабиёт, моддий ва маънавий маданиятини яратишнинг (ички рухий) имконияти ҳисобланмиш *талант* прогресснинг ҳаракатлантирувчи омилидир. Инсониятнинг ижтимоий-тарихий тараққиёт босқичларида ижтимоий-иқтисодий шароитларнинг етишмаслиги туфайли кўпчилик талант соҳиблари ўз имкониятларини рўёбга чиқариш имкониятларидан маҳрум бўлганлар. Талантларнинг туғилиши ижтимоий шарт-шароитларга боғлиқ бўлганлиги боис, мустақил мамлакатимизда талантли ёшларга нисбатан юксак эҳтиёж сезилмоқда, бу нарса яққол кўришиб турибдики, шундай мезонга лойиқ шахслар мавжуд ва улар келажаги буюк давлатимиз пойдевори ҳисобланадилар.

Талант қобилиятлар йиғиндиси ёки уларнинг мажмуасидан иборат бўлишига қарамай, алоҳида олинган яққа қобилиятни ҳатто у тараққиётнинг юксак босқичига эришган, ёрқин ифодаланса ҳам, у билан тенглаштириш мумкин эмас экан. Бу омилга асос бўлиб, XX асрнинг 20-30 йилларида Москвалик психологлар томонидан олиб борилган *феноменал*, ғоят ўткир, ноёб (нодир) хотирага эга бўлган инсонларни текшириш натижалари ҳисобланади. Маълумки, шахснинг яратувчанлик фаолиятида ақлнинг эпчиллиги, бой фантазия, кучли ирода, барқарор характер, турғун қизиқишлар, сермахсул билиш жараёнлари, мотивация, юксак ҳис-туйғулар ва бошқа психологик сифатлар устувор аҳамият касб этади. Психологик маълумотларни

умумлаштирилган ҳолда икки хил хусусиятли фикрни алоҳида таъкидлаб ўтиш талант тузилишини энгилроқ тушуниш имкониятини яратади:

1) талант – бу шахс психик хислатларининг шундай мураккаб бирикмасидирки, уни: а) алоҳида, ягона махсус қобилият билан; б) хотиранинг юксак маҳсулдорлиги орқали; в) ҳатто ноёб (камёб, нодир) сифат тариқасида ўлчаб бўлмайди;

2) шахсда у ёки бу қобилиятнинг мавжуд эмаслиги ҳамда етарли даражада тараққий этмаганлиги талантнинг мураккаб таркибига кирувчи бошқа қобилиятларнинг жадал такомиллашуви орқали уларнинг ўрнини босиб юбориши (компенсация қилиши) мумкин.

Москванинг умумий ва педагогик психология институти ходимлари томонидан ўқувчиларнинг таланти истеъдод тушунчаси негизида ўрганилган бўлиб, бунда аниқланган муҳим қобилиятлар йиғиндиси ақлий истеъдод тузилишини вужудга келтирган. Илмий тадқиқотчиларнинг фикрича, юксак истеъдод куйидагича босқичлардан иборат бўлиши мумкин:

✓ бундай шахснинг биринчи хусусияти – зийраклик, шайлик, жиддий фаолиятни бажаришга тайёр туришлиқдир;

✓ шахснинг иккинчи хусусияти – унинг меҳнатга тайёрлиги (меҳнатга мойиллиги, меҳнатга интилиши, меҳнатнинг эҳтиёжга айланиши)дир;

✓ инсоннинг учинчи хусусияти – унда тафаккур хусусиятлари ва фикр юритишнинг тезлиги, ақлнинг тартиблилиги, таҳлил ва умумлаштиришнинг юқори имкониятлари, ақлнинг маҳсулдорлигидир.

Маълумотлар таҳлилининг кўрсатишича, махсус истеъдод тузилиши юқоридаги сифатлардан ташқари, аниқ фаолият талабларига мувофиқ келувчи бир қатор қобилиятлар билан тўлдирилади.

Талант ўзининг умумий ва махсус сифатлари йиғиндиси билан ижодий ютуқ имкониятининг айнияти бўлиб, у маҳоратнинг дастлабки шарти ҳисобланса-да, лекин улар бир-биридан муайян даражада тафовутланади.

Талант – катта, ижодий ва зўр меҳнат маҳсули бўлса, меҳнат эса ҳаётий тажриба, кўникмаларнинг зарурий мажмуаси манбаидир. **Ижодиёт**нинг шарти эса ҳаётий тажриба, зарурий кўникма ва малакалар йиғиндисининг мавжудлигидир. Ижодий фаолият талантнинг ажралмас қисми ҳисобланиб, бунда *руҳланиш* деб номланган психологик ҳолат алоҳида аҳамият касб этиб, бунда руҳланиш фаолият маҳсулдорлиги ортишига қаратилган ижодий лаҳзадан иборат ҳолатдир. Талант имконият тариқасида психологик ҳодиса ҳисобланса, у ҳолда **маҳорат** – ҳақиқатга айланган имконият гавдаланишидир. Психологик нуқтаи назардан ҳақиқий **маҳорат** – бу шахс талантининг фаолиятда намоён бўлишидир.

Одатда қобилиятлар инсонга шахснинг барча индивидуал-психологик хусусиятлари каби табиат томонидан туғма равишда тайёр ҳолда берилмайди, балки ҳаёт давомида ва фаолият жараёнида шаклланади. Илмий психология қобилиятларнинг туғмалиги назариясини инкор этиб, шахс қобилиятларининг номаълум табиий омиллар томонидан азалий белгиланиши тўғрисидаги тасаввурларга қаттиқ зарба беради.

Шуни уқтириш жоизки, қобилиятнинг туғмалигини инкор қилиш мутлақ хусусиятга эга эмас, албатта. Лекин қобилиятнинг туғма эканлигини тан олмаслик, мия тузилиши билан боғлиқ дифференциал хусусиятларнинг туғмалигини инкор қилади, деган сўз эмасдир. Лаёқат эса қобилиятнинг табиий замани сифатида фаолиятда муҳим роль ўйнайди. **Лаёқат** деб қобилиятлар тараққий этишининг дастлабки табиий шарти сифатида намоён бўладиган мия тузилишининг, сезги аъзолари ва ҳаракатларнинг морфологик ҳамда функционал хусусиятларига айтилади. Туғма лаёқат жумласига нозик ҳид сезиш, бинобарин, билиш анализаторларининг алоҳида юксак сезгирлиги мувофиқдир. Алоҳида якка шахс маълум табиий лаёқатга эга бўлса, у ҳолда ўзига тааллуқли қобилиятларни ривожлантириш нисбатан енгил кечади. Инсонларнинг касбий қобилияти улар лаёқатларининг ривожланиши маҳсули

бўлиб, лаёқат кўпқиррали психик ҳодиса бўлганлиги туфайли фаолият талабларининг хусусиятига боғлиқ равишда бир хил лаёқатлар негизида ҳар хил қобилиятлар ривожланиши кузатилади.

Қобилият ва лаёқатлар муайян табиий заминга боғлиқ бўлса-да, лекин улар фақат табиатнинг инъоми эмас, балки инсоният тарихий тараққиётининг бебаҳо (қимматли) маҳсулидир. Худди шу боис қобилиятларнинг намоён бўлиши шахслар томонидан ижтимоий эҳтиёжларни қондириш давомида ижтимоий шартланган билимлар ва кўникмаларни таркиб топтиришнинг яққол усулларига бевосита боғлиқдир.

Шахс қобилиятларини ривожлантиришда барқарор, турғун, касбий махсус *қизиқишлар* муҳим омиллар, воситалар тариқасида хизмат қилади. Махсус қизиқишлар инсон фаолиятидаги у ёки бу соҳанинг (тармоқнинг) мазмунига нисбатан интилишидан иборат шахсий фазилат, ички туртки, ҳаракатлантирувчи куч бўлиб, бундай махсус қизиқишлар турлича фаолият билан касбий тайёргарлик сифатида шуғулланиш мойиллигига ўсиб ўтади. Билишга оид қизиқиш (фан асосларини эгаллашга йўналтирилган ички туртки) фаолият усулларини амалий жихатдан ўзлаштириб олишни ва янги вазият, шароитга кўчиришни тақозо қилиб, уни рағбатлантиради ҳамда шахсда ўзини ўзи бошқаришни таъминлашга ёрдам беради.

### **Психологик тренинг:**

Бошловчи ҳар бир иштирокчи кўлига «ЛИДЕР», «ФАРОСАТ» сўзлари ёзилган алоҳида карточкаларни бериб чиқади. Сўзлардаги ҳарфлар вертикал кўринишда ёзилган бўлиб, иштирокчи ҳар бир ҳарфнинг рўпарасига ўша билан бошланадиган ўзидаги шахсий сифатларни кўп ўйланмай ёзиб чиқиш керак.

***Мақсад:** шахснинг ўзини англаш ва ўзига нисбатан сензитивлигини аниқлаш.*

### **Вазиятли масалалар:**

**1-масала.** Шахс структурасида биологик ва ижтимоий омиллар нисбати ҳақида турли нуқтаи назарлар мавжуд:

**Биринчиси:** Шахс жамиятда ривожланади: инсоннинг биологик хусусиятлари эса бу жараёнга деярли таъсир кўрсатмайди.

**Иккинчиси:** Шахс биологик, наслий омиллар билан белгиланади: ҳеч қандай жамият инсонга табиат томонидан берилган хусусиятларни ўзгартира олмайди.

**Учинчиси:** Шахс – инсоннинг ижтимоий ривожланганлигининг энг юқори чўққиси: шахс шаклланиши ва ривожланишининг мураккаб жараёни биологик ва ижтимоий омилларнинг бирлигига асосланади. Бу жараёнда биологик омиллар табиий шароит сифатида юзага чиқса, ижтимоий – инсоннинг шахс сифатида шаклланишида унинг психологик ривожланишини таъминловчи куч ҳисобланади.

Берилган нуқтаи назарларнинг қайси бирини тўғри дейиш мумкин? Нима учун шахс ривожланишини аниқлашда биологик шароит ва шахс тузилишининг ижтимоий томонини ҳисобга олиш зарурлигини исботланг.

**2-масала.** Қуйида инсонларнинг хатти-ҳаракатларида индивид хусусиятларининг ва шахс хусусиятларининг намоён бўлишига мисоллар келтирилган.

а) Қиз бола Д. моторикасида, нутқида, тафаккурида ва бошқа билиш жараёнларининг кечишида секинлик кузатилмоқда. У бир фаолиятдан иккинчи фаолиятга секин ва қийинчилик билан ўтади.

б) Талаба М. гуруҳ йиғилишида қандай қилиб ўзининг бўш вақтини спорт билан шуғулланиш ва иш фаолиятига тақсимлаши ҳақида сўзлаб берди.

в) Талаба К. ўзининг маъноли имо-ишораси, кескин ҳаракатлари ва тез юриши билан ажралиб туради.



г) Ўқитувчи таклиф қилган фикрларнинг амалга оширилиши мактабдаги ўзлаштириш даражасини сезиларли равишда оширди.

д) Талаба Ш.да чиройли талаффуз ва ёқимли овоз бор.

**3-масала.** Қуйида инсон хатти-ҳаракатида шахснинг турлича кўринишларининг намоён бўлиши берилган. Қайси намуна:

а) шахс йўналганлигини;

б) мотивларнинг ахлоқийлигини;

в) қизиқишни;

г) темперамент хусусиятларини характерлашини изоҳлаб беринг.

А) 10 синф ўқувчиси А., ўқитувчиларнинг фикрига кўра, дастур материалларини чуқур билади. У шошилмасдан, кам эмоционал, лекин мазмунли гапиради. У куч-қувватга тўла, аммо кўп ҳаракат қилмайди. Қизишмайди, ғайрат билан ишламайди. Ўқишда чарчоқ нималигини билмайди, лекин қизиқишлари бир томонлама.

Б) Кун сайин оғир жароҳатлар таъсирида кучдан қолаётган Воробьёв қадрли мамлакатининг қизиқишлари билан жўшқин яшамоқда. У одамларга катта, шу билан бирга талабчан ва меҳрибон муҳаббатини намоён қилади. Воробьёв оёқлари яқинда ампутация қилинган учувчи Алексей Мересьевни биринчи жаҳон уруши даврида оёғидан ажрагач авиацияга қайтган рус учувчиси ҳақидаги ҳикоялари билан янги жасоратга ундайди.

В) 4 синф ўқувчиси А. хушчакчак, ҳаётсевар, куч-қувватга тўла, шу билан бир вақтда хотиржам ва тўғри қиз. Унинг дўстлари кўп. У барча нарсани тез ва яхши бажара олади.

Г) Қишлоқ қоровули оиласида иккита ўғил бўлган. Оиланинг моддий таъминланиши юқори эмас эди. Онаси саводсиз. Отаси болаларига нисбатан кўпол ва қаттиққўл. Оиладаги бадий муҳит ҳақида ҳеч нарса гапириб бўлмайди. Шундай бўлса ҳам тўнғич ўғилда расм чизишга мойиллик эрта намоён бўлди, у мактабда кўп ва катта иштиёқ билан чизишни давом эттирди.

Кейин Саратов бадий билим юртига ўқишга кирди, армия хизматидан кейин Москвада ўқиди. Ҳозирги кунда у таниқли рассом.

**4-масала.** Ўқитувчилар Ф.Ю. ва В.Ф. услублари қайси темперамент типлари учун характерли эканлигини аниқланг. Уларда қайси услуб хусусиятлари намоён бўлган?

а) 6-7 синфларнинг рус тили ўқитувчиси Ф.Ю. ташқи таассуротларга секин берилади, саволларга дарҳол жавоб қайтармайди. Юз қиёфаси – топшириқ бераяптими ёки танбех бераяптими, жиддий саволни ёки қувноқ воқеани эшитаяптими, бундан қатъий назар бир хил. Кам ҳолларда кулади, кўпинча юзида ним табассум. Нутқи бир хил темпда, шошилмасдан гапиради. Ҳаракатлари секин. Унинг учун ҳар қандай шароитда ҳам босиқлик ва хотиржамлик хос. Унинг дарслари жуда ҳам зерикарли ўтадигандек туюлади, лекин бундай эмас экан. Масалан Ф.Ю. грамматик таҳлил учун эмоционал бой, лирик кўтаринки, баъзида юмор (ҳазил)га тўла гапларни ва матнларни синчковлик билан танлайди. Натижада дарс барча ўқувчиларнинг фаол иштироки билан ўтади, уларнинг кўзлари ёнади, қўллари юқорироқ кўтарилади, юзларида табассум ўйнайди, жавоб беришга хоҳишлари баланд.

Б) 6-7 синфларнинг рус тили ўқитувчиси В.Ф. бир ҳолатдан иккинчи ҳолатга осон ўта олади. Танаффус вақтида ўқитувчилар хонасида унинг атрофида хурсандчилик ва жонланиш бўлади. В.Ф. қандайдир кулгили воқеани айтиб бераётган эди, лекин кўнғироқ чалинган ўқитувчининг юз қиёфаси жиддийлашди. Синфда у ҳар доим ҳаракатда, тез ва шиддат билан юради. Ҳеч қачон ўқувчиларнинг тушунмасликларидан жаҳли чиқмайди, ўзини тутати, босиқ ва сабрли. Унинг дарсларда қўллайдиган рус тили бўйича материалларни мустаҳкамлашнинг энг яхши кўрган усулларида бири мусобақа типига қисқа муддатли динамик ўйиндир. Ўйин 5 минут давом этади ва юқори темпда ўтади. У ўқитувчидан катта оперативликни, эпчилликни талаб қилади.

Шундай қилиб, иккала ўқитувчи ҳам педагогик топшириқларни муваффақиятли, лекин турлича ҳал қилишади.

**5-масала.** Қуйидаги психологик-педагогик характеристикалар бўйича ўқувчиларнинг темперамент типини аниқланг.

1) С., 3-синф. Сусткаш, шошилмасдан, ёйилиб юради, секин, лекин ўйлаб, изчил гапирди. Дарсда етарлича бефарқ қиёфада ўтиради, ўзи қўлини кўтармайди, лекин ўқитувчининг саволига одатда тўғри жавоб беради. Ўқитувчи нега қўлини кўтармаганини сўраса: «Шунчаки...» – деб жавоб беради. Уни кулдириш ёки жаҳлини чиқариш қийин. Ўзи одатда дўстларини хафа қилмайди, бошқаларни жанжалига аралашмайди. Кек сақламайди. Дўстлари учун нимадир қилишга эринади. Мулоқотга кам киришади, кўпинча жим туради. Янги материални дарҳол тушунмайди, уни бир неча марта такрорлашга тўғри келади, лекин вазифаларни тўғри ва тартибли бажаради. Тартиб-интизомни яхши кўради. Ўтган йили ўқишга янги келганда, болалар билан дўстлашишга қийналган эди.

2) Р., 3-синф. Ўта қизиқувчан. Кўпинча кучи етмайдиган ишларни ўзига олади, жуда ҳам ҳаракатчан. Ҳар қандай дақиқада ўрнидан туриб кетиб, истаган йўналишга «учишга» тайёр. Қўллари тинч турмайди. Бошини тез-тез ва кўп ҳамма томонга буради. Жуда жиззаки. Материални тез, тўғри қабул қилади, лекин шошганидан пойинтар-сойинтар жавоб беради. Доимо унга: «Дарҳол жавоб берма, ўйлаб ол, шошилма» дейишга тўғри келади, кулгидан дарҳол жаҳлга ўтади ва аксинча. Ҳарбий ўйинларни яхши кўради. Жуда ташаббускор. Ўқитувчиларни саволлар билан кўмиб ташлайди. Жаҳли чиққанда ўзини тутиб туролмайди. Яхши баҳолар олишни яхши кўради.

3) Д., 2-синф. Жуда таъсирчан, кичкина нохушлик ҳам уни мувозанатдан чиқариб юборади, ҳар қандай арзимаган нарсага ҳам йиғлайди. Бир куни у портфелидан дарслигини топа олмагани учун йиғлаб юборди, салдан кейин эса дарслик портфелда эканлиги аниқланди. Жуда аразчи. Хафагарчиликни узок

вақт эслаб юради ва уларни оғриқли ўтказди. Хаёлпараст, дўстлари билан ўйнаш ўрнига ойнага қараб хаёл суриб туради. Ҳамма қоидаларга итоат билан бўйсунди. Болалар жамоасида пассив. Кўпинча ўз кучига ишонмаслигини сезиб қолади. Агар ишида қийинчиликлар учраса, осонлик билан шашти пасаяди, ўзини йўқотиб қўяди, ишини охиригача бажармайди, лекин топшириқни бажариш қатъий талаб қилинса, кўпинча бошқалардан ёмон бажармайди.

4) В., 2-синф. У қиз жуда ҳаракатчан, дарсларда бир дақиқа ҳам жим ўтирмайди, ҳар доим гавда ҳолати ўзгариб туради, қўлида бир нимани ўйнатади, ёнидаги ўртоғи билан гаплашади. Ҳамма янги нарсаларга тез қизиқади, лекин қизиқиши тез сўнади. Кайфияти қувноқ ва тетик. «Ишларинг қалай?» - каби саволга одатда табассум билан, ҳатто олган баҳолари унча яхши бўлмаса ҳам, «Жуда яхши!» - деб жавоб беради. «Беш»лари ҳақида хурсандчилик билан уйидаги ҳаммани хабардор қилади. «Икки»ларини беркитмайди, лекин доимо тетиклик билан: «Бу менда ... тасодифан ...» деб қўшиб қўяди. Айрим ҳолларда хафа бўлади, ҳатто йиғлайди, лекин узоқ вақт эмас. Мимикаси жонли. Ҳаракатчанлиги ва тиниб-тинчимаслигига қарамасдан, уни осон тартибга чақириш мумкин. Қизиқарли дарсларда катта энергияга эга ва меҳнатга лаёқатлилигини кўрсата олади. Дугоналари билан осон келишади, янги талабларга тез кўникади, жуда гапдон.

5) Ф., 3-синф. Камҳаракат, вазмин, жиддий қиз. Бирон-бир топшириқни бажаришдан олдин уни обдон ўйлаб олади. Одатда ишни секин, лекин ҳар доим яхши бажаради. Бу асосан унинг назорат ишларида яққол кўринади. У дафтарини деярли охирида топширади, лекин доимо ҳаммаси тўғри ечилган бўлади. Дарсда жавоб берганда ҳар доим тўғри, аммо бир маромда гапиради.

### **Назорат учун савол ва топшириқлар:**

1. Шахс ва индивид тушунчаларининг фарқини биласизми?

2. «Эндопсихика» ва «Экзопсихика» нима?
3. Шахс шаклланиши ва ривожланишида қандай омиллар таъсир этади?
4. Ижтимоийлашув қандай жараён?
5. Шахс йўналганлиги нима ва у қандай таркибий қисмларга бўлинади?
6. Темперамент ва унинг физиологик асосларини тушунтиринг.
7. Темпераментнинг қандай типлари мавжуд?
8. Темперамент типларининг психологик тавсифини беринг.
9. «Характер» ва «характерология» тушунчаларини таърифланг.
10. Характерологияга оид билимлар тарихини қисқача изоҳланг.
11. Инсон характериға таъсир қилувчи омиллар нима?
12. Характер хислатлари қандай гуруҳларға бўлинади?
13. Характер акцентуацияси нима?
14. Характер акцентуациясининг қандай типларини биласиз?
15. Қобилият тўғрисида умумий тушунча беринг.
16. Қобилиятнинг сифат ва миқдорий тавсифини тушунтиринг.
17. Қобилиятнинг қандай турларини биласиз?
18. Талант нима?
19. Қобилият, талант ва лаёқат бир-биридан қандай фарқланади?
20. Қобилиятлардаги туғма ва орттирилган сифатлар нимаси билан фарқланади?

## IV БОБ. ПСИХИК ЖАРАЁНЛАР ВА ҲОЛАТЛАР

### 4.1. Хотира

«Индивиднинг ўз тажрибасида эсда олиб қолиши, эсда сақлаши ва кейинчалик уни яна эсга тушириши *хотира* деб аталади». Бунда *хотира* – атроф-муҳитдаги воқелик (нарсани) бевосита ва билвосита, ихтиёрий ва ихтиёрсиз равишда, пассив ва актив (фаол) ҳолда, репродуктив ва продуктив тарзда, вербал ва новербал шаклда, мантиқий ва механик йўл билан акс эттирувчи эсда олиб қолиш, эсда сақлаш, қайтадан эсга тушириш, унутиш ҳамда таниш, эслашдан иборат психик жараён алоҳида ва умумийлик намоён қилувчи ижтимоий ҳодиса, барча таассуротларни ижодий қайта ишлашга йўналтирилган мнемик (*юнон. «μνημα» - хотира*) фаолият, психиканинг «танаси» сифатида намоён бўлади.

Таърифда хотиранинг эсда олиб қолиш, эсда сақлаш, эсга тушириш, унутиш, таниш, эслаш каби асосий жараёнлари алоҳида ажратиб кўрсатилса-да, лекин уларнинг ҳар бири мустақил ҳолат ва жараён ҳисобланмайди. Чунки улар муайян фаолият давомида, хоҳ билиш, хоҳ мнемик фаолият бўлишидан катъий назар шаклланади ва ўша фаолият тузилиши, моҳияти ва мазмуни билан белгиланади. Шунинг учун инсон томонидан муайян бир материални эсда олиб қолиш, эсда сақлаш, эсга тушириш унинг индивидуал тажриба кўлами, билим савияси ва ақл-заковати даражасига боғлиқдир. Чунки эсда олиб қолинган нарса ва ҳодисаларни кейинчалик қўллаш учун эсга тушириш тақозо этилиши – бу мнемик фаолиятни талаб қилиши демакдир. Ўзлаштирилган материалларнинг ушбу фаолият доирасидан чиқиб кетиши эса унинг унутилишига олиб келади. Материални эсда сақлаш шахс фаолиятида унинг қандай акс этишига боғлиқ бўлиб, улар ҳар хил ҳолатларда одамнинг билиш фаолияти, хулқ-атвори ҳаётий тажрибаси ва маданий малакаси билан белгиланади.

Шундай қилиб, хотира шахс психик фаолиятининг энг муҳим таркибий қисмларидан бири бўлиб ҳисобланади. Шунини алоҳида таъкидлаш керакки, хотиранинг бош роли ўтмишда юз берган нарса ва ҳодисаларни акс эттириш билан чекланиб қолмасдан, балки ҳам ҳозирги, ҳам келгусида амалга ошириш режалаштирилган воқеликнинг рўёбга чиқишини таъминлайди. Табиатда ва жамиятда намоён бўладиган ҳар қандай тоифадаги психик ҳодиса ўзининг таркибига кирувчи ҳар бир қисмни муайян тартибда ўзаро боғланган тарзда сақлаб қолинишини талаб этади. Турли кўринишга эга бўлган «боғланиш»га имконият ёки шарт-шароит вужудга келмаса, у ҳолда ривожланиш ҳам бўлмас эди, чунки И.М.Сеченов ибораси билан айтганда, киши «чақалоқлик ҳолатида» мангу қолиб кетган бўларди.

Хотира психология фанининг чуқур тадқиқ қилинган жараёнларидан бири бўлиб ҳисоблансада, лекин фан ва техниканинг тараққиёти кўп жиҳатдан хотира муаммоларининг ўрганилишига боғлиқдир. Жаҳон психология фанида ассоциативизм, гештальтизм, бихевиоризм, фрейдизм каби кўплаб йўналишлар мавжуд бўлишига қарамасдан, бугун хотиранинг ягона ва тугалланган назарияси ишлаб чиқилмаган. Илмий-назарий хусусиятларга эга бўлган, гипотетик фараз тарзидаги назариялар ва қарашларнинг ҳаддан ташқари кўплиги кибернетика, тажриба ва генетик биология, биокимё, физиология, тиббиёт нуқтаи назаридан ёндашганлиги билан таснифланади. Бу нарсанинг барчаси хотирани ўрганишнинг *психологик, физиологик ва биокимёвий* босқичлари мавжудлигидан далолат беради.

Хотирани ўрганишнинг ҳар уччала даражаси ичидан унинг психологик даражаси тадқиқ қилиниши ўзининг бой материаллари билан бошқаларидан сезиларли устунликка эга бўлиб, психология фанида хилма-хил йўналишлар ва назариялар ишлаб чиқилганлиги ҳамда оригинал, инновацион ғоялар илгари сурилганлиги маълумдир. Бу назариялар негизида хотира жараёнларининг шаклланишига инсоннинг фаоллиги қандай аҳамиятга эгалиги ва бундай

фаолликнинг механизми қандай юзага чиқиши ҳақидаги муаммоларни таснифлаш ва баҳолаш ётади.

### *Хотиранинг психологик назариялари*

**1. Ассоциатив назарияси.** Ушбу назарияга кўра ўзлаштирилиши лозим бўлган нарса ва ҳодисаларнинг хотирадаги мавжуд маълумотлар билан ўхшашлиги, ёндошлиги, қарама-қаршилиги асосида *боғланишлар* ҳосил қилиниши хотира самарадорлигини белгилайди.

**2. Гештальт назарияси** эса маълумотларни умумлаштириб, яхлитлаб ўрганишни тавсия қилади.

**3. Фрейдизм назарияси** асосчиларининг фикрича, маълумот шахс эҳтиёжи, қизиқиши, мотиви, мотивацияси, эмоцияси, фаолиятининг мақсади билан боғлиқ бўлса, бу маълумот осон ўзлаштирилиб, секин унутилади.

**4. Бихевиоризм назарияси** эса сақлашнинг муҳим омили – такрорлаш эканлигини эътироф этади.

**5. Мантиқий назария** (Бине, Бюллер). Маълумотларнинг мазмундорлиги, моҳиятан англанилганлик даражаси эса сақлашни енгиллаштириб, унутиш суръатини сусайтиришга замин ҳозирлайди.

**6. Фаолият назариясида** инсон учун ҳаётӣ, ижтимоӣ, касбий аҳамиятли бир қатор воқеликлар, маълумотлар асло унутилмаслиги, одатда шахснинг фаолиятда иштирок этиш даражасига қараб маълумотнинг эса сақланиши таъкидланади.

Юқорида мулоҳаза юритилган психологик назария ва йўналишлар таҳлилига қуйида хотира жараёнлари (эса олиб қолиш, эса сақлаш, қайта эса тушуриш, унутиш)ни ёритишда батафсилроқ тўхталамиз.

### *Хотиранинг физиологик назарияси:*

**1. Нерв тизимида изларнинг сақланиши.** Нерв тизими илгариги қўзғатувчиларнинг изларини аниқ сақлай олиш қобилятига эга. Агар бир хил хусусиятга эга бўлган сигнал қанчалик кўп учраса, синалувчи унга шунчалик тез



мослашади, худди шу тарика тезкорликда (реакциянинг латент вақти жуда қисқа бўлишига қарамай) жавоб қайтариб, бу қонун энг оддий шароитларда ҳам сақланиб қолади.

Инсон мияси бир марта берилган қўзғатувчининг изини узоқ вақт аниқ сақлаб, изларнинг аниқлиги вақт ўтиши билан йўқолмайди, балки у борган сари кучайиб боради.

**2. Изларнинг «консолидацияланиш» жараёни.** Изларнинг «консолидацияланиш» (мустаҳкамланиш)и учун муайян вақт талаб қилинади. Миянинг қўзғалишига таъсир қилувчи турли моддалар изларнинг сақланишига турлича «чуқурликда» таъсир қиладилар. Баъзилари 3-4 кун олдин ҳосил қилинган кўникмаларни йўқотса, бошқалари изларнинг ҳосил бўлишига таъсир қилади. Изларнинг мустаҳкамланиши маълум вақтни талаб қилади ва ушбу жараёнда турли куч билан таъсир қилувчи ҳолатлар ҳукм суради.

Инсон томонидан муайян изларни ўзлаштириш деган гап изларнинг мустаҳкамланганлиги эмас, чунки уларнинг мустаҳкамланиши учун маълум вақт зарурдир. Бу вақт кўпгина омилларга боғлиқ бўлиб, жумладан, булар қаторига индивидуал хусусиятлар ва уларнинг имконини киритиш мумкин.

Маълум бўлишича, изларнинг «консолидация»ланишини тезлаштирувчи моддалар ҳам маълумдир. Бундай препаратларнинг бири – *отрихин* бўлиб, бу инъекция қилинса, консолидацияни тезлаштириш билан бирга, унга салбий таъсир кўрсатувчи моддаларга нисбатан «яшовчанрок» қилиб қўяди.

**3. Хотиранинг физик ва нейрон из қолиш назариялари.** Физик из қолиш назариясида нейронлардан нерв импульсларининг ўтиши ўзидан кейин физик из қолдириши эътироф қилинади. Бу назария тарафдорларининг фикрига қараганда, изларнинг физик акс этиши синапсларда юзага келадиган электрик ва механик ўзгаришларда ўз аксини топади.

Олиб борилган тадқиқотлар (Лоренте, Мак Коннел) натижасидан маълум бўлишича, нерв хужайраларидан чиққан аксонлар бошқа хужайралардаги

дендритлар билан қўшилиши натижасида реверберлаштириш (*реверберлаштириши-айланма акс эттиришидир*) ҳодисаси вужудга келади.

Протоинлар ҳосил бўлиши билан боғлиқ бўлган ҳолатлар биокимёвий реакциялар деб аталиб, бу ҳодисани жаҳон психологлари узоқ муддатли хотиранинг психофизиологик механизми деб атайдилар.

### ***Хотиранинг биохимик назарияси:***

**1. Синапсларнинг электрохимик ўзгаришлари босқичи.** Бу назариянинг асосий моҳияти эса олиб қолиш жараёнининг икки босқичли характерда эканлигини билдиради. Биринчи босқичда қўзғатувчининг бевосита таъсиридан сўнг, мия хужайраларида асл ҳолига қайтувчи физиологик ўзгаришларни келтириб чиқарадиган қисқа муддатли электрохимик реакция юз беради. Иккинчи босқич биринчи босқич негизида юзага келиб, аслида у янги оксил моддалар (протеинлар)нинг ҳосил бўлиши билан боғлиқ бўлган биохимик реакциялардан иборатдир. Биринчи босқич секундлар ёки минутлар мобайнида давом этиб, бу қисқа муддатли хотиранинг механизми ҳисобланади.

**2. РНК (рибонуклеин) сифат ва миқдорининг ўзгариши босқичи.** Нерв хужайрасининг қўзғатилиши РНК (ДНК генетик, ирсий хотиранинг, РНК эса онтогенетик яъни орттирилган хотиранинг асоси ҳисобланади)нинг кўпайишига олиб келади ва унга таниш қўзғатувчиларнинг такрорий таъсир кўрсатишидан тебраниш қобилияти борлиги ҳақида хабар берувчи узоқ давом этадиган биохимик излар қолдиради. РНК жуда ўзгарувчан бўлиб, унинг эҳтимолдаги ўзига хос ўзгаришлар миқдори  $10^{15} - 10^{20}$  сони билан ўлчанади, бу эса РНК жуда катта миқдордаги ахборотларнинг калитини ўзида мужассамлаштиришини билдиради.

**Хотира турлари.** Хотира инсоннинг ҳаёти ва фаолиятининг барча соҳаларида қатнашиши туфайли унинг намоён бўлиш шакллари, ҳолатлари, шарт-шароитлари, омиллари ҳам хилма-хил кўринишга эгадир. Одатда хотиранинг икки тури мавжуд: 1) ***тузма*** (ирсий) хотира; 2) ***орттирилган*** хотира.

*Тугма хотира* оддийгина қилиб тушунтирганда шартсиз рефлекслар йиғиндиси бўлса, *орттирилган хотира* эса шахснинг ҳаёт ва фаолияти жараёнида шаклланиб, ривожланиб боради. Орттирилган хотиранинг ўзи муайян турларга бўлинади:

***Ҳаракат хотираси*** – турли ҳаракатлар ва уларни бажарилиш тартиби, тезлиги, суръати, тизими ва б.ни эсда қолдириш, сақлаш, эсга туширишдан иборат хотира турига айтилади.

Мазкур хотира турининг ғоят катта аҳамияти шундан иборатки, у юриш, ёзиш, ифодали ҳаракат малакалари билан бир қаторда ҳар хил амалий меҳнат малакалари таркиб топишининг асосини ташкил қилади. Агар инсонда ҳаракат хотираси бўлмаганда эди, у биронта ҳаракатни амалга ошириш тугул ўша ҳаракатнинг айнан ўзини ҳар гал «бошдан бошлар», ўрганар эди.

***Ҳис-туйғу ёки ҳиссий хотира.*** Бу хотира ҳис-туйғулар, руҳий кечинмалар, ҳиссиётлар бизнинг эҳтиёжларимиз ва қизиқишларимиз қандай қондирилаётганлигидан, атрофимиздаги нарса ва ҳодисаларнинг хусусиятига нисбатан муносабатларимиз қай тарзда амалга оширилаётганлигидан доимо хабар бериб туради. Шунинг учун ҳар бир кишининг ҳаёти ва фаолиятида ҳиссий хотира тури жуда катта аҳамият касб этади.

Воқеликдаги нарса ва ҳодисалардан ўз-ўзимизга бўлган муносабатларимиздан келиб чиқадиган ёқимли ҳамда ёқимсиз кечинмаларни эсда қолдириш, эсда сақлаш эсга туширишдан иборат хотира тури *ҳиссий хотира* деб аталади. Улар биз руҳиятимизда кечирган, маънавиятимизга таъсир қилувчи, хотирамизда сақланиб қолган ҳис-туйғу, эҳтирос, алам, армон кабилар жонланишга, ҳаракатга ундовчи ёки ўтмишда салбий кечинмаларга эга бўлган ҳаракатлардан сақлаб турувчи сигнал тарзида намоён бўлиб,

мазкур хотира турига ўзга кишиларнинг руҳий ҳолатига ҳамдард (эмпатия) бўлиш, қайғуриш сингари инсон туйғулари асосланади.

**Образли (сенсор) хотира** – тасаввурлар ва турмуш манзаралари, шунингдек, товушлар, таъмлар, ранглар, шакллар билан боғлиқ бўлиб, у нарса ва ҳодисаларнинг аниқ образларини, уларнинг хусусиятлари ва боғланишларини эсда қолдириш, онгда мустаҳкамлаш ҳамда зарурият туғилганда эсга туширишдан иборат хотира туридир.

Психология фанида образли хотиранинг бир нечта турлари ажратиб кўрсатилади. Улардан бири *изчил образлар* бўлиб, у сенсор хотиранинг энг содда кўриниши ёки шаклидир. Уларнинг намоён бўлиш ҳодисаси қуйидагилардан тузилган: агар субъект (шахс)га бир неча дақиқа оддий кўзгатувчи юборилса, жумладан, 10-15 сек., ёрқин қизил квадратга қараб туриш таклиф этилса, сўнг текширилувчи олдидан квадрат олиб кўйилса, у қизил квадрат ўрнида худди шундай геометрик шакл изини кўришда давом этади, асосан, бу шакл кўк-яшил рангда гавдаланади. Мазкур из ўша заҳоти, баъзан бир неча секунддан кейин пайдо бўлиб, 15 секунддан то 45-60 секундгача ўша объектда сақланиб туради, шундан сўнг у аста-секин оқара бошлайди. Натижада ўзининг аниқ контурини йўқотади, кейинчалик мутлақо йўқолиб кетади, гоҳо бутунлай йўқолиш учун қайтадан пайдо бўлиши мумкин. Одамларнинг индивидуал-типологик хусусиятларига қараб, изчил образларнинг аниқлиги ва давомийлиги турлича бўлиши мумкин.

Изчил образлар *салбий* ва *ижобий* турларга бўлиниб, агар изчил равишда одам қизил рангга қараб туриб, сўнгра нигоҳини оқ қоғозга кўчирса, у ҳолда объектда кўк-яшил ранг пайдо бўлгандай туюлади – бу *салбий изчил образлар* деб аталади. Бу ҳолатни яна бир мисол орқали тушунтирилса, қуйидаги кетма-кетлик ҳодисаси намоён бўлади. Қоронғи хонада кўз олдига бир нарса, масалан, қўл яқинлаштирилса, сўнгра қисқа муддатли (0,5 сек) электр чироғи ёқилса, бу ҳолда чироқ ўчгандан кейин одам бир неча дақиқа давомида

нарсаларнинг аниқ образларини кўришда давом этади. Мазкур образ ўз рангида бир қанча муддат сақланиб, сўнг кўздан йўқолади, бу *ижобий изчил хотира* дейилади.

Изчил образлар хотира жараёнининг содда изларига мисол бўлиб, уни онг билан бошқариб бўлмайди, яъни хоҳишларга қараб узайтириш, ихтиёрий равишда қайта тиклаш мумкин эмас. Изчил образларни эшитиш, тери орқали сезишда кузатиш мумкин, лекин бу вазиятда изчил образлар кучлироқ намоён бўлиши ва қисқа муддат давом этиши кузатилади.

**Эйдетик образлар** (юнон. «эйдос» - образ) изчил образлардан фарқли равишда бунда нарса ва ҳодисаларнинг образлари яққолроқ намоён этади. Хотиранинг бу тури немис психология мактабининг намоёндалари ака-ука Йенишлар томонидан таърифлаб берилган.

Хотиранинг бу тури жаҳон психология фанида тажрибада текширилиб кўрилган. Тажрибада текширилувчига 3-4 минут давомида расм кўрсатилган ва тасвир олиб қўйилгандан сўнг, унинг таркибий қисмлари, тузилиши ҳақида қатнашчиларга саволлар берилади, ушбу жараёнда аниқ эйдетик образга эга бўлган иштирокчилар расмни кўришда давом этаётгандай ҳар бир саволга аниқ жавоб беришга эришганлар.

Тажрибаларда аниқланишича, эйдетик образлар узоқ вақт инсон онгида сақланиши, мабодо уларнинг излари йўқолиб кетган бўлса ҳам, лекин ҳеч қандай қийинчиликсиз унинг сиймоси қайта тикланиши мумкин экан.

Психофармакологик тадқиқотларнинг кўрсатишича, эйдетик образларни кучайтирувчи калий ионлари ва шунингдек, уни кучсизлантирувчи кальций ионлари моддалари мавжуд экан. Илмий изланишларда олинган миқдорий материаллар эйдетик образлар пайдо бўлишининг психологик илдизларини чуқурроқ очишга хизмат қилиб келмоқда.

**Тасаввур образлари** хотиранинг янада мураккаброқ тури бўлиб, бунда эйдетик образларга қараганда анча бой бўлиб, ўзига хос хусусиятлари билан

ажралиб туради. Тасаввур образларини эйдетик образлардан ажратувчи фарқ – тасаввур образларининг *полимодаллик хусусияти*, бунинг асосий моҳияти тасаввур образлари кўриш, эшитиш, тери орқали сезиш изларининг таркибий қисмларини бирлаштиришидир. Масалан, мева тўғрисидаги тасаввур образи унинг ташқи кўриниши (шакли, ранги, мазаси, оғирлиги, вазни)ни ўзаро бирлаштириб акс эттиради.

Тасаввур образларининг эйдетик образлардан асосий фарқи, у ўз таркибига нарсга ҳақидаги тасаввурларни ақлий жиҳатдан қайта ишлашни киритади ва жисмларнинг асосий хусусиятларини ажратиб, маълум бир категорияга бирлаштиришидир. Масалан, инсон гул образини фақатгина эсга туширмайди, балки уни муайян бир сўз ёки тушунча билан атайди, номлайди, хусусиятларини ажратиб кўрсатади, аниқ бир категория моҳиятига киритади.

*Сўз-мантиқ хотираси* мазмунини фикр ва мулоҳазалар, аниқ ҳукм ҳамда хулоса чиқаришлар ташкил этиб, уларни ифодалаш фақат ўзлаштирилаётган материалларнинг асосий маъносини изоҳлаш, талқин қилиб беришга қаратилган бўлади.

Уларни сўзма-сўз ифодаланилишини айнан айтиб беришга қаратилган бўлиб, маълумот, ахборот, хабар, материал маъно жиҳатдан қайта ишланмаса, у ҳолда материални сўзма сўз ўзлаштириш *механик* эсда олиб қолиш дейилади.

*Ихтиёрий ва ихтиёрсиз хотира*. *Ихтиёрий хотира* деганда маълум мақсадни рўёбга чиқариш учун, муайян даврларда ақлий ҳаракатларга суянган ҳолда амалга оширишдан иборат онг бошқарувидаги хотира жараёни тушунилади.

*Ихтиёрсиз хотиранинг* муҳим хусусиятларидан бири – махсус мнемик мақсадсиз, ақлий, асабий, иродавий зўр беришсиз ҳаётий аҳамиятга эга бўлган кенг кўламдаги маълумот, хабар, ахборот, таассуротларнинг кўпчилик қисмини акс эттиришидир. Шунга қарамасдан, инсон фаолиятининг турли жабҳаларида ўз хотирасини бошқариш зарурати туғилиб қолиши мумкин. Бундай шароитда,

ҳолатларда, вазиятларда ғавқулодда керакли нарсаларни ихтиёрий равишда эсда сақлаш, эсга тушириш ёки эслаш имкониятини яратадиган хотиранинг мазкур тури катта аҳамиятга эга бўлади.

**Қисқа муддатли, узок муддатли ва оператив хотира.** Бирор материал (шакли, моҳиятидан қатъий назар) хотирада мустаҳкам жой олиш учун инсон томонидан тегишли равишда қайта ишлаб чиқиши, зарур материалларни бундай ишлаб чиқиш учун маълум даражада муддат талаб этиши табиий ҳолдир. Ана шу муддат оралиғида хотирада қайта тикланаётган изларни *консолидациялаш – мустаҳкамлаш* деб қабул қилинган.

Жуда кўп қайтаришлар ва қайта тиклашлар натижасида материални узок муддат давомида эсда сақлаб қолиш *узок муддатли хотирага* хос бўлса, ундан фарқ қилган ҳолда *қисқа муддатли хотира* бир марта ҳамда жуда қисқа вақт оралиғида идрок қилиш ва шу ондаёқ қайта тиклашдан сўнг қисқа муддатли эсда олиб қолиш билан характерланади.

Ҳозирги замон илмий адабиётларида қисқа муддатли хотиранинг бир қанча атамалари мавжуд: «бир лаҳзалик», «зудлик», «дастлабки» ва б.

