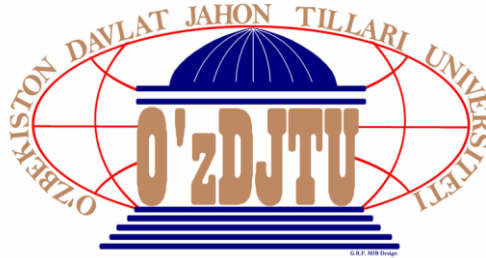


**ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ ОЛИЙ ВА ЎРТА МАХСУС
ТАЪЛИМ ВАЗИРЛИГИ**

ЎЗБЕКИСТОН ДАВЛАТ ЖАҲОН ТИЛЛАРИ УНИВЕРСИТЕТИ

ПЕДАГОГИКА ВА ПСИХОЛОГИЯ КАФЕДРАСИ



УМУМИЙ ПСИХОЛОГИЯ

фани бўйича

МАЪРУЗА МАТНИ

Тошкент - 2016

**Мазкур ўқув-услубий мажмуа Олий ва ўрта махсус таълим вазирлигининг 2016
йил 6 апрелдаги 137-сонли буйруғи билан тасдиқланган ўқув режа ва дастур
асосида тайёрланди**

Тузувчилар: Шамшетова А. К. - психология фанлари номзоди

Мелибаева Р – катта ўқитувчи

**Такризчилар: Б.Умаров – психология фанлари доктори
Х.Усманова – психология фанлари номзоди**

М У Н Д А Р И Ж А

I.	Сўз боши	3
II.	Силлабус.....	4
III.	Модулни ўқитишда фойдаланадиган интерфаол таълим методлари.....	7
IV.	Назарий материаллар.....	11
V.	Амалий машғулотлар материаллари.....	186
VI.	Кейслар банки.....	208
VII.	Мустақил таълим мавзулари.....	222
VIII.	Глоссарий.....	224
IX.	Адабиётлар рўйхати.....	229

Сўз боши

Ҳар қандай давлат равнақини белгилаб берадиган асосий омиллардан бири кадрларнинг ўз соҳаси бўйича мукамал таълим олганлиги ва руҳий жиҳатдан баркамоллиги, шахснинг маънавий етуклиги, ўзлигини англаганлиги, ватанпарварлик ва фидойилик каби юксак хисларнинг ривожлантирилганлик даражасига боғлиқ. Айниқса, таълимда хорижий тилларни ўқитишнинг ўзига хос жиҳатларини ҳисобга олган ҳолда, ушбу йўналишда психология фанларини ўқитиш алоҳида аҳамият касб этади.

Ўзбекистон Республикасининг “Таълим тўғрисида” ги Қонуни ва “Кадрлар тайёрлаш миллий дастури”асосида изчил олиб борилаётган ислоҳатлар натижаси сифатида Давлат таълим стандартлари ва ўқув дастурлари асосида “Умумий психология” фани бўйича ўқув услубий мажмуаси такомиллаштирилди.

Ўзбекистон давлат жаҳон тиллар университети “Педагогика ва психология” кафедраси томонидан «Умумий психология» фанидан ўқув услубий мажмуа тайёрланди. Ушбу ўқув услубий мажмуа Ўзбекистон давлат жаҳон тиллари университетларининг талабаларига, шунингдек, профессор-ўқитувчиларга мўлжалланган. «Умумий психология» фани ўқув услубий мажмуаси олий ўқув юртларининг психология дастурида кўзда тутилган талабларга мослаб тузилган. Ажратилган ўқув соатларидан келиб чиқиб, “Умумий психология” ўқув услубий мажмуаси ўнта мавзунини камраб олди. Умумий психология йўналишидаги мавзуларга хориж адабиётларидан янги илмий қарашлар, психолог олимларнинг назариялари киритилган. Ўқув услубий мажмуанинг назарий бўлимида сўнгги йилларда психология йўналишида олиб борилаётган илмий тадқиқот тажрибалари ва илмий хулосалар батафсил ёритиб берилган. Ўқув услубий мажмуадаги мавзуларнинг режаси қайта кўриб чиқилди ва бойитилди. Маърузалардаги психологик терминлар глоссарий сифатида шакллантирилди. Ушбу ўқув услубий мажмуада амалий машғулотларини олиб бориш жараёни такомиллаштирилди, яъни, ҳар бир мавзу учун талабалар гуруҳларига “Кейс-стади”, “Ассесмент” каби интерфаол методларда амалий топшириқлар тайёрланди. Амалий машғулотларнинг олиб борилиши босқичма-босқич тартибда кўрсатилди. Ўқув услубий мажмуаси замонавий талаб даражасида тайёрланди.

**«Умумий психология» фани буйича
СИЛЛАБУС**

Фаннинг қисқача тавсифи		
ОТМнинг номи ва жойлашган манзили	Ўзбекистон давлат жаҳон тиллари университети	
Кафедра	Педагогика ва психология	
Таълим соҳаси ва йўналиши	5111400 - Хорижий тил ва адабиёти (роман-герман) 5120100 – Филология ва тилларни ўқитиш (тиллар бўйича) йўналишлари учун	
Фанни олиб борадиган ўқитувчи тўғрисида маълумот	Шамшетова Анжим Карамаддиновна п.ф.н. Психология соҳасида 30 дан ортиқ илмий мақолалар муаллифи. e-mail: shamshetova 1974@ mail.ru	
Ўқув фанини ўтказиш жойи ва вақти	Ишлаб чиқилган жадвал асосида университетнинг ўқув биноларида (1-2 семестр давомида)	
Фанга ажратилган ўқув соатларининг ўқув турлари бўйича тақсимооти	Аудитория соатлари:	
	Баҳорги семестр	
	Маъруза - 20 соат Амалий машғулот – 18 соат Мустақил таълим – 22 соат Жами 60 соат	Кузги семестр
	Маъруза - 20соат Амалий машғулот 18 соат Мустақил таълим –22 соат Жами 60 соат	
Ўқув фанининг прореквизити	Психология назарияси, умумий психологик билимлар амалиёти	
Ўқув фанининг постреквизити	Психология фани илмий тадқиқот методлари, психологик амалиёт, педагогик технология	
Ўқув фанини долзарблиги ва мазмуни	<p>Ўқув фанининг мақсади: “Умумий психология” курсининг– асосий мақсади – талабаларда психология фани, психика, шахс, фаолият, мулоқот, билиш жараёнларига доир билим, кўникма ва малакаларини шакллантириш, соҳага доир замонавий илмий билимларни ўзлаштиришни ташкил этишдан иборатдир.</p> <p>Ўқув фанининг вазифалари: - бакалаврларга психологиянинг моҳияти, долзарб вазифалари, муаммоларини таништириш, психология фанининг асосий методлари ҳақида умумий билимлар бериш; психика ва онгнинг тараққиётига оид илмий билимлар бериш, мулоқотни ташкил этишнинг самарали усул-воситаларига доир психологик билимларни бериш, шахс муаммосининг ўзига хос жиҳатларини ўргатиш, миллий истиқлол ғояси ва миллий мафқуранини ёшлар онгига сингдириш даврида янги тафаккур ва дунёқарашни шакллантиришнинг психологик тамойиллари, шарт-шароитлари тўғрисида билимлар бериш, хорижий тилларни ўрганишнинг психологик хусусиятлари, «Мен» - образи ва ўз-ўзига баҳо диагностикаси ҳақидаги психологик билимлар билан қуроллантириш, шахс баркамоллигига алоқадор тарбия воситаларини ўз фаолиятларида қўллаш олишга ўргатишдан иборатдир.</p> <p>Фан бўйича талабаларнинг билим, кўникма ва малакаларига қўйиладиган талаблар:</p>	

	<p>Умумий психология фанини ўзлаштириш натижасида талабалар куйидаги билимлар билан куролланган бўлиши зарур:</p> <ul style="list-style-type: none"> - психология фанининг предмети, мақсад ва вазифалари ҳамда илмий тадқиқот методлари ва уларни қўллай олишни билиши керак; - психика ва онг ҳамда уни ривожланиш хусусиятларини билиши керак; - шахснинг характеристикаси ва унинг ривожланиш хусусиятлари тўғрисидаги билимларга эга бўлиши керак; - билиш жараёнлари ва уларнинг олами билишдаги ўрни ҳақидаги билимларни эгаллаган бўлиши зарур; - муомала ва шахслараро муносабатлар психологиясини билиш; - шахснинг индивидуал психологик хусусиятларини диагностика қилишни билиши керак; - талаба шахсдаги психологик жараёнларини юзага келиш механизмлари, қонуниятлари, тузилиши, ташқи омиллар таъсирига берилишига доир ҳамда шахс камолоти йўлида таълим тарбия ишларини тўғри ташкил қилиш малакаларига эга бўлишлари керак
Асосий адабиётлар	<ol style="list-style-type: none"> 1. David G. Myers Psychology. USA, 2010 by Worth Publishers 2. James W. Kalat Introduction to Psychology, USA 2013 3. Рогов Е.И. Общая психология. Курс лекций. Учебник для ВУЗов М-2002 4. Ғозиев. Э.Ғ. Умумий психологияси Т., ТошДУ, 2010. 5. Маклаков А. Г. «Общая психология: ответы на экзаменационные билеты»: Питер; Санкт-петербург; 2012
Қўшимча адабиётлар	<ol style="list-style-type: none"> 1. Немов Р.С. Психология. Книга 1-М.: 2002. 2. Айзенк М. Психология для начинающих. “Питер”, 2000. 3. Эббингауз Г. Бэн А. Ассоциативная психология. М-1998. классики зарубежной психологии 4. Дружинин В. Н. Психология общих способностей. 2-е изд. СПб.: Питер, 1999. 5. Юрчук В.В. Общая психология в схемах и моделях. Минск-2004
Таълим натижалари назорати ва баҳоланиши	<p>Максимал балл - 100 балл. Жорий назорат –40 балл. Оралик назорат –30 балл. Якуний назорат – 30 балл.</p>
Жорий назорат топшириқлари	
1 жорий 10 балл	Талабанинг маъруза ва амалий машғулотлардаги фаоллиги ва ўзлаштириш даражаси, дафтарларнинг юритилиши ва ҳолати
2 жорий 10 балл	Гуруҳ ичидаги гуруҳчалар билан ишлаш
3 жорий 10 балл	Талабанинг маъруза ва амалий машғулотлардаги фаоллиги ва ўзлаштириш даражаси, дафтарларнинг юритилиши ва ҳолати
4 жорий мустақил иш 10 балл	Мустақил таълим топшириқларининг ўз вақтида ва сифатли бажарилиши (кейс-стадилар, эссе, реферат, тақдимот ва бошқа турдаги мустақил таълим топшириқлари)
Оралик назорат топшириқлари	
1 оралик, 15 балл	Ёзма иш
2 оралик, 15 балл	Тест
Якуний назорат	

Ёзма иш, оғзаки ёки тест, ўқув бўлими режасига асосан	30 балл
Талабанинг фан бўйича ўзлаштириш кўрсаткичининг намунавий мезонлари:	
<ul style="list-style-type: none"> - умумий психология фанининг предмети, мақсад ва вазифалари ҳамда илмий тадқиқот методлари ва уларни қўллаш масалаларига оид хулоса ва қарор қабул қилиш - психика ва онг ҳамда уни ривожланиш хусусиятлари борасида ижодий фикрлай олиш - шахснинг характеристикаси ва ривожланиш хусусиятлари тўғрисидаги мустақил мушоҳада юрита олиш - билиш жараёнлари ва уларнинг оламни билишдаги ўрни ҳақидаги билимларини амалда қўллай олиш - муомала ва шахслараро муносабатлар психологиясини тушуниш ва амалда қўллай олиш 	86-100 балл
<ul style="list-style-type: none"> - умумий психология фанининг предмети, мақсад ва вазифалари ҳамда илмий тадқиқот методлари ва уларни қўллаш масалалари ҳақида мустақил мушоҳада юрита олиш; - психология фанидан олган билимларини амалда қўллай олиш; - психология фани методлари моҳиятини тушуниш; - шахснинг характеристикаси, билиш жараёнлари ва уларнинг оламни билишдаги ўрни, муомала ва шахслараро муносабатлар психологиясини билиш, айтиб бериш; - психология фанининг долзарб муаммолари ҳақида тасаввурга эга бўлиш. 	71-85 балл
<ul style="list-style-type: none"> - психология фани методлари моҳиятини тушуниш; - умумий психология фанининг предмети, мақсад ва вазифалари ҳамда илмий тадқиқот методларини айтиб бериш; - шахснинг характеристикаси, билиш жараёнлари ва уларнинг оламни билишдаги ўрни, муомала ва шахслараро муносабатлар психологиясини билиш, айтиб бериш; - шахснинг характеристикаси, билиш жараёнлари ва уларнинг оламни билишдаги ўрни, амалий психологияни билишни, айтиб бериш; - психология фанининг долзарб муаммолари ҳақида тасаввурга эга бўлиш. 	55-70 балл
<ul style="list-style-type: none"> - психология фани муаммолари ҳақида аниқ тасаввурга эга бўлмаслик; психология фани тарихи, методлари, билиш жараёнларини билмаслик. 	0-54 балл
Ўқув фанининг сиёсати	
Талабалар учун талаблар	<ul style="list-style-type: none"> - университетнинг одоб-ахлоқ кодекси талабларига қатъий риоя қилиш; - профессор-ўқитувчидан сўнг дарс машғулотига кеч келган талаба аудиторияга киритилмайди; - машғулотлар вақтида ўқитувчининг рухсатсиз аудиториядан чиқмаслик (умуман дарс жараёнида аудиториядан сабабсиз чиқишга рухсат берилмайди); - уй вазифаси ва мустақил иш топшириқларини ўз вақтида ва сифатли бажариш; - ҳар қандай ҳолатларда ҳам қолдирилган дарслар қайта ўзлаштирилиши шарт; - маъруза ва амалиёт дарсларига олдиндан тайёрланиб келиш ва фаол иштирок этиш; - қўшимча равишда бажарилган тақдимот, мустақил иш, эссе, реферат, креатив фикрлаш даражаси, турли хил тадбирлар ва

	<p>илмий-амалий анжуманларда маърузалар билан иштирок этганлиги учун рағбатлантириш баллар берилади;</p> <p>- талаба рейтинг баллидан норози бўлса фан бўйича назорат турлари эълон қилинган вақтдан бошлаб 1 кун мобайнида факультет деканига ариза билан мурожаат қилади ва апелляция комиссияси шу куннинг ўзида талабанинг аризасини кўриб чиқиб хулоса чиқаради;</p> <p>-телефон орқали баҳо масаласи муҳокама қилинмайди.</p>
<p>Индивидуал график асосида профессор - ўқитувчининг талалабалар билан ишлаш вақти</p>	<p>Ҳафтанинг сешанба ва пайшанба кунлари 14.00 дан 16.00 гача</p>
<p>Электрон почта орқали муносабатлар тартиби</p>	<p>Профессор-ўқитувчи ва талаба ўртасидаги алоқа электрон почта орқали ҳам амалга оширилиши мумкин.</p> <p>Электрон почтани очиш вақти соат 17.00 дан 20.00 гача.</p>

II. МОДУЛНИ ЎҚИТИШДА ФОЙДАЛАНИЛАДИГАН ИНТРЕФАОЛ ТАЪЛИМ МЕТОДЛАРИ

“Кейс-стади” методи

«Кейс - стади» услуби (case study) – вазиятларни ўрганиш ёки *вазиятнинг таҳлили* маъносини беради. Case – технологияларнинг хусусияти – реал ҳаётдан олинган фактлар асосида муаммоли вазиятни яратиш.

Талабалар кейсни ҳал этиш технологиясини ўрганиб боради, кейснинг технологик босқичларидан хабардор бўлиши, таълимий мақсадларга эришиши янада фан юзасидан ўз билимларини бойитиши мумкин. Талабалар учун расмли кейс, сюжетли кейс, матнли кейс каби бир нечта кейслардан фойдаланишини тушунтириб боришимиз лозим.

Кейс технологияда педагог ҳаракатлари

- кейсни яратиш ёки мавжудини қўллаш;
- талабаларни кичик гуруҳларга (4-6 кишини) бўлиш;
- талабаларни вазият, муаммо ечимини баҳолаш тизими, вазифани бажариш муддати билан таништириш;
- талабаларнинг кичик гуруҳларда ишини, тақдимот этувчиларни аниқлаш;
- кейс билан ишлаш
- кичик гуруҳларда тақдимотни ташкил қилиш;
- умумий мунозарани ташкил этиш;
- педагогнинг умумлаштирувчи нутқи, унинг вазият таҳлили;
- педагогнинг талабаларни баҳолаши.



Психологик билимлар олишга эҳтиёж кундан кунга ўсиб бормоқда		
Психологик муаммолар	Психологик муаммолар сабаблари	Психологик муаммолар ечимлари

“SWOT-таҳлил” методи.

Методнинг мақсади: мавжуд назарий билимлар ва амалий тажрибаларни таҳлил қилиш, таққослаш орқали муаммони ҳал этиш йўллари топишга, билимларни мустаҳкамлаш, такрорлаш, баҳолашга, мустақил, танқидий фикрлашни, ностандарт тафаккурни шакллантиришга хизмат қилади.

“Шахснинг психологик хусусиятлари” бўйича қўйидаги жадвал бўйича психологик анализ қилинг.

Кучли томонлар	Кучсиз томонлар	Имкониятлар	Тўсиқлар

«ФСМУ» методи

Технологиянинг мақсади: Мазкур технология иштирокчилардаги умумий фикрлардан хусусий хулосалар чиқариш, таққослаш, қиёслаш орқали психологик билимларни ўзлаштириш, хулосалаш, шунингдек, мустақил ижодий фикрлаш кўникмаларини шакллантиришга хизмат қилади. Мазкур технологиядан маъруза машғулотларида, мустаҳкамлашда, ўтилган мавзунини сўрашда, уйга вазифа беришда ҳамда амалий машғулот натижаларини таҳлил этишда фойдаланиш тавсия этилади.

Ф	Фикрингизни баён этинг	✓
С	Фикрингизни баёнига сабаб кўрсатинг	✓
М	Кўрсатган сабабингизни исботлаб мисол келтиринг	✓
У	Фикрингизни умумлаштиринг	✓

Намуна.

Фикр: “Шахс характери ўзгарувчан хусусиятга эга”.

Топширик: Мазкур фикрга нисбатан муносабатингизни ФСМУ орқали таҳлил қилинг.

“Ассесмент” методи

Методнинг мақсади: мазкур метод таълим олувчиларнинг билим даражасини баҳолаш, назорат қилиш, ўзлаштириш кўрсаткичи ва амалий кўникмаларини текширишга йўналтирилган. Мазкур техника орқали таълим олувчиларнинг билиш фаолияти турли йўналишлар (тест, амалий кўникмалар, муаммоли вазиятлар машқи, қиёсий таҳлил, симптомларни аниқлаш) бўйича ташҳис қилинади ва баҳоланади.

Намуна. Ҳар бир катакдаги тўғри жавоб 5 балл ёки 1-5 балгача баҳоланиши мумкин.

<p style="text-align: center;">ТЕСТ</p> <p>Психика нима?</p> <p>А. Мантиқ ,онг ва мия фаолиятини, шахслараро муносабатларни тушунтириб беради</p> <p>Б. Ижтимоий жараёнларнинг шаклланиши</p> <p>С. Уларни ва ўз-ўзини акс эттиришнинг олий шакли</p> <p>Д. Психика - бу тафаккур, сезгилар, ҳиссиётлар ва коммуникатив жараёнларни ўзига жамлаштирган яхлит тизимдир</p>	<p style="text-align: center;">МУАММОЛИ ВАЗИЯТ</p> <p>Психология дарсларида кўп учрайдиган вазият. Талабалар кўп ҳолатда ўз хотираси ва ўзига ишонмаслик кабилар бўйича шикоят қилишади. Бундай вазиятларда улар қандай психологик билимларга муҳтож деб биласиз? Маъруза дарсида вазиятдан чиқишга ҳаракат қилиш учун нима қилгани мақсадга мувофиқ.</p>
<p style="text-align: center;">БЕЛГИЛАРИ:</p> <p>Психик жараёнлар -</p> <p>Психик ҳолатлар -</p>	<p style="text-align: center;">АМАЛИЙ КЎНИКМАЛАР:</p> <p>Психология фани барча соҳалар билан боғлиқлиги мавжуд. Сизнинг касбий фаолиятингизда зарур амалий-назарий психологик билимлар қай даражада бўлгани маъқул.</p>

“Тушунчалар таҳлили” методи

Методнинг мақсади: мазкур метод талабалар ёки қатнашчиларни мавзу бўйича таянч тушунчаларни ўзлаштириш даражасини аниқлаш, ўз билимларини мустақил равишда текшириш, баҳолаш, шунингдек, янги мавзу бўйича дастлабки билимлар даражасини ташҳис қилиш мақсадида қўлланилади. Методни амалга ошириш тартиби:

- иштирокчилар машғулот қоидалари билан таништирилади;
- ўқувчиларга мавзуга ёки бобга тегишли бўлган сўзлар, тушунчалар номи туширилган тарқатмалар берилади (индивидуал ёки гуруҳли тартибда);

• ўқувчилар мазкур тушунчалар қандай маъно англатиши, қачон, қандай ҳолатларда қўлланилиши ҳақида ёзма маълумот берадилар;

• белгиланган вақт якунига етгач, ўқитувчи берилган тушунчаларнинг туғри ва тўлиқ изоҳини ўқиб эшиттиради ёки слайд орқали намоиш этади;

• ҳар бир иштирокчи берилган тўғри жавоблар билан ўзининг шахсий муносабатини таққослайди, фарқларини аниқлайди ва ўз билим даражасини текшириб, баҳолайди.

Намуна: “Модулдаги таянч тушунчалар таҳлили”

№	Тушунчанинг номи	Тушунчанинг таърифини ёзинг
1	Психология	
2	Психологик хизмат	
3	Шахснинг индивидуал психологик хусусиятлари	
4	Темперамент	
5	Психика	
6	Характер	
7	Билиш жараёнлари	

III. НАЗАРИЙ МАТЕРИАЛЛАР

1 - МАВЗУ: УМУМИЙ ПСИХОЛОГИЯ ФАНИНИНГ ПРЕДМЕТИ ВА ВАЗИФАЛАРИ

Режа:

1. Психология қандай фан?
2. Психология фанининг вужудга келиши
3. Психологиянинг ўрганилиш босқичлари
4. Психология фанини фанлар билан ўзаро боғлиқлиги
5. Психологиядаги муаммолар (психолог нима иш қилади?)

Таянч иборалар: Психология, психология тармоқлари, психолог

Маълумки, жамият ва табиат ўртасидаги муносабатларни тадқиқ этишга мўлжалланган фанлардан биттаси психология ҳисобланади. Психологик билимларни ижтимоий ҳаётнинг барча жабҳаларида татбиқ этиш кўлами кенгайиб бориши унинг масъулияти ва нуфузи ортаётганлигидан далолат беради. Истиклол шарафати туфайли илмий ёндашувларга, олдинги методологик муаммоларга ҳолисона муносабатда бўлиш имконияти вужудга келди. Мамлакатимиз Президенти И.А.Каримов асарларида, Ўзбекистон Республикасининг “Таълим тўғрисидаги қонун”ида, “Кадрлар тайёрлаш миллий дастури”да, “Миллий ғоя ва миллий истиклол мафкурараси” ҳужжатида мутахассислар олдида улкан талаблар ва масъул вазифалар юкланмоқда.

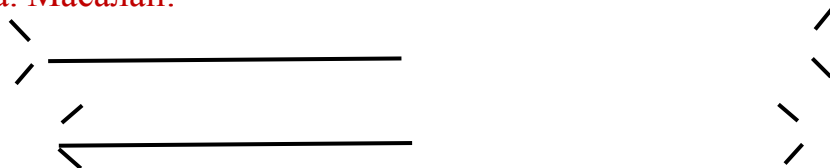
Ана шу вазифаларни амалиётда ўз ифодасини топтиришда умумий психология фани муҳим роль ўйнайди. Мутахассислар тайёрлаш жараёнида умумий психология фани касбий билимлар, кўникмалар ва малакаларни шакллантириш борасида устувор ўрин эгаллайди

Жаҳон фанларининг муайян қонуниятларга асосланиб туркумларга киритилишига кўра, психология фани бу тизимда нуфузли ўрин эгаллашига барча объектив шарт-шароитлар етарлидир. Психология фани инсоният томонидан кашф қилинган фанлар ичида энг мураккаби бўлиб, биосферик таълимотдан келиб чиққан ҳолда психика юксак даражада ташкил топган материянинг хусусиятини акс эттирувчи категория сифатида ўрганилиб келинган. Лекин бугунги кунда неосферик таълимотга биноан фазовий муносабатлар, сайёралараро алоқалар, ўзаро таъсирлар, моддалар, заррачалар, нурлар ҳаракати алмашилиши, қўшилиши тўғрисида мулоҳазалар, фаразий асосда бўлса ҳам юритилмоқда.



Биз бугунги кунда психология фанини қизиқарли фан деб билмоқдамиз, аслида жуда мураккаб фан ҳисобланади. Шу боисдан психология фани ҳақида кўплаб психолог олимлар ўзларининг илмий фикрларини билдириб ўтган. Психология милoddан 300 йил олдинроқ, грек файласуфи, натуралист Аристотель “Фанни ўрганиш-хотира, шахсият, руҳият, ҳис-туйғу назариялари” деган ном билан бошлаган. Лекин бугунги кун унинг назарияларига (кулгили) шубҳа билан ҳам қараб келади. Масалан; овқат инсоннинг уйқусини келтиради, бизнинг юрагимиз атрофини инсоний ҳислатлар қамраб олган-деб ёзган¹, ҳозирги кунда психология барча соҳалар билан боғлиқ тарзда ҳам ўрганилмоқда.

Джеймс Калатнинг “Психологияга кириш” номли китобида психологияни ўрганишда 3 та асосий аспектларига эътибор қаратилган. 1) хулқ-атворнинг барча хусусиятларини ўрганиш; 2) хулқ-атвор генетик томонидан ўрганилиши; 3) хулқ-атвор ижтимоий муҳит таъсирида ўзгариб бориши. Джеймс У, Калатнинг фикрича, психология кенг қамровли фан бўлиб, у ўзига шахснинг ҳиссиётларини, идрок этиши, хотираси, оч қолиши, чанқашаи, эътибор бериши, бола ривожланишининг босқичларини яъни ёш даврларига қараб хулқ-атворнинг ўзгариб боришини ва бошқада кўп аспектларнинг ўзаро таъсирини ҳам ўрганиб борадиган фан деб айтиб ўтган. Психология фанига шахс характери ва тажрибаларни ўрганувчи тизим сифатида қарашимиз мумкин. Шахснинг характери ўзгарувчан хусусиятга эга. Масалан:



1-расм

Ушбу расмда сиз кўриб турган 1 хил чизик аҳамиятсиздек кўринади. Яхшилаб қарасангиз 1-чизик узун кўринади 2-чизик эса калта кўринади. Психологияда характер тушунчасига жуда кўп таърифлар мавжуд. Шундай бўлса-да 1 чизик характернинг чексиз, ўзгарувчан эканлигини кўрсатади. 2- чизикда эса биз тажриба жараёнидаги маълум характерни кўришимиз мумкин. ((James W. K. Psychology. 3 page)

Инсоният тараққиётининг муайян босқичида одам ўзини ҳаяжонлантирган, таажжубга солган саволларга жавоб излаш имконияти

вужудга келган. Бунинг натижасида “инсон ўзига-ўзи таъсир ўтказа оладими?” “Ўзгаларгачи?”, “инсон қандай фикрлайди?” каби турли-туман муаммолар ечимини қидиришга ҳаракат қилади. Психология ўзи нима?

Психология сўзининг луғавий маъноси юнонча псюхе – жон, рух, логос – фан, таълимот деган маънони англатади. Бироқ ҳозирги кунда олимларимиз “**жон**” тушунчаси ўрнига “**психика**” сўзни қўллашда давом этмоқда. Лингвистик нуқтаи назаридан “жон”, “психика” тушунчалари айнан бир хил маънони билдиради. Лекин “психика” тушунчаси бугунги кунда “жон” сўзидан кенгроқ кўламга эга бўлиб, ҳам кўзга кўринувчи, ҳам кўзга кўринмовчи томонларини ўзида экс эттиради (Умумий психология. Э.Ғозиев. 2010). Психология фан сифатида психик фактлар, психиканинг таркибий қисмлари фаолият, хулқ, муомала, билиш жараёнлари, психик ҳолатлар, ички кечинмалар, ижодий режалар, илмий фаразларнинг мияда акс этиши, психик қонуниятлар ва механизмларни ўрганади.

Психология асосан психикани кенг доирада тадқиқ қилади. Шунга кўра психиканинг юзга келтирувчи асосий психик фаолиятлари кўрсатилган. Айнан психик фаолиятлар қуйидаги жараёнларни ўз ичига олади:

- *билиш фаолиятлари*: диққат, нутқ, фаолият;
- *билиш жараёнлари*: сезги, идрок, хотира, хаёл, тафаккур;
- *шахснинг, ҳиссий, иродавий соҳаси*: - ҳиссиёт, ирода;
- *шахснинг индивидуал психологик хусусиятлари*: темперамент, характер, қобилият.

Психология фанининг предметини таҳлил қилишда асосий эътиборни қуйидагиларга қаратиш лозим. Жумладан, шахс ҳақида фикр юритувчи фанлар сирасига психология ва педагогика фанларини киритиш мумкин. Шунга кўра педагогика шахсни таълим-тарбия жараёнида камол топишини тадқиқ қилса, психология шахсда кечадиган руҳий жараёнларни ўрганади. Шундан хулоса қилишимиз мумкинки, психология фанининг предметини – шахснинг психикаси ва унинг психологик хусусиятлари ташкил қилади.

Психология-кишининг ички дунёси, уни билиб олиш ва ҳаётда қўлланиш ҳақидаги фандир. Психика тушунчаси эса, бугунги кунда «жон»дан кенгроқ кўламга эга бўлиб, ҳам кўзга кўринувчи, ҳам кўзга кўринмайдиган томонларини ўзида акс эттиради. Психиканинг таркибий қисмлари фаолият, хулқ, муомала яққол намоён бўлиш хусусиятига эга бўлса, билиш жараёнлари, психик ҳолатлар, ички кечималар, ижодий режалар, илмий фаразлар мияда мужассамлашгани учун улар кўзга кўринмайди. Психология таъсир кўрсатувчи объектлари бўлган субъектнинг ички, психик ҳолатига ташқи таъсиротлар натижасида рўй берадиган ўзгаришлар жараёни қандай кечишини ўрганади.

Психика пайдо бўлишининг асосий шакллари **М.Гамезо** ва Домашенколарнинг “Атлас по психологии” номли қўлланмасида қуйидагича ифодаланади:

Психиканинг намоён бўлиши

Жараёнлар:

– Се

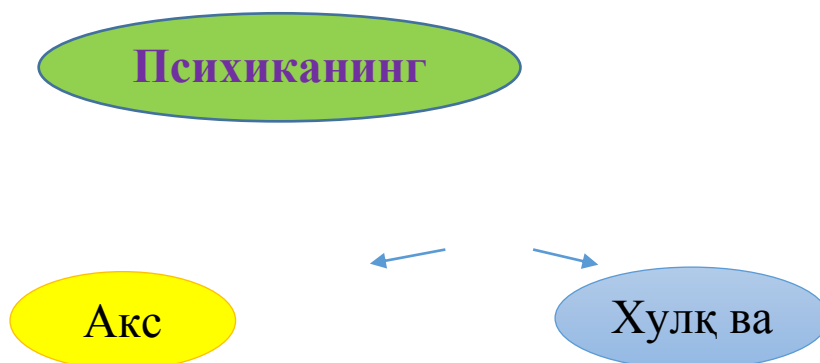
Ҳолатлар:

– Иш

Шахс хусусиятлари

Шунга мувофиқ бир қатор олимлар томонидан психикага таърифлар берилиб, унинг мазмун моҳияти очиқ берилган. Жумладан, профессор В.М.Каримова фикрича **психика** – инсон руҳиятининг шундай ҳолати ки у ташқи оламни (ички руҳий оламни) онгли тарзда акс эттиришимизни, яъни билишимиз, англашимизни таъминлайди. Профессор М.Г.Давлетшин фикрича, **психика** деганда, олий даражадаги материянинг (миянинг) хусусияти тушунилиб, у объектив борлиқни акс эттирилишида намоён бўлади, субъект фаолиятини маълум мақсад асосида йўналтиради ҳамда ҳулқ-атвор негизида шаклланади.

Психика бу акс эттиришдир. Жонли ва жонсиз табиатда акс эттиришнинг ўзига хос усуллари мавжуд. Акс эттиришни қуйидагича ифодалаш мумкин.



Жонсиз материя учун акс эттиришнинг механик, кимёвий ва физик турлари хосдир. Масалан, кўзгунинг акс эттириши, сувдаги таъсир ва бошқалар. Жонли материя учун акс эттиришнинг физиологик, психик акс эттириш турлари хос бўлиб, онг ва ўз-ўзини англаш унинг энг юқори босқичидир. Психик акс эттириш қуйидаги хусусиятларга эга:

- 1) объектив борлиқни тўғри акс эттириш имкониятини беради;
- 2) шахснинг фаолияти давомида мукамалликка эришиб боради;
- 3) доимо ривожланиб ва такомиллашиб боради.
- 4) Шахснинг индивидуаллиги орқали намоён бўлади.

Психика тўғрисида дастлабки тасаввурга эга бўлиш учун даставвал психик ҳодисалар моҳияти билан танишамиз. Одатда психик ҳодисалар деганда ички, субъектив тажриба фактларнинг (воқеликнинг) намоён бўлиши тушунилади, бошқача айтганда, психика ҳаётнинг сезги, идрок, хотира, тафаккур, хаёл каби ҳар бири алоҳида олинган якқол шаклларидан иборатдир. Ички, субъектив тажрибанинг ўзи нимани англатади? Инсондаги қувонч ёки зеркиш туйғулари, унинг нималарнидир эсга тушириши, бирон-бир хоҳиш ёки интилиш кечинмалари, хотиржамлик ёки хаяжонланиш, ҳадиксираш ҳисларининг шахснинг ички дунёсини таркибий қисмларидир, яъни буларнинг ҳаммаси субъектив психик ҳодисалар саналади.



барчаси

Шундай қилиб, юқорида биз психология тўғрисидаги тасаввурлар, унинг предмети ҳамда унга кирувчи илмий тушунчалар, психологик ҳолатлар, воқелик юзасидан фикр алмашдик, илмий психологик материаллар ўртасидаги боғлиқлик ва тафовут бўйича мулоҳаза юритдик.

Психология фанини асосий вазифалари

Психология фанининг вазифаси психик фаолиятнинг механизмларини аниқлашдан иборат.

Психология предмети қуйидагиларни қамраб олиши зарур:

1. психологик билиш жараёнлари (сезги, идрок, хотира ва ҳоказо),
2. психиканинг шакллари (фаолият, хулқ, муомала),
3. психиканинг ҳолатлари (кайфият, хаёлпаршонлик кабилар),
4. психиканинг ҳодисалари,
5. психиканинг ҳислатлари, фазилатлари, сифатлари, хоссалари,
6. психиканинг қонуниятлари,
7. психиканинг механизмлари,
8. психик шароит, муҳит, вазият,
9. ўзаро сабабий боғланишлар.

Психология фани ўзининг асосий принципларига эга. 30-йилларнинг

ўрталарига келиб психология фанининг асосий принциплари: детерминизм принципи, онг ва фаолиятнинг бирлиги принципи, психиканинг фаолиятда ривожланиши принципи аниқ ифодалаб берилди.

Психология фанининг принциплари бир нечтадир. **У.Джеймс “Психологияга кириш”** номли китобида психологиядаги муаммолар деган жойига **“эркинлик детерминизмга қарши”** фикри келтирилган. Шахснинг барча ҳатти-ҳаракатларининг ўз сабаблари мавжуд. Шахсий ҳаракатларим ҳақида ўзим қарор қабул қиламан, ҳамма ишларимга ўзим сабабчиман – деб жавоб беради. Психологияда асосий муаммолар болаларнинг улғайиши билан боғлиқ, улар телевизор кўриб вақтнинг ўтишини ҳис қилмаслиги одатий ҳолга айланганлиги. Уларда ўз эркинлигини ҳис қилиш устунлиги кузатилади. (James W, K. Psychology. 4 page)

Психологияда детерминизм принципи психиканинг турмуш тарзи билан белгиланишини ва турмуш тарзи ўзгаришига қараб ўзгаришини англатади.

Онг ва фаолият бирлиги принципи психологияда қабул қилинган принципи онг билан фаолият бир-бирига қарама-қарши эмас, лекин улар бир-бирига айнан ўхшаш ҳам эмас, аммо бирликни ташкил этади. Онг ва фаолият бирлиги принципи психологларга хулқ-атвори, фаолиятни ўрганаётиб, ҳаракатнинг мақсадларига эришишни муваффақиятини таъминловчи ички психологик механизмларни аниқлаш, яъни психиканинг объектив қонуниятларини очиш имконини беради.

Шу тариқа ҳозирги замон психологияси ўз тараккиётида мустақил фан сифатида мустаҳкам табиий-илмий негизга эга бўлади. Табиатшуносликнинг қонуниятларини билиш психология томонидан жиддий ўрганишни тақозо этади. Психологиянинг қатор соҳалари ва энг аввало, киёмий психология, зоопсихология, экология, тиббиёт психологияси, патопсихология ва яна баъзи бир хил соҳалари айни чоғда табиатшунослик ва таъбаотнинг ҳам бўлимлари бўлиб ҳисобланади.

ПСИХОЛОГИЯ ФАНИ ҚАЧОН ВА ҚАНДАЙ

– Психология фанининг вужудга келиши

– Инсонда жисмоний танадан ташқари ундан фарқланувчи яна нимадир борлиги ҳақидаги тасаввурлар қадимданок мавжуд бўлган. Энг қадимги даврлардаёқ инсон туш кўриш ҳодисаси орқали айрим одамларнинг ноёб қобилиятлари (масалан, овдаги муваффақиятлар) ўлим ва бошқа ҳодисаларнинг сабабларини

тушунтиришга интиланган. Аммо дастлабки қарашлар мифологик характерда эди. Улар фикрлаш орқали эмас, кўр-кўрона ишонч воситасида эгалланарди. Руҳ ҳақидаги қарашлар кўпинча нафас билан боғланарди, руҳни эса учар маҳлуқ сифатида тасаввур этардилар.

– Психология ҳақидаги фикрлар қадим замонлардан бери мавжуддир. Илк даврларда психологик хусусиятларни жоннинг иши деб тушунтирилган. Жоннинг ўзи эса одам танасидаги махсус иккиламчи жисм деб қаралган. Бундай тасаввурлар «анимизм» деб аталади. Анимизм сўзи – анима «жон» деган маънони англатади. Жон ўз моҳиятига кўра оловсимон учкундан иборат эканлиги Гераклит томонидан, ёки оловсимон атомдан иборатлиги Демокрит томонидан таъкидланган.

– Платоннинг «идеялар туғма бўлади» деган ғоялари психологик фикр тараққиётига жуда катта ҳисса қўшди. Платон таълимотига кўра «идеялар» моҳияти абадий ва ўзгармас, уларнинг табиий оламдан ташқарида олий олам мавжуд бўлиб, уларни одам кўзи билан кўра олмайди.

– Платон психологияда «дуализм» оқимининг асосчиси ҳисобланади. Дуализм сўзи икки ёқламалик ёки икки мустақил фикр деган маънони англатади. Дуализм таълимоти моҳияти моддий ва руҳий олам тана ва психиканинг бир-бирига боғлиқ бўлмаган ҳолда мавжуд бўлиб, азалдан қарама-қарши нарсалар деб тушунтиради.

– Платоннинг дуализм шогирди Арасту (Аристотель эрамиздан олдинги IV аср 384-322 йиллар) томонидан бирмунча муваффақиятли бартараф этилди. Аристотелнинг «Жон ҳақида» асари ўша даврдаёқ психология махсус фан сифатида майдонга кела бошлаганидан далолат беради. Ана шу туфайли психология жон ҳақидаги фан сифатида майдонга келган ва ҳозирги кунда психология фани ўз мазмунини батамом ўзгартирган.

– Арасту кишилик тафаккури тарихида биринчи бўлиб руҳ ва жонни танадан ажралмаслигини исботлаб берди. Унга кўра, жон қисмларга бўлинмайди, лекин у фаолиятимиз давомида озиқланиши, ҳис этиши ва ҳаракатга келиши, ақл-идрок каби турларга оид қобилиятларда намоён бўлиши мумкин. Биринчи қобилиятлар ўсимлик учун, иккинчиси ва учинчиси ҳайвонларга, тўртинчиси эса инсонлар учун хосдир. Ўсимликлар, ҳайвонлар руҳи ва ақл идрок одам руҳи таълимоти билан Арасту олий қобилиятлар ва уларнинг негизида пайдо бўлишини билдирадиган ривожланиш тамойилини жорий этди. Арасту организмнинг табиатдан олган қобилиятларни фақат ўзининг хусусий фаоллиги орқали руёбга

чиқаришга асосланган ҳолда характернинг фаолиятда шаклланиши тўғрисидаги назарияни илгари сурди.

Психологиянинг фан сифатида юзага келиш босқичлари куйидаги жадвалда ўз аксини топган (Маклаков А. Г. *Общая психология-9-11 стр*).

Психологиянинг ўрганилиш босқичлари

4 - босқич	Психология, психиканинг механизмлари, қонуниятлари ва фактларини ўрганувчи фан сифатида	Дунёга материалистик нуқтаи-назардан қараш шаклланган. Россия психологиясининг асосида акс эттириш назарияси асосий қонуният сифатида кўрсатилади.
3- босқич	Қонуниятлар ва фактларини ўрганувчи фан сифатида	XX асрдан бошлаб, психологиянинг вазифаси кўрган нарсаларни бевосита кузатиш, аниқроғи инсон ҳулқ-атворини фаолиятини реакциясини кузатиш деб ҳисобланган. Бунда мотивларнинг ўрни ҳисобга олинмаган.
2- босқич	Психология ҳулқ-атвор ҳақидаги фан	XVII асрда табиий фанлар ривожланиши билан бошланади. Фикрлаш, ҳохлаш, ҳис қилиш, қобилятини онг деб аташган. Ўз-ўзини кузатиш асосий метод ҳисобланган.
1- босқич	Психология онг ҳақидаги фан сифатида.	Бу йўналиш психологияда бундан 2000 йил олдин пайдо бўлган. Инсон ҳаётидаги барча нарсалар тушунчаси, тушунарсиз ҳодисаларни жон, руҳ билан тушунтиришга ҳаракат қилганлар.

Гераклит, Демокрит, Афлотун, Арастуларнинг таълимотлари кейинги асрларда психологик ғояларни ривожланишида таянч нуқта бўлиб ҳисобланади.

Мазкур даврларда Шарқда ҳам илк психологик қарашлар юзага келди. Шарқда психологик қарашларнинг пайдо бўлишида буюк Шарқ мутафаккирларининг роли катта бўлган. Улар орасида Ал-Хоразмий, Ал-Форобий, Абу Райҳон Беруний, Абу Али ибн Сино, Мирзо Улуғбек кабилар ўзларининг инсон психикаси ва ёш авлодни тарбиялашга доир бой фикрлар ва қарашларини мерос сифатида қолдирганлар. Улар орасида, айниқса Абу Али ибн Синонинг мантик, метафизика, табиий фанлар, айниқса, тиббиёт ҳақидаги фикрлари ўша давр илмий тараққиётига катта ҳисса қўшди. У махсус психологик муаммолар билан шуғулланган олимлардан биридир. Унинг руҳ, асаб тизими ҳақидаги қарашлари катта аҳамиятга эга. Айниқса, Абу Али ибн Синонинг темперамент хусусиятларига қараб ёндашиш зарурлиги ҳақидаги фикрлари минг йилдан сўнг ҳам замонавий психологияда ўз қимматини йўқотмаган. Абу Али ибн Сино дунёда биринчи бўлиб психотерапевтик усулларни қўллаб кўрган олимлардан биридир.

Аста-секин руҳ ҳақидаги тушунча ҳаётнинг барча кўринишларига

эмас, фақат ҳозир биз психика деб аталган даражага нисбатан кўллана бошланди. Психика категориясининг негизида идрок ва тафаккурдан ташқари онг тушунчаси юзага келди, бунинг натижасида ихтиёрий ҳаракатлар ва уларни назорат қилиш имконияти туғилди. Масалан, Гален (эрамиздан олдинги II аср) физиология ва тиббиёт ютуқларини умумлаштириб, психиканинг физиологик асослари тўғрисидаги тасаввурларини янада бойитди. Унинг илгари сурган ғоялари «онг» тушунчаси талқинига муайян даражада яқинлашади.

XVII аср биология ва психология фанлари учун муҳим давр бўлиб ҳисобланади. Жумладан француз олими Декарт (1596-1650) томонидан хулқ-атворнинг рефлектор (ғайри ихтиёрий) табиатга эга эканлигини кашф этилиши, юракдаги мушакларнинг ишлаши (фаолияти) қон айланишнинг ички механизми билан бошқарилаётганлигини тушунтирилиши муҳим аҳамият касб этади. Психология фанининг илмий асосга қурилишида инглиз олими Гоббс (1588-1679) руҳни мутлақо рад этиб, механик ҳаракатни ягона воқелик деб тан олиб, унинг қонуниятлари психологиянинг ҳам қонуниятлари эканлигини таъкидлади. Унинг негизида – эпифеномализм (юнонча? ўта, *rhainomion* – ғайритабиий ходиса) вужудга келди, яъни психология танадаги жараёнларнинг сояси сингари рўй берадиган руҳий ходисалар тўғрисидаги таълимотга айланди.

Нидерландиялик олим Спиноза (1632-1677) онгни катта кўламга эга материядан сира қолишмайдиган воқелик, яъни яққол нарса деб, тушунтирди. У детерминизм (лотинча - белгилайман) тамойилининг, яъни табиат, жамият ходисаларининг, шу жумладан психик ходисаларнинг объектив сабаблар билан белгиланлиги ҳақидаги таълимот тарғиботчиси эди.

XVII асрдаги йирик немис мутафаккири Лейбниц (1646-1716) нинг таълимоти математика, жумладан, интеграл ва дифференциал ҳисоблар кашф этилишига таъсир этган эди. Психика ҳаёт манзараси арифметик йиғинди тариқасида эмас, балки интеграл тарзда намоён бўлади. Лейбниц тасаввурларнинг узлуксиз чегараланиши ғоясига таянган ҳолда перцепция (бевосита онгсиз идрок)ни апперцепциялар диққат ва хотирани ўз ичига олган анланган идроклардан фарқлаган эди. Лейбниц психологияга психиканинг фаоллиги табиати ва узлуксиз ривожланиши ҳамда психиканинг онглилик ва онгсизлик кўринишлари ўртасидаги мураккаб нисбат ҳақидаги ғояни олиб кирди.

Ж.Локкнинг ташқи ва ички тажриба тўғрисидаги таълимоти икки хил характерга эга эканлиги ҳам материалистик ҳам идеалистик таълимотларнинг тараққиётига туртки бўлди. Материалистлар Гартли (1705-1784) бош бўлган француз, А.Н.Радищев (1749-1802) бошчилигидаги рус материалистлари олами билишда ташқи тажрибани асос қилиб, олиб инсон психикасининг ички мазмуни асосида одам атроф-муҳит билан ўзаро муносабати ётади деган эдилар.

XVIII асрга келиб нерв системасини тадқиқ қилишда улкан

нотуқларга эришилди (Галлер, Прохазка). Бунинг натижасида психика мия функцияси эканлиги ҳақидаги таълимот вужудга келди. Инглиз тадқиқотчиси Чарльз Белл ва француз Франсуа Мажанди томонидан ёйилувчи ва ҳаракат нервлари ўртасидаги тафовут очиб берилди. Унинг негизида психология фанида рефлектор ёйи деган янги тушунча пайдо бўлди. Буларнинг натижасида ихтиёрий (онгли) ва ихтиёрсиз (онгсиз) рефлектор турлари кашф қилинди.

Юқоридаги илмий кашфиётлар таъсирида рус олими И.М.Сеченовнинг (1892-1905) рефлектор назарияси руёбга чиқди ва ушбу назария психология фанининг физиологик асослари, механизмлари бош мия рефлексларининг ўзига хос хусусиятлари табиатини очиб бериш имкониятини яратади.

Психология фани борасидаги тадқиқотлар, кашфиётлар ҳозирги куни янада кучайтирилиб самарали натижаларга эришилмоқда.

– Психологиянинг фан сифатида дунёга келиши ва ривожланиши кўплаб олимларнинг илмий адабиёт ва дарсликларида баён этилган. Франциялик олим Ж.Годфруаннинг “Что такое психология” номли 2-жилддан иборат китобида антик дунёдан бошлаб инсон психикаси, унинг қалби, ҳислари, хулқи масалалари диққат марказда бўлган эканлиги, психологиянинг фан сифатида ривожланишида файласуфларнинг қарашлари, табиий фанлар ривожини, XVII-асрдан бошлаб фалсафа фанидан турли фанларнинг ажралиб чиқиши, XVIII ва XIX -асрларда Кондильяк, Локк, Юм ёндашувлари асослаб берилган. Психологиянинг Фан сифатида ривожланишида немис психологи ва физиологи Вильгельм Вундт (1832-1920)нинг хизмати, унинг томонидан махсус тажрибавий синов лабораторияларининг ташкил этилиши ва моҳияти очиб берилган. Демак, психология 1879-йилда Лейпциг Университетида немис физиологи ва психологи Вильгельм Вундт томонидан биринчи психологик лаборатория ташкил этилиб, унда илмий асосда турли тажрибалар ўтказиш бошлангандан кейин мустақил фан сифатида тан олинган.

Психологиянинг пайдо бўлиши ва Фан сифатида эътироф этилишида биологик, ижтимоий, бихевиор (хулқга кўра), когнитив, психоаналитик, гуманистик, социал-психологик йўналишлар ва уларнинг асосчилари баён этилган. (Годфруа Ж. Что такое психология: В 2-х т. Т.1. Пер. с франц. М., Мир, 1992. -496 с. 57-80-стр.)

Россиялик психолог олим Р.С.Немов уч жилддан иборат “Психология” китобида психология атамаси XVI -асрда биринчи марта қўлланилганлигини, онг ва ўзини кузатиш туфайли инсон ўзидаги психик ҳолатларни ўргана борганлигини, кейинчалик инсоннинг фаолияти соҳасида шу психик жараёнларни ўрганиш зарурати этилганлигини изоҳлаб берган. (Немов Р.С. Психология: Учебник для студ. Вузов. Кн. 1.: 688 с. 8-12 стр.)

Ўзбек психолог олимлари Э.Ғозиев, М.Холмухамедов, Х.Иброҳимовларнинг “Психология методологияси” ўқув қўлланмасида

психология фанининг фалсафа ва табиатшунослик фанлари негизда пайдо бўлганлиги етарлича далиллар воситасида кўрсатиб берилган. Э.Ғозиевнинг 2 жилддан иборат “Умумий психология” дарслигида психология фанининг предмети, бу фаннинг вужудга келши, асосий соҳалари ва уларнинг ўзига хос хусусиятлари, психологиянинг методологияси ва принциплари, фаолият, унинг тузилиши, шахс ва унинг тузилмаси, шахс психикасининг намоён бўлиш шакллари, шахснинг психологик хусусиятларидан қобилият, темперамент, характер кабилар кенг ва батафсил ёритиб берилган.

– **Психология фанини фанлар билан ўзаро боғлиқлиги**

XX асрда психология ўзининг энг муҳим муаммоларини тадқиқ қилишнинг илмий асосларини яратиш даврига киришди. Ҳозирги вақтда психология ўзи ўрганадиган алоҳида предметга, ўзининг алоҳида вазифаларига, ўзининг махсус тадқиқод методларига эгадир; унинг психологик муассасалари тармоғи, журналлари ва ихтисослаштирилган китоб нашриётлари мавжуд. Мунтазам равишда халқаро психологик конгресслар ўтказилиб туради, психологик илмий уюшмаларга ва жамиятларга бирлашмоқдалар. Ҳозирги вақтда психологиянинг киши ҳақидаги энг муҳим фанлардан бири сифатидаги ахамиятини ҳамма тан олмоқда.

Кундалик турмуш психологияси-ҳолат, вазият, муносабат, қарашлар, қадриятлар, анъаналар, тажрибаларга боғлиқлиги ҳақида тушуниши мумкин.

Илмий психология - муайян методлар, воситалар, услублар усуллар, операциялар ёрдамида маълумот тўплаш ва уларни умумлаштиришга интилиш, изланаётган объектнинг хусусияти, ҳолати, муносабати, боғланиши илмий тушунчалар, таърифлар, қонуниятлар, психологик механизмларни кашф қилишга ҳаракат қилади.

Исломда ҳам инсон руҳия тарбияси ҳақида ҳам жуда кўп таъкидлаб ўтилган. Одамлар чиройли хулқ ила муомала қилиш одоби ҳадисларда келтирилган. Шайх Муҳаммад Содиқ Муҳаммад Юсуф хазратлари «Руҳий тарбия» асарининг “Хулқланиш” 3 –жузида кўришимиз мумкин. Термизий ривоят: “Ассаламу қаблал каллами” яъни “Аввал салом, кейин калом”.

Ҳозирги замон психология соҳалари ҳозирги кунга келиб 300 дан ортиқни ташкил қилади. Бу соҳалар ўзига хос объектга эга бўлиб, бир-биридан фарқ қилади. А.В.Петровский психология фан соҳаларини қуйидагича таснифлашни илгари сурди: улар,

- Аниқ фаолият турларини ўрганувчи психология соҳалари.
- Ривожланишнинг ёш хусусиятларини ўрганувчи психология соҳалари.
- Шахс ва жамиятга бўлган муносабатни ўрганувчи психология соҳалари.

Аниқ фаолият турига кўра психологиянинг қуйидаги турлари мавжуд:

- **Меҳнат психологияси:** инсон меҳнат фаолиятининг психологик хусусиятларини ўрганади;

- **Муҳандислик психологияси** - инсон билан машина ўртасидаги вазифаларни тақсимлаш масалаларини ҳал қилади ва асосан операторларнинг фаолиятини ўрганади;
- **Авиация психологияси**- учишга ўрганиш жараёни ва учиш мосламаларини бошқаришда инсон фаолиятининг психологик қонуниятларини ўрганади;
- **Космик психология** - вазнсизлик ҳолати, фазовий тасаввурлар чалкашиб кетган вақтда ва организмга жуда кўп ортиқча таъсирлар юкланган пайтда асаб ва руҳий зўр бериш билан боғлиқ
- **Педагогик психология**-унинг предмети ўқувчиларга таълим-тарбия беришнинг психологик қонуниятларини ўрганиш, а) таълим психологияси; б) тарбия психологияси; в) ўқитувчи психологияси;
- **Савдо психологияси** – асосан ривожланган мамлакатларда кенг тараққий этган бўлиб, кишилар руҳиятига тижорат таъсирини психологик шарт-шароитини, харидорларга хизмат кўрсатишнинг психологик омилларини аниқлайди. Модалар психологиясини тадқиқ қилади.
- **Тиббиёт психологияси** шифокор фаолиятининг ва бемор хулқ-атворининг психологик жиҳатларини ўрганади. Унинг қўйидаги тармоқлари мавжуд:
 - а) **нейропсихология** — психик ҳодисалар билан миёдаги физиологик тузилишлар ўртасидаги нисбатни ўрганади;
 - б) **психофармакология** — доривор моддаларнинг шахс руҳий ҳолатига таъсирини ўрганади;
 - в) **психотерапия** — беморни даволаш учун руҳий таъсир воситаларини ўрганади;
- **Юридик психология**-ҳуқуқ тизими билан боғлиқ бўлган психологик масалаларни ўрганади. Унинг қўйидаги тармоқлари мавжуд.
 - а) **суд психологияси** - жиноий жараён иштирокчиларининг хулқ-атворини, руҳий хусусиятларини таҳлил қилади;
 - б) **криминал психология** - жиноятчининг хулқ-атвори, шахсининг шаклланишига доир психологик масалалар, жиноятнинг мотивлари билан шуғулланади.
- **Ҳарбий психология** - кишининг ҳарбий ҳаракатлар шароитидаги хулқ-атвори билан боғлиқ ҳодисалар ўртасидаги ўзаро муносабатларини, психологик тарғибот методларини, ҳарбий техникани бошқаришнинг психологик муаммоларини ўрганади.
- **Спорт психологияси** - спортчилар шахси ва фаолияти хусусиятларини, уларнинг психологик жиҳатдан тайёрлигининг шарт-шароитлари,

мусобақаларни ташкил этиш ва ўтказиш билан боғлиқ психологик омилларни ўрганади.

- **Санъат психологияси** — санъат асарларининг яратилишида фаолиятнинг психологик томонларини, инсон томонидан бадиий асарларни идрок этилиши, турли ҳодисаларни пайдо бўлиши ва эстетик тарбия муаммолари, мусиқавий, бадиий, адабий қобилиятларни шакллантириш ва тарбиялаш муаммоларини ўрганади.
- **Илмий ижодиёт психологияси** илмий фаолиятнинг психологик хусусиятлари, ижодиётда интуиция ва илҳомни тадқиқ қилади.

Ривожланишнинг ёш хусусиятларини ўрганувчи соҳалар.

- А) **ёш психологияси** - инсон шахсининг психологик хусусиятлари ва билиш жараёнларининг онтогенезда ривожланишини ўрганади. Ёш психологияси болалар психологияси, ўсмирлар психологияси, катталар психологияси, геронтопсихология каби тармоқларга бўлинади.
- Б) **патопсихология**- мия фаолияти бузилишлари натижасида келиб чиқадиган турли шаклдаги руҳий ривожланишдан четланишни ўрганади.
- **Олигофренопсихология** - миянинг туғма камчиликлари туфайли пайдо бўладиган бўлимларни ўрганади.
- **Сурдопсихология** – эшитиш фаолиятида жиддий нуқсонлари бўлган болаларнинг ривожланишини ўрганади.
- **Тифлопсихология** – кўриш қобилияти паст ёки умуман кўрмайдиган киши фаолиятини ўрганади.
- **Қиёсий психология** –ҳаётнинг филогенетик шакллариини ўрганувчи психология соҳаси бўлиб, инсон ва ҳайвонлар психологиясини солиштириш орқали ўхшашлик ва фарқ қилувчи томонларини аниқлайди.
- **Акмеология** етуклик даражасига эришган шахс ривожланишининг юқори даражаси уларнинг қонуниятлари ва механизмларини, айниқса, ривожланишининг энг юқори чўққига эришиш хусусиятларини ўрганади.

Инсон ва жамият ўртасидаги муносабатларнинг психологик томонларини ўрганувчи психология соҳалари.

- **Ижтимоий психология** - уюшган ва уюлмаган ижтимоий гуруҳлардаги шахслараро ўзаро таъсир жараёнида пайдо бўладиган психологик ҳодисаларни ўрганади.
- **Дифференциал психология** - шахс шаклланишининг индивидуал психологик йўналтирилганлиги каби хусусиятларни ўрганади.
- **Дин психологияси** – инсон онгига диний қарашларнинг таъсири масалаларини ўрганади.

- **Этнопсихология** – инсон психологиясининг этник хусусиятлари, миллий характер, миллий туйғу, миллий ғоя, ўз-ўзини англаш, этник стереотип, уларнинг қонуниятлари ва вужудга келиш хусусиятларини ўрганади.
- **Бошқарув психологияси** – бу психология фанининг шундай соҳасики, унда инсон томонидан –бошқаришнинг психологик томонларини ўрганади.
- **Маркетинг психологияси** – янги маҳсулотларни ишлаб чиқаришда ишлаб чиқариш корхоналари ва фирмаларни бошқаришни ва улар фаолиятини ташкил этишнинг психологик муаммоларини тадқиқ қилади.
- **Сиёсий психология** - жамиятнинг сиёсий ҳаётидаги психологик хусусиятлар, ҳолатлар, қонуниятлар, таъсирчанлик ва таъсир кўрсатиш жараёнлари каби жабҳаларни текширувчи психология соҳаси.
- **Оила психологияси** - оиланинг психологиясини ўрганувчи, фанлараро тадқиқот қилишга йўналган психология соҳаси.
- **Парапсихология** – ҳозирги замон фанининг чегарасидан ташқаридаги, тушунтириш қийин бўлган психик ҳодисаларни ўрганади.

Ҳозирда психология инсон ва унинг камолоти билан бевосита боғлиқ бўлган бир неча фанлар билан боғлиқ ҳолда ўрганилиши давом этмоқда, жумладан: нейрофизиология, этнография, ахборот тизимлари, муваффақиятларга эришиш, нейролингвистик дастурлашларга узвий боғлиқдир.

Ҳозирги кунда психологиянинг болалар психологияси, педагогик психология, касб психологияси сингари тармоқлари жадал ривожланиб бормоқда. Ўрганилаётган предмет ва ҳодисалар ўзаро алоқадор, бир-бирини тақозо этади, доимо ўзгаришда, ривожланишда, қарама-қарши зиддиятли жараёнлар мавжуд деб қарашни тушуниш зарурлигидан келиб чиқади.

Психология ва фан-техника тараққиёти билан боғлиги. XX ва XXI асрларда ишлаб чиқаришнинг, техниканинг янги турлари, алоқа воситаларининг беқиёс тараққий этганлиги билан, электроника ва автоматиканинг кенг қулланилиши билан, транспортнинг товуш тезлигидан ҳам ортик тезликда юрадиган янги турлари ўзлаштирилганлиги ва шу қабилар билан белгиланади. Буларнинг ҳаммаси замонавий техника билан иш қурадиган киши психикасида жуда катта талаблар қўймоқда. Ҳозирги пайтда саноатда, транспортда, ҳарбий ишда психологик омил деб аталмиш омилларни, яъни психик билиш жараёнлари - идрок, хотир, тафаккурда, шахс психикасининг хусусиятлари - характери хусусиятларида, темпераментда, таъсирланиши тезлиги ва шу қабиларда мужассамлашган имкониятларни ҳисобга олиш тобора катта аҳамият касб

этмоқда. Жумладан, жуда қисқа вақт ичида ўта масъулиятли ечимлар қабул қилиш зарурати билан юз берадиган асабий-психик танглик шароитида шахсда фаолиятни жиддий камчилик ва бузилишларга йўл қўймасдан амалга ошириш имконини берадиган айрим фазилатларнинг мавжудлиги ғоят муҳимдир. Меҳнат фаолиятининг мураккаб турлари киши олдига қўядиган талаблари муносабати билан кишининг психологик имкониятларини ўрганиш ҳозирги замон психологиясининг муҳим роль уйнаётганлигини билдиради. “Инсон-машина” муаммосини ўрганиш билан шуғулланадиган инженерлик психологияси умуман меҳнат психологияси қаби техниканинг кўпгина бўлимлари билан одам ва ЭҲМнинг ўзаро муносабати ва бошқа шу қабилар билан жуда ҳам яқинлашиб кетади.

Эндиликда фан-техника тараққиётининг анча жадаллаштирилганлиги шароитида шахсни ҳар томонлама ривожлантириш вазифасини ва конкрет психологик тараққиётларни ривожлантириш соҳасида ҳозирдаёқ эришилган ютуқлар ўқувчиларга таълим ва тарбия бериш жараёнида психологиянинг имкониятларини ва унинг иштирокига янги мазмун бахш этмоқда. Илғор психологлар психология фани олдида турган ва ҳал этилиши педагогикадаги энг муҳим проблемаларнинг муваффақиятли рўйбга чиқарилишини белгилаб берадиган вазифаларни аниқ ифодалаб бермоқдалар.

Биринчи вазифа психологик тадқиқотларнинг тайёр ва қарор топган қоидалари асослаб беришга қаратилгандан кўра кўпроқ ана шу қарор топган педагогик тажрибадан ўзиб кетадиган, бунинг учун янгидан-янги йулларни очиб берадиган, таълим ва тарбия ишида янгиликнинг кенг миқёсда киритилишини таъминлайдиган йуналишда олиб борилиши тақозо этади. А.В.Запорожец, Л.В.Занков, В.В.Давидов, П.Я.Гальперин, Н.А.Меньчинская, Д.Б.Эльконин, Ш.А.Амонашвили ва бошқалар педагогик психология соҳасидаги тадқиқотлари айнан ана шундай характерга эгадир.

Биринчи вазифадан келиб чиқадиган психологиянинг иккинчи вазифаси фан-техника тараққиётининг педагогика фани олдига қўйган талаблари билан боғлиқдир. Ўзлаштирилиши мажбурий бўлган ахборотнинг ҳажми жуда тез суръат билан ортиб бормоқда. Шу нарса аниқланганки, ахборот тездаёқ эскириб, янгиланиши лозим бўлиб туради. Бундан шу нарсани кўриш керакки, материалларни асосан ёдлаб олиш ва хотирада сақлаб қолишга мўлжалланган ўқитиш ҳозирдаёқ замонавий талабларга фақат қисман жавоб бериши мумкин. Тафаккур сифатларини шакллантириш муаммоларни ҳал этиш биринчи галдаги вазифалардан бўлиб чиқмоқдаки, бу ўқувчиларга доимо янгиланиб турадиган ахборотни ўзлари мустақил равишда ўзлаштириб бориш имконини берган булур эди. Ўқишни тугагандан кейин ҳам сақланиб қоладиган бундай қобилиятларнинг ривожлантирилиши кишининг тоборо жадаллаштираётган фан-техника тараққиётидан орқада қолмаслиги учун имконият туғдирган бўлур эди. Бизда жадал суръатлар билан

ривожлантирилаётган халқ маорифи психология олдиға кўпгина долзарб вазифаларни: психиканинг онтогенезда ривожланишининг умумий қонуниятларини аниқлаш, ҳар бир ёш босқичида кишининг фаолияти ва шахснинг психологик характеристикасини бериш, киши томонидан фан асосларида, маънавиятда, идеоголияда маълум бир тарзда системалаштирилган ижтимоий тажрибани ўзлаштиришнинг психологик механизмларини аниқлаш, психик жихатдан таълим ва тарбия жараёнида унинг шахсини шакллантиришнинг психологик асосларини кўрсатиб бериш; одамларнинг ёши ва индивидуал хусусиятлари ўртасидаги нисбатни ўрганиш; айрим одамларнинг психикаси ривожланишида умумий ривожланиши жараёнига нисбатан фарқлар юз беришининг психологик сабабларини аниқлаш ва ана шу фарқларни аниқлаш методларини ишлаб чиқиш каби вазифаларни қуйди.

Юқорида айтилганларнинг барчаси ҳозирги замон психологиясининг бир канча фанлар билан чамбарчас боғлиқлигидан далолат беради. У, бир томондан философия фанлари, иккинчи томондан табиий фанлар, учинчи томондан социал фанлар ўртасида жойлашган оралиқ мавқега эга бўлган фандир. Унинг бу фанларга яқинлиги ва ҳатто улардан баъзилари билан биргаликда тадқиқ қиладиган соҳаларнинг мавжудлиги ҳам унинг мустақиллигига ҳеч бир путур етказа олмайди. Психология ўзининг барча соҳаларида ўз тадқиқот методини, ўз назарий принципларини, ўша предметни ўрганишнинг ўз йулини сақлаб келаётир. Фақат психология учун эмас, балки у билан турдош фанлар учун шу қадар аҳамиятга эга бўлган психологик муаммоларнинг кўп киррали психологларнинг диққат марказида ҳамиша жаҳон тараққиётининг бош ижрочиси ҳисобланмиш одам турганлиги билан изоҳланади. Барча фанлар ва билим соҳалари одамга хизмат қилаётганлигига, уни қуроллантираётганлигига, унинг ўз томонидан яратилган, инсон назарияси ва амалиёти сифатида пайдо булгани ва ривожланаётганлиги учун ҳам моҳият ва мазмунга эгадир. Психологик билимларнинг бундан кейинги бутун тараққиётини психологиянинг ўз мустақил текшириш предметини сақлаб қолгани ҳолда бошқа турдош фанлар билан алоқаларнинг жуда ҳам кенгайиши сифатида тасаввур қилмоқ керак.

Психологиядаги

Атрофидаги одамларнинг характерини тушуниш умидида ва ёки ўз дардларига малҳам излаш мақсадида миллионлаб инсонлар сохта психологияга мурожаат қиладилар. Бу йўлда улар радио-мулоқот дастурларида бериб бориладиган маслаҳатларга қулоқ тутадилар,

аллақандай рухий кучлар ҳақидаги мақолаларни ўқийдилар, гипноз ёрдамида чекишни ташлашни хоҳловчиларнинг махсус йиғилишларида қатнашадилар, мустақил равишда шуғулланиш учун турли хил китоблар ва веб-сайтлардан тушлар таъбири, жўшқин ишқий муносабатларнинг сири ва бахтга элтувчи йўл каби мавзулар ҳақида маълумот излайдилар. Бошқа бировлар эса ҳаётини психологик ҳақиқатлардан илҳомланиб, ҳайрат ила савол берадилар: «Ростдан ҳам янги туғилган чақалоқ ва она ўртасида илк дақиқаларда киндик орқали тўғридан-тўғри алоқа бўладими? Одам улғайиб, болалиқда дуч келган жинсий зулм ҳақидаги хотиралари «тиклангач» – ўша ваҳшийларни жавобгарликка тортиш керак бўладими? Оиладаги илк фарзанд бошқа фарзандларга нисбатан тиришқоқроқ бўладими? Психотерапия муолажалари даволашга қодирми? Шу каби саволларга дуч келганда, илмсизликдан ҳосил бўлган фикрлар ва илмий хулосаларни қандай қилиб бир-биридан фарқлаб, ажрата оламиз? Инсонларнинг фикрлаш, ҳис қилиш ва хатти-ҳаракати сабабларини тушуниш учун қандай қилиб психология фанидан мукамал фойдаланишимиз мумкин? (David G. Myers Psychology, © 2010 by Worth Publishers 48-59 page)

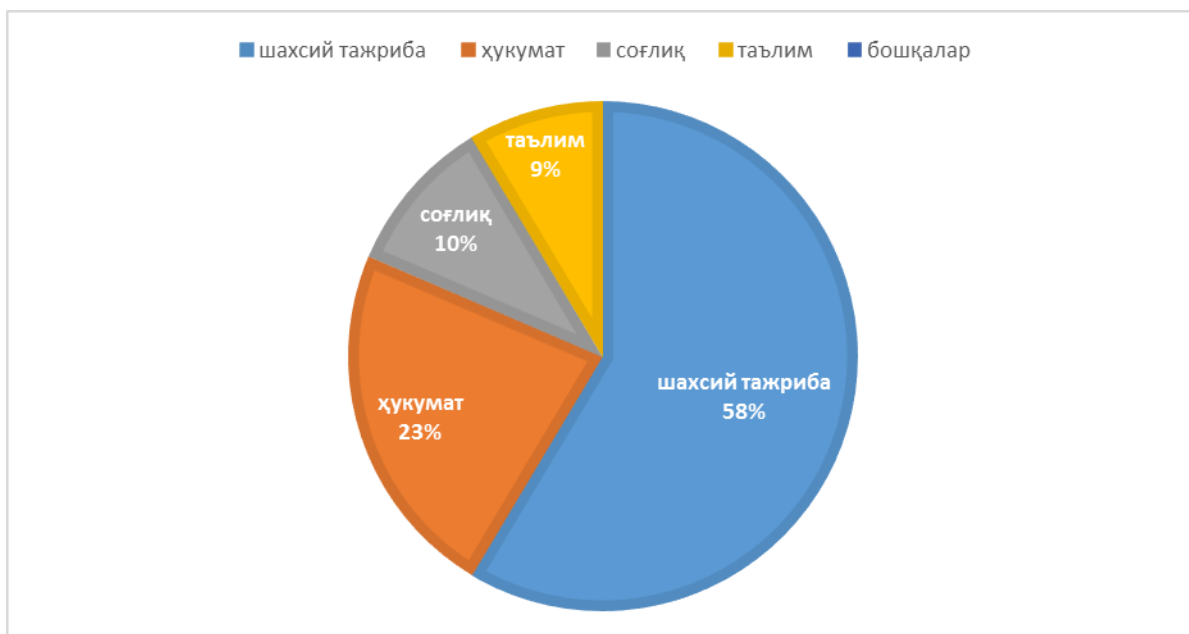
Психология фанига бўлган зарурият: Нега илмий ёндашувдан ҳосил бўлган хулосалар интуиция ва умумий оdatий онг орқали ҳосил бўлган хулосалардан кўра ишончлироқдир? Баъзи инсонлар ўйлайдиларки, психология фани одамлар шундоғам биладиган нарсаларни шунчаки илмий тилда қоғозга тушириш билан шуғулланади: «Психология фани орқали критик таҳлил қилишнинг нимаси янгилик бўлиб қолди – менинг бувижоним аллақачон билган нарсаларни қизиқарли метод ва тажрибаларинг орқали исботлайсан ва бу учун сен ҳақ оласан, холосми?». Бу ўринда бошқалар эса интуицияга (ички сезгилари) ишонадилар: «Ҳар биримизнинг туб-тубимизда энг ишончли йўлни кўрсатадиган инстинкт ва юракдан ҳис қиладиганимиз, йўлбошчимиз бор – биз шунчаки ўша туйғуларга эрк берсак, бўлди», – дея маслаҳат берган эди Британия шахзодаси Чарлз (2000-йил) (David G. Myers Psychology, © 2010 by Worth Publishers 48-59 page).

Дарҳақиқат, психология соҳаси ҳар томонлама ривожланиб бориши билан бирга ўзига яраша бу фаолиятда муаммолар ҳам йўқ эмас. Жумладан: кишиларнинг кўпчилик психолог кўригига бориш лозим-деса, демак унинг томи кетибди деган тушунчани айтиб ўтади. Психологдан ёрдам сўраш керак десангиз ҳам “Нима мени жинни бўлиди деб уйлаяпсанми?” деган бир хафа бўлувчи ёки сиздан четланиш ҳолатлари мавжуд. Халқ ичида юриб “психолог ўзи ким?”-деган саволни берсангиз, кўпчилик кишиларнинг фикрига “психолог инсонларни ким эканлигини олдиндан айтиб бера оладиган мутахассис”, ёки “психолог- илоҳий куч эгаси”, “психолог фол очади”, “психологнинг учинчи кўзи бор, сен кўрмаган нарсаларни у кўра олади”, “психолог барча муаммоларни ҳал қила олади” -деган фикрларни эшитамиз. Аслида психолог маълум

маънода бирон бир инсоннинг у ёки бу вазиятда қандай иш тутиши мумкинлигини анализ қила олади. Аммо бу ундан юксак профессионаллиқни талаб қилади. Психолог шахснинг хусусиятларини, унинг характери, темпераменти, мавжуд вазият ҳақида маълумотларга эга бўлиб олиши лозим.

Психолог педагогик жамоада ўқитувчи ва ўқувчилар орасида ўзаро ишонч, симпатия мавжуд бўлгандагина ўзи хоҳлаган мақсадларга эришиш мумкин.

Психологга мурожаат қилиш бу ожизлик белгиси эмас. Психолог соғлом инсонлар билан ишлашини эса юқорида ойдинлаштириб олдик. Лекин вақти вақти билан ҳар қандай инсон ҳам атрофдан кўрсатиладиган ёрдам, уни қўллаб қувватлашларига муҳтож бўлиб қолади. Бизнинг инсонлар бундай вақтларда одатда психологларга эмас, балки яқин дўстларига, қариндошларига мурожаат қиладилар. Психолог ўз касбини мажбурий қўллай олмайди. Ташаббусни консултацияга келган ва бунга эҳтиёж сезган мижозларга кўрсатиб боради.



(James W. Kalat. Introduction to Psychology, page 7)

Психолог бугунги кун учун инсон фаолиятининг барча йўналишларида зарур психологик хизматини кўрсатиш лозим. Ҳар бир шахснинг ўз муаммоларини ҳал этишда, таълим сифатини оширишда, инсон саломатлигини яхшилашда ва ҳукумат ишларини бошқаришда ҳам зарур психологик билимларга эга психологини талаб қилинади.

Масалан; таълим тизимидаги катта ўзгаришлардан бири хорижий тилларни ўрганиш ҳисобланмоқда. Хорижий тилларни ўқитишнинг психологик жиҳатлари.

Таълим тизимида олиб борилаётган ислохотлар самараси

ёшларимизга хорижий тилларни ўргатиш имкониятларини янада кенгайтирди. Бунга Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2012 йил 10 декабрдаги “Чет тилларни ўрганиш тизимини янада такомиллаштириш чора-тадбирлари тўғрисида”ги ПҚ – 1875 - сонли қарори алоҳида аҳамиятга эга бўлди. Чет тиллар ўқитувчисининг шахсий ва педагогик маҳоратини ошириш ҳамда хорижий тилларни ўқитишда замонавий ёндашувлардан фойдаланиш асосий вазифалар сифатида белгиланган. Уларни амалга оширишда таълими муассасалари педагог кадрларнинг илғор хорижий тажрибаларни ўрганиш ҳамда чет тилларни ўқитишда замонавий таълим технологияларидан фойдаланиш бўйича малака ва кўникмаларни такомиллаштириб бориш алоҳида аҳамиятга эга. Ҳозирда олий таълими тизимидаги педагог ходимларнинг мунтазам равишда ўз билим, кўникма ва малакаларини янгиллаб боришларига имкониятлар яратилмоқда. Бунда педагог ходимлар ёшларда хорижий тилларда эркин мулоқотга кириша олиш учун зарур билим ва кўникмаларнинг шакллантириш жараёнининг ўзига хос хусусиятларини яхши билишлари ва ўз педагогик фаолиятларида ҳисобга олиб боришлари заруриятини туғдиради. Шунингдек, синфлар бўйича ўқув дастурларида Ўзбекистонда чет тилларни ўқитиш сифати ва даражасини мунтазам равишда ошириш, ҳамда хорижий тил ўқитувчиларининг малакасини ошириш ўқув режа ва дастурларида ушбу жараёнига замон талаблари даражасида такомиллаштиришга алоҳида эътибор қаратилган. Олий таълим муассасаларида хорижий тилларни ўқитишнинг ўзига хос хусусиятларини ва уларга нисбатан психологик ёндашувларни ҳамда замон талабларини ҳисобга олган ҳолда мутахассисларнинг ҳамкорлигида зарур ўқув адабиётлари, ўқув-услубий қўлланмалар ишлаб чиқилмоқда. Шу билан бирга хорижий тил ўқитувчилари айнан мактаб ва коллеж ўқувчиларининг психологик хусусиятларига эътибор бериб боришлари таълим сифати ва самарадорлигини оширишнинг зарур шартини ҳисобланади.

Олий таълим муассасаларида хорижий тилларни ўрганишнинг сифати ва самарадорлигини ошириш юзасидан бугунги кунда ўқитувчилар бир қанча муҳим вазифаларни бажариши лозим. Тил ўрганишнинг ва уни ўргатишнинг психологик ўзига хослиги чет тилидаги матнни идрок этиш, чет тилидаги сўзларни хотирада сақлаш билан талабалар чет тилини ўзлаштириши жараёнида уларнинг ўзга тилдаги тафаккури кенгайиб боришини таъминланишининг психологик жиҳатларини билишни талаб этади.

Хорижий тилларни ўрганувчиларининг ривожланишига хос бўлган психологик хусусиятларни ўрганиши, ўқувчилар ақлий тараққиётининг психологик қонуниятларидан хабардор бўлиши, ўқувчининг психологик тараққиётига фаол таъсир қилувчи омилларни ўрганиши улар билан бўладиган муносабатлар учун зарур психологик маълумотларни ўз ичига олади. Талабанинг чет тилда мустақил, эркин фикрлаш доирасини кенгайтириш улар билан суҳбатларни тўғри ташкил эта олишга ҳам

боғлиқ. Ёшлар тил ўрганиш билан бирга ўз хаёти ўртасидаги боғлиқликнинг психологик жиҳатларини англаши лозим.

Чет тилини ўқитишнинг иккита психологик принципи бор: улар вербализация ва корреляция жараёнлари ҳисобланади. Вербализация - ўзга тил амалда фақат оғзаки нутқ орқали ўрганилади, яъни оғзаки нутқ таълим мақсади бўлсагина бегона тилни ўзлаштиришга йўл очилади. Шундай қилиб, тилда вербализация принципи оғзаки нутқ ўргатишни тақозо этади. Корреляция - чет тили материали (лексика, грамматика ва талаффуз) нинг муайян чегарасини аниқлайди, биринчи галда нутқ малакаларини ҳосил қилиш учун мўлжалланган тил бирликлари мажмуаси шаклланади. Нутқ мавзулари лексикани танлашда белгиловчи методик мезон вазифасини ўтайди. Тил ҳодисаларига оид мавҳумотлар нутқ малакаларининг шаклланишига хизмат қилади. Тинглаб тушунишнинг психофизиологик механизмлари мавжуд бўлиб, нутқни идрок этиш жараёнида муайян сезгилар кўзғатилиши назарда тутилади. Бегона тилни билмаган киши уни тушунмайди ҳам, балки бу тилдаги нутқни эшитиш қобилиятидан ҳам маҳрум.

Демак, мутахассислар чет тилини ўргатиш дарсларида хорижий тилларни ўқитишга бўлган замонавий психологик ёндашувларни тўғри ташкил этишлари лозим. Улар чет тилини ўргатиш бўйича педагогик маҳорати ва касбий компетентлик даражасини ошириш юзасидан ўз педагогик фаолиятлари инновацияларни татбиқ этишнинг самарали шаклларини, дидактик воситалар ва электрон ўқув материалларини яратиш технологияларини билишлари ҳамда улардан таълим жараёнида фойдаланишлари ўқувчиларнинг хорижий тил ўрганиши сифатини янада оширишга хизмат қилади.

Дастлаб талабаларда ҳам тилни ўзлаштиришдаги ҳадиксираши, чалғиш ва чарчасини йўқотишга, ҳамда салбий ўзгаришларнинг олдини олишга қаратилган психогимнастика машғулотларини ҳам ўз вақтида кўллай олиши ўқитувчининг педагогик маҳоратига боғлиқ.

Дарс жараёнида боланинг билиш психик жараёнлари – диққати, фикрлаши, идроки, тасаввури, хотираси ва таълим олишга қизиқишлари ўйинлар ёрдамида ривожлантирилади. Талаба хорижий тилларни ўрганиш билан бирга бошқа давлатлар ҳақидаги дастлабки фикрлари, тасаввурлари ривожланиб боради. Гуруҳли ўйинлардан фойдаланиш, мулоқот кўникмалари, бир-бирини ўзаро тушуниш, шерикчилик, ўзаро масъулиятни сезиш каби хислатларни ривожлантиришга ҳам ёрдам беради.

Масалан, хорижий тилнинг долзарб масалаларидан бири матнни тушунишдир. Матнни тушуниш эса психолингвистика фанининг тадқиқот предмети ҳисобланади. Психолингвистика фанида матнни идрок этиш ва уни тушуниш жараёнига бевосита таъсир кўрсатувчи омилларнинг учта гуруҳи фарқланади. Уларга қуйидагиларни киритиш мумкин: а) матнни идрок этиш ва тушуниш объекти сифатида қатнашадиган шахс хусусиятлари; б) матннинг параметрлари ва унда акс этадиган реалликлар;

в) идрок этиш ва тушуниш жараёни кечадиган вазиятлар. Демак, бундай ҳолларда мутахассис талабанинг психологик индивидуал хусусиятларини ҳисобга олиб ва уларга мос келадиган икки ёки беш дақиқали инглиз тилида реал ходисалар, вазиятларни сўзлаб бериши ва ундан талабаларнинг психологик таъсирларга берилиш жараёнини ҳам кузата билиши лозим. Матни психоллингвистик жиҳатдан тўғри ташкил этиб боришлари дарс самарадорлигини оширибгина қолмай, ўқувчиларда позитив эмоционал муносабатларни ҳам шакллантириб боради.

Асосий адабиётлар:

1. Ғозиев. Э.Ғ. Умумий психологияси. Т., ТошДУ, 2010.
2. David G. Myers Psychology, © 2010 by Worth Publishers
3. James W. Kalat. Introduction to Psychology, 2013
4. Рогов Е.И. Общая психология. Курс лекций. Учебник для ВУЗ. М-2002
5. Маклаков А. Г. Общая психология: ответы на экзаменационные билеты»: Питер; Санкт-петербург; 2012

Қўшимча адабиётлар:

1. Немов Р.С. Психология. Книга 1-М.: 2002.
2. Айзенк М. Психология для начинающих. “Питер”, 2000.
3. Эббингауз Г. Бэн А. Ассоциативная психология. М-1998. классики зарубежной психологии
4. Ғозиев. Э.Ғ. Психология методологияси. Т-2013
5. Дружинин В. Н. Психология общих способностей. 2-е изд. СПб.: Питер, 1999.
6. Юрчук В.В. Общая психология в схемах и моделях. Минск-2004

2 мавзу: Психологиянинг илмий тадқиқот методлари

Режа:

1. Психологиянинг асосий методлари
2. Тадқиқот методларини танлаш ва психологик диагноз
3. Психологияда психанализларнинг ўрни

Психологиянинг асосий методлари. Аниқ изланиш предметига эга бўлган ҳар қандай фан ўша предметининг моҳиятини ёритиш ва материаллар тўплаш учун махсус усуллар ва воситалардан фойдаланади ва улар фаннинг **методлари** деб юритилади. Фаннинг салоҳияти ва обрўси ҳам биринчи навбатда ўша методлар ёрдамида тўпланган маълумотларнинг ишончлилиги ва валидлилигига 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, қулоқ 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 ишончлилик даражасини аниқлаш, қолаверса, тўпланган маълумотларнинг қай даражада асосли ва валид эканлигини исботлашга ёрдам беради.

Психология фанида инсон психикасини тадқиқот қилиш методларининг турлича таснифи мавжуд. Б.Г.Ананьев психикани ўрганиш методларини тўрт гуруҳга ажратиб берган. Бу тўртта гуруҳ методлар М.Улуғбек номли Ўзбекистон миллий университети, Низомий номли Тошкент давлат педагогика университети, Фарғона давлат университети каби психолог мутахассис тайёрлайдиган олий ўқув юртларида батафсил ўрганилади. Биз мазкур мавзумизда ҳар бир инсоннинг ўзини ва атрофидагиларни билиб олишга имкон берадиган, мураккаб бўлмаган, қўллаш шартлари шароитга мос бўлган ва умум қабул қилинган методларни келтирдик. 1 - жадвалда асосий психологик методлар ва уларнинг турлари келтирилган.

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 сўров Ёзма сўров Эркин сўров (суҳбат) Стандартлаштирилган сўров
ТЕСТЛАР МЕТОДИ	Тест - сўров Тест - топшириқ Проектив тест Социометрик тест
ЭКСПЕРИМЕНТ	Табийий эксперимент. Лаборатория эксперименти
МОДЕЛЛАШТИРИШ	Математик моделлаштириш Мантикий моделлаштириш Техник моделлаштириш, Кибернетик моделлаштириш

1 - жадвал

Кузатиш методи табиий методлар жумласига киради. Ташқи кузатув моҳиятан кузатилувчи хулқ - атворини бевосита ташқаридан туриб, кузатиш орқали маълумотлар тўплаш усулидир. Ўз - ўзини кузатиш эса одам ўзида кечаётган бирор ўзгариш ёки ходисани ўзи ўрганиш мақсадида маълумотлар тўплаш ва қайд этиш усулидир.

Эркин кузатув кўпинча бирор ижтимоий ҳодиса ёки жараёни ўрганиш мақсад қилиб қўйилганда қўлланилади. Масалан, байрам арафасида аҳолининг кайфиятини билиш мақсадида кузатув ташкил қилинса, олдиндан махсус режа ёки дастур бўлмайди, кузатув объекти ҳам қатъий бўлиши шарт эмас. Ёки дарс жараёнида болаларнинг 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 доирасидан чиқмасдан, кузатув олиб борилади.

Ижтимоий ҳамда педагогик психологияда гуруҳий жараёнларнинг шахс хулқ - атворига таъсирини ўрганиш мақсадида бевосита ичкаридан кузатув ташкил қилинади, бунда кузатувчи шахс ўша гуруҳ ёки оила ҳаётига табиий равишда қўшилади ва зимдан кузатиш ишларини олиб боради. Бу бир қарашда контрразведкачиларнинг фаолиятини ҳам эслатади. 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 - одисаларни субъектив равишда қайд этадиган 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 хулосалар чиқаради.

Умуман, кузатиш методининг ижтимоий ҳаёт, профессионал кўрсаткичларни қайд қилишда сўзсиз афзалликлари бор, лекин шу билан бирга кузатувчининг профессионал маҳорати, кузатувчанлиги, сабр - каноатига боғлиқ бўлган жиҳатлар, яна тўпланган маълумотларни субъектив равишда тахлил қилиш хавфи бўлгани учун ҳам бироз ноқулайликлари ҳам бор, шунинг учун ҳам у бошқа методлар билан биргаликда ишлатилади.

Сўров методи ҳам психологиянинг барча тармоқларида бирламчи маълумотлар тўплашнинг анъанавий усулларида хисобланади. Унда текширилувчи текширувчи томонидан қўйилган қатор саволларга мухтасар жавоб қайтариши керак бўлади.

Оғзаки сўров ёки баъзан уни оддийгина қилиб, суҳбат методи деб аталади, ўтказадиган шахс унга маълум даражада тайёргарлик кўргач сўроқ ўтказди. Агар мабодо унинг профессионал маҳорати ёки тажрибаси бунга етарли бўлмаса, сўров ўз натижаларини бермаслиги мумкин. Лекин маҳоратли сўровчи 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, шубҳасиз, қимматли бирламчи материаллар тўпланади.

Сўровнинг ҳам эркин ва стандартлаштирилган шакллари мавжуд бўлиб, биринчисда олдиндан нималар сўралиши қатъий белгилаб олинмайди, иккинчи шаклида эса, ҳаттоки, компьютерда дастури ишлаб чиқилиб, минглаб одамларда бир хил талаблар доирасида сўроқ ўтказилиши назарда тутилади.

Тестлар охириги пайтда ҳаётимизга дадил кириб келган текширув усуллари сирасига киради. Улар ёрдамида бирор ўрганилаётган ҳодиса хусусида ҳам сифат, ҳам миқдор характеристикаларини олиш, уларни кўпчиликда қайта - қайта синаш ва маълумотларни корреляцион анализ қилиш орқали ишончилиikka текшириш мумкин бўлади. Айни тестга кўйилган талаб ҳеч қачон ўзгармайди, ҳаттоки, шундай тестлар борки, улар турли миллат ва элат вакилларида, турли даврларда ҳам ўзгармаган ҳолда ишлатилаверади. 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 - экстрроверсияни ўлчайди, саволларга “ҳа” ёки “йўқ” тарзида жавоб бериш сўралади.

Тест - топшириқ 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 берилиб, 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 бўлса, 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 берилдики, текширилувчи топшириқни бажараётиб, нимани аниқлаши мумкинлигини билмайди. Масалан, машҳур Роршахнинг “сиёҳ доғлари”

тести, ёки ТАТ(тематик апперцепцион тест), тугалланмаган хикоялар 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**нинг моҳияти шундаки, унда атайлаб шундай сунъий бир вазият шакллантирилади ва ташкил этиладики, айнан шу вазиятда қизиқтираётган психик жараён ёки ходиса ажратилади, ўрганилади, таъсир кўрсатилади ва баҳоланади. Агар табиий эксперимент ўша қизиқтираётган феномен текширилувчи учун табиий ҳисобланган шароитларда (масалан, меҳнат жараёнида, каникулда ёзги лагерда, лицей аудиториясида ва шунга ўхшаш) мақсадли ташкил этилиб, ўрганилса, лаборатория эксперименти махсус жойларда, махсус асбоб - ускуналар воситасида атайлаб ўрганилади. Масалан, диққатингизнинг 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 ходисаларини текшириш учун группавий 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 модель асосида тадқиқотчини қизиқтирган жиҳат ўрганилади ва хулосалар чиқарилади.

Моделлар техник, мантиқий, математик ёки кибернетик бўлиши мумкин. Математик модел асосида ўрганилган ҳодисага машҳур тадқиқотчилар Вебер - Фехнерларнинг сезгирликнинг қуйи ва юқори чегарасини аниқлашга қаратилган математик формуласи ва шу асосда тўпланган маълумотлар таҳлилин 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 ЭҲМ даги математик программалаштириш тамойилларига мослаштириш назарда тутилади. Ҳозир кўпгина мураккаб шахс хусусиятлари ҳам программалаштирилган бўлиб, улар алгоритмлар асосида қисқа фурсатда кўпгина сифатларни кўплаб параметрлар нуқтаи назаридан ҳисоблаб натижаларни умумлаштиришга имкон бермоқда. Кўпинча математик ўйинлар ғояси

одамлар ўртасидаги ўзаро муносабатлар соҳасини ўрганишда ҳам қўлланилмоқда. Маълум бўлишича, одамнинг фикрлаш операциялари билан ЭХМ ларнинг ишлаш принциплари ўртасида маълум уйғунлик бор экан, бу эса мураккаб психик жараёнларни моделлаштириш орқали инсон ақлу - заковати чегарасини янада кенгайтириш истиқболлини беради.

Умуман психологиянинг ва унинг ҳар бир алоҳида тармоқларининг ўзига хос методлари бор. 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 олишдир.

Психологиянинг татбиқий ва амалий соҳалари. ҳозирги замон илм - фанининг қадри ва аҳамияти унинг нечоғли амалиётга кириб бориб, татбиқий салоҳияти ортиб бориши билан баҳоланади. Психологиянинг охириги йиллардаги тараққиёти ҳам айнан ана шу мезон талабларига жавоб бериши билан характерланади.

Амалий ҳамда татбиқий психология соҳаларининг ўзига хос жиҳатлари аввало шундан иборатки, улар жамиятнинг бевосита бугунги кундаги талаблари ва буюртмаларига кўра иш юритади. Жамиятимизда эса психологик билимларни бевосита амалиётга татбиқ этишга эҳтиёж катта. Биргина Ўзбекистонда кадрлар тайёрлашнинг миллий дастурини оладиган бўлсак, унинг бажарилиши ва муваффақиятли амалга оширилиши учун психологиянинг аралашуви зарур. Жойларда ташкил этилган Ташхис марказларида фаолият кўрсатаётган мутахассислар ўқувчилардаги ривожланиш тенденциялари, ақлий ўсиш омиллари ва иқтидорига қараб таълим - тарбияни ташкил этишлари учун қатор диагностик тадбирларни ўтказишлари зарурки, бу тадбирлар охир - оқибат реал самара бериши лозим. Таъкидлаш зарурки, татбиқий психологиядаги “самара”ни ўлчаш мезонлари билан назарий психологиядаги самара тушунчалари бироз фарқ қилади. Яъни, бу ерда бевосита буюртманинг бажарилиши сифатига буюртмачининг ўзи баҳо беради. Шунинг учун ҳам амалий психологиянинг алоҳида тармоғи бўлмиш социал психология билимларга амалдаги эҳтиёжни уч асосий сабаб билан тушунтириши мумкин: а) кичик корхона ёки йирик фирмалардан тортиб, токи ҳукумат даражасидаги идоралар ҳам ўз фаолияти самарадорлигини ошириш учун тобора инсонлар фаолияти ва улардаги резервлардан омилкорона фойдаланишнинг психологик манбаларини қидириш лозимлигини тушуниб етмоқдалар; б) профессионал психологларнинг ўзи ҳам ўз ишларидан келадиган обрў - эътиборнинг амалий соҳаларида ишлай олиш қобилиятларига боғлиқ эканлигини тушуниб етмоқдалар; в) амалиётда ишлаётган бошқа соҳа вакиллари ҳам агар психологик тайёргарликдан ўтган бўлсалар, ишни ташкил қилишга ўқувлари яхшироқ ва ишлари унумлироқ бўлишини тушуниб етмоқдалар. Шунинг учун ҳам кўплаб янги турдаги марказ ва фирмалар, қўшма корхоналарда амалиётчи психологлар ишламоқдалар.

Тадқиқот методларини танлаш ва психологик диагноз

Ҳар бир фанда бўлганидек, психология фанида ҳам турли-туман психик ҳодисаларни ва ҳар бир шахсга хос бўлган индивидуал хусусиятларни ўрганиш учун қўлланиладиган бир қанча усуллар - йўл-йўриқлар бор. Бу усулларнинг моҳияти шу фаннинг мавзу баҳсига асосланади. Психологиянинг мавзу баҳси ҳаракатдаги материянинг алоҳида хусусияти билан боғлиқ бўлганлиги туфайли унинг усуллари ҳам ўзига хос мазмунга эгадир. Ҳар қандай усул маълум методологик тамойилларга асосланади.

Психология фани тарихида психологик ҳодисаларни ўрганиш учун қўлланилган биринчи усул ўз-ўзини кузатиш усулидир. Бу усул психология фани тарихида “интроспекция”, яъни ичдан кузатиш, кўриш деб юритилган.

Шундай экан, ўз-ўзини кузатиш усулидан фойдаланиш керакми, йўқми. Албатта керак. Чунки психологик тадқиқотларда ўз-ўзини кузатиш билан боғлиқ ҳоллар жуда кўп. Субъектив усулсиз истаган шахснинг психологик сифатларини тўлиқ ўрганиб бўлмайди. Бу усулсиз тиббиётда беморни даволаш мумкин эмас. Шунинг учун кузатиш усули психология фани учун жуда зарурдир. Лекин ўз-ўзини кузатишнинг салбий томонлари ҳам бор. Бу усул билан тадқиқот олиб борганда ҳар бир шахс ўз манфаати юзасидан субъектив хулоса чиқариши, ўз шахсидаги айрим салбий сифатларни бошқаришда ҳам мавжуд деб ҳисоблаши, бунинг натижасида бошқалар ҳақида нотўғри хулоса чиқариши мумкин.

Кузатишнинг самарали усули сиртдан кузатиш ёки ташқи кузатишдир. Ташқи кузатиш усули ҳамма вақт маълум мақсадга қаратилган бўлиб, унинг ёрдамида шахснинг турли руҳий жараёнлари (сезгилари, хотираси, идроки, хотираси, хаёли ва ҳ.к.) ҳамда шахсий хусусиятлари (қизиқиши, қобилияти, темпераменти, характери ва ҳ.к.) ўрганилади. Ташқи кузатиш (бир шахснинг бошқа шахсни ўрганиши) доимо маълум мақсадга қаратилган бўлиб, аниқ режа билан кузатишни тақозо этади. Бу усул ёрдамида психик ҳодиса ҳар томонлама ўрганилади.

Ташқи кузатиш усулининг ижобий томони шундаки, бунда исталган психик ҳодиса табиий шароитда қандай юз берса, шундайлигича текширилади. Шунга қарамасдан, руҳий ҳолатларнинг намоён бўлиш қонуниятларини аниқлашда фақат ташқи кузатиш усулидангина фойдаланиш етарли бўлмайди. Шунинг учун бу усул бошқа усуллар билан ҳамкорликда қўлланилади.

Объектив (ташқи) кузатиш усули тўпланган маълумотлар махсус қайд қилиб борилади ва маълум вақтдан этилиб, изланаётган хулосалар аниқланади.



ёрдамида манбаларда сўнг таҳлил

Психологик ҳодисаларни тадқиқ этиш учун қўлланиладиган усуллардан яна бири суҳбат ёки савол-жавоб усулидир. Бу усулнинг кузатиш усулига нисбатан афзаллиги шундаки, бунда тадқиқотчи ва ўрганилувчи ўртасида бевосита алоқа, мулоқот мавжуд бўлади. Суҳбат жараёнида шахснинг турмуш воқеаларига, бошқа одамларга ва унинг хатти-ҳаракатларига бўлган муносабатларида намоён бўладиган психологик сифатлари ўрганилади.

Суҳбат усулининг тадқиқотчи зиммасига юклайдиган масъулиятли томони шундаки, тадқиқотчи биринчи навбатда ўрганилаётган шахснинг тушунча доирасини, турмуш тажрибасини ва индивидуал сифатларини аниқлаши керак. Бундан ташқари, суҳбат усулининг муваффақияти учун тадқиқотчи куйидаги тамойилларга амал қилиши мақсадга мувофиқдир;

а) тадқиқотчи ва ўрганилувчи ўртасидаги мулоқот жараёни ўзаро ишонч, хайрихоҳлик ва самимийликка асосланиши;

б) суҳбат жараёнининг табиий, жонли ва бамайлихотирлик шароитида ўтиши;

в) суҳбат жараёнига тадқиқотчининг пухта тайёрланиши, унинг мақсадини олинадиган хулосаларни тўғри тасаввур қилиши, суҳбатни аниқ вақтга мўлжалланган қатъий режа асосида ўтказиши, тузилган саволларнинг аниқ, пухта ва тушунарли бўлиши ва ҳ.к. Демак, суҳбат усули ёрдамида психологик ҳодисаларни муваффақиятли ўрганиш учун тадқиқотчи бу жараёнга пухта тайёргарлик кўрган ва аввалдан ўз олдида аниқ мақсад қўйган бўлиши керак.

Психологик тадқиқотларнинг асосий маҳсулдор усули эксперимент (тажриба) усулидир. Бу усулнинг асосий усул сифатида кенг қўлланилишига сабаб шуки, бунда ўрганилиши лозим бўлган психологик ҳодиса лаборатория шароитида истаган вақтда вужудга келтирилади ва у замонавий асбоблар ёрдамида мукамал ўрганилади.

Психология фанида эксперимент усулининг икки тури бор;

а) лаборатория эксперименти;

б) табиий эксперимент.

Эксперимент усулининг бу икки тури психология фани соҳаларининг ҳаммаси учун барабар қўлланилади. Лаборатория экспериментининг ўзига хос устунлиги шундаки, у экспериментатор (тажриба ўтказувчи) га алоҳида қулайликлар беради. Экспериментатор ўрганилиши лозим бўлган психологик ҳодисани исталган вақтда вужудга келтиради ва унга сарфланадиган вақтдан унумли фойдаланиш имкониятига эга бўлади. Лаборатория экспериментининг айниқса; психик ҳолатларнинг физиологик асосларини ўрганишдаги имконияти каттадир. Шундай қилиб, лаборатория эксперименти психология фанининг энг маҳсулдор усули сифатида аҳамиятга эгадир.

Ҳар қандай ҳолатга нисбатан энг яхши изох ёки тушунтириш

атрофлича изланишдан кейин пайдо бўлади. Тадқиқотчи психологлар илмий услублардан фойдаланадилар аммо улар кимёгарлар ва физиклар учратмайдиган муаммоларга дуч келишади. Бир муаммони мисол қилиб кўрсатамиз: Психологлар маълум одамлар жамоасини илмий жиҳатдан ўрганаётганда улардан бирининг ўзини ғайриоддий тутишда ҳавотирда бўлишади. Кимёгар метан молекулаларини ўраганаётганда ҳеч қандай ҳавотирда бўлмайди. Кимёгарлар ҳохлаган нарсасини устида амлиёт бажариши мумкин албатта лабораторияни портлатмаган ҳолда. Психологлар одамлар билан бевосита учрашган ҳолда қатъий белгиланган чекловлар асосида иш олиб борадилар. Яна бошқа бир муаммо шундаки, одамлар кузатувдаликларини билиб қолишса, ўзларини ноодатий тута бошлайдилар. Кимёгарларнинг кимёвий моддаларида бундай муаммонинг келиб чиқши ақлга сиғмайди. Бу бўлимда сиз фаннинг умумий тамойиллари ва бу тамойиллардан психологлар чиққан махсус услублар ҳақида ўрганасиз.

Далилларни йиғиш фан бу - билим демақдир. Илм-фан - бу нусха кўчирса бўладиган маълумотларга асосланган билимларни қидиришдир.

Келинг, дастлаб маълумот йиғиндиси кейин эса нусха кўчирса бўладиган ибораси ҳақида фикр юритайлик.

Тадқиқот эҳтиёткорона қидириш билан бошланади. Масалан Роберт Провине кулгуни савдо марказларига бориб ким қачон кулганини тасмага ёзиб олган.

Психологлар кузатиш орқали масалага ойдинлик киритмоқчи бўлса, ҳохласа гипотеза пайдо қилишади ва синаб кўришади.

Гипотеза-аниқ тахминий изоҳ гипотезани синаш қуйдаги 4 қисмни тасвирловчи поғоналар кетма-кетлиги билан амалга оширилади. Кўп илмий маълумотлардаги мақоллар ҳам айнан шу кетма-кетликка амал қилади. Бу китобнинг қилган ҳар бир бобида, сиз далил нима деб ном берилган бўлимда психологик таълимга камида битта намуна топа оласиз уларнинг ҳар бирини гипотезадан то сўнгида унга изоҳ берилгунга қадар изчиллик билан амалга оширилади ([James W. Kalat. Introduction to Psychology 26-27 page](#))

Кундалик ҳаётингиз давомида сиз ўз танловингизнинг тўғрилигига кўпинча ишончсизлик билан қарайсиз. Кўпчилик одамлар ҳар доим ҳам руҳий ҳолатини ва психологик сифатларини тўғри тавсифлаб бера олмайди, бунга интилмаслиги ҳам мумкин. Психологияда проектив тестлар методикалари ҳақида кўп изланишлар олиб борилган. Психологияда «Проектив» атамаси илк бор Лоуренс Фенк томонидан 1939 йилда қўлланган. Шунингдек, у шахсни тадқиқ этишнинг проектив методлари таснифини ҳам келтиради: Шахснинг ижод маҳсулини ўрганиш, кўпроқ ботиний жиҳатларини аниқлашга ёрдам беради. Буни проектив характерга эга тестлар жумласига киради,-деб юритади. Шахсга расмлар, тестлар, график чизмаларни танлаш, чизиш орқали унинг психологик хусусиятларини билишга қаратилгани айтилади.

Мисол: кўйидаги расмлар қаранг.



Ушбу проектив чизмалар методлар орқали, чизган шахсда рағбатланишнинг етишмаслиги, хайрихоҳлик муҳити ва қадриятли фикрлар мавжуд эмаслиги тасвирланган. Бундай методлар аввало шахснинг муносабатлари соҳасини акс эттиради ва психологик муаммоларни, специфик реакцияларни аниқлаш имконини беради. Проектив тест яқка тартибда ўтказилади. Аввало, шахсни эркин бўлишини таъминлаши шарт. Тасвирланган расмларда аниқланишича, ёлғизлик, хавотир ёки қўрқув аниқ ифодаланган.

Демак, бу мактаб ёшидаги бола шахснинг чизган расми аниқланди, унда мактаб неврозлари бола ва катталарнинг аҳамиятли муносабатлари, боланинг мактаб ўзаро ҳамкорлиги тизимида ўз-ўзига муносабатлари бузилиши сифатида қаралиши мумкин.

Психологияда психоанализларнинг ўрнининг аҳамиятлиги

Психологияда ҳар бир методика натижаси анализ қилинади. Аниқланган натижаларга психоанализ натижаси тўғридан тўғри кўрсатилмаса-да, силлиқ тарздаги тушунчалар бериши шарт. Психоанализ тартиби, кўриниш, олиб бориш босқичлари ҳақида мижоз маълумотга эга бўлиши лозим. Психологлар шахснинг ҳолатига қараб психоанализни танлайди ва унга тақдим этади. Шахс ўзини психоанализ қилиши жараёнларида ҳам ўзининг саволларига жавоб топа бошлайди. Психоанализ матнли, расмли, жадвал шаклида тақдим этилиши мумкин. **Психоанализлар шуни кўрсатдики, кишилар бегона бўлишса ҳам кўча кўйида бир-бирига табассум қилишади. Аҳоли кўп шаҳарларда ва кичик шаҳарчаларда бу ҳаракат қанчалик бир-биридан анча фарқ қилади. Ким кўпроқ кулади; аёлларми эркекларми? Ёшларми ёки кексаларми? Эътиборни тортадиган баъзи ҳолатлар ҳам бор. Масалан баъзилар кучли изтиробда бўлишади. Саргіроз синдромига чалинганлар ўз яқинларини кўришганда улар ўзларини бошқа одам қилиб кўрсатганликларига ишонишади. Catarel синдромига чалинганлар вафот этади. Психология амалиётида ноёб иқтидор эгалари имкониятлари чекланганлар ёки ҳаёт тарзи одатдагидек шахслар ҳам**

учрайди. Касаллик тарихида бир киши танланади ва тиббий кузатилади, касаллик тарихи қимматли бўлиши мумкин, лекин кузатилувчи бу шахс ва шунга ўхшаш шахс бир маротаба кузатилади. Қолган кузатилувчилар шу одамни имтихон қилишади. Биз ҳақиқий меҳр-шафқатли текширувчи ёки муҳим қисмларни бўрттириб ёки тушунмай имтихон йўқми, шуни текшириб кўришади. Яхшиси тадқиқотларни эҳтиёткорлик билан талқин қилишимиз керак. (James W. Kalat. Introduction to Psychology 2013. 27 page) Тадқиқотда халқ муайян эътиқод нуқтаи назарда савол жавоб асосида бажарилади нима бўлишидан қатъий назар, касби, мансаби ҳаттоки, кўшнилари ўртасида ҳам сўровлар бўлади. Сиз ҳам тадқиқот натижаларини тез-тез ўқиб тушунишингиз керак бўлади.

Масалан: Тасодифий ёки айнан тайинланган вакилга ҳар қандай тадқиқот сўровлари муҳим аҳамиятга эга. 1936 йилда Лиэрарй Дигест Америка Қўшма Штатлари президентлиги учун номзодини қўяди 10 миллион овоз юборилади 2 миллион овоз билан 57 % устунлик билан Алфред Лондон афзал топилади.

Ўша йили Франклин Рузвелт демократик номзоди мағлубиятга учрайди. Нима учун? Муаммо Диггест китоби ва автомобил рўйхатларидан номларни танлаб олади. Шундай қилиб Марк узоқ вақт тадқиқот олиб боради. 1936-йили депрессияга тушган камбағал бир неча кишилар билан ишлар олиб борадилар (кўпроқ демократларни сўроққа тутди). Психология бу каби саволномалар, психоанализлар жамоа фикрини, ижтимоий онг тузилишини ва муҳитни, шахслараро муносабатларни ўрганишда ва уларни психологик таҳлил қилишда жуда аҳамиятлидир.

Адабиётлар

1. Ғозиев Э.Г. Умумий психология. -Т.: 2010.
2. Немов Р.С. Практическая Психология. 2003.320 с.
3. Рогов Е.И. Общая психология. Курс лекций. Учебник для ВУЗ. М-2002.

3-Мавзу. ОНГ ВА ПСИХИКАНИНГ РИВОЖЛАНИШИ

Режа:

1. Психика ҳақида тушунча бериш
2. Онг ҳақида тушунча бериш
3. Онтогенезда психиканинг ривожланиши
4. Психика ва онгнинг ривожланишида ёш даражаси
5. Психологияда психо- физиологик муаммо

Психика - Субъектнинг ҳақиқий объектив асосий шакли бўлиб ҳисобланган материянинг юқори ташкилий хусусиятидир. Инсоннинг маънавий шаклланиши унинг қалб ҳислатларининг бошқарилиш мажмуидир.

Онг - объектив ҳақиқатнинг энг юқори психик намоёндаси, ҳамда фақат социал мавжудодга тегишли бўлган ўз- ўзини бошқаришнинг энг юқори сатҳи.

А) Борликнинг умумийлаштирилган ва кўп қиррали нутқи билан боғлиқ бўлган ва фақат инсонга тегишли юқори кўринишидир.

Б) Ўйлаш қобилияти муҳокама қилиш инсоннинг энг юқори асабий ҳаракати фаолиятидир.

В) Инсоннинг соғлом ҳолати, кучли хотираси ўз ҳис- туйғулари ва ишларида жавобгарлиги ҳолати.

Амалий нуқтаи назардан онг тез ўзгариб турадиган ҳис- туйғу ва ақлли образлар субъекти олдида турган инсоннинг ички дунёсидир. Бироқ, тахмин қилиш мумкинки, бундай психик фаолият ҳайвонларда ҳам юқори ривожланган. Масалан: итлар, отлар, делфинлар, маймунлар ва бошқаларда содир бўлиши мумкин.

Инсоннинг ҳайвондан асосий фарқи, аввалом бор психик образларнинг жисм деб қабул қилинганлигида эмас, балки махсус механизмлар ва уларнинг аста-секин бажарилишидадир. Айнан психик образларнинг шаклланиш механизми ва улар томонидан ечилган хусусиятлар. Одамда бундай феноменларни яратиш- онг ҳисобланади. Онг бошқа психик феномен каби аниқ хусусиятга эга. Онг ҳар доим фаол. Онгнинг фаоллиги шунда намоён бўладики, инсон объектив дунёсининг психик кўриниши пассив хусусиятга эга эмас. Балки психика орқали намоён бўлаётган жисмлар бир хил аҳамиятга эга. Балки тескариси бўлиши мумкин.

Психик образлар субъекти учун аҳамиятли бўлган деференция даражаси содир бўлади. Онг- йўналтирувчидир. Шунга кўра онг фаол, у ҳар доим кандайдир объектга, жисм ёки образга йўналтирувчи хусусиятга эга.

Бу хусусиятларнинг борлиги инсоннинг ўз- ўзини бошқаришдек энг юқори хусусиятларини кўриб чиқишга рухсат берувчи онгнинг бошқа



бир қатор хусусиятларини шакллантиради. Онгнинг шаклланиш гурухига куйидагиларни киритиш мумкин: ўз-ўзини кўзатиш хусусиятлари (рефлексия) ва яна онгнинг илҳом ва қадр хусусияти.

Ўз навбатида онгнинг куйидаги хусусиятлари мустақил одам онтогенез жараёнида шаклланишини аниқлаб беришга имкон беради. “Мен- концепция”, инсон ўзи ҳақида ва атроф- муҳитнинг борлиги ҳақида бутун системанинг мунтазам ядросидир. Атроф-олам ҳақида қилинган бутун хабарларни инсон ўзи ҳақидаги Онг ва психик ривожланишлар орқали ажратиб олади. Мукамал ва мотивацион қурилмалардан келиб чиққан ҳолда ўзини тутишни шакллантиради. Шунинг учун унинг қарашлари тартиби катъий индивидуалдир. Одамлар содир бўлаётган воқеаларни ва ўзининг ҳаракатини, аниқ дунё объектларини ҳар хил баҳолайдилар. Ваҳоланки, баъзи одамларнинг баҳолаши аниқдир ва борлиққа мос келади. Бошқаларнинг баҳолаши эса тескари- субъективдир. Онгимизнинг адекватлиги нимага боғлиқ?

Ушбу саволга жавоб бериш учун инсон тамондан қабул қилинаётган реал ҳаётнинг образини ва ўзига баҳо беришини бир бировига мослаштирувчи бир қатор факторларни кўрсатиб ўтиш лозим. Аммо кўпчилик ҳолатларда инсоннинг ташқи муҳитни тўғри қабул қилиш даражаси, унинг имконият факторлари билан боғлиқ бўлади. Бошқа сўзлар билан айтганда, қабул қилиш чегараси бу яхши ва ёмон тушунчаларни таниб олиш хусусиятига киради. Айнан шу бўлиб ўтаётган ходисани тўғри танқид қилиш, қабул қилинган маълумотни ўз идеаллари билан таққослаш, таққослашдан келиб чиқиб ўзининг хулқини тузиш, яъни ҳаракат мақсади ва дастурини аниқлаш, қўйилган мақсад сари ҳаракатланиш инсонни хайвонлардан фарқлантиради. Шундай қилиб, танқид қилиш, ўз хулқини назорат қилиш механизмида асосий ўрин эгаллайди.

ОНТОГЕНЕЗДА ПСИХИКАНИНГ РИВОЖЛАНИШИ.

Инсон туғилган вақтидан бошлаб вояга етгунга қадар мураккаб психик ривожланиш ёшидан ўтади. Агар боланинг туғилган биринчи йилидаги психикасини 5-6 йилдан сўнгги психика билан таққосласак, унинг маълумот қабул қилишида нафақат миқдорда, балки сифатида фарқ бўлади.

Ҳозирги кунда, бола психикасини ривожлантириш муъаммоси ечимига кўпдан кўп услублар бор. Масалан, А.Н Леонтев боланинг психикаси ривожланишини 7 та босқичга бўлган, Ж. Пиаже 4та, Э.Эриксон эса 8та босқичга бўлган.

А.Н.Леонтев тамонтан психологик ривожланишнинг босқичларини чуқурроқ кўриб чиқсак.

Биринчи босқич- янги туғилган чақалоқнинг босқичи (2 ойгача). Бола кучли ривожланган сезиш ва ҳаракат органлари, асаб системаси

билан туғилади, улар бола онанинг қарнида бўлган вақтда ривожланади. Боланинг асаб системаси ва унинг бош мияси қобиғи анатомик томондан тўлиқ ривожланган. Аммо миянинг қобиғидаги микроскопик структура охиргача ривожланмаган, аниқроғи нерв толалари, ҳаракат ва сезги доиралари энди ривожлана бошлайди.

Янги туғилган чақалоқнинг ҳаёт тарзи, она қорнидаги ҳаёт тарзидан кам фарқ қилади: тинч турган вақтида у танасини эмбрионал ҳолатга келтиради; уйқу бутун вақтининг 5/4 қисмини ташкил этади; боланинг ташқи фаоллиги, ўзининг таомга бўлган муҳтожлигини қониқтиришга қаратилган; Жой ўзгартириш, қўл ҳаракатлари умуман йўқ. Бола 3-4 ҳафталигида ривожланишнинг янги баландроқ босқичига ўтишга ҳаракат қилади. Бу вақтда, ўзига ҳос муракаб реакция пайдо бўлади, бу болани бошқа инсон олдида жонланиши, ҳаракат қилишини тушунтиради. Бу реакция, олимлар орасида “жонланиш реакцияси” деб ном олган. Бу реакциянинг ривожланиши, бирор инсон болага яқинлашганида, бола кулиши ҳали дифференцияланмаган умумий ижобий йўналиш пайдо бўлишидан бошланади. Яъни болада предметни қабул қилиш белгилари пайдо бўла бошлайди.

Шундай қилиб, ушбу босқич асаб толаларининг миелинизацияси, энг оддий хулқ ҳаракатларининг ва йўналтирилган реакцияларнинг шаклланиши, “жонлашиш” реакцияси пайдо бўлиши кўзатилади.



Эрта болалик ёши (икки ойдан олти ойгача)

Ушбу босқичда, чақалоқда предметларни таниши, уларга бўлган эҳтиёж, кўриш, эшитиш ва ҳидини сезиш қобилиятлари пайдо бўлиб, болада маълумотни қабул қилиш бошланади. Ёш боланинг уйинчоқлар билан энг актив ишлатадиган пайти 5-6 ойлик бўлади, шунинг учун бу ёшда Онг ва психик ривожланишнинг энг тез ривожланадиган пайти ҳисобланади.

Чақалоқликнинг энг кечки ёши (6 ойдан -- 12-14 ойгача)

Ёш бола ҳаётининг биринчи йилининг иккинчи қисмида янги ҳаракатларни ўрганишни бошлайди ва дунёқарашини ҳам ўзгартиради. Бола 7-ойлик бўлганда қўл орқали сезиш қобилиятлари яхши ривожланган бўлади. Суяк ва мушакларни ривожланиши боланинг ҳаракат диапозонини мустаҳкамлайди, бу эса биринчи навбатда ташқи дунёдан кўпроқ информация олишга ёрдам беради. Буларнинг ҳаммаси боланинг мустақил бўлишига олиб келади. Унинг катталар билан ўзаро муносабат кўпроқ биргаликтаги фаолият шаклини келтириб чиқаради, яъни кўпинча катталар болани ҳаракатга тайёрлаб ўзи бажаришга имкон беради. Шу сингари ҳаракатлар билан предмет орқали муносабат яратса бўлади.