**Оператив хотира** воситачилик функциясига эга бўлиб, у инсон томонидан бевосита амалга оширилаётган фаол, тезкор ҳаракатлар, усуллар учун хизмат қилувчи жараённи англатувчи мнемик ҳолатдир. Масалан: математик амални бажаришга киришар эканмиз, биз уни муайян бўлақларга ажратиб ҳал қилишни мақсад қилиб қўйиб, оралиқ натижаларини ёдда сақлашга интиламиз, ниҳоясига (охирга, яқунланишга) яқинлашган сари айрим материаллар эсдан чиқа бошлайди. Ёки матнни талаба ёки ўқувчи томонидан ўқишда, уни кўчириб ёзишда, ижодий фикр юритишда, ақлий фаолиятни амалга оширишда ҳам оператив хотира яққол кўзга ташланади.

**Феноменал** хотира туғма қобилиятлар билан бевосита боғлиқ бўлиб, бир вақтнинг ўзида нисбатан жуда катта ҳажмдаги маълумотларни эсда олиб қолиш, сақлаш ва қайта эсга туширишдир. Масалан, тарихий шахслар орасида Юлий

Цезар, Наполеон, Моцарт, шахмат устаси Алехин каби инсонлар хотираси ана шундай ноёб бўлганлиги ҳақида маълумотлар мавжуд. Таниқли, рус психологи ва нейропсихологи А.Р.Лурия ҳам ана шундай хотира соҳибларидан бири, шунингдек, асли касби журналист бўлган Шерешевский деган шахс хотирасини атайлаб узоқ вақт мобайнида ўрганган. У Дантенинг «Илоҳий комедия»сидан олинган узундан-узоқ парчани бир марта қараб олгандан сўнг, 15 дақиқадан кейин сўзма-сўз айтиб бера олган экан. Шуниси қизиқ эдики, комедия унга нотаниш бўлган италян тилида ёзилган эди. Кўпчиликни қандай қилиб яхши, мустаҳкам эсда сақлаб қолиш муаммоси қизиқтирса, Шерешевский учун қандай қилиб унутиш масаласи мураккаб эди. Уни хотира образлари доимо қийнар, кўрган нарсалари кўз олдида гавдаланаверар эди. Қандай қилиб эслаб қоласиз? деган саволга у шундай жавоб берган: мен «материални» ўзимга таниш ва севимли бўлган Москва кўчаларига жойлаштираман. Бир марта бир материалнинг бир бўлаги ўша «кўчанинг» салқин тушган ерига тушиб қолиб, эсга тушириши анча қийин бўлган экан. Шунга ўхшаш ҳар бир феноменал хотира эгаларининг ўзига хос эслаб қолиш услублари бўлар экан.

### ***Эсда олиб қолиш жараёни***

Эсда олиб қолиш жараёни сезги, идрок, тафаккур ва ички кечинмаларни хотирада сақланиш хусусиятида ифодаланади. Жамики нарса инсонга етарли даражада тушунарли бўлмаса, у тақдирда уларни эсда олиб қолиш жараёни жуда қийин кечиши мумкин. Ўрганилаётган материалнинг мазмуни ва маъносини тушуниб олиш учун эса одам уни таҳлил қилишга, умумлаштиришга ҳаракат қилади.

Психология фанида эсда олиб қолишнинг қуйидаги турлари мавжуд:

- ✚ маълумотларни эшитиш орқали эсда олиб қолиш;
- ✚ эгаллаш ёки ўзлаштириш зарур бўлган материалларни кўриш ёрдамида эсда олиб қолиш;
- ✚ материалларни ҳаракат ёрдамида эсда олиб қолиш;



✚ аралаш ҳолатда эсда олиб қолиш, яъни эшитиш, кўриш, ҳаракат кабилар орқали эсда олиб қолиш.

Ассоциатив психология мактабининг вакили, таниқли психолог Г.Эббингауз жаҳон психологиясида биринчи бўлиб 1885 йилда олий руҳий жараён бўлган хотирани (1888 йилда интеллектни) илмий тажриба методи негизида текшириб, хотирани «соф» кўринишда ўрганишга ҳаракат қилиб, маъно касб этмайдиган бўғинлардан фойдаланади. У унутишнинг вақтга боғлиқлигини тажриба орқали аниқлаган. Натижаларга кўра, материал ёд олингандан сўнг унутиш суръати тез, кейинчалик у бирмунча секинлашар экан.

Г.Эббингауз ва шогирдлари томонидан ўтказилган жуда кўп тадқиқотлардан шу нарса маълум бўлдики, унутиш суръати материалнинг маъноли ёки маъносизлигига, унинг қанчалик англанилганлигига боғлиқ бўлиб, маълумот қанчалик англанилган, тушуниб олинган бўлса, у ҳолда унутиш ҳам шунчалик секин кечади. Маълумотни ўзлаштириш ёки эсда олиб қолиш – инсоннинг эҳтиёжлари, қизиқиши, фаолиятнинг мақсади билан боғлиқ бўлса, бу материал секин унутилади.

Инсоннинг ўз устида мустақил ишлаши, ўз-ўзини такомиллаштириш, ўз - ўзини бошқариш имконияти, узлуксиз машқ қилиши, зарур кўникма ва малакаларни эгаллаши, ички имкониятлардан унумли фойдаланиши эсда олиб қолиш самарадорлигини оширишга хизмат қилади.

### *Эсга тушириш*

Эсга тушириш узок муддатли хотира тизимида аввал мустаҳкамланган турли хусусиятли материаллар ва таассуротларни оператив (тезкор) хотира жабҳасига кўчиришнинг фаоллашуви назарда тутилади. Ўзлаштирилган материалларни хотирада қайта тикланиши, яъни хотирада тўпланиб (йиғилиб) қолган изларнинг фаоллашув жараёни мураккаб ёки енгил кечишининг даражаларига кўра қуйидаги кўринишга эга бўлади:

1) «автоматик» тарзда таниш (ихтиёрий, ихтиёрсиз);

2) қарийб унутилиш даражасида бўлган нарса ва ҳодисаларни қийинчилик ва азоб билан эслаш;

3) хотирлаш;

4) тўлиқ ёки қисман эсга тушириш;

5) кечиктирилган.

*Таниш* деб нарса ва ҳодисаларни инсон томонидан қайта идрок қилиш шароитида эсга туширишдан иборат хотира жараёнига айтилади. Ушбу хотира жараёни тўғрисида идрок қилинган нарсалар, ҳодисалар, воқеликлар ва инсонлар билан қайта дуч келинганда уларни қайтадан идрок қилинмасдан, балки уларни қайсидир хусусиятларига асосланиб таниймиз.

Таниш жараён сифатида ҳам *ихтиёрсиз*, ҳам *ихтиёрий* тарзда намоён бўлиши мумкин. Таниш тўлиқ, ёрқин, аниқ амалга ошган бўлса, у ҳолда бир дақиқали ихтиёрсиз ақлий ҳаракат тарзида кечади ёки юзага келиб, бу жараёнда ҳеч қандай жисмоний, асабий, ақлий зўриқишсиз, пайқаманган ҳолда аввал идрок қилган жисмлар ёки субъектлар тез танилади.

Эсга тушириш жараёни танишдан фарқли равишда мўлжалланган объектни қайтадан идрок қилмасдан эслаш орқали бевосита тарзда амалга оширилади. Мабодо ўзлаштирилган маълумотлар хотирада пухта мустаҳкамланган бўлса, у ҳолда уларни эсга тушириш енгил кечади. Баъзан материалларни ҳар қандай вазиятда, турли ёшдаги инсонлар томонидан эслаш имкони вужудга келмаса, у тақдирда фаол кидирув фаолиятини амалга ошириш зарурати туғилади ва *эслаш* жараёни деб аталади.

*Хотирлаш* бу шахсининг ўтмишдаги образлар, воқеликлар ва таассуротларнинг муайян вақт ва фазо жиҳатидан мувофиқлашишини, яъни уларни қачон, қаерда, қандай шароитда кечганлиги эсга туширишдир.

### ***Унутиш ва эсда сақлаш***

Унутиш бу ўзига хос турли хил изоҳталаб руҳий когнитив ҳодисадир. Шахс фаолиятига сингиб кетган маълумотлар (объектлар, субъектлар) унинг

учун муайян аҳамият касб этганлиги туфайли булар мутлақо унутиб юборилмайди, инсон фаолиятига сингиб кетган материаллар унинг эҳтиёжлари билан бевосита алоқага киришганлиги сабабли унутиш билан курашиш жараёнининг ишончли воситаси ҳисобланади. Эсда сақлашнинг муҳим омили ёки усули – бу **такрорлаш** ақлий ҳаракатидир.

Адабиётлар таҳлиliga асосланган ҳолда мана бундай хулосага келиш мумкин:

биринчидан, бир мавзудан бошқа бир мавзуга ўтиш чоғида бироз тўхталиш қилиш туфайли асабий таранглашув, жиддийлик, ақлий зўриқиш камаяди;

иккинчидан, аудиториядан ташқари машғулотларда мустақил билим олишда турдош, жинсдош ўхшаш фанлар юзасидан эмас, балки ўзаро бир-бири билан кескин тафовутланувчи соҳалар бўйича тайёргарлик ишларини йўлга қўйиш даркор.

Олий таълим тизимида муваққат (вақтинча) унутиш билан сал-пал ҳамда узоқ муддатли унутиш турларини фарқлаш жоиз. Баъзи ҳолларда талаба билимини баҳолаш кезидаги англашилмовчиликнинг вужудга келиши муваққат (вақтинча) унутиш шароити ва хусусиятини ҳисобга олмай, узоқ муддатли унутиш сифатида қарор қабул қилишнинг оқибатидир.

Муваққат нерв тизими алоқаларини узоқ муддат сақланиши уларнинг мустаҳкамлик, барқарорлик даражаси учун муҳим аҳамиятга эга. Муваққат алоқалар камроқ мустаҳкамланган бўлса, пухталиқ етишмаса, улар тезгина сўнади ёки аксинча. Шунинг учун ҳар қандай материални аввал бошдан пухта ўзлаштириб мустаҳкамланса, шунча узоқроқ эсда сақланади ва камроқ унутилади. Ўзлаштирилаётган маълумотга нисбатан шахсда мойиллик, қизиқиш, мотивация мавжуд бўлса, уни узоқроқ эсда сақлашга замин ҳозирлайди.

Эббингаузнинг кўрсатишича, маълумотни ўзлаштиришнинг дастлабки дақиқаларида унутиш жадал кечади, муайян вақт ўтгандан кейин унинг суръати пасаяди. Унутиш маълумотнинг мазмунига, янгилигига, тушунишнинг оғир ёки енгиллигига, касбий ва ижтимоий аҳамият касб этишига ҳам боғлиқ. Худди шу сабабдан шахс томонидан англанилган маълумот аста-секин унутилади. Машқ қилиш, такрорлаш, турғун, барқарор қизиқишни шакллантириш мумкин қадар унутиш суръатини пасайтиради.

Илмий тадқиқотларда унутиш ўзлаштирилган маълумотнинг ҳажмига боғлиқ эканлиги таъкидланиб, муайян вақт ўтгандан кейин ўзлаштирилган маълумотни эсда сақлаш фоизи унинг ҳажмига тескари пропорционал муносабатда бўлиши тасдиқланган. Агарда бир хил шароитда (вазиятда) берилган маълумотлар ҳам сифат, ҳам миқдор жиҳатдан ўхшаш бўлса, у ҳолда эсда олиб қолиш жараёнида уларни ҳисобга олиш ўзлаштириш самарадорлигини оширар экан. Бунда шахснинг индивидуал хусусиятлари, хотира типлари, укувчанлик қобилияти, ноёб хислатига боғлиқ.

Эсда сақлашда яхлитлик муҳим ўрин эгаллайди, чунки, мазкур жараёнда матн (мавзу)даги асосий ҳолатлар, қонуниятлар, назариялар, қиёсий таҳлиллар, ёрқин ифодалар, жонли нутқ маҳсуллари ўз изини қолдириб, бунда маълумотларнинг умумлашган даражасига бевосита боғлиқдир. Жами умумийликдан мазмуний-назарий йўналишга ва ундан яқка алоҳидаликка фикран ўтиш эсда сақлашнинг оқилона ақлий воситаси бўлиб ҳисобланади. Умумлашмаларни умумлаштириш, мавҳум ҳолатларни мавҳумлаштиришнинг фикрий ҳаракатларига асосланган маълумотлар эсда сақлашнинг энг қулай шарт-шароитлари саналади.

**Хотиранинг бузилиши.** Хотира бузилишининг ҳар хил турларини клиник таҳлил қилиш XIX аср охирига тааллуқлидир. Бироқ хотира бузилишини мунтазам равишда ўрганиш фақат рус олими С.С.Корсаков ишларидан кейин, айниқса у хотира бузилишининг алоҳида турини баён этганидан сўнг бошланди.

Хотиранинг бузилиши жараёнида гипоамнезия, гиперамнезия ва амнезия кўп учрайди.

**Гипоамнезия** – хотиранинг сусайиши бўлиб, унда одам ўз ихтиёри билан муайян вақтлардаги воқеаларни эслаш қобилиятидан маҳрум бўлади. Шу нарса қайд қилинадикки, кексалардаги гипоамнезияда улар янги маълумотларни эслаб қолиш ва айтиб беришга жуда қийналадилар, айти вақтда эса эскиларини анча яхши эслайдилар. Гипоамнезиялар оғир касалликлардан кейин, толиқиш, астеник ҳолатларда рўй беради. **Гиперамнезия** – хотиранинг кучайиши бўлиб, бу ҳолат руҳий беморларда кўзғалишда, жумладан, маниакал ҳолатларда учрайди ва у эслашга алоқадор бўлади, кундалик воқеаларни эслаб қолиш эса ўзгармаган ҳолда қолади ёки сусаяди. Руҳий тушкунликка тушган, бирор бахтсизликдан эзилган кўпгина кишилар ўтмишдаги хотираларнинг қуйилиб келишидан шикоят қиладилар. Гўё аллақачон унутиб юборилган воқеалар хотирада турли-туман воқеа сифатида жонланади. Баъзан шунга ўхшаш ҳодисалар юқумли касалликларда ҳарорат юқори бўлганда кузатилади. Хотиранинг бошқа муҳим бузилишларига **амнезиялар** – хотиранинг йўқолиши ёки эслай олмаслик киради. Айрим пайтларда амнезия беморлар ҳаётининг қатъий чегараланган бир бўлагини ўз ичига олади, у беморнинг хотирасидан мутлақо ўчиб кетади. Ҳушдан кетиш, кома ҳолатида бўлиш даврида хотира йўқолиши амнезияга оддий мисол бўлади. У одатда ўзига ким ёрдам берганини ҳам, қандай қилиб касалхонага тушиб қолганини ҳам эслай олмайди, бу эса *антероград амнезия* дейилади. Бош мия шикастланганда, шикастланишдан олдин рўй берган воқеаларнинг хотирада қолмаслиги ҳам кузатилади. Баъзан бунда шикастланишнинг оғир ёки енгиллигига қараб маълум бир вақтни (соатлар, кунлар, ҳатто ойлар) ўз ичига оладиган воқеалар унутилади ва хотиранинг бундай бузилиши *ретроград амнезия* деб аталади. Баъзи касалликларда амнезиялар жуда кенг кўламда бўлади. Масалан, қарилик туфайли эс пасайганда етуклик ёшидаги деярли барча воқеалар ва саналар хотирадан кўтарилади ҳамда беморлар ёшлик давридаги, ҳатто

болалигидаги таассуротлар дунёсига чўмади. Бунда улар бир замонлар бошларидан кечирган воқеалар ва кечинмалари ҳақида худди кеча бўлиб ўтган воқеадек гапирадилар, аллақачонлар ўлиб кетган одамлар билан учрашишни кутадилар, ўз ҳаётларида бўлиб ўтган муҳим воқеаларни асло эслай олмайдилар.

**Парамнезиялар** – йўқ нарсани эшлаш ҳисобланади. Бунда бемор ҳаётида бўлиб ўтган воқеани шу воқеа бўлиб ўтган вақтга алоқадор, деб ҳисобламайди. С.С.Корсаков ўзига хос касаллик полиневритик психозни баён этиб, бунда антероград ва ретроград амнезиялар билан бир қаторда сохта хотиралашлар ҳам бўлади, деб таъкидлайди. Бунда беморлар гарчи касалхонада ётган бўлсалар-да, ҳозиргина сайрдан, ишдан қайтганларини айтадилар. Кундалик воқеаларни эса мутлақо хотирада сақлаб қола олмайдилар. Хотира бузилишлари аломатларининг бундай йиғиндиси **Корсаков синдроми** деб аталади.

**Амнестик афазия**да одам буюмларнинг номини унутиб қўяди. Хотирадан кўтарилган буюмни таниш одатда бузилмайди, бироқ унинг белгиси ва сўз билан баён этиб бериладиган модел хотирада бўлмайди ёки жуда қийинчилик билан айтиб берилади. Амнестик афазия – бош миянинг оғир органик зарарланиш симптомидир. Бу симптом кенг тарқалган бўлиб, томир-дисциркулятор ҳамда дегенератив-атрофик жараёнларда кузатилади. Хотира алданишлари қаторида *криптамнезия* маълум, яъни бунда бемор бировнинг фикрини худди ўзиникидек қилиб гапириб беради. Адабиётда шундай хотира хатоларига алоқадор бўлган беихтиёр *плагнат* тушунчаси баён этилган.

## **Психологик тренинг:**

### **“ТАНИШИШ” ўйини**

Тренинг кўрсатмасига биноан унинг ўнг ёки чап томонида турган иштирокчилардан биттаси ўз исмини айтади. Иккинчи иштирокчи эса биринчисини ва ўзининг исмини айтади. Тренингнинг учинчи иштирокчиси эса, биринчисини, иккинчисини ва ўзининг исмини айтади ва шу тариқа охиригача давом этади. Тренингнинг охириги иштирокчиси биринчисидан бошлаб, то гуруҳ аъзоларининг ҳаммасини исмини айтади. Гуруҳ аъзоларининг бир-бири билан танишиши мана шу тарзда амалга ошади.

Агар гуруҳ аъзолари таниш бўлсалар, иккинчи турда бир иштирокчи ўзига «тахаллус» (ассоциатив, гештальт, бихевиоризм, фрейдизм, феноменал, оператив, эйдетизм каби) ўйлаб топиб, кейин ўша тахаллус бўйича ўзини таништиради.

***Мақсад:** шахслараро чиниқиш, хотирани мустаҳкамлаш, эмоционал тангликнинг олдини олиш.*

## **4.2. Диққат**

Диққат инсон фаолиятининг барча турларини муваффақиятли амалга оширишнинг, уларнинг самарадорлигини таъминлашнинг муҳим шартларидан бири ҳисобланади. Киши фаолияти қанчалик мураккаб, серзахмат, давомийлик жиҳатдан узоқ муддатли, масъулият ҳиссини тақозо қилса, у диққатга шунчалик юксак шартлар ва талаблар қўяди. Инсон зийраклиги, фаросатлилиги, тез пайқаши, синчковлиги, дилкашлиги унинг турмуш шароитида, шахслараро муносабатида муҳим омил сифатида хизмат қилади. Диққат ақлий фаолиятнинг барча турларида иштирок этади, инсоннинг хатти-ҳаракатлари ҳам унинг иштирокида содир бўлади.

*Диққат* деб инсон ҳис-туйғусини ва онгини бир нуктага тўплаб, муайян бир объектга фаол қаратилишига айтилади. Инсон фаолияти жараёнида идрок ва тасаввур қиладиган ҳар бир нарса, ҳар бир ҳодиса, ўзи қилган иши, ўй ва фикрлари диққатнинг объекти бўла олади.

Диққат узлуксиз равишда, муайян даражада фаоллик хусусиятини сақлаб туриб, бундай фаоллик, онгнинг бирон бир объектга йўналишининг кучайиши ва маълум вақт давомида диққат йўналтирилган нарсага онгнинг фаол қаратилишини регулировка қилиб туради ҳамда мазкур ҳолатнинг сақланишини таъминлайди.

Диққат сезги, идрок, хотира, тафаккур, хаёл, нутқ каби психик жараёнларда қатнашади, уларнинг маҳсулдорлигини оширишга таъсир этади. Шу боисдан, диққат қаратилган объектлар онг тўпланган нуктасида аниқ, яққол акс эттирилади.

Диққат индивиднинг ҳиссий, ақлий ёки ҳаракатлантирувчи фаоллиги даражасининг оширилишини тақозо этадиган тарзда онгнинг йўналтирилганлиги ва бирор нарсага қаратилганлигидир (Е.Б.Пирогов). Берилган таърифга биноан, ушбу йўналтирилганлик субъектнинг эҳтиёжларига, унинг фаолияти мақсадлари ва вазифаларига мос келадиган объектларнинг танланганлигида, ихтиёрсиз ёки ихтиёрий танлашда ва ажратишда вужудга келади. Диққатнинг муайян объектларга тўпланиши, тўпланганлиги (концентрацияланиши) айни пайтда бошқа жисмлардан чалғишни ёки уларнинг вақтинча (муваққат) инкор этилишини талаб қилиб, ана шу омилларга кўра, акс эттириш равшанланиб боради, тасаввурлар, мулоҳазалар фаолият яқунлангунга қадар, қўйилган мақсадга эришгунча онгда сақланади. Шу тариқа диққат фаолиятни назорат қилиб боради ва уни бошқаради. Шунинг учун кўпгина психологлар (П.Я.Гальперин ва унинг шогирдлари) диққатнинг юксак турини билиш жараёнлари, кишининг хулқ-атвори кечишини бошқариш имкониятига эга эканлигини таъкидлайдилар. Диққатнинг бирор объектга йўналишига кўра *сенсор*



*(перцептив), ақлий (интеллектуал), ҳаракатлантирувчи (ҳаракат)* шакллари мавжуд.

Диққат муайян объектга тўпланиши кўп жиҳатдан инсоннинг *ҳис-туйғуси, иродавий сифати, қизиқиши* кабиларга боғлиқдир.

Ҳис-туйғулар ва эмоционал ҳолатлар диққатнинг объекти билан узвий боғлангандагина унинг учун ижобий аҳамият касб этиб, улар қанчалик кучли ва кўтаринки тарзда намоён бўлса, демак, диққат ҳам шунчалик объектга мустаҳкам қаратилади. Ҳислар, эмоциялар диққатнинг ҳам ихтиёрсиз, ҳам ихтиёрий турларини зўрайтиради. Инсоннинг амалий ва ақлий фаолияти жараёнида унинг онги муайян даражада янги билимлар маълумотлар билан бойиб бориши натижасида диққат ҳам такомиллашиб боради. Инсоннинг барқарорлашган кайфияти диққатнинг кучи ва илдамлигини оширади, танловчанлигига ижобий таъсир этади. Стресс, аффект сингари эмоционал ҳолатлар диққатга салбий таъсир этади ва уни ташқи таъсирларга берилувчан, кучсиз қилиб қўяди. Бунинг оқибатида диққат чалғийди, бўлинади, паришонлик намоён бўлади, фаолиятдаги бир текислик бузилади.

### *Диққат турлари*

Психологияда диққатнинг объектга кўра ташқи ва ички; фаолият шаклига кўра индивидуал, гуруҳий ёки жамоавий; ҳосил бўлиш хусусияти ва амал қилиш усулига қараб ихтиёрсиз, ихтиёрий, ихтиёрийдан сўнгги турларга бўлинади.

*Ташқи диққат* деб онгимизнинг объектив воқеликдаги нарса ва ҳодисаларга, уларнинг айрим белги ва хусусиятларига йўналтирилиши, уларда фаол тўпланишига айтилади. Ташқи диққат фақат идрок қилиш жараёнидагина намоён бўлмасдан, балки фикр юритилаётган нарсаларга ҳам қаратилади. Жумладан, ихтирочининг ўзи яратган нарсасини тасаввур қилиши, рассомнинг образларни кашф қилиш жараёни, муҳандиснинг тўғон қурилишини кўз ўнгига келтириш билан боғлиқ ҳолатлар бунга мисол бўла олади.

**Ички диққат** эса онгимизнинг ўз субъектив таассуротларимиз, ҳис-туйғуларимиз ва интилишларимизга қаратилишидан иборатдир. Инсон онгининг ўзида содир бўлаётган ўз ҳиссиётларини, фикрларини, орзу истакларини ва шу кабиларни кузатишда ташқи диққатдан фарқли ўлароқ ички диққат юзага келар экан, бунда диққатнинг ҳар иккала кўриниши ҳам фаолиятнинг муваффақиятли яқунланишига муносиб ҳисса қўшиш имкониятига эгадир.

Бир киши онгининг муайян объектга қарата йўналтирилиши ва унга тўпланишига **индивидуал**; бир гуруҳ ёки кўпчиликдан иборат кишилар жамоасининг онги психик фаолиятнинг бирор объектга қарата йўналтирилиши ва шу объект устида тўпланишига **гуруҳ** ёки **жамоа диққати** деб юритилади.

Диққатнинг **ихтиёрий** тури кўпинча иродавий деб номланиб, диққатнинг муайян объектга йўналтирилиши ирода кучи билан сақлаб турилади. Ироданинг фаолиятни амалга оширишда иштирок қилиши кўп жихатдан кишининг мақсадига интилиши, ишчанлик қобилияти, психологик тайёрлигига боғлиқ. Шу боисдан, диққатнинг кучи, барқарорлиги, мустаҳкамлиги, илдамлиги одамнинг муайян фаолиятини бажаришга мойиллиги, шайлиги билан ўлчанади. Ҳар қандай фаолиятни амалга оширишнинг бошида қийинчиликлар юзага келиб, улар кишидан иродавий зўр беришни талаб қилади. Фаолиятни бажаришдаги нуқсонларнинг намоён бўлиши диққатни тўплашдаги қийинчиликларнинг оқибатидир.

**Ихтиёрий диққат** – онгининг олдиндан белгиланган мақсадга мувофик иродавий ва асабий фаоллик кўрсатган ҳолда муайян объектга йўналиши ва унга тўпланишидан иборат диққат туридир.

Диққатнинг объектга тўпланиши, мустаҳкамланиши одамнинг қизиқишларига боғлиқдир. **Ихтиёрсиз диққат**нинг фаолиятда мужассамлашишида кишининг иштиёқи ва қизиқиши катта аҳамиятга эгадир. Одатда фаолиятга қизиқиш бевосита ва билвосита шаклда намоён бўлади.

Бевосита қизиқиш фаолият жараёнига, хатти-ҳаракатларнинг ўзига, иш услубларига қаратилган қизиқишдан иборатдир.

**Ихтиёрсиз диққат** – онгимизнинг олдиндан белгиланган мақсадсиз равишда муайян объектга йўналтирилиши ва унга тўпланишидан иборат диққат туридир. Ихтиёрсиз диққат объектлари нарса ва ҳодисаларнинг одатдан ташқари ҳолати, белгиси, сифати ва бошқалардир.

**Ихтиёрийдан сўнгги диққат** – диққатнинг муайян объектга аввало ихтиёрий равишда қаратилиб, сўнгра унинг аҳамияти тушунилган сари ўз-ўзидан қаратилиб бориладиган (автоматлашган) диққат тури бўлиб, ушбу тушунча психология фанига Н.Ф.Добринин томонидан киритилган. Ихтиёрийдан сўнгги диққат бирор объектга узоқ муддат қаратилиши билан белгиланиб, бунда ҳеч қандай сезиларли иродавий куч-ғайрат сарфланмаса ҳам бўлади. Инсоннинг юқори даражадаги жадал ва унумли ақлий фаолиятини ҳамда барча турдаги меҳнатнинг юқори, самарали кўрсаткичи диққатнинг шу тури билан боғлиқ бўлади.

### ***Диққат хусусиятлари***

Психологияда диққатнинг барқарорлиги, ўзгарувчанлиги, кўчувчанлиги, бўлиниши, тақсимланиши, кўлами каби хусусиятлари ҳақида мулоҳазалар юритилади.

Диққатнинг **барқарорлиги** унинг давомийлиги ва у юз берган бутун вақт мобайнида қаратилганлик даражаси билан белгиланади. Диққатнинг барқарорлиги диққат қаратиладиган объектларнинг хусусиятларига ва диққати йўналтирилган шахснинг фаоллигига боғлиқ бўлиб, у диққатнинг ўз объектига кучли йўналтирилиши ва фаол тўпланишидан иборат ижобий хусусиятдир.

Диққатнинг **ўзгарувчанлиги** унинг барқарорлик хусусияти билан боғлиқ бўлиб, бунда диққат узлуксиз тарзда объектга қаратилиши натижасида диққат вақти-вақти билан кучайиб ёки сустлашиб кетиши кузатилади. Диққатнинг ўзгарувчанлиги – идрок, хотира, тасаввур ёки тафаккур жараёнида диққатнинг

маълум вақт ичида дам кучайиб, дам сусайиб туришдан иборат қонуният; диққат баъзан минутига 25-30 марта ҳам ўзгаради. Диққатнинг ўртача ўзгариш – тебраниш частотаси 2-3 секундга тенгдир.

Диққатнинг **кўчиши** субъектнинг бир фаолиятдан иккинчи фаолиятга, бир объектдан иккинчи объектга, бир ҳаракатдан иккинчи ҳаракатга атайлаб ўтишида намоён бўлиб, бунда кўчиш тўлиқ ёки чала бўлиши мумкин.

Диққатнинг **бўлиниши** унинг кўчишидан фарқли ўлароқ ихтиёрсиз тарзда бўлади. Диққатнинг бўлиниши шахснинг асосий фаолиятини муваффақиятли амалга ошириш учун аҳамиятсиз бўлган объектга кўчишида намоён бўлади.

Диққатнинг **тақсимланиши** – икки ва ундан ортиқ фаолият турларининг айна бир вақтнинг ўзида муваффақиятли бажариш имконияти билан боғлиқ хусусиятидир. Диққатнинг тақсимланиши мураккаб фаолият жараёнини амалга оширишда алоҳида аҳамиятга эга. Масалан: шофёрнинг, ўқитувчининг иш жараёнидаги диққати тақсимланган диққатдир.

Диққатнинг **кўлами** (*ҳажми*) унинг тақсимланиш хусусияти билан белгиланиб, айна бир вақтнинг ўзида аниқ-равшан идрок этиладиган объектлар сони билан тавсифланади. Диққатнинг объектлари ўртасида қанчалик яқин боғланишлар мавжуд бўлса, унинг ҳажми шунчалик кенг бўлади ва аксинча. Диққатнинг ҳажми экспериментал шароитда 2 - 6 мустақил объектга тенгдир.

Диққат *объекти* – онгимиз атрофдагилардан ажратиб олган ҳолда йўналтирилган ва фаол тўпланган нарса ёки ҳодиса. Диққат объекти фақат объектив нарсалар эмас, балки субъектив ҳодисалар, ўз хис-туйғуларимиз, фикрларимиз, хаёл ёки хотира тасаввурларимиз ва бошқа шу кабилар ҳам бўлиши мумкин.

Диққатни объектга қарата олмаслик ва йўналтира олмаслик билан боғлиқ салбий хусусиятлар, яъни **диққатнинг бузилиши** ҳам учраб туради. Улардан бири паришонликдир. **Паришонлик** – диққатни маълум бир объектга қарата олмасликдан иборат салбий хусусият. Паришонлик вақтинча ҳолат бўлиши ҳам,

шахснинг нисбатан барқарор хислати бўлиши ҳам мумкин. Паришонликнинг икки тури мавжуд бўлиб, бири диққатни умуман ҳеч нарсага қарата олмаслик бўлса, иккинчиси диққатни муайян объект устига кучли тўплантириб, бошқа нарсаларга қаратилмаслигидир. Паришонлик психопатологик сабабларга кўра келиб чиқиши ҳам мумкин.

**Диққатсизлик** – диққатни объектга йўналтира олмаслик ва тўплай олмаслик, атрофдаги кишиларга нисбатан эътиборсизлик ёки илтифотсизликдан иборат шахснинг яна бир салбий характер хислатидир.

Диққатсизликнинг биринчи тури диққатнинг тарқоқ бўлиши ва кам тиғизланиши билан характерланади. Бу ўзгариш мактаб ёшига етмаган соғлом ёш болаларда ва астения ҳолатидаги беморларда кузатилади. Диққатсизликнинг иккинчи тури диққатнинг ўта тиғизлиги ва қийин ички кўчувчанлик билан ўтади. Диққатнинг бу тури ўзида қандайдир ғояларни ушлаб турувчи, ўзини ички кечинмаларига ўраллашиб қолган шахсларда кузатилади. Бош мия пешона соҳасининг бевосита шикастланиши натижасида диққатнинг ўзига хос бўлган бузилиш, яъни диққатнинг кўчувчанлик ҳолати кузатилади. Бундай ҳолат маниакал ҳолатидаги беморларда кузатилади. Айрим вақтларда диққатнинг кўчувчанлиги патологик жиҳатдан кучаяди. Беморнинг диққати янгидан-янги ҳосил бўлган объектларга, сўзларга, суҳбатларга тез-тез бўлиниб кўчиб туради. Натижада бундай беморлар узок муддатгача диққатини бир нуқтага тўплай олмайдилар.

Учинчи турдаги диққатсизлик нафақат диққатнинг кучсиз тўпланиши, балки жуда суст кўчувчанлиги билан характерланади. Диққатнинг бундай бузилиши қарилик ёшида церебрал атеросклероз касаллигида ва кислород етишмовчилиги рўй берган ҳолатларда кузатилади.

Мазкур салбий хислатлар **диққат депрессияси** (лот. «*depresio*» - *пасайиш*) яъни турли ташқи ва ички омилларга кўра объектда тўпланиш ва мустаҳкамланишнинг кучсизланиши ва бузилишига олиб келиб, бунда **диққат**

**коррекцияси** (лот. «*correctio*» - *тузатиш*) яъни инсонда диққат патологик ҳолатга (бузилишга) учраганда махсус усул ва услублардан фойдаланиб тузатиш талаб этилади.

**Диққатнинг физиологик ва нейрофизиологик механизмлари.** Диққатнинг физиологик асослари тўғрисида мулоҳаза юритилганда фан оламида иккита таълимотнинг моҳиятига тўхталиб, уларнинг *биринчиси* (И.П.Павлов) диққатнинг физиологик асоси қўзғалиш жараёнининг бош мия ярим шарлар қобиғининг айрим участкаларида тўпланиши натижасида **оптимал қўзғалиш ўчоғининг ҳосил бўлиши** ва айна вақтда манфий индукция қонунига биноан мия қобиғидаги бошқа нерв марказларининг маълум даражадаги тормозланишидир.

Нерв жараёнларининг индукцияси – олий нерв фаолиятининг қўзғалиш ва тормозланиш жараёнлари ўртасидаги ўзаро муносабат: МНСининг бирор марказида қўзғалиш пайдо бўлса, у бошқа марказларда тормозланишнинг келиб чиқишига, тормозланиш эса қўзғалишнинг келиб чиқишига сабаб бўлишдан иборат қонуният бўлса, нерв тизими жараёнларнинг концентрацияси эса марказий нерв тизимидаги қўзғалиш ёки тормозланиш жараёнларининг вақт ўтиши билан дастлабки пайдо бўлган участкасига тўпланиш қонунидир.

*Иккинчиси* эса, доминанта (А.А.Ухтомский) назариясидир. **Доминанта** (лот. «*dominans*» - *ҳукмронлик қилувчи*) – муайян нерв участкасидаги кучли қўзғатувчанлик қобилиятига эга бўлган қўзғалиш маркази. Доминанта мавжудлигида ундан бошқа нерв марказлари тормозланган бўлади. Доминанта марказий нерв системага келган ҳар қандай қўзғалиш импульсларни қабул қилиб, уларга тегишли жавоб қайтаради-да, шу тариқа бошқа марказларни тормозлаш эвазига ўз фаолиятини яна кучайтиради. Доминанта тушунчаси физиология фанига А.А.Ухтомский томонидан киритилган. Унинг исботлашича, доминанта орқа миядан тортиб, то бош нерв марказларининг ишлаш принципини ташкил қилади.

Ҳозирги замон психофизиология фанида миянинг специфик бўлмаган тизимига оид турли тузилишидаги диққат ҳолатларининг ретикуляр формация, таламус, гипоталамус ва гиппокампларга алоқаси ҳақида анатомик, физиологик ва клиник маълумотлар мавжуддир.

Ҳозирги замонда диққатнинг нейрофизиологик механизмларини тадқиқ этиш, кўп жиҳатдан психик жараёнлар кечишининг танловчанлик хусусиятига боғлиқдир. Кўтарилувчи ретикуляр формацияни активлаштириш таъсири танловчанликка эга бўлиб, бу танловчанлик асосий биологик системалар хусусиятига мос (муносиб) тушиб, организмни актив фаолият сари ундайди.

Тушувчи ретикуляр формацияни активлаштириш муҳим аҳамият касб этиб, активлаштириш импульси толалари бош мия пўстидан (пешона ва чакка медиал қисмларидан) бошланиб, ундан стволнинг юқори бўлинмалари аппарати томон йўналадилар. Олимларнинг фикрича, мазкур тизим диққатни олий шаклининг физиологик механизмларига таъсир этиш нуқтасига жуда яқин жойлашгандир.

Миянинг пешона қисми қўзғовчини вужудга келтиришда муҳим аҳамиятга эга, чунки одамда фаоллик ҳолатининг ўзгариши унга бевосита боғлиқдир. Шунинг учун хайвон ёки одам мия пўстининг лимбик областидаги қўзғовчиларнинг кучайиши тушувчи ретикуляр формация тўқималари бўйлаб ҳаракат қилувчи импульслар манбаи ҳисобланади.

Демак, диққатнинг нейрофизиологик механизмлари тўғрисида мулоҳаза юритилганда, кўтарилувчи ретикуляр тизим бош мия пўстига импульсларни етказувчи, активациянинг биологик шартланган шакли эканлигини, тушувчи ретикуляр тизим эса импульсларнинг актив таъсирини вужудга келтириш имкониятини таъкидлаб ўтиш мақсадга мувофиқ.

### *Диққатнинг психологик талқини*

Психология фанида диққатни ўрганишнинг яна икки хил назарияси мавжуддир. Биринчи назария негизида онгнинг бир нуқтага йўналганлиги ётади. Иккинчи назарияга биноан унинг замирида организмнинг ориентировка фаолияти

туради. Ушбу гипотезаларни илгари сурган психологлар диққатни йўналганлигининг объектга боғлиқлигини ва унда жараёни бошқариш имконияти мавжудлигини тушунтиришга ҳаракат қилади. Н.Ф.Добринин, А.Н.Леонтьев, П.Я.Гальперинларнинг фикрича, организмнинг қидирув ҳаракатлари, ориентировка фаолияти икки қисмдан иборатдир.

Я.Гальперин диққати суст бўлган болалар устидан «ақлий хатти-ҳаракатларни босқичма-босқич шакллантириш назарияси»га асосланиб, бир неча сериядан иборат тажриба ишларини олиб борган. «Ақлий хатти-ҳаракатларни босқичма-босқич шакллантириш» тажрибаси 5 сериядан иборат бўлиб, унинг биринчи қисмида 23 та синалувчи (3-синф ўқувчилари) қатнашган. Уларга 14та хатоси бор матн берилиб, уларни тузатиш вазифаси қўйилади. П.Я.Гальперин назариясига биноан, бу асосда болаларда ориентирлашни шакллантириш керак. Шунинг учун 1-серия «Ориентирлаш асоси» деб номланади.

Тажрибанинг 2-серияси эса, «Моддийлаштириш» деб аталиб, 9та синалувчидан 20-25 минут давомида ўтказилади. Бу тажриба индивидуал тарзда олиб борилади. Ўқувчилар текстдаги хатоларни топиб, уларни карточкалардан текширишлари (такқослашлари) керак. Тажрибада 5та ўқувчи кўпроқ қийинчиликларга дуч келишади, овоз чиқармасдан ўқиб, тезгина хатоларни тузатишади.

3-серия объектни овоз чиқариб муҳокама қилиш дейилади. Берилган топшириқни бажариш жараёни бирмунча қийин кўчади. Чунки ҳали бу ёшда болаларда ўз-ўзини назорат қилиш шакланмаган бўлади. Шунинг учун тажрибада уй топшириқларини ўқувчилар мустақил тарзда ечадими ёки йўқми назорат қилиш ота-оналардан илтимос қилинади.

Ва ниҳоят, шунга эришилдики, «диққатсизлик» йўқолиб, ўқишга муносабат ўзгаради. Уларда интилувчанлик ва қунт шаклланиб, ўз-ўзига ишониш, ўз хатти-ҳаракатларини назорат қилиш пайдо бўлади.



4-серия шивирлаб ўзи учун мулоҳаза юритишдан иборатдир. Бу серияда «диққатсизлик» туфайли қилинаётган хатолар барҳам топади. Болалар ушбу босқичда 0,2 хатога йўл қўядилар, холос.

5-серия - «Дилга жо қилиш» («в уме») дир. Бу серияда экспериментаторлар ўз олдиларига назорат қилиш хатти-ҳаракатларини умумлаштириш вазифасини қўядилар.

■ «Шахмат доскасига фигура ҳолати тўғрилигини текшир»

■ «Шулар орасидаги ўхшашини топ»

■ «Намунавий карточкадаги рақам билан бунисидаги (карточкадаги) рақам бир хилми, текшир»

■ «Бетартиб жойлашган рақамлар ичидан мана бунақасини топ» ва бошқалар.

Умуман олганда, 3-сериянинг натижалариданоқ кўринадик, топшириқлар кўламини (хажмини) кенгайтириб назорат қилиш хатти-ҳаракатларини шакллантиришга асос бўлади.

Диққат муаммосини ўрганувчи олимлар унинг бошқа психик жараёнлар билан боғлиқлиги ва роли масалаларини ўрганганлар (жумладан, Н.Н.Ланге, А.Р.Лурия ва б.).

Жаҳон психологияси фанига ўзининг дурдона асарлари билан танилган олимлардан бири – бу рус психологи Н.Н.Ланге ҳисобланади. У ўзининг «Иродавий диққат назарияси» деган китобида (1893 йилда босилган) диққатнинг назариясига бағишланган жамики ишларнинг хронологик тарзда туркумларга (гурухларга) ажратиб хайрли ишни амалга оширган.

Э.Ғ.Ғозиев ўқув фаолиятида диққатни шакллантиришда иродавий диққат билан эмоционал қизиқишнинг бирлашуви, кўз югуртириш, иллюстрацияларни чуқур таҳлил қилиш, мантиқий урғуга эътибор бериш, текстдан мантиқий хатони топиш, текстдаги нуқсонларни пайқаш усулларида фойдаланиб тажриба ўтказиб,

диққатни асослаб беради. Тажрибаларда топширикни бажариш учун унга диққат йўналтирилади, уни ечиш фаолиятида эса диққат шакллантирилади.

То шу кунга қадар кўпгина психологлар (хоҳ чет эл, хоҳ собиқ совет психологи бўлишидан қатъий назар) диққатни ўқувчи ва талабаларда тарбиялаш, ўстириш ва фаоллаштириш тўғрисида мулоҳаза юритиб келмоқдалар. Э.Ғ.Ғозиев фикрича, диққатни анъанавий услубга таянган ҳолда махсус воситалар ёрдамида дарсдан ташқари қизиқарли материаллар ҳисобига такомиллаштириш юзасидан мулоҳаза юритишдан кўра, балки таълим жараёнида ўқувчи ва талабалар томонидан фан асосларини ўзлаштириш кезида уни (диққатни) шакллантириб бориш зарур. Бунинг учун у диққатни шакллантиришга бевосита таъсир қилувчи қуйидаги усуллардан фойдаланишни тавсия этади:

- ✚ материалларга кўз югуртириш;
- ✚ материалларни тасаввур қилиш;
- ✚ кўргазмали материалларни ўқиш;
- ✚ чуқур таҳлил қилиш;
- ✚ гаплардан хато топиш;
- ✚ мантикий урғуга эътибор бериш;
- ✚ мантикий нуқсонни топиш.

### 4.3. Сезги ва идрок

Сезги оддий психик билиш жараёни бўлиб, моддий қўзғатувчиларнинг муайян рецепторларга бевосита таъсир этиши орқали реал оламдаги нарса ва ҳодисаларнинг айрим хусусиятларини ва шунинг билан бирга, инсон организмнинг (унинг аъзоларининг ички ҳолатларини алоҳида-алоҳида акс эттиришдан иборат билишнинг дастлабки босқичидир. Инсон атроф-муҳитдаги моддалар шаклини, ҳаракатлар кўринишини, уларнинг хоссаларини ўзига хос хусусиятларини сезги органлари ёрдамида, сезгилар орқали билади, холос.