Шундай қилиб, бу даврда боланинг ривожланиши нафақат алоҳида нарсаларни ёки уларнинг йиғиндиси орқали ривожланади, балки бола ва катталар ўзаро мукаммаллашган муносабат орқалидир. Бунинг асосида



болада предметларни англаб етиши ҳодиса пайдо бўлади. Ушбу ўрнатилган муносабат «предмет» деб аталиб боланинг нутқи ривожланишига ёрдам беради.

Бола катталарни ҳаракатларини ўхшатишга интилади, бундан шуни кўрсак бўладик, ижтимоий тузилган одатларни ўрганишини бошлайди. Бу ўз навбатида берилган босқичнинг специфик инсонга оид ҳаракатларга келтирувчи операцияларни пайдо бўлишига сабаб бўлади. Ушбу операцияда катта бармоқ қолганлар билан солиштирилади, бу фақат одамга ҳос хусусиятдир.

Мактаб ёшига етмаган давр (бир ёшдан уч ёшгача)

Одамга ҳос специфик боланинг ўз табиати бўйича ижтимоий фаолияти ва одамнинг шакли онгли равишда ҳақиқатни акс эттириш жараёнлари пайдо бўлади ва ривожланади. Боланинг психикасидаги ўзгаришлар бу даврда шундаки, у атрофдаги муҳит билан ўзаро алоқага киришади. Шунингдек, боланинг атрофни ўрганиши катталарнинг ҳаракатига ўхшатиш орқали амалга оширилади, демак, бир пайтда предметларни ва уларнинг функцияларини англаб етади. Нарсаларни функциясини англаб етиш икки хил бўлади. Бир тарафдан - бу энг оддий малакасини ривожлантириш, масалан қошиқ, вилка ва ҳ.к. каби нарсалар. Бошқа тарафдан эса бу ўйин пайтида улар билан бошқариш ҳисобланади.



У нафақат катталар билан алоқа орқали дунёни билади, ва шунингдек мустақил равишда. Ушбу асосда бола янги сўзларни ҳам ўрганади. Бундай жараён давомида ўйинлар нутқ ҳаммаси кўпроқ тикланиш фаолиятига яъни ҳаммаси кўпроқ ривожланиш вазифасини бажаришни ва фақат белгилар нарсаларга бўлган муносабатларни ривожлантиради. Фарзанд катталарга ўйин орқали ҳамда тасаввур қилаётган нарсаларни кўриш йўли билан таклиф қилади.

Боғча ёши (уч ёшдан етти ёшгача).

Бу ёшнинг бошқа ёшлардан фарқи шундаки, ҳар бир нарса ўзининг дунёсини қандай кўриши ва уни шундайлигича қабул қилиши ва бу нарсаларга зиддиятлик билан қарашидир. Бу ёшда бола нима қила ошишига эмас, нима кўраётганлигига ва нимани эштаётганлигига қараб иш қилади. Ўйин орқали болада ижодий тасаввурни ривожланиш жараёнида ўзини –ўзи бошқаришни ривожлантиради. Ўйинлар орқали болада ташқи

оламни тўғри қабул қилиш, эслаб қолиш ҳамда нутқни ривожланиш кўникмалари ҳосил қила бошлайди. Бу даврда бола шахс сифатида шакллана бошлайди. (Маклаков А. Г. *Общая психология: ответы на экзаменационные билеты*: Питер; Санкт-петербург; 2012 китоби таржимаси)

Кичик мактаб ёши (7 ёшдан 12 ёшгача).

Мактабга ўқишга чиқиш бола учун янги психик ривожланиш босқичи деб ҳисобланади. Бу босқичда бола нафақат уни ўраб турган олам билан катталар билан ҳамда ўзининг тенгқурлари билан муомала қилиш кераклигини англайди. Энди бола жамият олдидаги бурчини ҳам англайди. Бу жамиятолдаги бурчлари унинг келажагига кескин таъсир этишини англамоғи лозим.

Олдинги босқичларида бола ўйинлар орқали катталар ёрдамида билим олар эди. Энди эса аксинча унинг олдида мустақил таълим олиш туради. Билим олиш жараёнида мактаб ёшидаги боладан билим олиш жараёнида диққатни ривожлантириш ҳамда шакллантириш талаб қилди. Шунингдек болада хотирани кучайиши кўзатилади. Бу ёшда болани эслаб қолиш фаолияти кучли бўлади. Кичик мактаб ёшида болада айниқса тафаккурни ривожланишини кўришимиз мумкин. Болаларда фикр юритиш ва хулоса чиқариш қобилиятлари ривожланади ҳамда нутқи равон бўла бошлади. Билим олиш жараёнида бола шахс сифатида шаклланади. Унинг қизиқишлари ўзгаради. Болалиқдаги қизиқишлари ўқиш билим олиш қизиқишига айланади. Болани шахс сифатида ривожланиши учун коллектив катта аҳамиятга эга бўлади. Бола ўқишни бошлаганида унинг олдида билим олиш уни ўраб турган муҳитни синфдошлари олдидаги мажбуриятлар қамраб олади. Бола биринчи марта коллектив деган сўз билан тўқнаш келади. Олдин бола фақат оила деган тушунчани тушунар эди.



Ўсмирлик ва ёшлик даврининг бошланиши талим давом эттириш билан ифодаланади.

Шу билан бирга бола жамият, ижтимоий муҳитда янада фаол бўлади. Шу вақт боланинг жинсига қараб унинг йўналиши аниқланади – "эр" ёки "аёл" фаолияти. Бундан ташқари, бола ўзини намоён эттиришга интилиб аниқ бир соҳада муваффақият кўрсата бошлайди, келажагдаги касби ҳақида фикр юритишни бошлайди.

Шу вақт билим, рухий жараёнларнинг ривожланиши ва шахсиятнинг шаклланиши бошланади. Шахсиятнинг шаклланиш жараёнида боланинг қизиқишлари ўзгаради.

Улар янада мустақамлашади. Ўқув қизиқишлари устувор аҳамиятини йўқотади. Бола "катта" ҳаётга ёланади. Шунини айтиб ўтиш керакки,

шахсиятнинг шаклланишига балоғатга етиш жараёни тасир қилади. Ёш инсон организмда катта ўзгаришлар кўзатилади, ҳар бир орган (мисол учун, юрак) маълум бир ўзгаришларни кечиради. Ўсмирнинг жинсий идентификацияси яқунланади. Барча омиллар таъсирида боланинг психологик кўриниши ўзгаради. Ўғил боланинг эркакларнинг хусусиятлари, қиз болада эса аёл стереотиплари пайдо бўлиши кўзатилади. Ўғил болалар эркак фаолиятига, қизлар эса – аёл фаолиятларига кўпроқ қизиқишни бошлайдилар. Шуни айтиб ўтиш жоизки психологик ривожланиш ёшлик даврида тўхтамайди. Бу ривожланиш кечроқ бошланиши мумкин. Шунинг учун, замонавий психологияда яна иккита ривожланиш даври мавжуд: акмеологик ривожланиш даври ёки вояга етишиш даври ва геронтогенез даври.



хулқида
кишининг

Акмеологик ривожланиш даври 18дан 60 гача кечади.

Илк бора "акмеологик" термини Н. Н. Рыбников тамонидан 1928-йилда таклиф этилган. Бу термин билан ("акме" - энг баланд чўкқи, воя, гуллаш, энг яхши давр) инсоннинг умридаги энг ижодий ва продуктив даврни аниқлашади. Бу давр ёшлик давридан умумий ва жинсий ривожланишлар яқунланиши билан фарқ қилади. Бу даврда инсон энг баланд ижодий, профессионал ва интеллектуал муваффақиятларга эришади. Геронтогенез даври - бу инсон хаётининг кечки давридир. Бу даврда 3та босқич мавжуд: илғор ёши (эркаклар учун- 60-74 ёш, аёллар учун - 55-74 ёш); кексалик 75-90 ; узоқ яшовчилар - 90- ва ундан катта.

Умуман, бу даврда инсоннинг психологик ва физиологик функциялара пасаяди, углевод, оксил ва ёғ алмашинуви интенсивлиги пасайиши кузатилади. Хужайраларнинг редокс жараёнларининг бажарилиши пасаяди. Шу билан бирга, эслаб қолиш ва фикрлаш қобилиятлари пасаяди.

Бирок, бу даврнинг ўтиши инсоннинг индивидуал хусусиятлари билан боғлиқ. Онтогенезнинг сўнгги босқичида инсоннинг жамиятдаги аҳамияти ва ижтимоий ҳолати унинг меҳнатга лаёқатлигини сақлаши жуда муҳимдир. Инсоннинг ижоди инволюцияга қарши кўрсата олиш жарайонида жудаям катта аҳамиятга эга. Бугун биз жуда узоқ муддат давомида ўз меҳнат ва ижодий фаолиятини олиб борган кўп машхур олим ва санъатшунос инсонларини биламиз. Шундай қилиб, И. П. Павлов 73 ёшида "Йигирма йиллик тажриба" ва 77 ёшида " Миянинг катта ярим паллалари фаолияти ҳақидаги маъруза" ни яратди. Л. Н. Толстой "Якшанба" асарини 71 ёшида, "Хаджи Мурат" ни эса -76 ёшида ёзди. Микеланджело, О. Ренуар, Вольтер, Б. Шоу, В. Гете ва бошқалар хаётинининг кечки даврида ижодий ва продуктив фаолияти билан ажралган. Шундай қилиб, инсоннинг ҳар бир яшаш даври ўзига яраша гўзалдир

Мия ва психика орасидаги алоқа. Психологияда психофизиологик

муаммолар

Сеченов инсон мияси ва организмнинг психик жараёнлар билан ўзаро боғлиқлиги бўйича улкан ишлар олиб борган ва психологияга ўзининг улкан ҳиссасини қўшган. Кейинчалик унинг фикрларини Павлов ривожлантирди ва шартли-рефлекслар ҳодисасини очди. Павловнинг фикрлари ва ихтиролари ҳозирги кунда янги назариялар яратишга асос бўлди. Буларнинг ичида Брейнштейн, Халл, Анохин, Соколовларнинг назария ва концепциялари ажралиб туради. Сеченов, барча психик ҳодисалар ўзинг ортидан мураккаб рефлекслар ва физиологик ҳодисаларни намоён қилади. Павловнинг фикрича ўзини тутиш мураккаб шартли рефлексларнинг қўшилиши натижасида пайдо бўлади. Бироқ шартли рефлекслар бу оддий бир физиологик ҳодисалар эканлиги кейинчалик маълум бўлди. Шартли-рефлекслар ҳақидаги илмларнинг очилишига қарамай, кейинчалик тирик жонзодларнинг янги қобилиятларни ўзлаштиришнинг бошқа усуллари устида ҳам ишлар олиб борилди. Бунда, айниқса, Соколов ва Измайловларнинг хизматлари катта. Улар томонидан концептуал рефлексор ёйи тушунчаси илгари сурилган. У уч ўзаро боғлиқ лекин нисбатан эркин нейронлар системасидан иборат: афферент (сенсорли анализатор), эффлектор (бажарувчи, ҳаракат органларига жавоб берувчи) ва моделлаштирувчи (афферентив ва эффлектор системаси устидан бошқариб турувчи). Биринчи нейронлар системаси маълумотлар қабул қилиниши ва қайта ишланишини тامينлайди, иккинчи система буйруқлар ишлаб чиқарилиши ва уларнинг бажарилишини тامينлайди, учинчиси иккинчи ва биринчи система устидан маълумотлар алмашинувини тامينлайди.



Бу теория билан бир қаторда бошқа теориялар ҳам мавжуд, бир томондан психик жараёнларнинг ўзини бошқарришдаги роли, бошқа томондан ўзини бошқаришда умумий бошқарув моделларининг тўзилишида физиологик ва психологик ҳодисаларнинг намоён бўлиши.Бернштейннинг ўйлашича энг содда ўзлаштирилган ҳатти-ҳаракатнинг ўзи ҳам, мураккаб ҳаракатларни инобатга олмаган ҳолда, психиканинг иштирокисиз амалга оширилиши мумкин эмас. Унинг таъкидлашича ҳар қандай ҳаракатнинг пайдо бўлишида психомотор реакция мавжуд.

Ҳар қандай ҳаракатнинг ўзлаштирилиши онгнинг таъсири остида амалга оширилади. Онг тушунчаси жуда кўп муаммоларга дуч келади. Буларга турли хил ёндашувлар ҳам мавжуд. Онг муаммоси психологиядаги глобал ва энг мураккаб муаммолардан биридир. Муаммога асосий ёндашувлар “Онг”- деди Вунд, - бу ўзимизда ҳар қандай психологик жараёнларга дуч келишимиздир. Онг психологик жихатдан ўзида ички ёруғликни, ёрқин ёки зулматни, ифодалайди. Инсон ўзини йўқотган пайтда у гуёки ўчиши ҳам мумкин. **К.Джеймснинг фикрича онг бу “психик функцияларнинг хўжайини”.**

Онг – бу ўзгача психик кенглик. Онг психологи яънинг шарти бўлиши мумкин лекин унинг предмети бўла олмайди. Унинг мавжудлиги психологик факт бўлишига қарамасдан, уни аниқлаш мумкин эмас ва фақатгина ўзидан чиқарилиши мумкин. Онг сифатсиздир чунки унинг ўзи сифат- психик жараён ва ходисаларнинг сифатидир. Сифатни бўлиб бўлмайди, у ёки бор ёки йўқ. Юқорида келтирилган қарашларнинг умумий қисми – бу психологик сифатсиз онгга урғу. Виготскийнинг онгга қарашлари қизиқиш уйғотади. У айтилишича “онг- бу ўзига ўзи, реалликга рефлексиядир. “Онг ўзи билан ўзи алоқададир”. Онг - бу онгдир, онг фақатгина жамият онгги ва тили мавжуд бўлгандагина мавжуд бўлиши мумкин. Онг туғма бўлмайди ёки табиат томонидан берилмайди балки у жамиятда ривожланади. Шунинг учун онг психологиянинг шарти эмас балки унинг муаммоси – илмий психологик изланишлар предмети дир (James W. Kalat. Introduction to Psychology).

Ташқи фаолиятни ички фаолиятга ўзгариши бу ташқи фаолият олдиндан мавжуд бўлган "режалаштирилган онг"га кўчиб ўтиши дегани эмас; бу шунақанги жараёнки унда ўша ички план(система) шаклланади. Онг бу, бевосита субектга очиладиган олам манзарасидир, унда субектнинг ўзи ҳам шунингдек, унинг фаолияти ва ҳолати ҳам киради деб ҳисоблайди Леонтъев. Дастлаб онг фақатгина субъектга атрофидаги оламни очиб берадиган психологик Онг ва психик ривожланиш сифатида бўлади; кейинги босқичларда фаолият онгнинг предмети га айланади, бу босқичда бошқа инсонларнинг ҳаракатларини, улардан эса субъект ўзининг шахсий ҳаракатларини англай бошлайди. Натижада, ақл - идрокимиздаги, "режалаштирилган онг"даги ички ҳаракатлар вужудга келади. Онгдаги кўриниш ёки тасвир ҳақиқий кўринишга айланади, яъни ҳаёлан ҳаракат қилиш мумкин модел (нусха) га айланади.

Б. Г. Ананьевнинг фикрича, "онг психологик фаолият сифатида ҳис- туйғули ва мантиқий билимларни жўшқин ўзаро боғланиши, бир бутун бўлиб ишлайдиган ва ҳар бирини алоҳида билим деб аниқлайдиган системадир. Бу ишлайдиган система инсоннинг сергаклик ҳолати ёки бошқа сўз билан айтганда, инсоннинг ўзига ҳос сергаклик ҳусусияти бу онгдир". Ананьевнинг фикрича, ҳаракат таъсирининг мураккаб қисми сифатида фаолият кўрсатади. Онгнинг дастлабки ҳусусиятлари - бу идрок қилиш ва инсоннинг болалик вақтидаги ўзининг шахсий ҳаракатлари натижасида пайдо бўлган кечинмалардир. Аста- секин нафақат ҳаракат таъсири, шунингдек боланинг фаолият жараёни ҳам англаниб етилади. Онгнинг ўзига ҳос ривожланиши учун онг алоҳида ҳаракатларни англашидан, бир мақсадга қаратилган, режалаштирилган фаолиятга ўтиши орқали амалга оширилади. Шу ҳолда, сергакликнинг бутун ҳолати яхлит " онг оқими" га айланади, бу бир фаолиятдан бошқа бир фаолиятга ўтишни англатади. " Онг бутун борлиқни фаол акси сифатида, инсоннинг амалий фаолиятини уни ўраб турган оламда тартибга солиб туради" .

Онгнинг ҳусусиятлари

С. Л. Рубинштейн қуйидаги онг хусусиятларини ажратиб кўрсатади:

- муносабат ўрнатиш
- билиш
- бошдан кечириш(кечинма)

Онгнинг ҳар бир хусусияти кам ҳолларда ёки фақат билиш, ёки фақат кечинма, ёки фақат муносабат бўлиши мумкин; кўпинча шу уч хусусиятдан ҳам иборат бўлади. Аммо бу уч таркибий қисмнинг (компонентларнинг) ҳар бирини ифодаланиш даражаси турлича. Шунинг учун ҳар бир онг хусусиятини, психологик тушунчасини координата системасининг уч муҳим нуқтаси сифатида кўриш мумкин. Онг механизмини таҳлил қилишда аклий метафорани бартараф қилиш муҳимдир. Онг бу фаолият системаси маҳсули ва натижасидир, унга нафақат мия балки шахс, жамият ҳам киради. Бу системаларнинг муҳим хусусиятлари унга етишмаётган функцияга оид органлар, ўзига хос янгидан юзага келган. У асосан дастлабки системадан йўқотиб бўлмайдиган у ёки бу имкониятлар ҳисобланади.

Онг хусусиятлари функцияга оид аъзолар сифатида:

- Ташқи таъсирга жавоб бериш қобилияти (реактивлик)
- Таъсирчанлик
- Диалогизм
- Полифонилик
- Ташқи таъсирсиз ривожланиш
- Ташқи таъсирга нисбатан беихтиёр кўрсатадиган реакция (рефлексивлик)

Онгнинг вазифалари

Асосий онг вазифаларига қуйидагилар киради:

- Акс қайтариш
- Туғма (ижодий)
- Бошқариб-баҳолаш
- Рефлексивлик
- Маънавийлик

Онг тўзилиши

Л.Фейербах онгни онг учун ва онг турмуш учун деган фикрни илгари сурган. А.Н.Леоньев онгни уч қисмдан иборат эканлигини ажратган:

- Образнинг сезиладиган асоси
- Маъно
- Мазмуни

Онг ва ўз ўзини англаш

Ўз ўзини англаш инсонга нафақат ташқи дунёни акс эттиришга йўл

кўяди, балки уни, ўзини шу оламда ажратиб яъни топиб, ўзининг ички дунёсини билишга, уни бошдан кечиришга ва маълум бир шаклда ўзига нисбатан муносабатда бўлишга ёрдам беради. Ўзини бирор бир барқарор объект сифатида англаш ички бутунликни тахмин қилади, шахснинг доимийлигини, уни ўзгарувчан вазиятларга қарамасдан ўзлигича қола олишини англатади. Ўзликни англаш бошқа инсонлар билан ўзаро таъсир давомида шаклланади ва инсон фаолиятининг муваффақиятига боғлиқ бўлган ўз ўзини баҳолаш билан боғлиқдир. Ўзликни англашнинг муҳим вазифаси - инсон учун унинг ҳаракатлари сабаби ва натижасини билиши ва ўзини баҳолаши, аслида қанақа инсонлигини тушунишга шароит яратишдир. Агар баҳо қониқарсиз бўлса, инсон ўз-ўзини ўстириш (камолотга етказиш) билан шуғулланиши мумкин, ёки ҳимояловчи механизмлари ёрдамида онгдан бу ёмон маълумотларни йўқ қилиш мумкин.

Онг ва беҳушлик.

Равшан онг доирасида фақатгина кам миқдорда ички ва ташқи муҳитда сигналлар акс этади. Айни ўша вақтда тўсикча учраган объектлар тушунилади. Вужудга келган машақатлар ёки маъноли ғазаблантирувчилар диққатни жалб қилинган ҳолда, англанади. Вазиятдан чиқиш усули бошқаруви топилгандан сўнг бошқарув яна онг бошқарувига ўтади. Шундай қилиб, онг доирасига иккиламчи ғайриихтиёрий ҳарактерлар киради(чопиш, пиёда юриш, профессионал малака ва ҳоказо). Шунингдек, онг доираси субъектив таркибга эга, яъни ҳали онг бўлиб улгурмаган, руҳий хусусиятларга эга(гўдак руҳияти,кишининг уйқули ҳолати, беҳушлик ҳолатида онг юзага келадиган ҳолат ва ҳоказо). Онгнинг энг қизиқ кўринишига эга бўлган бўлаги бу(ўқув тараёнига шаклланади) З.Фрейднинг ўқув амалётида ишлаб чиқилган. Фрейднинг фикрича, чушсизлик бу фақатгина эътибор қаратилмайдиган жараён эмас, балки онг тамонидан қўйладиган тўсиклар қайгуришлар ҳамдир. Ҳаракат қанчалар қийин бўлса, шунчалар кўп корректуал ўзгаришлар талаб этилади. Аммо ҳаракат ўзлаштирилиб автоматлаштирилган ҳолатига келади. Америкалик олим К.Халл, тирик организмни ахлоқий ва генетик-биологик тартиблаш механизми яъни ўзини бошқара олиш хусусиятига эга бўлган система сифатида изланиш олиб борган. Бу механизмлар, туғма бўлади ва организмни биокимёвий ва физик мувозакам (гомеостаз) сақлаш учун оптимал шароит яратиш беради ва мувозанат йўқолган ҳолатдагина ишига тушади. П.К Анохин ўзининг ахлоқий тартиб концепсия далолатномасини таклиф қилди. Бу концепсия кенг тарқалиш олди ва ўзининг функционал системаси эвазига оммобоп бўлди. Ушбу концепциянинг моҳияти шундан иборатки; одамзод атроф муҳитдан йирокда мавжуд була олмайди. У ҳар доим атроф муҳит таъсирида яшайди. Ташқи муҳит таъсирини олим П.К. Анохин жиҳозий афферантация деб номлади. Баъзи таъсирлар инсон учун аҳамиятсиз ёки хаттоки англашсиз, аммо баъзилари эса ноодатий, яъни жавобий реакцияни келтириб чиқаради. Ушбу реакция тахминий реакция

табиатни ўз ичига олади ва фаол ҳолатга келиш учун стимул вазифасини бажаради. Инсонга таъсир утказадиган объектлар фаолият шароити, аҳамиятини ҳисобга олмаган ҳолда, инсон тафаккурида образ хотирада сақланаётган маълумот билан ҳамда инсоннинг мотивацион қўлланмалари билан бирга солиштириш жараёни онг орқали амалга оширилади ва натижада қарор қабул қилиниш ва ахлоқ тартиби амалга ошириш сабабчиси бўлади. Марказий асаб системасида қўтилмаган ҳаракатлар яқуни, П.К. Анохин томонидан номланган ҳаракатларнинг натижаси (аксептори), яъни ўзига ҳос асаб шакли сифатида кўрсатилган.

Аксепторнинг ҳаракат натижаси-бу мақсадга йўналтирилган ҳаракат. Ҳаракат аксептори ва ҳаракат дастури мавжудлиги сабабли, бевосита ҳаракат бажарилишига олиб қелади. Шу тариқа, ирода ва кўйилган мақсаднинг бажарилиш жараёни ишга тушади. Ҳаракат натижалари ҳақидаги маълумот қарама қарши алоқа ҳарактерига эга ва бажарилаётган ҳаракатни шакллантиришга қаратилган бўлади. Агар ҳиссиётлар ижобий бўлса, ҳаракат тухтатилади. Агар аксинча ҳиссиётлар салбий бўлса, ҳаракатга ўзгартиришлар киритилади. П.К. Анохиннинг функционал системалар назарияси, физиологик ва руҳий жараёнларнинг боғлиқлиги ҳақидаги масалаларга яқин ёндашув олиб борилганлиги учун, кенг тарқалишга эга бўлди. Ушбу назарияда айтиладики, руҳий омил ва жараёнлар физиологик жараён каби, хулқ-атвор шаклланишида катта аҳамиятга эга. Шу билан бирга хулқ-атвор руҳий ва физиологик жараёнларни баробар бўлмаган ҳолатда Онг ва психик ривожланиш қилиш мумкин эмас. Мия ва руҳият боғлиқлигини аниқлашнинг бошқа бир ёндашувлари ҳам мавжуд.

А.Р.Лурия бош миясини анатомик блокларини ажратишни тавсия қилди, чунки улар руҳий ходисаларнинг ишлашини таъминлайди. Биринчи блок фаолиятнинг маълум бир даражасини таъминлаш учун белгиланган. У қуйидаги блокларни ўз ичига олади: миянинг редикуляр шакли, ўрта миянинг ички чуқур бўлими, лимбстик система шакли, фронтал ва чеккадаги мия бўлагининг медиабазалар қатлами. Иккинчи блок, руҳий англаш жараёнлари билан боғлиқ ҳамда информацияни олиш, қайта ишлаш ва сақлаш жараёни учун мўлжалланган. Ушбу блок бош миянинг фронтал ва орқа бош мия қатламини ўз ичига олади. Учинчи блок, фикрлаш, хулқ-атвор бошқаруви ва ўз-ўзини назорат қилиш функцияларини ўз ичига олади. Ушбу блок, бош миянинг олди қатламида жойлашган. Ушбу концепция илмий изланиш натижасида Ф.Р. Лурия томонидан функционал, органик бузилиш ҳамда мия касалликларини аниқлаш мақсадида олға сурилган. Руҳият ва мия боғлиқлиги ҳақида саволларни кўраётганда, психо- физиологик муаммоларни кўриб чиқиш лозим. Шундай қилиб, ҳар икки мавжуд ёндашувлар психофизиологик муаммони еча олмайди. Шунинг учун психология муаммоларини

Ўрганишда ягона услубий ёндашув мавжуд эмас. Шу билан бирга ақлий ва физиологик жараёнлар ўртасида яқин боғлиқлик бор деб айтиш мумкин. Шунинг учун руҳий ҳолатларни ҳисобга олиб, ҳар доим улар физиологик жараёнлар билан қаттиқ боғлиқ ҳодиса ва жараёнлар фаолиятини амалга оширувчи «субстрат» дир. Шунинг учун, ақлий ва физиологик жараёнлар ўзаро боғлиқ ва инсон хатти ҳаракатларининг ўзаро боғлиқчисидир. *(Маклаков А. Г. Общая психология. Санкт-петербург; 2012 китоби мавзу бўйича таржимаси)*

Адабиётлар:

1. Маклаков А. Г. Общая психология: ответы на экзаменационные билеты»: Питер; Санкт-петербург; 2012
2. David G. Myers Psychology, © 2010 by Worth Publishers
3. Джеймс У, Калат. Введение в психология. 2013
4. Рогов Е.И. Общая психология. Курс лекций. Учебник для ВУЗ. М-2002

4- Мавзу: ФАОЛИЯТНИНГ ПСИХОЛОГИК ТАЛҚИНИ

Режа:

1. Фаолиятнинг психологик талқини
2. Шахс ва унинг фаоллиги.
3. Фаолиятнинг турлари
4. Ўйин фаолиятининг ўзига хос жиҳатлари
5. Ўқиш фаолиятининг психологик хусусиятлари.
6. Меҳнат фаолиятининг психологик хусусиятлари.
7. Фаолиятда муваффақиятга эришишни истайсизми?

Мавзу юзасидан таянч сўзлар: Шахс фаоллиги, ташқи фаоллик, ички фаоллик, фаолият, перцептив ҳаракат, мнемик фаолият, фикрлаш фаолияти, имажитив фаолияти, малака, кўникма, мотив, ижтимоий установа.

1. Фаолиятнинг психологик талқини

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 (лотинча “астус” - ҳаракат, “астивус” - фаол сўзларидан келиб чиққан тушунча) шахснинг ҳаётдаги барча хатти - ҳаракатларини намоён этишини тушунтирувчи категориядир. Бу - ўша оддий кўлимизга қалам олиб, бирор чизикча 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 англаши муаммолари унинг фаоллиги, у ёки бу фаолият турларида иштироки ва уни удаллаши алоқадор сифатлари орқали баён этилади.

Фанда инсон фаоллигининг асосан икки тури фарқланади:

А. Ташқи фаоллик - бу ташқаридан ва ўз ички истак-хоҳишларимиз таъсирида бевосита кўриш, қайд қилиш мумкин бўлган ҳаракатларимиз, мушакларимизнинг ҳаракатлари орқали намоён бўладиган фаоллик.

Б. 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 омилларни ўз ичига олади.

Мисол тариқасида ҳаётдан шундай манзарани тасаввур қилайлик: узоқ айрилиқдан сўнг она ўз фарзанди висолига етди. Ташқи фаолликни биз онанинг боласига интилиши, уни кучоқлаши, юзларини сийлаши,

кўзларидан оққан севинч ёшларида кўрсак, ички фаоллик - ўша кўз ёшларини келтириб чиқарган физиологик жараёнлар, ички соғинчнинг асл сабаблари (айрилиқ муддати, ночорлик туфайли айрилиқ каби яширин мотивлар таъсири), кўриб идрок қилгандаги ўзаро бир-бирларига интилишни таъминловчи ички, бир қарашда кўз билан илғаб бўлмайдиган эмоционал ҳолатларда намоён бўлади. Лекин шу манзарани бевосита гувоҳи бўлсак ҳам, уни ифодалаган расмни курсак ҳам, тахминан қандай жараёнлар кечаётганлигини тасаввур қилишимиз мумкин. Демак, иккала турли фаоллик ҳам шахсий тажриба ва ривожланишнинг асосини ташкил этади. Бир қарашда ҳар бир конкрет шахсга ва унинг эҳтиёжларига боғлиқ бўлиб туюлган бундай фаоллик турлари аслида ижтимоий характерга эга бўлиб, шахснинг жамият билан бўладиган мураккаб ва ўзаро муносабатларининг оқибати ҳисобланади.

Инсон фаоллиги “ҳаракат”, “фаолият”, “хулқ” тушунчалари билан чамбарчас боғлиқ бўлиб, шахс ва унинг онги масаласига бориб тақалади. 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 юритилади. Яъни, **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. Бу - ёш боланинг реал предметлар моҳиятини ўз тасаввурлари доирасида билишга қаратилган ўйин фаолияти, бу - моддий неъматлар яратишга қаратилган меҳнат фаолияти, бу - янги кашфиётлар очишга қаратилган илмий - тадқиқотчилик фаолияти, бу - рекордларни кўпайтиришга қаратилган спортчининг маҳорати ва шунга ўхшаш. Шуниси характерлики, инсон ҳар дақиқада қандайдир фаолият тури билан машғул бўлиб туради.

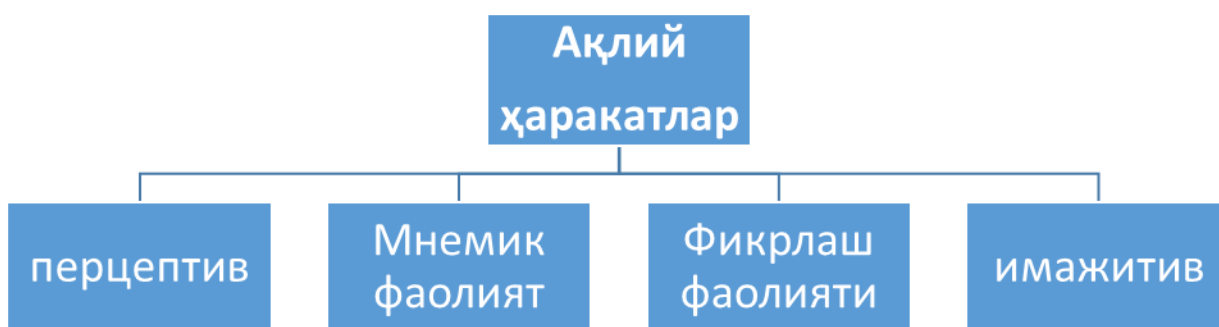
Фаолият турлари. Жисмоний ва ақлий ҳаракатлар.

Ҳар қандай фаолият реал шарт-шароитларда, турли усулларда ва турлича кўринишларда намоён бўлади. Қилинаётган ҳар бир ҳаракат маълум нарсага - предметга қаратилгани учун ҳам, фаолият предметли ҳаракатлар мажмуи сифатида тасаввур қилинади. Предметли ҳаракатлар 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. **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. Келиб чиқиши

нуктаи назаридан ички - ақлий, психик фаолият ташқи предметли фаолиятдан келиб чиқади. Дастлаб предметли ташқи фаолият рўй беради, 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.

Ҳар қандай шароитда ҳам барча ҳаракатлар ҳам ички-психологик, ҳам ташқи - мувофиқлик нуктаи назаридан онг томонидан бошқарлиб борилади. Ҳар қандай фаолият таркибида ҳам ақлий, ҳам жисмоний - мотор ҳаракатлар мужассам бўлади. Масалан, фикрлаётган донишмандни кузатганмисиз? Агар ўйланаётган одамни зийраклик билан кузатсангиз, ундаги етакчи фаолият ақлий бўлгани билан унинг пешоналари, кўзлари, хаттоки, тана ва қўл ҳаракатлари жуда муҳим ва жиддий фикр хусусида бир тўхтамга келолмаётганидан, ёки янги фикрни топиб, ундан мамнуният ҳис қилаётганлигидан дарак беради. Бир қарашда ташқи элементар ишни амалга ошираётган - мисол учун, узум кўчатини ортиқча барглардан халос этаётган боғбон ҳаракатлари ҳам ақлий компонентлардан холи эмас, у қайси баргнинг ва нима учун ортиқча эканлигидан англаб, билиб туриб олиб ташлайди.

Ақлий ҳаракатлар - шахснинг онгли тарзда, ички психологик механизмлар воситасида амалга оширадиган турли-туман ҳаракатларидир. Экспериментал тарзда шу нарса исбот қилинганки, бундай ҳаракатлар доимо мотор ҳаракатларни ҳам ўз ичига олади. Бундай ҳаракатлар кўйидаги кўринишларда бўлиши мумкин:



Ақлий ҳаракатларнинг кўринишлари

■ **перцептив** - яъни булар шундай ҳаракатларки, уларнинг оқибатида атрофдаги предметлар 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 фаолият тури;

■ **фикрлаш фаолияти** - ақл, фаҳм - фаросат воситасида турли хил муаммолар, масалалар ва жумбоқларни ечишга қаратилган фаолият;

■ **имажтитив** - (“имаге” -образ сўзидан олинган) фаолияти шундайки, у ижодий жараёнларда хаёл ва фантазия воситасида ҳозир бевосита онгда берилмаган нарсаларнинг хусусиятларини англаш ва хаёлда тиклашни тақозо этади.

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 жараён 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 боради. Бу оддий тилга ўтирилганда, **малака ҳосил бўлди** дейилади. Масалан, ҳар биримиз шу тарзда хат ёзишга ўрганганмиз. Агар малакаларимиз қатъий тарзда биздаги билимларга таянса, фаолиятнинг мақсади ва талабларига кўра ҳаракатларни муваффақиятли бажаришни таъминласа, биз буни **кўникмалар** деб атаймиз. *Кўникмалар* - доимо биздаги аниқ билимларга таянади. Масалан, кўникма ва малакалар ўзаро боғлиқ бўлади, шунинг учун ҳам ўқув фаолияти жараёнида шаклланидиган барча кўникмалар ва малакалар шахснинг муваффақиятли ўқишини таъминлайди. Иккаласи ҳам машқлар ва қайтаришлар воситасида мустаҳкамланади. Агар, фақат малакани оладиган бўлсак, унинг шаклланиш йўллари қуйидагича бўлиши мумкин:

- оддий намоёниш этиш йўли билан;
- тушунтириш йўли билан;
- кўрсатиш билан тушунтиришни уйғунлаштириш йўли билан.

Ҳаётда кўникма ва малакаларнинг аҳамияти катта. Улар бизнинг жисмоний ва ақлий уринишларимизни енгиллаштиради ва ўқишда, меҳнатда, спорт соҳасида ва ижодиётда муваффақиятларга эришишимизни таъминлайди.

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. Бу фаолият 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 бошлайди ва нутқи орқали (вербал) ва нутқсиз воситалар (новербал) ёрдамида бошқа фаолият турларини мукаммал эгаллашга замин яратади.

4.Ўйин - шундай фаолият турики, у бевосита бирор моддий ёки маънавий неъматлар яратишни назарда тутмайди, лекин унинг жараёнида жамиятдаги мураккаб ва хилма-хил фаолият нормалари, ҳаракатларнинг символик андозалари бола томонидан ўзлаштирилади. Бола токи ўйнамагунча, катталар хатти-ҳаракатларининг маъно ва моҳиятини англаб етолмайди.

Ўйин фаолияти фаолиятнинг оддий шаклларида бири ҳисобланади, лекин у тобора такомиллашиб содда ҳаракатларни кейинчалик сюжетли, ролли ўйинларга, ҳатто спортгача мураккаблашиб боради, атроф муҳитни акс эттиришда иштирок эта бошлайди.

Тажрибалардан хулоса қилиш мумкинки, 5-6 ёшдаги болалар учун энг муҳим у ўйнаётган рол. Ролни гавдалантириш давомида боланинг фаолиятга бўлган муносабати юзага чиқади. Кўрилган вазиятдан шундай гипотеза туғилади. Демак, бола ўзига бошқа одамларнинг ролини олаётган экан, шу ролга хос, тегишли фаолият ва муносабатларни акс эттириш **ўйиннинг бирламчи асосидир** (Д.Б.Эльконин *“Психология игры”* М.:1999 5-бет).

“Болалар ўйинларининг моҳияти шундан иборатки, у ўйинда у ёки бу ролни бажарадилар ва энг қизиқ жиҳати, майда, кераксиз буюмларнинг **ҳақиқий тирик мавжудотларга** айлантиришини хоҳлаши мумкин”. (Селли *Джемс Очерки по психологии детства /Пер.с англ. М.,1901*)



1933 йилда “ўйин” тушунчасининг этимологик таҳлилини амалга оширган ва унинг ўзига хос аломатларини таснифлашга ҳаракат қилган голланд олими Ф.Бойтендайт ҳисобланади. Ўйиннинг аломатлари “у ёққа ва бу ёққа ҳаракат “ихтиёрсизлик ва эркинлик, қувонч ва эрмаклик”. Бундай аломатлардан қаноатланмаган муаллиф, унинг феноменини болалар фаолиятини кузатиш орқали аниқлаш мумкин, чунки ўйиннинг қиймати ва аҳамияти уларнинг ўзлари томонидан оқилона баҳолаш, деган хулосага келади.

В. Вунднинг мулоҳазаларида кўра, ўйиннинг манбаи ҳузур қилиш, роҳатланишдан иборатдир. В. Вундт билдирган фикрлар ёйик хусусиятга эга бўлиб, ўйиннинг у ёки бу жиҳатларини ёритишга хизмат қилади. Унинг фикрича ўйин – бу болаларнинг меҳнатидир. Ҳар қандай ўйин жиддий меҳнатнинг у ёки бу шаклининг прототипидир. Яшаш заруруяти инсонни меҳнат қилишга мажбур қилади. Меҳнат орқали инсон ўз куч-қудратини баҳолашга ўрагана боради, ҳузур қилиш ва роҳатланишнинг манбаи эканлигига иқроор бўлади. Ўйин меҳнатнинг фойдали жиҳатини йўқотиб боради.

А.Аркин эса ўйинларнинг қуйидаги таснифини таклиф қилади:

1. Ишлаб чиқаришга: Саноат, қишлоқ хўжалиги, қурилиш касб-ҳунарга оид ўйинлар;

2. Маиший ва ижтимоий сиёсатга: Боғча, мактаб кундалик турмушга оид ўйинлар;

3. Ҳарбий: уруш-уруш ўйинлари;

4. Драмалаштирилган: Кино, спектакл ва бошқаларга оид ўйинлар.

Д. Б. Элконин мактабгача ёшдаги болаларга хос ролли ўйинларнинг сюжетига кўра 3 та гуруҳга ажратишни тавсия қилади:

1. Маиший мавзу сюжетга оид ўйинлар.

2. Сюжетига таалуқли ўйинлар.

3. Ижтимоий-сиёсий сюжетли ўйинлар.

Д. Б. Элконин ҳаракатли ўйиннинг қоидалари мазмуни ўзаро боғлиқлигидан келиб чиқиб, уларни беш гуруҳга ажратади:

1. Ҳаракатга тақлид қилиш: тақлидий-процессуал ўйинлар.

2. Муайян сюжетли драмалаштирилган ўйинлар.

3. Сюжетли ўйинлар.

4. Сюжетсиз ўйинлар.

5. Аниқ мақсадга қаратилган машқлардан иборат спорт ўйинлари.

(Д.Б.Элконин “Психология игры” М.: 1999)

5.ЎҚИШ ВА ЎРГАНИШ ФАОЛИЯТИ

“LEARNING IS THE EYE OF THE MIND”
“МИЙЯНИНГ КЎЗИ ЎРГАНИШДИР” Thomas Drake,
Bibliotheca Scholastica Instructissima, 1633



Ўқиш фаолияти ҳам шахс камолотида катта роль ўйнайди ва маъно касб этади. Бу шундай фаолиятки, унинг жараёнида билимлар, малака ва турли кўникмалар ўзлаштирилади.

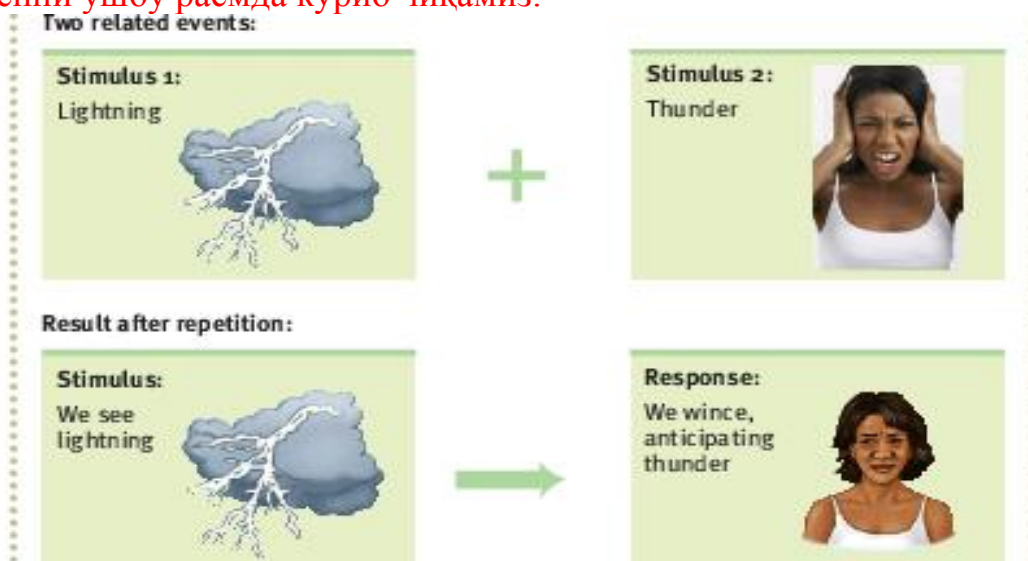
Психологиянинг юрагига ўрганиш фаолиятига яқинроқ мавзу йўқ. Ўрганиш фаолияти-бирон бир организм хатти ҳаракатининг тажрибага кўра ўзгариши. Ўрганиш фаолиятининг уч тури бор: улар 1- Classical conditioning (Классик шароит) 2-Operant condition (рағбатлантирилиш орқали бирон бир иш ҳаракатни бажаришга ўргатиш) 3-Observational learning (Кузатув орқали ўрганиш)

200-йиллар аввалроқ файласуф Жон Лоске ва Давид Хуман 2000 йил олдин Аристотелнинг хулосалари асосида шундай деди: Биз ассоциациялар орқали ўрганамиз. Бизнинг миямиз изчил равишда воқеа ва ҳодисаларни бир-бирига боғлайди. Фараз қилинг: Сиз янги тандирда ёпилган нонни кўрсангиз уни ҳидлайсиз, таътиб кўрасиз шунингдек ундан роҳатланамиз. Кейинги сафар сиз янги ёпилган нонни кўрганингизда тажрибангиздан сиз уни яна таътиб кўрсангиз ундан роҳатланишингизни биласиз (Уеллс, 1981).

Юқоридаги ассоциация бизнинг доимий хатти ҳаракатларимизни тушунтириб беради (Ууд&Неал, 2002). Хатти-ҳаракатларимизнинг такрорланиши натижасида бизда ассоциация ҳосил бўлади. Хатти-

харакатлар вазиятлар билан ассоциацияланади. Мисол учун уйқу жараёнини кароват билан боғлаймиз. Бирон бир вазият асосидаги тажриба туфайли кейинги сафар ушбу ҳаракат автоматик тарзда бажарилади. Масалан, асабийлашганида чекиб тинчланган одам кейинги сафар бу ишни автоматик тарзда бажаради(Сиегал 2005).

Conditioning (инглизча шарт қўйиш, шароит муҳит деб таржима қилинади) - ўрганиш ассоциациясининг бир жараёнидир. **Classical conditioningda** биз икки таъсир қилувчи омил ва бу омилни башорат қилувчи боғланишларни яъни ассоциацияларни ўрганамиз. Биз чакмоқ ёруғини биринчи кўрамыз ва чакмоқ чақишини биламиз ва биз момақалдироқ чакнаганда чакмоқ чақишини ассоциация қиламиз. Биз бу жараёни ушбу расмда кўриб чиқамиз:



Биз биринчи расмда чакмоқ чақишини биринчи марта гувоҳи бўлаётган кишини кўриб турибмиз, кейинги расмда эса бу шахснинг ушбу жараёни иккинчи марта гувоҳи бўлганини кўрамыз. Бу шахс ёруғликни кўриши биланок момақалдироқ чақишини башорат қилади (ўйлайди).

Operant conditionda биз шу нарсани ўрганамизки, бирон бир иш-харакатни яхши натижага эришмагунча такрорлаймиз ва ёмон натижаларни такрорламасликка ҳаракат қиламиз.



Ушбу расмда морж коптокни бошида ушлаб туришни ўрганипти. Биринчи расмда у бу ҳаракатни биринчи марта бажарди ва бунинг эвазига

балиқ билан рағбатлантирилди ва бунинг натижасида у кейинги сафар бу ҳаракатни жуда яхши бажаради. Соддалаштирамыз биз ассосация ўрганишининг икки фарқли турини кашф этдик. Кўпинча улар биргаликда содир бўлади. Япониялик бир чорвадор подасидаги молларга пейжер (сигнал берувчи махсус мослама)лар тақиб кўяди. Орадан бир ҳафта ўтгач моллар иккита нарсани ассосация қилишни ўрганади: биринчиси сигнал чалинишини ва сўнг овқат олиб келинишини билади-бу ***classical conditioning***. Улар емиш идишларини суришни яъни келганлари учун емиш сўрашни ўрганади- бу эса ***operant condition*** (рағбатлантирилиш орқали бирон бир иш ҳаракатни бажаришга ўргатиш).

Ўрганиш жараёни фақатгина юқоридагилардан иборат эмас. ***Observational learning*** (кузатиб ўрганиш)да биз бошқаларнинг хатти-ҳаракатларидан ўрганамиз. Мисол учун, шимпанзелар бошқаларнинг хатти-ҳаракатларини кузатиб ўрганади. Агар биттаси бошқа бирининг бирор бир ҳаракатни бажариб рағбатлантирилганини кўрса, у ҳам шу заҳоти ушбу ҳаракатни такрорлайди.

Хулоса қилиб шуни айтишимиз мумкинки, сондитионинг (шарт) ва обсервацион (кузатиш) орқали ўрганамиз ва шароитга мослашамиз. Бирор бир белгини сезамиз ва ундан сўнг нима бўлишини тажрибамиз орқали биламиз ва унга тайёрланамиз бу ***classical condition*** (Классик шароит)

Биз шунингдек бирор бир хатти ҳаракатларни ўрганиб яхши натижага эришмагунча такрорлаймиз. Бу эса ***Operant condition*** (рағбатлантирилиш орқали бирон бир иш ҳаракатни бажаришга ўргатиш) дейлади. Бошқаларни кузатиб янги хатти ҳаракатларни ўрганишимиз ***Observational learning*** (Кузатув орқали ўрганиш) дейлади. (David G. Myers Psychology, 2010. 291-293-бетлар)

6. Меҳнат фаолияти энг табиий эҳтиёжларга асосланган фаолият бўлиб, унинг мақсади албатта бирор моддий ёки маънавий неъматларни яратиш, жамият тараққиётига хисса қўшишдир.

3. Фрейднинг таъкидлашича соғлом турмуш тарзи меҳнат ва соғлом муҳаббат билан тўлдирилади. Бизнинг кўпчилигимиз учун меҳнат ҳаётнинг энг катта ва фаол машғулоти дир. Яшаш бу меҳнат дир. Меҳнат фаолияти Маслоу пирамидасидаги эҳтиёжларни қондиришга ёрдам беради. Меҳнат фаолияти бизни таъминлайди. Меҳнат фаолияти орқали биз бошқалар билан коммуникатив алоқага киришамиз. Меҳнат фаолияти бизнинг ким эканлигимизни англатади. Биринчи бор ким биландир кўришганимизда қизиқиб «Сиз кимсиз?» «Қандай фаолият билан шуғулланасиз?» «Нима иш қиласиз?» деб савол берамиз.

Ишимизга бўлган эътибор, муносабатлар ёки тенгликдан қониқиш ҳосил қилмасак, ким учун ёки қаерда ишлашимиздан катъий назар иш жойимизни ўзгартиришимиз мумкин. Масалан, Австралияликларнинг 16 фоизи худди шу сабаб билан ўз ишларини ўзгартирдилар. (Тревин 2001).



Шунинг учун кўпгина одамлар на муқим иш жойига эмас ва ўзлари хоҳлаган карьера бўйича фаолият юритмайдилар. Хозирги кундан йигирма йил олдин сизнинг қўлингиздаги бу китобни ўқиётганингизда меҳнат фаолияти қандай бўлишини хозиргидай тасаввур қила олмаган бўлар эдингиз. Сиз ўзингиз учун коллеж лицей ёки университетларни танлашда ўзингизнинг лаёқат қобилиятларингизни англашингиз ва тушунишингиз ўша иш муҳитига мослаша олишингизга ёрдам беради. Эми Врзесниевский ва унинг коллегалари (1997- 2001) инсонларнинг ишларига бўлган муносабатларини идентификация ёрдамида ўрганадилар

Бунинг натижасида қўйидагилар маълум бўлди: баъзи одамлар ўз ишларини фаолият сифатида, бажариш керак бўлганлиги учун пул топишнинг бир йўли деб бажарадилар. Бошқалар эса ўз ишларини жамиятда ижтимоий мавқеига эга бўлишнинг бир имконияти сифатида яъни карьера учун бажарадилар. Қолганлари эса ўз ишларини ижтимоий фойдали меҳнат деб биладилар ва ишидан мазмун ва қониқиш ҳосил қилиб, маза қилиб, роҳатланиб ишлайдилар. (*David G. Myers Psychology.2010.481-бем*)

Ҳар қандай касбни эгаллаш, нафақат эгаллаш, балки уни маҳорат билан амалга оширишда фаолиятнинг барча қонуниятлари ва механизмлари амал қилади. Оддийгина бирор касб малакасини эгаллаш учун ҳам унга алоқадор бўлган маълумотларни эслаб қолиш ва керак бўлганда яна эсга тушириш орқали уни бажариш бўлмай, балки ҳам ички (психик), ҳам ташқи (предметга йўналтирилган) ҳаракатларни онгли тарзда бажариш билан боғлиқ мураккаб жараёнлар ётишини унутмаслик керак. Лекин ҳар бир шахсни у ёки бу фаолият тури билан шуғулланишига мажбур қилган психологик омиллар - сабаблар муҳим бўлиб, бу *фаолият мотивлари*дир.

Ишдаги психология

Олимлар, маслаҳатчилар ва профессионал бошқарувчилар, саноатлашган руҳий ташкилотлар иш давомида хилма хил соҳа йўналишларини топишмоқда. Касбий фаолият чуқур, умумий ва махсус тайёргарлик кўрилган, ишлаш тажрибаси натижасида эгалланган махсус билимлар ва амалий кўникмалар тўпламига эга инсоннинг фаолияти, машғулот туридир.

Касбнинг ривожланиш мантиқи шундаки, у бошланишида одамларнинг маълум бир талабларидан пайдо бўлади. Кейин амалий тажрибани йиғиш ва уни чуқур мулоҳаза қилиш амалга оширилади. Касбий фаолиятнинг назарий базаси шакллантирилади. Кадрларни тайёрлаш масаласи ҳал қилинади. Мутахассиснинг амалий фаолиятига илмий асослар берилади, бу ташқарида, касбий журналлар, монографиялар, ўқув-услугий адабиётларнинг пайдо бўлишида акс этади; касбий ташкилотлар яратилади.

Жумладан, турли шакллар ва номлар билан аталадиган ижтимоий

хизматчининг касби турли тарихий ва турли маданий-тарихий даврлардан буён маълум. Ижтимоий ишнинг биринчи марта тилга олиниши эрамиздан аввалги 1750 йилга тааллуқлидир. Бу вақтда Бобилда адолат кодлари – фуқаролик актлари яратилган бўлиб, улар одамларни ўз яқинини севишга, камбағаллар тўғрисида қайғуришга чорлайди. Қадимги Грецияда ижтимоий иш “филантропия” (юнон тилидан таржима қилинганда “инсониятга нисбатан муҳаббатни ифодалаш” маъносини билдиради) сифатида маълум бўлган, Римда эса– “халқ анъанаси” сифатида қадимги инклар ёрдам бериш жараёнини “минка” деб, маъжусий славян қабилалари “слепня” деб таърифлаганлар. Россияда ижтимоий иш 1864 йилдаги ер ислохотларини ўтказиш даврида пайдо бўлди, лекин у пайтда бу ном билан аталмаган эди. Ижтимоий хизматчиларнинг эътиборини кўрларга, камбағалларга, қаровсиз болаларга, зотсиз ва бошпанасиз ёши катта одамларга қаратиш бўйича функцияларни махсус вакиллар бажарганлар. Бу фаолиятнинг муваффақияти, бошқа исталган ҳар қандай фаолиятдаги каби, одамларнинг билимларига, ҳаётий тажрибасига ва касбий маҳоратига боғлиқ эди.

Жаҳон амалиётидаги замонавий ёндашиш ижтимоий иш, ижтимоий ўзгаришларни амалга оширишга йўналтирилган фаолият шакллари билан экани аниқ-равшан тушунилади. Шу нуқтаи назардан ижтимоий иш жамиятдаги ижтимоий катаклизмларни ва зиддиятларни қатъий тўхтатиб турадиган восита ҳисобланади ва унга жамият ва давлат қанчалик кўп маблағ ажратса, у шунчалик самаралироқ бўлади. Демак, жамиятнинг катта қисмини олдиндан тайёрламасдан ва розилигини олмасдан ижтимоий қайта тақсимлашга йўғрилган замонавий Россияга татбиқ қилинса, ижтимоий хизматларнинг жадаллик билан ривожланиши, ижтимоий ишга жамоат бирлашмаларини, хайрия жамғармаларини, ижодий ва касбий иттифоқларни, конфессияларнинг қўшилиши сиёсий масала ва айни пайтда миллий хавфсизлик соҳасидаги устувор йўналишлардан биридир.

Бизнинг мамлакатимизга ижтимоий иш амалиётида, унинг пайдо бўлишидан бошлаб ҳозирги вақтгача, ижтимоий педагогиканинг асосий, ҳал қилувчи рол ўйнаши хосдир. Бунда “ижтимоий педагогика” тушунчаси “мактабдаги ижтимоий иш” тушунчасига тенг эмаслигини тушунтириш муҳим. Ижтимоий педагогика ёки социумдаги педагогик муносабатлар аҳолига ижтимоий ёрдам кўрсатиш хизмати учун илмий асос сифатида кўрилади. Бу социумдаги муносабатларга ташхис қўйиш, уларни аниқлаш ва педагогик мақсадга мувофиқ таъсир этиш имконини беради.

Ижтимоий иш ва ижтимоий педагогика муаммоларининг кўлами катта ва ўзида ҳаётий вазиятларнинг жуда кўп қирраларини ва турли ёшдаги ва ижтимоий ҳолатдаги одамларнинг коллизияларини мужассамлаштиради.

Қуйидаги учтагина мисол ёрдамида ҳозирги кун ижтимоий педагоглари ва ижтимоий хизматчилари нима ишлар билан бандлигини тасаввур этиш мумкин;

1. Ижтимоий хизматчи биринчи навбатда қайси муассасалар билан алоқа ўрнатиши лозим?
2. Бу оила билан қандай режа асосида иш олиб бориш керак?

Ижтимоий хизматчилар инсон ва жамиятнинг қуйидаги ижтимоий муаммоларини ечиш учун ташкил этилган:

— ижтимоий ва психологик зиддиятлар, инқирозлар, стрессли вазиятлар;

- ҳиссий ва руҳий муаммолар;
- муҳтожлик ва қашшоқлик;
- ичкиликбозлик ва гиёҳвандлик;
- зўравонлик ва дискриминация;
- ирқий ва миллий муаммолар;
- жиноятчилик ва қонунбузарлик;
- ишсизлик ва касбий мослашиш;
- ногиронлик ва ёлғиз қарилик;
- уй-жой муаммоси;
- восийлик, васийлик, фарзандликка олиш;
- ота-она шафқатсизлиги ва бошқалар.

Ижтимоий иш бошига кулфат тушган одамларга ёрдам бериш билангина чегараланади, деб ўйлаш нотўғри. Шу билан бирга у ижтимоий назоратнинг энг нозик воситаларидан бири ҳамдир. Ғамхўрлик қилиш ва назоратнинг функциялари ўртасидаги зиддият, ёрдамнинг ҳар қандай турида назорат қилиш элементларининг муқаррар мавжуд бўлиши – ижтимоий хизматчилар ҳар доим тўқнаш келадиган дилеммалардан биридир. Бу дилемма яна битта жиддий муаммо билан, яъни: ижтимоий хизматчи биринчи навбатда кимнинг манфаатларини ифодалайди – давлатнингми, иш берувчинингми, миждознингми ёки умуман жамиятнинг?-деган масала билан ҳам боғлиқ. Касбий қадриятлар тизими нуқтаи назаридан, ижтимоий хизматчи энг аввало миждоз манфаатларини ундан кейин – жамият ва ундан ҳам кейин эса - ўзининг ташкилоти ва давлат манфаатларини ифодалаши керак. Устуворликларнинг бундай тизимини ҳаётга тадбиқ этиш ҳар доим ҳам енгил кўчмайди. Кўпинча ижтимоий хизматчига ҳамкасбларининг қўллаб-қувватлаши ва умуман касбий ҳамжиҳатликка таянган ҳолда улар учун курашишга тўғри келади.

Бугун кунда “ижтимоий иш” касбига кўплаб ва турфа мутахассисликлар кўлами мос келади: ижтимоий педагог-психолог; этнолог; ижтимоий ҳуқуқшунос, эколог, валеолог, ижтимоий аниматор, геронтолог, янада торроқ мутахассисликлар, ижтимоий хизматчилар (қочқинлар, ногиронлар, “хатар гуруҳлари” билан иш олиб борадиган мутахассислар, тиббий ижтимоий хизматчи ва бошқалар) ёки маълум муассасаларда (мактабдаги, ишлаб чиқаришдаги ижтимоий хизматчи), микромуҳитнинг махсус соҳаларидаги (қабилладаги, қишлоқдаги ижтимоий хизматчи; ҳарбий соҳадаги ижтимоий хизматчи; фавқулодда вазиятлардаги ижтимоий иш; ижтимоий ишни ташкил этиш).

— **ташхис қўйиш** – мутахассис “ижтимоий ташхис” қўяди, психологик ва ёшга оид хоссаларни, инсоннинг қобилиятларини ўрганadi, унинг манфаатлари оламига, мулоқот доирасига, унинг ҳаёти шароитларига кириб кетади, нисбий ва салбий таъсирларни, муаммоларни аниқлайди;

— **ташкилий** - мутахассис у ёки бу фаолиятни амалга оширади, дам олишнинг мазмунига таъсир кўрсатади, ишга жойлашишга, касбий йўналишга ва мослашишга ёрдам беради, ўсмирлар ва ёшлар ташкилотлари фаолиятини марказлаштиради, мижозни тиббий, таълим, маданий, спорт, ҳуқуқий муассасалар ва хайрия ташкилотлари билан ўзаро таъсирга таъсир ўтказади;

— **прогностик** - мутахассис микрораён ва маълум бир микросотсиумнинг ижтимоий ривожланиш жараёнини дастурлаштириш ва олдиндан айтиб бериш бўйича ижтимоий ишда қатнашадиган турли институтларнинг фаолиятида иштирок этади;

— **огоҳлантириш** – профилактик ва ижтимоий-терапевтик – мутахассис салбий таъсирлар олдини олиш ва бартараф этишнинг ижтимоий-ҳуқуқий, юридик ва психологик механизмларини ҳаракатлантиради ва уларда ўзи ҳам қатнашади, муҳтожларга сотсиотерапевтик ёрдамни ташкил этади, жамиятда ҳуқуқларнинг ҳимоясини таъминлайди, ўсмирларга ва ёшларга ижтимоий ва касбий ўзини-ўзини аниқлаш даврида ёрдам кўрсатади;

— **ташкилий-коммуникатив** – мутахассис кўнгилли ёрдамчиларнинг, аҳолининг ижтимоий ишга, биргаликда меҳнат қилиш ва дам олишга, хизмат бўйича ва шахсий мулоқотларга киришишига кўмаклашади, ахборот тўплайди ва турли ижтимоий институтлар ўртасида, уларнинг мижоз билан ишлашида ўзаро ҳамкорликни йўлга қўяди;

— **қўриқлаш-ҳимоя қилиш** – мутахассис мижозларнинг манфаатларини ҳимоя қилиш учун ҳуқуқий меъёрларнинг барча мажмуини ишга солади, мижозлар ҳуқуқига нисбатан бевосита ёки бавосита ғайри қонуний ҳаракатларга йўл қўяётган шахсларга нисбатан давлат томонидан мажбурлаш ва юридик жавобгарлик чоралари қўлланилишига ёрдам кўрсатади.

Ижтимоий ишни ташкил этиш ва бошқариш соҳасида банд бўлган хизматчи ижтимоий ёрдамнинг турли хил муассасалари билан ишлаши, турли кўринишдаги ижтимоий ишлар олиб боришига тўғри келади. Турли муассасаларда ижтимоий ёрдам ташкилотчиларининг ишида ўзига хосликлар ҳам мавжуд бўлиб. Улар аввало ижтимоий ишнинг қуйидаги йўналишларида намоён бўлади: а) оилага ёрдам бериш; б) экстремал вазиятларда ва “хатар гуруҳлари” билан ишлаш; в) соғлиқни сақлаш тизимида ишлаш; г) таълим соҳасида ишлаш; д) бандлик хизматларида ишлаш. Тегишли хизматларнинг ходимлари сифатида, ижтимоий хизматчилар ва ижтимоий педагоглар ўзларини биринчи навбатда аҳолининг ижтимоий заиф гуруҳларининг ҳимоячилари деб хис

қилишлари керак. ўзининг вазифасини профессионал даражада амалга ошириш учун улар одамларнинг қандай ривожланаётганлари, ўзаро таъсир қилаётганлари, ўзгаришлари, ўқишлари, қийинчилик ва муаммоларга муносабатлари, алоҳида одамларга ижтимоий шарт-шароитнинг таъсир ўтказишини билишлари, шунингдек, ишонтириш ва мажбурлаш усулларини уларнинг ўз фаолликларини рағбарлантириш йўлида нозик бириктиришни билишлари лозим. Ижтимоий ишдаги муҳим жиҳат - биз кўпинча бошқа одамлар учун нима кераклигини ҳал қилиш ҳуқуқига эга эмаслигимизни англашга, уларнинг ўзлари мавжуд вариантлардан энг мақбулини танлашга изн беришимизга бўлган ишонч. Одатда, уларнинг мавжуд муқобилликларни англаб етишида, хулқ-атворнинг мавжуд вариантларидан ҳар биринг қиёсий устунликлари ва камчиликларини баҳолашда, қарорларни онгли ва оқилона қабул қилишда ёрдам керак бўлади.

Бундай ёндашув давлат вакиллари одамларнинг ўзини қандай тутишлари лозимлигини зўрлик билан тушунтириш, уларга ёрдам кўрсатиш характерини белгилашда ўзларининг тавсияларини тикиштириш анъанаси билан боғлиқ авторитар ёндашувдан кескин фарқ қилади. Мушкул аҳволга тушиб қолган одамларга ўзларининг ҳис-туйғуларини ифодалаш, танглик ҳолатидан чиқиш йўллари топиш, тегишли қарор қабул қилиш ва уни ҳаётга тадбиқ этишда ёрдам бериш учун авторитар иш усулларида воз кечишдан ташқари ҳар бир одам ўз ҳаётини ўзи муваффақиятли тарзда ташкил этиш ҳуқуқига эгаллиги ва лаёқатлилигига чиндан ишониш ҳам зарур. (*David G. Myers Psychology, 2010. 483-485-бетлар*)

Ижтимоий хулқ мотивлари ва шахс мотивацияси. Юқорида биз танишиб чиққан фаолият турлари ўз - ўзидан рўй бермайди. Шахснинг жамиятдаги ижтимоий хулқи ва ўзини қандай тутиши, эгаллаган мавқеи ҳам сабабсиз, ўз - ўзидан рўй бермайди. Фаолиятнинг амалга ошиши ва шахс хулқ - атворини тушунтириш учун психологияда “*мотив*” ва “*мотивация*” тушунчалари ишлатилади.

“*Мотивация*” тушунчаси “мотив” тушунчасидан кенгроқ маъно ва мазмунга эга. **Мотивация** - 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 ишлатилади, яъни: “нега?”, “нима учун?”, “нима мақсадда?”, “қандай манфаат йўлида?” деган саволларга жавоб қидириш - мотивацияни қидириш демакдир. Демак, у 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: а) ички сабаблар, яъни хатти-ҳаракат эгасининг субъектив психологик хусусиятлари назарда тутилади (мотивлар, эҳтиёжлар, мақсадлар, мўлжаллар, истаклар,

қизиқишлар ва ҳоказолар); б) ташқи сабаблар - фаолиятнинг ташқи шарт-шароитлари ва ҳолатлари. Яъни, булар айна конкрет ҳолатларни келиб чиқишига сабаб бўладиган ташқи стимуллардир.

Шахс хулқ-атворини ичкаридан, ички психологик сабаблар туфайли бошқариш одатда **шахсий диспозициялар** ҳам деб аталади. 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 англанган, онгли хисобланади.

Шу нуқтаи назардан *мотив* - конкретроқ тушунча бўлиб, у шахсдаги у ёки бу хулқ-атворга нисбатан турган мойиллик, ҳозирликни тушунтириб берувчи сабабни назарда тутаяди. 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 бўлади. Шуниси ажабланарлики, 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 алоҳида ҳолларда турлича идрок қилишга мойил бўларкан. 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 тушунтириш тўғрироқ бўлади. Шу маънода шахс хулқининг мотивацияси турли шароитлардан орттирилган тажрибага таянган, онгли таҳлиллар, хаттоки, ижтимоий тажриба нормаларининг таъсирида шаклланадиган сабаблар комплексини ўз ичига олади. Масалан, техника олийгоҳларида: “Материалларнинг қаршилиги” номли курс бор дейлик. Шу курсни ўзлаштириш ва ундан синовдан ўтиш кўпчиликка осонликча рўй бермайди. Ҳали курс бошланмасданок, ёш талабаларда шу курс ва унинг талабларига нисбатан шундай установка шаклланадики, албатта, бу курс қийин, уни олиб борувчи ўқитувчи ўта талабчан, қаттиққўл ва ҳоказо деган. Бундай мотивация мана неча авлод талабалар бошдан кечираётган ҳолат. Энди конкрет шахснинг дарс жараёни бошланган кейинги ҳаракатлари конкрет мотивлар билан изоҳланади ва тиришқоқ талаба учун бу фан ҳам бошқа фанлар қатори тинимсиз изланиш, ўз вақтида дарсларни тайёрлашни талаб қилса, бошқаси учун (дангасароқ талаба учун) бу дарсдан кейин дарс йўқ ва у қачон шу семестр тугагини кутиб ҳаракат қилади.

Ҳар қандай мотивларнинг орқасида шахснинг эҳтиёжлари ётади.

Яъни, 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 олиш мумкин. 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 қуроллари, маълум таълим масканида ташкил этилган шарт - шароитлар ва у ердаги бевосита билим олишга қаратилган фаолиятнинг ўзи, бола учун мотив ўрнини босади. Яна бир оддий мисол: қўлингизда китоб бор. Сиз хали уни ўқишни бошламадингиз. Лекин ўқиш истаги бор, шу истакнинг ортида эса, ўша мазмунни билиш ва унинг тагига етиш эҳтиёжи туради. Рус олими Р. Немов шахсдаги мотивацион соҳани қуйидагича тасаввур қилади.

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.

Эҳтиёжларни биологик ҳамда ижтимоий турларга бўлганимиз билан шу нарсани унутмаслигимиз лозимки, шахсдаги ҳар қандай эҳтиёжлар ҳам ижтимоийлашган бўлади, яъни, улар ўша жамият ва муҳитдаги қадриятлар, маданий нормалар ва инсонлараро муносабатлар характериға боғлиқ бўлади. Масалан, энг табиий ва тушунарли ҳисобланган бизнинг емишга - овқатга бўлган эҳтиёжимизни олсак, у ҳам конкрет муҳитга қараб турлича ҳаракатларни келтириб чиқаради. Яна мисол учун, тўй маросимлари ёки жуда тўкин дастурхон атрофида ўтирган одам нима учун шунчалик кўп овқат истеъмол қилиб юборганини билмай қолади. Агар бу табиат қўйни ёки пахта даласидаги хашар бўлса-чи, бир бурда иссиқ нон ҳам бутун танага роҳат бахш этувчи малҳам бўлиб, очликни билинтирмайди. Камтарона дастурхондан овқат еб ўрганган киши оз-оз ейишга ўрганса, ёшлигидан нормадан ортиқ еб ўрганган одам врач олдиға бориб, ўзи учун оздирувчи дори-дармон сўраса сўрайдики, лекин уйда ўзи емишини назорат қилиши кераклигини билмайди. Демак, бу ҳам маданиятга, этикаға, оила муҳитиға бевосита боғлиқ нарса экан -да.

Умуман шахс ижтимоий хулқи мотиви ҳақида гап кетганда, унинг икки томони ёки элементи ажратилади: **ҳаракат дастури ва мақсад**. Ҳаракат дастури мақсадға эришишнинг воситалариға 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 таъсирга берилмайдиган бўлиб қолиб, ҳар қандай бошқа ижтимоий шароитда қийналадиган бўлиб қолади. Шунинг учун ҳам мотив ҳар доим англандан, эҳтиёжлар мувофиқлаштирилган ва мақсадлар ва унга етиш воситалари аниқ бўлиши керак. Шундагина ижтимоий хулқ жамиятга мос бўлади.

Мотивларнинг турлари. Турли касб эгалари фаолияти мотивларини ўрганишда мотивлар характерини билиш ва уларни ўзгартириш муаммоси аҳамиятга эга. Шундай мотивлардан бири турли хил фаолият соҳаларида **муваффақиятга эришиш мотиви** бўлиб, бундай назариянинг асосчилари америкалик олимлар Д. Макклелланд, Д. Аткинсон ва немис олими Х. Хекхаузенлар ҳисобланади. **Уларнинг фикрича, одамда турли ишларни бажаришини таъминловчи асосан икки турдаги мотив бор: муваффақиятга эришиш мотиви ҳамда муваффақиятсизликлардан қочиш мотиви.** Одамлар ҳам у ёки бу турли фаолиятларга киришишда қайси мотивга мўлжал қилишларига қараб фарқ қиладилар. 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 харакатларини маъқуллашларини биладилар. Бу йўлда улар нафақат ўз куч ва имкониятларини, балки барча ташқи имкониятлар - таниш - билишлар, маблағ каби омиллардан ҳам фойдаланадилар. (David G. Myers Psychology, © 2010 488- page)

Шундай қилиб, мотивлар тизими бевосита шахснинг меҳнатга, одамларга ва ўз - ўзига муносабатларидан келиб чиқади ва ундаги характер хусусиятларини ҳам белгилайди. Уларнинг ҳар биримизда реал шарт-шароитларда намоён бўлишини бирор масъулиятли иш олдиндан ўзимизни тутишимиз ва муваффақиятларга эришимиз билан баҳоласак бўлади. Масалан, масъулиятли имтиҳон топшириш жараёнини олайлик. Баъзи талабалар имтиҳон олдиндан жуда қайғурадилар, хаттоки, қўрқадилар ҳам. Улар учун имтиҳон топшириш жуда катта ташвишдай. Бошқалар эса бу жараёни босиқлик билан бошдан кечириб, ичидан ҳаяжонланаётган бўлсалар ҳам, буни бошқаларга билдирмайдилар. Яна учинчи тоифа кишилари умуман беғам бўлиб, сира қойимайдилар. Табиий, шунга мувофиқ тарзда, ҳар бир тоифа вакиллари ишининг муваффақияти ва фаолиятнинг самараси турлича бўлади. 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 беролмай, яна ўқитувчи билан тортишмайдилар ҳам.

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

Мотивларнинг анланганлик даражаси: ижтимоий установа ва уни ўзгартириш муаммоси. Юқорида таъкидлаганимиздек, мотивлар, яъни хатти-харакатларимизнинг сабаблари биз томонимиздан анланиши ёки анланмаслиги кам мумкин. Юқорида келтирилган барча мисолларда ва холатларда мотив аниқ, яъни шахс нима учун у ёки бу турли фаолиятни амалга ошираётганлигини, нима сабабдан муваффақиятга эришаётганлиги ёки мағлубиятга учраганини билади. Лекин ҳар доим ҳам ижтимоий хулқимизнинг сабаблари бизга аён бўлавермайди. Анланмаган ижтимоий хулқ мотивлари психологияда ижтимоий установа (инглизча “аттитуд”) ходисаси орқали тушунтирилади.

Ижтимоий установа шахснинг ижтимоий объектлар, ходисалар, гуруҳлар ва шахсларни идрок қилиш, баҳолаш ва қабул қилишга нисбатан шундай тайёргарлик холатики, у бу баҳо ёки муносабатнинг аслида қачон шаклланганлигини аниқ англамайди. Масалан, Ватанимизни ҳаммамиз севамиз, байроғимиз муқаддас, немис инвесторларга ишонамиз, негрларга раҳмимиз келади, тижорат ишлари билан шуғулланадиганларни албатта пулдор, бадавлат, деб ҳисоблаймиз ва ҳоказо. Бу тасаввурлар, баҳо ва ҳиссиётлар қачон ва қандай қилиб онгимизда ўрнашиб қолганлигига эътибор бермасдан юқорида санаб ўтган ҳиссиётларни бошдан кечираверамиз. Мана шуларнинг барчаси ижтимоий установакалар бўлиб, уларнинг мазмун моҳияти аслида ҳар бир инсон ижтимоий тажрибаси давомида шаклланади ва узоқ муддатли хотирада сақланиб, конкрет вазиятларда рўёбга чиқади.

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

А. Когнитив компонент - установа объектига алоқадор билимлар, ғоялар, тушунча ва тасаввурлар мажмуи;

Б. Аффектив компонент - установа объектига нисбатан субъект ҳис қиладиган реал ҳиссиётлар (симпатия, антипатия, лоқайдлик каби эмоционал муносабатлар);

В. Ҳаракат компоненти - субъектнинг объектга нисбатан реал шароитларда амалга ошириши мумкин бўлган ҳаракатлари мажмуи (хулқда намоён бўлиш).

Бу уччала компонентлар ўзаро бир - бирлари билан боғлиқ бўлиб, вазиятга қараб у ёки бу компонентнинг роли устиворроқ бўлиши мумкин. Шунини айтиш лозимки, компонентлараро монандлик бўлмаслиги ҳам мумкин. Масалан, айрим талабалар талабалик бурчи ва тартиб - интизом билан жуда яхши таниш бўлсаларда, ҳар доим ҳам унга риоя қилавермайдилар. “Тасодифан дарс қолдириш”, “жамоатчилик жойларида тартибни бузиш” каби холатлар когнитив ва ҳаракат компонентларида уйғунлик йўқлигини кўрсатади. Бу бир қарашда сўз ва иш бирлиги принципнинг турли шахсларда турлича намоён бўлишини эслатади. Агар одам бир неча марта била туриб, ижтимоий хулққа зид ҳаракат қилса, ва бу нарса бир неча марта қайтарилса, у бу холатга ўрганиб қолади ва

установкага айланиб қолиши мумкин. Шунинг учун ҳам биз ижтимоий нормалар ва санкциялар воситасида бундай қарама - қаршилик ва тафовут бўлмаслигига ёшларни ўргатиб боришимиз керак. Бу шахсинг истиқболи ва фаолиятининг самарадорлигига бевосита таъсир кўрсатади.

Фаолиятда мувафаққиятга эришишни истайсизми? Шахсни фаолиятда тадқиқ қилиш ва ўрганиш борасидаги тажрибалар. Бу ерда тўртта янги хабарлар, баъзилари табиий кузатувдан олинган сўровномалардан иборат муносабатлар кузатувидир. Қай бири ижобий ва қай бири салбий муносабат эканлигини белгилай оласизми? (қуйидаги жадвалдан жавобларингизни текширинг)

1. Болалар қанчалик кўп телевизор кўришса, шунчалик кам миқдорда китоб ўқийдилар.
2. Болалар қанчалик кўп беҳаё дастурларни томоша қилсалар, шунчалар жинсий яқинлашишга бўлган ихтиёрлари ошади.
3. Қанчалик кўп болалар кўкракдан озикланишда давом этсалар, шунчалик буюк мақсадларга эришадилар. Ўсмирлар қанчалик кўп ноништа танавуул қилсалар, шунчалик қомат бузилиши кузатилади. (Тимлин, 2008)

Баъзан ёлғиз кўзларимиз пайқамай қоладиган нарсаларни статистик маълумотлар кўришга ёрдам беради. Бу нарсага ўзингиз амин бўлишингиз учун, хаёлий лойиҳа ташкиллаштириб кўринг. Бўйи баланд кишилар кўроқ чиқишувчанми ёки йўқми, бунинг учун сиз икки йўналиш ўрнатиб оласиз, эркакларнинг вазни ва уларнинг темпераментлари. Сиз 20та эркакнинг вазини киритасиз ва сиз билан бир қаторда бирон киши шахсан уларни темпераментини белгилаб боради. (ўта вазмин “0” дан, жуда агрессив “100”гача).

Юқори (1.2 жадвал)даги ҳамма маълумотлардан кўриб вазн ва темперамент орасида ижодий муносабат борми ёки йўқми, ёки салбий муносабатлар борми йўқми шуларни айта оласизми?

1.2 Жадвалдаги устунларни кўриб кўпчилик вазн ва темперамент ўртасида жуда оз алоқа бор деб топишади. Лекин аслида бу хаёлий жадвалда ижобий муносабат кўпроқ, +0,63 жадвалда кўриниб турганидек.

1.3 шаклда чапдан ўнгга, теппага, чўзиқ шакл бўйлаб кластердаги ҳисоботлар бизни хаёлий баҳолашларимиз(оғирлик ва реактивлик) ўзгаришга мутоносиб бўлади.

Агар 1.2даги сонлар систематик равишда муносабатлар тушишини кўрсак, буни ҳаар кунги ҳаётимизга қанчалик кам ўхшатамиз? Олдинда нима тўғрилгини кўрмоқчи бўлсак, бизга осонгина жинслар орасидаги фарқни касб ҳақидаги, даража, маълумот, ижро, жинс ва маошга боғлиқ

килиб барча маълумотларни хулосаласак. Аммо биз кўпинча бир хил маълумотларга эга бўлсак улар орасидаги тафовутни кўрмаймиз.

Эслаб қолиш нуқтаси. Муносабат коэффиценти бизга икки бир бирига боғлиқ нарсаларни таққослаш орқали дунёни янада ёрқинроқ кўришга ёрдам беради.

Муносабат ва сабаб. Ўзаро муносабатлар бизга башорат қилишга ёрдам беради. Суст ўзини ўзи ҳурмат қилиш муносабати (ва шунинг учун башоратлаш) депрессия. (Бу муносабат муносабат коэффитсенти билан белгиланиши мумкин ёки шунчаки паст ўзини ҳурмат қилш натижасига эга инсонни топиш билан). Шунинг учун суст ўз ўзини ҳурмат қилиш депрессияга сабаб боладими? Агар муносабат ҳолатига асослансак, сиз ҳа деб ўйлайсиз. Қанчалик муносабатлар кучли бўмасин, сиз ҳеч нарсани исботлай олмайсиз!

1.4даги 2 ва 3чи шаклда биз бир хил салбий муносабатларни суст ўз ўзини баҳолаш ва депрессия ўртасидаги фарқлилиқни кўришимиз мумкин, негаки одамларда депрессия ҳолатини келиб чиқишига сабаб бўла олувчи омилдир. Мисол учун эркаклар орасида турмуш узунлиги соч камайиши билан ижобий алоқадор, иккаласи ҳам учинчи омил, ёш, билан боғлиқ.

Бу қараш жуда муҳим – шунинг учун асосийси бу психологик назарда ўйлаш – бу нарса яна бир мисолга яъни 12,000 дан зиёд ўсмирлар сўровига қарата олинади. Ўрганиб чиқиш шуни кўрсатдики, ўсмирлар қанчалик ота онасини яхши кўришса шунчалик кам ёмон ва носоглом йўллардан юришар экан – барвақт жинсий яқинлик, ичиш, алкоголь маҳсулотларига муккасидан кетиш ва наркотиклар ва зўравонлик. (Ресникс эт ал 1997). “Ўсмир болаларига мактаб йилларида ҳар бир даврдан кўра кўпроқ таъсир кўрсатишади”-деб таъкидланади Ассоциатед Пресс (АП) нашриёти томонидан.

Эслаб қолиш нуқтаси. Муносабат сабаб ва натижа муносабатларини белгилайди лекин лекин бу сабабни исботламайди. Икки нарсанинг бир бирига боғлиқлигини билиш бизга ҳеч қандай бунинг сабабини билишни исботлай олмайди. Шу асосни эслаб қолинг ва олимлар тажрибаларини ўққигандекдоно бўласиз.

Мавжуд бўлмаган муносабатлар. Булар қандай муносабатлар? Алоқадорлик коэффиценти биз илғамай қолган муносабатларни кўрсатиб бериши мумкин. Биз ноодатий ва гаройиб нарсаларга кўнгилчанлигимиз сабабли, айниқса пайқаш ва эслаб қолишда содир бўлган икки ва ундан ортиқ ҳодисаларни бирма бир эслаб қоламиз. Мисол учун, кўнғироқ кетидан кўнғироқ. Агар кўнгилни ғаш қилувчи кўнғироқ бўлмаса, биз кўпинча буни пайқамаймиз ёки эслаб қолмаймиз.

Шундай қарашлар коплаб инсонларда шакарнинг болаларда қувватни оширишига, ивиб кетиш одамларнинг шамоллашига сабаб бўлиши, об-ҳаво ўзгариши бўғинлардаги оғриқга сабаб бўлишига ишонч уйғотган.

Еслаб қолиш нуқтаси. Биз тасодифий мувофиқликни пайқасак, биз уларнинг тасодифийлигини ёддан кўтаришимиз мумкин. Шунинг учун уларни йўқдек қабул қилишимиз осон (*David G. Myers Psychology, 2010 58-60 бет*).

Асосий адабиётлар:

1. David G. Myers Psychology, © 2010 by Worth Publishers
2. James W. Kalat. Introduction to Psychology, 2013
3. Рогов Е.И. Общая психология. Курс лекций. Учебник для ВУЗ. М-2002
4. Маклаков А. Г. Общая психология: ответы на экзаменационные билеты»: Питер; Санкт-петербург; 2012

Қўшимча адабиётлар:

1. Немов Р.С. Психология. Книга 1-М.: 2002.
2. Айзенк М. Психология для начинающих. “Питер”, 2000.
3. Эббингауз Г. Бэн А. Ассоциативная психология. М-1998. классики зарубежной психологии
4. Ғозиев. Э.Ғ. Психология методологияси. Т-2013
5. Юрчук В.В. Общая психология в схемах и моделях. Минск-2004

5 мавзу. Шахс

Режа:

1. Шахс ҳақида тушунча
2. “Эндопсихика” ва “экзопсихика” ҳақида тушунча
3. Чет эл психологиясида шахс назариялари
4. Собиқ совет психологиясида шахс таърифи
5. Ижтимоий нормалар ва шахс

Шахс ҳақида тушунча

Психология фанида бир-бирига яқин, лекин айният бўлмаган тушунчалар қўлланилиб келинади, чунончи: одам, шахс, индивидуаллик. Уларнинг моҳиятини аниқроқ изоҳлаб бериш учун ҳар бирининг психологик табиатини таҳлил қилиш мақсадга мувофиқ.

1. Одам: Сут эмизувчилар синфига даҳлдорлик, биологик жонзод эканлиги одамнинг ўзига хос хусусиятидир. Тик юришлик, қўлларнинг меҳнат фаолиятига мослашганлиги, юксак тараққий этган мияга эгаллиги, сут эмизувчилар таснифига кириши унинг ўзига хос томонларини акс эттиради. Ижтимоий жонзод сифатида одам онг билан куролланганлиги туфайли борлиқни онгли акс эттириш қобилиятидан ташқари ўз қизиқишлари ва эҳтиёжларига мутаносиб тарзда уни ўзгартириш имкониятига ҳам эгадир.

2. Шахс. Меҳнат туфайли ҳайвонот олаmidан ажралиб чиққан ва жамиятда ривожланувчи, тил ёрдами билан, бошқа кишилар билан мулоқот (муомала) га киришувчи одам шахсга айланади. Ижтимоий моҳияти шахснинг асосий тавсифи ҳисобланади.

3. Индивидуаллик. Ҳар қайси инсон бетакрор ўзига хос хусусиятларга эга. Шахснинг ўзига хос қирраларининг мужассамлашуви индивидуалликни вужудга келтиради. Индивидуал шахснинг интеллектуал, эмоционал ва иродавий соҳаларида намоён бўлади.

Шахс тушунчаси кенг ва кўп қиррали. Меҳнат қила олиш кўникмасининг мавжудлиги, инсонлар билан биргаликда фаолият муносабатни амалга ошираётган киши аста – секин шахсга айланиб боради. Бевосита моддий дунёни, жамиятни ва хусусан ўзини ўрганиш ва фаол тарзда қайта ўзгартириш жараёнининг субъектга айланмоқда. Шу ўринда ҳақли бир савол туғилади, яъни шахс, индивид, индивидуаллик тушунчасининг ўзаро боғлиқлик жиҳатлари мавжудми? Бунинг учун мазкур тушунчаларнинг мазмунини таҳлил қилиш самарали ҳисобланади. Шунинг учун ҳам дастлаб индивид тушунчасининг мазмунига тўхталиш лозим. А.В.Петровский таҳрири остида чиққан “Умумий психология” дарслигида “Индивид” тушунчасида кишининг насл насаби ҳам мужассамлашгандир. Янги туғилган чақалокни, катта ёшдаги одамни ҳам, мутафаккирни ҳам, ақли заиф овсарни ҳам, ёввойлик босқичидаги қабиланинг вакилини ҳам, маданиятли мамлакатда яшаётган юксак билимли кишини ҳам индивид деб ҳисоблаш лозим. Индивид тушунчаси профессор Э.Ғозиевнинг “Умумий психология” дарслигида тавсифланишича, индивид лотинча ажралмас, алоҳида зот маъноларини англатиб инсон зотига хослик масаласини белгилаб беради. Шунингдек, катта ёшдаги руҳий соғлом одамлар ҳам, чақалоқ ҳам, нутқи йўқ, оддий малакаларни ўзлаштира олмайдиган ақли заифлар ҳам индивидлар деб аталади. М.Г.Давлетшин таҳрири остида чиққан “Психологиядан қисқача изоҳли луғатда” индивид бўлинмас, айрим жинс, шахс маъноларини англатиб, биологик турга кирувчи алоҳида тирик мавжудот сифатида

кўрсатиб ўтилади. Келтирилган таърифлардан шуни хулоса қилиш мумкинки **шахс деб** муайян жамиятда яшовчи фаолиятнинг бирор тури билан шуғулланувчи, кишилар билан нормал тил орқали муносабатга киришувчи онгли индивидга айтилади. Индивид сифатида дунёга келган одам ижтимоий муҳит таъсирида кейинчалик шахсга айланади, шунинг учун бу жараён ижтимоий-тарихий хусусиятга эгадир. Дунёга келаётган чақалоқнинг гавда тузилиши унда тик юриш учун имкониятининг мавжудлигини тақозо этса, миясининг тузилиши ақл-хушининг ривожланиши учун имконият туғдиради, кўлларининг шакли шамойили меҳнат қуролларидан фойдаланиш истиқболларининг мавжудлигини кўрсатади. Юқорида айтилганларнинг барчасида чақалоқнинг инсон зотига мансублиги таъкидланади ва бу факт индивид тушунчасида қайд этилади. Буни қўйидаги схема асосида тушунтириш лозим. **Шахснинг энг муҳим хусусиятли жиҳатларидан бири - бу унинг индивидуаллигидир. Индивидуаллик деганда инсоннинг шахсий психологик хусусиятларининг бетакрор бирикмаси тушунилади.** Индивидуаллик кишининг ўзига хослигини, унинг бошқа одамлардан фарқини акс эттирувчи психологик фазилатлар бирикмасидир. Индивидуаллик таркибига характер, темперамент, психик жараёнлар, ҳолатлар, ҳодисалар, ҳукмрон хусусиятлар йиғиндиси, ирода, фаолият мотивлари, инсон маслаги, дунёқараши, иқтидори, ҳар хил шаклдаги реакциялар, қобилиятлари ва шу кабилар киради. Индивидуаллик индивиднинг бошқалардан фарқлайдиган ижтимоий хусусиятлари ва психикасининг ўзига хослиги ҳамда унинг қайтарилмаслигидир. Зикр этилган психологик хусусиятларнинг бир хилдаги бирикмасини ўзида мужассамлаштирган одам йўқ, инсон шахси ўз индивидуаллиги жиҳатидан бетакрордир.

“Эндопсихика” ва “экзопсихика” ҳақида тушунча

Юқорида таъкидлаб ўтилган илмий муаммолардан биринчиси бир шахсни бошқа одамлардан ажратиб турадиган индивидуал тузилишига эга эканлигидир. Ушбу яққол психологик муаммони ҳал қилиш шахснинг мазкур тузилишининг ички шароитларида ифодаланувчи хулқ-атвори олдидан башорат қилиш имкониятини яратади. Мазкур масаланинг кўйилиши даставвал таълим ва тарбия эҳтиёжларидан, ташкилотчиликка оид фаолият соҳалари ва бошқа эҳтиёжлар замиридан келиб чиқади. Лекин бу масалани илмий асосда ҳал қилиш бошқа муаммони, яъни шахсни тоифаларга ажратиш (типология), унинг энг муҳим, мукамал тузилишини аниқлаш билан боғлиқдир. Дарҳақиқат, шахс типологияси, шахсни

типологик таҳлил қилишнинг энг нозик, ибратли жиҳатларини чеклаб ўтиш, у ҳақида етарли даражада тўла тасаввурга эга бўлишни хоҳласак, унинг энг умумий тасвирини умумлашган тарзда таъкидлаб ўтиш лозим.

Шахс тузилиши билан боғлиқ бўлган иккинчи масала эса бундай тузилишнинг бир қанча таркибий қисмларга ажратишни тақозо этади, бинобарин, ушбу бўлақларнинг йиғиндиси яхлит инсон шахсини вужудга келтиради. Жаҳон психологияси фанида психологлар шахсни психологик тузилишининг таркибий қисмларини турли моҳиятига асосланиб туркумларга ажратишни (классификациялашни) тавсия этмоқдалар.

Ҳозирги замон жаҳон психологиясида биологик (табiiй) ва ижтимоий (социал) омил (фактор) нинг, воқеликнинг таъсири остида шаклланган инсон шахсида иккита муҳим қисм бўлганлигини тасдиқловчи назария юксак мавқени эгаллаб турибди. Мазкур назарияга биноан “ички психик” (“эндопсихик” - юнонча “эндо” ички деган маънони билдиради) қисмларга ажратилади, деган ғояни илгари суради. Ушбу талқинга кўра **“эндопсихика” шахснинг психик тузилишининг ички қисмлари сифатида психик элементлар ва функцияларнинг ўзаро боғлиқлиги акс эттирилади.** Унинг негизида инсоннинг нерв-психологик тузилиши билан “эндопсихик” айнан бир нарса деган тушунчани тасдиқлаш ётади, гўёки у одам шахсининг ички механизмини юзага келтиради. Психик тузилишнинг “экзопсихик” қисми бўлса шахснинг ташқи муҳитига нисбатан муносабатини, шахсга қарама-қарши бўлган барча жиҳатларини, шахслараро ва объектив муносабатини белгилайди. **“Эндопсихика” ўз навбатида шахснинг таъсирланиши, хотира, тафаккур, хаёл каби билиш жараёнларининг хусусиятларини, иродавий зўр бериш хислатларини, ихтиёрсиз ҳаракатларни ва шу каби фазилатларни акс эттиради.** “Экзопсихика” эса ўз таркибида шахс муносабатларининг тизимини ва унинг қизиқишлари, майллари, идеаллари, маслағи, устунлик қилувчи, ҳукмрон ҳиссиётларини, эгаллаган билимларни, тажрибаларни ва шу сингариларни қамраб олади. Табiiй омилга (асосга) эга бўлган “эндопсихика” биологик шарт-шароитларга боғлиқдир, аксинча, “экзопсихика” ижтимоий воқеликлар таъсири остида юзага келади, таркиб топади ва такомиллашиб боради. Таъкидлаб ўтилган фикрларни тасдиқлаш мақсадида улар ўтказган тажрибаларига мурожаат қиламиз. Кўш омиллик назария тадқиқотчилари тажрибаларида 80-130 см баландликдаги одамларнинг шахс хислатларини таркиб топтириш ўрганилган. Бунинг натижасида улар шахснинг тузилишида кўп хислатлари ўхшашлиги топилган. Бундай одамларнинг бўйи паст (пакана) бўлишларидан ташқари, уларнинг тузилишида ҳеч қандай нуқсон ва

камчилик йўқ эканлиги аниқланган. Бундай тоифага кирувчи кишиларда болаларга хос кулгини, ҳеч бир танқидсиз оптимизмни, ўта соддаликни, муайян даражада ҳиссий (эмоционал) зўриқишни талаб қиладиган вазиятга нисбатан чидамлиликини, уят ҳиссининг камроқ эканлигини учратиш мумкиндир. Шахсининг хислатларига на “эндопсихика”, на “экзопсихика” қисмларини киритиш мумкин эмас. Шунини алоҳида таъкидлаб ўтиш жоизки, теварак-атрофдагиларнинг митти одамларга бўйдор кишиларга қараганда бошқа муносабати, уларнинг писанд қилмаслиги, камситилиши, улар ҳам барча каби нарсаларни ҳис қилиш, орзу қилиш, ажабланиш, хайрон қолиш сабабли уларда шахсининг ўзига хос тузилиши вужудга келади. Бундай яққол воқелик уларнинг руҳий эзилишини, баъзан бошқаларга, ҳатто ўзларига нисбатан тажавузкорона йўл тутишларини ниқоблайди, холос. Мабодо биз митти одамлар (лилипутлар) ўзлари билан баб-баровар бўйли кишилар муҳитида яшайди деб тасаввур қилсак, у ҳолда уларда ҳам теварак-атрофдаги бошқа одамлардаги каби мутлақо бошқача шахсий фазилатлар, хусусиятлар, хислатлар, сифатлар мужассамлашиши мумкин бўлар эди.

Одатда, шахсни ривожлантириш, шакллантириш, таркиб топтириш, камолотга етказиш мавжуд қарама-қаршиликларни, зиддиятли вазиятларни енгиш, иродавий зўр бериш, зўриқиш, танглик, жиддийлик ҳолатларини бошқариш, ўзини қўлга олиш орқали ушбу фаолиятни амалга оширишнинг оқилона, омилкор воситаларини (йўллари, усуллари, операциялари, кўникмалари, укувлари, малакалари, одатлари, ҳаракатлари кабиларни) ўзлаштириш, эгаллаш натижасида вужудга келади. Буларнинг барчаси имитация (таклид), идентификация, рефлексия, стереотипизация, таълим, ўқитиш, ўқиш, ўрганиш, ўргатиш, сабоқ олиш, ўзлаштириш, мустақил билим олиш жараёнида юзага келтирилади. Мазкур ҳолатда аниқ фаолият орқали эҳтиёжни қондириш қонуний равишда янада юксакроқ, юқори босқичдаги янги хусусиятга эга бўлган эҳтиёжни туғдиради.

Чет эл психологиясида шахс назариялари

Жаҳон психологияси фанида шахсининг камолоти, унинг ривожланиши тўғрисида хилма-хил назариялар яратилган бўлиб, тадқиқотчилар инсон шахсини ўрганишда турлича позицияда турадилар ва муаммо моҳиятини ёритишда ўзига хос ёндашишга эгадирлар. Мазкур назариялар каторига биогенетик, социогенетик, психогенетик, когнитивистик, психоаналистик, бихевиористик кабиларни киритиш мумкин. **Биогенетик назариянинг негизида инсоннинг биологик етилиши бош омил сифатида қабул қилинган бўлиб, қолган жараёнларнинг таракқиёти ихтиёрий хусусият касб этиб, улар билан ўзаро**

шунчаки алоқа тан олинади, холос. Мазкур назарияга биноан, тараққиётнинг бош мақсади - биологик детерминантларига (аниқловчиларига) қаратилади ва уларнинг моҳиятидан социал-психологик хусусиятлар келтирилиб чиқарилади.

Биогенетик қонунни Ф.Мюллер ва Э.Геккеллар кашф қилишган.

Биогенетик назариянинг намояндалари америкалик психологлар А.Гезелл ва С.Холл тараққиётнинг биологик моделига чамалаб иш кўрадилар, бу жараёнда мувозанат, интеграция ва янгилашиш цикллари ўзаро ўрин алмашилиб туради, деган хулосага келадилар.

Биогенетик концепциянинг бошқа бир тури немис “конституцион психологияси” (инсоннинг тана тузилишига асослаган назария) намояндалари томонидан ишлаб чиқилган. Э.Кречмер шахс (психологияси) типологияси негизига бир қанча биологик омилларни (масалан, тана тузилишининг типи ва бошқаларни) киритиб, инсоннинг жисмоний типи билан ўсишининг хусусияти ўртасида узвий боғлиқлик мавжуд, деб тахмин қилади. Э.Кречмер одамларни иккита катта гуруҳга ажратади ва унинг бир бошқа циклоид тоифасига хос (тез қўзғалувчи, ҳис-туйғуси ўта барқарор), иккинчи учиди эса шизоид тоифасига (одамови, муносабатга қийин киришувчи, ҳис-туйғуси чекланган) хос одамлар туришини айтади.

Социогенетик ёндашишга биноан, шахсда рўй берадиган ўзгаришлар жамиятнинг тузилиши, ижтимоийлашиш (социализация) усуллари, уни қуршаб турган одамлар билан ўзаро муносабати воситаларидан келиб чиққан ҳолда тушунтирилади. Ижтимоийлашув назариясига кўра, инсон биологик тур сифатида туғилиб, ҳаётнинг ижтимоий шарт-шароитларининг бевосита таъсири остида шахсга айланади.

Ғарбий Европанинг энг муҳим нуфузли назарияларидан бири - бу **ролллар назариясидир.** Ушбу назариянинг моҳиятига биноан жамият ўзининг ҳар бир аъзосига статус (ҳақ-ҳуқуқ) деб номланган хатти-ҳаракат (хулқ) нинг барқарор усуллари мажмуасини таклиф қилади. Инсон ижтимоий муҳитда бажариши шарт бўлган махсус роллари шахснинг хулқ-атвор хусусиятида, ўзгалар билан муносабат, мулоқот ўрнатишида сезиларли из қолдиради.

АҚШда кенг тарқалган назариялардан яна биттаси - бу индивидуал тажриба ва билимларни эгаллаш (мустақил ўзлаштириш) назариясидир. Мазкур назарияга биноан шахснинг ҳаёти ва унинг воқеликка нисбатан муносабати кўпинча кўникмаларни эгаллаш ва билимларни ўзлаштиришнинг самараси қўзғатувчини узлуксиз равишда

мустаҳкамланиб боришнинг маҳсулидир. (Э.Торндайк, Б.Скиннер ва ҳоказо).

К.Левин томонидан тавсия қилинган **“фазовий зарурат майдони” назарияси** психология фани учун (ўз даврида) муҳим аҳамият касб этади. К.Левиннинг назариясига кўра индивиднинг хулқи (хатти-ҳаракати) психологик куч вазифасини ўтовчи иштиёқ (интилиш), мақсад (ният) лар билан бошқарилиб турилади ва улар фазовий зарурат майдонининг кўлами ва таянч нуқтасига йўналтирилган бўлади.

Бизнингча, барча назарияларда инсон ҳаётининг ижтимоий-тарихий вазиятлари ва объектив шарт-шароитлари мутлақо эътиборга олинмаганга ўхшайди.

Психологияда психогенетик ёндашиш ҳам мавжуд бўлиб, у биогенетик, социогенетик омилларнинг қимматини камситмайди, балки психик жараёнлар тараққиётининг биринчи даражали аҳамиятга эга деб ҳисоблайди. Ушбу ёндашишнинг учта мустақил йўналишга ажратиб таҳлил қилиш мумкин, чунки уларнинг ҳар бири ўз моҳияти, маҳсули ва жараён сифатида кечиши билан ўзаро тафовутланади.

Психиканинг иррационал (ақлий билиш жараёнларидан ташқари) таркибий қисмлари бўлмиш эмоция, майл ва шу кабилар ёрдамида шахс хулқини таҳлил қилувчи назария психодинамика дейилади. Мазкур назариянинг йирик намоёндаларидан бири - бу америкалик психолог Э.Эриксондир. У шахс ривожини 8 та даврга ажратади ва уларнинг ҳар қайсиси ўзига хос бетакрор хусусиятга эгадир.

Биринчи давр - гўдаклик. Ушбу даврда гўдакда онгсизликка асосланган ташқи дунёга нисбатан “ишонч” туйғуси вужудга келади. Бунинг бош сабабчиси ота--онанинг меҳр-муҳаббати, ғамхўрлиги ва жонқуярлигининг нишонасидир. Агарда гўдакда ишонч негизи пайдо бўлмаса, балки борлиққа нисбатан ишончсизлик ҳисси туғилса, у тақдирда вояга етган одамларда маҳдудлик, умидсизлик шаклида акс этувчи хавф вужудга келиши, эҳтимол.

Иккинчи даврда, яъни илк болаликда жонзодда ярим мустақиллик ва шахсий кадр-қиммат туйғуси шаклланади ёки аксинча, уларнинг қарама-қаршиси бўлмиш уят ва шубҳа ҳисси ҳосил бўлади. Болада мустақилликнинг ўсиши, ўз танасини бошқаришга кенг имконият яратиб, бўлғусида шахс хусусиятларига айланувчи тартиб ва интизом, масъулият, жавобгарлик, ҳурмат туйғуларини таркиб топтиришга пухта замин ҳозирлайди.

Учинчи давр - ўйин ёши деб аталиб, 5 ёшдан 7 ёшгача бўлган болаларни ўзига қамраб олади. Мазкур даврда ташаббус туйғуси, қайсидир

ишни амалга ошириш ва бажариш майлини таркиб топтиради. Мабодо унда хоҳиш-истакни рўёбга чиқаришнинг йўли тўсиб қўйилса, ушбу ҳолатда бола ўзини айбдор деб ҳисоблайди. Мазкур ёш даврида давра, яъни гуруҳий ўйин, тенгқурлари билан мулоқотга киришиш жараёнлари муҳим аҳамият касб этади, натижада боланинг турли роллар синаб кўришига, ҳаёлотни ўсишига имкон яратилади. Худди шу даврда болада адолат туйғуси, уни тушуниш майли туғила бошлайди.

Тўртинчи давр - мактаб ёши деб номланиб, ундаги асосий ўзгаришлар кўзлаган мақсадга эришиш қобилияти, уddaбуронлик ва маҳсулдорликка интилиш туйғуси билан ажралиб туради. Унинг энг муҳим қадрияти - омилкорлик ва маҳсулдорликдан иборатдир. Ушбу ёш даврининг салбий жиҳатлари (иллатлари) ҳам кўзга ташланади ва уларнинг қаторига ижобий хислатлари етарли даражада бўлмаганлиги, онги ҳаётнинг барча қирраларини қамраб ололмаслиги, муаммоларни ечишда ақл-заковатнинг етишмаслиги, билимларни ўзлаштиришда қолоқлиги (сустлиги) ва ҳоказо. Худди шу даврда шахсда меҳнатга нисбатан индивидуал муносабати шакллана бошлайди.

Бешинчи давр. Ўспиринлик - ўзининг бетакрор хислати, индивидуаллиги ва бошқа одамлар билан кескин тафовутланиши билан тавсифланади. Шунингдек, ўсмирлик шахс сифатида ноаниқлик, муайян ролни уddаламаслик, қатъиятсизлик сингари нуқсонларга (иллатларга) эга бўлишдир. Мазкур даврнинг энг муҳим хусусияти “ролни кечиктириш”нинг ўзгариши ҳисобланиб, бирмунча тараққиёт босқичига кўтарилишининг дақиқасидир. Унда ижтимоий ҳаётда бажараётган ролларининг кўлами кенгаяди, лекин уларнинг барчасини жиддий эгаллаш имконияти мавжуд бўлмайди, ваҳоланки бу кезде ўспирин ролларда ўзини синаб кўриш билан чекланади, холос. Эриксон ўспиринларда ўз-ўзини англашнинг психологик механизмларини батафсил таҳлил қилади, унда вақтни янгича ҳис қилиш, психосексуал қизиқиш, патоген (қасаллик кўзгатувчи) жараёнлар ва уларнинг турли кўринишлари намоён бўлишини шарҳлайди.

Олтинчи давр - ёшлик бошқа одамга (жинсга) нисбатан психологик интим яқинлашув қобилияти (уқуви) ва эҳтиёжи вужудга келиши билан ажралиб туради. Айниқса, жинсий майл бу соҳада алоҳида ўрин тутаяди. Бундан ташқари, ёшлик танҳолик ва одамовилик каби беҳосият хусусиятлари билан тафовутланади.

Етинчи давр - етуқлик даври деб аталиб, ҳаёт ва фаолиятнинг барча соҳаларида (меҳнатга, ижодиётга, ғамхўрликда, пушт қолдиришда, тажриба узатишда ва бошқаларда) маҳсулдорлик туйғуси унга узлуксиз

равишда ҳамроҳ бўлади ва эзгу ниятларнинг амалга ошишида туртки вазифасини бажаради. Шунингдек, мазкур даврда айрим жиҳатларда турғунлик туйғуси нуқсон (иллат) сифатида ҳукм суриши эҳтимолдан ҳоли эмас.

Саккизинчи давр, яъни қариллик инсон тариқасида ўз бурчини уддалай олганлиги, турмушнинг кенг қамровлиги, ундан қаноатланганлиги (қоникқанлиги) туйғулари билан тавсифланади. Салбий хусусият сифатида ушбу ёшда ҳаётдан, фаолиятдан ноумидлилиқ, улардан кўнгил совиш ҳис-туйғуларини таъкидлаб ўтиш ўринлидир. Донолик, софлик, гуноҳлардан фориғ бўлишлиқ бу ёшдаги одамларнинг энг муҳим жиҳати, саховати ҳисобланади, бинобарин, ҳар бир алоҳида олинган ҳолатга нисбатан шахсият ва умумият нуқтаи назардан қараш уларнинг олий ҳиммати саналади.

Собиқ совет психологиясида шахс таърифи

Умумий психология фанида шахснинг шаклланиши ва ривожланиши қонуниятлари ҳамда уларнинг механизмлари тадқиқ этилади. Бу борада психологлар томонидан шахсга нисбатан турлича таъриф берилган ва унинг тузилишини ўзига хос тарзда тасаввур қилишган. Қуйида муаллифларнинг айримларига қисқача тўхталиб ўтамиз.

А.Г.Ковалевнинг фикрича, шахс - бу ижтимоий муносабатларнинг ҳам объекти, ҳам субъектидир.

А.Н.Леонтьев ушбу масалага бошқачароқ ёндашиб, унга шундай таъриф беради: **шахс - бу фаолият субъектидир.**

К.К.Платоновнинг талқинига биноан: жамиятда ўз ролини англовчи, ишга лаёқатли, яроқли аъзоси шахс дейилади. Бу муаммо моҳиятини чуқурроқ очишга ҳаракат қилган

С.Л.Рубинштейн таърифича, шахс - бу ташқи таъсирлар йўналишини ўзгартирувчи ички шарт-шароитлар мажмуасидир.

С.Л.Рубинштейн бўйича шахс қуйидаги тузилишга эга:

1. Йўналганлик - эҳтиёжлар, қизиқишлар, идеаллар, эътиқодлар, фаолият ва ҳулқнинг устувор мотивлари ҳамда дунёқарашларда ифодаланади.
2. Билимлар, кўникмалар, малакалар - ҳаёт ва фаолият жараёнида эгалланади.
3. Индивидуал типологик хусусиятлар - темперамент, характер, қобилиятларда акс этади.

Ижтимоий нормалар ва шахс

Ижтимоий нормалар - шахс ҳаётида шундай категорияки, у жамиятнинг ўз аъзолари ҳулқ - атворига нисбатан ишлаб чиққан ва кўпчилик томонидан эътироф этилган ҳаракатлар талабларидир. Масалан,

Ўзбеклар учун бирор хонага кириб келган инсоннинг ким бўлишидан қатъий назар, «Ассалому алайкум» деб келиши - норма; ўқувчининг ўқитувчи берган топшириқларни бажариши лозимлиги - норма; хотиннинг эр хурматини ўрнига қўйиши, қайнонага гап қайтармаслик - норма; автобусда ёки бошқа жамоат транспортида кичикнинг катталарга, ногиронларга ўрин бўшатиши – норма, ва ҳоказо. Бу нормаларни айрим - алоҳида одам ишлаб чиқмайди, улар бир кун ёки бир вазиятда ҳам ишлаб чиқилмайди. Уларнинг пайдо бўлиши ижтимоий тажриба, ҳаётининг вазиятларда кўпчилик томонидан эътироф этилганлиги факти билан характерланади, ҳар бир жамият, давр, миллат ва ижтимоий гуруҳ психологияда муҳрланади.

Ижтимоий нормаларнинг у ёки бу даврда, у ёки бу тоифа вакили бўлмиш шахс томонидан қай даражада бажарилиши ёки унга амал қилинаётганлиги ижтимоий санкциялар орқали назорат қилинади.

Ижтимоий санкциялар - нормаларнинг шахс хулқида намоён бўлишини назорат қилувчи жазо ва рағбатлантириш механизмлари бўлиб, уларнинг борлиги туфайли биз ҳар бир алоҳида вазиятларда ижтимоий хулқ нормаларини бузмасликка, жамоатчиликнинг салбий фикри объектига айланиб қолмасликка ҳаракат қиламиз. Масалан, юқоридаги мисолда, агар жамоат транспортида катта муйсафид кишига ўрин бўшатишни норма деб қабул қилмаган ўсмирга нисбатан кўпчиликнинг айблов кўзи билан қараши, ёки оғзаки танбех бериши, жуда кам ҳолларда ўзини бебош тутаётган ўсмирнинг кўлидан тутиб, нима қилиш кераклигини ўргатиб, «кўзини мошдай очиб қўйиш» ижтимоий санкциянинг ҳаётдаги бир кўринишидир.

Ҳар бир алоҳида шахс жамият томонидан ишлаб чиқилган ва қабул қилинган ижтимоий нормалар ва санкцияларни у ёки бу ижтимоий ролларни бажариши мобайнида хулқида намоён этади. *Рол* - шахсга нисбатан шундай тушунчаки, унинг конкрет ҳаётининг вазиятлардаги ҳуқуқ ва бурчларидан иборат ҳаракатлари мажмуини билдиради. Масалан, талаба ролини оладиган бўлсак, уни бажариш - у ёки бу олий ўқув юртида таҳсил олиш, унинг моддий базасидан фойдаланиш, кутубхонасига аъзо бўлиш, стипендия олиб, маъмуриятнинг ижтимоий ҳимоясида бўлиш каби қатор ҳуқуқлар билан биргаликда ўша олийгоҳ ички тартиб - интизоми нормаларига сўзсиз бўйсунуш, дарсларга ўз вақтида келиш, рейтинг баҳолов талаблари доирасида кундалик ўзлаштиришни бажариш, амалиётда бўлиш, деканатнинг берган жамоатчилик топшириқларини ҳам бажариш каби қатор бурчларни ҳам ўз ичига олади. Бу рол унинг уйга боргач бажарадиган «фарзандлик» роли (ота-она, яқин қариндошлар олдида) талаб ва имтиёзларидан фарқ қилади. Яъни, конкрет шахснинг ўзига хослиги ва қайтарилмаслиги у бажарадиган турли-туман ижтимоий ролларнинг характеридан келиб чиқади. Шунга кўра, кимдир «тартибли, баъмани, фозил, ахлоқли ва одобли» дейилса, кимдир - беъмани, бебош, ўзгарувчан, икки юзламачи (яъни, бир шароитда жуда қобил, бошқа ерда -

бетартиб) деган ҳаётӣ мавқега эга бўлиб қолади.

Ҳаётда шахс бажарадиган ижтимоӣ роллар кўплиги сабабли ҳам, турли вазиятлардаги унинг мавқеи - статуси ҳам турлича бўлиб қолади. Агар бирор рол шахс ижтимоӣ тасаввурлари тизимида унинг ўзи учун ўта аҳамиятли бўлса (масалан, талаба роли), у бошқа ролларни унчалик кадрламаслиги ва оқибатда, ўша вазиятда бошқачарок, ноқулай ва нобопроқ мавқеи эгаллаб қолиши мумкин. Қолаверса, ролларнинг кўплиги баъзан роллар зиддиятини ҳам келтириб чиқариши мумкинки, оқибатда - шахс ички руҳий қийинчиликларни ҳам бошдан кечириши мумкин. Масалан, сиртдан таҳсил олаётган талаба сессия пайтида ишлаб турган корхонасига комиссия келиши ва унинг фаолиятини текшираётганлигини билиб, бир томондан, талабалик ва унинг талаблари, иккинчи томондан - касбдошлар олдида уялиб қолмаслик учун ҳар куни ишхонага ҳам бориб келиш кераклигини ўйлаб руҳий азобга тушади.

Шахсда “мен” тушунчаси ва унинг намоён бўлиши

Шахснинг ўзи, ўз хулқ-атвори хусусиятлари, жамиятдаги мавқеини тасаввур қилишидан ҳосил бўлган образ – “Мен” - образи деб аталиб, унинг қанчалик адекватлиги ва реалликка яқинлиги шахс баркамоллигининг мезонларидан ҳисобланади.

“Мен” - образининг ижтимоӣ психологик аҳамияти шундаки, у шахс тарбиясининг ва тарбияланганлигининг муҳим омилларидан ҳисобланади. Шу нуқтаи назардан олиб қаралганда, тарбия шахснинг ўзи ва ўз сифатлари тўғрисидаги тасаввурларининг шаклланиши жараёндир, деб таъриф бериш мумкин. Демак, ҳар бир инсон ўзини, ўзлигини қанчалик аниқ ва тўғри билса, тасаввур қилолса, унинг жамият нормаларига зид ҳаракат қилиш эҳтимоли ҳам шунчалик кам бўлади, яъни у тарбияланган бўлади.

Ўз-ўзини англаш, ўзидаги мавжуд сифатларни баҳолаш жараёни кўпинча конкрет шахс томонидан оғир кечади, яъни инсон табиати шундайки, у ўзидаги ўша жамият нормаларига тўғри келмайдиган, ноъмақбул сифатларни англамасликка, уларни «яширишга» ҳаракат қилади, ҳаттоки, бундай тасаввур ва билимлар онгсизлик соҳасига сиқиб чиқарилади (австриялик олим З. Фрейд назариясига кўра). Бу атайлаб қилинадиган иш бўлмай, у ҳар бир шахсдаги ўз шахсиятини ўзига хос ҳимоя қилиш механизмидир. Бундай ҳимоя механизми шахсни кўпинча турли хил ёмон асоратлардан, ҳиссий кечинмалардан асрайди. Лекин шуни алоҳида таъкидлаш лозимки, «Мен» - образининг ижобий ёки салбийлигида яна ўша шахсни ўраб турган ташқи муҳит, ўзгалар ва уларнинг муносабати катта рол ўйнайди. Одам ўзгаларга қараб, гуё ойнада ўзини кўргандай тасаввур қилади. Бу жараён психологияда **рефлексия** деб аталади. **Унинг моҳияти** - айнан ўзига ўхшаш одамлар образи орқали ўзи тўғрисидаги образни шакллантириш, жонлантиришдир. Рефлексия «Мен» - образи эгасининг онгига тааллуқли жараёндир. Масалан, кўчада бир танишингини учратиб қолдингиз. Сиз тинмай унга ўз ютуқларингиз ва

машғулотларингиз ҳақида гапирмоқдасиз. Лекин гап билан бўлиб, унинг қаергадир шошаётганлигига эътибор бермадингиз. Шу нарсани сиз унинг бетоқатлик билан сизни тинглаётганлигидан, хаёли бошқа ерда турганлигидан билиб қоласиз ва шу орқали айти шу пайтда «махмадона, лақмарок» бўлиб қолганингизни сезасиз. Кейинги сафар шу ўртоғингиз билан учрашганда, олдинги ҳатога йўл қўймаслик учун «Ўртоқ, шошмаяпсанми?» деб сўраб ҳам қўясиз. Ана шу илгариги рефлексиянинг натижасидир. Яъни, суҳбатдош ўрнига туриб, ўзингизга ташланган назар («мен унга қандай кўриняпман?») - рефлексиядир.