Сезгилар тўғрисидаги илмий таълимотларга биноан нарсалар ва уларнинг хоссалари, таркибий қисмлари, хусусиятлари, шакллари, ҳаракати бирламчи ҳисобланиб, сезгиларнинг ўзи эса ташқи ва ички кўзғатувчиларнинг сезги аъзоларига таъсир этишининг маҳсулидир. Сезгилар моддий (объектив) борлиқнинг, воқеликнинг ҳаққоний тасвирини акс эттириб, улар қандай кўринишга, шаклга, хусусиятга эга бўлса, улар худди шундайлигича ҳеч ўзгаришсиз, айнан акс эттириш имкониятига эгадир.

Психологияда сезгиларнинг физиологик асосини ва механизмларини анализаторлар таъсири натижасида юзага келувчи асаб (нерв) жараёни, унинг тизими, тузилиши ташкил қилади. Физиолог ва психологларнинг таълимотларига кўра, анализатор учта таркибий қисмлардан иборат:

1) ташқи куч-қувватни (энергияни) асаб (нерв) жараёнига айлантириб берувчи периферия қисмдан, яъни рецептордан;

2) анализаторларнинг периферия қисмини марказий қисм билан боғловчи афферент (марказга интилувчи асаб толаси), ўтказувчи асаб йўлларидан;

3) периферия қисмларидан келувчи нерв импульслари (ҳаракатлари) қайта ишланувчи анализаторларнинг мия пўстидаги қисмлар.

Периферик нервларнинг учлари (кўз, кулоқ, тери, бурун кабилар), таъсиротни элтувчи (афферент), жавоб қайтарувчи (эфферент) нерв толалари, анализаторларнинг орқа ва бош мия марказлари анализаторини ташкил қилади.

Ч.Шеррингтон сезгиларни қуйидагича классификация қилади:

✱ ташқи муҳитдаги нарса ва ходисаларнинг хусусиятларини акс эттиришга мослашган ҳамда рецепторларга тананинг сиртқи қисмига жойлашган **экстериорецептив сезгилар** (рецепторлар);

✱ ички тана аъзолари ҳолатларини инъикос этувчи ҳамда рецепторлари ички тана аъзоларида, тўқималарида жойлашган **интериорецептив сезгилар**;

✱ тана ва гавданинг ҳолати ҳамда ҳаракатлари ҳақида маълумот (ахборот, хабар) берувчи, мускулларда, боғловчи пайларда, мушакларда жойлашган

***проприорецептив сезгилар.***

Экстериорецептив сезгилар кўриш, эшитиш, ҳидлаш, тери-туйиш, таъмаза каби турларни ташкил қилади. Кўриш сезгилари бош мия пўстининг орқа бўлагига жойлашган бўлса, эшитиш сезгилари мия пўстини тепа бурмасининг қисмда жойлашаган. Тери-туйиш, ҳаракат сезгилари эса мия пўстини марказий бурмасининг орқа қисмидан ўрин олган.

***Сезгиларнинг хусусиятларига*** – сифатлари, жадаллиги, давомийлиги ва фазовий локализацияси киради.

***Сифат*** сезгининг асосий хусусияти бўлиб, уни бошқа сезги турларидан фарқлайди ва айти шу сезги тури чегарасини ўзгартиради. Масалан, эшитиш сезгилари товушнинг баландлиги тембри, қаттиқлиги билан тафовутланади, кўриш сезгилари эса рангларнинг куюқлиги, жилоси, товланиши, тони ва бошқа шу кабилар билан фарқланади. Сезгиларнинг сифат жиҳатидан кўп турлилиги материя ҳаракати шаклларининг турли-туманлилигини акс эттиришидир.

Сезгиларнинг ***жадаллиги*** уларнинг микдорий тавсифидан иборат бўлиб, таъсир қилаётган кўзғатувчининг кучи ва рецепторнинг функционал ҳолати билан белгиланади.

Сезгиларнинг ***давомийлиги*** уларнинг вақтинчалик тавсифланишидан иборат бўлиб, у ҳам сезги аъзоларининг функционал ҳолати билан, шунингдек, кўзғатувчининг таъсир қилиш вақти ҳамда жадаллиги билан ўлчанади.

Кўзғатувчи сезги аъзосига таъсир қилиши билан дарҳол сезги ҳосил бўлмайди, балки у бир қанча дақиқадан кейин вужудга келади. Ана шу қисқа вақт сезгининг ***латент (яширин)*** даври деб аталади. Латент даври сезги турлари учун ҳар хил фурсатда кечади. Масалан, тактил сезгилари учун латент даври 130 миллисекунд, оғриқ сезгилари учун эса 370 миллисекундга тўғри келса, маза-таъм сезгиси эса тил юзасига таъсир этилгандан сўнг 50 миллисекундгача вақт оралиғида ҳосил бўлади.

Сезгилар учун кўзғатувчининг *фазовий локализацияси* кўзғатувчининг фазода ўрин эгаллаши билан тавсифланади. Дистант, яъни масофа рецептори томонидан амалга ошириладиган фазовий анализ кўзғатувчининг фазодаги ўрни ҳақида маълумот беради. Контакт сезгилар: тактил, оғриқ, маза баданнинг кўзғатувчи таъсир қилаётган жойи билан боғлиқдир. Бунда оғриқ сезгиларининг локализацияси, яъни баданда жойлашган ўрни, тактил сезгиларга қараганда баданга анчагина тарқалган бўлиб, улар унчалик аниқлик даражасига эга эмас. Бу ҳолатни яққол намоёниш қилиш учун қуйидаги кўрсаткичларни келтирамиз: 1 квадрат мм терига нисбатан бармоқлар 120, панжа 14, кафт 15, кўкрак 29, пешона 50, бурун учи 100 ва ҳ.к.

Сезгилар билан боғлиқ ҳодисалар мавжуд ва улар турли ҳолатда ўз ифодасини топади.

1. **Адаптация** (лот. «*adapto*» - мосланмоқ) – сезги органлари, яъни аъзолари (анализаторлар)нинг таассурот кучига мослашуви натижасида муайян сезгирликнинг ўзгаришидан иборатдир. Адаптация ҳодисасида сезгирлик ортиши ёки камайиши мумкин. Кучли таъсирдан кучсиз таъсиротга ўтганда, сезгирлик аста-секин ортиб боради таъсирот кучайганда эса сезгирлик камайиб боради (кўрув, эшитув, ҳид билиш, тери-тўйиш ва ҳоказо).

Адаптация уч хил хусусиятли негиз (манба) таъсирида вужудга келади:

- Кўзғатувчиларнинг давомли таъсири жараёнида сезгиларнинг тўла йўқолиши, яъни доимий таъсир қилиб турадиган кўзғатувчи таъсир ўтказадиган бўлса, бундай ҳолатда сезги сўниб қолади. Масалан, терига тегиб турадиган энгилгина бир юк тез орада сезилмай қолади ёки ёқимсиз ҳидли бир жойга кириб қолганимизда, бир оздан сўнг бу ҳидни батамом йўқолиб кетгандай ҳис қиламиз.

- Кучли кўзғатувчининг таъсири остида ҳам сезгилар заифлашади. Масалан, қоронғироқ хонадан жуда ёруғ жойга кириб қолсак, биз аввал бошқа ёруғликдан «кўр» бўлиб қолиб, атрофимиздаги нарсаларни ажрата олмаймиз. Маълум фурсат ўтгандан сўнг, кўриш анализаторларининг сезгирлиги

кескин суръатда пасаяди ва биз мўътадил кўриш имкониятига эга бўламиз. Кўриш сезгирлигининг интенсив ёруғлик қўзғатувчиси билан таъсир қилганда пасайишдан иборат ҳодиса ёруғлик адаптацияси деб юритилади.

- Адаптациянинг юқоридаги икки тури кўпинча психология фанида *негатив адаптация* деб аталади. Чунки, ҳар иккала адаптация натижасида ҳам анализаторларнинг сезгирлиги кескин пасаяди.

- Сезгирлик кучсиз қўзғатувчи таъсири остида содир бўлиб, унинг ортиб бориши *позитив адаптация* дейилади. Қоронғилик адаптациясида кўриш сезгирлиги ортса, сокинликка нисбатан адаптация эшитиш адаптацияси замирида юзага келади. Масалан, совуқ сувда қўл – бир ҳарорат – иссиқдай; иссиқ сувда қўл совуқ сувда ўзгармагандай туюлади. Ҳарорат сезиш билан боғлиқ бўлган позитив адаптациялар юқоридаги хусусиятларга эга.

Тиббиёт психологиясида *негатив оғриқ* адаптациясининг мавжудлиги тўғрисидаги гипотеза (уколга, игнага, иссиқ нурланишга нисбатан) ҳам ҳукм суриши таъкидланиб ўтилди.

Адаптациянинг ҳосил бўлиш хусусиятлари:

- тактил (тери) адаптация жуда тез ҳосил бўлади;
- кўз адаптацияси бир неча минутда;
- ҳид ва таъм адаптациялари ундан ҳам узунроқ вақт талаб қилади.

2. Анализаторларнинг ўзаро муносабати ва машқ қилиш натижасида сезгирликнинг кучайиши *сенсбилизация* деб аталади.

Сезги органларининг сезгирлигини ўзгартириш қонуниятларига асосланиб, махсус равишда танланган кўшимча қўзғатувчиларни қўллаш ёрдами билан маълум бир рецепторларни сенсбилизациялаш, яъни уларнинг сезгирлигини ошириш имконияти мавжуд.

3. Қўзғатувчининг бирин-кетин анализаторга таъсири билан анализаторларга хос сезгининг пайдо бўлишини *синестезия* (юнон. «синестезия» - биргалликда сезиш) дейилади. Синестезия ҳодисасини ҳар хил

турдаги сезгиларда кузатиш мумкин. Кўриш ва эшитиш синестезияси ҳаммадан кўра кўпроқ учраб туради, унда товуш кўзгатувчиларининг таъсири билан одамда кўриш образлари вужудга келади. Бундай табиатли синестезиялар ҳар хил одамларда ўзига хос равишда кечади, лекин улар ҳар қайси шахс учун муайян даражада доимий бўлиши кузатилади.

4. Сезгирлик машқ қилиш орқали ривожлантириб борилиб, бундай ўзгариш *компенсация* ва фаолият мазмунида ўз аксини топа боради. Айниқса, кўр, қар, соқов, хайкалтарош одамларда, вибрация сезгиси билан шуғулланувчиларда сезгирлик кескин равишда ошиши мумкин.

#### *Сезги турларининг психологик тавсифи:*

Психология фанида учта катта гуруҳ (туркум)га ажратилган сезгилар (экстериорецептив, проприорецептив, интериорецептив) ўз навбатида қуйидаги турларга бўлинади:

**1. Кўриш сезгилари.** Инсон томонидан ранг ва ёруғликни сезиш кўриш сезгилари таркибига кириб, унинг органи – кўз ҳисобланиб, у кўз соққаси ва ундан чиқиб келадиган кўрув нервларидан ташкил топган.

**2. Эшитиш сезгилари** товушларни эшитишдан иборат бўлиб, муסיқавий ва шовқинли товушларни акс эттиради. Одатда товушлар оддий ва мураккаб турларга ажратилади, уларнинг биринчиси бир тондан иккинчиси эса бир неча тонлардан ташкил топади.

Эшитиш сезгилари органи қулоқ бўлиб, ташқи қулоқ (қулоқ супраси билан эшитув йўлидан иборат), ўрта қулоқ (ноғора парда ва унга ёпишган учта суюкча: болғача, сандон ва узангидан ташкил топган), ички қулоқ (қулоқ лабиринти ўзаро бирлашган учта бўлақдан тузилган).

**3. Ҳид билиш сезгиларига** ҳидларни ҳис қилиш киради ва уларнинг органи бурун ковагининг юқори томони ҳисобланиб, бу ерда ҳид билиш хужайралари ҳамда сезувчи нерв тармоқлари жойлашган, улар шиллиқ пардага ботиб туради.

Ҳидли моддалар сезувчи нервни қўзғайди, ҳид билиш маркази бош мия ярим шарлари орқа юзасининг пастки қисмида мавжуд деб тахмин қилинади.

**4. Таъм билиш (маза) сезгилари** ширин, аччиқ, нордон, шўр сингари мазаларни ҳис қилиш билан тавсифланади. Улар муайян туркумга киритилган ва киритилмаган хилма-хил турларга эга бўлиб, нарсаларнинг, моддаларнинг номлари билан юритилади: ноннинг мазаси, қовуннинг мазаси кабилар.

Таъм билиш сезгиларининг органи тилнинг юзаси ва танглайнинг юмшоқ қисмидан ташкил топгандир. Тилнинг шиллиқ пардасида махсус таъм билиш сургичлари мавжуд бўлиб, улар таркибида таёқсимон хужайралардан тузилган махсус таъм билиш «куртаклари»га эга.

**5. Тери сезгилари** таркиби туйиш ва ҳарорат турларидан иборат бўлиб, уларнинг бундай номланишининг бош омили – бу рецепторларнинг тери ва организмнинг ташқи шиллиқ пардаларида жойлашганлигидир.

Туйиш сезгилари икки хил ахборотни қабул қилиш имкониятига эга бўлиб, уларнинг биринчиси тегиш ва тарқалишни туйиш сезгилари, иккинчиси эса силлиқ ёки ғадир-будурни туйиш билан тавсифланади.

**6. Мускул-ҳаракат сезгилари ва статик сезгилар.** Мускул-ҳаракат сезгилари мотор сезгилари, гоҳо кинестетик сезгилар деб номланиб, уларга оғирликни, қаршиликни, органлар ҳаракатини билиш сезгилари киради. Уларнинг органлари – гавда мускуллари, пайлар, бўғимлардан иборатдир. Органларнинг таркибида сезувчи нервларнинг чекка тармоқлари мавжуд бўлиб, уларнинг таъсирида ҳаракат ва статик сезгилар вужудга келади.

**7. Органик сезгиларнинг** рецепторлари ички органларда қизилўнгач, меъда, ичак, қорин томирлари, ўпка ва шу кабиларда жойлашган.

Ички органлардаги жараёнлар органик сезгилар рецепторларининг қўзғатувчилари бўлиб, улар қуйидагилардан иборатдир:

- а) оғриқ сезгилари;
- б) хуш туйғулар;



в) нохуш туйғулар.

**Сезгининг бузилиши.** Сезгилар турли касалликлар ва нерв системасининг шикастланиши натижасида турли хил ўзгаришларга учрайди. Буларга *гиперестезиялар* (ўта таъсирланганлик ёки ўта сезувчанлик), *гипестезия* (кам таъсирчанлик ёки сезгининг пасайиб кетиши, анестезия), сезувчанликнинг йўқолиши киради. Бундай ўзгаришлар невритларда, невралгияда, марказий ва периферик фалажланишда кузатилиб, бу касалликларда нерв томирларининг органик бузилишлари ва функционал ўзгаришлари намоён бўлади. Беморлар нохуш ва гавданинг ички муҳитини ларзага солувчи оғир сезгилар, яъни сиқилиш, тортишиш ва титроқ босиш, санчикни ҳис қилишлари *сенестопатиялар* деб тушунтирилади. Сезгининг бундай ўзгаришларига тери қичимаси кириб, у кўпгина касалликларнинг даракчиси ва клиник белгиси бўлиб ҳисобланади. Масалан, неврозлар, марказий нерв системасининг органик яллиғланиши, периферик нерв системаси касалликлари, моддалар алмашинуви жараёнининг касалликлари, ички секреция безларининг касалликлари, буйрак, қон касалликлари, дори моддаларидан, овқатдан заҳарланишлар шулар қаторига киради. Тери қичимаси бемор руҳиятига жуда ёмон таъсир кўрсатади. Қичима таъсирида бемор жаззак, тоқатсиз ва дарғазаб бўлиб қолиб, атрофдагилар билан муносабати ўзгаради. Тиббиёт ҳамширалари бундай беморларга осойишта, тоқат билан муомалада бўлишлари керак бўлади.

Сезгилар ичида беморларга энг кўп азоб берадигани – оғриқ ҳисобланиб, унинг пайдо бўлишида бош миянинг пўстлоқ ва ости соҳаси бевосита иштирок этади. Оғриқ баданга ташқи таъсиротлар бевосита таъсир кўрсатганда ҳамда организмда вужудга келган патологик ўзгаришлар натижасида кузатилиши мумкин. Оғриқ руҳий жароҳатлар оқибатида ва шартли рефлекс механизми таъсирида келиб чиқиши ва зўрайиши, организмда унга хавф туғдирувчи ўзгаришлар содир бўлаётганидан ҳам дарак бериши мумкин. Танадаги кучли

оғриқ беморнинг бутун хаёли, диққатини, фикрларини чулғаб олиб, унинг таъсирида шок, кома ҳолатлари юзага келади, уйқу бузилиб, турли невротик реакцияларга сабаб бўлади.

### ***Идрок***

***Идрок*** сезгиларга нисбатан мураккаб ва мазмундор психик жараён бўлиб, барча руҳий ҳолатлар, ҳодисалар, хусусиятлар, хоссалар ва инсон онгининг яхлит мазмуни, эгалланган билимлар, тажрибалар, кўникмалар бир даврнинг ўзида намоён бўлади, акс эттиришда иштирок этади.

Идрокнинг (*лот. «perceptio» - қабул қилиш, идрок*) юқори босқичи ***«апперцепция»*** дейилади. Апперцепция – идрок жараёнини шахснинг олдинги билимлари, шахсий ва ижтимоий тажрибалари, қизиқишлари, мотивацияси, эҳтиёжлари ва одатлари, умуман, руҳий ҳаётнинг барча мазмуни билан белгиланишидир. Апперцепция ҳодисаси туфайли одамлар ўзаро идрокининг мазмуни билан бир-бирларидан муайян даражада тафовутланадилар, яъни улар айнан бир хил нарсани ўзининг билим савияси, маслағи, позицияси, дунёқараши ва ижтимоий келиб чиқишига асосланган ҳолда турлича идрок қиладилар ҳамда акс эттирадилар. Масалан, «илдиз» тушунчасини биологлар ўсимликларнинг моддий асоси сифатида, математиклар сонларнинг илдиз остидаги кўринишида, ижтимоий нуқтаи назардан қариндош-уруғчилик шаклида кўз олдида келтиради.

Апперцепция ҳодисаси *барқарор* ва *вақтинча* (муваққат) деб юритувчи икки турга ажратилади. Барқарор апперцепция ҳодисаси шахснинг дунёқараши, идеали, мотивацияси, қизиқиши, билим савияси, маданий даражаси, хулқ-атвори, маънавияти ва касбий тайёргарлигига боғлиқ бўлиб, у ўта мураккаб тузилишга эгадир. Вақтинча апперцепция тури эса шахснинг фақат идрок қилиш жараёнидаги эмоционал ҳолатига, яъни унинг кайфияти, руҳланиши, шижоати, стресс, аффектив кўринишдаги ҳис-туйғуларида, уларнинг суръати, давомийлиги, тезлигида ўз ифодасини топади.

Идрокнинг *вақтни, ҳаракатни, фазони идрок қилиш турлари* мавжуд. Улар ёрдами билан атроф-муҳит, биосфера ва ижтимоий турмушнинг моҳияти юзасидан ахборотлар, маълумотлар, хусусиятлар акс эттирилади. Борлиқдаги нарса ва ҳодисаларнинг яшаш шакли, узлуксиз равишда ҳаракатда бўлиши, муайян объектив *вақт* бирлигида ҳукм суриши инсон онгида бевосита инъикос қилинади. Одатда инсон томонидан *вақтни идрок қилиш*, асосан руҳий ҳодисалар, ҳолатлар, вазиятлар, хусусиятларнинг ўзаро ўрин алмашинуви туфайли намоён бўлиб, инсон томонидан акс эттириладиган вақт бирлигининг объектив (ҳаққоний, холис) мазмунига, шахснинг унга нисбатан муносабатига боғлиқ бўлиб, худди шу мезон орқали унинг маҳсулдорлиги ўлчанади. Масалан, шахснинг эҳтиёжи, мотивацияси, қизиқишлари ва интилишига мос, мутаносиб вақт бирлигини идрок қилган тақдирдагина вақт объектив жиҳатдан (кечинмалар, ҳис-туйғуларга нисбатан шахснинг ижобий ҳаққоний муносабатларида) тез ўтгандай идрок қилинади, одатда ёқтирмаслик идрок майдонига номутаносибликни келтириб, шахсда зерикиш ҳолатини юзага келтиради ва вақт «секин» ўтиши туйғусини уйғотади.

*Ҳаракатларни идрок қилиш* жисмларнинг (баъзан нисбий жиҳатдан бошқа ижтимоий, сиёсий табиий ҳолатларнинг) фазодаги (ижтимоий ҳаётдаги) ўрин алмашинувини бевосита (билвосита) инъикос эттиришдан иборатдир. Бунда ҳаракат нисбатан (қиёсий) ва нисбатсиз (таққосланмасдан) идрок қилинади. Ҳаракатдаги жисм уни қуршаб турган ҳаракатсиз бошқа жисмларга таққосланган ҳолда идрок қилинса, бундай тоифадаги ҳаракат *нисбатан идрок қилиш* деб аталиб, ҳаракатланаётган жисм ҳеч қандай нарса билан таққосланмасдан идрок қилинса, бу кўринишдаги ҳаракат эса *нисбатсиз идрок қилиш* дейилади.

*Фазони идрок қилиш* – воқелиқдаги нарса ва ҳодисаларнинг фазода эгаллаган ўрнини, шаклини, миқдорини ва бир-бирига нисбатан муносабатларидан иборат билиш жараёнининг шакли бўлиб, воқелиқни идрок

қилиш орқали инсон борлиқ тўғрисида, унинг хусусиятлари, ҳажми, масофаси (ич томони, чуқурлиги) юзасидан муайян маълумотлар, хоссалар, ахборотлар тўплаш, уларни фарқлаш имкониятига эга бўлади.

Идрок жараёнида унинг **феноменлари** (юнон. «*phainomenon*» - ноёб, *гайриодатий ҳолат*) муайян ҳодисаларни акс эттиришда иштирок этади, инъикоснинг турлича аниқликда намоён бўлиши мумкинлиги тўғрисида маълумот беради. Улар **галлюцинация** (лот. «*hallucinatio*» - алаҳлаш, босинқираш, валдирлаш, йўқ нарсаларнинг кўриниши, эшитилиши, сезилиши), **иллюзия** (лот. «*illutio*» - хато, адашиш, янглиши), **аттракция** (франц. «*attraction*» - ўзига тортиш, маҳлиё этиш, жалб қилиш), **яққол кўриниш** (рус. «ясновидение» - яққол олдиндан кўриш, яққол зойибдан хабар олиш) тушунчалари орқали номланади.

**Галлюцинация** деб яққол воқеликдаги идрок ва ҳодисаларнинг тана аъзоларини қабул қилиш анализаторларига бевосита таъсир этмасдан инсон онгида турли образларнинг (овозларнинг эшитилиши, шарпаларнинг сезилиши) хаёлан, фикран пайдо бўлишидан иборат идрокнинг психопатологик (рухий хасталик) ҳодисасига айтилади. Галлюцинация ҳодисаси муваққат рухий хасталикнинг аломати бўлиб, баъзан кўрқинч ҳисси маҳсули ҳисобланиб, бош мия катта ярим шарлари қобиғидаги кўзғалиш жараёнларининг нуқсонли, суст (патологик) ҳаракати натижасида, гоҳо асаб тизимининг захарланиши, заифлашуви, ҳаддан ташқари толиқиши туфайли юзага келиши мумкин. Э.Ғ.Ғозиев фикрича, галлюцинация ҳодисаси бир неча хил кўринишга эга:

- йўқ нарсаларнинг кўзга кўриниши;
- у ёки бу овозлар, товушлар, куйлар эшитилиши;
- йўқ шарпалар, ҳидлар сезилиши кабилар.

**Иллюзия** ҳиссий аъзоларимизга бевосита таъсир этиб турган нарса ва ҳодисаларни нотўғри (ноадекват), янглиш, хато идрок қилишдан иборат жараённинг ноёб ҳодисаси ҳисобланади.

Иллюзиялар кўринадиган ҳаракатлар билан боғлиқ, яъни:

а) қоронғиликда ҳаракатсиз ёруғлик манбаидан нурларнинг тартибсиз тарқалиши (автокинетик ҳаракат);

б) фазовий жиҳатдан яқин жойлашган икки ҳаракатсиз стимулнинг тез суръатлар билан намоён этиб туриш ҳаракат таассуротини вужудга келтиради (стробоскопик ҳаракат);

в) ҳаракатсиз объектни уни қуршаб турган фонга қарама-қарши йўналишга қўйиш ҳаракат туйғусини пайдо қилади (индукцион ҳаракат) кабилар.

**Аттракция** инсонни (ўзи билан ўзга ўртасидаги муносабатда намоён бўлиб) ўзига маҳлиё қилиш, қалбни «жиз» эттиришдан иборат, онгсизликка тааллуқли инсонни инсон томонидан идрок қилиш ҳодисаси бўлиб, бу ҳодиса бир қанча манбалар, қўзғатувчилар, мотивлар таъсирида вужудга келади, жумладан:

1) дастлабки ташқи кўриниш, истаранинг иссиқлиги;

2) субъектга нисбатан риштасиз боғланиб қолишлик, онгсизлик даражасидаги англашилмаган ички ноаниқ мойиллик;

3) шахсларнинг характерида ўхшашликнинг мавжудлиги;

4) шерикларнинг муомала маромидаги яқинлик ва б.

**Яққол кўриниш** (ясновидение) деб ҳолат, ҳодиса ва тасодифни яққол олдиндан кўриш, яққол ғойибдан хабар келиш (олиш) сингари парапсихологик муаммодир. Аксарият вазиятларда яққол кўришлик билиш субъектининг шахсий хаёлот, ўзгаларнинг диққатини тортишга, жалб қилишга алоқадор ҳиссий кечинмалар бўлиб, унинг яққоллилик эҳтимоли даражаси жуда пастдир. Бироқ шу нарсани рад этмаслик керакки, айрим алломаларнинг башоратлари, яққол олдиндан кўриш имконининг юксаклиги, аниқлиги кишини ҳанузгача ҳаяжонга солади.

**Идрок хусусиятлари** турли жабҳалар, вазиятлар, шароитларда намоён бўлади. Идрокнинг муҳим хусусиятларидан бири – бу фаол равишда, *бевосита* акс эттириш имкониятининг мавжудлигидир. Одатда инсоннинг идрок қилиш

(перцептив) фаолияти унинг ўзлаштирилган билимлари, тўпланган тажрибалари, шунингдек, мураккаб аналитик-синтетик ҳаракатлар тизими замирида вужудга келади. Бу ҳолат босқичма-босқич ўзаро бир-бирини тақозо этувчи таркибий қисмлардан иборатдир.

Идрокнинг яна бир муҳим хусусияти – унинг *умумлашган* ҳолда нарса ва ҳодисаларни акс эттиришидир. Инсон психикасига кириб бораётган кўпқиррали, кўпёклама аломатлари идрок қилиш билан чекланиб, чегараланиб қолмасдан, балки улар аниқ жисм ёки ҳодиса сифатида баҳоланади. Жисмларнинг ўзига хос хусусиятларини белгилаш билан қаноат ҳосил қилмасдан, балки мазкур нарсаларни маълум маъновий қисмларга ажратади. Жумладан, «соат», «бино», «ҳайвонот» ва ҳ.к.

Идрок этилаётган нарсаларнинг физик ҳолати ўзгарса ҳам, лекин унинг кўз тўр пардасидаги образининг ўзгармаслиги энг муҳим хусусияти бўлиб, у *барқарорлик* ёки *константлик* дейилади. Доимийлик, ўзгармаслик унинг асосий белгилари ҳисобланиб, улар ёрдамида инсон ўзгарувчан оламда тўғри мўлжал олади.

Идрокнинг навбатдаги хусусияти – унинг *ҳаракатчанлиги* ва *бошқарувчанлиги*дир. Масалан, тошқўмир ёруғликда ёғду сочади, оқ қоғоздан кўпроқ нур балқийди. Лекин инсон бу нарсаларни «қора» ва «оқ» деб идрок қилади, вужудга келган бевосита субъектив таассуротларга нисбатан ўзгартишлар ҳамда тузатишлар киритади. Чунки идрок жараёни инсон олдида турган мақсадга, унга берилган установкага (онгли, ихтиёрий кўрсатмага) узвий боғлиқ ҳолда иродавий бошқарилиш хусусиятига эгадир. Шунинг учун инсонни идрок қилиш (перцептив) фаолиятида онгли бошқарилув имконияти мавжуд бўлиб, улар нутқ орқали амалга оширилади.

Идрокнинг *яхлитлилик* хусусияти алоҳида намоён бўлувчи айрим аломатларда ифодаланувчи нарсаларни предмет ёки жисм тариқасида инъикос қилиш қобилиятида намоён бўлади. Жисмларнинг аниқлиги, равонлиги

предмет ёки жисм сифатида кўзга ташланишида ўз ифодасини топиб, муайян структурани вужудга келтиради. Идрок мазмунига, таркибига кирувчи ҳар қандай ҳодиса, вербал ёки новербал тарзда ифодаланишидан қатъий назар, у предмет ёки жисм сифатида гавдаланади ва яхлитлигини намойиш этади.

Нарса ва ҳодисаларнинг яхлит ҳолда акс этишида уларнинг ҳажми, фазода эгаллаган ўрни, ранги, ички моҳияти, кўриниши, вазни тўғрисида муайян тушунчага эга бўлиш талаб этилади. Бунинг учун идрок қилинадиган жисм аниқ тузилишга, яъни структурага эга бўлиши лозим. Ана шу муҳим хусусият идрокнинг *структуравийлигидир*. Идрокнинг структуравийлиги хусусиятисиз унинг яхлитлик хусусияти бўлиши мумкин эмас, чунки структура қисмлардан вужудга келса, алоҳидалик бирикмасидан яхлит тузилма яратилади.

Ҳар қандай нарса ва ҳодисалар инсон томонидан идрок қилинмайди. Чунки у табиий ва сунъий шарт-шароитлар, объектив ва субъектив омиллар текширилуvidан ўтказилиб, яъни саралаш, танлаш жараёни амалга оширилади, номутаносиблик, меъёрдан ташқари маълумотлар акс эттириш доирасидан четда қолиб кетаверади.

Юқоридаги хусусиятларнинг барчаси инсоннинг ёш хусусиятларига, ақлий камолотига, тажрибасига, билим савиясига боғлиқдир. Лекин тўғри (адекват) идрок қилиш учун маълум шарт-шароитлар муҳайё бўлмоғи лозим.

Жаҳон психологлари асарларини таҳлил қилиш натижалари инсон томонидан фаолият мақсадини рўёбга чиқариш режасини ва моделини яратишда ифодаланувчи **антиципация** (лот. «*anticipatio*» - *олдиндан сезиш, пайқаш, олдиндан идрок қилиш, ҳодиса моҳиятини очишдаги топқирлик*) бир неча босқичлардан иборат эканлигидан далолат бермоқда. Жаҳон психологлари антиципацияни беш даражага ажратиб ўрганмоқдалар, чунончи:

Антиципациянинг **субсенсор** (лот. «*sub*» *ости ва «sensis» - сезиш, яъни идрок қилишнинг онгости ҳолати*) даражасининг ифодаланиши инсон гавдасининг ўзгаришида, унинг идеомотор (ихтиёрсиз ҳаракат) жараёнида,

ташқи таъсирга тезкор жавоб қайтаришида ўз аксини топиб, гавданинг мужассамлашуви ва ҳаракат барқарорлиги инсоннинг ихтиёрий саъй-ҳаракатига тайёргарлик кўриш учун муҳим замин таъминлайди.

Антиципациянинг **сенсомотор** (лот. «senses» - сезиш, «motor» - ҳаракат) босқичи ҳаракатдаги жисмларни ўзаро таққослашда, мураккаб ҳаракатларни мувофиқлаштиришда, тезкор ҳаракатнинг муҳитдаги вақт ва фазовий ўзгаришлар мутаносиблигини узлуксиз равишда идора қилиб туришда намоён бўлади.

**Перцептив** (лот. «perceptio» - идрок) босқичда идрок қилиш хотира жараёнлари билан уйғунлашиб кетади. Бунинг натижасида ўтмиш тажрибаларига асосланиб келажакда вақт ва фазовий ўзгаришлар юз бериши эҳтимоли чуқур таҳлил қилинади, унинг образлари яққоллаштирилади.

Антиципациянинг **тасаввур** даражаси образларнинг вақт ва фазовий ўзгаришига биноан уларни фикран қайтадан яратиш, бунёд этиш, гоҳо аралашма тасвирлар вужудга келтириш, уларнинг схемаси ва режасини тузиш учун инсонда уқувчанлик, қобиллик ҳамда ижодий фаолликнинг туғилишини намоёиш қилади.

Антиципациянинг бешинчи босқичи нутқ ва тафаккур ёрдамида бўлғуси ҳолатлар, ходисалар, кескин ўзгаришлар тўғрисида **башират** (прогноз) қилиш хулқ-атвор ҳаракатларини ва амалга оширилувчи фаолиятини режалаштириш жараёнининг юксалиши билан бошқа даражалардан сифат жиҳатидан ажралиб туради. Мазкур босқичда умумлаштириш ва мавҳумлаштиришнинг айрим сермахсул даражалари, мантикий усуллар, оқилона ҳамда мақсадга мувофиқ ҳатти-ҳаракатларнинг юқори самара берувчи кўрсаткичлари ўзининг чўққисига эришади.

### **Шахс идрокининг ассоциатив тести**

**Йўриқнома:** Саволларга шошилмасдан, тартиб билан жавоб беринг. Имкон қадар чуқур мулоҳаза қилган ҳолда, жиддий ёндашинг. Жавобларга олдиндан қараманг, акс ҳолда ҳаракатларингиз зое кетади.



1. Қуйидаги ҳайвонлар сизга қанчалик ёқишини ҳисобга олиб, ўзингизга маъқул ҳолда уларни кетма-кетлик билан жойлаштиринг:

сигир, йўлбарс, қўй, от, илон.

2. Қуйидагиларга битта сўздан иборат сифат келтиринг. Албатта сўзнинг ўз асл фазилатини келтириш шарт эмас. Улар сизда қолдирган таассуротдан келиб чиққан ҳолда таърифлаб беринг:

а) ит, б) мушук, в) каламуш, г) қаҳва, д) денгиз.

3. Яқинларингиз орасидан қуйидаги рангларга мосларини танланг. Ушбу ранглар яқинларингизнинг ташқи кўринишига эмас, балки улар ҳақидаги тасаввурингизга мос тушишига қараб эътибор беринг:

а) сариқ, б) олов ранг, в) қизил, г) оқ, д) яшил.

#### ***Жавоблар:***

*Биринчи саволдан* сиз учун ҳаётда нималар қандай ўрин тутишини билиб оласиз:

Сигир – иш-фаолиятингиз; йўлбарс – ор-номус; қўй – муҳаббат; от – оила; илон – бойлик.

*Иккинчи савол* сизнинг баъзи нарсалар ёки кимсаларга муносабатингизни ойдинлаштиради:

Ит – ўзингиз; мушук – севгилингиз; каламуш – душманингиз; қаҳва – жинсий муносабат; денгиз – ҳаётингиз.

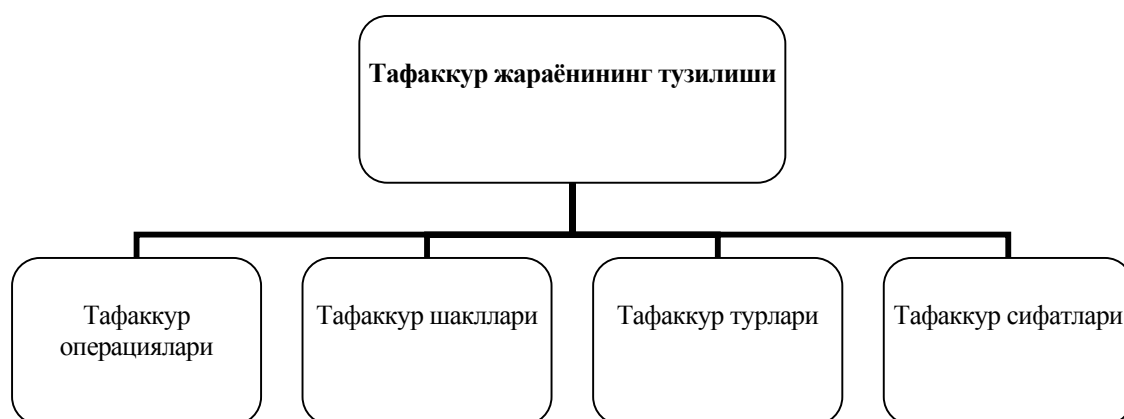
*Учинчи савол* яқин кишиларингизга нисбатан ҳақиқий муносабатингизни аниқлаш имконини беради:

Сариқ – сиз ҳеч қачон унутмайдиган киши; олов ранг – энг яқин дўстим деб билган киши; қизил – сиз ҳақиқатдан севадиган инсон; оқ – сизга руҳан яқин киши; яшил – бу одамни бутун умр ҳурмат билан эслайсиз.

#### **4.4. Тафаккур ва нутқ**

Тафаккур атроф-муҳитдаги воқеликни нутқ ёрдами билан билвосита, умумлашган ҳолда акс эттирувчи психик жараён бўлиб, у ижтимоий сабабий ички боғланишларни англашга, янгилик очишга ва башорат қилишга йўналтирилган ақлий фаолиятдир. Қачонки муаммоли вазият пайдо бўлганда тафаккур ишга тушади.

#### 4-жадвал



#### *Тафаккур операциялари:*

**1. Анализ ва синтез операциялари.** *Анализ* – шундай бир тафаккур операциясидирки, унинг ёрдами билан нарса ва ҳодисаларнинг хусусиятларини фикран ёки амалий таҳлил қилинади. Табиат ва жамиятдаги билим ҳамда тажрибаларни инсон томонидан ўзлаштириб олиш анализдан бошланади.

Маъруза ва дарс жараёнларида тафаккурнинг анализ қилиш операцияси жуда муҳим роль ўйнайди. Инсонга савод ўргатиш бола нутқини анализ қилишдан бошланади. Сўнг бу ҳолат матнни гапларга, гапларни сўзларга, сўзларни ўз навбатида бўғинларга, фонемаларга, уларни эса товушларга бўлиш сингари ақлий фаолият билан аста-секин алмаштирилади.

*Синтез* – нарса ва ҳодисаларнинг анализда бўлинган, ажратилган айрим қисмларини, бўлақларини синтез ёрдами билан фикран ёки амалий равишда бирлаштириб, бутун ҳолига келтиришдир. Синтез элементларнинг, нарса ва

ҳодисаларнинг қисмлари ва бўлақларини бир бутун қилиб қўшишдан иборат ақлий фаолиятдир.

Анализ ва синтез ўзаро бевосита мустаҳкам боғланган ягона жараённинг икки томони бўлиб, агар нарса ва ҳодисалар анализ қилинмаган бўлса, уни синтез қилиб бўлмайди, ҳар қандай анализ предметларни, нарсаларни бир бутун ҳолда билиш асосида амалга оширилиши лозим.

Анализ ва синтез операцияси қуйидагича ақлий фаолият тизимидан, таркибий қисмлардан иборат:

- ❖ берилган топшириқни диққат билан ўқиш;
- ❖ матндаги сўзларни фикран парчалаш;
- ❖ ўхшаш сўзларни ажратиш, яъни майда бўлақларга бўлиш;
- ❖ ўхшаш сўзларни яхлит ҳолга келтириш;
- ❖ матндаги сўзларни фикран йиғиш;
- ❖ гапнинг структурасини тиклаш ва бошқалар.

Талабаларнинг мустақил билим олиш фаолиятида, жумладан, конспект тузиш, реферат тайёрлаш, семинарга ҳозирлик кўриш, курс иши ва малакавий битирув иши ёзиш каби ақлий фаолиятнинг турли шаклларида аввал анализ, сўнг синтез операцияларидан фойдаланадилар.

**2. Таққослаш.** Инсоннинг ижтимоий фаолиятида, билимларнинг ўзлаштирилишида, воқеликни тўлароқ акс эттиришда бир-бирига ўхшаш жиҳатлар тафовутини ҳамда бир-биридан фарқ қиладиган томонлар ўртасидаги ўхшашликни топишдан иборат фикр юритиш операцияси **таққослаш** дейилади.

Таққослаш операцияси икки хил йўл билан амалга ошиши мумкин: амалий (конкрет нарсаларни бевосита солиштириш) ва назарий (тасаввур қилинаётган образларни ва нарсаларни онгда фикран таққослаш). Агар инсон икки бойлам юкни қўл билан кўтариб, бир неча хил таом мазасини қиёсласа, бу *амалий* таққослаш бўлади, икки қалам ёки стерженли чизғични ёғочга ёки қоғозга солиштириш *аналогик* таққослашга мисол бўла олади.

Тўпланадиган билимлар фикр юритиш орқали, мантиқ ёрдамида англашилса, улар ўртасидаги ўхшаш ва фарқли аломат ҳамда белгилар *назарий* таққослаш асосида ажратилади. Демак, инсон олаётган кенг кўламдаги информациялар фарқини фикран таққослаш ёрдамида англаб етади. Баъзан турли ёшдаги кишилар ўз тенгдошлари характерида, қизиқишида, юриштиришида, муомаласида ва бошқа хусусиятларида ўхшашлик ва тафовут борлигини топадилар.

Кишилар нарса ва ҳодисаларни бирон белгига (аломатга) асосланиб таққослашда муайян қийинчиликларга учрайдилар. Шунинг учун берилаётган информациялар моҳиятига диққат-эътибор қаратиш шарт. Кишилар учун таққослаш принципи тушунарли ва аниқ бўлса, мавжуд қийинчиликларни бартараф қилиш имконияти туғилади. Инсон олдига аниқ мақсад қўйилса, ёки ўрганилаётган объект моҳиятига кириб бориш учун установка берилса, фикран таққослашда хатолар миқдори кескин камаяди.

Инсон шахсий фаолиятида, таълим жараёнида таққослаш устида қанчалик кўп машқ қилса, таққослаш кўникмаси пайдо бўлса, унда фикр юритиш шунчалик самарали бўлади.

**3. Абстракция.** Нарса ва ҳодисаларнинг, қонун ва қонуниятларнинг айрим белгиси, сифати, аломати ёки хусусиятларини фикран улардан айириб олиб, мустақил фикр объектига айлантиришдан иборат фикр юритиш операцияси абстракциялаш дейилади.

Абстракциялаш шундай фикр тафаккур операциясидирки, бу операция ёрдами билан моддий дунёдаги нарса ва ҳодисаларнинг муҳим хусусиятларини фарқлаб олиб, ана шу хусусиятлардан нарса ва ҳодисаларнинг муҳим бўлмаган иккинчи даражали хусусиятлари фикран ажратиб ташланади.

Абстракция операцияси анализ натижасида вужудга келади. Масалан, кишилар қуёш, ой, юлдуз, электр, сув, баъзи планеталар, айрим тош ва ҳоказоларнинг кўз ўнгларида ёритишини кузата туриб, уларнинг битта

умумий белгисини, яъни ёритишини фикран ажратиб олиб, умуман ёритиш тўғрисида мулоҳаза юритишади.

Буюмларни, нарса ва ҳодисаларни, жисм ва предметларни бир-бири билан таққослаш пайтида ҳам абстракциялаш жараёни юзага келади. Бунда нарса ва ҳодисаларнинг, воқеликнинг мавжуд белгиларига (масалан, тусига, шаклига, тезлигига, оғирлигига, қийматига ва шу каби ўхшаш сифатларига) қараб таққосланади.

Абстракция операцияси билан инсонни қуроллантириш – интеллектуал жиҳатдан интенсив ривожланишга олиб келиб, мустақил билим олиш фаолиятини такомиллаштиради.

**4. Умумлаштириш.** Умумлаштириш деганда психологияда нарса ва ҳодисалардаги хосса, белги, хусусият, аломатларни топиш ва шу умумийлик асосида уларни бирлаштириш тушунилади.

Масалан, инсоннинг ёш даврлари хусусиятидаги умумий белгилар ҳисобга олиниб, «ўсмир», «ўспирин», «етук киши», «кекса» сингари терминлар ишлатилади.

Умумлаштириш абстракциялаш операциясидан ажралган ҳолда содир бўлмасдан уни асосида абстракциялаш жараёни ётади. Умумлаштириш жараёни абстракциясиз мавжуд бўлиши мумкин, лекин абстракциясиз умумлаштиришнинг юзага келиши мумкин эмас. Агар абстракциялаш фаолиятида нарса ва ҳодисаларнинг ўхшаш ҳамда муҳим белгилари тасодиф белгиларидан фикран ажратиб олинса, умумлаштиришда эса ажратиб олинган ўхшаш, умумий ва муҳим белгиларга суянган ҳолда нарса ва ҳодисалар бирлаштирилади.