«Мен» - образи асосида ҳам бир шахсда ўз-ўзига нисбатан баҳолар тизими шаклланадики, бу тизим ҳам образга мос тарзда ҳар хил бўлиши мумкин. **Ўз-ўзига нисбатан баҳо** турли сифатлар ва шахснинг орттирилган тажрибаси, шу тажриба асосида ётган ютуқларига боғлиқ ҳолда турлича бўлиши мумкин. Яъни, айти бирор иш, ютуқ юзасидан ортиб кетса, бошқаси таъсирида - аксинча, пастлаб кетиши мумкин. Бу баҳо аслида шахсга бошқаларнинг реал муносабатларига боғлиқ бўлса-да, аслида у шахс онги тизимидаги мезонларга, яъни, унинг ўзи субъектив тарзда шу муносабатларни қанчалик қадрлашига боғлиқ тарзда шаклланади. Масалан, мактабда бир фан ўқитувчисининг болага нисбатан ижобий муносабати, доимий мактовлари унинг ўз-ўзига баҳосини оширса, бошқа бир ўқитувчининг салбий муносабати ҳам бу баҳони пастлатмаслиги мумкин. Яъни, бу баҳо кўпроқ шахснинг ўзига боғлиқ бўлиб, у субъектив характерга эгадир. Ўз-ўзига баҳо нафақат ҳақиқатга яқин (адекват), тўғри бўлиши, балки у ўта паст ёки юқори ҳам бўлиши мумкин.

Ўз-ўзига баҳонинг паст бўлиши кўпинча атрофдагиларнинг шахсга нисбатан кўяётган талабларининг ўта ортиқлиги, уларни удалай олмаслик, турли хил эътирозларнинг доимий тарзда билдирилиши, ишда, ўқишда ва муомала жараёнидаги муваффақиятсизликлар оқибатида ҳосил бўлиши мумкин. Бундай ўсмир ёки катта одам ҳам, доимо тушкунлик ҳолатига тушиб қолиши, атрофдагилардан четроқда юришга ҳаракат қилиши, ўзининг кучи ва қобилиятларига ишончсизлик қайфиятида бўлиши билан ажралиб туради ва бора-бора шахсда катор салбий сифатлар ва ҳатти-ҳаракатларнинг пайдо бўлишига олиб келади. Ҳаттоки, бундай ҳолат суицидал ҳаракатлар, яъни ўз жонига қасд қилиш, реал борлигидан «қочишга» интилиш психологиясини ҳам келтириб чиқариши мумкин.

Ўз-ўзига баҳо ўта юқори ҳам шахс хулқ-атворида яхши таъсир кўрсатмайди. Чунки, у ҳам шахс ютуқлари ёки ундаги сифатларнинг бошқалар томонидан сунъий тарзда бўрттирилиши, ноўрин мактовлар, турли қийинчиликларни четлаб ўтишга интилиш туфайли шаклланади.

Адабиётлар

1. Гримак Л.П. Резервы человеческой психики.- М., 1990
2. Климов Е.А. Основы психологии.- М., 1998
3. Насиновская Е.Е. Методы изучения мотивации личности. - М., 1988

6 Мавзу: Сезги ва идрокнинг психологик моҳияти

Режа:

1. Сезги психик жараён сифатида
2. Сезгининг психофизиологик асослари
3. Хориж психологиясида сезги назариялари
4. Идрок ҳақида умумий тушунча
5. Идрокнинг асосий хусусиятлари ва турлари
6. Идрокнинг индивидуал фарқлари ва ривожланиши

Сезги психик жараён сифатида

Сезги билиш жараёнидан бири ҳисобланади. Сезги – оддий билиш жараёни, акс эттиришнинг дастлабки шакли яъни сезги органларига ташқи дунёнинг алоҳида сифатлари тасвири. Сезги когнитив жараённинг бошланғич нуктаси. (Р.Сольсо).

Психологлар фикрича, сезиш жараёнига кириш психик фаолиятни тушунтиришдаги энг биринчи қадам ҳисобланади. Лекин бизнинг мия фаолиятимиз ҳам сезган нарсамизни аниқлаб беради. Биз ҳис туйғуларни иккала томондан ҳам сезиш яъни миянинг юқори қисмидан келадиган ва бизнинг тажриба ва умид ишончларимизга йўналтиради. Бизнинг сезиш қобилиятларимиз турли чизиқларни бурчакларни ва рангларни англашга ёрдам беради.

Табиат сезиш қобилиятини ҳар нарсага ином этади. Фикр ҳар қандай организмдаги энг керакли маълумотларни топа олади. Қурбака учадиган хашоратлар билан озиқланади. Бунда фақат кора ва оқ ранглар сигнали етиб боради.

Атроф муҳитда содир булаётган муҳим воқеа ҳодисаларни биз сезги органларимиз орқали қабул қиламиз, қулоқларимиз энг сезгир органдир. Товуш частоталари орқали инсон овозини чақалоқ йиғисидан фарқлайди.

Инсоният тажрибаси натижасида ҳайвонлар сезги қобилияти ҳам аниқланган. Кўчиб юривчи қушлар ички сезгиси орқали қаерда қолиш муносиб жой эканлигини билади. Кўршапалак ва делфинлар эса ўлжасини қаерда осонроқ тута олишига қараб жой танлашади. Булутли кунларда асарилар ўзлари учун маълум қуёш нуруни ҳосил қила оладилар.

Ҳиссий мослашишнинг вазифаси нима?

Сиз қушни хонага кирганингизда ноҳуш ҳидни сездингиз. Бу ердагилар бу ҳидга қандай чидаётганликларига ҳайрон қолдингиз, бироз вақт ўтгач, бу ҳидни пайқамай қўйдингиз. **Ҳиссий мослашиш**-бу сизнинг олдинги ҳолатингиз ўзгармаган ҳолда кейинги ҳолатга киришиш жараёнидир. (Бу ҳолат сиз қўл соатингизга қараб олган вақт давомида содир бўлади-ю, сиз буни бир неча сонияларгина ҳис қиласиз. Ҳолатга мослашганимиздан сўнг нерв хужайраларимизда ўша



ҳолатга мослашиш ҳисси уйғонади.

Нега биз ҳар доим атрофимиздаги нарсаларни диққат билан кузатамиз. Чунки бизнинг кўзларимиз шунга мослашган.

Марининг кўзи ҳаракатланиши билан проектирдаги расм ҳам ҳаракатлана бошлайди. Мари қаерга қарамасин тасвир ҳам шу томонга ҳаракатланади. Агар биз бундай қурилмани ён томондан юз орқали жойлаштирсак, Мари нимани кўрар экан? Биринчидан, у тўлиқ манзарани кўради. Лекин бир неча сониядан сўнг унинг кўриш тизимида чарчоқ кузатилади ва нарсалар бошқача кўрина бошлайди. Оз-оздан тасвир йўқола бошлайди, бироздан сўнг тасвир тўлиқ ёки таниш бўлак шаклида тикланади ва кейин ғойиб бўлади. (David G. Myers Psychology, 2010 by Worth Publishers 285-286 бетлар)

Сезги психик жараёнларнинг бошланғич даражаси ҳисобланади. Фақат сезги жараёни орқали маълумотлар бизнинг онгимизга кириб келади.

Сезгининг психик хусусиятларини тушуниш учун сезгининг турли томонларини таҳлил қилишимиз керак. Биз сезгини сигналли ва акс эттирувчи функцияларини ажратишимиз керак. Бир томондан сезги организм учун шароитларни ажратувчи сигнал ҳисобланади. Бироқ, сезгининг ўрни шу билан яқунланмайди сезги акс эттиришнинг махсус функциясига эга, улар из ёки объектив дунёнинг субъектив образини яратадилар бу инсон ва ҳайвонларга ўзини тутиш имкониятини яратади. Бизга маълумки инсон ёки ҳайвон организмларига кириб келаётган маълумотлар сигналлар тизимига эга. Ҳайвонлар учун бу сигналлар тизими озикланиш, ҳимояланиш ёки жинсий характерга эгадир. Ҳайвонлар учун сигналлар тизими фақат ҳаёт учун аҳамиятли ҳолатларга нисбатан қўлланилиши мумкин. Масалан: мушук кўнғироқ товушига эътибор бермаслиги мумкин, лекин сичқоннинг қимирлаётган товушига жавоб реакциясини қайтара олади. Она қаттиқ товушга эътибор бермаслиги мумкин, бироқ фарзандининг йиғи товушига уйғонади.

Сезги фақат “сигналлар” тизими деб эътироф этилса хато бўлади. Улар нарсаларнинг субъектив хусусиятларини ҳам акс эттирадилар. Сезги туфайли бизда объектив дунёнинг субъектив образи пайдо бўлади. Бу объектив дунёнинг субъектив образи инсонни ташқи муҳитга мослашиш имкониятини беради.

Инсон психикаси шундай мураккаб тузилганки у ўзи учун нафақат қизиқ бўлган сигналларни, балки мавжуд бўлган ташқи дунёнинг объектив ҳолатларини ҳам қабул қилади.

Кўпгина олимлар сезги ҳақида ўз қарашларини келтириб ўтишган. Биринчи қараш: сезги ташқи олам билан алоқа ўрнатувчи жараёндир. Файласуф идеалистлар сезги органлар бизни ташқи дунё билан бирлаштирамайди, балки улардан ажратади. Сезги органлари орқали реал бўлмаган мавжуд бўлган объектларни қабул қиламиз. Бу фикрлар инглиз

файласуфи Беркли томонидан келтирилган. И.Кант ҳам бу фикрни тасдиқлаган, немис файласуфи Эрнест Мах томонидан ҳам бу фикрлар тасдиқланган. Масалан мен яшил рангдаги майсага қараяпман, лекин бу объектив яшил рангни идрок қиляпманми? Яъни инсоннинг кўз гавҳарига тушган нур рангни ўзгартиради Берклининг фикрига кўра, биз ҳақиқатдан ҳам майсанинг рангини билмаймиз шунинг учун ҳам биз иллюзиялар дунёсида яшаймиз. Чунки бу ҳолатлар бизнинг субъектив фикримиз ҳисобланади.

Шунга яқин фикрларни Кант ҳам айтиб ўтган. Мен объектив олам ҳақидаги фикрларни фақат сезгиларим орқали қабул қиламан. Мен сезги органларим чегарасидан чиқа олмайман. Сезги органларим мени ташқи дунёдан ажратади, уларни бирлаштирмайди.

Эрнест Мах ҳам бу фикрга қўшилган ташқи дунё менинг сезгиларимнинг комплексида, бу сезгилар физиологик жараёнларнинг акс эттиришидир.

XIX асрнинг ўрталарида икки таниқли физиологлар идеалистик назарияни мустаҳкамлашган. Уларнинг бири Иоганис Мюллер иккинчиси Гельмгольцлардир. Уларнинг фикрларини юқорида келтирилган тушунчалар тўлдиради. Улар психологияда сезги органларининг махсус энергияси қонунияти назариясини кашф қилишган. Олимлар сезги органлари бизни ташқи дунёга яқинлаштирмайди, балки уларни бир биридан ажратади деб ҳисоблашган.

Миллер алоҳида сезги органларини кузатиб қуйидаги хулосаларга келган. Ҳар бир сезги органлари ўзига хос бўлган энергияга эгадир ва шулар ташқи дунёга таъсир ўтказади. Масалан, бизнинг сезги органларимизга турлича таъсир ўтказишимиз ҳар бир сезги органларимизнинг ўзига хос кодлари мавжуд.

Сезгининг рецептор ва рефлектор назарияси

Кўп йиллар давомида бизнинг сезгиларимиз пассив жараён ҳисобланган. Организмга қандайдир кўзғатувчи етиб келади, уни периферик органлар орқали қабул қилиниб сезувчан нервга узатилади ва пўстлоқ остида тўхтади, бу бош мия пўстлоғига етиб келади. Сезги жараёни шу концепция нуқтаи назаридан пассив ҳисобланади, бу рецептор назарияси деб номланади.

Бироқ ҳозирги кунга келиб бу назария етарли эмас, сезги жараёнига фаол жараён сифатида ёндашиш керак. Инсон психикасида пассив жараёнлар билан бир қаторда фаол жараёнлар ҳам мавжуд. Ҳамма психик жараёнлар рефлектор жиҳатдан қурилган.

И.М.Сеченов тери туюш жараёни фаол пайпаслаш жараёнида вужудга келади деган фикрга келган. Худди шу ҳолатни кўриш сезгисида ҳам кузатишимиз мумкин. Кўриш сезгилари рецептор пассив жараён ҳисобланади, нурлар кўз пардасига тушади, тўр пардада кўзғалиш пайдо бўлади, шундан сўнг кўзғалиш мия пўстлоғига юборилади ва пассив равишда қабул қилинади.

Кишидаги сезгилар хақида гапирганимизда адаптация тушунчаси тўғрисида тўхталиб ўтамиз. Адаптация–мослашув бўлиб, сезги органлари сезгирлигининг кўзгатувчи таъсири остида ўзгариши демакдир. Адаптация ҳодисаси уч хил турда:

1. Кўзгатувчининг узок муддат давомида таъсир этиши жараёнида сезгининг тамомила йўқолиб қолишига ўхшайди, масалан, хид билиш сезгилари атроф–мухитга ёқимсиз хид ёйилгандан кейин кўп ўтмай батамом йўқолиб қолиши ҳам оддий ҳодисадир. Агар тегишли модда оғизда бир оз вақт сақлаб туриладиган бўлса, таъм билиш сезгисининг жадаллиги сусаяди ва сезги умуман йўқолиб кетиши мумкин.

2. Адаптация деб шунингдек, юқорида баён этилган ҳодисаларга яқин бўлган, кучли кузатувчининг таъсири остида сезгининг заифлашиб қолиши билан ифодаланади ҳодисага ҳам айтилади. Киши ярим қоронғи хонадан яққол, ёруғ хонага чиққанда, кўзи қамашади, теварак–атрофдаги нарсаларнинг фарқини ажратиш қийин бўлиб қолади, бир оз фурсатдан кейин эса кўриш анализаторининг сезувчанлиги кескин сусайиб, одатдагидек кўра бошлайди ва адаптация ҳодисаси кечади.

Адаптациянинг бу икки тури негатив адаптация дейилади, негаки, бунда анализаторнинг сезувчанлиги сусаяди.

3. Кучсиз кўзгатувчининг таъсири остида сезгиликнинг ошиши ҳам адаптация дейилади, бу позитив адаптация деб ҳам аталади. Масалан, қоронғи кўп бўлиши натижасида кўз сезувчанлиги ортади. (Граф Монте Кристо мисолида тушунтириш мумкин).

Сезги аъзоларининг сезувчанлигининг ошишига олиб борадиган икки соҳа мавжуддир: 1) сенсор нуқсонлар (кўрлик, карлик)нинг ўрнини тўлдириш заруратидан келиб чиқадиган сезувчанликнинг ортиши ва 2) субъект фаолияти туфайли касбига хос талаблардан келиб чиқадиган сенсбилизация (сезувчанликнинг ортиши).

Кўриш ёки эшитиш сезгисининг йўқотилганлиги маълум даражада сезувчанликнинг бошқа турларини ривожлантириш ҳисобига тўлдирилади, масалан, кўра олмай қолган кишилар хайкалтарошлик билан шуғулланганлар, чунки уларда туйиш сезгиси юксак ривожланган бўлади. Баъзи маҳсус касб билан узок вақт мобайнида шуғулланиш ҳам сезги аъзоларининг сезувчанлиги кучайишига олиб келганлигини кўриш мумкин, масалан, чой, пишлоқ, вино, тамаки сифатини аниқловчиларда хид ва таъм билиш сезгилари юксак даражада мукамаллашган бўлади. (Кинофильм–Нарцисс мисолида тушунтириш мумкин).

Меҳнат фаолияти талаблари таъсири остида сезгилар ривожланиши мисолини биз рассомлар, пўлат куювчилар, учувчилар скрипкачилар каби касб вакилларининг билиш сезгиларида кузатишимиз мумкин.

Сезгининг психофизиологик асослари

Сезги тирик организмларнинг биологик яшаш шартларидан саналган ички механизми, яъни у тирик организмда ташқи ва ички дунё ўртасида алоқа боғловчи психологик-биологик асосдир. У орқали марказий нерв

системаси қўзғатувчиларга жавоб беради. (Ш.Шехтер)

Сезгилар ҳосил бўлиши учун қуйидаги шартлар бўлиши керак:

Биринчидан, сезги аъзоларимиздан биронтасига таъсир этадиган нарса ёки ҳодиса бўлиши керак.

Иккинчидан, сезувчи аппарат соз бўлиши керак. Бу аппарат қуйидаги қисмлардан иборат: 1. Сезувчи орган (рецептор). 2. Ўтказувчи йўл (афферент нерв). 3. Бош мия пўстлоғидаги марказ. 4. Миядан жавоб импульсларини узатувчи йўл (эфферент нерв).

Битта сезги апаратыни ташкил қиладиган қисмларни И. П. Павлов умумлаштирган номда анализатор деб атаган.

Сезги моҳиятига кўра объектив оламнинг субъектив сиймосидир. Лекин сезгиларнинг ҳосил бўлиши учун организм моддий қўзғатувчининг тегишли таъсирга берилиши кифоя қилмайди, балки организмнинг ўзи ҳам қандайдир иш бажариши даркор. Сезгилар муайян давр мобайнида рецепторга таъсир ўтказётган қўзғатувчининг ўзига хос қувватини нерв жараёнлари қувватига айланиши натижасида ҳосил бўлади. Сезгиларнинг ҳосил бўлишига кучли таъсир қиладиган жараёнларнинг иштирокини ўрганишга бағишланган кўплаб ва кўпқиррали тадқиқотлар олиб борилган.

Сезги аъзолари фақат мослашувчанлик, ижро қилиш функцияларини бажарибгина қолмасдан, балки ахборот олиш жараёнларини бевосита иштирок этадиган ҳаракат органлари билан мустаҳкам боғлангандир.

Анализатор-Сезги нерв системасининг у ёки бу қўзғатувчидан таъсирланувчи реакциялари тарзида ҳосил бўлади ва ҳар қандай психик ҳодисалар каби рефлекторлик хусусиятига эгадир. қўзғатувчининг айнан ўзига ўхшайдиган анализаторга таъсири натижасида ҳосил бўладиган нерв жараёни сезгининг физиологик негизи ҳисобланади.

Анализатор уч қисмдан таркиб топади: 1) ташқи қувватни нерв жараёнига айлантирадиган махсус трансформатор ҳисобланган периферик бўлим (рецептор). 2) анализаторнинг периферик бўлимини марказий анализатор билан боғлайдиган йулларини очадиган афферент нерв (марказга интилувчи) ва эфферент (марказдан қочувчи) нервлар. 3) Анализаторнинг периферик бўлимларидан келадиган нерв сигналларининг қайта ишланиши содир бўладиган қобик ости ва қобик (миянинг ўзи билан тугайдиган) бўлимлар.

Анализатор периферик бўлимларининг муайян хужайралари мия қобиғидаги хужайраларнинг айрим қисмларига мос бўлади. Жумладан, кўз тўр пардасининг турли нуқталарида ҳосил бўладиган тасвир мия қобиғида ҳам ҳар хил нуқталарда шуни акс эттиради; эшитишда ҳам худди шу жараёни кузатишимиз мумкин: ноғора парда ва миядаги акс садо.

Сезгининг ҳосил бўлиши учун ҳамма анализаторлар яхлит бир нарса сифатида ишлаши даркор. Қўзғатувчининг рецепторга таъсири қўзғалишнинг юз беришига олиб келади.

Анализатор нерв жараёнларининг ёхуд рефлектор ёйининг бутун йўли манбаи ва энг муҳим қисмини ташкил этади. Рефлектор ёйи рецептордан,

таъсирни мияга олиб борувчи афферент нерв йўллари ва эфферент нервлардан таркиб топгандир. Рефлектор йўли элементларининг ўзаро муносабати мураккаб организмнинг теварак атрофдаги оламда тўғри мўлжал олишининг, организмнинг яшаш шароитларига мувофиқ тарздаги фаолиятнинг негизини таъминлайди.

Сезгининг классификацияси.

Сезгиларни 3 та катта синфга ажратиш мумкин. Булар интроцептив(организмдаги сезгилар), проприоцептив сезгилар (ҳаракатдаги органлар сезгиси), экстероцептив сезгилар (ташқи дунёдан келаётган сезгилар)дир.

Интрорецептив сезгилар

Ҳамма ички органларда томир деворлари, ошқозон деворларида сезувчан тўқималар жойлашган, улар ҳар бир ҳолатларга жавоб берадилар, бу тўқималардан бири эса босимга жавоб беради. Ҳар қандай ички органларнинг ҳолатлари бошқарилади бунда интрорецепторларнинг ўрни катта. Бу тўқималарнинг қўзғалиши англанган сезгиларни аниқлигини кўрсатмайди. Сеченов уларни «қоронғу сезгилар» «деб номлаб, ташқи дунёдан ажратувчи деб атаган. Бу қоронғу сезгилар сўз орқали ифодаланмайдиган сезгиларни беради. Баъзи бир тадқиқотчилар комфорт ёки дискомфорт тушунчасини беради деб эътироф этишади. Бу сезгилар эмоционал характерга эга, булар организмнинг ҳолатларини акс эттиради.

Бу сезгиларнинг организм учун ўрни каттадир. Бу сезгилар майл ва эҳтиёжларни ҳам туғдиради. Очлик, чанқов, ҳаво етишмаслиги ва бошқалар, бу сезгилар биологик майл ва эҳтиёжларнинг асоси деб ҳисобланади. Бизнинг қорнимиз очса, овқатланамиз, чанқасак, чанқовни қондирамыз. Бу сезгиларни мураккаб рефлектор жараёни десак, муболаға бўлмайди, буларнинг натижасида эса эҳтиёжлар қондирилади

Америкалик физиолог олим Кеннон интрорецептор функцияларни ўзлаштириш мақсадида гемостазис тушунчасини киритган, гемостазис организмда қайтадиган мувозанат ҳолатини билдиради. Гемостазис интрорецептор сигналларнинг шаклланиши орқали вужудга келади.

Интрорецепторларнинг иши рефлектор жараёнларининг ички организмларда асосий жараёни ҳисобланади, улар қатъий мувозанат ёки гемостазисни сақлаб туради.

Проприорецептив сезгилар

Интрорецептив сезгилар билан бир қаторда бошқа сезги органлари ҳам мавжуд. Бу проприорецепторлар тизимидир, улар ҳаракат, мускул тўқималари сигналларини қабул қилиш имкониятини беради.

Бизнинг мускул, бўғин тўқималаримизда сезувчан нерв тўқималари мавжуд, улар бизнинг мускулларимиз ҳақидаги маълумотларни беради.

Кўп вақтлар давомида ҳаракатни амалга ошириш учун эфферент ҳаракат қўзғатувчиларининг ўзи кифоя қилади, деган фикр мавжуд эди. Н.А.Бернштейн умрининг кўп қисмини ҳаракатни ўрганишга бағишлади, унинг тадқиқотларини кўрсатишича ҳаракат аппарати мураккаб тузилган,

уни ҳаракатга келтириш учун эфферент импульснинг ўзи кифоя қилмайди. Ихтиёрий ҳаракатни бошқариш учун проприорецепторлардан келувчи афферент сигналларни мустақкамлаш керак, бўғимларнинг ҳаракатлари эса бевосита шу рецепторларга боғлиқдир.

Интерорецепторлар ички гемостазиснинг органи ҳисобланади, проприорецепторлар ташқи гемостазиснинг органи ҳисобланади. Интерорецепторлар организмдаги моддалар алмашинувини назорат қилади, проприорецепторлар ҳаракатларни координация қилади ва координация аппаратини назорат қилади.

Экстереорецептив сезгилар

Сезгиларнинг учинчи катта синфи кўп даражада тадқиқ қилингандир, булар экстереорецепторлар ҳисобланади, улар ташқи дунёдаги сигналлари тизимидир.

Экстереорецепторларнинг классификациясида икки хил тизим мавжуд систематик ва генетик. Экстереорецептор сезгиларни шартли равишда икки турга ажратиш мумкин. Контакт сезгилар бу сезгилар бевосита алоқага киришадиган сезгилардир булар таъм билиш, тери туюш, ҳид билиш сезгиси ҳисобланади, дистант сезгилар: булар кўриш ва эшитиш сезгиси ҳисобланади.

Контакт ва дистант рецепторлар орасида миқдорий фарқ мавжуд. Контакт рецепторлар вақтли шаклланган бўлиб диффуз, дифференциаллашмаган, предметли бўлмаган сезувчанликни шакллантиради. Дистант рецепторлар содда тузилган жониворларда йўқ, жонзотлар қанчалик ривожланган бўлса дистант рецепторлар шунча катта ўринга эгадир.

Буларнинг барчаси систематик ёндашувга мисол бўлади.

Экстереорецепторларнинг классификациясининг генетик ёндашуви ёки сезувчанлик кўринишининг эволюцион классификацияси ҳозирга қадар сезувчанликни уч хил синфи ҳақида сўз юритади (интро, проприо, экстро).

Бу сезгиларимиз турли тарихга эга. Пропатик ва эпикритик атамаларни инглиз неврологи Хед томонидан фанга киритилган. Бу тушунчалар сезувчанликка тарихий жиҳатдан ёндашиш имкониятини беради.

Ҳид сезувчанликни билиш учун ўзининг тери нервларининг шохчасини кесади ва қанча вақт давомида шу нерв шохчасининг тикланиши кузатилган. Бир ой давомида умуман сезувчанлик мавжуд бўлмайди, олти ҳафтадан сўнг сезувчанлик биринчи фазага ўтади ва сезувчанлик тиклана боради. Энг қизиқарли томони шундаки, биринчи навбатда примитив сезгилар тикланади. Шу ҳолат орқали ҳам сезгиларнинг диффуз ҳолати мавжудлигини кўришимиз мумкин.

Бу жараёнда маълум бир вазият, ҳолат ёқимли ёки ёқимсиз сезгини вужудга келтирган. Шу тариқа биринчи даврда сезувчанликнинг қадимий ўзига хослиги тикланар экан. Бу шаклни Хед протопатик деб номлаган.

Фақат олти ойдан сўнг сезувчанликни мураккаб шаклига ўзгариши мумкин экан, бунда сезгининг локолизацияси вужудга келган, сезгининг аффектив тони ўзгарган, объектив қўзғатувчиларни қабул қилиш бошланган. Энг охирги йўналиш шакл сезгиси тикланган. Бу эпикритик сезувчанликнинг тикланиши ҳисобланган.

Хориж психологиясида сезги назариялари

Психология фанида шундай илмий далиллар мавжудки, мობодо инсон ахборотларнинг шахобчасидан маҳрум бўлса, у ҳолда у уйқу фаолиятига шўнғийди. *Масалан*, тери туюш сезгилари патологияга учраса, унда одам (кўпинча вақтинча муваққат) кўриш, эшитиш, ҳид сезгисидан маҳрум бўлиши мумкин. Мობодо кузатиш шахобчаси илк болалик ёши бузилса, кар ёки кўр бўлиб қолса, у унинг ақлий ривожланишида кескин вақтинча орқада қолиш юзага келади. Агар бола махсус усул ёки услубга ўргатилмаса, табиий равишда мавжуд камчиликларнинг ўрнини тўлдириб бўлмайди.



ахборотларни
даврида
тақдирда
тўхталиш,

Маданият ва шароитнинг аёл бошига таъсири. Бир текширувда деярли барча шарқий Африкаликлар билан савол-жавоб ўтказилганида, улар аёлни металл қутида мувозанат сақлаган ҳолда ва оиласи бир дарахт остида ўтиришини тасвирлашди. Бурчаклар ва қутисимон бинолар урфда бўлган ғарбликлар оилани уй ичида деразанинг олдида аёли билан утирган ҳолда тасаввур этишади. (расмга қаранг) (David G. Myers Psychology, 2010 by Worth Publishers 278 page)

Қандай қилиб сезги биз кутган нарсамизга, эмоциялармизга таъсир этади?

Ҳамма кўрган нарсасига ишонади. Бизда кам бўлсада тўлиқ маълумот бўлса, биз унга кўпроқ ишонамиз. Тажрибамиз, кутган нарсамиз бизни сезишимизни таъминлайди, ёки ақлий қобилиятимиз сезги ҳиссимизга ката таъсир кўрсатади. Одамлар ўспиринларнинг ўзига ўхшаган жуфтига уларнинг ота-она ёки боласи бўлишса уларга ишонишади. (Брессан & Даи Мартелло, 2002). Ва улар шундай ҳисоблашади: Қўйидагича расмдаги аёлми ёки саксафон чалаётган инсонми деб тасаввур қилишади? Расмдаги иккита расмга қарасак, уларнинг ҳар икковида ҳам яққол тасвирни кўришимизга таъсир этади.



Бир пайтлар биз реаллик ҳақида нотўғри хулосага борган эдик, ва натижада ҳақиқатни кўриш биз учун бироз қийин бўлган эди. Ҳар куни сезгига оид бир қатор мисолларга дуч келамиз. 1972-йилда Британия газеталарининг бирида Шотландиядаги Лоч Несс кўлидаги маҳлуқ ҳақида маълумотлар босиб чиқарилган эди. Ваундаги расм олинган расмлар ичидаги энг ҳайратлиларидан бир бўлган эди. Агар бу маълумот сизда ҳам ишонч ҳиссини уйғотган бўлса демак, сиз ҳам худди кўплаб муштарийлар сингари 1-расмда бу маҳлуқнинг расмини кўришга мушарраф бўласиз. 2-расм: Ишонтириш. Дўстингизга иккала расмни ҳам кўрсатинг. Ва расм марказини кўрсатиб ўртада нимани кўраётганини сўранг агар дўстингиз бир қарашда иккала расмда саксафончи ва аёлнинг расмини пайқайолса, демак бунда у ишончига асослангани аниқ бўлади.

Идрок ҳақида тушунча.

Идрок- Сизги аъзоларига бевосита таъсир этиб турган нарса ва ходисаларнинг киши онгида бутунлигича акс эттирилиши идрок дейилади. Идрокнинг сезгидан фарқи, нарсаларни умумлашган ҳолда, унинг ҳамма хусусиятлари билан биргаликда акс эттирилишидир. Идрокнинг муҳим хусусиятлари унинг предметлилиги, яхлитлиги, структураллилиги, доимийлиги (константлилиги) ва англашилганлигидир. Идрок психология фанида “перцепция” (лотинча, қайд этиш) маъносини билдириб, унинг содда тури перцепция, тажрибага ўтган қисми, “апперцепция” дейилади.

Воқеъликдаги ходиса ва вазиятларни олдиндан англаш “социал перцепция” дейилади. Идрокни тушунишда унинг хусусиятларини билиш, ўзаро фарқлаш аҳамиятли саналади.



Идрок туғмами ёки ўзлаштирилганми?” - деган саволга аҳамиятли. Ҳар иккаласи (туғма ҳам ўзлаштирилган) ҳам деб жавоб бера оламиз. Идрок - хис туйғулар, рухий кечинмалар орқали бойитиб борилади. Шу сабабли ҳам бизга турли даражадаги таҳлил натижалари зарур бўлади. „Оддий” тушунчалар бу инсон миясининг яратувчилик маҳсулидир. Ушбу расмда. Ноаниқ бўлган от/ тюлен шакли. Агар 10 та одам олиниб,

улардан ферма хайвонлари хақида ўйлашлари сўралса, 10та одамдан тахминан 7 тасида от хақида, борди-ю улардан денгиз хайвонларини ўйлашлари сўралса яна 10 та одамдан 7 тасида тюлен хақида тушунча хосил бўлади.

(David G.Myers 2010.-Psychology-9th-edition 278-280 page)

Идрокнинг асосида нарса ва ҳодисанинг яхлитлашган образи ётадики, бу образ бошқаларидан фарқ қилади. Идрок ўзига нисбатан соддароқ бўлган сезги жараёнларидан ташкил топади. Масалан, олманинг шаклини, хидини, мазасини, рангини сезамиз, яъни алоҳида-алоҳида хоссалар онгимизда акс этади. Бу - сезгиларимиздир. Сезгилар яхлит тарзда идрок жараёнини таъминлайди. Лекин олимлар идрокни сезгиларнинг оддийгина, механик тарздаги бирлашуви, деган фикрга мутлоқ қаршилар. Чунки идрок онгли, мақсадга қаратилган мураккаб жараён бўлиб, унда шахснинг у ёки бу объектга шахсий муносабати ва идрокдаги фаоллиги асосий роль ўйнайди. Масалан, буни исботи учун кўпинча **Рубин фигураси** тавсия этилади. Унда иккита қора профиль оқ



фонда берилган. Бир қарашда айримлар бу расмларга қараб, «Бу - ваза» деб атаса, бошқалар уни бир-бирига қараб турган икки киши юзининг ён томондан кўриниши, деб таърифлаши мумкин. Шуниси характерлики, биринчи марта шу расмни кўрган одам уни яхлит идрок қилиб, нима эканлигини *тушунишга* ҳаракат қилади, лекин бирор фигурани кўргач, маълум вақтгача бошқасини кўрмай туради. Агар шу идрок даражаси қолса, яъни яна ниманидир кўришни хохламаса, у иккинчи фигурани кўрмаслиги ҳам мумкин. Бу биздаги идрок жараёнларининг фаоллигимизга, объектга муносабатимизга бевосита боғлиқлигини кўрсатиб турибди. Иккинчидан, идрок бизнинг қайфиятимизга ҳам боғлиқ. Ташвиш билан йўлакчадан ўтиб кетаётиб, оёғингиз тагидаги нарса тугул, рўпарадаги одамни ҳам кўрмай қолишингиз мумкин. Ёки санъат музейида томоша қилиб юрган икки киши бир расмда тамоман ҳар хил нарсаларни, элементларни кўриши мумкин. Яхши қайфиятда, яхши дўстлар компаниясида истеъмол қилган таом сизга жуда мазалидай туюлади. Агар талаба бирор фан предметидан қарздор бўлиб қолса, оч қоринга еган ширин таоми ҳам «таътимайди», ҳатто нима еганини ҳам унутиб қўяди. Ёмон қайфият кўпроқ қора, нурсиз рангларни идрок қилишга мойил бўлса, яхши, кўтаринки қайфият, аксинча, ҳамма нарсани энг ёқимли рангларда «кўради». Бу яна бир бор идрокнинг оддийгина акс эттириш ёки билиш жараёни эмас, балки шахсдаги фаол установкаларга боғлиқ бўлган, мантиқан асосланган онгли жараён эканлигини исботлайди.

Ўқитувчи томонидан ўқувчилар фаолиятига мақсад кўзлаган ҳолда раҳбарлик қилиш жараёнида ўқувчиларнинг идроки ривожланади. Шунинг учун дарсда, экскурсияда идрок ва кузатишнинг тўғри уюштирилиши катта аҳамиятга эга.

Таълим жараёнида кузатишларни активлаштириш учун ўқувчининг

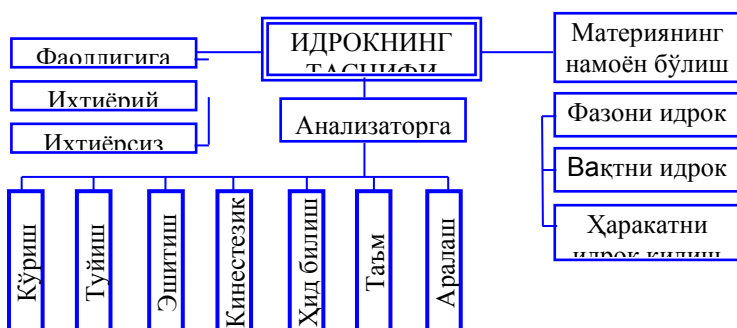
кузатилган ва идрок қилинган нарсаларни кейин гапириб бериши лозимлиги тўғрисида огоҳлантиришнинг аҳамияти каттадир. Агар ўқувчи нимани кузатганлиги ва идрок қилганлиги ҳақида кейинчалик ҳисоб бериши лозимлигини олдиндан билса, у кузатиш ва идрок қилиш жараёнида анча фаол бўлади.

Дарсда ўқувчилар билимларини аввало ўқитувчининг оғзаки тушунтиришларини идрок қилиш орқали ўзлаштирадilar. Сўзлар ёрдамида тушунтирилган материалнинг идрок қилиниши кўп жиҳатдан ўқитувчи нутқининг хусусиятларига боғлиқ.

Материални муваффақиятли идрок қилишнинг яна бир муҳим шarti кўрғазмали қуроллардан фойдаланишдир.

Идрокнинг асосий хусусиятлари ва турлари

Идрокни классификация қилинишида ҳам сезгилардаги каби идрок этишда иштирок этувчи анализаторлардаги мавжуд фарқларга асосланади. Идрок этишда қайси анализатор устунроқ келганига мувофиқ кўриш-эшитиш, пайпаслаб кўриш, кинестезик, ҳидлаш ва таъм билиш йўли билан идрок қилиниши фарқланади.



Идрок қилиш жараёни одатда ўзаро биргаликда бир қанча анализаторлар воситасида содир бўлади. Ҳаракат сезгилари у ёки бу даражада идрокнинг барча турларида иштирок этади.



Идрокнинг предметлиги- объективлаштириш ходисаси деб аталган ҳодисада, яъни ташқи оламдан олинадиган ахборотларнинг ўша нарсага мансублигида ифода қилинади.

Предметлилик идрокнинг белгиси сифатида хатти-харакатни бошқаришда алоҳида роль уйнайди. Биз нарсаларга уларнинг кўринишига қараб эмас балки уларни амалиётда қай тарзда ишлатишимизга мувофиқ ҳолда, ёки уларнинг асосий хусусиятларига қараб ҳам баҳолаймиз. Предметлилик перцептив жараёнларнинг ўзини, яъни идрок жараёнларнинг бундан кейинги шаклланишида ҳам рол ўйнайди.

Идрокнинг яна бир хусусияти унинг яхлитлилигидир. Сизги аъзоларига таъсир қиладиган нарсанинг айрим хусусиятларини акс эттирадиган сезгилардан фарқли ўлароқ, идрок нарсанинг яхлит образи ҳисобланади. Яхлит образ нарсанинг айрим хусусиятлари ва белгилари ҳақида турли хил сезгилар тарзида олинадиган билимларни умумлаштириш негизида таркиб топади.

Идрокнинг яхлитлиги- унинг структуралиги билан боғлангандир. Идрок маълум даражада бизнинг бир лаҳзалик сезгиларимизга жавоб бермайди ва уларнинг шунчаки оддий йиғиндиси ҳам эмас. Биз ана шу сезгилардан амалда мавҳумлашган ва бир мунча вақт давомида шаклланадиган умумлашган структурани идрок этамиз. Агар киши бирор куйни тинглаётган бўлса, олдинроқ эшитган оҳанги янгиси эшиттирила бошлагандан кейин ҳам унинг қулогига чалинаётгандай туюлаверади.

Идрокнинг яхлитлиги ва структуралиги манбалари, бир томондан, акс эттириладиган объектларнинг ўзига хос хусусиятларидир, ва иккинчи томондан инсоннинг конкрет фаолиятида гавдаланади, яъни анализаторларнинг рефлектор фаолияти натижасидир.

Идрокнинг доимийлиги, константлиги нарсани идрок қилиш шароитлари ўзгаришига қарамай, нарсага хос бўлган катталиқ, шакл, ранг ва бошқа хусусиятларнинг идрокимизга нисбатан бир хилда акс этишидир. Масалан, ёритиш даражаси ўзгаришига қарамай, биз қорни оқ, кўмирни қора нарса сифатида идрок қилаверамиз. Қизил чироқ остида китоб саҳифаси қизил бўлиб кўринса ҳам уни оқ деб, самолётдан қараганда ердаги одамлар ва нарсалар кичкина бўлиб кўринса ҳам уларни одатдагидай катталиқда деб идрок қилаверамиз. Китоб қандай кўринса ҳам уни тўртбурчак деб, стакандаги қошиқ синиқ кўринса ҳам уни бутун деб идрок қиламиз.

Нарсаларнинг шакли, катта кичиклиги, рангини доимо бир хилда идрок қилиш амалий жиҳатдан ниҳоятда катта аҳамиятга эгадир. Идрокнинг константлилиги теварак атрофдаги нарсаларни аслида қандай бўлса шундайлигича объектив равишда билишга имкон беради.

Перцептив системанинг фаол таъсир кўрсатиши идрок константлилигининг ҳақиқий манбаидир. Бир нарсанинг бир неча кўринишда бўлиши унинг инвариантлилиги деб, яъни образ инвариантлилиги, хилма хиллиги деб айтилади.

Идрок яхлитлиги ва константлиги кишининг ўтмиш тажрибасига боғлиқ бўлиб, бу хусусият апперцепция дейилади.

Демак, идрок фақат нарсага эмас, идрок этаётган субъектнинг ўзига

хам боғлиқдир. Идрокда ҳамиша идрок этувчи киши шахсининг хислатлари, унинг идрок этилаётган нарсаларга муносабати, кишининг эҳтиёжлари, қизиқишлари, интилишлари, истақлари ва ҳис-туйғулари у ёки бу тарзда акс этади. (Қандайдир шаклларни « «учбурчак» «, « «айлана» «, « «кружка» « деб идрок қилиш).

Шундай қилиб, идрокнинг яхлитлиги ва константлиги унинг тескари алоқа механизми мавжуд бўлган ва идрок этилаётган объектнинг хусусиятларига ҳамда унинг ҳаёт шароитларига мослашадиган, ўзини-ўзи тартибга солувчи ўзига хос ҳодиса эканлиги билан ҳам изоҳланади.

Идрокнинг англаган бўлиши- Гарчанд идрок кўзғатувчисининг рецепторларга бевосита таъсири натижасида ҳосил бўлса ҳам, перцептив образлар ҳамиша муайян маъноли аҳамиятга эга бўлади. Кишининг идроки



унинг тафаккури билан, нарсанинг моҳиятини тушуниб етиши билан, унинг кўплаб хоссаларини билиши билан ҳам боғлиқдир. Нарсани англаб идрок этиш - унга фикран ном бериш, яъни идрок этилган нарсани нарсаларнинг муайян гуруҳига, синфига киритиш, уни сўз воситасида умумлаштириш демакдир. Шу нуқтаи назаридан олганда гоҳ шакл, гоҳ фон навбатма навбат идрок этиш, “Икки мазмунли” деб аталадиган расмлар билан тажрибалар ўтказиш диққатга сазовордир. (Кубиклар нечта?, ваза ёки бир бирига қараб турган одамларми? ва ҳоказо расмлар.)

Шундай қилиб, идрок субъектнинг бундан олдинги тажрибасига боғлиқ бўлади. Кишининг тажрибаси қанчалик бой бўлса, унинг билимлари қанчалик бой бўлса, унинг идроки шунчалик тўлиқ бўлади, буюмда у шунчалик кўп нарсаларни кўра олади.

Чуқурликни идрок қилиш Дунёни биз қандай қилиб уч шаклда кўра оламиз? Иккита шаклда кўз олдимизда келтириш бир оз қийин, бироқ уч шаклда ташкиллаштира бўлади. Чуқурликни идрок қилиш бирон бир объектни уч бурчак шаклда идрок қилиш демакдир. Бу бизга баҳолаш ва ҳисоблаш имкониятини ва бизгача бўлган масофасини ўлчашга имкон беради.

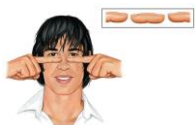
Чуқурликни идрок қилиш- бирор бир объектни уч шаклда кўришда демакдир. Ҳар бир тур ҳаракатга келгунга қадар, ўзига керак бўлган ақлий ва сезги қобилиятларига эга бўлади. Аммо биологик ақлий ва ҳиссий ривожланиш жараёни бизнинг баландликка бўлган эҳтиётлигимизни мос бўлса, тажриба уни кўпайтиради.



Ушбу расмда гўдакнинг эҳтиёткорлик билан эмаклаётганини кўрамиз. Шундан биламизки инсон гўдакларининг сезиш қобилияти ёшга қараб ўсади. Биз буни қандай бажарамиз биз уч ўлчовли хис туйғудан икки турли, икки ўлчовли тушунарсиз ифодани қандай ўзгартирамиз жараён чуқур ишоралардан бошланади, баъзилари ҳар бири яроқли иккита кўздан фойдаланишга боғлиқ.

Уриниб кўринг иккала кўзни очиб олдингизга иккита қалам ёки ручкани

кўйинг ва уларни биргаликда ушланг, энди бир кўзни ёпинг ва битта кўз билан машқ сезиларли даражада қийин бўлади. Бу билан ёнма ён турган жисмлар масофаси ҳақида гап кетганда иккита кўзнинг муҳимлиги исботланди.



Иккита кўз битта кўздан кўра яхшироқ. Икки кўрсаткич бармоқларингизни кўзларингиздан чамаси беш дюйм масофада тутинг ва бармоқларингиз ораси ярим дюйм бўлсин. Энди шу ҳолатда қаранг ва натижага эътибор беринг.

Энди бармоқларингизни узоқроққа силжитинг ва тушунарсиз тенгсизлик ва бармоқ бўғимлари бурушади. Чунки кўзларимиз чамаси 21/22 дюйм четда, бизнинг кўз қорачиғимиз бироз турли тасвир олади. Қачонки мия бу икки тасвирни солиштирса, уларни орасидаги фарқ уларнинг тушунарсиз тенгсизлигини билдиради. Мисол учун бармоғиз бурунингизни ушлаб бармоғингизга қарасангиз, тушунарсиз тасвир пайдо бўлади. **3 D** ижодкорлари дюймли масофада турган камерадан тенгсиз тасвирларни тасвирга олишди. Тасвирни биз махсус орқали кўрганзимизда чап кўзимиз чап камерада олинган тасвирларни кўради, ўнг кўзимиз эса ўнг камерада олинган тасвирларни кўради. Тасвир уларни нормал ҳолатда кўрсатади. Ёки иккала камера билан самолётда ер харитасини **3 D** орқали расмга олганда у тасвир ҳам бир хил ҳолатда бўлади.



билан
бир неча
кўзойнак



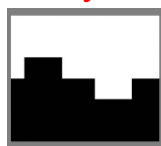
Қандай қилиб биз одамнинг 10 метр ёки 100 метр узоқликда турганлигини исботлай оламиз. Бу икки куйидаги ҳолатда ҳам бир қараб туриб масофани аниқлаш мушкул. Бундай масофадан бир кўзли (икки кўз ярқли ҳолатда алабатта) бир кўзли далил бизнинг ишончимизга таъсир қилади.

The St. Louis gateway arch

Бу расмдаги Авлиё Люис Аркаси. Қайси бири каттароқ унинг баландлигими ёки кенглиги? Бу шакл кўпчилигимизга узунроқ бўлиб кўринади. Умуман олганда унинг баландлиги ва кенглиги тенгдир. Инсонлар ингичка ва узунроқ идишга камроқ суюқлик қуядилар.

Биз бунақанги ҳолатларни ёруғлик ва унинг соясида ҳам кўришимиз мумкин. Бу ҳолат бир неча ҳолатларда бирлаштирилган. Кампуснинг зиналари қорага бўялса узоқроқ кўринади, аксинча оч ранг билан бўялса у анча яқинроқ бўлиб кўринади.

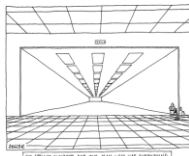
Биз узоқдаги объектни баландроқ идрок қиламиз бунга сабаб яқиндаги объектни паст идрок қилишимиздир. Тасвирни пастга тескарига ўзгартирсак қора ранглар ерга айланади, худди тунги осмон. Ўлчамни агар биз иккита бир хил



ўлчамдаги
объект деб
ҳисобласа
к, кўплаб
одамлар

узоқда турган объектни кичкинароқ деб идрок қилишади.

Тасвир бошқа объектлар орасига тушган ҳолатда яъни биз кўраётган тасвир бошқа бирон тасвир билан тўсиб (блоклаб) кўйилса у бизга анча яқин кўринади ва биз уни шундай идрок қиламиз. Бу ҳолат ушбу расмдаги манзарани яратади.



Чизиқли шакллар, параллел чизиқлар. Мисол учун поезд йўллари, масофа бўйлаб йўналгандек кўринади. Қанча кўп йўналса шунча кўп масофа кўринади. (David G Myers-.2010.- Psychology-9th-edition 266-271 p)

Идрокнинг индивидуал фарқлари ва ривожланиши

Инглиз психологи Жон Локк (1632-1704) биз ўз тажрибаларимиз орқали оламни идрок қилишни ўрганишимиз мумкинлиги қакида ўз фикрларини билдириб ўтган. Чиндан ҳам, биз предметларни уларнинг масофаси ва ўлчамларини бир-бирига боғлаш орқали ўрганамиз. Хўш, бундай ҳолатда тажриба қандай муҳим аҳамиятга эга? Виллиам Молинекс куб ва шар орасидаги фарқни, кўр бўлиб туғилиб, ҳозирда кўра оладиган инсон фарқлай оладими ёки кўриш қобилиятига ҳар доим эга бўлган инсон фарқлай оладими деган савол билан Жон Локкга юзланганда Локк бу саволга нисбатан йўқ деб жавоб қайтаради, инсон фарқларни кўриш орқали ўрганмайди. Малинекснинг тахминий фикрлари бир нечта бутунлай кўр бўлиб туғилган ўспиринларда тажриба ўтказиш орқали исботланди. Уларнинг кўпчилиги катаракта билан туғилган бўлиб, бу катаракта линзалари уларга оддий типдаги рангни кўришга имконият яратади. Катаракта опертацясидан сўнг, беморлар турли хил фигураларни ва рангларни бир-биридан фарқлай оладилар шунинг учун сезишнинг барча кўринишлари туғма қобилият деб баҳолашади. Лекин Жон Локкнинг фикрлашича, бундай одамлар тегиш, ушлаб кўриш орқали уларга маълум, таниш бўлган предметлар ҳар доим ҳам кўриш орқали пайқай олмайдилар. Сиз ва мен якка ҳолдаги юзни бир бутунликда тасаввур қилишимиз ва идрок қилишимиз мумкин. Бизга юзнинг айнан бир хил қисми билан жуфтлашган икки хил ҳар хил энг пастки ярим қисми айнан юзнинг энг юқори ярим қисмидан фарқланади. 43 ёшли эркак 40 йиллик кўрлик жараёнидан сўнг кўриш қобилияти тикланди. Ва у одамларнинг ўзига хос хусусиятлари билан мослаштириш қобилиятига эга бўлди. Аммо у юзларни доимий равишда ёдда сақлаб қола олмасди. Бундан ташқари, доимий сезиш қобилияти ҳам етарли даражада бўлмасди, масалан инсонлар ундан узоқлашганда уларнинг хажми кичиклашиб бораётгандай туюлади. Психолог Георге Страттон ўзининг тажрибаларида 8 кун давомида кийиладиган оптики бош кийим яратди. Бу оптик бош кийимнинг ўзига хос жиҳати шундан иборатки, у чапни ўнгга, юқорини пастга қилиб кўрсатади. Страттон бу мосламани кийганда ўзини адашгандек ҳис қилди. У юришни хоҳлаганда, у ўз оёғини қидираётган ҳолатда топди. Бу жараёнда овқатланиш деярли амримахол. У бу жараёнда

каттик асабийлашган ҳолда бу вазиятдан чиқиш йўлини қидирди. 8 кундан сўнг, деярли ҳеч нарсага урилмаган ҳолатда тўғри йўналишда шу билан бирга қулай ҳолатда ўзи истаган предметларга етиб борди. У бош кийимини ечганда, бу ҳолатга яна қайтадан мослашди.

Ғайритабиий сезувчи Идрок мавжудми?

Ғайритабиий сезувчи Идрок - бу ички сезгилардан ажралган ҳолатда телепатия (фикран сўзлашиш), Клеяренс (нормал ҳолатдаги сезги органлари билан сезиб бўлмайдиган сезгиларни сеза олиш қобилияти) ҳамда келажакни олдиндан кўра олишни идрок қила олиш қобилиятининг баҳсли тасдиғи ҳисобланади.

Парапсихология - бу одатдаги воқеа ҳодисаларни ғайритабиий сезувчи идрок ҳамда ғайритабиий ақлий истеъдодни ўз ичига қамраб олган ҳолатда изланишлар олиб боради.

Ғайритабиий сезувчи идрокнинг қанақа тасдиқлари мавжуд, тасдиқларни тестдан ўтказгач психологлар қанақанги хулосага келишди? (David G Myers.2010.-Psychology-9th-edition 272-282 p)

Харакат ва вақтни идрок этиш

Одамнинг йўналиш ҳаракати биз қилаётган ҳаракатга алоқадор бўлади. Биз ҳаракат қилган пайтимиз ҳаракатсиз бўлган объектлар ҳам ҳаратланаётгандек бўлади. Масалан, автобусда кетаётган пайтимиз уйлар ҳам ҳаракатланаётгандай бўлади. Ёки биз олд тарафга ҳаракатланаётган бўлсак олдимиздаги объектлар биздан узоқлашиб бораётгандай ҳаракатланади.

Биз ҳаракатни қандай идрок қиламиз?

Харакатни идрок қилиниши - объектларниг фазода эгаллаган



ҳолати ўзгаришини акс эттиришдир. Ҳаракатни идрок этилиши ҳаётини муҳим аҳамиятга эга.

Фараз қилинг сиз дунёнинг рангини, тузилиши ва чуқурлигини идрок қилаёпсизу аммо унинг ҳаракатини идрок қила олмаяпсиз. Сизда нафақат велосипед хайдашда, машина хайдашда қолаверса ёзиш ва юришда ҳам муаммо бўлади.

Сиз муайян объектларни катта ва кичиклигига қараб ҳисоб китоб қиласиз аммо сиз ҳаракатларни идрок қилишда муаммоларга дуч келасиз. Катта объектлар мисол учун поезд кичикроқ объектга нисбатан секин ҳаракат қилади. Аксинча машиналар эса бир хил тезликда ҳаракатланади (балки аэропортда сиз тез учар катта самолётни кичикроқ самолётга нисбатан секинроқ қўнаётганини кузатгандирсиз). Учиб келаётган юмшоқ тўпни илиб олиш учун крикет ўйинчилари (хайдовчиларга ўхшамаган ҳолатда) тўп йўлига чиқиб илиб олишни ҳаракатида бўлишади. Бу вазифани бажариш учун улар кутилмаган қоидаларга ҳам бўйсунушади. Бу жараённи тушунтириш ва изоҳлаш бироз мушкул аммо бу жараённи ҳис қилиш мумкин. Шунингдек мия давомли ва ҳаракатли тасаввурларни ҳам идрок этади. Фильм анимация усталари бу ҳолатни жуда яхши англашади. (David G Myers.2010 Psychology-9th-edition 268-269 p)

Ҳайвонлар учун ҳаракат қилувчи объектлар хавф-хатар ёки озикланиш имконияти пайдо бўлиши ҳақида сигнал вазифасини ўтайди ва шунга жавоб беришга ундайди. (Масалан, бақа фақат ҳаракатланадиган хашоротларнигина ейди, бази балиқлар маълум ҳаракатлардан- тўлқиндан қочади, ҳуркийди ва ҳоказо). Ҳаракатни идрок этишда кўриш ва эшитиш, кинестезик анализаторлар асосий роль ўйнайди. Тезлик, тезланиш, ҳаракат йўналиши ҳаракатдаги объектнинг периметри ҳисобланади.

Киши объектнинг фазода у ёқдан бу ёққа кўчишига оид маълумотларни 2 та ҳар хил йўл билан, яъни кўчиш ҳодисасининг ўзини бевосита идрок этиш ва бир мунча вақт мобайнида бошқа жойда турган объектнинг ҳаракати ҳақида хулоса чиқариш асосида олиш мумкин.

Ҳаракатланаётган объектнинг ҳаракатсизлиги, агар у муайян вақт вазият бирлигини кўз билан идрок қилиш мумкин бўлмаса, ҳаракатни ўтган вақт бирлигида идрок қиламиз лекин бу ҳаракат натижасини идрок этиш бўлади. (Соат миллари силжишини бевосита кузатиб идрок қила олмасак ҳам бир неча вақтдан кейин унинг силжиганлигини вақт бирлигида идрок қиламиз)

Кўриш орқали объектлар ҳаракати ҳақидаги ахборотни 2 йўл билан: кайд этилган нигоҳ ва кўзларнинг кузатувчи ҳаракати билан олишимиз мумкин. Кўзни узмай кузатиш, кўзни, гавдани буриб кузатиш. Масалан, биз ўтирган вагон ҳаракатланмасада, ёнимизда турган вагонга қараб бизнинг вагон юра бошлади деб идрок қиламиз ёки аксинча, биз ўрнимизда турибмизу, темир йўл четидаги столбалар, дарахтлар юрмоқда деб идрок қилишимиз мумкин.

Вақтни идрок қилиш. Вақтни идрок қилиниши воқелик ҳодисаларнинг объектив равишда доимийлигини, тезлиги ва изчиллигини акс эттириш демакдир. Вақтни идрок қилиш кишига муҳитдан мўлжал олиш имконини беради.

Одамда вақт чамалаш мия қобиғи бўлмаларида рўй беради. Мия қобиғининг маълум бир жойида вақт чамалаш рўй беради, вақтни сарҳисоб қилишнинг махсус маркази мавжуд деган тахмин асоссиздир. Вақтни идрок этилиши негизини кўзгалиш ва тормозланишнинг ритмик тарзда алмашинуви, марказий нерв системасида, бош мия яримшарларида кўзгалиш ва тормозланиш жараёнларининг сусайиши оқибатидир.

Вақтни идрок қилишда турли анализаторлар айниқса эшитиш ва кинестезик сезгилар иштирок этади. Макон ва вақт оралиқлари вақтни идрок этишда жуда муҳимдир. (Куёш ҳолати ва вақт, турли товушлар: хўрознинг қичқириши, азон товуши, бир хил вақтда чалинадиган гудок, маълум жадвал бўйича қатнайдиган поезднинг ўтиши ёки кечкурун айрим қушларнинг тўпланиб ўтиши, сайраши ва бошқалар эшитиш сезгилари таъсир қилаётган кўзғотувчининг вақтга оид хусусиятларини: унинг давомийлигини, ритмик хусусиятларини ва шу кабиларни акс эттиради.)

Вақт доимийлигини идрок этиш кўп жиҳатдан ички кечинмаларга, ҳиссиётга ҳам боғлиқ. Қизиқарли ва чуқур асосланган фаолият билан банд

бўлишдаги вақт жуда қисқа, зерикарли ва мазмунсиз фаолиятда вақт ўтиши қийин, узок деб идрок қилиниши мумкин.

Идрок бузилишлари

Идрок жараёнининг навбатдаги яна бир ўзига хос хусусияти идрок қилишда баъзан юз берадиган иллюзия ҳодисасидир. **Иллюзия** – бизга таъсир қилаётган нарсаларни янглиш идрок қилиш демакдир. Одатда икки хил иллюзия фарқланади:

- а) объектив иллюзия;
- б) субъектив иллюзия.

Объектив иллюзия – ҳамма одамлар учун умумий характерга эга бўлиб, уни геометрик иллюзия деб ҳам юритилади. Объектив иллюзия биз идрок қилаётган нарсаларнинг ўзаро бир-бирига таъсири туфайли юз беради. Иллюзиянинг бу тури ҳар хил геометрик шаклларни идрок қилишда жуда яққол кўринади. Масалан, узунлиги баравар бўлган иккита горизонтал тўғри чизиқ чизилса, бу чизиқларнинг учларига ташқарига қаратилган ва ичкарига қаратилган чизиқ каттароқ бўлиб кўринади. Идрок жараёнида юз берадиган иллюзиянинг бу турига жуда кўплаб мисол келтириш мумкин. Масалан, баравар катталиққа эга бўлган учта кетма-кет турган тўғри бурчакли устунчаларни чизиб, уларнинг атрофига узоклаштирувчи чизиқларни чизсак, бу учта кетма-кет турган устунчалар ҳар хил катталиқда бўлиб кўрина бошлайди. Бу ерда узоклаштирувчи чизиқларнинг таъсирида иллюзия ҳосил бўлади.

Субъектив иллюзиялар одамнинг айни чоғдаги ҳиссий ҳолати билан боғлиқ бўлади. Бошқача қилиб айтганда, одамнинг ҳиссий ҳолатида рўй берадиган ўзгаришлар идрок жараёнига таъсир қилади. Масалан, юқорида айтиб ўтилганидек, одам кечаси ёлғиз кўчада кўрқиб кетаётган бўлса, ҳар бир шарпа унинг кўрқинч ҳиссини кучайтириб юборади. Натижада унинг рўпарасидан чиқиб қолган буталган дарахт қандайдир даҳшатли мавжудотга ўхшаб кўринади.