**5. Конкретлаштириш** – ҳодисаларни ички боғланиш ва муносабатлардан қатъий назар, бир томонлама таъкидлашдан иборат фикр юритиш операциясидир.

Конкретлаштириш одатда икки хил вазифани (функцияни) бажаради: биринчи функциясига тааллуқли кўпгина мисолларни келтириш билан унинг

психологик механизмини кўрсатишга ҳаракат қиламиз. Масалан, «ҳаракат» деган иборани ишлатиб, одам, машина, ҳайвон, сув ва самолёт кабиларни тасаввур қила олиш тушунилади. Кейинчалик эса ҳаракат тушунчасининг кўлами кенгайиб боради, биологик, ижтимоий ва ҳоказо ҳаракатларни назарда тутди.

Конкретлаштиришнинг иккинчи функцияси қуйидаги мисолларда ўзининг ёрқин ифодасини топади: масалан, лола, атиргул, бинафшани гулга; дафтар, ручка, чизғични ўқув қуролларига киритилади. Демак, бу мисолларда конкретлаштириш операцияси умумий ва яқка белгилари кам бўлган умумийликни очишда намоён бўлади. Умуман конкретлаштириш абстракциялашнинг контракт ҳолати бўлиб, инсон билиш фаолиятида муҳим аҳамият касб этади.

**6. Классификациялаш** деб бир туркум ичидаги нарсаларнинг бир-бирига ўхшашлигига ва бошқа туркумдаги нарсалардан фарқ қилишига қараб, нарсаларни туркумларга ажратиш тизимига айтилади. Фан оламида буюк кашфиёт бўлиб ҳисобланган Д.И.Менделеевнинг «Элементларнинг даврий тизими» жадвали классификация учун ёрқин мисолдир. Бунда олим элементларни атом оғирлиги ортиб боришига, кимёвий сифатларининг бир типлигига ва бошқа белги ва аломатларига қараб тартиб билан жойлаштириб чиққан.

Фанда нарса ва ҳодисаларнинг табиатини ифодаловчи муайян белги (аломат)лар асосида қилинган туркумлаштиришни классификация деб аташ қабул қилинган бўлиб, у *табiiй классификацияга* (зоология фанидаги ҳайвонлар классификацияси, масалан: судралиб юрувчилар, сут эмизувчилар, сувда ва қуруқликда яшовчилар, паррандалар, қушлар ва ҳ.к.), мабодо классификация асос қилиб олинган белги нарса ва ҳодисаларнинг табиатини ифодаламайдиган бўлса, у *сунъий классификацияга* (масалан, кутубхонадаги китоблар мазмунига, шаклига, ноёблиги ва шунга ўхшаш белгиларга қараб токчаларга терилади) ҳамда *оддий классификацияга* (масалан, психология соҳаларининг классификация қилиниши: инженерлик, авиация, космос психологияси, меҳнат психологияси, махсус

психология – патопсихология, олигофренопсихология, сурдопсихология, тифлопсихология) бўлинади.

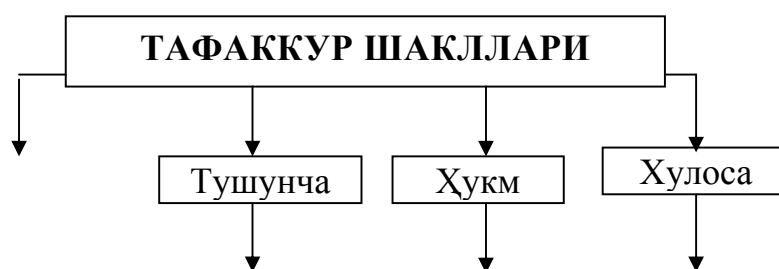
Шундай қилиб, классификация объектларнинг муайян тартибни топишда, ўрганишда зарур бўлган нарс ва ҳодисаларни яхлит ҳолда текширишда, ўзлаштирмоқчи бўлган материалларни пухта эсда қолдиришда муҳим роль ўйнайди.

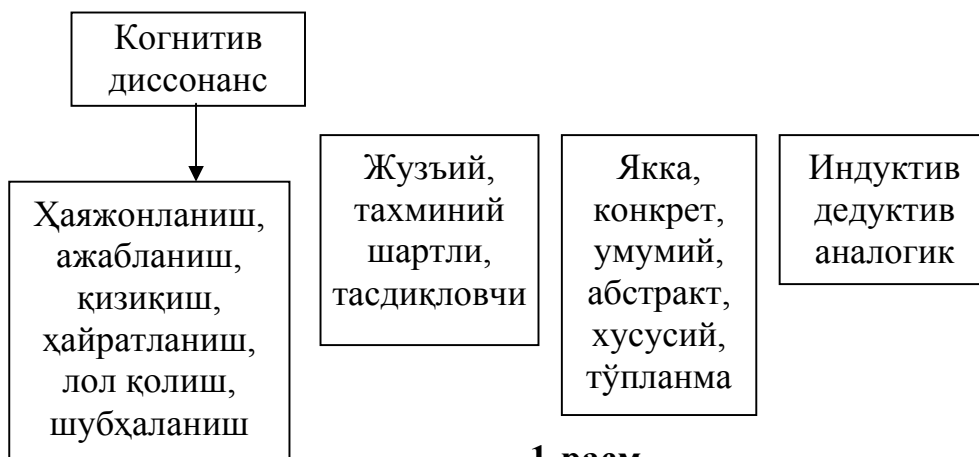
**7. Системалаштириш** операцияси ёрдамида нарс ва ҳодисалар, фактлар, фикрлар ва объектлар макондаги, вақтдаги эгаллаган ўрнига қараб ёки мантиқий жойлаштирилади. Фикр объектив ҳисобланган нарс ва ҳодисаларни замон (вақт), макон (фазо) ва мантиқий жиҳатдан маълум тартибда жойлаштиришдан иборат мазкур операция билимларни ўзлаштиришда, кўникма ва малакаларни тартибга солишда муҳим роль ўйнайди.

Системалаштириш маконий (фазовий), хронологик белги ва мантиқий белгисига асосан уч турга ажратилади. Масалан, хонадаги мебелларнинг бир текис жойлаштирилиши *маконий (фазовий) тизим* учун мисол бўла олади. Тарихий воқеаларнинг хронологик тартибда жойлаштирилиши, кутубхонадаги китобларнинг хронологик жиҳатдан териб қўйилиши воқеаларни *замонга* (вақтга) қараб тизимга солиш дейиш мумкин. Математика, фалсафа, психология ва мантиққа доир асарларда илмий мақолаларнинг (яъни пункт, параграф назарда тутилмоқда) жойлашуви *мантиқий тизим*га солишнинг намунаси ҳисобланади.

### ***Тафаккур шакллари***

Тафаккур шакллари психологияда когнитив диссонанс, тушунча, ҳукм, хулоса чиқариш босқичларида ифодаланади (1 - расм).





1-расм.

**1. Когнитив диссонанс.** Инсонни янги билимларни излашга, муаммоларни ечимини топишга чорловчи ҳаяжонланиш, ажабланиш, қизиқиш, ҳайратланиш, лол қолиш, шубҳаланиш каби интеллектуал ҳисларнинг пайдо бўлиши.

**2. Тушунчалар.** Инсон воқеликни билиш жараёнида нарсаларни бир-бири билан таққослайди, уларнинг ўхшашлиги ва фарқини аниқлайди: анализ ва синтез йўли билан нарса ва ҳодисаларнинг моҳиятини очади, фикран уларнинг белгиларини ажратади, бу белгиларни абстракциялаштиради ва умумлаштиради. Натижада одам воқеликдаги нарса ва ҳодисалар тўғрисида тушунча ҳосил қилади.

Тушунча нарса ва ҳодисаларнинг умумий ва муҳим белгиларини акс эттирувчи фикр бўлиб, у моҳияти жиҳатидан конкрет ва абстракт тушунчаларга ажратилади. Алоҳида олинган бир бутун нарсага алоқадор тушунча *конкрет* тушунча деб аталади. Масалан: стол, диван, қайрағоч, трактор, ҳолва ва ҳ.к. Моддий борликдаги нарсалардан фикран ажратиб олинган баъзи хусусият, сифат, ҳолатларга, шунингдек, нарсалар ўртасидаги ички муносабатларга, қонуниятларга қаратилган тушунчалар *абстракт* тушунча деб аталади. Масалан, оқлик, узунлик, баландлик, кенглик, ҳаракат, ёруғлик, қиймат ҳақидаги тушунчалар ва ҳ.к.

Тушунчалар кўлами жиҳатидан уч турга бўлинади: якка, умумий ва тўпланма. *Якка* тушунчалар, якка нарса ва ҳодиса ҳақидаги тушунчалардир, масалан, Алишер Навоий, Тошкент, Амударё. *Умумий* тушунчаларда бир жинсда



бўлган кўп нарса ва ҳодисалар гавдалантирилади, масалан: китоб, мактаб, юлдуз, талаба, ер ва бошқалар.

*Тўпланма* тушунчалар бир жинсда бўлган нарса ва ҳодисалар тўплами ҳақида яхлит фикр юритиладиган тушунчадир. Масалан, пахтазор, кутубхона, йиғилиш ва ҳоказолар. Тўпланма тушунчаларнинг бир қанчаси бирданига татбиқ қилинганда *умумий тўпланма* тушунчалар бўлади. Масалан: Алишер Навоий номидаги Республика Давлат кутубхонаси тушунчаси якка тўпланма тушунчасига оиддир. Гуруҳ, синф, жамоа, халқ, оломон ва бошқалар умумий тўпланма тушунчасига мисол бўла олади.

Тушунчалар моҳияти ҳукмларда ёритилади, мавжуд ҳукмлар асосида хулоса чиқарилади, янги ҳукм ҳосил қилинади, топилган янги белгилар, аломатлар тушунчаларни янада бойитади.

**3. Ҳукмлар.** Нарса ва ҳодисаларнинг белги ва хусусиятлари ҳақида тасдиқлаб ёки инкор қилиб айтилган фикр *ҳукм* деб аталади.

Моддий оламда ҳақиқатдан боғлиқ бўлмаган нарса ҳукмда боғлиқ қилиб кўрсатилса, бундай ҳукм *хато* (ёлғон) ҳукм деб аталади. Чунки бу ҳукмда акс эттирилган сифатлар (белги ва аломатлар) бу нарсаларга асло мувофиқ келмайди. Масалан, «Атом – модданинг бўлинмас заррачасидир» деган нотўғри ҳукмдир.

Борлиқдаги нарса, ҳодиса ва воқеликнинг миқдорига, уларнинг бирор ҳукмда акс эттирилган алоқа ва муносабатларига қараб ҳукм қуйидаги турларга бўлиниши мумкин:

1. тасдиқловчи ёки инкор қилувчи ҳукм;
2. якка, жузъий, хусусий ва умумий ҳукм;
3. шартли, айирувчи ва қатъий ҳукм;
4. тахминий ҳукм.

Нарса билан белгининг алоқаси (боғлиқлиги) акс эттирилган ҳукм *тасдиқловчи ҳукм* деб аталади. Масалан, «Алишер Навоий буюк ўзбек шоири ва мутафаккиридир» ва ҳ.к.

Нарса билан белги ўртасидаги бирор боғланиш йўқлигини акс эттирувчи ҳукм *инкор ҳукм* деб аталади. Масалан: Ўзбекистонда пахта экилмайди, Самарқандда олий мактаблар қурилмаган ва бошқ.

Вокеликда ажратилган нарса инкор қилувчи ҳукмда фикран ажратилиши мумкин. Якка (ёлғиз) нарса ва ҳодиса тўғрисидаги ҳукм *якка ҳукм* деб аталади. Мисол учун: Алишер Навоий номли катта опера ва балет театри республика фахридир. Белгининг бирор туркумигагина тааллуқли тасдиқловчи ёки инкор қилувчи ҳукм *жузъий ҳукм* деб аталади. Масалан: қарздор талабалар сессияга қўйилмайди. Бир туркумдаги нарса ва ҳодисаларнинг ҳаммаси тўғрисида тасдиқлаб ёки инкор қилиб айтилган ҳукм *умумий ҳукм* деб аталади.

Ҳукмда нарса ва ҳодиса белгисининг борлигини муайян шароитларда тасдиқлаб ёки инкор қилиб айтилган ҳукм *шартли ҳукм* деб аталади. Масалан: Агар талаба сессияларга кунт билан пухта тайёрланса, у «яхши» ва «аъло» баҳолар олади.

Ҳукмда нарса ва ҳодисаларга бир неча белги нисбатан берилиб, шу белгилардан фарқ қилиб, биттаси унга тегишли бўлса, бундай ҳукмга *айирувчи ҳукм* деб аталади. Масалан: ер юзаси фаслларнинг ўзгаришига қараб гоҳ қаттиқ исиб кетади, гоҳ илиб қолади, гоҳо кескин совийди. Нарса билан белги ўртасидаги алоқанинг бор ёки йўқлиги қатъий шаклда акс эттирилса, *қатъий ҳукм* деб аталади.

Нарса ва ҳодисалар билан уларнинг хусусиятлари ўртасида алоқа бўлиши эҳтимоли фақат фараз қилинса, у *эҳтимоллик ҳукмлари* дейилади, масалан: Эҳтимол, Марсда органик ҳаёт бордир. Нарса билан хусусият ўртасидаги алоқани тахминан эмас, балки ҳақиқатдан аниқ билганда *воқелик (ассерторик)*

*ҳукмлари* деб аталади, масалан: Институтимиз кутубхонасида кўп янги китоблар бор.

Ҳукмнинг шундай юқори шакли борки, унда фақат ҳақиқатда бўлган воқеа қайд қилинмасдан, балки нарса билан хусусиятнинг алоқаси қонуний эканлиги аниқлаб берилиб, *зарурлик (аподиктик) ҳукмлари* деб аталади. Масалан, Бутун дунёда тинчлик ғалаба қозониши муқаррар.

**4. Хулоса чиқариш.** Бир қанча ҳукмларнинг мантикий боғланиши натижасида ҳосил бўлган янги ҳукм инсоннинг билиш фаолиятида алоҳида аҳамиятга эга. Психологияда хулоса чиқариш жараёнида фойдаланилган тайёр ҳукмлар *асослар* дейилади, уларни таҳлил қилиб чиқарилган янги ҳукм эса *хулоса* деб аталади. Хулоса чиқариш шундай тафаккур шаклидирки, бу шакл воситаси билан биз икки ёки ундан ортиқ ҳукмлардан янги ҳукм ҳосил қиламиз. Масалан: Ҳар қандай ҳаракат материя ҳаракатидир; Иссиқлик ҳаракат шаклидир деган иккита ҳукмни олайлик. Бу икки ҳукмдан; «Демак, иссиқлик материя ҳаракатидир» деган янги ҳукм чиқарилади.

Хулоса чиқариш уч турга бўлинади: **индуктив, дедуктив ва аналогия.**

**Индуктив** хулоса чиқариш – бу хулоса чиқаришнинг шундай мантикий усулидирки, бунда бир неча якка ёки айрим ҳукмлардан умумий ҳукмга ўтилади ёки айрим факт ва ҳодисаларни ўрганиш асосида умумий қонун ва қоидалар яратилади. Масалан: Тошкент Педиатрия Тиббиёт институти талабалари қишки сессияга пухта ҳозирлик кўрмоқдалар. Шаҳардаги бошқа олий ўқув юрти талабалари ҳам қишки сессияга тайёргарликни кучайтирмоқдалар. Демак, Тошкент шаҳрининг барча олий ўқув юрти талабалари қишки сессияга кунт билан тайёрланмоқдалар, деган ҳукм чиқарилади.

**Дедуктив** хулоса чиқаришда – умумий ва якка ҳукмлардан якка ёки жузъий ҳукм келтириб чиқарилади. Мисол учун: Ўзбекистон «Камолот ЁИХ» аъзолари шижоатли ёшлардир. Тошкент Педиатрия Тиббиёт институти талабалари «Камолот ЁИХ» аъзосидирлар. Демак, улар ҳам шижоатлидирлар.

*Аналогия* хулоса чиқаришнинг шундай шаклидирки, бунда икки предметнинг баъзи бир белгилари ўхшашлигига қараб, бу предметларнинг бошқа белгилари ўхшашлиги тўғрисида ҳам хулоса чиқарилади. *Аналогия* деб, нарса ва ҳодисаларнинг бир-бирига ўхшаш бўлган баъзи белгиларига қарабгина ҳукм юритишдан иборат хулоса чиқариш шаклига айтилади. Шундай қилиб, аналогик йўл билан хулоса чиқарганда, мураккаб қонуниятлар тўғрисидаги билимлар ўзлаштирилмасда, лекин турмушнинг турли жабҳаларида ундан фойдаланиб турилади.

### ***Тафаккур турлари***

Психология фанида тафаккур қуйидагича шартли классификация қилинади:

**Кўргазмали-ҳаракат тафаккури.** Бола туғилишидан тортиб, то унинг боғча ёшигача давр амалий фаолиятда кўргазмали-ҳаракат тафаккур ўсишининг асосий даври ҳисобланади. Мазкур ёшдаги инсон ана шу амалий фаолият жараёнида ақлий ҳаракатларни амалга ошириб, амалий билимларни ўзлаштиради, натижада *кўргазмали-ҳаракат тафаккури* ўсиб боради. Ушбу ёшдаги болалар ўзлари ўйнаётган нарсалар, ўйинчоқларни қўллари билан бевосита ушлаб кўриш орқали улар билан танишадилар, шунинг билан бирга уларни идрок қилишга интиладилар. Идрок қилган предметлар ва ўйинчоқларни ўзаро солиштирадилар, қисмларга ажратадилар, анализ ва синтез қиладилар, бўлақларга ажратилганларни яхлит ҳолга келтириб бирлаштирадилар. Катталар тушунтиришига ишонч ҳосил қилмасдан, айна чоғда уларни объектларни синдириб ёки бузиб бўлса ҳам уларнинг ички тузилиши билан танишиш иштиёқи (майли) кучли бўлади. Шу боисдан амалий характердаги муаммоларни ҳал қилишда кўпинча «бузиб-тузатиш» йўли билан ҳаракат қиладилар. Кўргазмали-ҳаракат тафаккури боғча ёшига етгандан сўнг болаларда ўз қийматини йўқота бошлайди.

**Кўргазмали-образли тафаккур.** Тафаккурнинг мазкур кўриниши 4-7 ёшгача бўлган болаларда намоён бўлиб, боғча ёшидаги болаларда кўргазмали-ҳаракат тафаккурининг амалий элементлари кўргазмали-образли тафаккур босқичига ўтгандан сўнг ҳам сақланиб қолади, лекин у ўзининг етакчи ролини йўқота бошлайди. Ушбу ёшдаги кичкинтойлар билиш фаолиятида асосан кўргазмали образларга суяниб фикр юритадилар, мулоҳаза билдирадилар ва ҳукм чиқарадилар. Швейцариялик психолог Жан Пиаже тажрибаларида 6-7 ёшдаги болаларга ҳамирдан баб-баравар қилиб ясалган иккита зувалачани кўрсатади, шу заҳотиёқ текширилувчилар уларнинг бир-бирига тенг эканлигига ишонч ҳосил қиладилар, тажрибанинг иккинчи босқичида зувалачанинг биттаси нон шаклига келтирилади, бу ҳолатни ўз кўзлари билан кузатиб турган болалардан сўралганда, улар зувалача ҳажмининг ўзгаришига қараб тенглик бузилган деб жавоб берганлар. Ушбу ҳолат боғча ёшидаги болаларда *кўргазмали-образли тафаккур* бевосита ва батамом уларнинг идрок жараёнларига боғлиқ эканлигини кўрсатади. Шунинг учун улар нарса ва ҳодисаларнинг, жисм ва предметларнинг кўзга яққол ташланиб турувчи аломатига, хусусиятига, ташқи белгисига эътибор қиладилар. Лекин уларни ички боғланишлари, ўзаро муносабатларини билдириб келадиган муҳим, асосий сифатларига аҳамият бермайдилар. Объектларни фазода жойлашган ўрни, ташқи номуҳим белгиси уларнинг кўргазмали-образли тафаккурини вужудга келтиради. Масалан, уларнинг назарида одамлар бўйининг баланд ва пастлиги уларнинг ёшини (улуғлигини) белгилайди.

**Интуитив ва аналитик тафаккур.** Тафаккур активлигига қараб ихтиёрсиз (интуитив) ва ихтиёрий (аналитик) тафаккур турларига ажратилади. *Интуиция* деб, мантиқий тафаккур ёрдамида кўп вақтлар давомида ҳал қилинмаган ақлий вазифаларнинг тўсатдан, кутилмаганда ҳал қилиниб қолиши жараёни аталади. Шахснинг муайян соҳадаги ҳаётий ёки илмий тажрибаларига асосланган интеллектуал сезгирлигидан иборат фаолиятдир.

Кўпинча ихтиёрий тафаккур жараёни мулоҳаза, муҳокама, исботлаш, гипотеза қилиш каби шаклларда намоён бўлади.

Инсоният тараққиёти тарихидан шу нарсалар маълумки, йирик илмий кашфиётлар ҳам кўпинча худди шундай беихтиёр фикр қилиб турган маҳалда тўсатдан очилган. Жумладан, юнон олими Архимед солиштирма оғирлик қонунини зўр бериб ақлий меҳнат қилиш пайтида эмас, балки ҳеч қутилмаган жараёнда, ваннада чўмилиб турган пайтида кашф этган. Улуғ рус олими Д.И.Менделеевнинг ҳикоя қилишича, у элементлар даврий тизими жадвалини тузиш вақтида уч кеча-ю уч кундуз бетиним меҳнат қилган, аммо бу вазифани ниҳоясига етказа олмаган. Шундан сўнг чарчаган олим иш столи устида уйқуга кетган ва тушида бу элементлар тартибли жойлаштирилган жадвални кўрган. Шунда Д.И.Менделеев уйқудан уйғониб, бир парча қоғозга тушида аён бўлган жадвални кўчириб қўйган.

Кўпинча психолог ва физиологлар таъкидлашларича, муаммонинг бундай осон равишда ечилиши ҳеч қутилмаган юқоридаги каби беихтиёр ҳал қилиниши шу кашфиётлар олам юзини кўргунича бўлган давр ичида ойлаб, йиллаб қилинган меҳнатнинг якуни, яъни тугалланмай қолган тафаккур жараёнининг ниҳоясига етишидир, деб баҳоламоқдалар.

Фикр юритилиши лозим бўлган нарса ва ҳодисаларни идрок ёки тасаввур қилиш мумкин бўлса, бундай тафаккур **конкрет тафаккур** деб аталади. У ўз навбатида *яққол-предметли тафаккур* ва *яққол-образли тафаккур* номи билан икки турга ажратилади. Агар фикр юритиш объекти бевосита идрок қилинса, бундай тафаккур яққол-предметли тафаккур дейилади. Фикр юритилаётган нарса ва ҳодисалар фақат тасаввур қилинса, бундай тафаккур яққол-образли тафаккур деб аталади. Тафаккурнинг бир тури хотира ёки хаёл тасаввурига асосланган ҳолда намоён бўлади.

**Абстракт тафаккур** нарсаларнинг моҳиятини акс эттирувчи ва сўзларда ифодаловчи тушунчаларга таяниб фикр юритишдир. Алгебра, тригонометрия,

физика, чизма, геометрия, олий математика масалаларини ечиш вақтида фикр юритиш, мулоҳаза билдириш абстракт тафаккурга хос мисоллардир.

Ҳодисаларни изоҳлашга, фараз қилишга қаратилган тафаккур **назарий тафаккур** деб аталади. Тушунчалар ўртасидаги боғланишларни, муносабатларни, ички боғланишларни ёритиб бориш ва шу боғланишларни назарий жиҳатдан фикр юритиш йўли билан изоҳлаш каби жараёнларни назарий тафаккур ёрдамида амалга ошириш мумкин.

Назарий тафаккур жараёнларида «Нега?», «Нима учун?», «Нима сабабдан?», «Бунинг ўзи нима?», «Бу ҳодиса, ҳолатлар ёки тушунчалар ўртасида қандай ўхшашлик ва тафовутлар мавжуд?» каби қатор саволлар вужудга келади. Берилган саволларга атрофлича ўйлаб, мантиқан оқилона тузилган жавоблар ҳам топилади. Жумладан, «Кит – сут эмизувчидир», «Характер – ижтимоий турмуш маҳсулидир» ва бошқ.

Воқеликни ўзлаштириш воситаси билан реал нарса ва ҳодисаларни яратишга йўналтирилган фикр юритиш **амалий тафаккур** деб аталади. У қўйилган амалий ва назарий вазифаларни янги усуллар билан ҳал қилиш, онгимизда янги тасаввур, тушунча ва ҳукмлар ҳосил қилиш, муайян янги нарсалар яратиш билан боғлиқ мураккаб тафаккур жараёнидир.

Психологияда бир-бири билан узвий равишда боғланган мулоҳаза юритишдан иборат мантиқий тафаккур жараёнини **дискурсив тафаккур** деб аташ қабул қилинган.

**Ижодий тафаккур** мураккаб билиш фаолиятидан бири бўлиб тадрижий равишда, изчил ўзаро боғланган жараёнлардан ташкил топади: даставвал саволлар туғилади, вазифа аниқланади, масалани ечиш ёки саволларга жавоб қидириш жараёни вужудга келади.

Хўш, ижодий фикр юритиш жараёни қандай амалга оширилади?

Биринчидан, фикр юритиш фаолиятида энг аввал ҳал қилиниши зарур бўлган масала инсон томонидан аниқлаб олинishi керак. Агарда инсон олдида

ҳеч қандай масала ёки муаммо вужудга келтирилмаган бўлса, у ҳолда у бирон-бир нарсга тўғрисида фикр ҳам юритмайди, демакки, унинг қаршисида ҳеч қандай муаммо мавжуд эмас. Мабодо одам ҳал қилиши шарт бўлган масала юзасидан қанчалик аниқ ва тўлароқ маълумотга эга бўлса, уни оқилона ечиш йўл-воситаларини шунчалик енгиллик билан топади. Бунинг учун муаммони ечувчилар қўйилган масала мазмунини аввало тушуниб олишлари, унинг шартини текшириб чиқишлари, нима маълум ва номаълум эканлигини аниқлашлари мутлақо зарур. Фақат ана шундагина улар сира шошиб қолмайдилар ва ҳеч иккиланмасдан масала шартини ўйлаб топадилар, тўғри ечимга эришадилар.

Иккинчидан, муаммо ёки масалани ҳал қилиш учун зарур бўлган барча билимлар (қоидалар, фактлар, қонуниятлар, хоссалар, хусусиятлар, муҳим белгилар, муносабатлар, боғланишлар ва бошқ.)ни татбиқ қилиш учун интиладилар. Бунинг учун эса шахсий тажрибасида учраган тажриба, ҳолат ва усуллардан унумли фойдаланиб, кўчиш жараёнини амалга оширадилар.

Учинчидан, масалага – муаммога тааллуқли гипотеза олға сурилади, босқичлар тахмин қилинади, ечиш тўғрисида фаразлар ишлаб чиқилади, турли вариантлар ҳамда вариациялар ҳақида мулоҳаза юритилади, ўзаро хаёлан солиштириб, энг самарали аломатлар ажратилади ва ҳ.к.

Тўртинчидан, муаммо олдига қўйилган гипотезани текшириш зарурияти туғилади. Уни текшириш учун аналогик ҳолатлар ўзаро таққосланади. Бу ўринда ижодий хаёл материалларидан атрофлича фойдаланилади. Унинг ҳаққоний эканлигига ишонч ҳосил қилиш учун тафаккур ҳаракатлари иерархияси татбиқ қилиб кўрилади. Гипотеза мантиқий усуллар ёрдамида фикран анализ ва синтез қилинади, унинг адекватлигига доир оператив равишда ҳукм ва хулосалар чиқарилади.

Бешинчидан, муаммони назарий жиҳатдан ҳал қилиш учун илгари сурилган гипотеза адекват эмаслиги, нотўғри эканлиги аниқланса, у фикр



юритиш объектдан сиқиб чиқарилади ва янги фаразлар, ўйлар, тахминлар қабул қилинади ёки ўйлаб топилади. Янги амалий гипотеза фикран бир неча марта текширилади, ундан сўнг амалиётга жорий қилиш учун синашга тавсия қилинади. Айтиб ўтилган мулоҳазаларнинг аксарияти конструктив техника масалаларини ҳал қилишда, кашфиётларни яратишда, ихтирочиларнинг таклифларида, рационализаторликда, технология қурилмаларини жорий қилишда турли-туман моделлар, вариантлар, препаратлар, технологик карталар ва бошқалар фикран анализ қилинади, сўнгра улардан энг маъқули, энг мақсадга мувофиқи танланади ва унинг устида тўхталади.

Олтинчидан, муаммо ва масалани ҳал қилиш, ечиш, олинган натижаларни тўғрилигига қаноат ҳосил қилиш учун ечувчи уни текшириш билан тафаккур ҳаракатларини якунлайди. Ана шу операциялардан сўнг масала батамом ҳал қилинди деб топилади ва у тўғрида фикр юритиш тўхтатилади.

Одатда инсон ижодий тафаккур қилиш жараёнида маълум даражадаги қийинчиликларни енгади. Уларни келтириб чиқарувчи объектив ва субъектив сабаблар хилма-хил бўлиб, турлича тарзда ифодаланиши мумкин.

Демак, ижодий тафаккур тури ўзининг самарадорлиги ва долзарблиги, универсаллиги билан бошқа фикр юритиш жараёнларидан фарқ қилади, янги-янги муаммоларни ўйлаб чиқишда, масалани ҳал қилишда зарур жараён бўлиб, инсоннинг билиш фаолиятида етакчи роль ўйнайди.

Психология фанида тафаккурни **реалистик ва аутистик** турларга ажратиб ўрганиш ҳолати ҳукм суриб келмоқда. Одатда реалистик тафаккур қуршаб олган атроф-муҳитни ўрганишга, акс эттиришга қаратилган фикр юритиш бўлиб, у мантиқий қонун ва қоидаларга бевосита бўйсунди ва уларнинг ёрдами билан воқеликни акс эттиради. Мавжуд нарса ва ҳодисаларни акс эттириш мазкур тафаккур турининг объекти бўлиб ҳисобланади. Аутистик тафаккур инсоннинг хоҳиш ва истакларини амалга ошириш билан узвий боғлиқ равишда содир бўлади. Амалга оширилиши лозим бўлган тафаккур

ҳаракатлари фақат ўша шахснинг ўз тилакларини рўёбга чиқаришга йўналтирилган фикр юритишдан иборат бўлса бу индивидуаллик ёки индивидуалистик тафаккурдир.

Масала ечимини қабул қилишга ва инфор­мацион тайёргарлик кўришга қаратилган фикр юритиш **визуал тафаккур** дейилади. Визуал тафаккур мақсадга мувофиқ ҳаракатлар ёки англашилмаган операциялар, чунончи, образлар манипуляцияси ва трансформацияси ёрдами билан амалга оширилади ва «ақлий айланиш»да намоён бўлади. Инженерлик психологияси ва меҳнат психологияси, шунингдек, иқтисодиёт соҳаларида муттасил визуал тафаккур иштирок этади. Кейинги йилларда визуал тафаккур муаммоси космос психологиясида интен­сив равишда тадқиқ қилинмоқда.

Қисқа вақт бирлиги ичида янги, оригинал фикрлар яратиш ёки муҳим илмий, амалий масалаларни ҳал қилиш билан белгиланадиган тафаккур **продуктив тафаккур** дейилади.

**Репродуктив тафаккур** эса пас­сив, тайёр мулоҳазаларни ўзлаштириб олишга ва «тайёр ҳолда» ундан фойдаланишга қаратилган инсоннинг билиш фаолияти кўринишидир.

**Фазовий тафаккур** деганда нарса ва ҳодисаларнинг фазода рационал жойлашиши, замон ва макон муносабатларини, мураккаб боғланишларини адекват равишда акс эттиришдан иборат фикр юритиш жараёни тушунилади. Инсоннинг фазовий тафаккури хотира ва хаёл тасаввурлари билан узвий боғлиқ ҳолда намоён бўлади.

### ***Тафаккур сифатлари***

Тафаккурнинг индивидуал хусусиятларига (сифатларига) билиш фаолиятининг мазмундорлик, мустақиллик, эпчиллик, самарадорлик, фикрнинг кенглиги, тезлиги, чуқурлиги ва бошқа сифатлари киритилади.

Тафаккур **мазмундорлиги** деганда инсоннинг теварак-атрофдаги моддий воқелик тўғрисида онгида қай миқдорда (кўламда) мулоҳаза, муҳокама, фикр, муаммо ва тушунчалар жой олганлиги назарда тутилади.

Тафаккурнинг **чуқурлиги** деганда, моддий дунёдаги нарса-ҳодисаларнинг асосий қонунлари, қонуниятлари, хоссалари, сифатлари, уларнинг ўзаро боғланишлари, муносабатлари тафаккуримизда тўлиқ акс этганлигини тушунишимиз керак.

Тафаккурнинг **кенглиги** ўзининг мазмундорлиги, чуқурлиги каби сифатлари билан мунтазам алоқада бўлади. Инсондаги нарса ва ҳодисаларнинг энг муҳим белги ва хусусиятларини ўзида мужассамлаштирган, ўтмиш юзасидан, ҳозирги давр ҳақида, шунингдек, келажак тўғрисидаги мулоҳазалар, муаммолар ва тушунчаларни қамраб олган тафаккур кенг тафаккур дейилади.

Тафаккурнинг **мустақиллиги** деганда, кишининг шахсий ташаббуси билан ўз олдига конкрет мақсад, янги вазифалар қўя билиши, улар юзасидан амалий ва илмий характердаги фараз (гипотеза) қилиши, натижани кўз олдига келтира олиши, қўйилган вазифани ҳеч кимнинг кўмагисиз, кўрсатмасисиз, ўзининг ақлий изланиши туфайли турли йўл, усул ва воситалар топиб, мустақил равишда ҳал қилишдан иборат ақлий қобилиятни тушуниш керак.

Тафаккурнинг мустақиллиги *ақлнинг серташаббуслиги, пишиқлиги ва танқидийлиги*да намоён бўлади. Ақлнинг *серташаббуслиги* деганда, инсоннинг ўз олдида янги муаммо, аниқ мақсад ва конкрет вазифалар қўйишини, ана шуларнинг барчасини амалга оширишда, ниҳоясига етказишда, ечимни қидиришда усул ва воситаларни шахсан ўзи излаши, ақлий зўр бериб интилиши, уларга тааллуқли қўшимча белги ва аломатларни киритишдан иборат босқичларнинг намоён бўлишини назарда тутамиз. Ақлнинг *пишиқлиги* вазифаларни тез ечишда, ечиш пайтида янги усул ва воситаларни тез излаб топишда, уларни саралашда, ана шу усуллар ва воситаларни ўз ўрнида аниқ

қўллашда, эски йўл ҳамда усуллардан фориғ бўлишда ва бошқа жараёнларда ифодаланади.

Тафаккурнинг **танқидийлиги** объектив ва субъектив равишда ифодаланиши мумкин. Мазкур сифат инсонни баҳолаш ўз-ўзини баҳолаш каби тафаккурнинг индивидуал хусусиятлари билан боғлиқ равишда намоён бўлади. Агар танқидийлик оқилона, муҳим белгиларга, муаммо моҳиятининг тўғри очилишига (баъзан эталонга) асосланиб амалга ошса, ундай танқидийлик объектив танқидийлик деб аталади.

Мақсад, муаммо ва вазифалар ўзга шахслар томонидан қўйилиб, тайёр усул ва воситаларга таянган ҳолда ўзга кишиларнинг бевосита ёрдами билан амалга оширилиши жараёнида бир оз иштирок этган тафаккур **номустақил** тафаккур деб аталади.

Фикрнинг **муустақиллиги** унинг маҳсулдорлиги (самарадорлиги) билан узвий боғланган. Агар инсон томонидан муайян вақт ичида маълум соҳа учун қимматли ва янги фикрлар, ғоялар, тавсияномалар яратилган ҳамда назарий ва амалий вазифалар ҳал қилинган бўлса, бундай кишининг тафаккури *сермахсул тафаккур* деб аталади.

Тафаккурнинг **ихчамлиги** деганда, муаммони ҳал қилишнинг дастлаб тузилган режаси мазкур жараёнда масала ечиш шартини қаноатлантирмай қолса, номутаносиблик ҳосил бўлса, ҳеч иккиланмай эластик равишда ўзгартиришлар киритишдан иборат фикр юритиш фаолиятини тасаввур қилишимиз шарт.

Тафаккурнинг **тезлиги** қўйилган саволга ва муаммога тўлиқ жавоб олинган вақт билан белгиланиб, тафаккур жараёнларининг тезлиги ва жараёнларнинг маълум фурсат ичида қанчалик самара берганлиги билан баҳоланади.

Фикрларнинг тезлиги ўқувчи ва талабаларга жуда зарур психологик қурол бўлиб хизмат қилади. Имтиҳон пайтида, семинар машғулотларида фаол

иштирок этган талаба ҳаяжонланиб, эгаллаган билимларини вақтинча унутиб, ўзини йўқотиб қўяди. Ўринсиз, салбий эмоциялар (ҳис-туйғулар) унинг тафаккурини тормозлаб, муваффақиятсизликка олиб келади, яъни фикрни баён қилишда инертлик пайдо бўлиб, кейинчалик бутунлай тормозланишга айланади. Баъзи талабалар, аксинча, имтиҳонда ҳаяжонланиб, фикрлари равонлашади. Қаттиқ ҳаяжонланиш, қаттиқ ташқи таъсир натижасида уйкудаги айрим нейронлар уйғониб функцияси жадаллашиб кетади ва фикр «бирданига» равшанланиши мумкин. Шунинг учун ўқитиш жараёнида талаба ва ўқувчиларнинг ақлий фаолиятини тўғри баҳолашда уларнинг индивидуал-типологик хусусиятларини ҳисобга олиш мақсадга мувофиқдир.

**Тафаккурнинг бузилиши.** Турли руҳий касалликларда тафаккур жараёнининг кечиши, тасаввурлар ва ғояларнинг кўшилиши, тафаккур мазмунининг бузилганлиги кузатилади. Масалан, руҳий жараёнларнинг қўзғалиши ёки тормозланиши билан кечадиган касалликларда одатда тасаввурлар кечилишининг тезлашиши ёки секинлашиши намоён бўлади. Аксарият маниакал ҳолатларда учрайдиган ғоялар характерли мисолидир. Бунда ассоциацияли боғланишлар дарров ҳосил бўлади, жуда бой фикрлар, образлар пайдо бўлиб, нутқ шунга кўра тез ва тартибсиз бўлади. Масалан, бемор бир фикрни тугатмай иккинчи, учинчисига ўтади ва ҳ.к. Шу нарса қизиқарлики, нутқнинг узук-юлуқ ва маълум даража пала-партиш бўлишига қарамай, атроф-борлиқдаги конкрет объектлар устида фикр юритиш йўқолиши кузатилади.

Тасаввурлар кечиш суръатининг секинлашиши циркулятор *психоз*нинг депрессив босқичларида учрайди. Бундай ҳолга тушган беморлар энг оддий ақлий ишларни ҳам зўр қийинчиликлар билан бажарадилар, улар ўз таржимаи ҳолларини айтиб беришга қийналадилар, чунки бир тасаввур ортидан иккинчи тасаввурнинг келиши қийин кечади. Турли хилдаги тафаккур бузилишларидан дастлаб, масалан, *шизофрения*да учрайдиган қуруқ маҳмадоналик, гўё донишмандликни намоён қилади. Бу шундан далолат берадики, бемор мутлақо мазмунсиз ва

«тузсиз» муҳокамаларни тўғри, бироқ охири тугамайдиган дабдабали сўз либосига ўрайди. Тафаккур бузилишларига яна *эпилепсия* билан оғриган шахсларга хос бўлган фикрлашдаги ортиқча тафсилотлар киради. Бунда бош мия пўстлоғидаги асосий физиологик жараённинг кечишидаги инертлик ва дифференциациянинг бузилиши яққол юзага чиқади. Тафаккурнинг боғланмаслиги тафаккур узилишига ташқи жихатдан ўхшаш бўлиб, бунда бемор қисман қабул қилиб, умумлаштирилган мантиқий хулоса чиқариш қобилиятини йўқотади. Масалан, бемор соатга қараб, соат ва дақиқа милларининг қаерда турганини тўғри айтиб бера-да, бироқ соат неча бўлганини айтиб бера олмайди.

***Персеверация*** – бир марта айтилган фикрни бир хил тарзда ташқи таъсиротларга ёки ҳеч қандай сабабсиз, бир хил тарзда такрорланиши демакдир. Персеверациялар бош миянинг қаттиқ органик зарарланишидаги тафаккур бузилишидир. Масалан, бемордан: «Исмингиз нима?» – деб сўралганда, у: «Икром Илҳомович Холмуродов» деб жавоб беради. Бошқа савол, яъни «Қаерда туғилгансиз?» деб сўралганда, «Икром Илҳомович Холмуродов» деб жавоб беради ва ҳ.к. Миядан кетмайдиган ғоялар – шундай фикрлардирки, киши аслида улардан халос бўлишни истаса ҳам қутула олмайди. Масалан, дазмолнинг токка уланганлиги ҳақидаги фикр соғлом одамда ҳам пайдо бўлиши мумкин, лекин бу фикр дазмолни токдан суғурилганлигини эсласа ёки бунга ишонч ҳосил қилса йўқолади. Миядан кетмайдиган фикр эса соғлом кишилардаги шубҳаланишдан фарқли ўлароқ, киши бу фикрнинг асоссизлигига ишонч ҳосил қилган тақдирда ҳам йўқолмайди.

***Ўта қимматли ғоялар*** – киши онгида эмоционал, аниқ, ранг-баранг фикрлар устун бўлишидир. Бунда хафалик ҳисси шу қадар кучли аҳамиятга, дил оғриши шу қадар кучли ҳисга эга бўладики, у киши онгида ҳукмрон бўлиб қолади, бемор бошқа ҳеч нарса ҳақида ўйлай олмайди, у атрофда рўй бераётган нарсаларга ўзига етган алам нуқтаи назаридан қараганда, унинг фикри-хаёли, бирдан-бир мақсад – қасос олишга қаратилган бўлади.

**Ақлпастлик** – тафаккурнинг бузилиши бўлиб, бунда одамнинг ҳодисалар ўртасидаги боғланишни тушуниш қобилияти пасайиб кетади, асосий нарсани иккинчи даражали нарсдан фарқ қилиш қобилияти йўқолади, одам ўз фикрлари, юриш-туришига танқидий кўз билан қарай олмайдиган бўлиб қолади, хотира пасаяди, билим ва тасаввурларининг заҳираси камайиб кетади. Ақлпастликнинг иккита тури тафовут қилинади: туғма ақлпастлик ва турмушда орттирилган ақлпастлик. *Туғма ақлпастлик* асосида боланинг она қорнида зарарланиши ёки жуда гўдаклик даврида касал бўлиб қолиши натижасида миясининг етарлича ривожланмай қолиши ётади.

*Турмушда орттирилган ақлпастлик (деменция)* кўпинча прогрессив фалажлик, қарилик психозлари, яъни бош мия томирлари атеросклерози, бош миянинг туғилишидан анча кейинги даврида органик касалликка учрашининг оқибати бўлиб ҳисобланади.

### Мантиқий фикрлашни текшириш методикаси

Сизга мантиқий-саноқ муносабатларини аниқлаш учун 20 та вазифа таклиф қилинмоқда.

Ҳар бир вазифада қайси бири катта ёки кичиклигини аниқлаш ва топилган натижани чизик тагига белгилар (< >) ёки «катта», «кичик» сўзлари билан ёзиш зарур. Барча вазифаларни мияда, иложи борича тез ва хатосиз ечиш керак. Вазифаларни ечиш учун 10 дақиқа берилади.