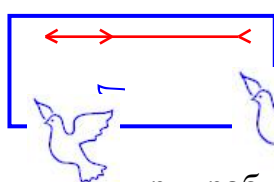
Ҳаётда кенг тарқалган ҳар хил инс-у жинс, девлар, ажиналар ва шу каби ножинс нарсалар ҳақидаги кўплаб гаплар кучли кўрқинч ҳисси таъсирида нотўғри идрок қилиш, яъни субъектив иллюзия туфайли вужудга келгандир. Баъзан одам қаттиқ кўрққан пайтида бош мия катта ярим шарларининг пўстидаги муҳим марказлардан бирортаси узок муддатли тормозланиш ҳолатига тушиб қолиши мумкин. Бунинг акадмик И.И.Павлов ҳаётни муҳофаза қилувчи тормозланиш деб атаган эди. Ана шундай пайтда тормозланиб қолган марказ билан боғлиқ бўлган организмнинг бирор қисмида кескин ўзгариш пайдо бўлади. Чунончи одамнинг оғзи ёки кўзи қийшайиб қолиши мумкин ёки кўли, оёғи фалаж бўлиб қолиши мумкин.

Субъектив иллюзия ҳодисаси, яъни қаттиқ кўрқинч ҳисси таъсирида нотўғри идрок қилиш ҳодисаси болаларда ҳам учраши мумкин. Шунинг учун ана шу юқоридаги мулоҳазаларни, яъни янглиш идрок натижасида пайдо бўладиган кўрқинчли образларни назарда тутиб, ҳеч

вақт болаларни кўрқитиш керак эмас.

Психологияда кўриш иллюзияларининг ўрганилиши муайян ўзининг тадқиқот тарихига эга. Масалан, агарда биз кўрсаткич ва ўрта бармоқларимизни чалиштириб, нўхот ёки биронта думалоқ нарсани чалиштирган ҳолда иккала бармоғимизнинг учи билан босиб туриб, шунингдек айна бир даврда айлантираверсак, бу ҳолда бармоқларимизнинг тагида битта эмас, балки иккита нўхот бордек хис қиламиз.

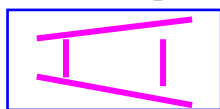
Ана шу ҳолдаги бир нарсанинг иккита бўлиб сезилиши Аристотель



(Арасту) иллюзияси деб аталади.

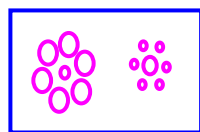
Идрок қилувчи шахснинг психикасида рўй берадиган гаришлар билан юзага келадиган тасодифий иллюзиялар ҳам мавжуддир. Сахрода чанқаган инсон узокда ярқираб турган шўрҳок ерни кўл деб идрок қилиши (лекин бу иллюзияни сахродан фарқ қила олиши жоиз) ёки ўрмондаги тўнка кўрқоқ инсоннинг кўзига биронта йиртқич ҳайвонга ўхшаб кўриниши худди шу иллюзиялар жумласидандир.

Ўқ чизиқлари иллюзияси узунлиги баравар бўлган икки ўқ чизиқнинг четларига икки хил (кесишмайдиган ва кесишадиган) чизиқлар чизилса, иллюзия пайдо бўлади. Яъни, кесишадиган чизиқлар ўқ чизиқга нисбатан кесишмайдиган чизиқлар чизилган, ўқ чизиғидан узунроқ бўлиб кўринади. Бу иллюзия кесишадиган ва кесишмайдиган чизиқлар тамойилларига асосланган.



Параллел қилиб чизилган бир неча чизиқлар параллел эмас, балки ҳар хил томонга кесилган чизиқлардек туюлади.

“Темир йўл” иллюзияси кесишадиган тўғри чизиқларнинг торроқ жойига жойлашган чизиқ узунроқ бўлиб кўринади. Аслида эса ҳар иккала параллел чизиқнинг узунлиги тенгдир.

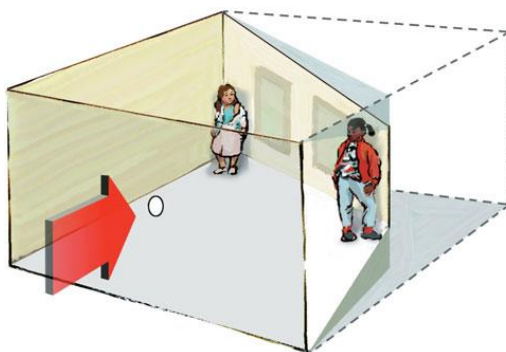


Иккита баровар доира шаклини чизиб, улардан бирини ўша доирадан каттароқ, иккинчисини эса кичикроқ доиралар ичига олинса, иккинчи доира каттароқ кўринадиган бўлиб қолади. Яъни кичик доиралар ўртасида берилгани катта доиралар орасида берилганига қараганда каттароқ бўлиб кўринади. Биринчи одамга қараганда иккинчиси узунроқ, учинчиси эса ундан ҳам узунроқ бўлиб кўринади. Аслида эса улар баландлиги жиҳатидан бир – бирига тенг.

Тик чизиқларни ортиқча баҳолаш иллюзияси цилиндрнинг баландлиги, хошиясининг кенглигидан каттароқ бўлиб кўринади. Аслида цилиндрнинг баландлиги ва хошиясининг кенглигига баб-баровар. “Елпиғич” иллюзияси-параллел чизиқлар орасидаги чизиқларнинг таъсири билан баъзида эгилгандек, баъзида эса бурилиб кетгандек бўлиб кўринади.

Дарёда сузиб кетаётган катта ва кичик икки кема палубаси узунлиги жиҳатидан бир-бирига баровар тўғри чизиқ кесмалари билан тасвирланган

бўлсада, катта кема палубаси узунроқ бўлиб кўринади.



А.Эймс хонаси

1946 йилда Алберт Эймс томонидан ўйлаб топилган хона уч ўлчовли оптик иллюзияга наъмуна бўлаолади. Хонада бир қарашда одатий перпендикуляр девор ва шиплари мавжуддек кўринади. Аслида эса, хона шакли трапеция кўринишидадир.

Галлюцинация

Воқеликдаги нарса ва ҳодисаларнинг тана аъзоларини қабул қилиш анализаторларга бевосита таъсир этмасдан инсон онгида турли образларнинг (овозларнинг эшитилиши, шарпаларнинг сезилиши) хаёлан, фикран пайдо бўлишидан иборат идрокнинг психопатологик (руҳий хасталик) ҳодисасига **галлюцинация** дейилади. Галлюцинация ҳодисаси муваққат руҳий хасталикнинг аломати, баъзан кўрқинч ҳисси маҳсули ҳисобланиб, бош мия катта ярим шарлари қобиғидаги кўзғалиш жараёнларининг нуқсонли суст (патологик) ҳаракати натижасида гоҳо асаб тизимининг заҳарланиши, заифлашуви, ҳаддан ташқари толиқиши туфайли юзага келиши мумкин. Галлюцинация ҳодисаси бир неча хил кўринишга эга бўлиши мумкин, уларнинг энг асосийлари куйидагилардан иборатдир: а) йўқ нарсаларнинг кўзга кўриниши; б) у ёки бу овозлар, товушлар эшитилиши; в) йўқ шарпалар, ҳидлар сезилиши кабилардир.

Одатда иллюзияни галлюцинациядан фарқ қила олиш лозим. Иллюзия шу лаҳзада шахснинг сезги аъзоларига таъсир этиб турган бирор нарсани янглиш, нотўғри идрок қилиш жараёни бўлса, галлюцинация йўқ мавжуд бўлмаган нарсаларни ташқи таъсуротсиз идрок қилишдир. Масалан, йўқ нарсаларнинг кўзга бордек кўриниши, йўқ овозларнинг кулоққа эшитилиши, йўқ ҳидларнинг димоққа урилиши кабилар галлюцинациянинг маҳсули бўлиб ҳисобланади. Галлюцинация шахснинг бирор нарса ва ҳолатни кўргандек, эшитилгандек, ҳис қилгандек каби тасаввурнинг акс этишидир холос. Галлюцинация ҳодисаси кўпинча касалликдан (иситма, алахсирашдан) дарак берувчи аломатдир, у нерв тизимини бузадиган касалликларнинг оқибатида рўй бериши мумкин.

Асосий адабиётлар

1. James W.Kalat. Introduction to Psychology.10 edition. 2013.
2. David G.Myers.“Psychology” 9 edition 2010.)
- 3.Немов Р.С. Практическая Психология Познание себя: Влияниена людей: Пособие для уч-ся-М: Гуманит. Изд.Центр ВЛАДОС, 2003.320 с.
4. Рогов Е.И. Общая психология. Курс лекций. Учебник для ВУЗ. М-2002.
5. Ғозиев Э.Г. Умумий психология. -Т.: Ўзбекистон файласуфлари миллий жамияти, 2010.

Қўшимча адабиётлар

1. Хайдаров Ф.И., Халилова Н.И. Умумий психология. Т.: ТДПУ. 2009.
2. Гамильтон. Я.С. "Что такое психология". "Питер"; 2002. 6-16 бетлар

7 мавзу. Диққат

Режа:

1. Диққатнинг функциялари ва турлари
2. Диққатнинг хусусиятлари
3. Диққатнинг физилогик асоси
4. Диққат назариялари
5. Диққатни ривожланиши ва бузилиши

1. Диққатнинг функциялари ва турлари

Диққат деб онгимизни бир нуқтага тўплаб, маълум нарса ва ходисаларга фаол йўналтирилишига айтилади. Диққат сезиш жараёнида, идрок қилишда, хотира, хаёл ва тафаккур жараёнларида ҳар доим иштирок этади. Демак, диққат барча акс эттириш жараёнларимизнинг доимий йўлдошидир.

Биологик: Диққат бошқа психик жараёнлар сингари инсон ва хайвонларнинг доимий тарзда ўзгариб турувчи атроф муҳит шароитларига

Диққат инсон фаолиятининг барча турларини муваффақиятли амалга оширишнинг ва уларни самарадорлигини таъминловчи муҳим шартлардан биридир. Киши фаолияти канчалик мураккаб, серзахмат, давомийлик жихатдан узоқ муддатли, масъулият хиссини тоқазо килса, у диққатга

шунчалик юксак шартлар ва талаблар кўяди. Инсон зийраклиги, фаросатлилиги, тез пайкаши, синчковлиги, дилкашлиги унинг турмуш шароитида, шахслараро муносабатида муҳим омил сифатида хизмат қилади. Диққат аклий фаолиятнинг барча турларида иштирок этади, инсоннинг хаттихаракатлари ҳам унинг иштирокида содир бўлади.

- *Организм актуал эҳтиёжларига кўра олинadиган информация танловини таъминлаш.*
- *Бир объект ёки фаолият устида*

Психология фанида диққатга ҳар хил таъриф берилади, уни ёритишда психологлар турли назарияга асосланиб ёндашадилар. Диққат деб онгни бир нукгага тўплаб, муайян бир объектга актив (фаол) қаратилиши айтилади (П.И. Иванов). П. И. Ивановнинг фикрича, биз фаолиятимиз жараёнида идрок ва тасаввур қиладиган ҳар бир нарса, ҳар бир ходиса, ўзимиз қилган ишимиз, ўй ва фикрларимиз диққатнинг объекти бўла олади.

Ихтиёрий диққат - онгнинг олдиндан белгиланган мақсадга мувофиқ иродавий ва асабий фаоллик кўрсатган ҳолда муайян объектга йўналиши ва унга тўпланишдан иборат диққат тури.

Ихтиёридан кейинги диққат - диққатнинг муайян объектга, аввало, ихтиёрий равишда қаратилиб, сўнгра унинг ахамияти туўунилган сари ўз-ўзидан қаратилиб бориладиган (автоматлашган) диққат тури. Ушбу тушунча психология фанига Н. Ф. Добринин томонидан киритилган.

Диққат қалғиши - маълум бир фаолият жараёнида диққатнинг бир объектдан боўка бир объектга ихтиёрсиз равишда ўтиб туришидан иборат салбий хусусияти.

Диққатнинг ҳажми - диққатнинг бир вақтнинг ўзида қанча олиши мумкин бўлган мустақил объектлар миқсори билан бўлганланидиган хусусияти. Диққатнинг ҳажми экспериментал шароитда 2-6 мустақил объектга тенгдир. Диққатнинг объекtlари ўртасида қанчалик яқин боғланишлар мавжуд бўлса, унинг ҳажми ўнчалик кенг бўлади ва аксинча.

Диққат объекти - онгимиз атрофдагилардан ажратиб олган ҳолда йўналтирилган ва фаол тўпланган нарса ёки ходиса. Диққат объекти фақат объектив нарсалар эмас, балки субъектив ходисалар, ўз хис туйғуларимиз, фикрларимиз, ҳаёл ёки хотира тасаввурларимиз ва бошқа шу қабилар ҳам бўлиши мумкин.

Ихтиёрсиз диққат - онгимизнинг олдиндан белгиланган мақсадсиз равишда муайян объектга йўналтирилиши ва унга тўпланишидан иборат диққат тури. Ихтиёрсиз диққат объекtlари нарса ва ходисаларнинг одатдан таўқари ҳолати, белгиси, сифати ва боўқалардир.

Диққатсизлик - диққатни объектга йўналтира ва тўплай олмаслик, атрофдаги кишиларга нисбатан диққатсизлик ёки илтифотсизликдан иборат салбий характер хислати.

Диққатнинг ўзгариб туриши - идрок, хотира, тасаввур ёки тафаккур жараёнида диққатнинг маълум вақт ичида дам кучайиб, дам сусайиб туришдан иборат конуният; диққат баъзан дакикага 25-30 марта хам ўзгаради. Диққатнинг ўртача ўзгариш тебраниш частотаси 2-3 секундга тенгдир,

Кўрув диққати - нарса ва ходисаларни кўрув органи оркали идрок килиш, эсга тушириш муносабати билан намоён бўладиган диққат тури. Иккинчи тартибли ихтиёрий диққат - онгимизнинг муайян объектга ихтиёрсиз равишда йўналтирилсада, унинг устига маълум вақт барқарор холда, тўпланиб туришидан иборат ихтиёрий диққат тури; диққат тўпланган объектнинг мазмунига караб ихтиёрсиз диққатнинг ихтиёрий диққатга айланиши.

Ички диққат - онгимизнинг ўз субъектив таассуротларимиз, хистуйғуларимиз ва интилиўдаримизга каратилиўидан иборат диққат тури.

Ташки диққат - онгимизнинг объектив воқеликдаги нарса ва ходисаларга, уларнинг айрим белги ва хусусиятларига йўналтирилиш, уларда фаол тўпланадиган диққат тури.

Бедор холат - бош мия ярим ўарларидаги тегишли нерв марказларининг кўзгалиши билан белгиланадиган уйкудан ташқаридаги холат, онгли холат. Шахс бедор холатидагина маълум бир фаолият турини амалга ошира олади.

Кўзгалиш маркази - марказий асаб тизимининг кўзгалиш жараёни рўй берган участкаси.

Диққат депрессияси (лот.депрезю-пасайиш) - турли ташки ва ички омилларга кўра объектда тўпланиш ва мустахкамланишнинг кучсизланиши ва бузилиши. Парадокс фазаси-кучли кўзгатувчиларга қараганда кучсиз кўзгатувчиларнинг кучли реакциясининг вужудга келтириши (патологик холатлар назарда тутилади). Ориентир рефлексининг электрофизиологик симптомларининг барқарорлаўуви - ихтиёрий диққат бузилганда мақсадга мувофик топширик бериш ва оқилона инструкция ёки установка бериш хамда вазиятга караб уни ўзлаштириш оркали инсонда ориентировка рефлексини қайтадан тиклаўдан иборат коррекцион фаолият.

Диққат коррекцияси (лот. тузатиш) - инсонда диққат патологик холатга (бузилишга) учраганда махсус усул ва услублардан фойдаланиб тузатиш.

Диққатнинг хусусиятлари

Одамнинг диққати бир канча хусусиятларига эга бўлиб, улардан асосийлари-диққатнинг бўлинувчанлиги ва диққатнинг кўчувчанлигидан иборатдир. Диққатнинг кучи ва барқарорлиги деб одам ўз диққатини бирор

нарса ёки ходисага узок муддат давомида муттасил каратиб тура олишига айтилади. Дикқатнинг кучи ва барқарорлиги деб одам ўз дикқатини бирор нарса ёки ходисага узок муддат давомида муттасил каратиб тура олишига айтилади. Дикқатнинг бўлинувчанлиги. Дикқатнинг бўлиниши деганда, биз айни бир вақтда дикқатимизни икки ёки уч нарсага каратилишини тушунамиз. Агар дикқатимиз фақат битта нарсага каратилган бўлса, яъни дикқатимиз фақат битта нарса устида тўпланган бўлса буни концентратсиялашган (тўпланган) дикқат деб юритилади. Бунинг аксича, агар дикқатимиз айни бир вақтда бир неча нарсага каратилган бўлса, буни бўлинган (таксимланган) дикқат деб юритилади.

Дикқатнинг бўлиниши хар кимда хар хил бўлади. Бунинг сабаби шундаки, дикқатнинг энгиллик билан бўлиниши дикқатимиз каратилган нарсаларнинг илгаридан бизга канчалик танишлиги билан боғлиқдир

Дикқатнинг кўчувчанлиги. Одамнинг дикқати хар доим бир нарсада иккинчи бир нарсага, бир фаолиятдан бошка бир фаолиятига кўчиб туради. Дикқатнинг ана шундай хусусиятини дикқатнинг кўчувчанлиги деб юритилади. Дикқатнинг ана шу юкорида кўриб ўтган асосий хусусиятлари одамнинг (шу жумладан болаларнинг хам) барча турдаги фаолиятлари учун жуда керакли хусусиятлардир. Дикқатнинг ана шу хусусиятлари туфайли одам атрофидаги мухитга, ундаги турли-туман ўзгаришларга тез мослаша олади. Дикқатнинг бу асосий хусусиятлари одамга туғма равишда, яъни ирсий йўл билан берилмайди. Бу хусусиятлар одамнинг ёшлик чоғидан бошлаб турли фаолиятлар- ўйин, ўқиш ва меҳнат фаолиятлари жараёнида таркиб топиб боради.

Дикқатнинг кўлами. Одамлар ўз дикқатларининг кўлами жихатидан хам бир-бирларидан фарк қиладилар. Айрим одамлар дикқатининг кўлами кенг бўлса, бошка бир одамлар дикқатининг кўлами торроқ бўлади. Дикқатнинг кўлами айни бир вақтда одамнинг идрокига сигъийи мумкин бўлган нарсалар микдори билан белгиланади. Бошкача қилиб айтганда, идрок қилиш жараёнида дикқатимиз каратилган нарсалардан канчасини онгимизга сиғдира олишимиз дикқатнинг кўламини ташкил этади. Дикқатнинг кўлами одатда тахистоскоп деган махсус асбоб билан белгиланади. Дикқат кўламининг кенг бўлиўи одамнинг турмуш тажрибаси ва машқ билан боғлиқдир.

кўламининг кенг бўлиниши одамнинг турмуш тажрибаси ва машқ билан боғлиқдир.



Дикқатнинг барқарорлиги

Дикқатнинг барқарорлиги бу - дикқатнинг муайян мақсадга бўйсиндирилган фаолиятда узок вақт марказлаштириб туришидир. Дикқатнинг барқарорлиги ишда умумий мақсадга интилувчанлик сақланган холда объектлар ва фаолият характерининг алмашилиб туришини талаб қилади. Дикқат барқарорлигини юкорида

кўрсатиб ўтилган барча шартларига риоя қилиш ўқувчиларнинг ўқув ишлари жараёнида чалғишларини бартараф қилиш учун жуда муҳимдир. Чалғиш – диққатнинг барқарорлигига қарама-қарши бўлган ҳолатдир. Бу диққатнинг зарур фаолиятдан ихтиёрсиз равишда четга оғиши демакдир. Диққатнинг барқарорлигини унинг кўчувчанлигини ва турлича тебраниши билан биргаликда ўрганиш ва тарбиялаш лозим. Диққатнинг кўчиши бу фаолият мақсадининг ўзгариши билан диққатнинг бир объектидан иккинчисига ўтиши демакдир. Масалан, дарс давомида ўқувчилар ўқитувчининг тушунтиришини эшитиб туриб, аста-секин диққатларини масалани ечишга бир ўқувчи масаласини ечиб туриб, бошқасига кўчирадилар ва ҳоказо.

Диққатнинг кўчувчанлиги ва чалғишини унинг беқарорлиги билан чалкаштириш мумкин эмас. Бир неча минут давомида диққат билан соатнинг чиқирлашини эшитинг ёки томир уришини санаб кўринг бир оз вақтдан кейин диққатинингиз бир неча чиқирлашни тушуриб қолдиради, яъни тебрана бошлайди.

Диққатнинг тебраниши бу диққатнинг муайян объектга яна қайтиши ёки кучайишига боғлиқ ҳолда вақт-вақти билан қисқа муддатли чалғиши ёки бўшашидир.

Диққатнинг жамланганлиги

Диққатни жамлаш - деб бу жадаллик ёки концентрация даражасидир, Бошқа сўзлар билан айтганда, унинг интенсивлиги, асосий кўрсаткич, фокуси, рухий ёки онгли фаолиятини жамлайди. А. А. Уҳтомский - диққат мия қобиғида қўзғалиш ва доминант марказидаги фаолиятнинг ўзига хос жиҳатлари билан боғлиқ, деб ҳисоблайди. Хусусан, концентрация бу бир вақтнинг ўзида доминант билан боғлиқ қўзғалиш ва миянинг қолган ҳудудларда тормозланиш деб ҳисобланади.

Диққатнинг

турли объектлар қобилияти билан



тақсимланиши - бир вақтнинг ўзида маълум бир қатор ушлаб бир одамнинг тажрибасини тушунишдир.

Бу қобилият-диққат соҳасида уларни тутиб, бир вақтнинг ўзида бир неча ҳаракатларни амалга ошириш имконини беради. Мисол учун, афсонага кўра Юлий Цезарь, бир вақтнинг ўзида етти боғлиқ бўлмаган ишларни қилиш мумкин бўлган ажойиб қобилиятли инсон ҳисобланган. Шунингдек, Наполеон бир вақтнинг ўзида унинг котибларига, етти муҳим

дипломатик ҳужжатларни гапира олгани маълум. Бирок, ҳаёт тажрибаси шуни кўрсатадики инсон бир вақтнинг ўзида фақат битта амалиётни бажара олиши имкониятига эга. Шуни, исботландики бир киши бир вақтнинг ўзида бериладиган иккита машқлар ҳақида ўйлаши мумкин эмас. Бирок, баъзан инсон бир вақтнинг ўзида иккита ишни амалга ошириши мумкин агарда бундай ҳолларда, операциялар турларидан бири тўлиқ автоматик амалга оширилса ва диққат талаб қилмаса акс ҳолда бунақа операцияни бажара олмаслик мумкин.

Диққат миқдори

Кейинги диққат таркиби - бу диққат миқдори. Диққатнинг миқдори-муҳим саволлардан бири. Маълумки шахс бир пайтнинг ўзида ҳар хил нарсалар ҳақида ўйлаб ва турли хил амалларни бажариши мумкин эмас. Бу чеклаш тизимининг ишлаш қобилиятини ошмаганлиги учун ташқаридан келган маълумотларни бўлинишига мажбур этади. Шу тарзда бир шахс бир пайтнинг ўзида бир неча ўзаро мустақил объектлар чекланган ҳолда сеза олиши қувватига ега – бу эса диққат миқдоридир. Диққат миқдорининг муҳим ва белгиловчи хусусиятларидан бири уни маҳсулот сифатида тартибга солиш деярли мумкин эмас.

Диққат ҳажми

Диққатингиз ҳажми ўрганиш, одатда, берилган элементларнинг сонини таҳлил қилиш йўли билан амалга оширилади (рақамлар, ҳарфлар ва. х.), бу эса субъектга маълумотларни аниқ қабул қилиш имконини беради. Бунинг учун, субъект кўзини бир мавзудан иккинчисига ўзгартирган рағбатлантиришларнинг сонини жуда тез аниқлаб берадиган қурилмадан фойдаланиш керак. Бу сизга бир вақтнинг ўзида аниқлаш мумкин бўлган объектлар сонини ўлчаш имконини беради.

Диққатнинг ўзгарувчанлиги



Кўпчилик муаллифлар диққат тарқалиши, аслида, унинг тескари томони, деб ҳисоблайдилар, ўзгарувчанлик ёки рефокуснинг яширин тарзда бир ҳолатдан иккинчи ҳолатга ўтишни назарда тутадилар. Коммуникация бир объектнинг

бошқасига онгли ва мазмунли ҳаракатини билдиради.

Умуман олганда диққатнинг ўзгариши мураккаб вазиятларда бир объектдан иккинчиси диққат қилинишига имкон беради. Диққатнинг ўзгарувчанлиги ҳаммада ҳар хил ва у бир қанча талабларни ўз ичига олади (биринчи навбатда, аввалги ва кейинги субъектнинг фаолияти ва уларнинг ҳар бири билан боғлиқ ўртасидаги муносабатларни ҳисоблаш) агарда ҳолат қизиқарли бўлса, у осон кечади ва аксинча бўлса қийин. Диққат ўзгарувчанлиги унинг яхши ўзлаштирилган сифатига боғлиқ.

Шу билан бирга, баъзи психологлар ўзгарувчан диққат бир объектдан бошқа объектга ўтганида субъектда иллюзия ҳосил қилиб бир вақтнинг ўзида бир нечта объектга диққат қилиш ҳолатини яратганда бу ҳолатни ростан ҳам бўлиши мумкин деб ҳисоблайдилар: Рим ҳукмдори Юлий Цезарь бир вақтнинг ўзида бир неча ишни қилиш имконига эга бўлган: булар кўриш, ёзиш, эшитиш ва буйруқ бериш. У шунчаки диққатни ўзгартириш имконига эга бўлган. Лекин бу замондошларида катта таъсурот қолдирган.

Диққат концентрацияси ва барқарорлиги Бурдонанинг (харфлар) тести ёки "Ландольт ҳалқалари" орқали белгиланади

Диққатнинг ўзгариши ва тақсимланиши Шультнинг (25 қора рақам) ёки Платонова-Шультнинг қизил-қора таблицаси (24 қизилва 25 қора рақамлар).

3. Диққатнинг физиологик асослари.

Физиологик диққат руҳий жараёнлар билан бирга шу нерв марказлари орқали ишлайди. Визуал эшитув ва бошқа ҳис-туйғулар, идрок, шунингдек ҳаракат. Мия ярим шарлари пўстлоғида муайян қисмлари фаолият билан боғлиқ бироқ уни амалга ошириш учун ҳеч қандай махсус нерв маркази мавжуд эмас. Руҳий ҳолатларнинг аниқ марказий қисми бўлмаса-да кўриш қобиляти эшитиш қобилятига нисбатан бош миянинг бошқа қисмлари билан боғлиқ, худди шу каби оёқ ва қўл ҳаракатлари ҳам гапириш қобилятига нисбатан бош миянинг бошқа бурчагида жойлашган.

Олий асаб фаолиятини ўрганишда бош мия пўстлоғининг турли соҳаларда нерв марказлари ҳеч қачон бир вақтнинг ўзида бир хил кўзгалган ёки чекланган бўлмайди. Агар биз у ёки бошқа фаолият билан боғлиқ мия қобиғидаги физиологик жараёнларни назорат қилишимиз мумкин бўлганида, унда биз ҳар вақтда бош миянинг у ёки бу қисмидаги доимий оптимал бўлган ва бошқа қисмлари эса кучсизланган ҳолатда бўлган жараённи кузатган бўлардик "Агар бош суяги қопқоқ билан мия ярим шарларини кўриш мумкин бўлганда, инсонни фикрлаётган вақтида

унинг мия ярим шарларидаги доимий шакли ва ниҳоятда тартибсизлиги, хажми ўзгарувчанлиги ҳаракатларни кузатган бўлардик» (Павлов).

Физиологик нуқтаи назаридан, диққат- бош мия нерв фаолиятининг аниқ вақтдаги аниқ оптимал кўзгалувчанлиги ҳолатидаги қисми бўлиб қолган қисмлари эса паст даражадаги кўзгалувчанликдир. Миянинг бурчак қисмларда фарқлашни ҳосил қилувчи янги реффлекторлар осонгина ҳосил бўлади, бу рухий ҳолатдаги аниқлик ва муваффақиятлик тушунилади.

Максимал кўзгалишдаги мия яримшарларининг қисми ижодий қисми ҳисобланади. Улар доимо олинган ҳолатларга қараб мия бўйлаб ҳаракат қилишади шунга кўра, улар доимо хажми ўзгаришига кўра улар асосан миянинг суст бўлган қисмларида ҳаракат қилади.

Диққат физиологик механизмларини тушунтиришда илгари сурилган тамойилмашҳур Ухтомскийнинг доминант тамойилидир.

Замонавий илмий маълумотларга кўра мия ва бошқа мия тузилмалари ҳаётни тиклаш жараёнида диққат аҳамияти жуда катта. Ретикуляр шакллантириш мияни фаоллаштиради у диққат жараёнининг муҳим энергия таркибий қисми ҳисобланади.

4. Диққат назариялари

Психология диққат жараёнини олти асосий ёндашувлар билан баён қилиши мумкин. Уларнинг ҳар бири инсон ақлий фаолиятининг бир томонини мураккаб асосий деб ҳисоблайди. Лекин ҳеч қайси гипотеза аниқ тан олинмаган.



Биринчи бўлиб диққатни эмоционал тушуниш ёндашувни Т.Рибо тарғиб этган ва диққат билан эмоция бир- бирида келиб чиқади деб ҳисоблаган. Т. Рибо фикрича, ихтиёрий диққатнинг интенсивлиги ва давомийлиги диққат объекти орқали вужудга келадиган эмоциялар характеристикаси билан шартланган бўлади. Диққатга бундай ёндашув тўғривор ҳисобланади, чунки эмоция -бу организм реакциясининг долзарб эҳтиёжининг қондирилиш эҳтимоллигидир ва организмнинг диққати биринчи навбатда шундай объектларга қаратилган бўлади.

Диққат ҳақидаги иккинчи ёндашувни олим И.Геберт ва У.Гамильтон илгари сурган. Кўпроқ интенсивликка эга бўлган тасаввур камроқ интенсивликка эга бўлган тасавурни онг остига суриб юборади ва табиийки, онгда қолган тасаввурларгина диққатимизни жалб қилади.

Учинчи ёндашувга кўра диққат апперцепция натижасидек яъни индивиднинг ҳаётий тажрибасидир. Бунда асаб тизимининг қабул қилинган маълумотнинг инсонни билимга талаби тозаланиши бўлиб ўтади.

Диққатнинг тўртинчи ёндашувини грузин олими Д.Н. Узнадзе ривожлантирган, унинг фикрича, установка ички томондан диққатни ифода этади. Установка таъсирида аниқ бир объектни атроф муҳитдаги бошқа кўп объектлардан ажратиб олиш жараёнини Узнадзе "объективлаш"деб номлаган.

Бешинчи ёндашув асосан диққатнинг ҳаракат аспектига қаратилган. Гап шундаки, ихтиёрсиз диққат асосида ориентир рефлексии – организмни янги қўзғатувчи манбаига қаратилиши ва анализаторларнинг унга созланишини кўрсатади. Бу жараёнлар мушакларнинг фаол иштирокида бўлиб ўтади, шунинг учун диққатни атроф муҳитга ҳаракатли мослашишнинг ташкилий усули деб аташ мумкин.

Олтинчи ёндашувда диққат физиологик тасаввурда вужудга келади. Яъни миянинг қўшни қисмлари фаолиятини таъсирини бош мия пўстлоғини, ҳам қўзғалишига қаратиб ташкил қилишдир. Аини пайтда, психологларнинг фикрича бундай гипотеза диққат жараёнини жуда оддий талқин этган. Яъни диққатни жамлаш жараёнида мия пўстлоғининг индивидуал қисмларигина эмас балки бутун мия фаолият олиб боради. (Немов Р.С. Практическая психология познание себя. М: 2003.320 -333 стр.)

Диққатнинг табиати ҳақида синтетик тушунчаларни П.ЯГальперин концепцияси орқали талқин этиш мумкин:

1. Диққат-бу инсон фаолиятининг ориентир тадқиқот лаҳзаларидан биридир.
2. Диққатнинг асосий вазифаси – фаолиятнинг таркиби ёки психикобраз

устидан назорат.

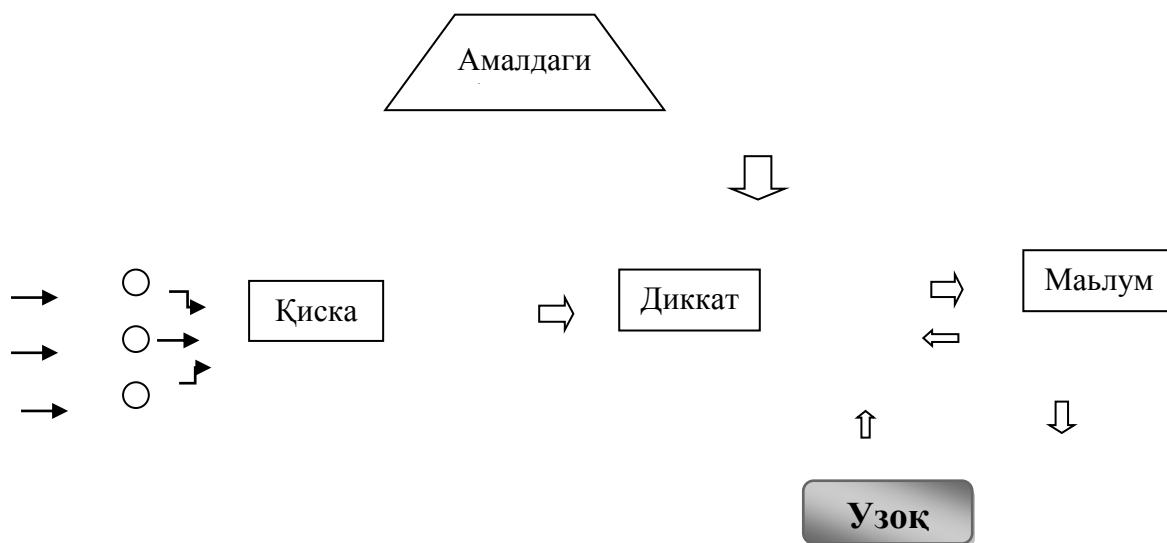
3. Диққат ҳеч қандай мустақил натижага эга эмас балки жараёнга хизмат қилувчи ҳисобланади. Диққат мустақил акт сифатида агар ҳаракат ақлий ва қисқарган ҳолатга айланса намоён бўлади.

Диққат селекция сифатида

Бу ёндашув танлаш механизмларини ўрганиш билан банд этилди . Бу ҳолатга байрамларни мисол қилиб олсак, бир вақтнинг ўзида жарангдор овозлар ичидан айнан бир овозга диққат қаратиб қолганларини диққатсиз қолдириши мумкин. Биринчи диққатнинг танлов гипотезаси (эрта танлаш модели) Д. Бродбент томонидан яратилган. Диққатни функциялаштириш - жараёнида диққат фаолият, у ҳиссий хусусиятлари ва нейрондаги тамойили асосида ишлайдиган асосланган электромеханик филтрни ахборот ишини нисбатан таққослайди .

Бу тушунчага кўра, бу канал фаолияти якуний мақсади томонидан белгиланган параметрлар асосида ишлайдиган, бир филтри олдин қайта ишлаш тизими чекланган тармоқли кенглиги билан канал ҳисобланиб, шунинг учун балки уни танлаш ва ўринсиз маълумот диққатсизлик эканлигига асосланган эди . Ахборот кейин қисқа муддатли хотира (бу ерда , ахборотга параллел равишда ишлов берилади), сўнгра филтр ичида, атроф-муҳит сенсорли регистр (ретсепторлари) дан ўтади .

Иккинчи (охирги воқеалар шартли эҳтимолликлар сақлаш) узок муддатли хотира билан боғлиқ, тизим маълумотлар оқим олиш учун зарур, деб белгилаб беради. Филтр созлама жорий фаолиятини муаммоси параметрлари билан аниқланади.



Рецепторлар

Диққат ақлий куч ёки ресурсларнинг тақсимланиши сифатида.

Диққат- худди рецепторлар кучи етарли бўлмагандек бу психик кучларни сарфлашдир. Диққатнинг вазифаси ҳам ташқи дунёнинг кўп объектларига тақсимланади.

Руҳий куч даражаси (активация), вазифа объектив мураккаблиги сингари, жуда кўп эмас.

Диққатингиз интенсивлиги тўғрисида ҳам тана активлаштириш умумий ҳолатига таъсир қилади. Маълум бир қийматли вазифалар имконсиз ҳисобланади.

Диққатни таҳлил қила туриб, Ланге қуйидаги классификацияни таклиф қилди "Ихтиёрсиз диққат " ва " Ихтиёрий диққат" Ланге бу турни “Иродавий диққат” деб ҳам атаган. Ланге учун “Иродавий диққат” мақсадли диққат бўлган. Шунинг учун, диққат таълимотида Ланге томонидан жорий этилган энг муҳим тушунча, бу - мақсад тушунчаси эди. Мен бир тушунча кўпинча ўша йилларда психологик тушунча ва атамалар тизими.

(Гамильтон. Я.С. "Что такое психология". "Питер"; 2002. 170-174 стр)

4.Диққатнинг ривожланиши ва бузилиши

Инсоннинг барча аъзо ва системалари юқори иш қобилиятини таминлашида диққатнинг керакли сақланиш ва ривожланиш шартлари:

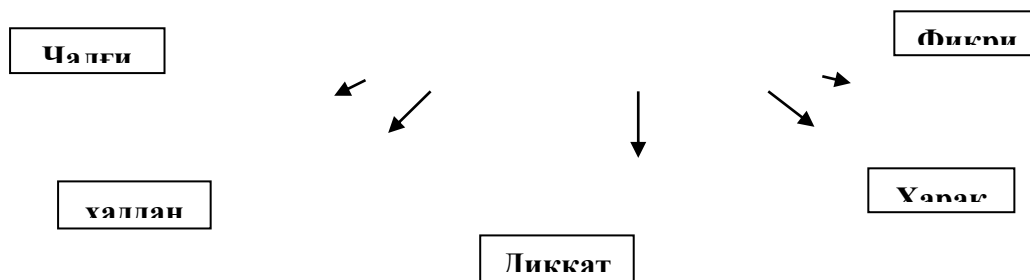
- кун тартибини тўғри тақсимлаш, тўлиқ овқатланиш ва дам олиш;
- ички аъзоларнинг касалланишига, кўриш ва эшитиш қобилиятини бузилишига қарши даволаниш ва кўрикда бўлиш;
- кунлик ишлаш қобилиятининг мароми;
- ақлий ва жисмоний машқлар алмашинуви
- қулай иш шароитини яратиш

Ташқи кучли таъсир қилувчи ҳолатларни мавжуд қилмаслик-тинчликни таминловчи(диққатни жам қилса бўладиган ҳолат);

- Гигиеник талабга жавоб берадиган ишнинг таминланиши;
- Мақбул жисмоний омил(эътиборни тортмайдиган ҳолат, ортиқча ҳаракатлар меъёри);
- Одат бўлиб қолган иш шарт-шароити
- Муваффақият сари аниқ мақсадларни аниқлаш;

Диққатнинг бузилиши остида мақсадга қаратилганликнинг салбий ўзгариши танлаш ва барқарор психологик фаолият нормал мия фаолиятини бузилиши ёки чарчаш ҳолатида.

Диққатнинг бузилиши бир неча кўринишларга бўлинади



Диққатнинг бузилишини турли асаб ҳолатларини аниқлаш орқали билиш мумкин:

- Танлаш ва фаолиятни йуналганлик хусусиятини меъёрда эмаслиги;
- Алоҳида иш- ҳаракатлар мослашувининг бузилиши;
- Диққатнинг жамланиши ва доимийлигининг қисқариши;

Диққатнинг бузилиши турли даражалардаги узвий мағлубиятларда ҳосил бўлади. Асосий йўсинда миянинг пешона ва бошқа қисмларида ҳамда оддий чарчаш ҳолатларида диққатнинг бузилиши 3 турга бўлинади:

I Тур. Диққатнинг тарқоқлиги- бошқариб бўлмайдиган ўзгарувчан ва кучсиз диққат-этибор билан характерланади. Ушбу тип мактабгача бўлган болаларда ҳамда холсизлик ва чарчоққа чалинган катталарда ҳам учрайди.

II Тур. Этиборсизлик- бошқа фикрларга диққатнинг қаратилиши ва интенсивлиги мураккаблашган ўзгарувчан диққат билан характерланади. Ушбу типга миясига бир фикр ўрнашиб қолган шахслар мансуб.

III Тур. Паришонхотирлик-Диққатнинг жамланганлиги ва кийинчилик билан алмашиши сезиларли даражада мураккаблиги билан тавсифланади. Ушбу типга нерв тизми кучсиз ва этиборсизлиги вақти-вақти билан ёки доимий номоён бўлувчилар киради. Бундай ҳолат маълум муддат холдан тойган ва паришонхотир бўлиб қолган соғлом одамларда ҳам то ўз ҳолати тиклангунига қадар содир бўлиши мумкин. Клиник кўриниши кўпинча кекса ёшдаги мия атеросклерозига учраган шахсларда мияда кислороднинг камайиши натижасида учрайди. Диққатсизликнинг бундай тури «Кексаликка хос бўлган диққатсизлик» деб ҳам аталади. Диққатнинг бузилиши ҳам касаллик аломати ҳисобланади. Касалликка олиб боровчи турли психик ёки соматик бузилишлар натижасида диққатнинг бузилишини ҳам касалликни аломати ҳисобланади. Кўпинча диққатнинг бузилиши уч гуруҳдан бири саналади: (James W. Kalat. Introduction to Psychology page 285-290)

Диққатнинг бузилиши

Гипопрозексия
Дикқат

Гиперпрозексия

Парапрозексия
Дикқатнинг

Гипопрозексия

Бу гуруҳ ўз ичига турли вариантдаги заифлашувларни олади:

Апросексия дикқатни бир жойга жамлаб ва юқори чалғиш фониди дикқат қобилияти йўқлиги ҳисобланади. Кўп ҳолларда, бир вақтнинг мумкин чоратадбирлар концентрациясини камайиши ва дикқатнинг чалғиш даражаси ўсишга олиб келади. Кўпинча бу воқеалар дикқатнинг камайишига сабаб бўлади. Дикқатнинг тарқоқлиги эътиборни аниқ бир нарса ва фикрга узок муддат қаратиб туришнинг сусайишига олиб келади. Дикқатнинг тарқоқлиги билан оғриган шахслар дикқатнинг алмашинувини бошқара олмайдилар ва эътиборларини алоҳида фаолиятга узок муддат қарата олмайдилар.

Гиперпрозексия

Кўп ҳолларда, унинг концентрацияси учун ҳаддан ташқари дикқат билан характерланади ва бир томонлама ориентацияси билан боғлиқ бўлади. Мисол учун, ипохондрик синдром билан касалланганлар, уларнинг саломатлиги билан боғлиқ ўз аламли туйғулар, фикрлар ва нарсаларга дикқат ҳаддан ташқари юқори концентрациясини кўрсатади

Парапрозексия

Парапрозексия натижа ўрнатиш билан дикқатнинг дастлабки установкасида ҳосил бўлади. Дикқатнинг бундай бузилиш тури билан азият чекаётганлар одамлар бир неча объект устида, дикқат бузилиши жуда кўп зерикарли асаб тизими концентрациясини вужудга келтириб, дикқат тизими томонидан қарши таъсирни юзага келтиради. Соғлом одамлар ҳам парапрозексияга дучор бўлиши мумкин. Мисол учун, стартда турган югуришга тайёр спортчилар тўпонча овозини эшитишга жуда каттик дикқатини жамлаши натижасида уни эшитмай қолиши ҳам мумкин.

Фойдаланилган адабиётлар руйхати

1. James W. Kalat. Introduction to Psychology 2013

2. Немов Р.С. Практическая Психология Познание себя: Влияниена людей: Пособие для уч-ся-М: Гуманит. Изд.Центр ВЛАДОС, 2003.320 с.
3. Рогов Е.И. Общая психология. Курс лекций. Учебник для ВУЗ. М-2002.
4. Гамезо А. «Атлас по психологии» Москва 2001й.
5. Гамильтон. Я.С. "Что такое психология". "Питер"; 2002.

8 Мавзу: ХОТИРА

- 1.Хотиранинг психик жараён сифатида ўрганилиши.
2. Хотиранинг нерв физиологик механизмлари
3. Хотира турлари ва унинг тавсифи
4. Хотира жараёни
5. Хотирадаги индивидуал фарқлар ва ёшга боғлиқ сифатлари
6. Хотира тасаввурларининг пайдо бўлишида сўзнинг ўрни
- 7.Хотира борасидаги психологик, нейро-физиологик ва биохимик назариялар
8. Хотирани мустаҳкамлаш қонуниятлари

1.Хотиранинг психик жараён сифатида ўрганилиши

Хотира туфайли бизда ажойиб имкониятлар борлигини сўзсиз қабул қиламиз. Хотира ҳаётимизни белгилайди. Хотира туфайли биз оиламизни таниймиз, ўз тилимизда гапира оламиз, уйимизга олиб борадиган йўлни йўқотмаймиз ҳамда озиқ-овқат ва сув бор жойини аниқлаймиз. Хотира туфайли биз тажрибаларимиздан баҳраманд бўламиз ва уни қайта қўллай оламиз. Аммо баъзан айнан хотира туфайли айбдорларни ва айбдорлигимизни кечира олмаймиз. Биз нимани кўпроқ эсласак у хотирамизнинг катта қисмини эгаллайди. Агар хотирамиз бўлмаганида, ўтган қувончли ва аламли лаҳзаларимизни, айбдорлик ҳиссини ёки ғазабни сезмаган бўлардик. Унинг ўрнига биз ҳозирги янги лаҳзада яшаган бўлардик.

Бундай ҳолатда ҳар бир киши бегона, ҳар бир тил янги ҳамда ҳар сафар қийин, овқат пишириш ва велосипед ҳайдаш муаммо бўларди. Биз ҳатто ўзимизга ҳам бегона бўлардик. Узоқ ўтмишимиз ва ҳозирги лаҳзамиз ўртасида ҳеч қандай боғлиқлик бўлмасди. Хотира тадқиқотчиси Жамес Мс.Гаугхнинг таъкидлашича: “Агар сен олдинги хотираларингни эслаш қобилиятини йўқотсанг сен учун ҳаёт тугайди”.

(David G. Myers Psychology 2010 by Worth Publishers page 327)

Инсон кўрган, ҳис этган ва эшитган нарсаларининг жуда оз миқдоринигина эслаб қола олади. Маълум бўлишича, бир вақтнинг ўзида одам онгида 7 тадан ортиқ белгига эга бўлган маълумотнинг қолиши қийин экан. Бу еттига сўз, сон, белги, нарсанинг шакли бўлиши мумкин. Агар телефон рақамлари 8 та белгилари бўлганда, уни ёдда сақлаш анча қийин бўларкан. Демак, онгнинг танловчанлиги ва маълумотларни саралаб, териб ишлатиши яна бир психик жараённи - хотирани билишимиз лозимлигини билдиради.

Психолог сифатида шуни таъкидлаш лозимки, Хотира бу – доимий ва ўзгарувчан ҳамда сақланган маълумотларни ўрганишдир. Хотира устидаги изланишлар унинг қандай ишлашини тушунишимизда ёрдам беради. Масалан 92 ёшли қария инсульт билан касаллангандан сўнг у олдингидек ҳаракатлана оларди. У оилавий албомларни кўрганда қариндошларини эслай оларди аммо кундалик янги суҳбатларни ва ҳатто ҳафтанинг қайси куни эканлигини эслай олмасди. У ҳар сафар янгиликларни эшитганда таъсирланарди ва почшасининг ўлимини тез-тез эсларди. Бунинг акси ўлароқ Хотира Олимпиадасида медаллар совридори рус журналисти Шерешевский бошқа журналистлар интервьюларни қайд қилса у шунчаки тингларди. Балки биз 7 ёки 9 тагача бўлган рақамларни такрорлай олармиз аммо Шерешевский 70 тагача бўлган рақамларни 3 сония ичида такрорлай олади. Бундан ташқари, у рақамларни орқадан олдинига ҳам осонлик билан айтиб бера олади. Ҳатто у юзлаб рўйхатлар орасидан 15 йил олдинги рўйхатни аниқ айтиб бера олган. У шундай бошлаган: “Биз стол атрофида ўтирган эдик, сиз курсида кулранг кастюм кийган ҳолда ўтирган эдингиз ва менга мана бундай ҳолатда қараётган эдингиз.” (*David G. Myers Psychology 2010, page 328.*)

Ажабланарли ҳолат шундай эмасми? Сиз ҳам имкониятларингизни синаб кўришингиз мумкин. Атрофда турли товушлар, кўшиқлар, юзлар, кўринишлар, турли жойлар, турли таъм ва ҳидлар мавжуд. Тасаввур қилинг, сиз 2500 та юзлар ва жойларни ҳар бирига 10 сониядан вақт ажратиб кўрдингиз. Кейинроқ эса олдингисига ўхшамаган бошқа 280 та юзлар ва жойларга эътибор беринг. Ralph Haberning ахборотида кўра сиз 90% олдингиларини эслаб қоласиз. Кейинг тажриба тасаввур қилинг сиз олдин шакли аниқ бўлмаган, ҳар томонларга чизилган расмни кўрдингиз, сўнгра шакли аниқ бўлган тўлиқ расмни кўрдингиз.

Давид Митчеллнинг тадқиқотларига кўра тўлиқ объектларни кўриш ва эслаб қолиш ноаниқларига нисбатан осон ва тез. Хотира тадқиқотчилари 1 асрдан кўпроқ вақтдан буён қуйидаги саволларга жавоб изламоқда: Қандай қилиб биз хотира ютуқларига эришишимиз мумкин? Нима учун биз, ҳатто, бир дақиқа олдин учрашган инсонимизнинг исмини унутиб қўямиз? Хотиралар мияда қандай сақланади? Нима учун айрим нарсаларни тез унутамиз аммо аламли, исталмаган ҳодисаларни унутишимиз қийин? Қандай қилиб бир ҳодиса икки шахснинг хотирасида турлича қолади? Хотирамиз имкониятларини қандай ўстиришимиз мумкин? (*David G. Myers Psychology 2010. page 329*)

Инсонларни ўрганиш ва ахборотни қабул қилиш бўйича 3 турга ажратсак бўлади. Булар: эшитиш, кўриш ва ҳаракат хотиралар. Булар мияга қираётган хабарнинг турига боғлиқ.

Кўриш: бунда яққол тасаввурлар ҳосил қилинади. Бунда сўз тасаввурдаги манзаралар тимсолида хотирага жойлашади. Доктор Медина фикрича: барча сезги органлари ичида энг муҳими айнан ахборот қабул қилиш бўйича.

Визуал хотира чексиз. Тадқиқотлардан бирида иштирокчиларга 10000 та расм берилган ва сўнг бошқа расмлар билан аралаштирилган расмларни бериб уларни ажратиш топширилган. 99% аниқликда расмлар тўғри ажратилган. Ва ҳатто 3 ойдан сўнг ҳам шу натижа такрорланган. 10% ўқиганда, 20% эшитганда, 30% ўқиб эшитганда, 50% эшитиб кўрганларда, 70% суҳбатлашганда, 90% бажараётганда эслаб қолинган. Теварақдаги маълумотларни ҳиссиётларимиз орқали қабул қиламиз. Ўрганиш ва хотирада сақлашнинг турли усуллари мавжуд. Ҳар бир одамда маълум усулларнинг мажмуи мужассам бўлиб турлича усулларда турлича ўрганиш мумкин. (David G. Myers Psychology 2010. 327 p)

Одатда, биз бирор бир материални ўқийдиган бўлсак, уни ҳеч бир ўзгаришсиз эслаб қолишга ҳаракат қиламиз. Лекин ажабланарлиси шундаки, борган сари материал маълум ўзгаришларга юз тутиб, хотирада дастлабки пайтдагисидан бошқачароқ бўлиб сақланади. Баъзи бир материал ёки маълумот хохласак ҳам хотирадан ўчмайди, бошқасини эса жуда қаттиқ хохласак ҳам керак пайтда ёдимизга тушираолмаймиз Бу каби саволлар, инсон билиш жараёнларидаги энг муҳим саволлар бўлиб, баъзан ўз тараққиётимиз ва камолотимизни ҳам ана шундай омилларга боғлагимиз келади.

Маълум бўлишича, инсон мияси ҳар қандай маълумотни сақлаб қолади. Агар шу маълумот бирор сабаб билан одамга керак бўлмаса, ёки ўзгармаса, у онгдан табиий тарзда йўқолади. Лекин ҳар доим ҳам бизнинг профессионал фаолиятимиз манфаатларига мос маълумотларни эса сақлаш жуда зарур ва шунинг учун ҳам кўпчилик атайлаб хотира тарбияси билан шуғулланади.

Хотира биз илгари идрок қилган, бошдан кечирган ва бажарган ишларимизни ёдда сақлаш, кейинчалик уларни эслаш ёки хотирлаш жараёнидир. Биз ҳар куни янги нарсаларни биламиз, кун сайин билимларимиз бойиб боради. Хотира фаолиятида шахснинг ғоявий йўналиши катта ўрин эгаллайди. Бу йўналиш унинг фаолиятини ҳаёт шароити таъсирида шакллантиради. Киши ўзининг шу фаолияти учун муҳим бўлган воқеа, ҳодисаларни яхши эслаб қолади. Аксинча, киши учун кам аҳамиятга эга бўлган нарсалар ёмон эса қолдирилади ва тезда унутиб юборилади. Шу ўринда хотира борасидаги таърифларга қайтсак, кўпгина адабиётларда хотира тушунчаси қуйидагича таърифланади. «Индивиднинг

Ўз тажрибасида эса олиб қолиши, эса сақлаши ва кейинчалик уни яна эса тушириши *хотира* деб аталади». Лекин мазкур таърифларни таҳлил қилган профессор Э.Ғозиев томонидан хотира тушунчасига қуйидагича таъриф берилади. «*Хотира* атроф-муҳитдаги воқелик (нарса)ни бевосита ва билвосита, ихтиёрий ва ихтиёрсиз равишда, пассив ва фаол ҳолда, репродуктив ва продуктив тарзда, вербал ва новербал шаклда, мантиқий ва механик йўл билан акс эттирувчи эса олиб қолиш, эса сақлаш, қайта эса тушириш, унутиш ҳамда таниш ҳиссидан иборат психик жараён. Алоҳида ва умумийлик намоён қилувчи ижтимоий ҳодиса барча таассуротларни ижобий қайта ишлашга йўналтирилган мнемик фаолиятдир».



- бу тажрибамизга алоқадор ҳар қандай маълумотни эслаб қолиш, эса сақлаш, эса

Шуни таъкидлаш жоизки, келтирилган мазкур таъриф хотиранинг мураккаб, кенг қамровли жиҳатларини тўла таъкидлаш имкониятига эга.

Шахснинг йўналиши унинг қизиқишида ифодаланади. Кишининг қизиқиши хотирага аниқ ва кучли таъсир кўрсатади, яъни яхши эса олиб қолишни таъминлайди. Биз кўпинча у ёки бу нарса ва ҳодисаларни ёмон эса қолдирамиз. Бу хотиранинг ёмонлигини эмас, балки уларга қизиқиш йўқлигини кўрсатади. Масалан, ўқувчилар ҳамма фанларни бир хил ўзлаштира олмайдилар. Бу уларнинг ҳар хил хотирага эга эканликлари билан эмас, балки ўқитилаётган фанга қизиқишнинг ҳар хиллиги билан тушунтирилади. Эса олиб қолишга кишининг эмоционал муносабати ҳам катта таъсир кўрсатади. Киши учун яққол ҳаяжонли реакция вужудга келтирувчи нарсалар онгда чуқур из қолдириб, пухта ва узоқ ёдда сақланади. Биз бир нарсадан таъсирлансак, ўша узоқ вақт эса сақланади. Самарали хотира кишининг ирода сифатларига ҳам боғлиқдир. Кучсиз, иродасиз кишилар ҳар доим юзаки ёмон хотирлайдилар. Аксинча, иродали, материални ўзлаштиришга астойдил киришадиган кишилар пухта ва чуқур эслаб қоладилар. Самарали хотира кишининг умумий маданиятига, унинг ақлий савиясига, билимига, уқувига фикрлаш қобилиятига, кўникма ва одатларига ҳам боғлиқдир. Шундай қилиб, хотиранинг табиати ва унинг

самаралилиги шахснинг хусусиятлари билан боғлиқдир. Шахс ўз олдига кўйилган мақсад ва вазифалари асосида ўзининг хотирлаш жараёнини онгли равишда тартибга солади ва бошқаради.

Хотира соҳасида қуйидаги асосий жараёнлар: эсда олиб қолиш, эсда сақлаш, эсга тушириш ва унутиш бир-биридан фарқ қилинади. Бу жараёнлар фаолиятда таркиб топади ва белгиланади. Маълум материални эсда олиб қолиш ҳаёт фаолияти давомида индивидуал, яъни шахсий тажрибани тўплаш билан боғлиқдир. Тўпланган тажрибадан кейинги фаолиятда фойдаланиш қайта эсга туширишни талаб қилади. Маълум материалнинг фаолиятда қатнашмай қолиши ёддан чиқаришга олиб келади.

2.ХОТИРАНИНГ ПСИХИФИЗИОЛОГИК ВА НЕРВ ФИЗИОЛОГИК МЕХАНИЗМЛАРИ

Эсда олиб қолиш нерв тизимининг эгилувчан, яъни ўзгарувчанлик, кўзгатувчилар таъсирида ўзида гўё бир из қолдириш, сақлаш имконияти туфайли юзага келади. Ҳар қандай инсоннинг мияси эгилувчанлик хусусиятига эга бўлиб, унинг даражаси ҳар хил бўлади. Шахс хотирасининг сифати миянинг фаоллиги ва турли фаолиятга тўғридан-тўғри боғлиқ равишда ривожланади. Атрофни ўраб олган борлиқни фаол билувчи киши ўз мияси фаолиятини тўхтовсиз кучайтиради. Шу билан бирга унинг эгилувчанлик даражасини оширади. Мия эгилувчанлигининг вақтинча пасайиши, хотира самарасининг сусайиши, баъзи пайтда одамнинг толиқишига сабаб бўлади. Дам олгандан кейин яна тикланади. Одатда мия эгилувчанлиги ёш ўтиши билан сусаяди. Масалан, кекса кишилар гапларидан адашиб кетади, илгари гапирганлари эсдан чиқиб, ўша гапни такрорлайверадилар. Мия эгилувчанлигининг кўрсаткичи бош мия пўстлоғида муваққат нерв алоқаларини тезликда вужудга келиши, давомли сақланиши ва уларнинг тез, осон жонлантирилиши ҳисобланади. Муваққат нерв алоқалари ассоциацияларни ҳосил қилувчи физиологик механизмдир. Ассоциация бизнинг хотирамизда мустаҳкамланган ва онгимизда қайд қилинган айрим воқеа ҳодисаларнинг ўзаро боғланишидир. Бирор буюмни эсда олиб қолиш, бошқа буюмлар билан боғлаш орқали амалга оширилади. Бу ўринда академик И.П.Павловнинг қуйидаги сўзлари жуда характерлидир. «Муваққат нерв боғланишлари – деб ёзади И.П. Павлов ҳайвонот оламида ва бизнинг ўзимизда ҳам бўладиган энг умумий физиологик ҳодисадир. Шу билан бирга у психик ходиса ҳамдир, турли-туман ҳаракат, таассурот бўлмаса ҳарфлар, сўзлар ва фикрлар ўртасида пайдо бўладиган боғланишлардир, бу боғланишларни психологлар ассоциациялар деб атайдилар».