1. А Б дан 6 марта катта <u>Б В дан 7 марта кичик</u> В А	2. А Б дан 10 марта кичик <u>Б В дан 6 марта катта</u> В А
3. А Б дан 3 марта катта <u>Б В дан 6 марта кичик</u> В А	4. А Б дан 3 марта катта <u>Б В дан 5 марта кичик</u> В А
5. А Б дан 3 марта кичик <u>Б В дан 5 марта катта</u> В А	6. А Б дан 9 марта катта <u>Б В дан 12 марта кичик</u> В А

7. <u>А Б дан 6 марта катта</u> <u>Б В дан 7 марта кичик</u> В А	8. <u>А Б дан 3 марта кичик</u> <u>Б В дан 7 марта катта</u> В А
9. <u>А Б дан 9 марта катта</u> <u>Б В дан 4 марта кичик</u> В А	10. <u>А Б дан 2 марта кичик</u> <u>Б В дан 8 марта катта</u> В А
11. <u>А Б дан 3 марта кичик</u> <u>Б В дан 4 марта катта</u> В А	12. <u>А Б дан 2 марта катта</u> <u>Б В дан 5 марта кичик</u> В А
13. <u>А Б дан 10 марта кичик</u> <u>Б В дан 3 марта катта</u> В А	14. <u>А Б дан 5 марта кичик</u> <u>Б В дан 2 марта катта</u> В А
15. <u>А Б дан 4 марта катта</u> <u>Б В дан 3 марта кичик</u> В А	16. <u>А Б дан 3 марта кичик</u> <u>Б В дан 2 марта катта</u> В А
17. <u>А Б дан 4 марта катта</u> <u>Б В дан 7 марта кичик</u> В А	18. <u>А Б дан 4 марта катта</u> <u>Б В дан 3 марта кичик</u> В А
19. <u>А Б дан 5 марта кичик</u> <u>Б В дан 8 марта катта</u> В А	20. <u>А Б дан 7 марта катта</u> <u>Б В дан 3 марта кичик</u> В А

Вақт ўтиши билан эксперимент тугатилади ва тўғри ечилган вазифалар сони аниқланади. Бунда 10 тадан ортиқ вазифани ечиш катталар учун меъёр ҳисобланади.

**Калит:**

1.  $V > A$ ; 2.  $V > A$ ; 3.  $V > A$ ; 4.  $V > A$ ; 5.  $V < A$ ; 6.  $V > A$ ; 7.  $V > A$ ; 8.  $V < A$ ; 9.  $V < A$ ; 10.  $V < A$ ; 11.  $V < A$ ; 12.  $V > A$ ; 13.  $V > A$ ; 14.  $V > A$ ; 15.  $V < A$ ; 16.  $V > A$ ; 17.  $V > A$ ; 18.  $A > V$ ; 19.  $V < A$ ; 20.  $V < A$ .



## Нутқ

Инсон тил ёрдами билан бошқа одамларга ўтмиш, ҳозирги замон ва келажакка оид нарсалар, воқелик юзасидан ахборот, хабар, маълумот бериши мумкин.

Одамдаги шахсий индивидуал тажрибанинг умуминсоний тажриба билан боғлиқлиги кишиларда тилнинг мавжудлиги билан изоҳланиб, у оддий қилиб тушунтирилганда сўз ва белгилар тизими ҳамда йиғиндисидан иборатдир.

Белгилар ва уларнинг аҳамияти инсоннинг юксак психик функциялари (яъни идрок, хотира, тафаккур, хаёл)нинг воситасидир. Одатда белгилар турли-туман бўлишидан қатъий назар уларнинг энг муҳими – бу сўздир. Ҳар бир сўз маълумот, хабар, ахборот вазифасини бажаради ва муайян мазмунни ўзида акс эттиради.

### Тилнинг асосий функциялари:

1) тил яшашнинг воситаси, ижтимоий тажрибани авлоддан авлодга узатиш, бериш ва ўзлаштириш қуроли тарзида вужудга келади;

2) тил восита ёки коммуникация усули, ҳатто одамларнинг хатти-ҳаракатларини бошқарувчи қурол сифатида намоён бўлади;

3) тил интеллектуал фаолиятнинг қуроли сифатида хизмат қилади (муаммоли вазият моҳиятини тушуниш, ечишни режалаштириш, ижро этиш, мақсад билан солиштириш).

Одам ўзи хоҳ амалий хоҳ ақлий ҳаракат қилишидан қатъий назар уни режалаштириб, бунинг ечими учун восита қидиришнинг ва умумий фикрий масалаларини ҳал қилишнинг асосий қуроли тил ҳисобланади.

**Нутқ фаолияти** – одам томонидан ижтимоий-тарихий тажрибани ўзлаштириш, авлодларга узатиш ёки коммуникация ўрнатиш, ўз шахсий ҳаракатларини режалаштириш ва амалга ошириш мақсадида тилдан фойдаланиш жараёнидир.

**Н.И.Жинкин бўйича нутқ механизмлари қуйидагича изоҳланади:**

➤ Бирон фикрни нутқ воситаси ёрдами билан баён қилишдан олдин, махсус код орқали бу фикрнинг асосини тузамиз – у программалаштириш механизмидир.

➤ Ундан кейин режалаштиришдан гапнинг грамматик тузилишига ўтиш билан бир гуруҳ механизмлар келади.

➤ Эсада олиб қолиш сўзларнинг грамматик хусусиятларини амалда қўллашни таъминловчи механизм.

➤ Бир хил типдаги тузилишдан бошқа типдаги тузилишга ўтиш механизми.

➤ Программа элементларини грамматик тузилишга ёйиш механизми.

➤ Сўзни маъносига қараб қидиришни таъминловчи механизмлар.

➤ Синтагмаларни ҳаракат жиҳатидан программалаштирувчи механизмлар.

➤ Нутқ товушларини танлаш ва ҳаракат программасидан товушларни тўлдиришига ўтиш механизмлари.

➤ Нутқни амалга оширишни таъминловчи механизм.

### **Нутқнинг ривожланиши қуйидаги хусусиятларга эга:**

а) гугулаш.

б) ғудурланиш (сохта сўзлар).

в) парадигматик фонетика (1,3 - 1,5 ёшгача) - буви, бува, ўтир, ўтирди ўтиради ва ҳ.к.

г) нутқнинг вазиятбоплиги (Ж.Пиаже – ситуатив нутқ).

д) нутқ эгоцентризми (Ж.Пиаже – эгоцентрик нутқ).

### **Нутқ турларининг психологик тавсифи**

Э.Ғ.Ғозиев фикрича, нутқнинг муайян асосларига суянган ҳолда ноанъанавий таснифини бериш унинг қийматини янада оширади, инсон-техника муносабатини амалий жиҳатдан намойиш қилиб, у *новербал ва вербал* турларга бўлинади.

**Новербал нутқ** генетик келиб чиқиш жихатидан бирламчи ҳисобланади, чунки инсоннинг ижтимоий-тарихий тараққиёти даврида даставвал товушсиз, сўзсиз нутқ турлари пайдо бўлган бўлиб, у ўз ичига шахс камолотининг йирик санасини қамраб олган.

Новербал нутқ турини шартли равишда қуйидаги кўринишларга ажратиш мумкин:

- ✓ имо-ишора,
- ✓ мимика,
- ✓ пантомимика,
- ✓ эхологик, яъни акс-садо,
- ✓ сигнификация,
- ✓ дактологик (бармоқ нутқи).

*Имо-ишора* инсон ҳаёт ва фаолият кўрсатиш даврининг дастлабки палласида асосий нутқ тури сифатида алоҳида аҳамият касб этган. Этник стереотиплар асосида муайян кечинмаларни, маълум ахборотларни шахслараро муносабат жараёнида узатиш ва қабул қилишда ифодаланувчи товушсиз, лекин маъноли, мазмунли нутқ тури **имо-ишорали** нутқ дейилади. Масалан, ўзбекларда фикрни тасдиқлаш олд томонга бош силташ билан ифодаланса, худди шу маънони булғорларда бошни сарак-сарак қилиш англатади.

*Мимика* юз ҳаракатлари (физиономия) ёрдамида инсонни инсон томонидан идрок қилиш, ўзгалар фикрига жавоб қайтариш жараёнида шахслараро муносабатга киришишда намоён бўлувчи новербал нутқ (табассум, жилмайиш, мийиғида кулиш, лаб қисиш ва ҳ.к.) туридир.

*Пантомимика* юз гавда ҳаракатлари, тана аъзолари, қадди-қомат ёрдами билан фикрларни узатиш, сюжетли, қоидали, маъноли, драматик кечинмали новербал нутқ туридир. У ўз моҳияти кўлами билан мимикадан устувор хусусиятга эга бўлиб, ахборотлар, интим ҳолатлар, мураккаб кечинмалар юзасидан ўзгаларга маълумот узатиш тарзида ҳукм суриб, юмор ҳиссини, кўркинч

туйғусини, заҳмат образини, даҳшат кечинмасини ўзида акс эттириб, кўпинча коммуникатив функцияни ижро этади, ҳиссий алоқа ўрнатиш орқали таассуротлар мукамаллиги таъминланади.

*Эхологик* ёки садо деганда айрим ҳис-ҳаяжонли шартли товушларда мужассамлашган ахборот узатиш ва қабул қилиш мақсадини амалга оширувчи, табиий тўсиқларга урилиб қайтувчи алоқа воситаси тушунилади.

Новербал туркумга кирувчи *сигнификация* бошқалардан ўз тузилиши, мазмуни, шакли билан кескин ажралиб туриб, у аниқ шартли аломатлар орқали муайян мантиқий юкламани ўзида акс эттирувчи коммуникатив хусусиятли новербал нутқ туридир. У шартли белгилар, сигналлар, моделлар шаклида ифодаланиши мумкин. Ҳар бир «сигнал» ўз кўлами, такрорланиш суръати, темпи, частотаси билан муайян маълумот узатиш ёки қабул қилиш имкониятига эга бўлиб, шартли аломатлар негизида мазмун ёки моҳият ётади. Морзе алифбоси ва шунга ўхшаш ҳозирги замон алоқа қурилмалари қўл ёрдами билан (асбобни босиш орқали) хабар узатишга ёки қабул қилишга мўлжалланган. Ҳозирги замон рациялари ҳам худди шунга ўхшаш коммуникация қуроли вазифасини бажаради.

Новербал нутқнинг яна бир тури *дактологик (бармоқ) нутқ* деб аталиб, у инсон тана аъзолари, имо-ишоралар, мимика, хуллас ҳиссиёт ёрдами билан муомала ўрнатишга қаратилган алоқа воситасидир. Сўз орқали ифодаланувчи нутқ мазмуни маъноли қўл, юз ҳаракатларига, айрим ҳаяжонли садога, қаҳр-ғазаб, илиқ табассум, қаҳқаҳага кўчирилиб, бунда ҳаракатнинг такрорланиши ахборот мазмунини бойитади, кучайтиради, маълумотлар узлуксизлигини таъминлаб туради.

Вербал нутқ туркумини шартли равишда қуйидаги турларга ажратиш мумкин:

- 1) оғзаки;
- 2) ёзма;
- 3) монологик;

- 4) диологик;
- 5) полилогик;
- 6) ташқи;
- 7) ички;
- 8) экспрессив;
- 9) импрессив;
- 10) лаконик (қатра, йиғиқ);
- 11) эпик (ёйиқ);
- 12) аффектив (жаҳл ҳолатидаги).

**Оғзаки** нутқ новербал туркумдан кейин пайдо бўлган нутқ туридан бири ҳисобланиб, у шартли равишда қуйидаги нутқ кўринишларида ифодаланади: монологик, диологик, полилогик, ташқи, ички, экспрессив, импрессив, лаконик (йиғиқ, қатра), аффектив (ҳис-ҳаяжон, жаҳл).

**Оғзаки** нутқ пауза, мантиқий урғу, темп, тембр, частота, ритмика ва бошқа ташкилий қисмлар ҳамда механизмларни ўзида мужассамлаштирган, тилнинг барча қоидалари, қонунлари, шартли белгилар сифатида хизмат қилишга асосланади.

Коммуникатив хусусиятли ахборотлар оддий хабар, сўроқ, ундов маъносини аниқлашчи маълумотлар оғзаки нутқнинг мураккаб ҳамда ранг-баранг тuzилишга эга эканлигидан далolat беради.

Оғзаки нутқ ўзининг жарангдорлиги, таъсирчанлиги, ахборотларни қабул қилишдаги қулайлиги, узатишдаги ихчамлиги, толиқишнинг олдини олиш имконияти мавжудлиги унинг кенг қиррали эканлигини билдиради.

**Монологик** нутқ оғзаки нутқнинг дастлабки тури бўлиб, у яқка шахснинг ички кечинмаларини тил механизмларига асосланган ҳолда акс эттирувчи, унинг ўзига қаратилган (эгоцентрик), таъсирланишини ифодалашга ва ахборот узатишга мўлжалланган нутқ туридир.

*Диалогик* нутқ икки шахс ўртасида намоён бўлувчи, ахборот узатишга ва қабул қилишга мўлжалланган нутқ туридир. Унинг монологик туридан фаркли томони фикр моҳияти нутқ фаолияти қатнашчиларида англандан кейин у ёки бу шаклда қисқартириш имкониятига эга.

*Полилогик* нутқ деб бир нечта кишилар билан амалга оширишга мўлжалланган, триада ва полиада негизига қурилувчи, ахборот узатиш ва қабул қилишга йўналтирилган, баҳс таркиблари иштирок этувчи оғзаки нутқ турига айтилади.

Артикуляцион аппарат орқали вужудга келувчи, вербал ҳолатларда акс этувчи, ўзгаларга йўналтирилган, ҳар хил хусусиятли вазиятларда намоён бўлувчи нутқ турига *ташқи* нутқ деб аталиб, унда тилнинг барча қоидалари ва қонуниятлари мужассамлашган бўлиб, у узатиш ва қабул қилиш, идрок этиш ва тушунишдан иборат муомала қуроли, воситаси вазифасини ижро этади.

Муайян ахборотларни тартибга келтириш, ғояларни яратиш, фикрий дастурни ишлаб чиқишга мўлжалланган, лекин латент давридаги маълумотлар мажмуасидан тузилувчи нутқ тури *ички* нутқ дейилиб, унинг муҳим хусусиятларидан бири – бу кўлам жиҳатдан ташқи нутқдан кенгрок эканлигидир. Яна бир хусусияти эса тафаккур механизми функциясини бажаришидир.

*Экспрессив* нутқ деганда ахборотлар ички моҳиятини ташқи ҳис-ҳаяжон таркиблари билан кучайтирувчи, шахслараро муносабатни яққол ифодаланишини акс эттирувчи, овозли, тил воситаларига асосланувчи нутқ тури тушунилиб, у ўзининг тезкорлиги ва вазиятбоплиги билан бошқа нутқ турларидан ажралиб туради.

Ички кечинмалар шахсий фикрлаш билан уйғунлашиши туфайли фикрий боғланишни вужудга келтирувчи, ҳолатлар, ҳодисалар моҳиятини ички ва ташқи омилларга асосланиб акс эттирувчи нутқ турига эса *импрессив* нутқ дейилади.

Миллат ва элатларнинг тил бойлиги мақоллар, донишмандликлар, ҳикматлар, маталлар сифатида шаклланган, юксак мантиқий юкламага эга бўлган йиғиқ нутқ тури лаконик, яъни *йиғиқ, қатра* нутқ дейилади. Масалан, «Етти ўлчаб – бир кес», «Сабрнинг таги – сариқ олтин».

*Аффектив* нутқ турли омиллар таъсирида бирданига вужудга келувчи, жаҳлнинг маҳсули бўлиб, бунда у тўсатдан суҳбатдош, рақиб томонга узатилувчи, ўта таъсирчан, хавфли, рухий нишон вазифасини бажариб, зарбаси жиҳатидан альтернативи йўқлиги билан бошқа нутқ турларидан кескин ажралиб туради. Жаҳл, қасос, алам, тажовуз кечинмаларини ўзида акс эттириб, ўта танглик, зўриқиш (стресс) маҳсули бўлиб ҳисобланади («Жаҳл келганда – ақл кетади»; «Ҳиссиёт билан эмас, балки ақл билан иш тут»).

*Ёзма* нутқ инсоният тарихининг тараққиёт босқичида пайдо бўлиб, ҳозиргача у ўз ривожланишида давом этмоқда. Э.Ғ.Ғозиев таърифича, тилнинг барча қоидаларига (орфографик, морфологик, синтаксик, лексик, орфоэпик, лингвистик, фонематик, флексив ва ҳ.к.), қонуниятларига, механизмларига (жонли ифодаларни мужассамлаштирган ҳолда) асосланган тарзда, муайян шартли аломатлар (графиклар) ёрдамида шакл, тузилиш, маъно, мазмун ва моҳиятни узлуксиз, тадрижий равишда ахборотларга айлантириб берувчи нутқ тури *ёзма* нутқ дейилади.

#### **Ёзма нутқ турлари:**

- а) монологик (драма),
- б) диалогик (бадий асар жанрларида),
- в) ички,
- г) лаконик (йиғиқ, қатра),
- д) эпик (ёйиқ, йирик роман, қисса ва бошқалар).

Ёзма нутқнинг *монологик* ва *диалогик* турлари бадий асарларда ўз ифодасини топган бўлиб, оғзаки нутқдагидан фарқли ўлароқ тил бойликларига бевосита асосланиб, янгиликлар яратиш, ижод қилиш сўзлар орқали моҳият касб

этади, у ёки бу шаклда тартибга келтирилади. *Лаконик (йизик, қатра)* нутқ ҳам оғзаки нутқдагидай маъно касб этса, *эпик (ёйиқ)* нутқ йирик асарлар, монографиялар моҳиятини тўлақонли акс эттириш билан бошқа нутқ турларидан фарқланади.

**Нутқнинг бузилиши.** Бош миянинг органик зарарланиш касалликлари, жароҳатларида, калла чаноқ суяклари шикастланишида, истерияларда нутқнинг бузилиши кузатилиб, у *афазия* дейилади. Афазиянинг бир неча турлари фарқ қилинади, уларнинг кўпгина умумий ва бир-биридан фарқ қиладиган хусусиятлари ҳам мавжуд. Афазия билан оғриган беморларда сўзлар ва уларни ташкил этувчи нутқ товушларини тўғри танлаш бузилади, шунингдек, мустақил нутқнинг грамматик тузилиши ҳам бузилади. Бундай беморларнинг нутқи камбағал, ишлатиладиган сўзлар захираси анча чекланган бўлади. Бир хил сўзларни ва бўғинларни бошқалари билан алмаштириш кузатилиб, гапнинг айрим қисмлари ўртасидаги боғланиш бузилади. Шунингдек, ўқиш ва ёзишнинг ёмонлашуви ҳам кузатилиши мумкин. Афазиялар *мотор, сенсор, амнестик, тотал* афазияларга ажратилади.

**Мотор** афазия сўзларни талаффуз қилишга қобилиятсизлик ёки бу қобилиятнинг сезиларли равишда пасайишидир. Беморлар гапиришга ҳаракат қиладилар, лекин фақат бир неча сўз ёки бўғинларнигина айта оладилар. Бундай бузилиш калла чаноғининг пешона қисми шикастланганда кузатилиб, бунда беморлар ўзларига қаратилган нутқнигина тушунадилар.

**Сенсор** афазия атрофдагилар нутқини ёмон тушуниш билан характерланиб, ёзувда кўпол бузилиш кузатилади. Сенсор афазия билан оғриган беморларда ўзларига нисбатан қаратилган нутқни тушуниш кўпроқ ёмонлашган бўлади. Улар кўпинча ўзларига берилган саволларни англаш у ёқда турсин, ҳатто оддий имо-ишораларни ҳам тушунмайдилар. Бундай беморлар эркин гапирадилар, лекин анча бузилган ва бирмунча тушунарсиз бўлган



нутқда бир хил сўз ва бўғинларни бошқалари билан алмаштиришга кўп марта йўл қўядилар. Сенсор афазия учун нутқ беқарорлиги (*логорея*) хосдир.

*Амнестик* афазия нарсаларнинг номларини айтиш қобилиятларининг бузилишида намоён бўлади. Керакли сўз кўпинча бевосита сўзнинг нарса билан боғлиқлигидан эмас, балки беморнинг нутқи контекстини англашидан пайдо бўлади.

*Тотал* афазия нутқнинг барча турлари йўқолиши билан характерланади. Бемор гапиришга ҳаракат қилиб, баъзан у ёки бу товушни талаффуз қилиши мумкин. Бу ҳолат бош мияда қон айланиши бузилганда ва атрофик шикастланишда кузатилади.

#### 4.5. Хаёл

Жаҳон психологиясида хаёл инсоннинг ижодий фаолиятининг таркибий қисми сифатида талқин қилинади, у тизимий хусусиятли хатти-ҳаракатнинг оралик ва якуний маҳсуллари орқали акс этади, муаммоли вазиятда ноаниқлик, номаълумлик аломатлари вужудга келса, у ҳолда фаолият режасини қайта кўриб чиқишни таъминлаш имкониятига эга.

Хаёлнинг асосий вазифаси амалий фаолият бошланмасдан туриб, унинг маҳсулини олдиндан тасаввур қилиш ва уларни тимсоллар тариқасида вужудга келтиришдан иборатдир. Хаёл бошқа билиш жараёнлари билан узвий алоқада бўлиб, уларни акс эттириш имкониятининг тўлароқ рўёбга чиқишига ёрдам беради. Айниқса, у тафаккур билан бевосита алоқада бўлади, худди шу боисдан уларнинг ҳар иккаласида ҳам башорат қилиш, олдиндан пайқаш, сезиш, истиқбол режасини тузиш имконияти мавжуд. Улар ўртасида бир қатор ўхшашликлар ва айрим фарқлар мавжуд, яъни:

- ✓ хаёл тафаккур сингари муаммоли вазиятда, масала ва топшириқлар ечиш жараёнида туғилади;

- ✓ янги ечим, усул, восита кидиришда ва уларни саралашда умумийлик мавжуд;
- ✓ хаёлнинг ҳам, тафаккурнинг ҳам пайдо бўлиши шахснинг эҳтиёжларига бевосита боғлиқ;
- ✓ эҳтиёжларни қондиришнинг дастлаб хаёлий образлари яратилади, унинг натижасида вазиятни ёрқин тасаввур қилиш имкони туғилади;
- ✓ хаёлда олдиндан акс эттириш жонли тасаввурлар тарзида, яққол тимсоллар шаклида вужудга келса, тафаккурда улар умумлашмалар, тушунчалар, билвоситалик хусусияти орқали рўёбга чиқади.

Хаёл жараёни тафаккурдан фарқли ўлароқ муаммоли вазиятнинг маълумотлари қанчалик ноаниқ бўлса, шунчалик тасаввур образлари яралиши учун қулай имконият туғилади, унинг механизмлари тезкорликда ишга тушади.

**Хаёл турлари.** Инсон куйидаги ҳолатларда хаёлот оламига кириб бориши мумкин:

- 1) инсон ҳеч қандай йўл билан ҳал қилиб бўлмайдиган масалалар, муаммолар исканжасидан беркиниш мақсадида;
- 2) турмушнинг оғир шароитларидан, захматларидан ҳимояланиш ниятида;
- 3) шахсий нуқсонларнинг таркибидан;
- 4) ушалмаган армондан;
- 5) патологик ҳолатга (руҳий нуқсонга) учраганда;
- 6) алкоголизм, наркомания ва бошқа вазиятларда.

**Хаёлот (фантазия)** турмушда гавдаланиши мумкин бўлмаган, амалга ошириш имконияти йўқ хатти-ҳаракатлар дастурини намоён этиб, у **пассив (суст)** хаёл деб номланади. Хаёлнинг бундан ташқари **актив (фаол), ихтиёрий, ихтиёрсиз, қайта тикловчи ва ижодий** турлари ҳам мавжуд.

Инсон пассив хаёлни олдиндан ихтиёрий режалаштириб, ирода билан ҳеч бир боғлиқ бўлмаган, жўртгага «кашф» қилинган, бироқ ҳаётда гавдалантиришга йўналтирилган образлари мажмуаси «**ширин хаёл**» дейилади. Одатда «ширин

хаёл»да фантазиянинг маҳсуллари билан инсоннинг эҳтиёжлари ўртасидаги алоқа енгилик билан юзага келганлиги туфайли қувончли, ёқимли, қизиқарли нарсалар ҳақида одамлар хаёл сурадилар. Инсон қанчалик ширин хаёлга берилса, у шунчалик даражада пассив шахс саналиб, бу унинг нуқсони ҳисобланади. Гоҳо пассив хаёл ихтиёрсиз равишда вужудга келиши ҳам мумкин, бунда қуйидаги ҳолат юз беради:

- А) онг назоратининг кучсизланиши,
- Б) иккинчи сигналлар тизимининг сусайиши,
- В) инсоннинг вақтинча ҳаракатсизланиши,
- Г) уйқутираш кезида,
- Д) аффектив вазиятда,
- Е) туш кўришда,
- Ё) галлюцинацияда,
- Ж) патологик ҳолатларда ва ҳ.к.

Пассив хаёл ихтиёрий ва ихтиёрсиз турларга ажратилганидек, актив хаёл қайта тикловчи ва ижодий кўринишларга бўлинади.

Ўзининг моҳияти билан тасаввурларга мувофиқ келадиган тасвирлар тизимини яратувчи хаёл «**қайта тикловчи хаёл**» деб аталиб, у табиатга, жамиятга ва шахслараро муносабатга, билимларга оид маълумотлар ўрганилишида бевосита иштирок этади ҳамда матнларда, расмларда, хариталарда акс эттирилган нарсалар қайта тикланади. Диққат билан, синчковлик билан қараш, тикилиш жараёнида мазкур хаёл тури ривожланади.

**Ижодий хаёл** тикловчи хаёлдан фарқли ўлароқ оригинал ва қимматли моддий, ижодий маҳсулотларда гавдаланувчи янги образларнинг яратилишидан иборат хаёл туридир.

**Хаёлнинг хусусиятлари.** Хаёлнинг ижодиёт ва шахс муносабатининг *яхлит ҳолда талқин қилиш хусусияти* мавжуд бўлиб, ижодиёт шахсининг ички имкониятлари ва захиралари рўёбга чиқишининг асосий шартларидан биридир.

Шу боис, шахс ўзининг ижодий фаолияти билан, биринчидан, инсоннинг яратувчилик кудратини амалиётда намойиш қилса, иккинчидан, у ижодиёт таъсирида янги фазилатларни эгаллайди, нафосат, бадиий ижод, техник қобилият, кашфиёт, ижтимоий муаммоларни интеграция қилиш ёки мавжуд умумий қонуниятлардан келиб чиқиб, уни дифференциаллаштиради. Учинчидан, жаҳон фанига ўз улушини қўшади ва цивилизацияга ўз таъсирини ўтказади, ижтимоий тараққиёт ҳаракатлантирувчисига айланади. Ижодиёт давомида шахс мотивацияси, эмоционал, иродавий барқарорлиги, характерининг мустаҳкамлиги ва бошқа индивидуал-типологик хусусиятларидаги етуклик ижодиёт маҳсулига, унинг самарадорлигига, сифатига муносиб равишда ижобий таъсир ўтказади.

Хаёлнинг *аналитик хусусияти* унинг мазмунини, моҳиятини, предметини, асосан тубдан янги маҳсуллар, янгича образлар, тимсоллар, тасвирлар яратилишидан, атроф-муҳитнинг ифодаси, янги безакли, жилоли эканлигини қайд қилишдан иборатлигини тан олишдир.

Хаёл *синтетик хусусиятга* ҳам эга бўлиб, у ушбу феноменлар орқали ифодаланади:

**агглютинация** (лот. «*agglutinare*» - *ёпиштирмақ, елимламақ*) муайян тасаввурларни бир-бирига қўшиб ёки улардан фойдаланиб, нарса ва ҳодисаларнинг янги образларини яратишдан иборат хаёл феномени;

**гиперболизация** (юнон. «*hyperbole*» - *бўрттириш, кучайтириш*);

**схематизация** образ ва шаклни вужудга келтириш демакдир;

**типизация** (юнон. «*tipos*» - *из, чизик*) ёки типиклантириш – ўхшатма муайян нарсаларга нисбатан қиёслаш орқали муҳим ва номуҳим томонларидан умумийликни танлаб олиш кабилар.

Хаёл мия катта ярим шарлари пўстининг функцияси ҳисобланишига қарамасдан, унинг физиологик механизмлари миянинг бошқа қисмлари билан боғлиқ эканлиги тўғрисида фараз қилишга имкон туғдиради. Миянинг мана шундай чуқурроқ қисмлари гипоталам-лимбик (бу қисм юксак марказлар

мажмуасидан иборат бўлиб, ҳар хил функциялар мослашувини таъминлаб туради) (лот. «*limbus*» - чегара, чет, ҳошия; юнон. «*thalamus*» - тепалик) тизими фантазия образларининг шаклланиши билан уларни фаолият жараёнларига қўшилишда мия ярим шарлари пўсти билан бирга қатнашади. Тизимнинг пўстлоқ билан пўстлоқости қисмлари боғланиши туфайли гипоталамус мия стволининг ярим шарлар билан туташувида «лимб» (чегара) қилади.

Психологияда қўрқинч ҳолати (юнон. «*phobos*» - қўрқув) **фобия** деб номланади. *Фобия* муайян шароитлар ва вазиятларда шахсда вужудга келадиган кучли асосга эга бўлмаган қўрқинч ва ташвишланишдан иборат, инсон томонидан енгиш имконияти йўқ муттасил психопатологик ҳолат. Мазкур патологик ҳолатнинг баъзи бирлари ҳақида маълумот беришга ҳаракат қиламиз:

- 1) агарафобия – шахснинг гавжум майдонлардан, шох кўчалардан ўтишга кўрқиши;
- 2) каустрофобия – инсоннинг эшигини қулфлаб ёлғиз ўтиришдан кўрқиши;
- 3) монофобия - шахснинг якка-ю ёлғиз, ҳеч кимсиз қолишдан кўрқиши;
- 4) атропофобия – инсоннинг кўпчилик даврасидан, ҳалойикдан кўрқиши;
- 5) назофобия – одамнинг касал бўлиб қолишдан кўрқиши;
- 6) эйротрофобия – шахснинг кўпчилик даврасида изза бўлишдан, ўзини йўқотиб қўйишдан кўрқиши;
- 7) дидактофобия – ўқувчи ёки талабанинг ўқитувчидан кўрқиши;
- 8) ятрофобия– беморнинг шифокордан кўрқиши ва ҳ.к.

### **Шахсда хаёл хусусиятини аниқлаш тести**

Ҳар биримиз хаёлимизда қандайдир воқеа юз беришини кутиб яшаймиз. Аммо ўзлари саргузашт қидириб юрувчилар ҳам бор. Хўш, сиз саргузаштсевар, таваккал қилишга қодирмисиз? Буни билишни истасангиз, қуйидаги тест саволларига жавоб беринг.

1. а) тез-тез хизмат сафарлари бўладиган ишни ёқтираман;

- б) бир жойда ўтириб ишлаш менга маъқул.
2. а) совуқ ҳаводан жонланиб кетаман;  
б) совуқда ҳаёлим фақат уйга қандай етиб олишда бўлади.
3. а) эртага кеч ким билмайдиган, беқарор даврда яшагим келади;  
б) ҳар бир киши ҳимояланган, келажаги аниқ жамиятда яшаш завқли.
4. а) баъзан тезлик билан кетаётган машинада сайр қилгим келади;  
б) катта тезликдаги машиналарда ўтиришдан қўрқаман.
5. а) шартнома асосида, ишбай ҳақ тўланадиган ишни маъқул кўраман;  
б) аниқ, барқарор, маълум маошга эга иш мен учун афзал.
6. а) менинг фикримга қўшилмасликлари менда кўпроқ рағбат уйғотади;  
б) фикримга қаршилик қилганлар билан баҳслашиб ўтиришга тоқатим йўқ.
7. а) гипноз таъсирида бўлиб қолишни ҳис этгим келади;  
б) мени гипнозлашларини истамайман.
8. а) ҳаётда берилган бор неъматлардан тотиб кўриш керак;  
б) ҳаётдаги асосий мақсадим – тинчлик ва бахт.
9. а) денгиз ё бўлмаса совуқ сувли ҳовузга ўзимни бирдан ташлайман;  
б) совуқ сувга секинлик билан кираман.
10. а) янги, оригинал қўшиқларни эшитгим келади;  
б) замонавий мусиқани ёқтираман.
11. а) зерикарли бўлиб қолишдан ёмони йўқ;  
б) энг катта камчилик – қўполлик ва тарбиясизликдир.
12. а) ҳис-туйғуга бой инсонларни ёқтираман, гарчи улар аниқ мувозанатга эга бўлмасалар-да;  
б) хотиржам инсонларни ёқтираман.
13. а) мотоцикл ҳайдаб кўриш истагидаман;  
б) мотоциклга ҳатто ўтириб ҳам кўрмасдим.

### **Натижалар:**

«а» жавоблари кўп бўлса: Саргузаштга бой воқеаларга дуч келишга бўлган қизиқишингиз жуда кучли. Асабларингизни қитиқлаб қўювчи ҳодисалар иштирокчиси бўлишга интилиб, турли саргузаштнамо воқеаларга аралашиб юрасиз. Ҳаракатларингизни олдиндан ўйлаб кўрмаслигингиз ҳам шу қизиқишларингиз туфайли бўлса керак. Аммо эҳтиёткорроқ бўлишни ҳам унутманг. Амалга оширмоқчи бўлган қарорларингизни олдиндан ўйлаб кўринг. Ахир таваккалчилик ҳамини ҳам омад келтиравермайди-ку.

«б» жавоблари кўп бўлса: Ўзингизда баъзан саргузашт ва турли антиқа воқеаларга нисбатан бўладиган қизиқишни вақтида жиловлай оласиз. Тўғри, сиз янгиликларга ўчсиз, аммо совуққонлик ҳамда мулоҳазакорлик билан иш тутасиз. Баъзан ички сезгингизга ҳам ишонинг, таваккал босилган қадам ҳам ютуқлар келтириши мумкин.

#### 4.6. Ҳис-туйғу

Киши идрок этиш, хаёл суриш ва фикрлаш жараёнларида фақат воқеликни билиб қолмай, балки шу билан бирга ҳаётдаги у ёки бу нарсаларга қандай бўлмасин муносабат билдиради. Унда уларга нисбатан у ёки бу тарзда ҳис-туйғу пайдо бўлади. Бундай ички шахсий муносабатнинг манбаи фаолият ва муносабат жараёнлари бўлиб, у ана шундай жараёнларда рўй беради, ўзгаради, барқарор тус олади ёки йўқолади (ватанпарварлик, нафратланиш, бир лаҳзалик мамнунлик).

**Ҳис-туйғулар** – кишининг ўз ҳаётида нималар юз бераётганига, нималарни билиб олаётганига ёки нима билан машғул бўлаётганига нисбатан ўзича турли хил шаклда билдирадиган *ички муносабатидир*.

Ҳис-туйғуни бошдан кечиришнинг турли шакллари – эмоция, аффект, кайфият, турли ҳаяжонланиш (стресс ҳолати) мавжуд. Эҳтирос, тор маънодаги сўз билан айтганда, ҳис-туйғулар – шахснинг эмоционал соҳасини ташкил

этадики, улар киши хулқ-атворини тартибга солиб туради, билишнинг жонли манбаи, одамлар ўртасидаги мураккаб ва кўпқиррали муносабатларнинг ифодаси бўлиб ҳисобланади.

Ҳис-туйғулар баъзан ҳар қандай психик жараённинг фақат ёқимли, ёқимсиз ёки аралаш асорати тарзида бошдан кечирилади. Бу ўринда улар ўз ҳолича англанилавермайди, аксинча, нарса ва ҳаракатларнинг хусусияти тарзида англанилади ва биз ёқимли киши, ёқимсиз таъм, кулгили ифода, нафис мато, қувноқ сайр ва ҳ.к. деб гапирамыз. Кўпинча бундай ҳиссий тус олдинги кучли кечинмаларнинг оқибати, ўтмиш тажрибанинг акс-садоси бўлиб чиқади.

Баъзан у нарсанинг кишини қаноатлантириши ёки қаноатлантирмаслиги, унинг фаолияти муваффақиятли ёки муваффақиятсиз ўтаётганлиги белгиси сифатида хизмат қилади.

Ҳис-туйғулар шахс эҳтиёжларига жавоб берадиган нарсаларни аниқлаб олишга ёрдам беради ва уларнинг қондирилишига қаратилган фаолиятга омил бахш этади. Эҳтиёжларнинг қондирилиши ёки қондирилмаслиги кишида турли хил шаклни касб этадиган ўзига хос кечинмаларни ҳосил қилади.

**Эмоциялар** – «ҳиссиёт» («эмоция») ва «ҳис-туйғу» сўзлари кўпинча синонимлар сифатида қўлланилади. «Эмоция» сўзи ўзбек тилига аниқ таржима қилинганда руҳий ҳаяжонланиш, руҳий ҳаракатланиш деган маънони англатади.

**Ҳиссиёт** деб, масалан, кишининг мусиқавий асарга нисбатан ўрнашиб қолган хусусияти сифатидаги муҳаббат туйғусининг ўзини эмас, балки концерт пайтида яхши мусиқий асарни эшитаётиб, бошидан кечирган лаззатланиш, завқланиш ҳолатига айтилади. Мусиқий асарнинг ёмон ижро этилганини эшитганда ҳосил бўладиган худди шундай ҳис-туйғу нафратланиш каби салбий ҳиссиёт сифатида бошдан кечирилади.

Бу хил ҳолатларда эмоциялар таъсирчанлиги билан ажралиб туради. Улар хатти-ҳаракатларга, фикр-мулоҳазалар билдиришга тўртки берадиган куч бўлиб чиқади, куч-ғайратларни ошириб юборади ва *стенник* деб аталади. Бошқа бир



ҳолларда эмоциялар сустлиги, лоқайдлиги билан ажралиб туради, ҳис-туйғуларнинг бошдан кечирилиши кишини бўшаштириб юборади ва бу ҳол *астеник* деб аталади (масалан, кўрққанидан оёқлари қалтираши, кучли ҳис-туйғуга берилиб, хаёлга чўмиб, ўзи билан ўзи овора бўлиб қолиш ҳоллари).

**Аффектлар** (ҳиссий портлашлар). Кишини тез чулғаб оладиган ва шиддат билан ўтиб кетадиган жараёнлар *аффектлар* деб аталади. Улар онгнинг анчагина даражада ўзгарганлиги, хатти-ҳаракатларни назорат қилишнинг бузилганлиги, одамнинг ўзини ўзи идрок қила олмаслиги, шунингдек, унинг бутун ҳаёти ва фаолияти ўзгариб қолганлиги билан ажралиб туради. Аффектлар бирданига катта куч сарф қилинишига сабаб бўлгани учун ҳам *қисқа муддатли* бўлади: улар ҳис-туйғуларнинг бамисоли бирдан лов этиб ёниб кетишига, портлашига, бир зумда ҳамма ёқни тўс-тўполон қилган шамолга ўхшайди. Агар оддий ҳиссиёт фақат руҳий ҳаяжонланишни ифода этса, у ҳолда аффект бўрондир.

**Кайфиятлар** – анча вақт давомида кишининг бутун хатти-ҳаракатига тус бериб турадиган умумий ҳиссий ҳолатини ифода этади. Кайфият шод-хуррам ёки кайғули, тетиклик ёки ланжлик, ҳаяжонлилик ёки маъюслик, жиддийлик ёки енгилтаклик, жиззакилик ёки мулойимлик ва ҳ.к. тарзда бўлади.

Кайфият жуда хилма-хил, яқин ва анча узоқ турувчи манбаларга эга бўлиши мумкин. Турмушнинг бутун боришидан, жумладан, ишда, оилада, мактабда муносабатларнинг қандай йўлга қўйилганлигидан, кишининг ҳаёт кечирishi йўлида пайдо бўлаётган ҳар қанақа зиддиятлар қай тарзда баргараф этилишидан қаноат ҳосил қилиши ёки қаноатланмаслик кайфиятларнинг асосий манбалари ҳисобланади. Кишининг узоқ вақт ёмон ёки ланж кайфият билан юриши унинг ҳаётида бирор нарсанинг кўнгилдагидек эмаслигини кўрсатади.

Кайфиятларнинг манбалари уни бошдан кечираётган кишига ҳамиша аниқ бўлавермайди, лекин кайфиятга доимо бирон-бир нарса сабаб бўлади ва буни аниқлай ола билиш керак. Одамдаги баъзи бир кайфият бир неча кун, бир неча

ҳафта, бир неча ой ва ундан ҳам кўпроқ давом этиши мумкин. Одамдаги турли кайфият турлича сабаблар туфайли туғилиши мумкин, яъни бирор ишнинг муваффақиятли бажарилганлиги мўътабар киши ёки муассаса томонидан берилган юксак баҳо одамнинг кайфини чоғ қилиб юборади.

**Стресс (кучли ҳаяжонланиш).** Психологик таърифга кўра аффектив ҳолатга яқин турадиган, лекин бошдан кечирилишининг давомлилигига кўра кайфиятларга яқин бўлган ҳис-туйғулар бошдан кечирилишининг алоҳида шакли стресс ҳолати (*ингл. «stress» – тазйиқ қўрсатиш, зўриқиш*)дан, ёки ҳиссий зўриқишдан иборатдир. Ҳиссий зўриқиш хавф-хатар туғилган, киши хафа бўлган, уялган, таҳлика остида қолиб кетган каби вазиятларда рўй беради.

Умуман олганда, стресс тез-тез учраб турадиган ходисадир. Унчалик аҳамиятга эга бўлмаган стресслар муқаррар ва зарарсиз бўлиб, хаддан ташқари ортиб кетган стресс эса шахс учун ҳам, корхона ва ташкилотлар учун ҳам қийинчиликлар, қўйилган мақсадларни қўлга киритишда муаммолар келтириб чиқаради.

*Стресс* деганда инсоннинг атрофдаги стимулларга ёки ташқи таъсирларга жисмоний, кимёвий ва психологик реакциялари мажмуи тушунилади. Бунда атроф-муҳитдаги кучлар инсоннинг физиологик ва психологик функцияларини мувозанатдан чиқаради.

Стресс ҳолатини жисмоний, психологик омиллар мажмуи, яъни стрессорлар келтириб чиқаради. Ҳаётда стресслар бўлиб туриши туфайли уларни бошқаришни, улар келтириши мумкин бўлган зарарни камайтиришни билиш зарур.

**Стрессларга кўникиш усуллари:** *Биринчи усул* – ташкилот даражасидаги усул бўлиб, сиёсатдаги, ишлаб чиқариш тузилмасидаги ходимларга нисбатан қўйиладиган аниқ талабларни ишлаб чиқишда, уларнинг фаолиятига баҳо беришда ўзгаришлар рўй бериши натижасида содир бўлиб, бундай ўзгаришлар стрессли вазиятларнинг манбаини барҳам топтиради.

*Иккинчи усул* – айрим шахс даражасидаги усул бўлиб, у стрессларни бартараф қилиш бўйича махсус дастурлардан фойдаланиб, уларни бошқара билишдир. Бундай дастурлар медитация, тренинг, машқлар, парҳез ва баъзан ибодат қилишни ҳам ўз ичига олади (5-жадвал).

**5-жадвал**

<b>Усулнинг номи</b>	<b>Усулнинг қисқача тавсифномаси</b>
Режалаштириш	Шахсий ёки касб ҳаётида кўпгина муаммоларни режалаштириш усули ёрдамида ҳам қилиш мумкин. Ўз шахсий ёки хизмат вазифаларингизни билиб олишга бирмунча вақт ажратинг. Эртанги кун фаолиятингизни режалаштириб қўйиш учун ишда муайян соатларни белгилаб қўйинг. Бу фаолият сизнинг шахсий мақсадларингиз ва бутун компаниянинг мақсадларига қандай мос келишини белгиланг.
Жисмоний машқлар	Мунтазам бажариб бориладиган машқлар инсон соғлиғи учун жуда фойдалидир. Улар салбий энергиянинг чиқиб кетиши учун имкон туғдиради, умумий жисмоний ҳолатга қулай таъсир кўрсатади.
Парҳез	Давомли стресс витаминлар етишмаслигига, организмнинг заифлашувига, касалликларни кучли идрок қилишга шарт-шароит яратиши мумкин. Бундан ташқари, стресс вақтида нормал овқатланиш режими бузилади, шунинг учун тўғри парҳезга амал қилиш муҳимдир.
Психотерапия	Касб мутахассислари билан интенсив иш олиб боришда одатда ишлатиладиган техникалар жуда хилма-хилдир.
Психологик таҳлил	Бу психотерапиянинг бир шакли бўлиб, унда нормал бўлмаган хулқ-атворнинг онгсиз асослари тадқиқ этилади.
Медитация ва бўшашиш	Узоқ Шарқдан келтирилган кўп сонли мисоллар: медитация, йога, дзен-буддизм ва бошқа усулларни қамраб олади.

*Эҳтирос* – ҳам узоқ давом этадиган ва барқарор бўлган эмоционал ҳолатдир. Кайфиятдан эҳтироснинг фарқи шуки, эҳтирос муайян ҳаракатга,

муайян объектив муттасил интилишда кучли суратда ифодаланган ҳолатдир. Булар – ижобий эҳтиросларга мисол бўлиб, улар одамни улкан ижодий фаолият йўлига етакловчи кучдир.

**Рухланиш** муайян мақсадга, фаолиятга катта куч ва истак билан интилишдан иборатдир. Рухланиш баъзан қисқа муддат, баъзан эса узоқ муддат давом этади. Рухланиш ижобий эмоционал ҳолат бўлиб, жамият учун ва айрим шахс учун алоҳида аҳамиятга эга бўлган ҳолларида ҳам, фаолият натижалари фоят мароқли бўлган ҳолларда ҳам, одамларда рухланиш пайдо бўлади.

**Фрустрация** доимий стресс оқибатида мақсаднинг йўқ бўлиб қолиши, режанинг издан чиқиш ҳолатидир.

**Асосий ҳиссий ҳолатлар ва уларнинг ташқи ифодаси.** Ҳис-туйғуларнинг ҳиссиётлар, кайфиятлар, кучли ҳаяжонланиш тарзида бошдан кечирилиши чоғида маълум даражада сезиладиган ташқи белгилари мавжуд. Юзларнинг ифодали ҳаракатлари (мимика), қўл ва гавданинг маъноли ҳаракатлари, оҳанг, кўз қорачиқларининг кенгайиши ва торайиши кабилар шулар жумласига киради.

Ҳар бири ўзининг психологик таърифлари ва ташқи кўринишларига эга бўлган қуйидагича асосий ҳиссий ҳолатларни алоҳида ажратиб кўрсатиш мумкин. Қизиқиш, қувонч, ҳайратланиш, изтироб чекиш, ғазабланиш, нафратланиш, жирканиш, кўрқув, уялиш ва ҳ.к.

**Ҳис-туйғу турлари.** Психологияда ҳис-туйғунинг қуйидаги турлари ажратилади:

**Праксик** ҳис-туйғулар меҳнат фаолияти давомида кечирилиб, унда шахс бирор мақсадни англайди, уни эътироф ёки инкор қилади, мақсадга эришиш йўллари баҳолайди, унга татбиқ этиш усуллари ва қурол воситаларини маъқуллайди ёки маъқулламайди, уларнинг танланганлигига шубҳаланади, муваффақият ёки муваффақиятсизлик ва ҳ.к. ҳисларини бошдан кечирилиши тушунилади.

**Ахлоқий** ҳис-туйғулар шахснинг бошқа одамларга, меҳнат ва ўқув жамоасига ҳамда ижтимоий бурчларига бўлган муносабатларида ифодаланади. Инсон ахлоқий ҳисларни бошдан кечирар экан, у ижтимоий ахлоқ тамойиллари ва меъёрлари, мезонларига асосланган ҳолда кишиларнинг хатти-ҳаракатларини баҳолайди. Ахлоқий ҳис-туйғулар ўз таркибига масъулият, жавобгарлик, фидоийлик, виждон, адолат, ибодат, иффат, ор-номус, уялиш, симпатия, эмпатия, ғурур, ўртоқлик, муҳаббат кабиларни киритади.

**Интеллектуал** ҳис-туйғулар шахснинг ҳаққоний, жонли, мантиқий мушоҳадалари, сохта, юзаки, ажабланарли, шубҳали каби мулоҳазаларга нисбатан муносабатида ифодаланади. Ҳаяжонланиш, ажабланиш, қизиқиш, ҳайратланиш, лол қолиш, шубҳаланиш, шодланиш каби интеллектуал ҳислар шахснинг билиш фаолиятининг ажралмас қисмидир.

**Эстетик** ҳис-туйғулар муайян мезондаги баҳоларда, нафосат меъёрларида ўзига хос бадиий лаззатланиш, гўзалликни ҳис қилиш ҳолатида кечиб, у фожиали ёки кулгули, ёқимли ёки ёқимсиз, гўзаллик ёки хунуқлик каби ҳолатлар тарзида муносабатда бўлади.

Юқорида тилга олинган ҳис-туйғу турлари уйғунлашган ҳолда бирлашиб намоён бўлса, **юксак ҳис-туйғулар** дейилади.

**Эмоциялар патологияси.** Психиканинг турли-туман бузилишлари орасида эмоционал патология муҳим аҳамиятга эга. Бу аввало эмоционал кўзгатувчанлик даражасига тааллуқли бўлиб, гарчи бу даражада ҳар кимда турли хил бўлсада, бироқ клиникада кескин пасайиб кетган кўзгатувчанликни кузатишимиз мумкин. Бунда ҳатто кучли кўзгатувчилар ҳам эмоцияларни келтириб чиқармайди (депрессиялар, шизофреник нуқсон). Эмоциялар беқарор бўлганда ёки эмоционал заифликда кайфиятнинг майда ташқи таъсиротлар таъсирида ёки ҳатто улар бўлмаганда ҳам доимий ўзгариб туриши рўй беради.

Масалан, йиғи кетидан кулгу келиши миянинг томир касалликлари учун хос бўлса, бошқа ҳолларда севги, нафрат, дўстлик, адоват етарли даражада чуқур ифодаланган ва айна вақтда беқарор бўлиши мумкин.

**Кайфият** бузилишлари эмоционал соҳада тез-тез содир бўлиб турувчи бузилишлар қаторига киради. Кайфият бузилишининг учта асосий тури мавжуд: дисфория, депрессия ва эйфория.

**Дисфорияда** одам инжиқ, ўзидан ва атрофдагилардан кўнгли тўлмайдиган, асабийлашган бўлади. Бу аломатларга кундалик адоват ва жаҳлдорлик кўшилиши мумкин.

**Депрессия** – доимо ғамгин, ёмон кайфиятда юришдир. Бунда беморлар бошқаларга аралашиб кета олмайди, кам гапирди, кўпинча кўзга ёш олади. Унинг дили маънос, ёмон фикрлар ва хаёллар билан банд бўлади. Ҳозирги ахволи, ўтган кунлари ва келажаги унга қоронғудек туюлади.

**Депрессив** кайфият турмушдаги муваффақиятсизликлар ва руҳий шикастлар оқибатида келиб чиққан бўлиши ҳам мумкин. Уларнинг сабаби бўлганда ва бу ҳолат унчалик яққол бўлмаганда уни нормал реакция деб қараса бўлади. Руҳий касалликларда беморда овқатдан юз ўгирадиган, ўзини қатл қилишга уринишгача олиб борадиган узоқ давом этадиган оғир депрессиялар кузатилади.

**Эйфория** деганда вақтичоғлик, беғамлик, бир оз кўтаринки кайфият тушунилади. Эйфорияда одам тетик, ҳаракатчан, сергап, унинг имо-ишоралари жонли, гапирганда кўллари ҳаракатда, овозини керагидан қаттиқроқ қилиб чиқаради. Олам уларнинг кўзига ғоят чиройли рангли бўёқларда гавдаланади. Одам хурсанд бўлганида, муваффақият қозонганда ва шунга ўхшаш шодлик кунларида эйфория нормал реакция ҳисобланади. Борди-ю, эйфория учун психологик асослар бўлмаса ёки у ҳатто салбий ҳаётий ҳодисаларда ҳам пайдо бўлса, уни патологик ҳолат деб кўздан кечириш мумкин.

### **Ранглар тести**

Текширилувчига 8 хил рангли квадрат қилиб кесилган қоғозлар тавсия этилади, у ҳар бир рангни қай даражада ўзига айна пайтда ёқишига қараб, табақалаб бериши керак. Ҳар бир ранг одамдаги маълум психологик ҳолатни ифодалаб, таҳлил қилувчи уларнинг маъносини «ўқиб», одамнинг ўша пайтдаги руҳий ҳолатини тавсифлайди. Масалан,

*кўк ранг (№ 1)* - сокинлик, тинчлик, бўшашганликнинг аломати;

*яшил ранг (№ 2)* - иродавий зўриқиш;

*қизил ранг (№ 3)* - тетиклик, ҳаяжон, эҳтирос;

*сарик ранг (№ 4)* - руҳий танглик;

*сиёҳ ранг (№ 5)* - руҳий ва жинсий етуклик;

*жигарранг (№ 6)* - соддадиллик, арзимаган нарсаларга пайдо бўлиши мумкин бўлган хурсандчилик;

*қора ранг (№ 7)* - руҳий зиддиятлар, тушкунлик, ғазаб;

*кумуш ранг (№ 8)* - хотиржамлик, беғамлик ва бефарқлик ҳолатларини ифодалайди.

### **Эмпатик қобилиятлар даражасини диагностика қилиш методикаси**

**(В.В. Бойко)**

1. Сизда одамнинг феъл-атворини тушуниш мақсадида унинг юзига тикилиб қараш одати борми?

а) ҳа, мен доим одамларга қизиқиш билан қарайман

б) йўқ, бу мен учун қизиқ эмас.

2. Сиз одамлар билан доимий муомалани талаб қиладиган ишларни ёқтирасизми?

а) ҳа, фақат шундай иш қувонч келтириши мумкин

б) йўқ.

3. Сизнингча, фикр юритишингиз нимаси билан бошқаларникидан фарқ қилади?

- а) интуициянинг кучи билан  
б) мантиқийлик, изчиллиги билан.
4. Ўзгаларнинг кулгисидан таъсирланасизми?  
а) ҳа  
б) мени бефарқ қолдиради.
5. Ёқтирмаган одамнинг билан самимий гаплаша оласизми?  
а) ҳа, кўпинча бу менинг қўлимдан келади  
б) йўқ, мен бундай қилолмасдим
6. Кўпинча Сизга нисбатан адолатсизлик қилишаётгандай бўладими?  
а) ҳа  
б) йўқ
7. Нотаниш одамлар билан танишишни ёқтирасизми?  
а) ҳа  
б) йўқ
8. Сизнингча, ўзгалар ички дунёсига қизиқиш одобсизликми?  
а) бу фикрга мутлақо қўшиламан  
б) йўқ, бундай эмас
9. Бирор ташвиш устида турган бўлсангиз, ухлай олмайсизми?  
а) ҳа, менда шундай муаммо бор  
б) нима бўлса ҳам яхши ухлай оламан
10. Қуйидаги ҳолатларда ўзингизни яхши кўрсата оласизми?  
а) одамлар билан тил топиш керак бўлганда  
б) ўзни қўлга олиб, босиқлик қилиш керак бўлганда
11. Сизни мақтаб, хушомад қилишаётганда, уяласизми?  
а) ҳа, бундай вазиятларни ёмон кўраман  
б) яхшиямки, мени ҳам ҳақли баҳолашди, дейман
12. Ўз ютуқларингизни бошқаларники билан қиёслайсизми?  
а) менинг ўз ҳаётим мўлжалларим бор



б) бу мени илҳомлантиради

13. Ҳар доим ҳам сизнинг бошқа одам ҳақидаги биринчи интуитив таассуротингиз тўғри бўлиб чиқадими?

а) ҳа, одатда шундай

б) йўқ, кўпинча адашаман

14. Яқинларингиз, танишларингиз Сизни ҳиссиётга берилувчан деб ҳисоблашадими?

а) ҳа, кўпинча шундай деб ўйлашади

б) йўқ

15. Одам хато қилиши мумкин, деб ҳисоблайсизми?

а) ҳа, ҳаммамиз адашишимиз мумкин

б) йўқ, доимо ҳушёр бўлишимиз керак

16. Яқин кўшниларингизнинг таржимаи ҳолларини биласизми?

а) ҳа, ким ёнингда яшаётганлигини билиш керак

б) бунинг менга қизиғи йўқ

17. Сиз ўз қобилиятларингизни ўзингиз учун ишлата оласизми?

а) афсуски, йўқ

б) бошқача бўлиши мумкин эмас

18. Бошқалар билан муомаладан Сиз доимо хафа бўласизми?

а) йўқ

б) ҳа

19. Мушкул ишни бошлашдан аввал Сизни кутаётган қийинчиликлар тўғрисида ўйлайсизми?

а) йўқ, ҳар доим мушкул ишга киришавераман

б) ҳа, ҳар доим ўз имкониятларимни сарҳисоб қиламан

20. Тез-тез Сизни кўчада тўхтатиб, савол билан мурожаат қилишадими?

а) ҳа, тез-тез

б) йўқ, бундайларни эслолмайман

21. Қандай фильмларни севасиз?

- а) ўйлашга мажбур қиладиганларини
- б) ҳаракатлар кўп, динамик сюжетли

22. Сиз ўз умидларингиз, хавотирларингиз ва ташвишларингиз ҳақида очик айта оласизми?

- а) ҳа, бунинг зарарли, уятли жойи йўқ
- б) йўқ, бу менинг шахсий ишим, яшириш керак

23. Сиз ўзингизни бахтли ҳис қилган пайтларингизда, ҳаётда кимларгадир оғирроқ бўлиши мумкинлиги ҳақида ҳам ўйлайсизми?

- а) менда бундай ҳолат доимо бўлади
- б) «ҳар ким экканини ўради»

24. Сизни ҳафа қилишса, узоқ вақт қайғурасизми?

- а) одатда, тез эсдан чиқараман
- б) анчагача ўзимни ёмон ҳис қиламан

25. Сиз одатда ўз манфаатингиз йўлида яхши инсон билан уришиб қолишингизни сезсангиз:

- а) анчагина ён бераман
- б) ўз манфаатимни химоя қилавераман

#### **Натижаларни қайта ишлаш йўли:**

Ҳар бир, **а)** жавоб учун *1 баллдан*, **б)** жавоб учун *0 баллдан* ёзиб чиқинг.

Агар текширилувчи:

**15-25 бал** – эмпатия даражаси ўта юқори бўлиб, у бошқаларга ҳамдардлик кўрсатишга қодир бўлади;

**7-14 бал** – эмпатиянинг ўртача даражаси;

**0-6 бал** – жуда паст.

#### **Шахс ҳиссиётини аниқлаш тести**

Севгилингиз хаётга қандай қараши сизни жуда ҳам қизиқтирса керак, тўғрими? Масалан, унинг қизиқишлари, келажакдаги орзулари, ҳақиқатни тан олиши ва феъл-атворини тўлиқ билиб олишни хоҳлайсизми? Бу борада қуйидаги тест сизга ёрдам беради.

1. Севгилингизнинг ёқтирган машғулоти:

а) сумкасини тўлдириб, тоққа жўнаш;

в) чақирилмаган бўлса ҳам, базмларда яйраб ўтириш;

с) турли мавзуларда ақлли, ўйлантирадиган гапларни тинглаш ва ўз муносабатини ҳам билдириб қўйиш.

2. У пул ёки бойликдан бирданига ўзгариб кетиши мумкинми?

а) олтин бўлса, ўзгариш ҳам гапми, мендан воз кечишдан ҳам тоймайди;

в) ҳа десам ҳам, йўқ десам ҳам бўлади, яна билмадим;

с) менимча у пул ва бойликка бефарқ.

3. Унинг келадиган вақтида бирдан чироқ ўчиб қолди. Сизнингча, воқеанинг давоми қандай кечади? У:

а) четроққа ўтиб чироқ ёнишини кутиб туришни таклиф қилади;

в) қоронғида ёлғиз қолишимизни орзу қилганини айтади;

с) хаёлимга ҳам келтира олмайман! Балки у қоронғиликни ёқтирмас.

4. У сизга ҳис-туйғулари ҳақида тез-тез гапириб турадими?

а) ҳар гал севги изҳор қилганида осмонда учаётгандек қанот ёза бошлайди;

в) ҳайронман, нега мен билан эртароқ танишмаган-а?!

с) унинг мақсади – истакларимни бажариш, кўз олдимда қаҳрамон бўлиб гавдаланиш.

5. Унчалик баланд бўлмаган тепалик устида туриб, катта шаҳар ва машиналар гавжум кўчаларни кузатаяпсиз, шу вақт у нима ҳақида гапириши мумкин?

а) жим турган ҳолда бир-биримизга термуламиз;

- в) агар қанотларимиз бўлганида, бирга узоқларга учиб кетишимиз ҳақида;
- с) «Қандай зерикарли ва шовқинли шаҳар-а»... Шунга ўхшаш гаплар.
6. Севгилисига нимадир совға қилиш у учун анъанага айланганми?
- а) худа-беҳудага пул сарфлаш унга хос эмас;
- в) совғадан кўра ҳиссиётларини, севишини афзал кўради;
- с) менга совғалар бериш унга одат бўлган.
7. У бирор марта сизни эрта тонгда куёш чиқишини кузатишга таклиф қилганми?
- а) йўғ-э, бундай ишни аҳмоқлар қилади!
- в) куёш чиқишини эмас-у, лекин тоққа чиқишни таклиф қилган;
- с) ажойиб фикр, у билан келишиб олиш керак!

**Тест калити:**

	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>
<b>а</b>	<b>0</b>	<b>6</b>	<b>3</b>	<b>6</b>	<b>3</b>	<b>6</b>	<b>3</b>
<b>б</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>6</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>3</b>	<b>0</b>
<b>с</b>	<b>6</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>6</b>	<b>0</b>	<b>6</b>

**Реалист - 0-18 балл:** Сиз реалист инсонни севиб қолибсиз! У ҳамма нарсани тўғри баҳолашга ҳаракат қилади. Ҳаётда жуда кўп нарсани –бутун табиат ва оламдаги бўлаётган воқеа-ҳодисаларни билгиси келади. Интуиция унинг ғашини келтиради. Воқеаларни аниқ таҳлил қила олмаган ва нотўғри хулоса чиқарганлардан нафратланади.

**Маслаҳат:** унга турли тўқима воқеаларни гапириб, ички туйғуларини ўйин қилиб жиғига тегманг, уни ўзингиздан узоқлаштирасиз. Агар ўзингизни ақлли инсонлардек тутсангиз, ютасиз, сизга ишониб, сиз билан фахрланиб юради.

**Прагматик - 19-30 балл:** Сиз танлаган одамнинг прагматиклиги аниқ! Бутун дунё ва ўзи мулоқот қиладиган ҳамма одамларни у учта рангга ажратган. Ёрқин ранг – ўзи учун энг керакли инсонлар, қора ранг – унинг бахти, тинчлиги

ва омадига таҳдид солувчи инсонлар, бетараф ранг – ҳаётдан ўрин ололмаганлар. Агар унга саёҳатлар ҳақида гапирсангиз, “Бусиз ҳам яшаса бўлади”, дейди бамайлихотир. Агар унга кечроқ учрашишни таклиф қилсангиз, «жудаям қоронғи, умуман одамлар йўқ жойми...» дея энсасини қотиради. У билан бир умр яшай олишингизга кўзингиз етмаса, тезроқ бир қарорга келинг.

**Романтик - 31-42 балл:** Сизга ажойиб романтик насиб қилибди! Камдан-кам учрайдиган ҳолат! Ҳаётда ҳамма нарса у учун ҳис-туйғуга лиммо-лим. Ёмғирли об-ҳавода ялангоёқ сайр қилишни хуш кўради, қўлингиздан ушлаб олиб, денгиз шовқини ва қушлар сайрашини соатлаб эшитиб ўтиришга ҳам тайёр. Унга ҳаётда ҳамма нарса, ҳаттоки, сиз ҳам сирли туюласиз. Шунинг учун у билан ғаройиб мавзуларда суҳбат қуринг. Қанчалар сирли бўлсангиз, шунчалар севимли ёрга айланаверасиз!!!

### 3.5. Ирода

**Ирода** – деб шахснинг олдига қўйилган мақсадларга эришишда қийинчиликларни енгиб ўтишга қаратилган фаолияти ва ҳуққ-атворини онгли равишда ташкил қилиши ҳамда ўз-ўзини бошқаришига айтилади.

Ирода – бу шахс фаоллигининг алоҳида шакли, унинг ҳуққ-атворини ташкил этишининг у томонидан қўйилган мақсад билан белгиланадиган алоҳида тури бўлиб, у табиат қонунларини эгаллаб оладиган ва шу тариқа уни ўз эҳтиёжларига кўра ўзгартириш имкониятига эга бўладиган кишининг меҳнат фаолиятида пайдо бўлади.

Ирода ўзаро боғлиқ иккита вазифанинг – ундовчи ва тормозлаш (тўхтатиш) вазифаларини бажарилишини таъминлайди ва уларда ўзини намоён қилади.

*Ундовчи вазифаси* кишининг *фаоллиги* билан таъминланади. Ҳаракат олдинги вазият (чақириққа нисбатан киши айланиб қарайди, ўйинда ташланган тўпни қайтаради, кўпол сўздан ҳафа бўлади ва ҳ.к.) билан боғлиқ бўлган

пайтдаги фаоллик ҳаракатнинг айна ўзида намоён бўладиган ички ҳолатига нисбатан субъектнинг ўзига хос хусусиятини кучга киритиш ҳаракатини чиқаради (зарур ахборотни олишга эҳтиёж сезаётган киши ўртоғини чақиради, жаҳли чиққан ҳолатда ёнидагиларига кўполлик қилишга йўл қўяди ва ҳ.к.).

Ироданинг ундовчи вазифаси билан биргаликда ҳаракат қилувчи *тўхтатиш вазифаси* фаолликнинг ёқимсиз кўринишларини жиловлашда намоён бўлади. Шахс ўзининг дунёқарашида энг юксак мақсадларига жавоб бермайдиган мотивларнинг уйғонишини ва ҳаракатларнинг бажарилишини тўхтатишга қодирдир. Тўхтатиш бўлмаса, ҳулқ-атвори бошқариб бўлмас эди.

Одамлар ўзларининг қилган ишлари учун масъулиятни кимга юклашга мойил бўлишига қараб сезиларли равишда фарқланадилар. Кишининг ўз фаолияти натижалари учун масъулиятни ташқи кучларга ва шароитларга қайд қилиб қўйиш, ёки, аксинча уларни шахсий куч-ғайратларига ва қобилиятларига мойиллигини белгилайдиган сифатлар ***назоратни локаллаштириш*** («назорат локуси» деган термин ҳам қўлланилади) (*лот. «lokus» – ўрнашган жой, франц. «controle» – текшириш*) дейилади. Ўз ҳулқ-атвори ва ўз ишлари сабабларини ташқи омиллар (тақдир, ҳолат, тасодиф ва бошқалар)дан деб билишга мойил бўладиган одамлар бор. Шунақа пайтда *назоратнинг ташқи (экстернал) локаллаштирилиши* тўғрисида гапирилади. Бу тоифага мансуб ўқувчилар олинган қониқарсиз баҳоларини истаган важ-баҳона билан тушунтиришади. Тадқиқотлар назоратнинг экстернал локалликка мойиллиги масъулиятсизлик, ўз имкониятларига ишонмаслик, хавфсираш, ўз ниятларини рўёбга чиқаришни яна ва яна кечиктиришга интилиш каби шахсий фазилатлар билан боғлиқ эканлигини кўрсатди. Агар инсон, одатда ўз қилмишлари учун жавобгарликни ўз зиммасига олса ва унинг сабабларини ўз қобилияти, характери ва шу қабиларда деб билса, унда *назоратнинг ички (интернал) локаллашуви* устун деб ҳисоблаш учун асос бор. Назоратнинг ички локаллаштирилиши хос бўлган

одамлар мақсадга эришишда анча масъулиятли, изчил ўз-ўзини таҳлил қилишга мойил ҳамда мустақил бўлиши аниқланган.

Ироданинг асосини, худди умуман субъектнинг фаоллиги каби, унинг хатти-ҳаракатлари ва ишларининг кўп тармоқли ва хилма-хил мотивлаштирилишига сабаб бўлувчи эҳтиёжлари ташкил этади.

Психологияда мотивлаштириш деганда психологик ҳодисаларнинг ўзаро мустаҳкам боғланган, лекин бир-бирига тўла мос келмайдиган нисбатан мустақил учта тури тушунилади:

1) Индивиднинг эҳтиёжларини қондириш билан боғлиқ бўлган фаолиятга ундовчи сифатида намоён бўлувчи мотив сифатидаги мотивлаштиришдир. Бу ҳолда мотивлаштириш фаоллик ҳолати умуман нима учун пайдо бўлишини, субъектни фаолият кўрсатишига қандай *эҳтиёжлар* ундаётганини изоҳлаб беради.

2) Мотивлаштириш фаоллик нимага қаратилганлигини, нима учун қандайдир бошқа хулқ-атвор эмас, балки худди шунақасини танланганлигини изоҳлаб беради. Бу ерда мотивлар хулқ-атвор йўналишини танлашни белгилайдиган сабаблардир. Булар биргаликда киши *шахсининг йўналишини* ташкил этади.

3) Мотивлаштириш киши ахлоқи ва *фаолиятни ўзи бошқарадиган восита* ҳисобланади. Бу воситаларга эмоциялар, истаклар, қизиқишлар ва б. киради.

Иродавий актда (ҳаракатда) уни мотивлаштиришнинг барча учта томони – фаоллик манбаи, унинг йўналганлиги ва ўз-ўзини бошқариш воситалари намоёиш қилингандир.

Шундай қилиб, эҳтиёжлар бир хил ҳаракатларнинг бажарилишини белгилайдиган ва бошқаларининг бажарилишига ҳалақит берадиган ҳар хил мотив (сабаб)ларга айланади. Иродавий ҳаракатларнинг сабаблари ҳамиша озми-кўпми даражада англанилган характерда бўлади. У ёки бу эҳтиёжнинг

қанчалик англанилганига боғлиқ ҳолда интилиш ва истакни ҳам фарқ қилса бўлади.

**Интилиш** – ҳали етарли даражада англанилмаган эҳтиёждан иборат фаолият мотивидир. Масалан, киши кимгадир интилишни бошдан кечираётиб, ўз интилишининг объектини кўрганда, у билан гаплашганда мамнун бўлади ва шу сабабли беихтиёр бу учрашувга интилади. Лекин баъзида ҳузур-ҳаловатга сабаб бўлган нарсани у англамайди. Интилиш ноаниқдир.

**Истак** – фаолиятнинг мотиви сифатида эҳтиёжнинг етарли даражада тушуниб етилганлиги билан характерланади. Масалан, новатор ишчи меҳнат унумдорлигини анча ошириш истагини билдириб, ўз станокини янада такомиллаштириш тўғрисида ўйлайди, ўз иш жадвалини яна қайта кўриб чиқади, ҳар бир ҳаракатини ҳисобга олади ва ҳ.к.

Фаолиятнинг бутун сабаблари кишининг яшаш шароитларини акс эттириш ва унинг эҳтиёжларини фаҳмлаш натижаси ҳисобланади. Ана шу сабаблар орасида ҳаётнинг ҳар бир дақиқасида бир хиллари кўпроқ, бошқалари камроқ аҳамиятга эга бўлади. Кишида турли эҳтиёжлар аҳамиятининг ўзгариши муносабати билан бир қатор ҳолларда мотивлар кураши пайдо бўлади: бир истак бошқа истакка қарама-қарши қўйилади, у билан тўқнаштирилади.

Муҳокама ва мотивлар кураши натижасида қарор қабул қилинади, яъни муайян мақсад ва унга эришиш усули танланади.

Иродавий хатти-ҳаракатнинг сўнгги жиҳати **ижродир**. Унда қарор ҳаракатга айланади. Ижрода, иродавий хатти-ҳаракатда ёки ишларда киши иродаси намоён бўлади. Кишининг иродаси ҳақида атиги биргина юксак ғоявий мотивларга ва қаҳрамонона қарор ва ниятларга қараб эмас, балки ишларга қараб ҳукм чиқариш керак. Ўз навбатида ишлар таҳлилига қараб, у таянган мотивлар тўғрисида хулоса қилиш мумкин. Мотивларни билгандан кейин бундай ҳолларда киши ўзини қандай тутиши мумкинлиги ҳақида олдиндан айтиб бериш мумкин.



Ирода фаолиятнинг ички қийинчиликларини енгишга қаратилган онгли тузилма ва ўз-ўзини бошқариш сифатида энг аввало ўзига, ўз ҳиссиётларига, хатти-ҳаракатларига ҳукмронлик қилишдир. Бу ҳукмронлик ҳар хил одамларда ҳар хил даражада ифодаланиши ҳаммага маълумдир. Кучли иродага эга бўлган киши қўйилган мақсадларга эришиш йўлида учрайдиган истаган қийинчиликларни бартараф эта олади, айна чоғда қатъийлик, мардлик, жасурлик, чидамлилик каби иродавий фазилатларни намоён қилади. Иродаси суст кишилар қийинчиликлар олдида ожизлик қиладилар.

Ирода сустлигининг намоён бўлиш доираси худди кучли ироданинг характерли сифатлари каби ранг-барангдир. Ирода сустлигининг энг чекка даражаси психика нормаси чегарасидан ташқарида бўлади. Абулия ва апраксия ҳоллари шунга киради.

**Абулия** – бу мия патологияси заминида юзага келадиган фаолиятга интилишнинг йўқлиги, ҳаракат ёки уни бажариш учун қарор қабул қилиш зарурлигини тушунган ҳолда шундай қилолмасликдир. Табиий хулқ-атвор унинг учун характерлидир.

**Апраксия** – мия тузилишининг шикастланиши натижасида келиб чиқадиган ҳаракатлар мақсадга мувофиқлигининг мураккаб бузилишидир.

Улар психикаси оғир касалланган одамларга хос, нисбатан камёб ходисалардир.

Педагог кундалик ишида дуч келадиган ироданинг сустлиги, одатда мия патологияси билан эмас, балки нотўғри тарбия билан белгиланади.

**Ялқовлик** – кишининг қийинчиликларни енгишдан бош тортишга интилиши, иродавий куч-ғайрат кўрсатишни қатъий равишда истамаслиги ирода сустлигининг энг типик кўринишидир. Ялқовлик – киши ожизлиги ва сустлигининг, унинг ҳаётга лаёқатсизлигининг, умумий ишга бефарқлигининг далилидир. Ялқовлик – кишининг қиёфасидир, шунинг учун ҳам уни бутун чоралар билан йўқотиш зарур. Ялқовлик, шунингдек, ожизликнинг бошқа

кўринишлари – кўрқоқлик, журъатсизлик, ўзини тута билмаслик ва бошқалар шахснинг ривожланишидаги жиддий камчиликлардир, уларни бартараф этиш жиддий тарбиявий ишни ва аввало ўз-ўзини тарбиялашни ташкил этишни талаб қилади.

Ироданинг ижобий фазилатлари, унинг кучини намойиш қилиниши фаолиятнинг муваффақиятини таъминлайди, киши шахсини энг яхши томондан кўрсатади. Бу каби иродавий фазилатларга қаҳрамонлик, саботлилик, қатъийлик, мустақиллик, ўзини тута билиш ва шу кабилар киради.

Педагогнинг вазифаси – фақат иродавий фазилатлар доирасини кўрсатиб беришдан, уларнинг муҳим ахлоқий принциплари билан ички алоқасини очиб беришдан ташқари ўз иродасини ўзи тарбиялашга интилувчи ўқувчи ва талабага ёрдам бериш, иродавий фазилатларни ривожлантиришнинг қандай усуллари кам самарадор ва қайси бирлари жиддий ёрдам беришини кўрсатишдан иборатдир. Иродани мустақил тарбиялашдек асосий муаммони кундалик ҳаётда, ўқишда ва биринчи навбатда учрайдиган қийинчиликларни мунтазам равишда бартараф этиш ташкил этади.

Иродани мустақил тарбиялаш усуллари турли хил бўлиб, уларнинг ҳаммаси қуйидаги шартларга амал қилишни ўз ичига олади.

1. *Иродани тарбиялашни нисбатан арзимас қийинчиликларни бартараф этишни* одат қилишдан бошлаш керак. Олдинига унчалик катта бўлмаган қийинчиликни, вақт ўтиши билан эса анча катта қийинчиликларни мунтазам равишда енгиб бориб, киши ўзининг иродасини машқ қилдиради ва чиниктиради.

2. Қийинчиликларни ва тўсиқларни бартараф этиш *маълум мақсадларга эришиши* учун амалга оширилади. Мақсад қанчалик аҳамиятли бўлса, иродавий мотивлар даражаси қанчалик юқори бўлса, киши шунчалик қийинчиликларни бартараф этишга қодирдир.

3. Қабул қилинган қарор бажарилиши керак. Ҳар гал, қачонки, қарор қабул қилиниб, унинг бажарилиши кечиктирилаверса, кишининг иродаси ишдан чиқади. Қарор қабул қилаётиб, унинг ҳам мақсадга мувофиқлигини, ҳам бажарилишини ҳисобга олишимиз керак.

Кишининг кундалик режимга бутун ҳаётининг тўғри тартибда олиб борилишига қатъий амал қилиниши, киши иродасининг шаклланиши учун муҳим шартлар қаторига киради. Иродаси бўш одамлар устидан олиб борилган тадқиқотлар шуни кўрсатадики, улар на ўз ишларини, на дам олишларини ташкил қила олмайдилар. Иродали киши – ўз вақтининг хўжайинидир.

Спорт билан мунтазам шуғулланиш киши иродасини чиниқтиришнинг муҳим шартларидан биридир.

Жумладан, шуни айтиш керакки, асосий иродавий фазилатларнинг ривожланиши кишининг бошқа инсонлар билан мулоқоти жараёнида юз беради.

### **Н.Райдаснинг ўзига ишонч тести**

**Йўриқнома:** Сизга хулқ-атворнинг 30та ҳар-хил намуналари тақдим этилган. Илтимос, ушбу хулқ-атвор сизга тўғри келиш ёки келмаслигини қуйида келтирилган мезон асосида белгиланг.

*“5”- ҳа, албатта, бу менга тўғри келади;*

*“4”- бу менга тўғри келса керак;*

*“3”- билмадим, жавоб беришга қийналяпман;*

*“2”- унчалик тўғри келмаса керак;*

*“1”- йўқ, бу менга мутлақо тўғри келмайди.*

1. Кўпчилик одамлар менга қараганда, тажовузкорроқ ва ўзларига кўпроқ ишонадилар.

2. Мен ўзимнинг тортинчоқлигим туфайли учрашувга таклиф қилишса, қабул қилолмайман.

3. Кафеда тортилган таом мени қониқтирмаса, мен официантга шикоят қиламан.
4. Мени ҳақорат қилишса ҳам мен одамларни нафсониятига тегиб кетишдан ўзимни олиб қочаман.
5. Сотувчи кўп азият чекиб менга кўрсатган товари ёқмаса, унга йўқ дейиш менга оғир.
6. Мендан бирор нарсани қилиш (бажариш)ни илтимос қилишса, мен албатта бу нима мақсадда эканлигини аниқлайман.
7. Мен кучли далил ва асослардан фойданишни афзал кўраман.
8. Мен кўпчилик одамлар каби биринчилар қаторида бўлишга ҳаракат қиламан.
9. Ростини айтганда, одамлар мендан кўпинча ўз манфаатлари учун фойдаланадилар.
10. Мен нотаниш одамлар билан бўлган мулоқотдан завқ оламан.
11. Мен кўпинча хушрўй эркакларга яхшироқ нима деб гапиришни билмайман.
12. Идораларга телефон қилиш керак бўлса, мен ўзимда журъатсизликни ҳис қиламан.
13. Мени ишга ёки ўқишга қабул қилишларини юзма-юз суҳбат орқали сўрагандан кўра, ёзма илтимос билан мурожаат қилишни афзал кўраман.
14. Мен сотиб олинган нарсани қайтариб беришдан уяламан.
15. Агар мени яқин ва ҳурматли қариндошим жаҳлимни чиқарса, жаҳлим чиққанини намоён қилишдан кўра, ҳиссиётимни яшираман.
16. Мен ахмоқ бўлиб кўринишдан кўрқиб, савол беришдан ўзимни олиб қочаман.
17. Мен баҳсларда баъзан ҳаяжонланиб, титраб кетаман, деб кўрқаман.
18. Агар машҳур ва ҳурматли маърузачи билдирган фикрнинг нотўғрилигини билсам, аудиторияни мени эшитишга мажбур қиламан.

19. Мен сотиб олаётган нарсанинг баҳоси устида баҳслашиш ва савдолашишни ёмон кўраман.

20. Агар мен керакли ва арзигулик бирор иш қилсам, бу ҳақда бошқалар билишига ҳаракат қиламан.

21. Менинг ҳис-туйғуларим очик ва самимийдир.

22. Агар кимдир мен ҳақимда ғийбат қилаётган бўлса, мен у билан шу ҳақида гаплашиб олишга ҳаракат қиламан.

23. Мен кўпинча йўқ деб жавоб қила олмайман.

24. Мен ҳиссиётларимни жиловлэй оламан. Ҳар хил жанжаллар қилмайман.

25. Мен тартибсизлик ва ёмон хизматлардан шикоят қиламан.

26. Менга хушомад қилишганда, мен нима деб жавоб қайтаришни билмай қоламан.

27. Агар театрда ёки маъруза пайтида суҳбатлашиб ҳалақит беришса, мен огоҳлантираман.

28. Кимдир мендан олдин навбатда туришга ҳаракат қилаётган бўлса, у менинг қаршилигимга учрайди.

29. Мен ҳар доим фикримни билдираман.

30. Баъзан мен мутлоқ ҳеч нарса деёлмайман.

#### **Калит:**

1. 3, 5, 6, 7, 8, 10, 18, 20, 21, 22, 25, 27, 28, 29 саволлар бўйича олинган баллар йиғиндиси ҳисобланиб, натижасига 72 сони қўшилади.

2. 1, 2, 4, 9, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 19, 23, 24, 26, 30 саволлар бўйича олинган натижа биринчи натижадан айирилади.

#### **Натижани таҳлил қилиш:**

**0-24 балл** – ўзларига мутлақо ишонмайдилар. Ҳар бир хатти-ҳаракатларини ўйлаб қиладилар. Фақат бошқа инсонларнинг буюрган ишларини бажарадилар. Бундай инсонлар ҳатто ўз сояларидан ҳам қўрқадилар.

**25-48 балл** – ўзига ишончидан кўра ишончсизлик кучлироқ. Бундай инсонлар кимларнингдир маслаҳатлари билан ўзларига ишонишлари мумкин. Улар ҳар доим ўзгаларнинг рағбатига эҳтиёж сезадилар.

**49-72 балл** – ўзига ишонч даражаси ўртача. Бундай инсонлар ўзларига ишонадилар ва бошқаларнинг уларга тўғри иш қилаётганларини уқтириш шарт эмас.

**73-96 балл** – ўзига ишонади. Улар ҳар доим тўғри иш қиляпман, деб ўйлайдилар. Қайси ҳолатда хато қилаётганларини жуда яхши биладилар. Уларга бошқа одамларнинг фикри мутлақо керак эмас.

**97-120 балл** – ўзига бино қўйган. Одатда бундай кишилар худбин ва мағрур бўладилар. Чунки улар ўзларини ҳар доим ҳақ деб ўйлайдилар. Ҳеч бир инсон уларни ноҳақ эканликларига ишонтира олмайдилар.

### **Вазиятли масалалар:**

#### **1-масала.**

1) Ўқувчиларнинг ҳолатини қайси физиологик механизм билан асослаш мумкин?

Математика ўқитувчиси янги теоремани тушунтиришда ўқувчиларнинг диққатини шундай чуқур эгалладик, улардан ҳеч бири дарс якунланиши билан чалинган қўнғироқни эшитмади.

2) Тасвирланган тажрибада диққатнинг қандай физиологик механизмлари намоён бўлади?

Синалувчи Н., тажриба ўтказувчининг кўрсатмаларига (инструкциясига) кўра хира чироқчаларга эътибор бермасдан, ёрқин чироқчаларнинг ёқиш кетма-кетлигини эслаб қолиши керак эди. Тажрибадан маълум бўлдики, мия пўстлоғининг чироқчаларининг ёрқин ёнишига тўғри келадиган қисмида қўзғалувчанлик ошган, хира ёнишига тўғри келадиган қисмида эса пасайган.

**2-масала.** Дарсда Ш. ва М.нинг эътиборини тортишга қандай мотив ёрдам беради? Қайси белгиларга қараб буни аниқлаш мумкин?

Болаларни кўчманчи қушлар билан таништира туриб, мен кўп қушлар тасвирланган расмни доскага осдим. Қалдирғоч ҳақида тушунтираётганда мен Ш. ва М.нинг овозини эшитдим; улар расмни кўрсата туриб деярли баланд овозда гаплашардилар:

- Қара, думчаси қандай чиройли!
- Анави қушчани қара, унинг тумшуғи қандай узун ва кўкракчаси яшил!
- Мана бу-чи, қандай жажжигина, қарагин!
- Қайси бири?
- Ана у, шохчадагиси.
- Кўряпман, бу сайроқи қушча бўлса керак.
- Мана бу лайлак!

Қизлар сайроқи қушчани ва лайлакни томоша қилаётган пайтда мен тўрғай ва чуғурчиқ ҳақида гапираб бераётган эдим. Бироқ Ш. ва М. бу қушлар ҳақида ҳеч нарса билмай қолдилар, чунки менинг ҳикоямни эшитмасдан, расмда чизилган бошқа қушларни томоша қилишда давом этаётган эдилар.

**3-масала.** Ўқувчининг дарсда ихтиёрий диққатини жалб этишнинг қандай шартлари намоён бўлмоқда? Унда ихтиёрий диққатнинг мавжудлигини қайси белгиларга кўра аниқлаш мумкин?

Ўқувчи ўзининг дарсда қанчалик диққатли бўлишга ҳаракат қилаётгани ҳақида сўзлаб, деди: «Мен геометрияни ўрганишни истайман, лекин бу менга қийинчилик туғдиради. Ўқитувчини эшита туриб, баъзида хаёлим бошқа томонга чалғиб кетаётганини сезаман. Шунда мен ўзимга ўзим уйда теоремани ўрганишим янада қийинроқ бўлишини таъкидлайман. Мен ичимда ўқитувчининг ҳар бир сўзини такрорлаб, шу тарзда диққатимни тўплайман».

**4-масала.** Бемор суҳбатдошнинг юзини аниқлай олади, уларни аниқ чизиб беради, лекин кўриш образи билан шахсни мувофиқлаштиролмайди (исмини

айтгандагина суҳбатдошини таниши мумкин). Бу ҳодисанинг сабаблари ҳақида берилган фикрларнинг қайси бири энг тўғри?

- а) кўзнинг тўғирлайдиган аппарати бузилган
- б) кўзнинг рецептор аппарати бузилган
- в) марказга йўналувчи нерв йўллари бузилган
- г) кўрув анализаторининг пўстлоқ қисми бузилган

**5-масала.** Тадқиқотлардан бирида синалаётган талабаларга электрон тахистоскоп орқали 0,02 секунд ичида бир неча кишининг юзи акс эттирилган фотосуратларни кўрсатганлар, ана шу кишиларга таъриф ёзиш талаб қилинган эди. Фотосуратлар биринчи марта кўрсатилганида тадқиқ этилаётган кишилар ўша суратдаги шахсларнинг фақат ташқи кўринишлари асосидагина идрок этилган ахборот бўйича «эркин» таъриф-тавсиф бердилар. Фотосуратларни такрорий намойиш қилиш вақтида уларга изоҳ бериб, бу «гуруҳ етакчиси (сардори)», учинчи кўрсатишда эса бу «яхши ўртоқ», тўртинчи сафар кўрсатишда – булар «аълочилар», ва ниҳоят бешинчи марта кўрсатиш вақтида – бу «қолоқ» – деб таърифлаб турганлар.

Шу нарса маълум бўлдики, барча ҳолларда синалаётган кишилар бир одамнинг ўзига, яъни идрок этилаётган объектга ҳар хил таъриф берганлар, уни турли эҳтиёж ва қобилиятларга эга бўлган, ўқишга, ҳаётга нисбатан бир хил муносабатда бўлмаган киши сифатида таърифлаб берганлар.

1. Объект сифатида танлаб олинган кишиларга таъриф беришда синалаётганлар шахсига хос қандай хусусиятлар ҳал қилувчи роль ўйнаганлигини кўрсатинг?

2. Инсон ҳаётида, унинг воқеликни идрок этишида бу хусусиятлар қандай ижобий аҳамият касб этади?