Хотира, яъни эсда олиб қолиш, идрок қилинаётган нарсалардан ҳосил бўлган образлар ўртасида ассоциацияларнинг юзага келишидан

иборатдир. Шу боис инсон хотирасидаги ассоциациялар 3 турга ажратилади. Булар ёндошлик ассоциацияси, ўхшашлик ассоциацияси ва қарама-қаршилик ассоциацияларидан иборатдир. Ёндошлик ассоциациясининг асосида вақт ва фазовий муносабатлар ётади. Бошқача қилиб айтганда, ёндошлик ассоциацияси бир неча нарса ёки ҳодисаларни айна бир вақтда ёки кетма-кет идрок қилишдан ҳосил бўлади.

Масалан, боғчада боласи ҳар куни ўзининг тарбиячи опаси ва тарбияланаётган гуруҳини идрок қилади. Кейинчалик, яъни катта бўлгандан сўнг боғчасини эсласа, ва аксинча, тарбиячи опасини эсласа, боғча гуруҳи кўз ўнгида гавдаланади.

Ҳозирги пайтда идрок қилинаётган нарса билан илгари идрок қилинган нарса ўртасида маълум ўхшашлик бўлса, бу нарсалар ўртасида ўхшашлик ассоциацияси ҳосил бўлади. *Масалан*, бола даставвал боғчага келган пайтида боғча мудирасининг ташқи кўриниши, овози ва муносабатларини ўз онасига ўхшатиши мумкин. Кейинчалик бола онасини кўрганда, мудира опасини ва аксинча мудира опасини кўрганда онасини эслайдиган бўлиб қолади. Бу иккала одамнинг бола тасаввуридаги образлари ўртасида ассоциация ҳосил бўлади.

Ҳозирги идрок қилинаётган нарсалар билан илгари идрок қилинаётган нарсалар ўртасида қарама-қарши белгилар ва хусусиятлар бўлса, бундай нарсалар ўртасида қарама-қаршилик ассоциацияси юз беради. *Масалан* ёз-қиш, иссиқ-совуқ каби нарсалар ўртасида қарама-қаршилик ассоциациялари ҳосил бўлади.

Шундай қилиб, хотиранинг нерв-физиологик асосида бош мия пўстида ҳосил бўладиган шартли рефлекслар, турли ассоциатив боғланишлар ётади. Лекин, одам эсда олиб қолиш пайтида ассоциациялар ҳосил бўлганлигини мутлақо сезмайди. Ҳар хил ассоциацияларнинг ҳосил бўлганини одам кейинчалик бирор нарсани эсга тушириш пайида бўлади.

Хотиранинг нерв-физиологик механизмлари хусусида тўхталар эканмиз, сўнгги йилларда техниканинг ғоят тез ривожланиши натижасида турли эсда олиб қолувчи аппаратларга бўлган эҳтиёж бениҳоя кўпайиб кетганлигини таъкидлаш жоиз. Бу ўз навбатида хотиранинг нерв-физиологик механизмларини психолог ва физиологлардан ташқари инженерлар, биохимиклар, генетиклар ҳамда кибернетиклар томонидан ўрганилишига олиб келди. Натижада хотиранинг нерв физиологик механизмларини тушунтирувчи бир қанча янги назариялар майдонга келди. Ана шундай назариялардан энг муҳими молекулаларнинг ўзгариши билан боғлиқ бўлган биохимик назариядир. Бу назарияга кўра бирор нарсани эсда олиб қолиш ва эсда сақлаб туриш махсус тузилишнинг ўзгариши билан боғлиқдир. Ўтказилган текширишларга кўра, бирор нарса эсда олиб қолинганда, асосан, нерв хужайраларининг (нейронларнинг) дендрит шохлари таркибида ўзгариш юзага келади. Улар қандайдир бошқачароқ тузилишга кириб оладилар. Дендритлар тузилишидаги ҳосил бўлган ўзгариш дарров ўтиб кетадиган бўлмай, анча мустаҳкам бўлади.

Шу сабабли эсда олиб қолган нарса узоқ вақт хотирада сақланиб туради.

3. ХОТИРА ТУРЛАРИНИНГ ТАВСИФИ

Хотира инсоннинг ҳолати ва фаолиятининг барча соҳаларида қатнашиши туфайли унинг намоён бўлиш шакллари, ҳолатлари, шарт-шароитлари, омиллари ҳам хилма-хил кўринишга эгадирлар. Одатда хотирани муайян турларга ажратишда энг муҳим асос қилиб унинг тавсифномаси сифатида эсда олиб қолиш, эсда сақлаш, эсга тушириш, унутиш сингари жараёнларни амалга оширувчи фаолиятининг хусусиятларига боғлиқлиги олинади. Шу ўринда таъкидлаш жоизки, айрим дарсликларда хотира турлари турлича классификация қилинади. Жумладан, А.В.Петровский таҳрири остида чиққан «Умумий психология» дарслигида қуйидаги классификация учрайди: Фаолиятда кўпроқ сезилиб турадиган психик фаолликнинг хусусиятига қараб: ҳаракат, эмоционал, образли ва сўз мантиқ хотира. Фаолиятнинг мақсадларига кўра: ихтиёрсиз ва ихтиёрий хотира. Материални қанча вақт эсда олиб қолиш ва эсда сақлаш муддатига кўра: қисқа муддатли, узоқ муддатли ва оператив хотира.

М.Г.Давлетшин таҳрири остида чиққан «Умумий психология» ўқув кўлланмасида қуйидаги хотира классификацияси қайд қилинади:

Психик фаоллигига кўра: ихтиёрий ва ихтиёрсиз хотира.

Фаолият мақсадига кўра: ҳаракат, эмоционал, образ ва сўз-мантиқ хотираси.

Муддатига кўра: узоқ муддатли, қисқа муддатли ва оператив хотира.

Э.Ғозиев таҳрири остида чиққан «Умумий психология» ўқув кўлланмасида хотира турлари қуйидагича классификация қилинган.

1. Руҳий фаолиятнинг фаоллигига кўра:

а) ҳаракат ёки мотор ҳаракат хотираси;

б) образли хотира;

в) ҳис-туйғу ёки ҳиссиёт хотираси;

г) сўз-мантиқ хотира.

2. Руҳий фаолиятнинг мақсадига биноан:

а) ихтиёрсиз;

б) ихтиёрий;

в) механик.

3. Руҳий фаолиятнинг давомийлигига кўра:

а) қисқа муддатли хотира;

б) узоқ муддатли хотира;

в) оператив (тезкор) хотира.

4. Руҳий фаолият кўзгатувчисининг сифатига кўра:

а) мусиқий;

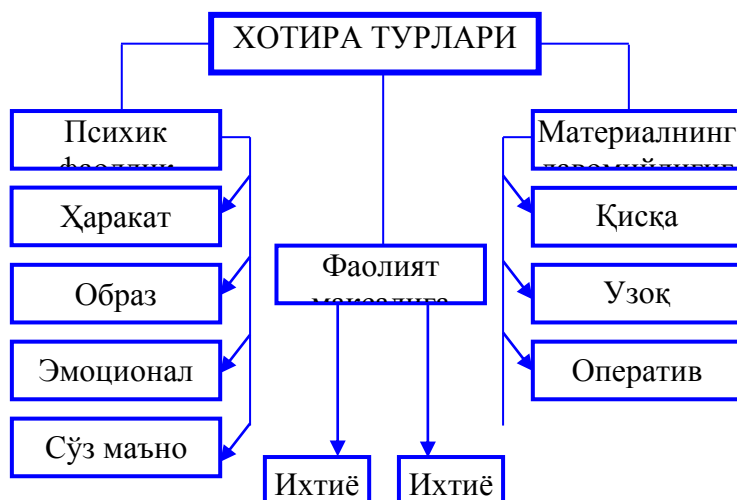
б) эшитиш хотираси;

5. Руҳий фаолиятнинг инсон йўналишига қараб:

а) феноменал;

б) касбий.

Келтирилган хотира турларини умумий тарзда куйидагича ифодалаш мумкин.



Ҳаракат хотираси – инсон фаолиятининг ҳар бир турида руҳий фаолликнинг у ёки бу кўринишларини устунлик қилишида кузатилади. Масалан, ҳаракат, ҳиссиёт, идрок, ақл-заковат каби руҳий фаолиятнинг кўринишлари мавжуддир. Ана шу руҳий фаоллик турларининг ҳар бири тегишли ҳаракатларда ва уларнинг маҳсулотларида ўз ифодасини топиб ҳаракатларда, ҳиссий кечинмаларда, туйғуларда, образларда, тимсолларда, фикр ва мулоҳазаларда акс этади.

Турли ҳаракатлар ва уларнинг бажарилиши тартиби, тезлиги, суръати, изчиллиги ва бошқаларни эсда қолдириш, мустаҳкамлаш, эсга туширишдан иборат хотира тури ҳаракат хотираси деб аталади.

Хотиранинг бошқа турларига қараганда, ҳаракат хотираси баъзи одамларда аниқ равшан устунлик қилиши учраб туради. Психология фанида классик мисолга айланиб қолган ушбу ҳолатни келтириб ўтиш мақсадга мувофиқдир: бир мусиқа ишқибози мусиқаларни хотирасида мутлақо қайта тиклай олмас экан, лекин у яқиндагина эшитган операни фақат пантомимика тарзидагина қайта тиклаш имкониятига эга бўлган. Турмушда шундай одамлар учрайдики, улар ўзларида ҳаракат хотирасининг борлигини умуман пайқамайдилар. Мазкур хотира турининг ғоят аҳамияти шундан иборатки, у юриш, ёзиш, ифодали ҳаракат

малакалари билан бир қаторда ҳар хил амалий меҳнат малакаларини таркиб топтиришнинг асосини ташкил қилади. Агар инсонда ҳаракат хотираси бўлмаганда эди, ўзини ҳар гал «бошдан бошлаб» ўрганар эди. Фигурали учиш, лангар билан сакраш, гимнастика, чопиш, хатти-ҳаракатлар, бадий гимнастика билан шуғулланиш ҳаракат хотирасини тақозо этади. Жисмоний чаққонлик, меҳнат маҳорати, «олтин кўллар», зийрак кўзлар, эгилувчанлик ва кузатувчанликка эга бўлиш юксак, барқарор ҳаракат хотираси мавжудлигининг аломати бўлиб ҳисобланади.

Ҳис-туйғу ёки ҳиссиёт хотираси. Бу хотира ҳис-туйғулар, руҳий кечинмалар, ҳиссиётлар, эҳтиёжларимиз ва қизиқишларимиз қандай қондирилаётганлигидан, атрофимиздаги нарса ва ҳодисаларнинг хусусиятига нисбатан муносабатимиз қай тарзда амалга оширилаётганлигидан доимо хабар бериб туриш имкониятига эга. 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 тури деб аталади. Бошимиздан кечирган ва хотирамизда сақланиб қолган ҳиссиётлар ҳаракатга ундовчи ва ўтмишда салбий кечинмаларга эга бўлган ҳаракатлардан сақланиб қолувчи сигнал тарзида намоён бўлади.

Ҳиссий хотира ўзининг вужудга келиш хусусияти, тезлиги, динамикаси, давомийлиги билан хотиранинг бошқа турларидан маълум маънода ажралиб туради. Ҳар бир одамга ўз турмуш тажрибасидан маълумки, кўпинча, қачонлардир ўқиган китоблар, томоша қилган кинофильмлар фақат «таассуротлар», боғланишлар занжирини ечишнинг дастлабки тугуни сифатида намоён бўлади. Шунинг учун ҳиссий хотира ижтимоий аҳамият касб этиб, умумийлик алоҳида олинган одамлар кайфиятлари бир-бирларига ўхшашлиги, илиқ руҳий муҳитни вужудга келтириш ёки нохуш кечинмалар тўлқинини барпо этиш эҳтимоли тўғрисида мулоҳаза юритилаётган аломати остида ижтимоий гуруҳий, жамоавий, барқарор ва беқарор кайфиятни вужудга келтиради.

Образли хотира – тасаввурлар ва турмуш манзаралари, шунинг билан бирга, товушлар, таъмлар, ранглар шакллар, билан боғлиқ бўлган хотира туридир. Образ хотираси деб яққол мазмунни, бинобарин, нарса, ҳодиса-ларнинг аниқ образларини, уларнинг хусусиятлари ва боғланишларини эсда қолдириш, онда мустаҳкамлаш ҳамда зарурият туғилганида эсга туширишдан иборат хотира турига айтилади.

Психология фанида образли хотиранинг бир неча турлари ажратиб кўрсатилади ва улар қуйидагилардан иборат.

Изчил образлар сенсор хотиранинг энг содда кўриниши ёки шакли изчил образлардан иборатдир. Изчил образларнинг намоён бўлиш ҳодисаси қуйидагилардан тузилади: агар субъектга бир неча дақиқа оддий

кўзгатувчи юборилса, жумладан 10-15 секунд ёрқин қизил квадратга қараб туриш таклиф этилса, сўнг текширувчи олдидан квадрат олиб қуйилса, у қизил квадрат ўрнида худди шундай геометрик шакл изини кўришда давом этади. Асосан бу шакл кўплиги рангда товланади. Мазкур из ўша заҳоти, баъзан бир неча секунддан кейин пайдо бўлиб, 15 секунддан то 45-60 секундгача ўша объектда сақланиб туради, шундан сўнг аста-секин оқара бошлайди. Натижада ўзининг аниқ қон турини йўқотади, кейинчалик мутлақо йўқолиб кетади. Гоҳо бутунлай йўқолиши учун қайтадан пайдо бўлиши мумкин. Одамларнинг индивидуал психологик хусусиятларига қараб, изчил образларнинг аниқлиги ва давомийлиги турлича бўлиши кўзга ташланади.

Ўзининг келиб чиқиши, кучлилиги жиҳатидан изчил образлар салбий ва ижобий турларга бўлинади. Агар кучли равишда одам қизил рангга қараб туриб, сўнгра нигоҳини оқ қоғозга кўчирса, у ҳолда объектда кўк-яшил ранг пайдо бўлгандай кўринади. Изчил образларнинг ушбу тури салбий, изчил образлар деб аталади. Бу ҳолат яна бир мисол орқали тушунтирилса, қуйидаги кетма-кетлик ҳодисаси намоён бўлади. Қоронғу хонада кўз олдида бир нарсага, масалан, қўл яқинлаштирилса сўнгра қисқа муддатли (0,5 сек) электр чироғи ёқилса, бу ҳолда чироқ ўчгандан кейин одам бир неча дақиқа давомида нарсаларнинг аниқ образини кўришда давом этади. Мазкур образ ўз рангида бир қанча муддат сақланиб, сўнг кўздан йўқолади.

Изчил образлар хотира жараёнининг содда изларига мисол бўла олади. Чунончи, ҳодисаларга қараб узайтириш ихтиёрий равишда қайта тиклаш мумкин эмас. Бинобарин, изчил образлар ушбу хотиранинг мураккаброқ турларидан ана шу жиҳатлари билан фарқланади.

Изчил образларнинг эшитиш тури орқали сезишда кузатиш мумкин, лекин бу вазиятда изчил образлар кучлироқ намоён бўлиши ва қисқа муддат давом этиши кузатилади.

Эйдетик образлар психологияда изчил образлардан эйдетик образларни фарқлаш анъана тусига кирган бўлиб, “эйдос” юнонча “образ” деган маънони англатади. Хотиранинг бу тури, яъни эйдетик образлар ўз вақтида немис психология мактабининг намоёндалари ака-ука Йенишлар номидан таърифлаб берилди. Баъзи одамлар шу даврларда кузатилган нарса ёки суратлар кўз ўнгидан олиб қўйилса ҳам сурат сиймоси узоқ вақт сақланиш хусусиятига эга.

Мазкур нарса ва жисмларнинг аниқ образлари, тасвирларни кузатиш мумкин. Бу ҳодиса жаҳон психология фанида тажрибада текшириб кўрилган. Тажрибада текширилувчига 3-4 минут давомида расм кўрсатилган ва тасвир олиб қўйилгандан сўнг унинг таркибий қисмлари, тузилиши ҳақида қатнашчиларга саволлар берилган. Бу жараёнларда текширувчилар бирорта саволга жавоб бера олмаган бўлсалар, аниқ техник образга эга бўлган иштирокчилар эса расмни давом этишгандек ҳар бир саволга аниқ жавоб беришга эришганлар.

Тажрибаларнинг кўрсатишича, эйдетик образлар узоқ вақт инсон онгида сақланиши мумкин. Мабодо уларнинг йўллари ёпилиб қолган бўлса ҳам, лекин ҳеч қандай қийинчиликларсиз уларнинг сиймоси қайта тикланиши мумкин.

Рус психологиясида эйдетик образларнинг намоён бўлиш ҳодисаси А.Р. Лурия томонидан кўп йиллар давомида ўрганилган ва шунга кўра эйдетик хотиранинг индивидуал типологик хусусиятлари чуқур таърифлаб берилган. Эйдетик образлар ҳаракатланиш хусусиятига эга бўлиб, субъектларнинг олдига қўйилган вазифа ва унинг тасаввурлари таъсири остида ўзгартириш мумкин.

Ака-ука Эйенишлар томонидан ўтказилган оддий тажрибада эйдетик хотирага эга бўлган текширувчига олма ва ундан сал узоқроқда жойлашган илмоқ тасвирланган расм кўрсатилган. Расм ўртасидан бўлиб, қўйилгандан кейин текширувчида олмани олиб қўйиш истаги кучайиб бораётгани сўралган. Муайян йўл-йўриқ берилгандан кейин текширувчи мана бундай ҳолатни тасвирлаб беради: илмоқ олмага яқинлашиб, уни илади ва ихтиёрсиз равишда қатнашчи томон тортади. Хуллас, эйдетик образлар ҳаракатчан бўлиб, субъектнинг рухий кўрсатмаси остида сифат ва миқдор ўзгаришига юз тутаяди. Илмий текширишларнинг кўрсатишича, эйдетик образлар болалик ва ўспиринлик даврларида муайян муддат ҳукм суради ва вақтнинг ўтиши билан аста-секин сўна боради.

Психофармокологик тадқиқотларининг кўрсатишича, эйдетик образларни кучайтирувчи калий ионлари ва шунингдек, унинг кучсизлантирувчи калций ионлари моддалари мавжуддир. Илмий изланишлардан олинган миқдорий материаллар эйдетик образ пайдо бўлишининг психологик илдизларини чуқурроқ очишга хизмат қилади.

Тасаввур образлари хотиранинг янада мураккаброқ тури бўлиб ҳисобланади ва уларнинг хусусиятлари ҳақида тасаввурга эгамиз. Инсон дарахт, мева, гул тўғрисида тасаввурга эга эканлиги шуни кўрсатадики, унинг илгариги тажрибалари субъектнинг онгида шу образларнинг изларини қолдирган. Илмий тушунчалар талқин қилинганда тасаввур образлари эйдетик образларга жуда яқиндек туюлади. Лекин эйдетик образлар ҳақидаги психологик таҳлил шуни кўрсатадики, тасаввур образлари унга қараганда анча бой бўлиб, ўзига хос хусусиятлари билан ажралиб туради. Тасаввур образларининг эйдетик образларидан ажратувчи фарқ тасаввур образларининг полимодаллик хусусиятидир. Бунинг асосий моҳияти тасаввур образлари кўриш, эшитиш, тери орқали сезиш изларининг таркибий қисмларини бирлаштиради. Масалан, мева тўғрисидаги тасаввур образи унинг ташқи кўриниши, мазаси, оғирлиги, вазнини ўзаро бирлаштириб акс этади.

Тасаввур образларининг эйдетик образларидан асосий фарқи шундан иборатки, у нарса ва ҳодиса ҳақидаги тасаввурларни ақлий жиҳатдан қайта ишлашни ўз таркибига киритади ва жисмларнинг асосий хусусиятлари ажратилиб, маълум категорияга бирлаштирилади. Инсон гул

образини фақатгина эсга туширмайди, балки уни муайян бир сўз ёки тушунча билан айтади, номлайди, хусусиятларни ажратиб кўрсатади, аниқ бир категория моҳиятига киритади.

Демак, тасаввур образларида одамнинг хотираси идрок қилинган нарсаларнинг изини сушт равишда сақлаб балки, бир қатор тасаввур билан бойитади, нарса мазмуни ва моҳиятини таҳлил қилиб, у ҳақида ўз билимлари, тушунчалари кабиларни тажриба билан боғловчи ижодий сермахсул фаолиятни амалга оширади. Буларнинг барчаси иродавий сифатлар, ақлий зўриқиш, асабий таранглашув натижасида руёбга чиқишидан далолат беради.

Тасаввур образлари хотиранинг мураккаб фаолияти маҳсули бўлиб, улар изчил ёки эйдетик образларга нисбатан мураккаб психологик ҳодисадир. Тасаввур образлари хотира изларининг мураккаб тури бўлиб унинг ақлий жараён билан яқинлиги инсон билиш фаолиятини муҳим таркибий қисмидан иборат эканлигидан далолат беради.

Сўз-мантиқ хотираси мазмунини фикр ва мулоҳазалар, аниқ ҳукм ҳамда хулоса чиқаришлар ташкил этади. Инсонда фикр ва мулоҳаза турли хил шакллар ёрдамида ифодаланганлиги туфайли уларни ифодалаш фақат ўзлаштирилаётган материалларнинг асосий маъносини изоҳлаш, талқин қилиб бериш ёки уларни сўзма-сўз ифодаланишини айнан айтиб беришга қаратилган бўлиши мумкин. Агар маълумот, ахборот, хабар, материал маъно жиҳатидан қайта ишланмаса, у ҳолда материални сўзма-сўз ўзлаштириш, мантиқий ўрганиш бўлмасдан, балки аксинча механик эсда олиб қолишга айланиб қолади.

Сўз-мантиқ хотирасининг вужудга келишида биринчи сигнал билан бир қаторда иккинчи сигналлар тизими асосий ҳисобланади. Чунки сўз мантиқ хотираси фақат инсонгагина хос бўлган хотиранинг махсус тури ҳисобланиб, бу хотира тури ўзининг содда шакллари билан ҳайвонларга ҳам тааллуқли бўлган ҳаракат, ҳис-туйғу ва образли хотиралардан сифат, ҳам миқдор жиҳатдан кескин фарқ қилади. Ана шу боисдан сўз-мантиқ хотираси бир томондан хотиранинг бошқа турлари тараққиётига асосланади, иккинчидан уларга нисбатан етакчилик қилади. Шу билан бирга, бошқа турларнинг ривожланиши сўз мантиқ хотирасининг такомиллашувига узвий боғлиқдир. Сўз-мантиқ хотирасининг ўсиши қолган хотира турларининг барқарорлашувини белгилайди.

Хотира турларига нисбатан бошқача тарзда ёндашиш ҳоллари ҳам учрайди. Шу боис хотира фаолиятини амалга ошираётган фаоллик хусусиятлари билан узвий боғлиқ равишда турларга ажратилади. Масалан, фаолият мақсадига кўра хотира ихтиёрсиз ва ихтиёрий турларга бўлинади.

Ихтиёрий хотира деганда маълум мақсадни рўёбга чиқариш учун муайян даврларда ақлий ҳаракатларга суянган ҳолда амалга оширилишидан иборат хотира жараёни тушунилади. Бу фаолиятни одам онги бевосита бошқаради. Кўпинча психология фанида ихтиёрий хотирага ихтиёрсиз эсда олиб қолиш қарши қўйилади. Бу жараёнга маълум керакли

топшириқ ёки вазифа қўйилса, эсда олиб қолишга етакловчи фаолият бирон-бир мақсадни рўёбга чиқаришга йўналтирилган тақдирда юзага келади. Биз математик топшириқларини ечаётганимизда масаладаги сонларни эсда олиб қолишни ўз олдимишга мақсад қилиб қўймаймиз. Мазкур сўз мантиқ хотирада асосий мақсад фақат масала ечишга қаратилади. Бунинг натижасида сонларни эсда сақлашга, ҳеч қандай ўрин ҳам қолмайди. Шунга қарамай, биз уларни қисқа муддат бўлса-да, эсда сақлашга интиламиз. Бу ҳолат фаолият яқунлангунга қадар давом этади.

Эсда олиб қолишни мақсад қилиб қўйиш эсда олиб қолишнинг асосий шarti ҳисобланади. Серб психологи Радосавлевич ўз тадқиқотида қуйидаги ҳодисани баён этади. Тажрибада текширилувчидан бири синовда қўлланилаётган тилни тушунмаганлиги туфайли унинг олдига қўйилган вазифаларни бажармаган. Бунинг оқибатида унча катта бўлмаган тадқиқот материали 46 марта ўқиб берилганига қарамай, эсда олиб қолинмаган. Тажрибанинг кейинги босқичида вазифа текширилувчига тушунтириб берилгандан сўнг у материал билан олти марта ўқиб, танишиб, уни такрорлаб, қисмга ажратиб эсга қайта туширишга эришган.

Хотиранинг ихтиёрий ва ихтиёрсиз турлари хотира тараққиётининг иккита кетма-кет босқичларини ташкил этади.

Ихтиёрсиз хотиранинг турмушда ва фаолиятда катта ўрин эгаллашини ҳар ким ўз шахсий тажрибасидан билади. Ихтиёрсиз хотиранинг муҳим хусусиятларидан бири маълум мақсадсиз ақлий, асабий, иродавий зўр беришсиз ҳаётий аҳамиятга эга бўлган кенг кўламдаги маълумот, хабар, ахборот, таъсуротларнинг кўпчилик қисмини акс эттиришдир. Шунга қарамасдан инсон фаолиятининг турли жабҳаларида ўз хотирасини бошқариш зарурати туғилиб қолиши мумкин. Худди мана шундай шароитлар, ҳолатлар, вазиятларда эсда сақлаш, эсга тушириш ёки эслаш имкониятини яратадиган хотиранинг мазкур тури катта аҳамиятга эгаллиги шубҳасиз.

Қисқа муддатли ва узок муддатли хотира

Сўнгги пайтларда рус ва хориж психологиясида хотира борасидаги тадқиқотчиларнинг эътиборини эсда олиб қолишнинг дастлабки, бошланғич дақиқаларида вужудга келадиган ҳолатлар, жумладан ташқи таассурот изларининг мустаҳкамланишигача бўлган жараёнлар, ҳолатлар, механизмлар, шунингдек, уларнинг мустаҳкамланиш муддатларини ҳам ўзига жалб қилиб келмоқда. Масалан, бирор материал хотирада мустаҳкам жой олиш учун уни субъект томонидан тегишли равишда қайта ишлаб чиқиш зарур ва материални бундай ишлаб чиқиш учун маълум даражада муддат талаб этиш табиийдир. Ана шу муддат хотирада қайта тикланилаётган изларни мустаҳкамлаш деб қабул қилинган. Мазкур жараён инсон томонидан яқиндагина бўлиб ўтган ҳодисаларнинг акс садоси сифатида кечиради ва такомиллашади. Инсон муайян дақиқаларда, лаҳзаларда, айна пайтда бевосита идрок қилинаётган нарсаларни гўё кўришда, эшитишда давом этаётгандек туюлади. Ушбу

жараён келиб чиқиши жиҳатидан беқарор, ҳатто ўзгарувчан, лекин улар шу қадар махсус тажриба орттириш механизмларининг фаолиятида муҳим аҳамият касб этади. Шу боисдан уларнинг роли шу қадар аҳамиятлики, бу жараёнларда эса олиб қолиш, эса сақлаш, ахборотлар, маълумотлар, хабарларни қайта эсга туширишнинг алоҳида тури сифатида қаралади. Ушбу жараён одатда психология фанида **қисқа муддатли хотира** деб аталади.

Жуда кўп қайтаришлар ва қайта тиклашлар натижасида материални узоқ муддат давомида эса сақлаб қолиш характерли бўлган узоқ муддатли хотирадан фарқ қилган ҳолда, қисқа муддатли хотира бир марта ҳамда жуда қисқа вақт оралиғида идрок қилиш ва шу ондаёқ қайта тиклашдан сўнг қисқа муддатли эса олиб қолиш билан характерланади.

Ҳозир илмий адабиётларда қисқа муддатли хотирани қуйидаги атамалар билан номлаш учрайди: *«бир лаҳзалик», «дастлабки», «қисқа муддатли» ва бошқалар.*

Оператив хотира инсон томонидан бевосита амалга ошириладиган фаол тезкор ҳаракатлар, усуллар учун хизмат қилувчи жараённи англатувчи мнемик ҳолат **оператив хотира** деб аталади. Ҳозирги замон психологиясида ушбу ҳолатни намоён қилиш учун қуйидаги мисол келтирилади. Математик амални бажаришга киришар эканмиз, биз уни муайян бўлақларга ажратиб ҳал қилишни мақсад қилиб кўямиз. Шу боисдан оралиқ натижаларни ёдда сақлашга интиламиз, ниҳоясига яқинлашган сари айрим материаллар эсдан чиқа бошлайди.

Мазкур ҳолат матнни талаба ёки ўқувчи томонидан ўқишда, уни кўчириб ёзишда, ижодий фикр юритишда, ақлий фаолиятни амалга оширишда яққол кўзга ташланади.

Амеркалик Психолог олимлар Дэвид Г. Майерс “Психологлар инсон хотира тизимини қандай тасвирлашади? Хотиранинг қандай ишлаш модели бизга хотирани қандай тузиш ва аввалги ҳолатига қайтариш ҳақида ўйлашимизга ёрдам беради” деб ёзади. Дэвид Г. Майерс “У хотирага ўзига хос моделни тавсия этади. Одатда, кўп учрайдиган биринчи модел: компьютерда ахборот ишлаш тизимининг баъзи жиҳатлари инсон хотирасига ўхшаи.

Биз ҳар қандай ҳодисани эслашда: миямизга маълумотларни оламиз (**кодлаш**), маълумотларни мустаҳкамлаймиз (**сақлаш**) кейинчалик у маълумотлардан фойдаланамиз (**қайта ишлаш**). Компютерда ҳам худди шундай маълумотларни кодлаш, сақлаш ва қайта ишлаш мавжуд. Компютерда ҳам маълумотлар кодларда сақланади. Компютерга маълумотлар клавиатурда киритилса, мияда ҳиссий маълумотларни кодлаштиради. Компютерда маълумотларни сақлашда чегаралар бор. Аммо компьютер хотираси бизникига нисбатан аниқ ва мустаҳкам. Бундан ташқари компьютер хотирасида маълумотлар жараёни тез аммо инсон

миясида бу жараён секин ва бир вақтнинг ўзида кўп вазифаларни бажариши мумкин. Психологлар бир неча ахборотни қайта ишлаш моделларини таклиф қилишмоқда.

Биринчи замонавий модел: **Мувофиқлик** бир-бирига боғлиқ хотираларнинг нерв тармоқларида пайдо бўлиши. Муайян хотиралар асосан шу операторлар тармоғида фаоллашади.

Бироз эскироқ аммо осон бўлган иккинчи модел: Ричард Аткинсон ва Ричард Шиффрин хотирани 3 босқичда ташкил этишни таклиф этди:

1. Вақтинчалик ҳиссий хотира

2. Қисқа муддатли хотира

3. Узоқ муддатли хотира

Бу 3 босқичли жараён оддий бўлса-да тарихий аҳамиятга эга. Бу 3 босқичли жараён чекланган ва аниқ. Бу янгиланган модел 2 та муҳим янги тушунчаларни келтиради: биринчи икки босқичда онгли хабардорлик, **Ишчи хотира** узоқ муддатли хотирага тўғридан-тўғри ва автоматик равишда ахборот фаол қайта қўлланади. Биз барча ахборотларни шу заҳоти сергакликда ўйлай олмаймиз. Биз кўпинча муайян, янги ёки муҳим бўлган ахборотларга эътиборимизни қаратамиз. Масалан, биз хотиранинг ҳажм қувватини аниқлашимиз мумкин: тасаввур қилинг сизга алфавитдаги бирон ҳарф кўрсатилди сўнгра оддий бир савол сўралди, кейин навбатдаги ҳарф ва кейин яна бошқа осон савол сўралди. Яхши натижага эришганлар саволларга қараганда ҳарфларни эслаб қолишди. Улар кундалик ҳаётида асосий эътиборларини вазифаларга қаратишади.

Ҳиссий хотира – Хотира тизимида ҳиссий маълумотларни зудлик билан қисқа эслаб қолиш. Бир лаҳза юзларидаги маълумотларни қайд этади. Қисқа муддатли хотира – фаол хотирада бир неча белгилар аниқ сақланади масалан 7 та рақамгача бўлган маълумотларни эслаб қоламиз. Айнан шу фаолиятдаги ёки йўловчи хотира бўлиши мумкин. Фикрлашимиз асосида йўловчи, вазифаларни бажарувчи ижро этувчи хотиралар ётади. Қисқа муддатли хотирани биз бўлакларга бўлиб узайтиришимиз мумкин. Узоқ муддатли хотира – хотира тизимидаги доимий ва чегарасиз боғлиқлик. У нисбатан самарали ва мустаҳкам. Билим, кўникма ва тажрибаларни ўз ичига олади. Унутилган маълумотларни гипноз ёки электрлаш орқали қайта эслаб қолиш узоқ муддатли хотирага ўтишини тезлаштириши мумкин. Узоқ муддатли хотира ўзига хос тарзда ишлатилмаган хотираларни бир чеккада сақлаб қўяди. У чексиз ва ташқи таъсирга мойил эмас. Қисқа муддатли ва узоқ муддатли

вакти бўйича ҳам маълумотларни сақлаб қўйиш бўйича ҳам фарқ қилади. Ишчи хотира - Фаол ишлашга ажратилган қисқа муддатли хотирадаги ҳамда қайта ишланадиган узоқ муддатли ахборотлар.

Аткинсон ва Шиффриннинг классик 3 босқичли модели хотира жараёнини тушунишда ёрдам беради аммо бугунги тадқиқотчилар узоқ муддатли хотиранинг бошқа йўллари ҳам топишди. Масалан айрим ахборотлар хотиранинг онгли иштироки орқали “орқа эшик” дан узоқ муддатли хотирага ўтади. Ишчи хотирасида кўп ва фаол ишлаш қисқа муддатли хотира босқичида учрайди. Доктор Пенфилд фаолияти давомида эпилепсия касалига чалинган бемори миясининг қайси қисми жароҳатланганини билиш учун мияси қисмларига кичик электр тоқлар жўнатади. Бемор оғриқ сезмайди чунки мияда оғриқ сезувчи нервлар йўқ. Шунда бемор ёшлигидаги воқеаларни эслаётганини айтди. Бу докторнинг хужайраларга бирма бир тегиб чиқаётгани натижаси эди. Шундан кейин Пенфилд ўз таклифини билдирди, биз деярли барча маълумотларни хотирамизда сақлаб қоламиз, гап уларни қайта эслаш учун туртки беришда.

4.Хотира жараёни

Хотира фаолияти эсда қолдиришдан бошланади. Эсда қолдириш гидроқ қилинган нарса ва ҳодисаларни мия пўстида из ҳосил қилишдир. Унинг физиологик асоси мия пўстида муваққат нерв боғланишининг вужудга келишидир. Эсда қолдириш ўзининг фаоллиги жиҳатидан иккига бўлинади:

- а) ихтиёрий эсда қолдириш;
- б) ихтиёрсиз эсда қолдириш.

Ихтиёрсиз эсда қолдиришда олдиндан мақсад қўйилмайди, мавзу танланмайди ва ирода кучи сарфланмайди. Ўзининг гўзаллиги, ҳиссий таъсирчанлиги, ҳажми, ҳаракатчанлиги, тезлиги, шакли ва бошқа хоссалари билан фарқ қиладиган нарса ва ҳодисалар ихтиёрсиз эсда қолади. *Масалан*, тасодифий ҳодисалар, карнай-сурнай овози ихтиёрсиз эсда қолади.

Ихтиёрий эсда қолдиришда эса олдиндан мақсад қўйиб мавзу белгиланади. Масалан, дарс материалларини эсда олиб қолиш, имтиҳонга тайёрланиш ва бошқалар. Ихтиёрий эсда қолдиришда қуйидаги турли усуллардан фойдаланилади:

- мақсад қўйиш, масалан, институтга кириш олдидаги мақсад;
- ўқув материалларини тушуниб эсда қолдириш;
- эсда қолдиришнинг рационал усуллари билан фойдаланиш, эсга тушириш йўли билан эсда қолдириш.

Беихтиёр эсда қолдиришда қизиқиш катта роль ўйнайди. Бизнинг олдинги тажрибамиз билан боғлиқ нарса ва ҳодисалар беихтиёр осон эсда

қолади. Биз баъзи бир фактларни билсак, улар ҳақида тушунчага эга бўлса, шу фактларга тегишли бўлган ҳамма нарсалар осон эсда қолади.



- эсда сақлаб қолиш
билан боғлиқ
ҳаракатларнинг
қилиниши

Ихтиёрсиз эсда қолдириш инсон ҳаётида катта аҳамиятга эга бўлиб, ундан ортикча ҳаракат талаб қилмаган ҳолда ҳаётий тажрибаларни кенгайтиради ва бойитади. Бироқ ихтиёрсиз эсда қолдириш тез бўлса ҳам кўпинча ноаниқ бўлади, бундай эсда олиб қолинган нарса ва ҳодисалар кейинчалик янглиш эсга туширилади.

Ихтиёрий эсда қолдириш кўзда тутилган мақсадга мувофиқ танланган материални эсда қолдиришдир. Киши ихтиёрий эсда қолдириш учун эсда сақлашнинг махсус усуллари сақлаган ҳолда материални пухта эсда қолдириш учун ўзининг керакли кучини сарф қилади. Аммо механик эсда сақланишни маъноли эсда сақлаш билан қўлланилиши фойдалидир.

Психология фанида эсда олиб қолишнинг қуйидаги турлари мавжуд:

- Маълумот, хабар, таассурот, ахборот ва материалларни эшитиш орқали идрок қилиш ҳамда эсда олиб қолиш.
- Эгаллаш ёки ўзлаштириш зарур бўлган материалларни кўриб идрок қилиш ёрдамида эсда олиб қолиш.
- Материалларни ҳаракат ёрдамида ва эшитиш орқали идрок қилиш ҳамда эсда олиб қолиш.
- Аралаш ҳолатда эсда олиб қолиш, эшитиш, кўриш, ҳаракат кабилар орқали идрок қилиш ва эсда олиб қолиш ёки бир нечта таъсир этувчилар ёрдамида акс эттириш.

Мана шу йўллар орқали эшитиш, кўриш, эшитиш ҳаракат, комбинаторлаштирилган (аралаш) турлари ёрдамида хотиранинг қайси тури устунроқ ёки қайси бири бўш эканлигини аниқлаш мумкин.

Эсда олиб қолишда ассоциацияларнинг аҳамияти муҳимдир. Бунинг учун эсда олиб қолиш жараёнининг боғланишлари пайдо бўлиш суръатини аниқлаш мақсадида улар хусусиятларига биноан қуйидаги:

- Сабаб оқибат боғланиш.
- Бўлак ва яхлит муносабати.
- Қарама-қаршилиқ муносабати.
- Инкор этиш ҳолати.

- Адекват ёки аниқлик турларга ажратилади.

Эсда олиб қолиш инсон фаолиятининг хусусиятига бевосита боғлиқдир. А.А.Смирнов, П.И.Зинченко тажрибалари шуни кўрсатадики, эсда олиб қолиш у ёки бу фаолиятдагина самарали бўлиши мумкин. А.А.Смирновнинг тажрибаларида текширишларга қараганда икки хил фаолият таклиф қилинса, биринчи ҳолда улар маъноли матнни эсда олиб қолишни назарда тутди. Синалувчилар матнни ёдлар эканлар, материаллар устида ҳеч қандай фаол иш олиб бормаганлар. Иккинчи ҳолда эса эсда олиб қолиш вазифаси қўйилмайди-ю, лекин матн устида муайян иш олиб бориш унда учрайдиган маъновий хатоларни аниқлаш таклиф этилади. Иккинчи ҳолда эсда олиб қолиш анча самарали бўлганлиги аниқланган. Эсдан чиқариш хотира этапининг ҳар томонлама пайдо бўлиши мумкин. Маълумот олар эканмиз, биз филтрлаймиз, ўзгартирамиз ёки кўпини ёдан чиқарамиз

Махсус воситалар ва оқилона усулларни қўллаш орқали эсда олиб қолиш соҳасидаги ёндашишдан иборат ташкилий фаолият алоҳида аҳамиятга эга. А.А.Смирнов ўтказган тажриба шуни кўрсатадики, матнни махсус тузиб чиқилган режага асосланган ҳолда ёдлаш режаси, пала-партиш эсда олиб қолишдан икки баробар самаралироқ экан, психолог олимларнинг тавсиясига биноан ёдлаш жараёнида материални такрорлаш билан уни фаол эсга туширишни ўзаро алмаштириб туриш юқори натижалар беради. Кузатишлар ва тажрибалар шуни кўрсатадики, ўқувчилар ва талабалар бу усулларни мустақил равишда эгаллай олмайдилар, одатда, уларни муаллимнинг раҳбарлигида эгаллашади. Акс ҳолда ўқув фаолияти иштирокчилари материални бевосита ихтиёрсиз эсда олиб қолиш босқичида қотиб қолиши мумкин, бу ҳол ақлий ўсишга карама-қаршидир.

Шу нарсани алоҳида таъкидлаб ўтиш керакки, ўқув материалларининг маъносига тушуниб эсда олиб қолиш йўли оқилона йўл бўлиб қолмасдан, балки у механик эсда олиб қолиш жараёнидан ўзининг самарадорлиги билан кескин даражада ажралиб туради.

Эсда олиб қолиш жараёни деганда сезги, идрок, тафаккур, ички кечинмаларни хотирада сақланиш хусусияти тушунилади. Кундалик ҳаётимизда китоб, журнал, газета ўқиётганимизда материални эсда олиб қолиш учун шу материалнинг маъносига тушуниб олишга ҳаракат қиламиз. Жамики нарса инсонга етарли даражада тушунарли бўлмаса, у тақдирда уларни эсда олиб қолиш жараёни жуда қийин кечади. Ўрганилаётган материалнинг мазмуни ва маъносини тушуниб олиш учун одам уни таҳлил қилишга, умумлаштиришга ҳаракат қилади. А.А.Смирнов таъкидлаганидек, материални ўзлаштириб олиш худди шу жараёнга яққол мисолдир. Муаллифларнинг шахсий фикрига кўра ўзлаштираётган материалларни эсда олиб қолиш қийинлиги сабабли уларни тушуна

олмасликдир. Тушуниб олишнинг эсда олиб қолишдаги аҳамияти худди шу билан тавсифланади.

Жаҳон психология фани тўплаган маълумотларга қараганда ўзлаштирилаётган материални механик тарзда эгаллашга нисбатан унинг маъносини тушуниб ўзлаштириш бир неча марта маҳсулдордир.

Эсда олиб қолиш жараёнида ўзлаштирилаётган материалнинг маънога эга бўлиши ёки бўлмаслиги муҳимдир. Ассоциатив психология мактабининг вакили, таниқли психолог Г.Эббингауз жаҳон психологиясида биринчи бўлиб 1885 йилда олий рухий жараён бўлган хотирани, 1888 йилда интеллектни илмий тажриба методи негизида текширди ва кенг кўламда турмушга татбиқ этди. У хотира жараёнини тажриба орқали текширишнинг асосий йўналишини ишлаб чиқди. Хотирани «соф» кўринишда ўрганишга ҳаракат қилиб маъно касб этмайдиган бўғинлардан фойдаланди. Унинг бу тадқиқоти кишининг мантиқий хотираси эмас, балки механик хотирасига нисбатан қўлланишига хос тўғри йўналишдир.

Г.Эббингаузнинг бу тадқиқоти психологияда интроспектив (ўз-ўзини кузатиш ёки ички кузатиш) методига қарама-қарши қўйилган илмий тажрибавий метод ютуғи сифатида илмий-амалий аҳамиятга эгадир. У хотира жараёнини текширишда ўз олдида 38 та маъно англамайдиган бўғинлардан тузилган материални эсда олиб қолишни мақсад қилиб қўйган. Бу материални ўзлаштириш ўртача 55 марта такрорлашни талаб қилади. Эсда олиб қолиш учун 38-40 сўздан, 11 та сўз ўзаро боғлиқ бўлмаган сўзлардан фойдаланган. Бу материални ўзлаштириш 6-7 маротаба такрорлашни талаб этган, умумий ҳисоб эса $9 \div 1$ нисбатга тўғри келади.

Рус психологлари тадқиқотларининг натижалари маънога эга бўлган материални ўзлаштиришда эсда олиб қолиш учун турли хил йўналиш, кўрсатма бериш муҳим аҳамият касб этади, - деган фикрни тасдиқлайди. А.Н.Леонтьев, С.Л.Рубинштейн, П.А.Рибников ва бошқалар болаларнинг хотира фаолиятини ўрганганлар. Шунингдек, улар ўқиш фаолиятига асосланган ҳолда мактаб ўқувчиларида текшириш ишларини олиб борганлар.

И.П.Зинченко, М.Н.Шардаков, А.И.Липкиналар тадқиқот ишларининг аксарияти шунга бағишланган бўлиб, турли материални эсда олиб қолишда тушинишнинг аҳамияти муҳимлигини тасдиқлашга интилган. Бу материални эсда олиб қолишга тўғри йўналиш берилишининг натижасида материал мазмунини тушуниб олган ҳамда эсда олиб қолиш тезлиги, аниқлиги, мустаҳкамлиги ва тўлиқлиги таъминланади.

А.А.Смирновнинг таъкидлашича, шу давргача ҳеч ким ҳеч бир илмий адабиётларда болаларга ва қуйи синф ўқувчиларига аҳамиятли бўлган материални механик тарзда эсда олиб қолишлари кўрсатилмаган.

Немис психологи Вильям Штерн (1871-1938) фикрича, болаларда ҳам катта ёшдаги одамларда ҳам маъносига тушуниб ўзлаштиришга

нисбатан механик эгаллаш кам миқдордир. Бу мулоҳаза ҳақиқатдан ҳам тўғри, Меймон фикрига кўра, инсон улғайиши билан маъносиз материални эсда олиб қолиш камайиб боради ва кам самара беради, лекин маънога эга бўлган билимларни эсда олиб қолиши эса сезиларли даражада ривожланиб боради. Шунга ўхшаш омиллар бошқа психологлар томонидан ҳам тўпланган бўлиб, бу ҳақда бой материаллар умумий психология хрестоматияларида ўз аксини топган.

А.А.Смирнов маъно англамайдиган бўғинларда ва маъно касб этувчи сўзлардан тузилган материал асосида текшириш ўтказган. Катта ва кичик ёшдаги ихтиёрий ва ихтиёрсиз эсда олиб қолишни алоҳида текшириш ҳар иккала ёш даврида мазмунли ва мазмунсиз материалларни эсда олиб қолишнинг муносабатини текшириш мақсад қилиб қўйилган.

Маъно касб этган материални эсда олиб қолиш ёш болаларга нисбатан катталарда устунлиги лекин, маъносиз материални эсда олиб қолиш кичик ёшдаги болаларга қараганда кам самара бермаслиги аниқланган. Маъносиз бўғинлар нафақат кичик ёшдаги болаларда, балки катта ёшдагиларда ҳам яхши ўзлаштирилади.

А.Н.Леонтьев тадқиқот ишларида катта ёшдагиларнинг маъносиз бўғинлардан тузилган материални яхши, пухта эсда сақлаб қолиши таъкидланган. Катта ёшдагилар маъносиз бўғинларни қандайдир мазмун билан тез ва осон боғлай оладилар. Шунинг учун уларда болаларга нисбатан кучлироқ маъно касб этади. Шунингдек, маъно англамайдиган материални ўзлаштириш жараёни тез кўчади, маҳсулдорроқ бўлади. Маъносиз материалларни эгаллаш учун ирода кучи, иродавий сифатлар муҳим аҳамиятга эгадир.

Эсда олиб қолишга ҳеч қандай йўналиш берилмай, материални яхши олиб қолгани кишининг жадал фаолияти билан боғлиқ. Ихтиёрсиз эсда олиб қолиш фаол иродавий куч сарфлаш ҳисобига амалга ошади. А.А.Смирнов маъноли материални эсда олиб қолишнинг болалар учун енгил кўчиши уларнинг ёш хусусиятларига боғлиқ нарса эмаслигини таъкидлаб ўтади. Чунки болалар ҳали тушуниб олмаган материални гўё маъноси яшириниб ётгандек қабул қиладилар. Матн маъносининг номаълумлиги унга нисбатан қизиқиш, билишга интилиш мазмунини излашга талабчанликни уйғотади. Одатда маъносиз сўзларни лаборатория шароитига қараганда кундалик турмушда пухтароқ эслаб қолинади.

Қатор психолог олимларнинг мулоҳазаларига биноан: 1) материални эсда олиб қолиш даражаси ёш даврлари хусусиятига эга эмас, балки унинг яккаҳол шахсий хусусиятларига боғлиқдир; 2) механик эсда олиб қолишнинг одат тусига кириб қолиши ҳам ёш даврларининг хусусияти эмасдир; 3) сўзларни эсда олиб қолиш, механик эсда олиб қолишнинг бирон-бир хусусиятидир.

Эсга тушириш ва унинг турлари

Ўтмишда идрок қилинган нарсалар, ҳис-туйғу, фикр ва иш-ҳаракатларнинг онгимизда қайтадан тикланиши эсга тушириш дейилади.

Эсга туширишнинг нерв-физиологик асослари бош мия пўстида илгари ҳосил бўлган нерв боғланишларнинг кўзгалишидир. Эсга туширишнинг таниш, эслаш, бевосита эслаш, орадан маълум вақт ўтказиб эслаш, ихтиёрсиз ва ихтиёрий турлари мавжуд.

Таниш илгари идрок қилинган нарса ва ҳодисаларни такрор идрок қилиш натижасида у ёки бу ҳодисани эсга туширишдир. Таниш аниқ ва ноаниқ бўлиши мумкин. Ноаниқ танишда биз бу нарсани нотаниш эмаслигини ҳис қиламиз, холос. Масалан, бир одам кўзимизга иссиқ кўринади, лекин уни қаерда кўрганимизни эслай олмаймиз. Тўлиқ, аниқ танишда эса идрок қилинаётган нарсанинг номи катта роль ўйнайди. Масалан, биз бир кишини кўриб, уни таний олмасак, унинг фамилиясини ёки исмини эшитсак, дарров ким эканлигини биламиз.

Эслаш нарса ва ҳодисаларни, уни айна пайтда идрок қилмай эсга туширишдир. *Масалан*, бўлиб ўтган воқеа ва ҳодисаларни, билиб олган ишларимизни бемалол эсга туширишимиз мумкин. Эслаш ҳам аниқ ва ноаниқ бўлади. Масалан, биз шеърни ёддан айтиб берсак ҳам уни қаерда ва қачон ўқиганимизни эслай олмаймиз. Эсга тушириш аввал танишдан бошланади. Масалан, имтиҳонга кирганда билетни кўриб, унинг саволини ўқиб таниймиз. Демак, бунда предметнинг номи муҳим роль ўйнар экан. Бевосита эсга тушириш материални идрок қилиш кетиданоқ эсга туширишдан иборат. Масалан, шеърни ёд олганимизда бир неча сатрни ўқиган китобга қарамасдан такрорлаймиз, яъни бевосита эсга тушираемиз. Бир қарра кўздан кечирилган материални бевосита эсга туширилган миқдорига қараб, хотиранинг кўлами аниқланади.

Материалнинг кўп қисмини бевосита эсга тушира оладиган кишининг хотира кўлами кенг ҳисобланади. Масалан, артистларда сўз ва ибораларни эсда тутиб қолиш хотирасининг кўлами кенг бўлади. Ҳисоб-китоб ишларини юритадиган ходимларда сонларни эсга тушириш хотирасининг кўлами кенг бўлади.

Вақт ўтказиб эсга тушириш эсда олиб қолинган нарсани орадан бир қанча вақт ўтказиб эсга туширишдирки, бунда шу орада онгимизда бошқа жараёнлар ўтгандек бўлади. *Масалан*, ёшлигимиздаги воқеа ва ҳодисаларни шу тариқа эслаймиз.

Идрок қилинган нарсалар миямизда ўрнашиб қолиши, эсимизда туриши туфайли турли усулда эсимизга тушиши мумкин.

Эсда сақлаш деганда илгари туғилган таассурот, фикр, ҳис-туйғу ва иш-ҳаракатларнинг такрорланишига мойиллик пайдо қилиши ва мустаҳкамланиши тушунилади. Бунга сабаб асаб тизимининг эгилувчанлигидир. Шунинг учун асаб тизими илгари бўлиб ўтган таассуротларни такрорлашга тайёр туради. Фақат эсга тушириш учун қулай шароит бўлсагина эсга тушади. Бундай шароит бўлмаганда зарур материални ихтиёрий эслаш жараёни қийинлашади.

Шундай қилиб, эсга туширишда ана шу тариқа қийналиб қолиб, зарур бўлган нарсани шу онда эсга тушира олмаймиз.

Унутилган нарсаларни яна хотирада қайтадан тикланиши **реминисценция** ҳодисаси (хира эсга келтириш) дейилади. Бу ҳодисанинг сабаби шуки, узоқ вақт бир иш билан машғул бўлганда мия чарчаши юз беради. Чарчаш ҳаддан ташқари ошиши натижасида нерв хужайраларида тормозланиш юз беради. Материал эсда қолдирилгандан кейин 12 соат ичида эсга туширилса, материалнинг кўп қисми унутилади. Материал ўқиб ўрганиб олингандан кейиноқ уни яхши хотирлай олмай, аммо орадан бир неча вақт ўтгандан кейин уни тўла хотирлай олишликнинг сабаби материални ўқиб, ўрганиб олишда рўй берадиган чарчашдир.

Материални эслаш учун бўлган кучли хоҳиш натижасида тормозланиш юзага келади, бу эса материални қайта эсга туширишдаги қийинчиликни кучайтириб юбориши мумкин. Вақт ўтиши билан ишга чалғиб кетган инсонларда тормозланиш тарқаб кетади. Шунда эсга тушириш лозим бўлган нарса хотирага киради. Материални мустаҳкамлашга бўлган қизиқишнинг бўлиши материални узоқроқ эсда сақлашга олиб келади. Унутиш вақтга боғлиқ бўлади. Бу Г.Эббингауз томонидан аниқланган бўлиб, унутиш материални ёд олингандан кейин дарҳол, айниқса, тез рўй беради, ундан кейин эса унутиш анча секинлашади.

Г.Эббингауз унутишнинг вақтга боғлиқлигини тажриба орқали аниқлаган. Тўпланган натижаларнинг кўрсатишича, материални ёд олгандан сўнг унутиш суръати тез кейинчалик эса у бирмунча секинлашади. Бу

қонуният маъносиз айрим бўғинларни унутиш устида олиб борилган ишларида тасдиқланган. Тажрибаларнинг кўрсатишига қараганда, ўрганилган нарсалар бир соатдан кейин унутилади. Материални ўзлаштириш жараёни мабойнида хотирлаш натижасида унутиш секинлашиб боради. Муваққат асаб боғланишлари сусайиши натижасида қачонлардир содир бўлган нарса ва ҳодисаларнинг ўзаро алоқалари хотирада аста-секин йўқолиб боради. Вақтнинг ўтиши билан бирмунча унутилиб кетилаётган вақтли боғланишларни, яъни ассоциацияларни қайтадан тиклаш жараёни куч-қувват, хатти-ҳаракатларни талаб қилади.

Г.Эббингаузнинг издошлари ва шогирдлари томонидан ўтказилган жуда кўп тадқиқотларнинг кўрсатишича, унутиш суръати материалнинг маъноли ёки маъносизлигига, унинг қанчалик англанилганлигига боғлиқдир. Материал қанчалик мазмундор англанилган тушуниб олинган бўлса, у ҳолда унутиш ҳам шунчалик секин кечади. Лекин маъноли материалга нисбатан ҳам унутиш аввал тез суръатда бўлиб, кейинчалик эса у секинлашади. Бирон-бир материални ўзлаштириш ёки эсда олиб қолиш инсоннинг эҳтиёжлари, қизиқиши, фаолиятнинг мақсади билан боғлиқ бўлса, бу материал секин унутилади.

Унутишнинг тезлиги эсда олиб қолинган материалнинг мустаҳкамлигига тесқари пропорционал хусусият касб этади. Демак, эсда олиб қолишнинг мустаҳкамлигига ўзлаштирилаётган материалнинг

маънога эга ёки эга эмаслигига боғлиқликдан ташқари яна бир нечта омиллар ўз таъсирини кўрсатади ва унинг фаолият мазмунига айланишига ҳам боғлиқ. Шунингдек, улар шахснинг шахсий, индивидуал хусусиятларига ҳам бевосита боғлиқдир.

5. Хотирадаги индивидуал фарқлар ва ёшга боғлиқ сифатлари

Хотира жараёнларидаги индивидуал фарқлар эса қолдиришнинг тезлигида, аниқлигида, мустаҳкамлигида ва қайта эсга туширишга тайёрлигида ифодаланади. Бу фарқлар маълум даражада нерв фаолияти типларининг хусусиятлари билан, кўзғалиш ва тормозланиш жараёнларининг кучи ва ҳаракатчанлиги билан боғлиқдир. Индивидуал фарқлар яна шундай ҳолларда намоён бўладики, баъзи одамлар образли материалларни, ранг, тасвир, нарса, товушларни самарали ва мустаҳкам эсда олиб қоладилар.

Бошқа бир одамлар сўзларни яхши эслаб қоладилар. Учинчи бир тоифа одамларда эса маълум бир материални эсда олиб қолишда яққол устунлик сезилмайди. Шунга мувофиқ психологияда хотиранинг қуйидаги типлари фарқланади: кўргазмали образли хотира, сўз мантиқий хотира ва оралиқ типдаги хотира. Масалан, кўргазмали образли хотира типи кўпроқ рассомларда, сўз мантиқий типи назариётчи олимларда учрайди. Бундан ташқари хотирлаш ва эсда қолдириш жараёнларида анализаторларнинг қатнашишига қараб, хотира қуйидаги типларга ажралади:

а) кўриш; б) эшитиш; в) ҳаракат; г) аралаш хотира.

Баъзи кишилар кўриш орқали, иккинчиси эшитиш орқали, учинчиси ҳаракат ёрдамида, тўртинчиси эса эсда қолдиришнинг бирга қўшилган усули орқали яхши эсда қолдирадилар. Хотиранинг аралаш типлари энг кўп тарқалган.

Хотиранинг индивидуал фарқлари киши фаолиятининг хусусиятига боғлиқдир. Эсда олиб қолиш ва унутиш тезлигига кўра хотиранинг қуйидаги типлари мавжуд:

- 1) тез эсда қолдириб, секин унутиш;
- 2) тез эсда қолдириб, тез унутиш;
- 3) секин эсда қолдириб, секин унутиш;
- 4) секин эсда қолдириб, тез унутиш.

6. Хотира тасаввурларининг пайдо бўлишида сўзнинг ўрни

Илгари идрок қилинган нарса ва ҳодисалар образларининг онгимизда қайтадан гавдаланишига хотира тасаввурлари дейилади.

Эсда олиб қолиш ва қайта эсга тушириш тасаввур образлари орқали амалга оширилади. Хотира ва хаёл тасаввурлари бир-биридан фарқ қилади. Хотира тасаввурлари илгари идрок қилинган, аммо ҳозир кўз ўнгимизда бўлмаган нарсаларнинг образларини онгимизда гавдаланишдан иборат. **Масалан**, ёшлик вақтимиздаги ҳодисаларни эслашимиз, онгимизда қайта

тиклашимиз хотира тасаввурлари бўлади. Хаёлий тасаввур хотира тасаввурига караганда мураккаб бўлиб, онгимиздаги билимлар тажрибаларимиз асосида илгари идрок қилинмаган, шу пайтгача учрамаган нарсаларнинг образларини яратишдан иборатдир. Хаёлий тасаввур ижод қилиш билан боғлиқ.