**6-масала.** Бине-Штерн назариясига биноан болаларда кузатишнинг ривожланиши бир қанча босқич ёки даражалардан ўтади. Бу даражалар муайян



бир изчилликда бир-бирининг ўрнини алмаштириб туради ва доимий равишда шундай ҳаракатда бўлади:

1. Турли аралаш буюмларни санаб, номма-ном айтиб бера олиш босқичи (3 ёшдан 7 ёшгача)
2. Баён эта олиш босқичи: бунда буюм (нарса)ларга таъриф берилади, улар ўртасидаги баъзи бир алоқалар кўрсатиб ўтилади.
3. Изоҳлаш, тушунтириш босқичлари: бунда манзара умуман тўлиқ идрок этилади, нарса ва ҳодисалар ўртасидаги алоқалар ҳамда муносабатлар очиқ берилади.

Ушбу назарияни амалда текшириб кўриш вақтида психолог олимлар (С.Л.Рубинштейн, Г.Т.Овсепян) шундай хулосага келдиларки, юқорида кўрсатиб ўтилган босқич ва даражаларни болаларнинг ёшига нисбатан олмаслик керак. Нарса ва ҳодисаларни қай даражада идрок этишига қараб, бир хил ёшдаги бир қанча болалар турли кузатиш босқичларида бўлиб қолишлари, худди шунингдек, турли ёшдаги болалар айнан шу хил босқичда бўлиб қолишлари мумкин.

**7-масала.** Қуйидаги мисолларда тафаккурнинг қайси алоҳида хусусиятлари намоён бўлади:

а) Тиғиз вақтда трамвай бекатига келиб, у ерда кишилар кўплигини пайқайсиз ва трамвай келмаганига анча вақт бўлганини фаҳмлайсиз.

б) Бир куни уйга келгач, мактабгача тарбия ёшидаги ўғлининг ноодатий тинч ва камгап бўлиб қолганини сезиб, онаси беихтиёр унинг касал бўлиб қолгани ёки бир айб иш қилиб қўйгани ҳақида ўйлайди.

### **Назорат учун савол ва топшириқлар:**

1. Хотира нима?
2. Хотиранинг психологик назарияларини тушунтиринг.
3. Хотиранинг қандай физиологик назариялари бор?

4. Хотиранинг биохимик назарияси борасида нималарни биласиз?
5. Қандай хотира турлари мавжуд?
6. Хотира турларининг шахс ҳаётидаги аҳамиятини баён қилинг.
7. Эсда олиб қолиш жараёни қандай юзага келади?
8. Эсда сақлаш жараёни ва унинг омилларини кўрсатинг.
9. Эсга тушуриш ва унинг турларини тушунтиринг.
10. Шахсда нима сабабдан унутиш жараёни юзага келади?
11. Гипоамнезия, амнезия, парамнезия, амнестик афазия нима?
12. Диққат ва унинг бошқа билиш жараёнлари билан боғлиқлигини тушунтиринг.
13. Диққатнинг қандай турларини биласиз?
14. Диққат хусусиятлари ҳақидаги мулоҳазаларингизни билдиринг.
15. Диққатнинг физиологик ва нейрофизиологик механизмларини тушунтиринг.
16. Диққатнинг асосий психологик талқини нималардан иборат?
17. Диққат патологияси қандай ҳолатда кузатилади?
18. Сезги ва унинг физиологик асосини тушунтиринг.
19. Сезги қандай классификацияланади?
20. Сезгилар қандай сифатга эга?
21. Сезги қандай ҳодисаларда акс этади?
22. Сезги турларининг психологик тавсифини беринг.
23. Сезгининг бузилганлигини қандай билса бўлади?
24. Идрок ва апперцепция тушунчаларини таърифланг.
25. Идрок қандай турларга бўлинади?
26. Идрок феноменларини изоҳланг.
27. Идрок қандай хусусиятларда ифодаланади?
28. Антиципация ва унинг босқичларини тушунтиринг.
29. Тафаккур нима ва у қандай тузилишга эга?

30. Тафаккур қандай операцияларни амалга оширади?
31. Муаммолар ечими қандай босқичда аниқланади?
32. Тафаккур турлари ҳақида гапиринг.
33. Тафаккур қандай сифатлардан иборат?
34. Тафаккурнинг бузилганлигини қандай билса бўлади?
35. Нутқ нима, унинг қандай механизмлари мавжуд?
36. Нутқнинг вербал тури ва унинг психологик классификациясини биласизми?
37. Новербал нутқнинг қандай турлари бор?
38. Нутқнинг бузилишини тушунтиринг.
39. Хаёл нима, у қандай вазифаларни бажаради?
40. Хаёлнинг турларини биласизми?
41. Хаёлнинг аналитик хусусияти нима?
42. Хаёлнинг синтетик хусусияти қандай феноменларни ўз ичига олади?
43. Ҳис-туйғу ва унинг кўринишларини изоҳланг.
44. Стрессларга кўникишнинг қандай усуллари мавжуд?
45. Юксак ҳислар қандай ифодаланади?
46. Эмоциялар патологиясини биласизми?
47. Ирода ва унинг ижобий фазилатларини таърифланг.
48. Ироданинг салбий сифатлари қандай тушунчаларда намоён бўлади?

## V БОБ. МУЛОҚОТ ПСИХОЛОГИЯСИ

### 5.1. Мулоқот ва унинг жиҳатлари

**Мулоқот** – одамлар ўртасида биргаликда фаолият эҳтиёжларидан келиб чиқадиган боғланишлар ривожланишининг кўп қиррали жараёнидир. Шахс – ижтимоий муносабатлар маҳсули дейилишининг энг асосий сабаби – унинг доимо инсонлар давраида, улар билан ўзаро таъсир доираида бўлишини аниқлаш, бу шахснинг энг етакчи ва нуфузли фаолиятларидан бири мулоқот эканлигига ишора қилади.

Инсоний муносабатларда дастлаб одамлар ўртасида рўй берадиган фикрлар, ҳис-кечинмалар, ташвиш-қувончлар алмашинувини назарда тутлади. Одамлар мулоқотда бўлишгани сари, улар ўртасидаги муносабатлар тажрибаси ортган сари улар ўртасида умумийлик, ўхшашлик ва уйғунлик каби сифатлар пайдо бўлиб, улар бир-бирларини бир қарашда тушунадиган, айрим ҳолларда эса ана шундай мулоқотнинг тифизлиги тескари реакцияларни – бир-бирдан чарчаш, гапирадиган гапнинг қолмаслиги каби вазиятни келтириб чиқаради.

Мулоқот фаолияти шундай шарт-шароитки, унда ҳар бир шахснинг индивидуаллиги, бетакрорлиги, билимлар ва тасаввурларнинг хилма-хиллиги намоён бўлади ва шуниси билан у инсониятни асрлар давомида ўзига жалб этади.

Шунинг учун ҳам мулоқот, унинг жиҳати, табиати, техникаси ва стратегияси, мулоқотга ўргатиш (социал психологик тренинг) масалалари билан шуғулланувчи фанларнинг ҳам жамиятдаги ўрни ва салоҳияти кескин ошди.

Мулоқот ҳамкорликда фаолият кўрсатувчилар ўртасида ахборот айирбошланишини ўз ичига олиб, бундай маълумот алмашинув мулоқотнинг **коммуникатив жиҳати** сифатида таърифланади. Одамлар мулоқотга киришар эканлар, унинг энг муҳим воситаларидан бири сифатида *тилга* мурожаат қиладилар.

Мулоқотнинг иккинчи жиҳатида – муносабатга киришувчиларнинг нутқ жараёнида фақат сўзлар билан эмас, балки *хатти-ҳаракатлар* билан ҳам алмашинуви назарда тутилиб, бу мулоқотнинг **интерактив жиҳати** деб юритилади.

Ниҳоят, мулоқотнинг учинчи жиҳати **перцептив** деб аталиб, бунда муносабатга киришувчиларнинг бир-бирларини идрок эта олишлари тушунилади.

Шундай қилиб, мулоқот жараёнида шартли равишда учта, яъни *коммуникатив* (ахборот узатиш), *интерактив* (хамкорликда ҳаракат қилиш) ва *перцептив* (ўзаро биргаликда идрок этиш) жиҳатларни алоҳида кўрсатиш мумкин. Ана шу учта жиҳатнинг бирлиги мулоқот жараёнида хамкорликдаги фаолият ва жалб этилган одамларнинг ўзаро биргаликдаги ҳаракатларини ташкил этиш усули сифатида майдонга чиқади.

**Мулоқотнинг коммуникатив жиҳати.** Мулоқотнинг хамкорликда ҳаракат қилиш ва фаолият кўрсатиш жараёнида одамларни бирлаштирадиган мулоқот воситаси тил бўлиб, у мулоқотга киришувчилар ўртасида алоқа боғланишини таъминлайди. Тилни ушбу мақсад учун танланган сўзлар моҳиятига кўра кодлаштирган ҳолда ахборотни маълум қилаётган киши ҳам, бу моҳиятнинг кодини очган, яъни унинг маъносини ошкор этган ва ана шу ахборот асосида ўз хулқ-атворини ўзгартирган ҳолда бу ахборотни қабул қилаётган киши ҳам тушунади.

Ахборотни бошқа кишига йўллаётган киши (коммуникатор) ва уни қабул қилаётган киши (реципиент) муносабат ва биргаликдаги фаолият мақсадларга эришиш учун моҳиятларни кодлаштириш ва кодини очишнинг битта ягона системасидан фойдаланишлари, яъни «битта тилда» сўзлашишлари керак бўлади. Агар коммуникатор ва реципиент кодлаштиришнинг турли хил системаларини қўлласалар, яъни бир-бирларига номаълум бўлган «тил»да сўзлашсалар, бу ҳолда улар ўзаро хамжиҳатликка ва биргаликда фаолият

борасида муваффақиятга эриша олмайдилар. Қўлланадиган белгилар (сўзлар, имо-ишоралар ва ҳ.к.) замиридаги *моҳият* мулоқотда иштирок этаётган шахсларга таниш бўлган тақдирдагина ахборот айирбошлаш мумкин бўлади.

**Моҳият** – теварак-атрофдаги воқеликни билишни ифода этадиган қисм сифатидаги мазмунга эга бўлган сўзлар белгиси тизимидир. Бунда сўзлар белгилари тизими ҳаёт кечириш, ижтимоий-тарихий тажрибани ўзлаштириш ва узатиш воситаси сифатидаги тилни таркиб топтиради. Ижтимоий тажриба тўплаш ва узатиш воситаси сифатидаги тил аниқ товушлардан фойдаланган ҳолда ўй-фикрлар алмашинуви, ахборот беришни амалга оширади.

**Мулоқотнинг интерактив жиҳати.** Мулоқот шахслараро биргаликдаги ҳаракат, яъни одамларнинг ҳамкорликдаги фаолияти жараёнида таркиб топадиган алоқалари ва ўзаро бир-бирларига таъсирининг йиғиндиси сифатида юзага чиқади. Ҳамкорликдаги фаолият ва муносабат ижтимоий қоидалар – одамларнинг биргаликдаги ҳаракати ва ўзаро муносабатларини қатъиян белгилаб қўядиган ҳамда жамиятда удум бўлган хулқ-атвор намуналари асосида амалга ошириладиган *ижтимоий назорат* шароитида юз беради.

Жамият ижтимоий қоидалар сифатида қабул қилган, маъқул топган, удумга айланган ва тегишли вазиятда турган ҳар бир кишидан бажарилишини кутаётган намуналарнинг ўзига хос тизимини яратади. Уларнинг бузилиши қоидадан четга чиқадиганларнинг хулқ-атвори тўғриланишини таъминлайдиган *ижтимоий назорат* механизмлари (маъқулламастик, таъна қилиш, жазолаш)ни ўз ичига олади. Қоидаларнинг мавжудлиги ва қабул қилиниши ҳақида бирон кишининг барча бошқа одамлар хулқ-атворидан фарқ қилувчи хатти-ҳаракатига атрофдагиларнинг бир хилда муносабат билдириши далолат беради. Ижтимоий қоидалар меҳнат интизоми, ҳарбий бурч ва ватанпарварлик талабларига жавоб берадиган хулқ-атвор намуналаридан тортиб, одоблилиқ қоидаларига қадар ҳаммасини ўз ичига олади. Одамларнинг ижтимоий қоидаларига мурожаат қилиши уларда ўз хулқ-атвори учун масъуллик ҳиссини уйғотади, ҳаракатлари

ва қилиқларнинг ушбу қоидаларга мос келиши ёки мос келмаслигини баҳолаган ҳолда уларни тузатиб бориш имконини туғдиради. Қоидаларга қараб мўлжал олиш кишига ўз хулқ-атворининг шакллари аниқлигига қараб мослаш, ижтимоий жиҳатдан мақбулларини танлаб олиш, номақбул шаклларига амал қилмаслик, ўзини мулоқот жараёнида йўналтириб ва бошқариб бориш имконини беради. Одамлар ўзлаштирилган қоидалардан ўзларининг хусусий хулқ-атворини бошқаларнинг хулқ-атвори билан таққослайдиган мезон сифатида фойдаланадилар.

Ҳамкорликдаги ҳаракат жараёнлари ижтимоий назорат муносабатга киришадиган одамлар «бажарадиган» роллар (*Психологияда роль деганда хулқ-атворнинг норматив жиҳатидан маъқул бўлган муайян ижтимоий мавқени эгаллаб турган ҳар бир кишидан атрофдагилар кутаётган намунаси тушунилади*) репертуарига мувофиқ тарзда амалга оширилади. Субъект ўқитувчи ёки ўқувчи, шифокор ёки бемор, катта ёшли киши ёки бола, раҳбар ёки ходим, она ёки бола ва шу каби ролни бажаради. Ҳар қандай роль мутлақо аниқ талабларга ва атрофдагиларнинг муайян орзу-истакларига жавоб бериши керак.

Шахс мулоқотнинг турли хил вазиятларида қоида тариқасида ҳар хил ролларни бажаради. Масалан: ўзининг хизматидаги ролига кўра раҳбар бўлиб турган киши бетоб бўлиб қолганда, бемор ролига кирган ҳолда шифокорнинг барча кўрсатмаларини бажаради; шу билан бирга оилада у кекса онасининг мўмингина ўғли ролини сақлаб қолади ва ҳ.к. Роль мавқеларининг кўплиги баъзида уларнинг тўқнаш келишига – роль конфликтларига (зиддиятларга) сабаб бўлади.

Турли хил ролларни бажараётган одамларнинг ҳамкорликдаги ҳаракати роллар эҳтимоли билан бошқарилади. Киши буни истаса-истамаса атрофдагилар ундан муайян намунага мос келадиган хулқ-атворни талаб қилади. Ролнинг қандай бажарилиши *ижтимоий назорат* остида бўлади,

ижтимоий жиҳатдан муқаррар равишда баҳоланади ва намунадан салгина четга чиқилиши эса қораланади.

**Мулоқотнинг перцептив жиҳати.** Мулоқотнинг ушбу жиҳатида бир кишининг иккинчи киши томонидан идрок қилиниши, тушуниши, баҳоланиши кузатилади. Мулоқотнинг мазкур жиҳати қуйидаги босқичлар орқали амалга ошиши мумкин:

1) Идрок қилинаётган одамни идрок қилувчи ўзининг шахсий хислатлари билан қиёслаш натижасида, унинг маҳсули бўйича талқин қилинади ва тушунтирилади; бундай идрок қилиш тарзида инсонни инсон томонидан акс эттириш, ўхшатиш, унга тақлид қилиш, ундан ибрат олиш услублари орқали юзага келади, яъни *идентификация* (айнан ўхшатиш) босқичи бевосита амалга ошади. Бунда киши ҳамкорликда ҳаракат қилиш вазиятида шериги ўрнига ўзини қўйиб кўриб, унинг ички ҳолати, ниятлари, ўй-фикрлари, хоҳиш-истаклари ҳақида тахмин қилади, бунда улар англанган ёки англанмаган бўлиши мумкин.

2) Идрок қилинаётган шахснинг ўрнига идрок қилувчи ўз хоҳиши бўйича мулоҳаза юритиши, уни тушунишга интилиш ўз-ўзини англаш негизида намоён бўлади, яъни *рефлексия* босқичи вужудга келганлиги тўғрисида муайян қарорга келинади. Рефлексияда киши идрок этиш субъекти сифатида ўзига нисбатан шеригининг муносабати англаб етилади. Лекин киши ҳар доим ҳам мулоқот жараёнида ўзини ким эканлигини тўлиқ англаб етолмайди, бу эса унинг ўзи қилган хатти-ҳаракатлари сабабларини бошқаларга тўнкашга мажбур қилади. Киши ўз хатти-ҳаракатлари сабабларини, ниятларини, ўй-фикрларини, хулқ-атвор мотивларини бошқа кишиларга тўнкаш орқали тушунтириши психологияда *каузал атрибуция* яъни сабабий изоҳлаш деб аталади.

3) Ўзга кишиларнинг кечинмалари ва ҳис-туйғуларига нисбатан ҳамдардлик билдириш, меҳр-оқибатлилигини амалий ифодалаш орқали уларни



тушуниш имконияти туғилади, бунинг натижасида туб маънодаги *эмпатия*га асосланган идрок қилиш босқичи юзага келади.

4) Ўзга кишиларга, ижтимоий гуруҳ аъзоларига нисбатан берилган хислатларни ҳозиргача маълум бўлган ижтимоий қолипларга мос тарзда оммавий тарзда ёйиш, тавсиф бериш ва баҳолаш *стереотипизация* (бир хил қолипга солиш) яъни *стереотиплаштириш* дейилади. Идрок этиш субъекти ижобий муносабатда бўлган шахсларга ижобий, ёқтирмайдиган шахсларга салбий баҳо берилиши каузал атрибуцияга хос типик ҳоллардан биридир. Тадқиқотлардан маълум бўлишича, шахс мулоқот жараёнида ўз объекти нисбатан ижобий таассуротга эга бўлса, субъектга маълум бўлмаган фазилатларини ижобий баҳолашга ёки аксинча, объект салбий таассурот қолдирган бўлса, субъектга маълум бўлмаган хислатларини салбий баҳолашга ҳаракат қилар экан. Бу ҳолат психологияда *ореол эффекти* номи билан юритилади.

## 5.2. Мулоқот турлари, шакллари, воситалари

Мулоқот одамларнинг жамиятда ўзаро ҳамкорликдаги фаолиятларининг ички психологик механизмини ташкил этиб, у ҳозирги янги демократик муносабатлар шароитида турли ишлаб чиқариш қарорларини яқка тартибда эмас, балки биргаликда чиқариш эҳтиёжи пайдо бўлганлиги ҳисобга олинганда, одамларнинг меҳнат унумдорлиги ва самарадорлигини таъминловчи муҳим омил эканлигини билдиради.

**Мулоқот турлари.** Мулоқот мазмунига кўра қуйидаги турларга ажралади:

*Моддий* мулоқот деганда субъектни долзарб эҳтиёжларни қондириш воситаси сифатида, айна пайтда шуғулланаётган фаолиятининг маҳсулотлари ва предметларини айирбошлаш тушунилади.

**Когнитив** мулоқот деб шахсларнинг ҳамкорликдаги фаолиятида нарса ва ҳодисаларни ўрганиш, маълумотларни билиб олиш жараёнида ўзаро билим алмашинувига айтилади.

**Кондицион** мулоқотда психологик ва физиологик ҳолатлар айирбошланади. Масалан, шифокор беморнинг тушкун кайфиятини кўтариши ёки аксинча, она қизининг ўксиниб йиғлаётган ҳолатига йиғи билан муносабат билдириши ва ҳ.к.

**Мотивацион** мулоқот муайян йўналишда ҳамкорликда ҳаракат қилиш учун ўзаро мақсадлар, қизиқишлар, мотивлар ва эҳтиёжлар алмашинуви жараёни билан изоҳланади.

**Фаолият** мулоқоти когнитив мулоқот билан узвий боғлиқ бўлиб, бунда ҳаракатлар, операциялар, кўникма ва малакалар айирбошланади. Бу мулоқот жараёнида маълумотлар узатилади, билим доираси кенгаяди, қобилиятлар ривожланади ва такомиллашади.

Мулоқот мақсадига кўра биологик ва ижтимоий кўринишда бўлади. **Биологик** мулоқот насл қолдириш, организмни ривожлантириш, ҳимоялаш каби табиий эҳтиёжларни қондириш билан боғлиқ бўлса, **ижтимоий** мулоқот эса шахслараро муносабатларни кенгайтириш, мустаҳкамлаш, такомиллаштириш билан боғлиқ бўлган ижтимоий эҳтиёжларни қондириш воситаси сифатида намоён бўлади.

Мулоқот воситасига кўра бевосита ва билвосита бўлиб, бунда жонли мавжудотнинг табиий органлари ёрдамида яъни қўли, боши, танаси, товуши ёрдамида ахборот айирбошласа – бу **бевосита** бўлади, агар мулоқотни ташкиллаштириш ва маълумот алмашишда махсус қурол ва воситалардан фойдаланилса – бу мулоқот **билвосита** дейилади.

Мулоқотнинг юқорида мулоҳаза юритилган турларидан ташқари ишбилармонлик ва шахсий турлари ҳам фарқланади. **Ишбилармонлик** мулоқоти одамларнинг турли хилдаги кўшма маҳсулдор фаолияти ва мазкур

фаолиятининг сифатини ошириш воситаси сифатида юзага келади. **Шахсий** мулоқот эса шахс ўзининг психологик муаммоларига, қизиқишларига, эҳтиёжларига, ўз ҳаётига, атрофида нималар бўлаётганлигига бўлган муносабатини атрофдагилардан билишга йўналтирилгандир.

**Мулоқот шакл (усул)лари.** Мулоқот турлари демократик, авторитар, либерал шаклида, усулида амалга ошади. **Демократик** усулда суҳбатлар, мунозаралар, мулоҳазалар ўзаро тенглик, ўзаро ҳурмат руҳига бўйсундирилиб, таъсир ўтказиш соҳалари яширинган ҳолда бўлади. Шу боисдан, тасодифан воқеа ва ҳодисаларнинг содир бўлиши турлича баҳоланади, рағбатлантирилади ёки жазоланади. Мана бундай одилona амалга оширилган мулоқот таъсирида ўғил-қизларда дўстлик, дилкашлик, хушмуомалалилик, шахсий хатти-ҳаракатида ва мулоҳаза юритишида мустақиллик, шахсий қарашлари сақланган ҳолда янги норма ва талабларга мослашиш, ўз фаолияти учун жавобгарлик, эмоционал зўриқиш даврида ўз-ўзини қўлга олишлик каби муҳим фазилатлар пайдо бўлади.

Мулоқотнинг яна бир шакли **авторитар** деб аталиб, бунда шахслараро тенг ҳуқуқлилиқ, эркин хатти-ҳаракат қилиш, ташаббускорлик ўз аҳамиятини йўқота бошлайди. Масалан, бошлиқ томонидан ходимларнинг юриш-туриши, хатти-ҳаракати кўпинча чеклаб қўйилади. Бошлиқ томонидан таъсир ўтказишнинг асосий методи – жазолаш ҳисобланади. Бироқ онда-сонда рағбатлантириш методидан фойдаланилганда ҳам, у ходимга маънавий озуқа бермайди. Мазкур усул оилада қўлланилса, фарзандларда ота-онага яқинлик, меҳр ҳисси камаяди, кейинчалик бу туйғу узоқлашиш, «бегоналашиш» кечинмасига айланади. Оиладаги шахслараро муносабатлар болаларни қониқтирмайди; натижада одамови, тунд, ичимдагини топ, ташвишлилик, хавотирлилиқ каби социал норма ва қоидаларга қийинчилиқ билан мослашишдан иборат характер хислатлари вужудга келади. Шу сабабдан оила аъзолари руҳий дунёсида симпатия (ёқтириш), эмпатия (ҳамдардлиқ), самимийлик, ҳайрихоҳлиқ каби юксак инсоний ҳис-туйғулар жуда нурсиз ифодаланади. Кўр-

кўрона ва сўзсиз бўйсуннишга асосланган муносабатлар негизида ётган тарбиявий таъсир кўрқоқ ва иродаси кучсиз шахсни таркиб топтиради.

Мулоқот шакли ичида *либерал* усули ҳам кўзга ташланиб туради. Бу усул мулоқот жараёнида мурасасоз, кўнгилчан бўлишлик, ташқи кўринишдан илиқ психологик иқлимни, гуруҳий мосликни ўзида акс эттиргандек бўлиб туюлади. Афсуски, либераллик, мурасасозлик ҳар қандай вазиятни тил топиб ҳал қилишга, принципиалликдан узоқлашишга, субутсизликка олиб келади. Масалан, ота-оналарнинг фарзандлари билан бундай муносабатда бўлишлари салбий оқибат сари етаклайди: қатъийлик, мустақиллик, дадиллик ва чўрткесарлик сингари иродавий сифатлар фарзандлар руҳий дунёсидан узоқлашади. Мурасасозлик таъсирида ёш авлод характерида мунофиқлик, иккиюзламачилик ва масъулиятсизлик каби иллатлар таркиб топиши мумкин.

**Мулоқотнинг психологик воситалари.** Одамлар бир-бирлари билан муомалага киришар экан, уларнинг асосий кўзлаган мақсадларидан бири – ўзаро бир-бирларига таъсир кўрсатиш, яъни фикр-ғояларига кўндириш, ҳаракатга чорлаш, установакаларни ўзгартириш ва яхши таассурот қолдиришдир. Турли воситалар ёрдамида инсонларнинг фикрлари, ҳиссиётлари ва хатти-ҳаракатларига таъсир кўрсата олиш – *психологик таъсир* дейилади.

Психологияда *психологик таъсир*нинг асосан уч воситаси фарқланади:

1. **Вербал таъсир** – бу сўз ва нутқ орқали кўрсатадиган таъсирлардир. Ҳар қандай нутқ кўринишида одам ўзидаги барча сўзлар заҳирасидан фойдаланиб, энг таъсирчан сўзларни топиб, шеригига таъсир кўрсатишни хоҳлайди.

2. **Паралингвистик таъсир** – бу нутқнинг атрофидаги нутқни безовчи, уни кучайтирувчи ёки сусайтирувчи омиллари бўлиб, бунга нутқнинг баланд ёки паст товушда ифодаланаётганлиги, артикуляция, товушлар, тўхташлар, дудуқланиш, йўтал, тил билан амалга ошириладиган ҳаракатлар, нидолар киради.

3. **Новербал таъсир** «нутқсиз» кўринишга эга бўлиб, бунга суҳбатдошларнинг фазода бир-бирларига нисбатан тутган ўринлари, ҳолатлари (яқин, узоқ, интим), қилиқлари, мимика, пантомимика, қарашлар, бир-бирини бевосита ҳис қилишлар, ташқи қиёфа, ундан чиқаётган турли сигналлар (шовқин, ҳидлар) киради. Уларнинг барчаси мулоқот жараёнини янада кучайтириб, суҳбатдошларнинг бир-бирларини яхшироқ билиб олишларига ёрдам беради.

Мулоқот жараёнида суҳбатдошлар бир-бирларига таъсир кўрсатмоқчи бўлишганда, даставвал нима дейиш, қандай сўзлар воситасида таъсир этишни ўйлар экан. Аслида эса, ўша сўзлар ва улар атрофидаги ҳаракатлар муҳим роль ўйнайди. Машҳур америкалик олим Мехрабян фикрича, биринчи марта кўришиб турган суҳбатдошлардаги таассуротларнинг ижобий бўлишига гапирган гаплари 7%, паралингвистик омиллар 38%, ва новербал ҳаракатлар 58% гача таъсир қиларкан. Шу ўринда айтиш жоизки, мулоқот жараёнининг самараси суҳбатдошни *тинглай олиш*га ҳам боғлиқ.

Мулоқотга ўргатишнинг муҳим йўналишларидан бири – одамларни фаол тинглашга, бунда барча паралингвистик ва новербал омиллардан ўринли фойдаланишга ўргатишдир.

#### **Тинглаш техникасига қуйидагилар киради:**

- *актив ҳолат* бу – суҳбатдошнинг юзидан ташқари жойларига қарамаслик, мимика, бош чайқаш каби ҳаракатлар билан унинг ҳар бир сўзига қизиқаётганликни билдиришдир;
- *суҳбатдошга самимий қизиқиш билдириш*. Бу суҳбатдошни ўзига жалб қилиб, ўзининг ҳар бир сўзига уни ҳам кўндиришнинг самарали йўлидир.
- *ўйчан жимлик* – бу суҳбатдош гапираётган пайтда юзда масъулият билан тинглаётгандай тасаввур қолдириш орқали ўзининг суҳбатдан манфаатдорлигини билдириш йўлидир.

Мулоқот жараёнида иштирок этувчи икки жараён – *гапириш* ва *тинглаш*нинг фаол ўзаро таъсир учун тенг аҳамиятга эга. Шу боис, ижтимоий психологияда одамларни самарали мулоқотга атайлаб ўргатишга жуда катта эътибор берилиб, бу услубнинг номи *ижтимоий психологик тренинг* (ИПТ) деб аталади. ИПТ – мулоқот жараёнига одамларни психологик жиҳатдан ҳозирлаш, уларда зарур коммуникатив малакаларни махсус дастурлар доирасида қисқа фурсатда шакллантириш бўлиб, ИПТ мобайнида одамларнинг мулоқот борасидаги билимдонлиги ортади.

*Амалий мулоқот тренинги* – ИПТнинг бир тури бўлиб, у ёки бу профессионал фаолиятни амалга ошириш жараёнида зарур бўладиган коммуникатив малака, кўникма ва билимларни ҳосил қилишга қаратилган тадбирдир. Гуруҳ ва жамоаларда мулоқот тренинги воситасида музокаралар олиб бориш, иш юзасидан ҳамкорлик қилиш йўл-йўриқларини биргаликда топиш, катта аудитория олдида сўзлашга ўргатиш, мажлислар ўтказиш, зиддиятли ҳолатларда ўзини тўғри тутиш малакалари ҳосил қилинади. Бунда тренинг қатнашчилари онгига бировларни тушуниш, ўзини ўзга ўрнига қўя олиш, бошқалар манфаатлари билан ўзиникини уйғунлаштира олиш ғояси сингдирилади. Тренинглар мобайнида *гуруҳий мунозаралар, ролли ўйинларнинг* энг оптимал вариантлари синаб, машқ қилинади.

**Мулоқот жараёнида юзага келувчи зиддиятлар. Зиддиятлар** қарама-қарши фикр, қарашларнинг тўқнашуви бўлиб, мулоқот жараёнида келиб чиқади. Зиддиятлар мотив, қизиқиш, қарашларнинг мос келмаслигига кўра шахснинг ички ҳолати ижтимоий муҳит билан бўладиган муносабатларида ушбу кўринишларга эга: оилада ота-она ва фарзанд орасидаги қарашлар мос келмаслигида; шахсларда, жамоаларда, ҳамкасблар орасидаги ўз қарашларини амалга оширишда; шахснинг ўзга одамлар билан ишлаш жараёнида улардан устунлик қилишида юзага келади.

XX аср бошларида бир қатор немис, австриялик ва америкалик социологлар Г.Зиммель, Л.Гумплович, Д.Смолли, У.Самнерларнинг тадқиқотлари зиддиятлар назариясига асос солди. Улардан энг машҳури Г.Зиммель бўлиб, у зиддиятларни жамият ҳаётидаги муқаррар ҳодиса деб қараган, зиддиятлар инсон ҳаётининг хусусиятидан келиб чиқади ва шахсга хос бўлган хужумкорлик инстинктдан пайдо бўлади, деб ҳисоблайди.

К.Томас ва Р.Килменн зиддиятли вазиятда хулқ-атворнинг *мослашиш*, *бош тортиш*, *қарши курашиш*, *ҳамкорлик*, *мурасага келиш* каби бешта асосий услубини ажратиб кўрсатганлар.

Зиддиятлар кўп ҳолларда ортиқча асаб тарангликларига олиб келади, стрессли вазиятларга, стрессларни бошқариш зарурлигига сабаб бўлади. Стресс – бу шундай бир босимки, у хиссий дискомфорт (комфортнинг танқислиги) ҳолатига олиб келади. Стресс тез-тез учраб турадиган ҳодисадир. Унчалик аҳамиятга эга бўлмаган стресслар муқаррар ва зарарсиз бўлиб, ҳаддан ташқари ортиб кетган стресс эса шахс учун ҳам, корхона ва ташкилотлар учун ҳам қийинчиликлар, қўйилган мақсадларни қўлга киритишда муаммолар келтириб чиқаради.

Юқорида таъкидланганидек, мулоқот жараёнида юзага келадиган зиддиятли ҳолатларда ўзини тўғри тутиш малакалари психологик тренинглар ёрдамида ҳосил қилинади.

### **Ўзгаларни тинглай оласизми?**

Қуйида берилган саволларга келтирилган жавобларнинг ўзингизга мосини танлаб белгиланг.

1. Сизнингча суҳбатлашишдан мақсад нима?
  - а) суҳбатдошни яхшироқ ўрганиш;
  - б) бирор масала бўйича ўз фикрини билдириш;
  - в) фикр алмашиниш ва муҳокама қилиш.

2. Сизга болалар «Булутлар каерда ухлайди?», «Бувилар кичкина бўлишганми?» тарзида саволлар беришадими?

а) ҳа, тез-тез;

б) ҳеч қачон;

в) баъзан.

3. Эрталаб ишга ёки ўқишга кетаётиб, қўшиқ хиргойи қиласизми?

а) ҳа, доимо бир хил ашулани;

б) ҳа, одатда ҳар хил ашулани;

в) йўқ, ҳеч қачон.

4. Йиғилиш охирида маърузачига саволлар берасизми?

а) ҳа, доимо ниманидир сўрашга тўғри келади;

б) баъзан, унинг фикри билан қўшилмаганимда;

в) ҳеч қачон.

5. Дўстингиз ёки касбдошингиз билан суҳбатлашгандан сўнг ўша муаммо юзасидан ўз қарашларингизни ўзгартирганмисиз?

а) кўпинча шундай бўлади;

б) баъзан;

в) ҳеч қачон.

6. Ким биландир суҳбатлашаётганда:

а) кўпроқ сиз гапирасиз;

б) кўпроқ суҳбатдошингиз гапиради;

в) иккалангиз тенг гапирасиз

7. Нархи бир хил бўлганда сиз нимани харид қилишни афзал кўрасиз?

а) китобни;

б) грампластинкани;

в) кинога паттани.

8. Шеригингиз Сизга алоқаси бўлмаган ўз муаммоси хусусида гаплашмоқчи. Сиз нима деб ўйлайсиз?



- а) «қимматли вақтни йўқотдим-а»;
- б) «энди унга таъсирим кучлироқ бўлади»;
- в) «унга ёрдам беряпман».

9. Қуйидаги жумлаларнинг қай бири сизнинг нуқтаи назарингизга тўғри келади?

- а) айти муаммо юзасидан мутахассисгина аниқ фикрга эга бўлиши мумкин;
- б) чиройли гапиришни билган одам хоҳлаган мавзусида ҳам гапириши мумкин;
- в) кўпинча мутахассисларга ўз муаммолари ва ғояларини баён этиш учун нотиклик малакаси етишмайди.

10. Сухбат чоғида хаёлингиз чалғиб кетса, нима қиласиз?

- а) гапираётганни тўхтатиб, ўша ерни қайтаришни сўрайман;
- б) сухбат охирида сўрашим учун ноаниқ жойини эслаб қоламан;
- в) умуман менга ҳамма нарса аён.

11. Эрталаб радио орқали эшитган ахборот ёки қўшиқни қайтара оласизми?

- а) ҳа, доимо;
- б) ҳа, лекин эсга тушириш учун вақт керак;
- в) эслай олмайман.

12. Эстрада қўшиқчисида сизга кўпроқ нима ёқади?

- а) овози;
- б) ташқи кўриниши;
- в) сахнада ўзини тутиши.

13. Концертларга тушиш сиз учун:

- а) қониқиш ҳосил қиладиган ҳодиса;
- б) кўп қатори бўлиш;
- в) яхши кўрган хонанда билан учрашув.

14. Сиз меҳмондасиз, у ерда сиздан бошқа яна 5-6 киши бор. Сиз гап бошлаганингизда, кўпинча:

- а) сизни ҳеч ким тингламайди;
- б) ҳамма сизга маҳлиё бўлади;
- в) сиз суҳбатнинг ташаббускори эмассиз.

15. Сиз жамиятда рўй бераётган барча ҳодисалардан хабардорсиз. Чунки сиз:

- а) мунтазам телевизор кўрасиз;
- б) радио эшитасиз;
- в) газета ўқийсиз.

**Калит:**

Саволлар	Жавоблар			Саволлар	Жавоблар		
	а	б	в		а	б	в
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				

**Натижа:**

15-20 балл. Сиз ўзгаларни тингламайсиз. Балки сиз ўзгаларни тинглашдан оладиган фойданинг қадрини билмассиз, лекин сиз билим ва тажриба учун бу ишнинг фойдасини билишингиз зарур.

25-30 балл. Сиз ўртача тингловчисиз. Сиз учун суҳбат маълумот манбаи ва мулоқот учун етарли асос эмас. Сиздан кўп нарсани ўрганиш мумкин, лекин ўзингиз ҳам бошқалардан кўп нарса олишингиз мумкинлигини, танқид ва эътирозлар ҳам фойдали эканлигини унутманг, кўпроқ бошқаларни тингланг.

35-45 балл. Сизда ноёб сифат – ўзгаларни тинглаш ва меъёрида гапириш бор. Сиз билан суҳбатлашиш жуда яхши, чунки суҳбатдош сиздан доимо наф олади. Сиз ўзгаларнинг ҳолатларини тушунишга ҳам мойилсиз, ана шу ноёб сифатни сақланг.

### **Психологик тренинг:**

#### **«ТЕЛЕФОН» ўйини**

Гуруҳ аъзолари навбат билан телефонда ўзи танлаган абонент билан 30 секунд мобайнида ўзи хоҳлаган мавзуда гаплашади. Кузатувчилар унинг ўзини тутиши, суҳбатдош билан муомаласи, нариги тарафдаги гаплашувчи шахс билан гаплашувчи ўртасидаги яқинлик, ўзаро муносабатларини таҳлил қиладилар ва керакли маслаҳатларни берадилар.

#### **«ОММА ОЛДИГА ЧИҚИШ ҚИЛИШ» ўйини**

Бу ўйинга аъзолар олдиндан тайёргарлик кўришгани маъқул. Чунки маълум вақт давомида нотиклик маҳорати ва гуруҳга мурожаат қилишнинг турли воситалари синалади ва гапириш ҳамда эшитиш санъатлари машқ қилинади.

#### **«ХУШОМАД ҚИЛИШ» ўйини**

Гуруҳ аъзолари бир-бирларига хушомад қила бошлайдилар.

*Мақсад:* гуруҳдаги шахслараро тангликни бартараф этиш ва психоэмоционаллик, енгиллик бериш.

### **Вазиятли масалалар:**

**1-масала.** Ўн олти яшар Малика ўзининг таҳририятга йўллаган мактубида қуйидагиларни ёзади: «Ота-онам менинг аҳволимга тушунмайдилар! Улар мени яхши кўришар эмиш, шунақаям яхши кўрадими?»

Улар менга доим шубҳа билан қарашади, ҳамиша ким билан юрган эдинг, қаяққа бординг, - деб сўрашади, хатларимни менга билдирмай ўқишади. Қачон қарасанг уришишади. Беш баҳо олиб келган куним – бир оғиз ширин сўз айтишмайди, шундай бўлиши керак, деб ҳисоблашади, мабодо уч баҳо олиб қолсам – ҳар доим жанжал бошлашади! Нега уч олганимни сўраб ҳам ўтиришмайди. Сўкишдан тўхташмайди. Хўш, шунинг ҳаммасини яхши кўришгандан қилишади, деб ўйлайсизми?»

1. Малика билан ота-онаси ўртасидаги ўзаро носоғлом муносабатларнинг сабаби нимада эканлигини тушунтириб беринг.

2. Ота-оналар билан болалар ўртасида соғлом муносабатлар қарор топиши учун ота-оналар қандай шахсий фазилатларга эга бўлишлари керак?

**2-масала.** Бир неча машғулотдан сўнг талаба педагогга шундай деди:

- Сиз педагог сифатида бизга бирор нарсани ўргата олишингизга кўзим етмаяпти.

- Сенинг ишинг – ўқиш, ўқитувчига ўргатиш эмас, - деб жавоб берди педагог.

- Мен бу мавзуга оид сизнинг мулоҳазаларингизга қўшилмайман, - деди талаба.

- Сенга ўхшаганларни, албатта, ҳеч нарсага ўргатиб бўлмайди. Ўз ўрнингни билиб олсанг, сенда бу дарс билан боғлиқ ҳеч қандай муаммолар бўлмайди.

Педагог ва талаба ўртасида мулоқотнинг қайси усули қўлланилган?

### **Назорат учун савол ва топшириқлар:**

1. Мулоқот ва унинг инсон ҳаётида тутган ўрни.
2. Мулоқотнинг қандай жиҳатлари мавжуд?
3. Мулоқотнинг коммуникатив жиҳатини тушунтиринг.
4. Мулоқотнинг интерактив жиҳатини изоҳланг.
5. Мулоқотнинг перцептив жиҳатининг қандай босқичлари бор?
6. Мулоқот турларини биласизми?
7. Авторитар усул нима?

8. Демократик ва либерал усулларининг бир-биридан фарқи.
9. Психологик таъсир воситалари қандай?
10. Мулоқотга ўргатишнинг қандай йўналишлари бор?
11. Ижтимоий психологик тренинг нима ва унга қандай талаблар қўйилади?
12. Мулоқот жараёнида юзага келувчи зиддиятларнинг сабаб ва оқибатлари.

## VI БОБ. КИЧИК ГУРУҲЛАР ПСИХОЛОГИЯСИ

### 6.1. Кичик гуруҳлар классификацияси

Шахслараро муносабатлар асосан гуруҳ шароитида, шахс маълум инсонлар даврасида, гуруҳида, жамоада бўлган тақдирда рўй беради. Шунинг учун ҳам мутахассислар жамоаларда рўй берадиган шахслараро таъсирнинг қонуниятларини, механизмларини билишлари ва уларни гуруҳда одамлар меҳнатини ташкил этишда албатта инобатга олишлари лозим.

Ҳар бир шахснинг феъл-атворида, хатти-ҳаракатларида у мансуб бўлган миллат, халқ, ҳудуд, профессионал тоифа, меҳнат қиладиган жамоаси, яқин атрофдаги гуруҳи, оиласининг таъсиридан пайдо бўлган сифатлари ва хусусиятлари бўлади. Тарихий шарт-шароит, давр, давлат тузуми ва ўша жамиятдаги сиёсий, иқтисодий ва мафкуравий таъсирлар – *макро босқичдаги таъсирлар* деб аталса, яқин муҳитнинг таъсири – *микро босқичдаги таъсирлар* деб юритилади. Иккала босқичдаги таъсирлар ҳам аҳамиятли ва тарбиявий моҳиятга эгадир. Чунки ҳар бир шароитда шахс ўзига хос ролларни бажаради ва ўзининг «қиёфасини» намоён этади. Меҳнат жамоасида профессионал ролларни бажариш жараёнидаги хулқ-атвори шахснинг маънавий ва психологик кўринишидаги асосий омил бўлиб, катта ёшдаги одам психологиясини тубдан ўзгартириш учун унинг профессионал фаолиятини ҳам ўзгартириш керак бўлади.

Бир вақтнинг ўзида шахсга турли ижтимоий гуруҳларнинг таъсири бўлиб, маълум даврда бир ижтимоий гуруҳнинг шахсга таъсири сезиларлироқ ва аҳамиятлироқ, иккинчисиники эса сал камроқ бўлади. Масалан, ўқувчилик йилларида мактабдаги ўқувчилар гуруҳининг таъсири маҳалладаги ўртоқлар даврасиникидан кучлироқ бўлиши, янги хонадонга келин бўлиб тушган қиз учун янги оила муҳитининг таъсири талабалик гуруҳиникидан кучлироқ

бўлиши табиий. Лекин ҳар бир алоҳида дақиқада биз доимо маълум гуруҳлар таъсирида бўларканмиз, бунда гуруҳнинг ўзи нима?

**Гуруҳ** – маълум ижтимоий фаолият мақсадлари асосида тўпланган, мулоқот эҳтиёжлари қондириладиган инсонлар уюшмаси бўлиб, бунда иккита асосий мезон мавжуд, яъни бирор фаолиятнинг бўлишлиги (мулоқот, ўйин, ўқиш, меҳнат) ҳамда у ерда одамларнинг ўзаро мулоқоти учун имкониятнинг мавжудлиги.

Ҳар бир шахс учун тараққиётнинг ҳар бир алоҳида босқичида шундай одамлар гуруҳи бўладики, у уларнинг ниятлари, қизиқишлари, ҳаракат нормалари, ғоя ва фикрларига эргашишга тайёр бўлади, ҳаракатларидан андоза олади, уларга тақлид қилади, яъни бундай гуруҳ психологияда **референт гуруҳ** деб аталади. Референт гуруҳларнинг бир неча турлари мавжуд:

**1. Норматив гуруҳлар** – бу шахс учун шундай инсонлар гуруҳи, уларнинг нормаларини у маъқуллайди, уларга амал қилишга ҳамisha тайёр бўлади. Бундай гуруҳларга биринчи навбатда оилани, диний ёки миллий уюшмаларни, профессионал гуруҳларни киритиш мумкин. Масалан, ўзбек халқи учун дастурхон атрофига ўтирган захоти юзга фотиҳа тортиш, мезбонларнинг меҳмонларга «Хуш келибсизлар» дейишлари норма ҳисобланади ва ҳар бир оилада шундай ҳаракатларга нисбатан ижобий установка шаклланади. Бунда бола учун референт ролини ота-онаси, катталар, маҳалладаги ҳурматли инсонлар ўйнайди.

**2. Қийёслаш гуруҳлари** – бу шундай гуруҳки, шахс ўша гуруҳга киришга, унинг маъқуллашига мухтож бўлмайди, лекин ўз ҳаракатларини йўлга солишда унга асосланади ва коррекция қилади. Масалан, талабалар гуруҳида шундай ёшлар бўлиши мумкинки, шахс улар билан умуман мулоқотда бўлмайди, уларнинг фикрлари ёки қарашларини ёқламайди, лекин бу гуруҳ айнан ўшаларга ўхшамаслик ва ўз устида кўпроқ ишлашга ўзини сафарбар қилиш учун керак бўлади, ёки талаба-ёшлар сессия якунларига кўра дифференциал

стипендия оладилар. Ўртача ўзлаштирувчи талаба учун «ҳамма талабалар» оладиган стипендия миқдорини назарда тутиб, ўзини тинчлантиради, аълочи эса, ўзиникини нафақат оддий, ўртачалар билан балки, давлат стипендияларини оладиганлар билан ҳам солиштиради. Кўрсаткичлар қанчалик юқори бўлса, шунга мос даъвогарлик даражаси ҳам юқори бўлади, шахснинг қийслаш гуруҳлари ҳам ортиқроқ бўлади.

**3. *Негатив гуруҳлар*** – шундайки, шахс уларнинг хатти-ҳаракатларидан атайлаб воз кечади, чунки улар шахсий қарашлардан мутлоқ фарқ қилади. Масалан, икки қўшни бир-бири билан муросалари келишмаса, ҳаттоки, деворларини оқлашда ҳам бири танлаган рангни иккинчиси танламайди. Бири «оқ» деса, иккинчиси – аксинча, «қора» деб тураверади.

**Гуруҳларнинг турлари:** Ҳамкорликнинг даражаси мезонига кўра гуруҳларни бирламчи ва иккиламчи турларга бўлиб ўрганилади:

1. *Бирламчи гуруҳда* шахслараро ўзаро таъсир «юзма-юз, бевосита» рўй беради. Масалан, оила даврасидаги, синфдаги, ҳисобчилар хонасида ўтирганлар бирламчи гуруҳга мисолдир.

2. *Иккиламчи гуруҳда* ҳар доим ҳам одамларнинг бевосита мулоқотда бўлиш имкониятлари бўлмайди. Улар ўртасидаги муносабат ва ўзаро таъсир билвосита бўлади. Масалан, йирик бир ташкилотдаги тизимлар орқали мулоқот, касаба уюшмасига бирлашган одамлар, партия аъзоларининг боғлиқлиги иккиламчи гуруҳга мисол бўлади. Уларда ҳам умумийлик бўлади, масалан, партияни оладиган бўлсак, улар Тошкентда бўладими, Самарқандда, барибир умумий ғоя атрофида бирлашишади, аъзолик бадалларини вақтида тўлаб туришади, сайлов олди компанияларида бир-бирларини қўллаб-қувватлаб турадилар.

3. *Расмий гуруҳдаги* муносабатлар расмий нормалар ва ҳуқуқ бурчлар тизими билан белгиланган бўлади, масалан, гуруҳда бошлиқ билан ходимлар ўртасидаги муносабатларни таъминловчи гуруҳ расмий бўлади.



4. *Норасмий* – ички, бевосита психологик муносабатларни таъминловчи гуруҳ ҳисобланади. Масалан, дўстлар гуруҳи, улфатлар гуруҳи.

Турли гуруҳлар инсон ҳаётида бир неча функцияларни бажарадилар:

а) ижтимоийлаштирувчи функция;

б) инструментал, яъни, аниқ меҳнат функцияларни амалга оширишга имкон берувчи муҳит;

в) экспрессив – одамларнинг ўзгаларнинг тан олишлари, хурматга сазовор бўлиш, ишонч қозонишини таъминлаш;

г) қўллаб-қувватлаш, яъни, қийин пайтларда, муаммолар пайдо бўлганда одамларни бирлаштириш функцияси.

**Гуруҳ ўлчамлари ва унинг тизими.** Гуруҳлар улардаги одамлар сонига кўра *катта ва кичик* гуруҳларга бўлиниб, психологияда кўпроқ кичик гуруҳлар ўрганилади. Уни неча киши ташкил этиши, неча киши ҳамкорликдаги фаолияти кўпроқ самара бериши масаласи амалий аҳамиятга эгадир. Кўпчилик олимлар гуруҳнинг бошланғич нуқтаси сифатида миқдор жиҳатдан икки кишини – *диадани* тан олишса, поляк олими Ян Шепаньскийнинг фикрича, камида уч киши – *триададан* бошланади. Ян Шепаньский бунга қўшилмаса-да, ҳар қалай диада ўзига хос уюшма сифатида тан олинган. Масалан, янги оила қуриб, бирга яшаётган кишилар, севишганлар, икки дўст – ўзига хос кичик гуруҳ. Ҳар қандай кичик гуруҳга хос сифат шуки, унинг аъзолари бир-бирлари билан бевосита мулоқотга киришиш, «юзма-юз» бўлиш имкониятига эга бўлиб, ҳар бир киши учун шу гуруҳ жуда аҳамиятли бўлади, унинг нормаларига ўзи хоҳлаб-хоҳламай бўйсунга бошлайди. Хуллас, олимлар кичик гуруҳнинг бошланғич миқдори 2-3 киши ва юқори чегарасини 30-40 кишидан иборат бўлишлиги ҳақидаги тўхтамга келишди.

Ҳар бир гуруҳ ўзига хос *психологик тизимга* эга бўлиб, уни ташкил этувчи элементлар нисбатан барқарор ҳисобланиб, улар гуруҳ аъзолари хулқ-атворини мувофиқлаштириб туради. Гуруҳнинг психологик тизимини ташкил

этувчи элементлардан бири – гуруҳнинг *мақсадидир*. Гуруҳ *мақсади* – одамларни жамоа меҳнати атрофида уюштириб, бирлаштирувчи психологик элементдир. Масалан, барча талабаларнинг мақсади – ўқиш, профессионал малака орттириб, мутахассис бўлиб етишишдир.

Кейинги элементлардан бири гуруҳнинг *автономлиги даражаси* бўлиб, у ҳам маълум аҳамиятга эга омил, чунки ҳар бир аъзо умумий мақсад асосида бирлашган бўлса ҳам, уларнинг ҳар бирининг ўз бурч ва вазифалари бор ва шу нуқтаи назардан ҳар бир одам ўз имкониятларини ўзича ишга солиб, ўзаро муносабатларга сабаб бўлади.

Гуруҳнинг психологик тизимга таъсир этувчи омилларига яна уларнинг жинсий, ёш жиҳатдан, маълумоти ва малакаси нуқтаи назаридан фарқ қилувчи ва уйғунликни ташкил этувчи омиллар ҳам киради.

Гуруҳнинг *уюшганлиги* ҳам динамик кўрсаткичлардан бўлиб, унинг таъсирида ҳар бир гуруҳ бир-биридан фарқ қилади. Масалан, одамлар ҳамкорликда бажараётган ишнинг қизиқарли ва ҳамма учун манфаатли эканлиги, гуруҳ нормаларининг аъзолар томонидан қабул қилиниши, кадриятлар тизимини тасаввур қилишдаги фикрлар мослиги уюшқоқликнинг мезонларидир.

Гуруҳнинг тизими унинг катта ёки кичиклигига ҳам боғлиқ. Масалан, 5-10 кишидан иборат гуруҳдаги муносабатлар яхшироқ, уйғунроқ ва фаолият самаралироқ ҳисобланиб, бундай гуруҳларда норасмий мулоқот учун маъқул шароит мавжуд бўлиб, уларда «гуруҳбозлик» деган иллат ҳам бўлмайди. Гуруҳнинг ҳажми ортиб борган сари уларда расмиятчилик, расмий юзаки муносабатлар кўпайиб, бу одамлар ўртасидаги инсоний муносабатларда ўз аксини топади.

## 6.2. Гуруҳда ўзаро мослик ва психологик муҳит

Гуруҳларда психологик ўзаро мослик. Гуруҳ ҳаёти ва ундаги аъзоларнинг ўзларини яхши ҳис қилишлари кўп жиҳатдан уларнинг ҳамкорликда ишлай олишлари ва бир-бирларига ижобий муносабатда бўла олишларига боғлиқ бўлиб, бу ҳодиса психологияда *психологик мослик* тушунчаси билан тушунтирилади. *Психологик мослик* деганда, гуруҳ аъзолари сифатлари ва қарашларининг айнанлиги эмас, балки улар айрим сифатларининг мос келиши, қолганларининг керак бўлса, тафовут қилиши назарда тутилади.

Мосликнинг мезони сифатида Н.Обозов қуйидагиларни ажратади:

- а) фаолият натижалари;
- б) аъзоларнинг сарфлаган куч-энергиялари;
- в) фаолиятдан қониқиш.

Икки хил ўзаро мослик фарқланади: *психофизиологик ва ижтимоий психологик*. Психофизиологик мосликда фаолият жараёнида одамларнинг бир хил ва мос тарзда ҳаракат қила олишлари, реакциялар мослиги, иш ритми ва темпидаги уйғунликлар назарда тутилса, ижтимоий-психологик мосликда ижтимоий ҳулқдаги мослик – установкалар бирлиги, эҳтиёж ва қизиқишлар, қарашлардаги монандлик, йўналишлар бирлиги назарда тутилади. Биринчи хил мослик кўпроқ конвейер усулида ишланадиган саноат корхоналари ходимларида самарали бўлса, бу олийгоҳ ўқитувчилари, ижодий касб эгаларида иложи йўқ ва бўлиши мумкин ҳам эмас, уларда кўпроқ ижтимоий-психологик мосликнинг аҳамияти каттадир.

Ўтказилган тадқиқотлар психологик мосликнинг кўплаб қирралари бўлиши мумкинлигини исбот қилди. Асосан шуни унутмаслик керакки, қайси фаолият ва унинг мақсади одамларни бирлаштирган бўлса, ўша мақсадни идрок қилиш ва биргаликда англаш истагида уйғунликнинг бўлиши катта тарбиявий аҳамиятга эга бўлади.

**Гуруҳий қарорлар қабул қилишда ўзаро таъсир масаласи.** Гуруҳда одамларнинг бир-бирларини ёқтиришлари ёки аксинча, инкор қилишлари кўпинча турли хил қарорлар қабул қилиш жараёнида рўй бериб, гуруҳий қарорлар қабул қилиш индивидуал қарорлар қабул қилиш жараёнидан тубдан фарқ қилмайди. Иккаласида ҳам аввал муаммо аниқланади, маълумотлар тўпланади, бир нечта таклифлар илгари сурилади ва ниҳоят, энг маъқули қабул қилинади. Лекин гуруҳда бу жараён бироз бошқачароқ кечади ва зиддиятлар кўпинча айнан шу жараён билан боғлиқ бўлади.

Америкалик психолог Т.Митчеллнинг фикрича, ўзаро таъсир гуруҳ шароитида қуйидаги омиллар воситасида рўй беради:

1) айрим аъзолар бошқаларига нисбатан кўпроқ гапиришга мойил бўладилар;

2) юқорироқ мавқега эга бўлган шахслар қарорлар чиқариш жараёнида ҳам бошқаларга тазйиқ ўтказишади;

3) гуруҳда кўп вақт ўзаро фикрлардаги келишмовчиликларнинг олдини олишга кетиб қолади;

4) гуруҳда айрим одамлар таъсирида асосий мақсаддан четлаш ва мақсадга номувофиқ қарорлар қабул қилиш ҳоллари кузатилади;

5) барча аъзолар ўзлари сезмаган ҳолда конформлиликка бериладилар ва гуруҳ таъсирига тушиб қоладилар. Шунинг учун ҳам баъзан мажлисни олиб борувчи раис кун тартибини эълон қилган бўлса-да, ундан чалғиб кетиши ва ўринсиз қарорлар қабул қилиши мумкин.

Шундай бўлса-да, гуруҳий қарорлар қабул қилиш жараёнининг энг катта ижобий томони шундаки, унда кўплаб фикрлар туғилади ва ўртага ташланади. Бу фикрлар шундай шароит яратадики, охир-оқибат алоҳида индивидуал фикрлардан бироз бўлса-да, фарқ қиладиган оригинал янги фикр пайдо бўлади. Шунинг учун ҳам раҳбарлик санъати кўпчилик фикрига таянган ҳолда охирида энг маъқул қарорга кела олишдир. Лекин салбий томони шундаки, гуруҳий

музокара ва қарорлар қабул қилиш жараёни баъзи аъзоларда лоқайдлик («Менга нима, улар гапиришяпти-ку» каби), ташаббуссизлик («Барибир меники қабул қилинмайди, гапириб нима қилдим?» каби) иллатларини ҳам пайдо қилиши мумкин. Бу ўша муҳитда айрим одамлар фикри доимо қўллаб-қувватланган, айрим одамларга эътибор, имтиёз берилган шароитларда раҳбарнинг айби билан рўй беради.

Хоффман ўз экспериментларида гуруҳий қарорлар қабул қилишга гуруҳнинг таркиби таъсир қилиши мумкинлигини исбот қилган. Унинг фикрича, яхши, сифатли, ижобий фикрлар ва қарорлар гуруҳ таркиби ҳар хил (гетероген таркиб) бўлган шароитларда унинг таркиби бир хил (гомоген) бўлгандан анча кўп ва сифатли бўлади. Гомоген гуруҳларда (масалан, тахминан бир хил ўзлаштирадиган талабалар гуруҳи) қарорлар қабул қилиш мобайнида конфликтларнинг кам бўлиши ва қарорлар тезда қабул қилиниши аниқланган.

Ҳар қалай қарорлар қабул қилиш жараёни психологик жиҳатдан *таваккалчиликка* асосланиши ҳам исботланган. Лекин таваккалчилик даражаси гуруҳ шароитида индивидуал ҳолатдагидан анча паст бўлар экан. Ўртача гуруҳ аъзосининг бу ўриндаги фикри: «Таваккал шу гапни айтай-чи, номаъқул бўлса, гуруҳ бор-ку, улар маъқуллашади-ку». Демак, гуруҳ шароитида қабул қилинган ҳар қандай қарор моҳиятан ижтимоий характерли бўлиб, унинг тўғри ва фойдали, натижали бўлишида раҳбарнинг роли катта бўлади.

**Гуруҳдаги психологик муҳит ва уни ўрганиш.** Гуруҳдаги «маънавий муҳит», «психологик муҳит» – бу гуруҳдаги ишнинг яхшилиги, фаолиятнинг самараси билан боғланади. *Ижтимоий психологик муҳит* деганда, ўша гуруҳ аъзоларининг фикрлари, ҳиссиётлари, дунёқараши, установкалари ва ўзаро муносабатларидан иборат бўлган эмоционал-интеллектуал ҳолати тушунилади.

Бу ўриндаги асосий омил – бу аъзоларнинг ўзаро муносабатлари бўлиб, улар иш юзасидан, фаолият мақсадлари ва мазмуни билан ҳамда бевосита бир-бирларини ёқтириш-ёқтирмасликка асосланган инсоний эмоционал ҳиссиётлар

кўринишида бўлиши мумкин. Профессионал фаолиятни бажариш жараёнида табиий биринчи типли муносабатлар устивор бўлиб, иккинчиларининг характери биринчисидан келиб чиқса, дўстлар тўпланган даврадаги муҳит эса аксинча, бевосита симпатияларга таянади.

Ижтимоий психологияда психологик муҳитни экспериментал тарзда ўрганишга катта эътибор берилади. Уни ўрганишнинг энг кенг тарқалган усуллардан бири социометрия (*лот. «societas» - жамият, «metreo» - ўлчайман*) бўлиб, унинг асосчиси америкалик олим Жон Морено ҳисобланиб, у гуруҳдаги шахслараро муносабатларни ўлчашга қаратилган техникадир. Назарий социометрия унинг муаллифи фикрича, жамиятдаги барча низолар, муаммоларни ечишнинг усулларидан бири – инсонлар ўртасидаги муносабатларни ўрганиш ва шунга кўра, жамиятда ўзгаришларни амалга ошириш керак, деган ғояга асосланса, амалда эса ҳар бир жамоаларда махсус социометрик сўровлар ўтказилади ва унинг натижалари ташкилий жараёнларда инобатга олинади.

Охириги пайтларда социометриянинг юзлаб модификациялари, турлари ишлаб чиқилиб, уларни гуруҳдаги маънавий-психологик муҳитга таъсир этувчи эмоционал муносабатларни аниқлашда мутахассис томонидан ишлатиш мумкин. Бунда ҳар бир гуруҳ аъзоси танлов шароитига солинади, яъни у ёки бу шароитда, вазиятда ёки фаолиятни бажаришда ўзига ёққан (ёқмаган ҳам) шеригини гуруҳдошлари орасидан танлаши керак бўлади. Масалан, «Ким билан бирга дарс тайёрлашни хоҳлардинг?», меҳнат жамоаларида эса «Бошлиқ томонидан берилган муҳим топшириқни икки киши бажариши керак бўлса, шерикликка кимни олган бўлардингиз?» каби саволлар билан мурожаат қилинади. Сўров аноним бўлиб, ҳар бир иштирокчи 3 тагача танлаш ҳуқуқига эга бўлиб, натижалар жадвалга солиниб, қайта ишланади ва ҳаттоки, график тарзида чизилади. Қуйида ўқув жамоасида қўлланилиши мумкин бўлган социометрик тестдан бири ҳавола этилган.

Методика гуруҳдаги одамлар бир-бирларини яхши билган тақдирдагина ўтказилади. Маълумотларни қайта ишлаш ҳар бир талабанинг тўплаган танловларини санаш ва таҳлил қилишга асосланади. Улар асосида гуруҳдаги лидерни ва лидерлик стилини аниқлаш мумкин. Социометрия ҳар бир талабанинг рейтингини аниқлаш орқали уларда лидерлик сифатларининг борлигини ўрганишга имкон беради.

### Социометрик тест

**1.** Гуруҳингиздаги одамлар орасидан бевосита доимо у билан ўқишни хоҳлаган 3 кишининг номини ёзинг:

1.

---

2.

---

3.

---

**2.** Курсдошларингиздан кимлар билан бирга бўш вақтингизни ўтказишни хоҳлардингиз (уч кишини номини кўрсатинг)?

1.

---

2.

---

3.

---

**3.** Курсдошларингиздан ўз ишини зўр маҳорат билан бажарадиган уч кишининг номини ёзинг:

1.

---

2.

---

3.

---

**4.** Хорижга ўқишга юборишса, гуруҳдошларингиздан кимлар сизга шерик бўлишини истайсиз?

1.

---

2.

---

3.

---

**5.** Сиз учун гуруҳингизда билим манбаи кимлар?

1.

---

2.

---

3.

---

**6.** Гуруҳингиз аъзоларидан сизга ҳамдард бўла оладиганлари борми? Улар кимлар?

1.

---

2.

---

3.

---

7. Гуруҳингиз аъзоларидан ҳар хил тадбирларни ким аъло даражада ташкил қила олади?

---

1.

---

2.

---

3.

---

### **Ижтимоий-психологик тренинг:**

#### **«ИНКОР ЭТИЛГАНЛАР» ўйини**

Мунозара ёки брейншторминг усули ёрдамида жамиятда инкор этилганлар тоифасига кирувчилар ва уларнинг пайдо бўлиш омиллари ҳамда шундайларга ёрдам чоралари ҳақида фикр алмашилади. Маълум муддат ўтгач, гуруҳнинг ўзида айрим белгилар асосида аъзолар тоифаларга бўлиниб, тренер бошчилигида табиий эксперимент йўли билан «инкор этилганликни ҳис қилиш» ўйини ташкил этилади.

### **6.3. Оила психологияси**

Оила инсонларнинг наслини давом эттириш ва ўз-ўзини англаш эҳтиёжларини қондириш учун мўлжалланган ижтимоий гуруҳи бўлиб, у биологик, ижтимоий ва психологик муносабатларнинг бирлашиши натижасида вужудга келади. Жамиятдаги ўзгаришлар оилага таъсирини кўрсатганидек, оиладаги ривожланиш ҳам жамиятга ўз таъсирини кўрсатади. Инсоннинг асосий психологик ривожланиш даври асосан оила муҳитида кечиб, унда барча шахсий-индивидуал хусусиятлар ва характер шаклланади.

**Оила турлари.** Ҳозирги замон моногам оиласи ҳам ўз навбатида бири-биридан тузилиши, таркиби, моҳияти ва бошқа хусусиятларига кўра бир қатор турларга бўлинади. Ҳозирги замон оилаларининг қандай турларга эга эканлиги ва уларнинг ижтимоий-психологик хусусиятларини билиш, уларга хос



муаммоларни ўрганиш оилавий ҳаётда рўй бериши мумкин бўлган ноҳушликларнинг олдини олиш имконини беради.

Оила уни характерловчи турли мезонларга кўра қуйидагиларга фарқланади:

1. Тўлиқлигига кўра: тўлиқ, нотўлиқ ва қайта тузилган (иккинчи никоҳ) оилалар;

2. Бўғинлар сонига кўра: нуклеар (ота-она ва болалардан иборат бўлган) ва кўп бўғинли (икки ва ундан ортиқ авлоддан иборат оила аъзолари бирга яшовчи) оилалар;

3. Болалар сонига кўра: фарзандсиз, бир болали, икки болали, 3-4 болали, 5 ва ундан ортиқ болали оилалар. Турли мамлакатларда бу мезонлар турличадир. Масалан, АҚШ, Франция, Германия, Греция, Россия ва бошқа ривожланган давлатларда 3-4 болали оилалар кўп болали оилалар ҳисобланади. Ўзбекистонда бундай оилалар фарзандлар сони ўртача бўлган оилалар сарасига киради;

4. Эр-хотиннинг ижтимоий келиб чиқишига кўра: ишчилар, деҳқонлар, хизматчилар, зиёлилар оиласи, аралаш типдаги оила;

5. Эр-хотиннинг маълумот савиясига кўра: олий маълумотлилар, ўрта-махсус, ўрта, тугалланмаган ўрта, махсус ёрдамчи мактаб маълумотига ва турли савиядаги маълумотга эга бўлган ёшлардан ташкил топган оила;

6. Оиланинг ёшига кўра: ёш оила (1 йилгача, 3-5 йиллик, 6-10 йиллик турмуш тажрибасига эга бўлган оилалар), ўрта ёшдаги оила, етук ёшдаги оила (қариялар оиласи);

7. Қайлиқлар ота-онасининг оиласи: ота-онанинг моддий таъминланганлик даражаси жиҳатидан қудаларнинг бир-бирига мос эканлиги ёки улар орасида катта тафовут мавжудлиги бўйича бир-бирига мос ва мос бўлмаган оилалар;

8. Регионал жиҳатларига кўра: шаҳар, қишлоқ, аралаш типдаги оила;

9. Никоҳдан қоникқанлик савиясига кўра: ажралиш савиясида – никоҳдан қоникқанлик даражаси қуйи савияда бўлган оила, ўрта савияда ва никоҳдан қоникқанлик даражаси юқори савиядаги оила;

10. Оилада аёл ёки эркак етакчилигига кўра: эр етакчи бўлган оила, хотин етакчи бўлган оила, эр ва хотин етакчиликни бирга бажарадиган (биархат) оила;

11. Оилада эр-хотин орасидаги муносабатларга кўра: авторитар, демократик, либерал, аралаш типдаги оилалар;

12. Эр-хотинларнинг миллатига кўра: бир миллатли ёки байналминал оилалар. Байналминал оилаларни ўз навбатида иккига бўлиш мумкин: а) дини, урф-одатлари ёки тили бир гуруҳга кирган миллат вакиллари орасидаги никоҳлар; б) дини, урф-одатлари ёки тили бир гуруҳга кирмаган миллат вакиллари орасидаги никоҳлар;

13. Юридик расмийлаштирилганлигига кўра: синовдаги оила (бирга яшашади, аммо ҳали никоҳни расмийлаштирмаган, чунки бир-бирларини норасмий никоҳда синашади), расмийлаштириш арафасидаги оила (бирга яшашади, оила қуриш мақсади аниқ, лекин баъзи сабабларга кўра расмийлаштириш кечиктирилган), никоҳдаги оила, никоҳдан ташқари оила (айрим эркакларнинг иккинчи, учинчи юридик жихатдан норасмий оиласи);

**Оиланинг асосий функциялари.** Оиланинг *иқтисодий функцияси* унинг асосий функцияларидан бири ҳисобланиб, оила иқтисоди, бюджети, даромадини режали сарфлаш, кундалик ҳаражатга, зарур буюмларга пул ажратиш, бир неча йилдан сўнг олинадиган нарсаларга маблағ йиғиш, тежаб рўзғор юритиш эр-хотиннинг катта тажриба, малакага эга бўлишларига боғлиқ. Шунингдек, оилада ўсаётган бола ҳам мана шу малака ва кўникмаларга эга бўлиб бориши зарурлигини унутмаган ҳолда болага иқтисодий масалаларни ҳал этишни ўргатиб бориш лозим.

Оиланинг муҳим бўлган функцияларидан яна бири бу унинг *репродуктив* (жамиятнинг биологик узлуксизлигини таъминлаш, фарзандларни дунёга

келтириш) **функцияси**дир. Бу функциянинг асосий моҳияти инсон турини давом эттиришдан иборатдир. Табиатан берилган авлод қолдириш инстинкти одамда фарзанд кўришга, уларни ўстиришга ва тарбиялашга бўлган эҳтиёжга айланади. Бу инсоннинг энг муҳим эҳтиёжларидан бири ҳисобланади. Оиланинг жамият олдидаги репродуктив функцияси ва унинг бажарилиши дейилганда аҳоли сонининг қайта тикланиши учун ҳар бир оилада бир нечтадан фарзанд бўлиши лозимлиги назарда тутилади.

Оиланинг муҳим аҳамиятга эга бўлган яна бир функцияси **тарбиялаш функцияси** бўлиб, бунда болаларга ақлий, жисмоний, ахлоқий, эстетик хулқ-атвор нормаларини сингдирадилар. Оиладаги тарбия орқали шахсда маълум бир ғоявий дунёқараш, ахлоқий меъёрлар ва хулқ намуналари, жисмоний сифатлар шакллантирилади.

Оиланинг **коммуникатив функцияси** оила аъзоларининг ўзаро мулоқот ва ўзаро тушунишга бўлган эҳтиёжини қондиришга хизмат қилади. Тадқиқотларга кўра, турли ижтимоий ориентациялар, установкалар, ҳиссий маданият, одамнинг ахлоқий, маънавий ва руҳий саломатлиги – оиладаги ўзаро муносабат, ички мулоқот характери, оиладаги катта аъзоларнинг мулоқотда руҳий установкаларни намоён қилишлари, оиладаги ахлоқий-руҳий иқлимга тўғридан-тўғри боғлиқдир.

Оиланинг асосий функцияларидан яна бири, унинг **рекреатив функцияси** бўлиб, у оила аъзолари бир-бирларига ўзаро жисмоний, моддий, маънавий ва руҳий ёрдам кўрсатиш, бир-бирининг саломатлигини мустаҳкамлаш, уларнинг дам олишини ташкил этишни назарда тутади.

Оиланинг **бошқариш функцияси** оила аъзолари ўртасидаги ўзаро муносабатларни бошқариш тизимини, шунингдек, бирламчи ижтимоий назоратни, оилада устунлик ва обрўни амалга оширишни ўз ичига олади. Бунда катталар томонидан ёш авлодни назорат қилиш ва уларни моддий ҳамда маънавий томондан қўллаб-қувватлаш назарда тутилади.

Ҳозирги замон оиласининг энг асосий функцияларидан яна бири *релаксация функцияси*дир. Бу дегани оила аъзоларининг жинсий, эмоционал фаолиятини, руҳий-жисмоний қувватини, меҳнат қобилиятини яна қайта тиклаш демакдир. Бугунги ва эртанги кун саноати, ишлаб чиқариши ишчи ходимдан бор имкониятини сафарбар қилиб, бутун вужуди билан ишлашни ва ўзининг касб-ҳунар маҳоратини мунтазам ошириб боришни тақозо қилади. Иш куни давомида кўтаринкилик, кучли зўриқиш билан ишлаган ходим, ишчи ишдан сўнг ўз уйида, оила аъзолари қуршовида бошқа ташвишларни унутиб, улар унга кўрсатадиган меҳр-оқибатдан баҳраманд бўлиб, улар билан бўладиган ўзаро мулоқот, улар томонидан бўладиган эмоционал қўллаб-қувватлаш, бериладиган далдалардан руҳий қувват олиб, эртанги кун меҳнат фаолиятига ўзини қайта тиклаб олиши лозим бўлади. Бунинг учун эса унинг оиласида тинчлик, тотувлик, ўзаро тушуниш, ўзаро ҳурмат, меҳр-оқибат, ижобий психологик иқлим ҳукм суриши лозим. Акс ҳолда одам бу оилада эмоционал жиҳатдан, руҳий жиҳатдан ўзини қайта тиклаб ололмайди. Бу эса оқибатда одамнинг меҳнат фаолиятида турли хатоларга, ишда сифатсизлик, жароҳатларга йўл қўйишига, турли касалликларга дучор бўлишига олиб келиши мумкин.

Юқоридаги барча функцияларнинг муваффақиятли бажарилиши ҳар қандай оила учун оила бахтини таъминловчи мезон ҳисобланади. Оиланинг ўз функцияларини муваффақиятли бажариши нафақат унинг ички ҳолатига, шу билан бирга жамиятнинг ижтимоий соғломлигига ҳам таъсир этади. Шундай экан жамиятни соғломлаштириш учун энг аввало оилавий муносабатларни йўлга қўйиш, оиланинг фақат ички муаммоларинигина эмас, балки умумий ижтимоий муаммоларини ҳам ҳал қилишга ҳисса қўшишини таъминлаш лозим.

### **Вазиятли масалалар:**

**1-масала.** Агар ота-оналар ўз фарзандларига бир нарса ваъда қилгудек бўлсалар, албатта ўз ваъдаларини бажаришлари шарт эканлиги тўғрисида ҳамма

ёқда ёзишади. Менинг онам эса бошқача йўл тутди. У менга портфель сотиб олиш учун пул берди.

Мен ундан: «Менга колготка ҳам олиш учун яна озгина пул бермайсизми?» – деб сўрадим. Онам рози бўлди, лекин эртасига менга бундай деб мурожаат қилди: «Насиба, менга пулни қайтариб бер. Сен ҳозир колготка сотиб олишинг шарт эмас». Мен пулни қайтариб бердим, аммо шунақа хафа бўлдимки, хатто хўнграб йиғлаб юбордим. Буни кўриб онамнинг ҳам жаҳли чиқиб кетди ва менга қараб: «Мен сенда виждон бор деб ўйлаган эдим! Сен виждонсиз экансан», - деди-да пулни стол устига ташлаб чиқиб кетди.

Лекин мен бу пулга кўлимни ҳам теккизмадим. Дугонам мени огоҳлантириб қўйди: «Онанг бу пулни қайтариб олади», деди. Лекин онам бундай қила олмаслигини билардим ва бунга қаттиқ ишонар эдим. Лекин маълум бўлишича, онам ҳар нарсага қодир экан, мен адашган эканман. Модомики, сен берган ваъдангни устидан чиқа олмас экансан, яхшиси ваъда бермай қўя қол.

Айтинг-чи, бизнинг қайси биримиз ҳақмиз?

1. Мазкур вазиятда Насиба билан унинг онаси ўртасидаги муносабатларга баҳо беринг.
2. Сиз мактуб муаллифига қандай жавоб қайтарган бўлардингиз?

**2-масала.** Психологик тадқиқотлар шуни кўрсатадики, шахслараро алоқаларда бир-бирини тушуниш хизмат соҳасида ва одамлар ўртасидаги оилавий муносабатларда мулоқот маданиятининг ҳамда соғлом микромуҳитни вужудга келтиришнинг асосий шартидир.

Қуйида «ҳаётдан олинган» бир мисол тўғрисидаги ахборотни диққат билан ўқиб кўринг: «Ёш келин-куёвлар бир-бирларига қайноқ муҳаббат билан турмуш қуришган эди, лекин орадан сал вақт ўтмай, ажралиш тўғрисида гапира бошладилар. Хўш, сабаби нима экан? ...», «Муросалари тўғри келмаган эмиш».

- Хотиним ҳар доим арзимаган нарсани баҳона қилиб жанжал кўтараверади. Расво табиати бор, ҳеч қачон бир масалада ён босиш нима эканлигини билмайди, - деб шикоят қилади эр.

- Эрим ҳеч бир ишни ўз вақтида қилмайди, мен билан ҳисоблашмайди. Мен ишдан чарчаб келиб, бошим оғриб ётган вақтимда у албатта қаергадир тарақлатиб мих қоқиши керак. Қачон нимани илтимос қилсанг, нуқул эртага, эртага деб баҳона қилади... , - дея унга қарши жавоб беради хотини.

1. Юқорида келтирилган мисолда шахснинг қандай салбий жиҳатлари одамлар ўртасидаги ўзаро носоғлом муносабатларнинг сабабчиси бўлганлигини кўрсатиб беринг.

2. Ўзаро мулоқот жараёнида шахснинг қандай ўзига хос хусусиятлари ўзаро муносабатларга ҳал қилувчи таъсир кўрсатади?

3. Хизмат соҳаси ва оилавий муносабатларда, одамлар ўртасидаги муносабатларда бир-бирини тушуниш соғлом микромуҳитни вужудга келтиришнинг асосий шarti эканлигини исбот қилиб беринг.

### **Назорат учун савол ва топшириқлар:**

1. Гуруҳга қўйиладиган талаблар нимада?
2. Референт гуруҳ деб нимага аталади?
3. Референт гуруҳ турлари қандай?
4. Гуруҳларнинг қандай турлари мавжуд?
5. Психологик мослик деганда нима тушунилади?
6. Мосликнинг қандай мезонлари мавжуд?
7. Психологик муҳит деганда нима тушунилади?
8. Социометрия усули қандай қўлланилади?
9. Оила нима?
10. Ҳозирги замон оиласининг қандай турлари мавжуд?

11. Ҳозирги замон оиласининг қандай асосий функциялари фарқланади?
12. Оиланинг ҳар бир функцияси жамият ва шахс учун қандай аҳамиятга эга?

## **Фойдаланилган адабиётлар рўйхати:**

1. Каримов И. А. Ўзбекистонда демократик ўзгаришларни янада чуқурлаштириш ва фуқаролик жамияти асосларини шакллантиришнинг асосий йўналишлари. «Туркистон», 2002 йил 31 август.
2. Каримов. А.И. Баркамол авлод – Ўзбекистон тараққиётининг пойдевори. Баркамол авлод орзуси. Тошкент. Шарқ. 1999.
3. Каримов И.А. Бизнинг бош мақсадимиз – жамиятни демократлаштириш ва янгилаш, мамлакатни модернизация ва ислоҳ этишдир. Т.: «Ўзбекистон», 2005.
4. Ўзбекистон Республикаси «Таълим тўғрисида»ги Қонуни. 1992.
5. Ўзбекистон Республикаси «Кадрлар тайёрлаш миллий дастури». 1997.
6. Андреева Г.М. Социальная психология. Учебник. М.: Аспект Пресс, 1999.
7. Ғозиев Э.Г. Умумий психология. Тошкент. 2002. 1-2 китоб.
8. Ғозиев Э.Г., Тошимов Р. Менежмент психологияси. Т-2001
9. Ғозиев Э.Г. Муомала психологияси. Т-2001.
10. Каримова В.М. Ижтимоий психология ва ижтимоий амалиёт. Т.: Университет, 1999.
11. Каримова В., Акрамова Ф. Психология. Маърузалар матни. – Т., 2002.
12. Каримова В. М. Психология. Ўқув қўлланма. – Т., 2002.
13. Каримова В.М., Суннатова Р.И. «Мустақил фикрлаш» ўқув қўлланмаси бўйича машғулотларни ташкил этиш услугиёти. Т.: Шарқ, 2000.
14. Майерс Д. Социальная психология перев. с англ.-СПб.: «Питер»,1999.
15. Методы эффективного обучения взрослых. Учебно-методическое пособие. (Авторский коллектив) Москва - Берлин, 1998.
16. Прикладная социальная психология. /Под.ред. А. Сухова и А.Дергача. М, 1998.



17. Сушков И.Р. Психология взаимоотношений. М.: Академический Проект, 1999.
18. Чалдини Р. Психология влияния. СПб.: «Питер», 2000.
19. Психология: Учебн.Т-2. «Прспект». Москва - 2004.
20. Психология и педагогика. Под редакцией А.А.Радугина. Изд. «Центр» 2003.
21. Гамильтон. Я.С. Что такое психология. «Питер», 2002.
22. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. «Питер», 2001.
23. Дружинина В. Психология . Учебник. «Питер», 2003.
24. Бурлачук Ф. Психодиагностика. «Питер», 2002.
25. Айзенк М. Психология для начинающих. «Питер», 2000.
26. Айзенк Г. Классические IQ тесты. Москва. Изд-во Эксмо, 2004.
27. Ғозиев Э. Интеллект психологияси. –Т., 1996.
28. Ғозиев Э. Тафаккур психологияси. –Т., 1990.
29. Ғозиев Э. Хотира психологияси. –Т., 1994.
30. Ғозиев Э. Психология. –Т.: «Ўқитувчи», 1994.
31. Болотова А.К, Макарова И.В. Прикладная психология: Учебник для вузов. - М.Аспект Пресс, 2002.
32. Веденская Л.В, Павлова Л.А. Деловая риторика: учебное пособие для вузов. М.:ИКЦ «Март», 2004.
33. Воспитай своего лидера. Как находить, развивать и удерживать в организации талантливых руководителей. - Пер. с англ. М.: Издательский дом «Вильямс», 2002.
34. Ложкин Г.В. Повякель Н.И. Практическая психология в системах «человек техника»: Учеб.пособие.- К.: МАУП, 2003.
35. Немов Р.С. Практическая психология. Познание себя: Влияние на людей: Пособие для уч-ся. - М: Гуманит. Изд.Центр ВЛАДОС, 2003.

36. Справочник по решению кроссвордов и сканвордов . Ростов на Дону: Владис, 2002.
37. Дьюи Дж. Психология и педагогика мышления. М., Прогресс, 1998.
38. Карнеги Д. Как завоевать друзей и оказывать на них влияние. - М., Прогресс, 1990.
39. Ҳайитов О.Э., Лутфуллаева Н.Х. Психодиагностика ва амалий психология. - Т. 2005.
40. Умумий психология. А.В.Петровский тахрири остида. – Т.: «Ўқитувчи», 1992. Оила психологияси. Проф. /Шоумаров тахр. остида. - Т.: Шарқ, 2001.
41. Оила психологияси. Акад. лицей ва касб-хунар коллежлари ўқувчилари учун ўқув-қўлланма. Шоумаров Ғ.Б., Соғинов Н.А., ва бошқ. Тошкент, «Шарқ» 2008.
42. Петровская Л.А. Компетентность в общении. Социально-психологический тренинг. М., Университет, 1989.
43. Шипунь Н.И. и др. Основы управленческой деятельности. М., 1999.
44. Шейнов В. Психология и этика делового контакта. М., Амалфея, 1997.
45. Вечер Л. Секреты делового общения. Минск, 1996.
46. Корнилова Т. Введение в психологический эксперимент. М., 1997
47. Чалдини Р. Психология влияния. М., 2000.
48. Филипп Зимбардо, Майкл Ляйппе. Социальное влияние. СПб, 2000.
49. Маслоу А. Мотивация и личность. 3-е издание. ПИТЕР, 2008.
50. Грейс Крайг, Дон Бокум. Психология развития. 9-издание. ПИТЕР, 2008.
51. Дьяченко М.И., Кандыбович М.А., Кандыбович С.Л. Психология высшей школы. Мн.: Харвет, 2006.
52. Реан А., Бордовская Н., Розум С. Психология и педагогика. ПИТЕР, 2005.

53. Немов Р.С. Практическая психология. ВЛАДОС, 2002.

54. Файзиев Я.М., Эшбоев Э.Х. Умумий ва тиббий психология: Тиббиёт коллежлари учун дарслик. – Т.: Абу Али ибн Сино номидаги тиббиёт нашр., 2003.

55. Матмуратова.Н.Б. Психодиагностика фанидан маърузалар матни. - Т., 2000.

### **ИНТЕРНЕТ ТАРМОҒИ БЎЙИЧА ВЕБ-САЙТЛАР РЎЙХАТИ:**

1. [www.expert.psychology.ru](http://www.expert.psychology.ru)

2. [www.psychology.all.ru](http://www.psychology.all.ru)

3. [www.psychology.net.ru](http://www.psychology.net.ru)

4. [www.psy.piter.com](http://www.psy.piter.com).

5. [www.pedagog.uz](http://www.pedagog.uz).

## МУНДАРИЖА:

<b>КИРИШ</b> .....	<b>3</b>
<b>I БОБ. ПСИХОЛОГИЯГА КИРИШ. ПСИХОЛОГИЯНИНГ ИЛМИЙ, АМАЛИЙ ВА УСЛУБИЙ АСОСЛАРИ</b> .....	<b>5</b>
1.1. Психологиянинг предмети.....	<b>5</b>
1.2. Шахс фаолиятида психологик билимларнинг аҳамияти.....	<b>11</b>
1.3. Психологиянинг тармоқлари, методлари, бошқа фанлар билан боғлиқлиги.....	<b>14</b>
1.4. Психологиянинг қисқача тарихи.....	<b>30</b>
<b>II БОБ. ОНГ ВА ФАОЛИЯТ ПСИХОЛОГИЯСИ</b> .....	<b>38</b>
2.1. Онгнинг психологик тавсифи.....	<b>38</b>
2.2. Фаолият психологияси.....	<b>45</b>
2.3. Эҳтиёж ва мотивация.....	<b>50</b>
<b>III БОБ. ШАХС ПСИХОЛОГИЯСИ</b> .....	<b>62</b>
3.1. Шахс ҳақида умумий тушунча.....	<b>62</b>
3.2. Темперамент.....	<b>70</b>
3.3. Характер.....	<b>85</b>
3.4. Қобилият ва талант.....	<b>100</b>
<b>IV БОБ. ПСИХИК ЖАРАЁНЛАР ВА ҲОЛАТЛАР</b> .....	<b>118</b>
4.1. Хотира.....	<b>118</b>
4.2. Диққат.....	<b>135</b>
4.3. Сизги ва идрок.....	<b>146</b>
4.4. Тафаккур ва нутқ.....	<b>162</b>
4.5. Хаёл.....	<b>193</b>
4.6. Ҳис-туйғу.....	<b>199</b>
4.7. Ирода.....	<b>213</b>
<b>V БОБ. МУЛОҚОТ ПСИХОЛОГИЯСИ</b> .....	<b>228</b>
5.1. Мулоқот ва унинг жиҳатлари.....	<b>228</b>
5.2. Мулоқот турлари, шакллари, воситалари.....	<b>233</b>
<b>VI БОБ. КИЧИК ГУРУҲЛАР ПСИХОЛОГИЯСИ</b> .....	<b>246</b>
6.1. Кичик гуруҳлар классификацияси.....	<b>246</b>
6.2. Гуруҳда ўзаро мослик ва психологик муҳит.....	<b>251</b>
6.3. Оила психологияси.....	<b>257</b>
<b>ҲОҲДАНИЛГАН АДАБИЁТЛАР РЎЙХАТИ</b> .....	<b>264</b>