Масалан: эртаклар, романлар умуман бирор асарни ўқиётганимизда ундаги қахрамонларнинг кўз ўнгимизда гавдаланиши хаёлий тасаввурдир.

Тасаввурлар пайдо қилишда сўзнинг аҳамияти катта. Сўз билан номлаш тегишли образнинг яратилишига ёрдам беради. Масалан, «илдиз», «ўт» сўзларини тўрт кишига бериб, қандай тасаввур қилишларини сўрасак, уларнинг тасаввурлари бир-биридан фарқ қилишини кўрамыз, чунки, ҳар бир киши тажрибасига кўра, касбига кўра тушунади.

Масалан, математик илдизни соннинг илдизи деб, ботаник ўсимлик қисмини, унинг илдизини, тиш доктори эса тиш илдизини тушунади. Тасаввур қилишнинг физиологик асоси шартли рефлексларнинг ҳосил бўлиши, бош мия пўстида пайдо бўлган изларнинг жонланишидир.

Тасаввур бирорта туртки таъсирида жонланади, масалан, бирор одам ҳақида тасаввурларнинг туғилиши учун бирорта сўз ёки ҳодиса туртки бўлади. Асосан, махсус кўзғовчи сўздир, шунинг учун сўз билан тасвирлаш орқали тасаввурлар туғилади.

1. Хотира борасидаги психологик, нейро-физиологик ва биохимик назариялар

Инсон хотирасининг қонуниятларини ўрганиш психология фанининг марказий масалаларидан бири бўлиб ҳисобланади. Маълумки, инсоннинг ҳар қандай кечинма, хатти-ҳаракатлари узоқ муддат онгда сақланиб, маълум бир шароитда қайта намоён бўлувчи излар қолдиради. Шунинг учун, хотира деганда, инсон табиат, жамият, коинот тўғрисида маълумот, хабар ва таассурот тўплаш имкониятини берадиган ҳамда илгариги тажриба изларини эсда олиб қолиш, эсда сақлаш, қайта эсга тушириш, унутишни тушунилади.

Бунга боғлиқ равишда психология фани олдида хотира жараёнларини ўрганиш билан алоқадор бўлган қатор мураккаб муаммолар масалаларини тадқиқ қилиш масаласи турибди. Булар қуйидагилардан иборат: изларни эсда олиб қолишнинг физиологик механизмлари қандай, эсда олиб қолишга қандай объектив (ташқи), субъектив (ички), табиий, биологик ва ижтимоий, психологик шароитлар таъсир қилади, уларнинг чегаралари қандай каби масалаларга қаратилган.

Ҳозирги замон хотирани тадқиқ қилиш билан боғлиқ тадқиқотларда марказий ўрин хотира жараёнининг асосларига ажратилган. Хотира жараёнининг асослари 3 йўналишда ўрганилган: *психологик, нейро-физиологик, биохимик*.

Хотиранинг психологик назариялари инсон фаоллиги билан боғлиқ

бўлган хотира жараёнларини шакллантиришни тадқиқ этади. Улардан биринчиси *ассоциатив назариядир*. Маълум бир билимлар инсон онгида бирин кетин ўрин олиши туфайли уларда ассоциатив боғлиқликни юзага келтиради ва ушбу боғлиқликда бирор бир нарса эсга туширилади. Ушбу ассоциацияларни 3 турга бўлиш мумкин, яъни *объектларнинг фазовий боғлиқлиги, бир-бирига мослиги ва қарама-қаршилигидир*. Бундан 3 та ассоциация келиб чиқади: *бир-бирига боғлиқлик, ўхшашлик ва қарама-қаршилик*. Ассоциация назарияси бўйича хотира ассоциатив боғланишлар асосида мавжуд маълумотни сақлаш ва қайта тиклаш имкониятига эга.

Иккинчи психологик назария хотиранинг *геиштальт назариясидир*. Ушбу назариянинг асосий таълимоти нарсанинг негизи, яхлитлиги, йиғиндисидир. Ушбу назарияга асосан хотира яхлит ҳодиса сифатида таҳлил этилади.

Бихевиоризм – инсон хотирасида, эсда олиб қолишда такрорлашнинг аҳамиятига диққатни қаратади.

Фрейдизм хотирани эмоциялар, мотивлар ва эҳтиёжлар билан боғлайди.

Хотиранинг мантиқий назарияси А.Бине ва Бюллерлар томонидан илгари сурилиб, улар хотирадаги материални хотиранинг мантиқий эсда олиб қоллиниши билан боғлайди.

А.Н.Леонтьев, Н.И.Зинченко, А.А.Смирновлар томонидан фаолият назарияси илгари сурилиб, турли тасаввурлар орасидаги боғлиқлик эсда олиб қолинган материалнинг қандайлигига эмас, балки одамнинг у билан нима қилишига боғлиқдир.

Биохимик назария ташқи таъсир остида нерв хужайраларида юз берадиган ўзгаришларни қайд қилиш ва хотира жараёнида ДНК ва РНК аҳамиятини аниқлашга қаратилгандир. ДНК хотирани генетик туғма ташувчи сифатида, РНК эса индивидуал хотиранинг онтогенетик асоси сифатида қабул қилинади. Кибернетик назария бўйича хотира маълумотни қабул қилиб олиш, қайта эсга тушириш ва унутишдир.

Адабиётларда келтирилишича, навбатдаги назария хотира жараёнлари асослари ҳақидаги физиологик назариядир. Вақт оралиғида эсда олиб қолиш, сақлаш ва эсга тушириш хотиранинг асослари физиологик назариясини ташкил қилади. Ҳар қандай ташқи таъсир нерв тизимида изсиз ўтмайди ва қандайдир «из» қолдиради. «Из»нинг физик таъсири қайта импульс ҳаракатини енгиллаштиради. Вақтинчалик нерв муносабатларининг юзага келиши, уларнинг изини ва кейинчалик фаоллаштирилишини хотира жараёнлари асослари назарияси сифатида кўриб чиқилади.

80-йилларда немис психологи Герман Эббингауз ўз «соф» хотира қонунларини ўрганиш имконини берувчи, бошқача сўз билан айтганда, тафаккурга боғлиқ бўлмаган ҳолда изларнинг эсда қолиш жараёни тадқиқ этишнинг янги услубини таклиф қилган, яъни маъносиз бўғинларни ёд олишдан иборат бўлган бу услуб Эббингаузга материални эсда олиб

қолишнинг эгри чизиғига оид қонунни кашф қилишга, унинг асосий қоидаларини баён этишга ва ана шуларнинг асосида изларни хотирада сақланиш муддатини ҳамда аста-секин сўниш ҳолатини текширишга имконият яратган. *XIX аср охири XX аср бошларида Америкалик психолог Эдуард Торндайкнинг текширишлари пайдо бўлди. У биринчи бўлиб текшириш предмети сифатида ҳайвонларда кўникмаларни пайдо бўлиш жараёнини танлаган эди.*

XX асрнинг биринчи 10 йилида хотирани текшириш янги илмий талқинга эга бўлди, унинг моддий асоси тўғрисидаги муаммоларга моҳияти жиҳатидан мутлақо бошқача ёндашиш рўёбга чиқди.

Худди шу давр хотира психологиясида кескин бурилиш нуқтасини вужудга келтиради. Академик И.П.Павлов шартли рефлексларни ўрганишнинг илмий методини таклиф этади, бу нарса ўз навбатида бош мия ярим шарларида янги боғланишлар пайдо бўлишига ва мустаҳкамланишнинг асосий физиологик механизмларини текшириш имкониятларини туғдирди. Ана шундай қилиб, ушбу боғланишлар пайдо бўлишига ва сақлаб қолишга ёрдам берадиган шарт-шароитлар, шунингдек, боғланишларнинг сақлани-шига таъсир қилувчи ҳолатлар, омиллар ва механизмлар тасвирлаб берилди. И.П.Павлов олий асаб фаолияти таълимоти ва унинг асосий қонунлари хотиранинг физиологик механизмларига оид билимларнинг асосий манбасига айланиб қолади.

Болаларда хотиранинг юксак (юқори) шаклларини биринчи марта тадрижий равишда тадқиқ қилиш таниқли психолог Л.С.Выготскийга насиб этган. У 20-йилларнинг охирларида махсус текширишларнинг предмети қилиб, хотиранинг юксак шаклларининг ривожланиши муаммосини танлаган ва у ўз шогирдлари А.Н.Леонтьев (1905-1979) ва А.В.Занков билан биргаликда хотиранинг юксак шакллари руҳий фаолиятнинг мураккаб шакли эканлигини, келиб чиқиш жиҳатидан ижтимоийлигини кўрсатади. Шунинг билан бирга у мураккаб, моҳиятига кўра эса олиб қолишнинг асосий босқичлари ривожланишини исботлаб берди.

Психологлардан А.А.Смирнов, П.И.Зинченколар ҳам хотира бўйича илмий текшириш ишларини олиб бордилар, унинг янги қонунлари ва механизмларини очдилар. Эса олиб қолишнинг фаолият мақсадига боғлиқлигини ёритдилар, мураккаб материални эса олиб қолишнинг оқилона усулларини кўрсатиб беришга мувофиқ бўладилар.

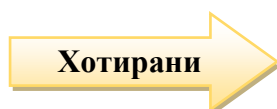
Юқоридаги фикрлардан кўринадики, психолог олимлар томонидан хотира борасида қатор илмий изланишлар олиб борилган ва борилмоқда.

8. Хотирани мустаҳкамлаш қонуниятлари

Шахс яхши ва кучли билимларга эга бўлиш учун ҳар бир предмет ёки фаннинг мавзуларини ўзига хос тарзда ёқтира олиш ва хотирада сақлаш услубларини ишлаб чиқиши керак. Лекин албатта, математика фанидан кейин физикани, тарихдан кейин адабиёт фанини, шеър ёдлашни уйқу

олдидан амалга оширмаслик каби қонуниятларни билишимиз керак .

Шахс ўз хотирасини яхшилашнинг илмий психологияда саккизта қонунини билишни таклиф этади.



1. Анланганлик қонуни;
2. Қизиқиш қонуни;

1. **Анланганлик қонуни.** Оддий, лекин мураккаб қонун, яъни берилган материални қанчалик чуқур анласак, шунчалик уни мустаҳкам хотирада муҳрлаган бўламиз.
2. **Қизиқиш қонуни.** Анатолий Франс: « «Билимларни яхши ҳазм қилиш учун уни иштаҳа билан ютиш керак» « деганда, албатта, материалга жонли қизиқиш билан муносабатда бўлишимиз, ва уни яхши кўришимиз кераклигини назарда тутган.
3. **Илгариги билимлар қонуни.** Маълум мавзу юзасидан билимлар қанчалик кўп бўлса, янғисини эсда сақлаб қолиш шунчалик осон бўлади. Масалан, илгари ўқиган бирор китобни қайтадан ўқиб, уни янғидан ўқиётгандай ҳис қилсангиз, демак, сиз илгариги тажрибангиз етишмаганлигидан уни яхши ўзлаштира олмаганлигингизни ҳис қилишингиз мумкин. Демак, эски билимлар ҳам тажрибага айлангандагина, янғиларига замин бўла олади.
4. **Эслаб қолишга тайёрлик қонуни.** Бирор материални эслаб қолишдан аввал, бўлгуси ақлий ишга қандай ҳозирлик кўрган бўлсангиз, шунга мос тарзда эслаб қоласиз. Масалан, физика ўқитувчисининг барча дарслари сизга доимо маъкул бўлган бўлса, Сиз: « «Бугун ҳам янги нарса ўрганиб чиқаман» «, деб ўзингизни ишонтирасиз ва оқибатда натижа ҳам яхши бўлади. Ёки вақтга нисбатан тайёрлик ҳам шундай. « «Бир амаллаб имтихон топширсам, кейин қутуламан» «, деб дарсга тайёрланган бўлсангиз, имтихон тугагач, гуёки миянғизни биров « «ювиб қўйгандай» « тасаввур ҳосил бўлади. Агар материални мутахассис бўлишим учун жуда керак, деб умрингиз охиригача муҳимлигини анласангиз, у нарса хотирада муқим сақланади.
5. **Ассоциациялар қонуни.** Бу қонун ҳақида эраמידан аввал Арасту ҳам

ёзган эди. Қонуннинг моҳияти шундаки, бир вақтда шаклланган тасаввурлар хотирада ҳам ёнма-ён бўлади. Масалан, айна конкрет хона ўша ерда рўй берган ҳодисаларни ҳам эслатади.

6. **Бирин - кетинлик қонуни.** Ҳарфларни алфавитдаги тартибида ёддан айтиш осон, уни тескарисига айтиш қийин бўлганидек, хотирада ҳам маълумотларни маълум тартибда жойлаштиришга ва керак бўлганда, тартиб билан бирин-кетин тиклаш мақсадга мувофиқдир.
7. **Кучли таассуротлар қонуни.** Эслаб қолинадиган нарса тўғрисидаги биринчи таассурот қанчалик кучли бўлса, унга алоқадор образ ҳам шунчалик ёрқин бўлади. Бундан ташқари, сиз учун аҳамиятли ва жозибали маълумотлар оқида эсланаётган материал ҳам яхши эсга туширилади.
8. **Тормозланиш қонуни.** Ҳар қандай муайян маълумот ўзидан олдинги маълумотни тормозлайди. Шунинг учун унинг ўчиб кетмаслиги учун янгини эсда сақлашдан аввал мустаҳкамлаш чораларини кўришингиз керак.

9 мавзу.Ҳаёл

Режа:

1. Ҳаёлнинг – психологик талқини.
2. Ҳаёл турлари – туш кўриш, гюллицинация, ҳаёл суриш, орзу, актив тасаввур, пассив тасаввур, продуктив тасаввур,репродуктив тасаввур.
3. Ҳаёл қилиш орқали образларни ҳосил қилиш.
4. Ҳаёл билан тафаккурнинг чамбарчас боғлиқлиги.
5. Ҳаёлнинг асосий типологик характеристикаси.
6. Ҳосил бўлиш ва яралиш тасаввур ҳақида тушунча бериш.
7. Ҳаёлнинг ҳосил бўлиш механизмлари.
8. Тасаввурнинг индивидуал хусусиятлари ва уларнинг ривожланишлари.

Ҳаёлнинг асосий турлари ва уларнинг қисқа таърифлари

Ҳаёл жараёнлари хотира жараёнлари сингари, эркинлик даражаси ёки мақсадга мувофиқ фарқланиши мумкин. Кутилмаган ва ажойиб тарзда унда усуллар мақсадсиз пайдо бўлади. Тасаввурнинг фаолияти ярим ухлаганда, алаҳсираётган ҳолатда, масалан, ухлаётганда номустақил ҳисобланади.

Ҳаёлнинг асосий турлари ва уларга таъриф

Ихтиёрий тасаввур инсон учун катта аҳамиятга эга. Тасаввурнинг бу тури, инсон олдида биров томондан келтирилган, ёки инсоннинг ўзи белгилаган аниқ образ яратиш вазифаси турганида пайдо бўлади. Бундай ҳолатларда, тасаввур жараёни инсоннинг ўзи томонидан назорат қилиниб яратилади. Ихтиёрий тасаввурнинг турлари ва формалари ичида яратувчи тасаввури, ишлаб чиқарувчи (ижодий) тасаввур ва орзуни ажратиш лозим. Яратувчи тасаввур, инсон, объектни иложи борича унинг тасаввурига мос қилиб яратишга ҳаракат қилгандай бўлади. Бу тасаввур турига инсон, географик жойлар, тарихий ҳодисалар ва адабий қаҳрамонлар ҳақида ўқиганда дуч келинади. Шунини айтиб ўтиш лозимки, яратувчи тасаввур нафақат кўриш тасаввурини шакллантиради, балки сезиш ва эшитиш ҳамда бошқа тасаввурларини ҳам оширади. А.С. Пушкиннинг "Полтава Жанги" ни ўқиганимизда уруш қуролларининг отилиши, аскарларнинг қичқариши, милтиқ ўқининг ҳиди, барабанлар жарангини аниқ тасаввур қила оламиз. Кўп ҳолатларда яратувчи тасаввур билан, сўзлар орқали тасвирланганда, тасаввурни яратиш учун тўқнаш келади. Бироқ, шундай ҳолатлар борки, инсон, сўзсиз бирор предметни тасаввурида образ яратишнинг муваффақияти, инсоннинг фазовий тасаввури қобилиятларида аниқланади. Яъни, инсоннинг образли ҳажмини жойда ярата олади. Яратувчи тасаввурнинг жараёни инсоннинг фикрлаш ва хотираси билан чамбарчас боғлиқдир.



Ихтиёрий тасаввурнинг кейинги тури - ишлаб чиқарувчи ижодий тасаввурдир. Унинг тарифи шундаки, инсон тасаввурни ўзгартиради ва янги сани пайдо қилади. Берилган намуна бўйича эмас, балки муваққил равишда, яратилаётган образнинг чизмаларини ҳамда керакли материалларни танлаган ҳолатда пайдо қилади. Ишлаб чиқарувчи тасаввур, яратувчи тасаввур каби хотира билан ҳамбарчас боғлиқ, чунки уни пайдо қилишда инсон ўзининг тажрибасини ишлатади. Тасаввурни бу икки турлари ўртасида аниқ чегаралар йук. Яратилувчи тасаввурда, томошабин, китобхон ёки эшитувчи ўзининг ижодий тасаввурини ишлатган ҳолда образини тўлдиришга ҳаракат қилади.

Ҳаёлнинг алоҳида бир шакли орзу бўлади. Ушбу шаклининг асл маъноси шундаки муваққил равишда ҳаёлан янги қиёфа яратишдир. Лекин орзу ижодий тасаввурдан бир неча фарқлар билан ажратилади. Биринчидан, орзуда одам доимо ўзи истаган қиёфани ярата олади, ижодда эса илғор ғояларни гавдалантириб кўрсатиш доимо яратувчининг хоҳишига бўйсунмайди. Орзуда одам ўзининг хоҳишини ва интилаётган нарсаларини жойлаштиришга эга бўлади. Иккинчидан, орзу ижодий фаолиятни ўз ичига олмаган жараён бўлади, яъни дарров ва бевосита объектив махсулотни ижодий асаридир.

Орзунинг асосий фазилати шуки, у фақат келажакка йўналган бўлади, яъни орзу - бу, келажакда истаган нарсамизга йўналтирилган тасаввур. Бунинг бир неча турларини фарқлаш лозим. Кўплаб одам ўз режаларини келажакка муносабати ва орзуларини рўёбга чиқариш йуллари орқали аниқлайди. Бу ҳолатда орзу актив, ихтиёрий ва онгли жараён деб аталади.

Аммо шундай одамлар борки, улар учун орзу фақат ҳаракатнинг ўрин босаридир. Буларда орзу шунчаки орзулигича қолади. Бунинг сабабларидан бири шундаки, улар доимо муваффақиятсизликка учраши. Оқибатда бир неча омадсизликдан кейин одам ўз режаларини амалиётда бажаришдан бош тортади ва орзуларга берилиб кетади.

Агар ихтиёрий ёки актив, тасаввур олдиндан белгиланган бўлса, яъни одамнинг иродали тарафлари билан боғлиқ бўлса, у ҳолда тасаввурнинг пассив томони олдиндан белгиланган ва белгиланмаган бўлиши мумкин. Олдиндан белгиланган пассив тасаввур ўз хоҳиши билан боғланмаган образлар яратади. Бу образлар орзу номини олган. Бунда одамнинг тасаввур ва эҳтиёжлари орасида ёрқин алоқа пайдо бўлади. Ушбу ҳолатда



одамнинг у учун муҳим пайтда нима орзу қилаётганини пайқаб олиши жудаям осон. Одамлар учун ёқимли ва жалб этадиган нарсалар ҳақида ўйлашдир. Лекин орзу ҳаракатнинг ўрнини босишни бошласа, бу психологик бузилиш ҳисобланади. Одамнинг психологик жараёнида орзунинг устунлиги унинг ҳақиқатдан узоқлашишига олиб келади, ва ўзи ўйлаб чиққан дунёга олиб кетади, бу ҳолатлар эса одамнинг психологик ва социал ривожланишларга тўсик бўлади.

Беғараз қилинган пассив тасаввур онгнинг заифлашган фаолиятида

кузатилади, унинг бузилиши, уйқусираган ва туш кураётган пайтларда. Пассив тасаввурнинг энг катта кўрсаткичи бу-галлюцинация ҳолатидир, бунда одам йўқ нарсаларни кўради, эшилади ва сезади. Галлюцинация психологик тарафдан заифлашган одамларда кузатилади.

Тасаввурнинг қайта ишлаб чиқиш механизмлари

Тасаввурнинг жараёнида пайдо бўлаётган образлар, йўқ жойдан пайдо бола олмайди. Улар ортирилган тажрибадан, нарса ва объектив ҳаёт ҳақидаги тасаввурлар асосида шаклланади. Инсон томондан пайдо қилинадиган, таассуротлар ва ҳақиқий ҳаёл ҳақидаги тасаввурлар ҳар хил шаклда ўтиши мумкин.



Образ пайдо қилувчи тасаввур икки хил даражада ўтади, биринчи босқичда таассуротлар ва тасаввурни асосий қисмларга бўлиш киради. Бошқа сўзлар билан айтганда биринчи босқичда инсон ҳаёлдан олган таассуротларини шакллантириб таҳлил қилади. Бу таҳлил давомида объектни абстрактлаш, яъни у бошқа объектлардан узоқлашиб ва унинг қисмлари ҳам абстрактлашади. Бу образлар билан кейинчалик бошқа иккита тур пайдо қилинади. Биринчидан, бу образлар янги алоқа ва бирлашувларга ўрнатилади. Иккинчидан бу образларга янги маъно берилиши мумкин. Ҳар қандай ҳолатда ҳам абстрактланган объектлар устида операция ўтказилади, уларга "синтез" деб таъриф берилади. Бу операциялар образ шакллантирувчи даража бўлиб тасаввур фаолиятини синтезловчи маъно ташкил қилади. Шунингдек тасаввур фаолиятини синтезлаш жуда кўп қирраликдир. Тасаввур жараёнидаги синтезлашни энг оддий шакли бу агглютинация, яъни бир объектдан иккинчи объектга унинг хусусиятлари ва қисмларини тасаввур орқали қўшиб янги образ пайдо қилишдир. Агглютинация нинг мисолларига шуларни қўшишимиз мумкин: кентавр шимолий американинг ҳиндуларининг чизмаларидаги қанотли одамлар. Қадимги Египет худолар образи (Думли одам хайвонлар ва х.о.) Агглютинация асосида ётган жараён турли хил. Одатда, уларни икта асосий гуруҳга бўлиш мумкин: қабул қилаётганда танқид ва таҳлилнинг етишмаслиги ва ихтиёрий жараён, яъни онг тамонидан назорат қилинадиган фикрлашнинг умумлашуви билан боғлиқдир. Кентавр образи, чавандоз отини катта тезликта чоптириб кетаётган вақтида кўзга ушбу

шаклининг аниқ равишда кўринмаганлиги сабабли, ноаниқ мавжудот кўринишида қабул қилинади деб тахмин қилинса, қанотли одам образини яшашга инсон ақлининг идрокан тушуниб, уни ҳавода осон ва тез ҳаракатланишинига ахамият берган.

Образни қайта ташкил қилишни кенг тарқалган услуби, бу объектни ва унинг қисмларини катталаштириш ёки кичрайтириш ҳисобланади. Ушбу йўл билан турли эртақ қахрамонлари яратилади.

Агглютинацияни яратилиш, янги контекстга аниқ бўлган образни киритиш услуби билан амалга оширилиши мумкин. Бундай ҳолатда, тасаввурлар ўртасида алоқа ўрнатилади ва алоқа ёрдамида образнинг барча яратилган қисмлари янги моҳиятга эга бўлади. Одатда, тасаввурда янги контекст яратилишида бирор фикр ёки мақсад туртки бўлади. Ушбу жараён ҳар томонлама назорат қилинади, албатта агар у туш бўлмаса, уйқу вақтида инсоннинг идроки назоратга бўйсинмайди. Аниқ образни янги контекстга киритилаётганда, инсон иккита, тасаввурлар ва контекст ўртасидаги муносибликка эришади. Шу сабабдан, бутун жараён бошиданок аниқ тушунилган алоқага бўйсинади.

Тасаввурни қайта ишлаб образ яратиш ва уларнинг жиддий аломатларини умумлаштириш бу схематизациядир.

Схематизация турли шароитда жой эгаллаши мумкин. Бу ҳолатда, тасаввур тасодифан схематизацияланиши мумкин, ва унда иккинчи даражали қисмлар ажратилади, улар тасодифан предметни қабул қилаётганда пайдо бўлади. Натижада қабул қилишда хатолик рўй беради, бу хатолик реал ҳаётдаги образни онгга нотўғри акс эттиради. Бундай ходисалар кўп ҳолатларда болаларда учрайди.

Иккинчидан, объектни етарли тўлиқ қабул қилиш вақтида рўй берадиган схематизацияга, унинг иккинчи даражали бўлак ва қисмларини ёддан чиқариш сабаб бўлади. Бундай вақтларда, тасаввур учун асосий бўлак ва қисмлар биринчи ўринга ўтади. Шу сабабли тасаввур ўзига хослигини йўқотиб, умумлашиб боради.

Ва, ниҳоят, учинчидан, схематизациянинг сабаби, объектнинг иккинчи даражали қисм ва бўлақлардан идрокан алаҳсиб кетиш бўлади. Инсон била туриб ўз эътиборини унинг фикри бўйича объектнинг асосий ҳисобловчи қисмларга қаратади ва натижада тасаввурни аниқ бир схемага олиб келади.

Урғу бериш, объектни керакли, асосий ва аниқ ишораларини кўрсатиб ўтишни ўзидан ташкил этади. Кўп ҳолатларда бу усул бадиий образларни яратишда қўлланилади. Ушбу қабул қилиш образини тасаввур образига қайта ишлашнинг асосий хусусияти ундаги, реал ҳаётни акс эттириб, уни типларга бўлиб, кенг умумлаштириб беради ва ушбу умумлашув доим аниқ бир образда акс этади. Шу билан бир қаторда тасаввурларни қайта таҳлил қилиш, типик образни яратишда механик йўналиш ёки ҳисоб китоби билан барпо қилинмайди. Ушбу образни яратиш жараёнида ўзидан муракаб ижодий жараён ташкил этади ва инсоннинг ўзига хос образ яратувчи аниқ фазилатларни акс этади.

Тасаввурнинг индивидуал хусусиятлари ва унинг ривожланиши.

Тасаввур турлари:

Тушлар - пассив тасаввур, уларнинг роли (аҳамияти) ҳали белгиланмаган, бироқ, бу ерда кўп ҳаётий эҳтиёжлар, бирор сабаларга кўра реал ҳаётда амалга ошмаган, ифода ва қондириш топади.

Галлюцинациялар - воқелик билан ҳеч қандай алоқаси бўлмаган фантастик кўринишлар. Бу ақл ва тананинг ички ишининг бузилиши натижаси бўлиб, касаллик ҳолатлари билан кузатилади.

Хаёл суриш - бу оддий руҳий ҳолат, фантастик шаклда бўлиб, кўпинча идеал келажак билан боғлиқ бўлади.

Орзу - ҳаммасидан ҳам реалистик ва воқелик билан боғлиқ бўлади (асосан амалга ошади)

Тасаввурнинг воқеликлиги шахснинг умумий йўналиши билан боғлиқ бўлади.

Тасаввурнинг турлари:

Актив тасаввур - бундан фойдаланиб инсон ўз иродасини янада мустақкамлайди ва ўз истаги билан ҳоҳишидаги образларни чақира олади.

Пассив тасаввур - образлар ўз-ўзидан пайдо бўлади, инсоннинг ҳоҳиши билан боғлиқ бўлмайди.

Продуктив (унумдор) тасаввур - воқелик механик нусхалаштирилмайди, балки воқелик инсон онги билан кўрилади.

Репродуктив тасаввур - реал ҳолатни юзага келтириш масаласи кўйилади. Бу тасаввурда фантастик элементлари бўлгани билан, бу ҳолат кўпроқ идроқ ва хотирага тегишли.

Тасаввур функциялари:

- воқеликни ижодий тасаввур қилиш
- ҳиссий ҳолатларни тартибга солиш
- билим жараёнларини тартибга солиш
- ички ҳаракатлар режасини шакллантириш

Тасаввур образини яратиш йўллари

- **Агглютинация** – образларни қисмлари, сифатларини ва хусусиятларини бирлаштириш.
- **Урғу бериш** – бирор бутунликни қисмларига алоҳида урғу бериш.
- **Типлаш** – бу мураккаблашган услубдир. Рассом аниқ эпизодни яратади, Шу билан бирга уни ўзига сингдиради ва унинг воқелигига айланади. Адабий образ ҳам шундай яралади, у образларда ҳар қил эпохаларнинг турли табақалари ва уларнинг табиатларига аҳамият берилади. Энг чамбарчас боғлиқлик тасаввур ва фикрлаш орасида бўлади:
- Тўхтовсиз қабул қилиш чегараларидан ортиқча фикрларни ажратади;
- Келажак ҳақида ҳайратланишни уйғотади;
- Аввал бўлиб ўтган нарсаларни жонлантиради.

Сўз идрокнинг вақтинчалик, янги алоқаларида асосий жой эгаллайди. Тасаввур сезиларлича тушуниш жараёнини чуқурлаштиради ва

кенгайтиради. У дунёни яхшилашда катта аҳамият эгаллайди.



Тасаввур бу ижодий жараённинг асосий қисми ҳисобланади

Кўп одамлар тасаввур ёрқинлиги даражаси билан фарқ қиладилар. Агар биз бунга тегишли шкала бор деб фараз қилсак, бир кутбда тасаввур ёрқинлиги жуда юқори бўлган одамлар бўлади ва бошқа кутбда - тасаввур ёрқинлиги жуда хира одамлар. Одатда, тасаввур ривожланишининг юқори даражаси ижодий меҳнат қиладиган одамларда кузатилади - ёзувчилар, рассомлар, мусиқачилар ва олимлар.

Одамлар ўртасидаги муҳим фарқлар хаёл доминант тури табиати билан боғлиқ бўлади. Эшитиш, кўриш моторика тасвирлаштириш тасаввури кучли бўлган инсонлар кўп учрайдилар. Бироқ, тасаввурнинг барча турлари ривожланган одамлар ҳам бор. Бу одамлар аралаш тур деб аталмиш турига боғлиқ бўлиши мумкин. Тасаввур бир турига мансуб жуда кўп инсоннинг индивидуал психологик хусусиятларини акс эттиради. Мисол учун, одамлар эшитув ёки моторика туридан бўлса, улар вазиятни жуда чуқурлаштиришади, ёки рақибни тасаввур қилишади. Таъкидлаш лозимки, инсон ривожланган тасаввур билан дунёга келмайди. Инсон тасаввури онтогенез давомида ривожланади ва биринчи ўринда аввал йиғилган тасаввурларнинг захирасини талаб қилади ва кейинчалик образлар яратиш учун ашё бўлади.

Эслатиб ўтиш жоизки, инсон ривожланган тасаввур билан туғилмайди. Тасаввурнинг ривожланиши биринчи навбатда инсон онтогенези жараёни ёрдамида амалга оширилади ва ўй хаёл намоёиши йиғиндиси талаб этилади ва шу билан бирга тасаввур образларини яратиш учун муҳим омил ҳисобланади. Тасаввур кишининг ҳар томонлама ривожланиши билан зич боғлиқ бўлиб, у ўқув ва тарбия жараёнида, тасаввур, хотира, ирода ва ҳиссиёт билан ривожланади.

Тасаввур ривожланиш динамикасини ифодаловчи, аниқ бир ёш чегарасини аниқлаш жуда қийиндир. Тасаввурнинг ўта эрта ривожланишига мисоллари мавжуд. Масалан Моцарт мусиқа тўқишни тўрт ёшида бошлаган. Репин ва Серов олти ёшидан оқ яхши чизар эдилар. Шу билан бирга кеч тасаввур ривожланиши, келажакдаги ривожланишнинг паст даражада бўлишига таъсир этмайди. Тарихга назар соладиган бўлсак, буюк инсонлар, масалан Эйнштейн, тасаввур ривожланиши билан ажралмаган, ва аксинча уларни гений деб атаганлар.

Инсон тасаввурнинг ривожланиш этапини аниқлаш жуда қийин бўлса ҳам, унинг шаклланишининг муайян қонуниятлари мавжуд. Шундай қилиб, тасаввурнинг биринчи белгилари идрок жараёнига боғлиқдир. Мисол учун, бир ярим ёшда болалар энг оддий ҳикоя ёки эртакни ҳам эшита олишмайди, улар бошқа бирор нарсага чалғишади ёки ухлаб

колишади, бироқ ўз бошидан кечирган хикояларни роҳат билан тинглашади. Бу ҳодиса аниқ тасаввур ва идрок бир бири билан боғлиқ эканлигини кўрсатади

Бола ўз бошидан кечирган воқеалар ҳақида диққат билан эшитади, чунки унинг тушунчасида бу воқеалар мавжуд. Идрок ва тасаввур ўртасидлаги боғлиқлик кейинги қадамда ҳам сақланиб қолади. Бола ўйнаётган вақтида аввал олинган таассуротларни бошқатдан ишлаб чиқаради, кўринишини ўзгартиради. Оддий стул самолёт бортига айланади, коробка - автомашинага. Айтиб ўтиш керакки, боланинг тасаввури илк образлари унинг хатти-ҳаракатига боғлиқ бўлади. Бола орзу қилмайди, ўша фаолият - ўйинлигига қарамай у образни бошқатдан ишлаб чиқаради ва ўз фаолиятида ўша образни мужассам этади, .

Бола тасаввури ривожланишининг асосий босқичи боланинг нутқи ривожланиш даври билан боғлиқ. Нутқ болага нафақат муайян образлар балки, янада ҳаёлий нарсаларни ва тушунчаларни тасаввур қилиш имкониятини беради. Бундан ташқари, нутқ болага оддий тасаввурий фаолиятдан нутқий фаолиятга ўтиш имконини беради.

Ўз навбатида нутқнинг ривожланиши билан бир қаторда боланинг амалий тажрибаси ва эътибори ўсиб боради. Бунинг натижасида бола эндиликда предмет қисмларини алоҳида предмет сифатида қабул қилади ва эслаб қолади. Бироқ, синтез реал ҳаётдаги ноаниқликлар билан содир бўлади. Етарлича ҳаётий тажрибага ва танқидий қарашга эга эмаслиги натижасида, бола образларни реал ҳаётдагидай тасаввур қила олмайди. Бу босқичнинг эътиборга мойиллик жиҳати шундаки, бу пайтда боланинг тасаввурида ўзи билмаган ҳолда ҳаёлий образларнинг пайдо бўлишидир. Кўп ҳолларда бу образлар вазиятга боғлиқ равишда яралади.

Тасаввурнинг кейинги ривожланиш босқичи унинг актив кўринишлари билан боғлиқ. Бу босқичда тасаввур жараёни ихтиёрий равишда амалга оширилади. Тасаввурнинг актив кўринишлари пайдо бўлиши катта ёшлиларнинг ташаббуси билан юзага келади. Масалан, катта одам боладан бирор иш қилишни сўраганда (дарахт чизишни, кубикчалардан уйча ясашни ва х.к.), у тасаввур жараёнини активлаштиради. Катта одамнинг илтимосини бажариш учун бола аввал тасаввурида маълум бир образ яратиши керак бўлади. Бунда тасаввур жараёни ихтиёрий ҳисобланади чунки, бола бу жараёни бошқаришга уринади.

Кейинчалик бола ихтиёрий тасаввурни катталарнинг иштирокисиз амалга ошира бошлайди. Тасаввурнинг ривожланиши боланинг ўйинларида акс эта бошлайди. Улар маълум бир мақсад ва маънога эга бўлади. Эндиликда атрофдаги предметлар нафақат шунчаки предмет балки боланинг тасаввурларини амалга ошириш учун объектга айланади. Бола 4-5 ёшдан бошлаб ўз фикрига кўра чизиш, қуриш ва нарсаларни жойини ўзгартириш амалларини бажаради.

Тасаввурнинг ривожига бошқа бир муҳим босқич мактаб ёшида

содир бўлади. Мактаб дарсликларини ўрганишга бўлган эҳтиёж боланинг тасаввур жараёнини активлаштиришини шарт қилиб қўяди. Мактабдаги билимларни ўзлаштириш учун бола ўзининг тасаввурини максимал даражада ишга солади бу эса унда тасаввурий образларнинг қайта ишлаш жараёнининг ўсишига олиб келади.

Мактаб йилларидаги тасаввурларни тез авж билан ривожланишининг яна бошқа бир сабаби, ўқиш давомида бола жадаллик билан янги, турли хил объектлар ҳақида ва ҳақиқий оламдаги ҳодисалар ҳақида тушунчалар хосил қила бошлайди. Бу тушунчалар тасаввур учун зарурдир ва мактаб ўқувчисини ижодий ғайрат билан рағбатлантириб туради.

Адабиётлар:

1. «Маклаков А. Г. Общая психология: ответы на экзаменационные билеты»: Питер; Санкт-петербург; 2012
2. Немов Р.С. Психология. Учебник в 3 т. “Питер”, 2003.
3. Rita L. Atkinson, Richard C. Atkinson, Edward E. Smith, Daryl J. Bem, Susan Nolen-Hoeksema. "Hilgard's Introduction to Psychology. History, Theory, Research, and Applications", 13th ed., 2000

10 мавзу. Тафаккур психологияси

Режа:

1. Тафаккурнинг билиш жараён сифатидаги моҳияти ва шахс шаклланишида тутган ўрни
2. Тафаккурнинг нерв-физиологик асоси (тафаккур жараёни бош мия ярим шарларининг қайси қисмида кечади?)
3. Тафаккур операциялари мавжудми?
4. Тафаккурнинг мантиқий шакллари
5. Тафаккур турлари
6. Тафаккур сифатларини инсон интеллектуал тараққиётидаги ўрни
7. Тафаккур борасидаги психологик назариялар талқини

1. Тафаккурнинг билиш жараён сифатидаги моҳияти ва шахс шаклланишида тутган ўрни

Психология фани пайдо бўлгандан буён соҳа доирасида кўплаб тадқиқотлар ўтказилган бўлса-да тафаккур энг кам ўрганилган категория саналади. Мавзунинг ўзлаштириш жараёнида бу муаммонинг моҳиятини тутуниш жуда ҳам мураккаблигини тушунасиз. Биз тафаккурнинг баъзи аспектиларини ва қисмларини тадқиқ қила олмиш ва ҳамма саволларга жавоб бера олмасак ҳам уларни аниқлаштиришга ҳаракат қиламиз.



муаммоси ўқиб

Тафаккур инсон ақлий фаолиятининг юксак шаклидир. Тафаккур орқали биз сезги аъзоларимиз билан бевосита акс эттириб бўлмайдиган нарса ва ҳодисаларни онгимизда акс эттираемиз. Умуман олганда ташқи муҳитдаги нарса ва ҳодисалар ўртасида кўз билан кўриб, кулоқ билан эшитиб бўлмайдиган ички муносабатлар ҳамда қонуниятлар мавжуд. Ана шу ички боғланиш ҳамда қонуниятларни биз тафаккур орқали билиб оламиз. Демак, **тафаккур** деб нарса ва ҳодисалар ўртасидаги энг муҳим боғланишлар ва муносабатларнинг онгимизда акс эттирилишига айтилади. (David G. Myers. "Psychology" 9 edition 2010. 425 p.)



Айнан тафаккур орқали биз моддий оламдаги нарса ва ҳодисаларнинг моҳиятини билиш имконига эга бўламиз. Шу боис дунёни билишда бевосита сезиш, идрок, тасаввур ва бавосита тафаккур муҳим роль ўйнайди.

Психология фани нимадан баҳс этади, деган анъанавий савол мавжуддир, бироқ ҳозирги даврда тафаккур психологияси предмети нима деган савол туғилмоқда. Маълумки, психология фани тафаккурни ўрганадиган ягона фан эмас, чунки унинг айрим жиҳатларини логика, философия, ҳатто кибернетика тадқиқ қилмоқда. Шунинг учун тафаккур психологияси предмети аниқлаш жуда муҳим масалалардан бирига айланиб қолмоқда.

Инсон идрок қилган, хотирасида сақлаб қолган нарсаларнинг барчаси унинг учун маълум маъно ва моҳиятга эга бўлади. Акс ҳолда у эслаб қолмайди ҳам, кейинги сафар аналогик объект билан тўқнаш келганда, унга диққатини қаратмайди ҳам, фигура фонга айланиб қолаверади. Яъни, биз кўрган, эшитган, ҳис қилган нарсаларимизнинг барчаси *маъноли*, керак бўлса, *маънили* бўлишини хоҳлаймиз.

Шуниси характерлики, ана шундай нарса ва ҳодисаларга биз томондан бериладиган маъно ҳар бир алоҳида шахс томонидан турлича идрок қилинади. (David G. Myers. "Psychology" 9 edition 2010. 425 p.)

Масалан, олим учун ҳар қандай китоб - ҳаётининг маъноси бўлса, деҳқон учун ер ва ундан олинадиган ҳосил - аҳамиятли ҳисобланади. ҳаттоки, битта нарсанинг ўзи турли одамлар учун турли хил маъно ва мазмун касб этади. Ўша китоб мисолини оладиган бўлсак, китоб индустрияси билан шуғулланувчи муҳандис учун - ишлаб чиқариш маҳсулоти, китоб дўкони сотувчиси учун - товар - маҳсулот, ўқувчи учун - илм манбаи, муаллиф олим учун - ижодининг меваси, энг қимматли нарсадир.

Ҳар бир алоҳида нарсага бўлган муносабатимиз унинг биз учун кадр-қимматига бевосита таъсир этади, у гоҳ ижобий, гоҳ салбий бўлиши мумкин. Шу нуқтаи назардан ҳам биз нарса ва ҳодисаларга танлаб муносабатда бўламиз. Тилшуносликни касб этиб танлаган талаба учун кибернетик моделлаштиришга бағишланган маъруза қанчалик зерикарлидай туюлса, иқтисодчилик касбини эгалламоқчи бўлганлар учун пул, фойда ва даромад олиш йўллари ҳақидаги маълумотлар шунчалик аҳамиятли, оддий сўзнинг морфологик таҳлили - шунчалик бефарқлик ҳолатини келтириб чиқаради. Демак, бизнинг дунёни, унинг сир-асрорларини тушунишимизнинг заминиди

нарс ва ҳодисаларнинг биз учун шахсий алоқаси, аҳамиятлилиги даражаси ётади. Ана шунда дунёни тушунишимиз, англашимиз ва унга онгли муносабатимизни билдириб, изхор қилишимизга алоқадор билиш жараёни психологияда *тафаккур, фикрлаш* деб аталади.



**Тафаккур - атроф- муҳитдаги
воқеликни нутқ ёрдами билан бавосита,
умумлашган ҳолда акс эттириши**

Таърифда тафаккурнинг энг муҳим хусусиятлари 3. функцияси санаб ўтилган, яъни сўз (фикр) билан, умумлаштириб, бавосита, ижтимоий сабабийлик, янгилик очиш, башорат қилиш. жараён, фаолият ва бошқалар.

Тафаккурнинг нерв-физиологик асоси

(Тафаккур жараёни бош мия ярим шарларининг қайси қисмида кечади?)

Тафаккур фаолияти муайян мақсадга қаратилган алоҳида онгли жараён тариқасида содир бўлади. Бош миянинг бирор участкасидаги фаолият эмас, балки бутун бош мия пўстининг фаолияти мана шу жараённинг физиологик асосидир. Тафаккур фаолияти учун аввало анализаторларнинг миядаги учлари ўртасида вужудга келадиган мураккаб боғланишлар муҳим аҳамиятга эгадир. Анализаторларнинг бош мия пўстидаги участкалари бир-биридан кескин ажралган ҳолда эмас, балки бир-бирига туташиб, бир-бири билан чамбарчас боғланиб кетганлиги сабабли мазкур боғланишларнинг вужудга келиши юқорида айтиб ўтилганидек, тафаккурнинг махсус нерв-физиологик механизмларидир. Бунда иккинчи сигналлар тизимининг боғланишлари биринчи сигнал тизимидаги боғланишларга таянади. И.П.Павлов иккинчи сигнал тизимининг иши ҳамиша биринчи сигнал тизими билан ўзаро ўтказиш жараёнида ҳозир бўлади, деб таъкидлаган. Иккинчи сигнал тизими асосида биринчи сигнал билан ўзаро таъсир қилиш жараёнида дастлаб умуминсоний эмпиризмни ва ниҳоят одамнинг ўз теварагидаги оламни ва унинг ўзини билиш учун олий қурол бўлган олий тафаккур воқъе бўлади. Тафаккурнинг муайян бир нарсага қаратилиши учун нерв-физиологик асос бўлган ориентировка рефлeksi тафаккур жараёнларида катта роль ўйнайди. Академик И.П.Павлов таъкидлаганидек, “аввало умуминсоний эмпиризмни ниҳоят, атроф оламни ва инсоннинг ўзини ҳам билиш учун олий қурол бўлган фанни ҳам яратувчи махсус инсоний олий тафаккур зарурдир”.

Тафаккур операциялари мавжудми?

Тафаккур жараёни инсоннинг билишга бўлган эҳтиёжлари, теварак-атрофдаги олам ва турмуш тўғрисидаги ўз билимларини кенгайтиришга ва чуқурлаштиришга интилиш сабабли вужудга келади. Фикр қилувчи кишининг тафаккури-объектни англаши, билиши тафаккур жараёнининг характерли хусусиятидир. Одам ўзи идрок қилаётган нарсалар тўғрисида фикр қилади. Шунинг учун тушунчалар нарсаларнинг бутун бир синфи, туркуми тўғрисида фикр қилади, яъни булар тафаккурнинг объекти бўлади. Бир нарсага таянмаган қуруқдан қуруқ тафаккур бўлиши мумкин эмас.

Анализ, синтез, таққослаш, абстракциялаш ва умумлаштириш, таснифлаш ва тизимга солиш ақлий операцияларнинг асосий турларидир.

Анализ – шундай бир тафаккур операцияси дорки унинг ёрдами билан

Анализ жараёнида бутуннинг унинг қисмларига ва элементларига бўлган муносабати аниқланади. Таҳлил объектлари амалда ажратиб бўлмайдиган элементларга ёки белгиларга бўлишда ифодаланиши мумкин. Алломаларимизнинг таъкидлашича, маймуннинг ёнғокни чақишининг ўзиёқ бошланғич, оддий анализдир. Ўқувчи ва талаба ёшлар турмушда ва ва дарс жараёнида анализ ёрдами билан кўпгина ишларни амалга оширадilar, топшириқлар, мисол ва масалаларни ечадилар.

Ғарб психологлари томонидан яқинда ўтказилган тадқиқотларда миянинг ҳажми одамнинг интеллектлилик даражасига боғлиқлиги, яъни “зиёли” ёки “интелегент” одамларда бош мия пўстидаги анализаторларнинг учлари жуда ҳам зич жойлашган бўлиб, уларда ўтказилган тафаккур даражасини аниқлаш каби тестларда маълумотларни тез англаб олиш ва унинг моҳиятини тушуниш бошқаларга нисбатан тезроқ ва самаралироқ бўлиши аниқланган. (*David .Myers. “Psychology” 9 edition 2010. 413-15p.*)

Америка психологлари мия фаолиятининг жавобгарлик уйғотишга ва фараз қилинган онглиликка боғлиқ бўлган турли даражаларини фарқлашади. Фикрлаш фаолияти, ақлий ҳаракатларнинг бузилиши ёки йўқолиши куйидаги ҳолатларда кузатилишини бир қанча тажриба ва кузатишлар натижасида аниқланган:

-тафаккурнинг етишмаслиги ёки умуман мавжуд эмаслиги, масалан ақли заиф одамларда ва ҳайвонларда учрайди.

-ақлий ўлим ёки кома ҳолатида инсон дастлабки вақтларда ташқи стимулларга жавоб бермайди, ҳаттоки у оғриқ стимуллари бўлса ҳам, кейинчалик, бир неча ҳафтадан сўнг, оғриққа юрак уришининг тезлашиши билан жавоб қайтара бошлайди. Бундан таўқари юрак уриши уйқу ва уйғоқ ҳолатда ўзгаради. Лекин, ҳаттоки, уйғоқ ҳолатида ҳам мия фаолияти одатий ҳолатдан анча суст ишлайди.

- минимал онгсизлик ҳолати – бунда одам мақсадли элементар ҳаракатларни амалга ошира олади, гапларни тушунади. Бу ҳолат ойлаб ёки йиллаб давом этиши мумкин.

(*James W.Kalat. Introduction to Psychology.10 edition. 2013. 324-326 p.*)

Одам ўзи идрок қилаётган нарсалар тўғрисида фикр қилади. Шунинг учун тушунчалар нарсаларнинг бутун бир синфи, туркуми тўғрисида фикр қилади, яъни булар тафаккурнинг объекти бўлади. Бир нарсага таянмаган қуруқдан қуруқ тафаккур бўлиши мумкин эмас.

(*James W.Kalat. Introduction to Psychology.10 edition. 2013. 324 p.*)

Юқорида айтиб, ўтилган мотор ёки бошқа қисмларнинг ролини тушуниш учун ёлғиз анализнинг ўзи кифоя қилмайди. Чунки таркибий қисмларни бирлаштирган ҳолда бир-бирига таъсир қилиб турган мотор ва машина бутунлигича олиб текширгандагина унинг мотор ёки машина

эканлигини англаш мумкин.

Синтез – шундай бир тафаккур операциясидирки, биз нарса ва

Синтез элементларнинг, нарса ва ҳодисаларнинг қисмлари ва бўлақларини бир бутун қилиб қўшишдан иборат ақлий фаолият эканлиги таърифдан кўриниб турибди. Анализ ақлий бўлгани каби синтез ҳам амалий характер касб этади. Масалан, биринчи синф боласи ўз ҳарф халтасидаги келтирилган ҳарфлардан фойдаланиб, бўғин, бўғинлардан сўз, сўзлардан гап, гаплардан қисқа ахборот, ундан эса ҳикоя тузади.

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

Таққослаш – шундай бир тафаккур операциясидирки, бу операция воситаси

XIX-XX асрларда яшаган олим К.Д.Ушинский таққослаш жараёни борасида қуйидагиларни таъкидлаган: “Агар сиз табиатни бир нарсасини равшан тушуниб олишни истасангиз, унинг ўзига жуда ўхшаш бўлган нарсалардан тафовутини топингиз ва унинг ўзида жуда узоқ бўлган нарсалар билан ўхшашлигини топингиз. Ана шунда сиз шу нарсанинг энг муҳим белгиларини пайқаб оласиз, демак шу нарсани тушуниб оласиз”.

Нарса ва ҳодисалар ўртасидаги ўхшашлик ёки фарқни, тенг ёки тенгсизликларни, айният ёки зиддиятларни аниқлашдан иборат бўлган фикр юритиш операцияси, билишнинг дастлабки ва зарур воситаси бўлиб ҳисобланади. Аждодларимиз таққослашнинг таълимдаги роли тўғрисида шундай фикрларни билдирган эди. Таққослаш ҳар қандай тушунишнинг ва ҳар қандай тафаккурнинг асосидир. Оламдаги нарсаларнинг ҳаммасини таққослаб кўриш йўли билан била олмасак, бошқа йўл билан била олмаймиз, агар биз ҳеч нарса билан солиштиришимиз ва фарқини билиб олишимиз мумкин бўлмаган бирон бир нарсага дуч келганимизда эди, у ҳолда биз шу нарса тўғрисида ҳеч қандай фикр қила олмаган бўлар эдик.

Таққослаш операцияси икки хил йўл билан амалга ошиши мумкин: амалий аниқ нарсаларни бевосита солиштириш ва назарий тасаввур қилинаётган образларни ва нарсаларни онгда фикран таққослаш. Агар одам икки бойлам юкни қўл билан кўтариб, бир неча хил таом мазасини қиёсласа ёки икки пайкал пахтазор ҳосилдорлигини таққосласа, бу амалий таққослаш бўлади. Шунингдек, ўқувчилар икки қалам ёки икки

стерженнинг учини ёғочга ёки қоғозга солиштирсалар, у аналогик ҳолатга мисол бўла олади. Бундан ташқари, метр билан масофани, тарози билан оғирликни, термометр билан ҳароратни, телескоп билан осмон жисмларини ўлчаш пайтида ҳам таққослаш жараёни вужудга келади.

Инсон теварак-атрофдаги нарса ва ҳодисаларнинг барчасини бевосита акс эттириш, қўл билан пайпаслаш имкониятига эга эмас. Шу боисдан тўпланадиган билимларнинг аксарияти қўл билан ушлаш, кўз билан кузатиш эвазига эмас, балки фикр юритиш орқали, мантиқ ёрдамида англанилади. Улар ўртасида ўхшаш ва фарқли аломат ҳамда белгилар назарий таққослаш асосида ажратилади. Демак, инсон олаётган кенг кўламдаги ахборотлар фарқини фикран таққослаш ёрдамида англаб етади. Жумладан, ўқувчилар дилда ўйлаётган нарсаларни фикран солиштириб кўрадилар. Баъзан турли ёшдаги кишилар ўз тенгдошлари характерида, қизиқишида, юриш туришида, муомаласида ва бошқа хусусиятида ўхшашлик ва тафовут борлигини топадилар.

Абстракция – шундай фикр тафаккур операциясидирки, бу операция ёрдами билан моддий дунёдаги нарса ва

Абстракция жараёнида объектдан ажратиб олинган белги, аломатнинг ўзи тафаккурнинг мустақил объекти бўлиб қолади. Абстракция операцияси таҳлил натижасида вужудга келади.

(James W.Kalat. Introduction to Psychology.10 edition. 2013.326 p.)

Масалан, синф деворини таҳлил қилиш жараёнида унинг фақат бир белгисини, яъни оқлигини ажратиб олиш мумкин ва оқ девор тўғрисида эмас, балки деворнинг оқлиги тўғрисида, кейин эса умуман оқлик ҳақида фикр юритиш мумкин. Кишилар қуёш, ой, юлдуз, электр, олов баъзи планеталар, айрим тош ва ҳоказоларнинг кўз ўнгиларида ёритишни кузата туриб уларнинг битта умумий белгисини, яъни ёритишни фикран ажратиб олиб, умуман ёритиш тўғрисида мулоҳаза юритади. Буюмларни нарса ва ҳодисаларни жисм ва предметларни бир-бири билан таққослаш пайтида ҳам абстракциялаш жараёни юзага келади. Бунда нарса ва ҳодисаларнинг мавжуд белгиларига, масалан тусига, шаклига, тезлигига, оғирлигига, қийматига ва шу каби ўхшаш сифатларга қараб таққосланади. **Абстракция операцияси билан инсонни қуроллантириш интеллектуал жиҳатдан интенсив ривожланишига олиб келади, шунингдек, мустақил билим олиш фаолиятини такомиллаштиради.** *(James W.Kalat. Introduction to Psychology.10 edition. 2013. 324-327 p.)*

Психологияда умумлаштириш муаммоси бўйича ягона йўналишдаги назария мавжуд эмас. Шунинг учун психологлар бу жараёни турлича талқин қиладилар, гоҳо уни гуруҳларга бўлиб ўрганадилар. Шунингдек, мактаб таълимини қайси умумлаштириш усули асосида амалга ошириш тўғрисида олимлар турлича нуқтаи назардан ёндашадилар. С.Л.Рубинштейн, В.В.Давидовлар таълимда назарий жиҳатдан умумлаштириш усулини ёқлаб чиқсалар, Н.А.Менчинская, Д.Н.Богоявленскийлар ҳам назарий, ҳам амалий усулни қўллашни тавсия этмоқдалар. Аммо ўқув фаолиятининг турли-туманлиги дарс жараёнида ҳар хил умумлаштириш усулларидан фойдаланиш кераклигини тақозо қилади.

Психологияда умумлаштиришнинг кенг қўлланиладиган икки тури: тушунчали умумлаштириш ва ҳиссий-конкрет умумлаштириш юзасидан кўпроқ фикр юритилади. Тушунчали умумлаштиришда предметлар объектив муҳим белги асосида умумлаштирилади. Ҳиссий-конкрет умумлаштиришда эса предметлар топшириқ талабига биноан ташқи белги билан умумлаштирилади. Психологлар нотўғри умумлаштиришнинг ҳиссий-конкрет умумлаштиришдан тафовути борлигини ҳамisha таъкидлаб келмоқдалар. Ўқувчи ва талаба баъзан предметларни муҳим бўлмаган белгисига асосланиб нотўғри умумлаштирадилар, ваҳоланки, топшириқ шартида бу талаб улар олдига мутлақо қўйилмайди. Лекин бу назариянинг ҳимоячилари нотўғри умумлаштиришни алоҳида тур деб ҳисоблайдилар.

Умумлаштириш, абстракциялаш операциясидан ажралган ҳолда содир бўлмайди, ҳар қандай умумлаштириш 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 белгилардан фикран ажратиб олинса, умумлаштиришда эса ажратиб олинган ўхшаш, умумий ва муҳим белгиларга суянган ҳолда нарса ва ҳодисалар бирлаштирилади.

Умумлаштириш жараёни сўз таъсирида вужудга келган иккинчи сигналлар тизимига асосланади.

Академик И.П.Павлов фикрича, нутқ сигналлари туфайли нерв фаолиятининг янги тамойили абстракциялаш ва шу билан бирга олдинги тизимнинг беҳисоб сигналларини умумлаштириш вужудга келадикки, бунда ҳам ўз навбатида ана шу умумлаштирилган янги сигналлар тагин анализ ва синтез қилинаверади. Фикр юритишнинг умумлаштириш операцияси ҳар хил асосларга кўра турларга бўлиб ўрганилади. Умумлаштиришни

мазмунига кўра тушунчали умумлаштириш ва яққол-кўрғазмали ёки элементар умумлаштириш турига ажратиш қабул қилинган. Тушунчали умумлаштириш орқали объектив қонуниятларни муҳим белгилари бўйича бирлаштириш амалга оширилади. Бунда муҳим белгилар умумлаштирилиб, объектив қонуниятларни очиш мумкин бўлади. Яққол-кўрғазмали умумлаштиришда нарса ва ҳодисалар ташқи ҳамда яққол белгилар бўйича умумлаштирилади.

Умумий мавҳум белги ва хусусиятларни яққа ёлғиз объектларга татбиқ қилиш билан ифодаланадиган фикр юритиш операцияси инсоннинг барча фаолиятларида фаол иштирок этади. Воқелик қанчалик яққол шаклда ифодаланса, инсон уни шунчалик осон англаб этади. Инсонлар даставвал теварак атрофни аниқ белгиларига асосланиб, аниқ ҳолда акс эттирганлар, яққол образларга суяниб тасаввур қилиш имкониятига эга бўлганлар, шу боисдан то ҳозирги кунга қадар аниқлик белгиси ҳар қандай инсон зоти учун энг яқин белги бўлиб ҳисобланади.

Конкретлаштириш —
ҳодисаларнинг ички боғланиш ва

Психологлар тадқиқотларининг кўрсатишига қараганда конкретлаштириш одамда икки хил вазифани бажаради. Биринчидан, умумий абстракт белгининг яққа объектга татбиқ этиш амалга оширилади. Масалан, биз “оқ” деганимизда кўз олдимизга қор, қоғоз, пахта ва шу кабилар келиши мумкин. Иккинчидан, конкретлаштириш умумий ва яққа белгилар камроқ бўлган умумийликни очишда ифодаланади. Масалан, биз олма, олхўри, узумни мевалар қаторига стол-стул, диван ва шу кабиларни мебеллар қаторига қўшамиз. Умумий фикрларни баён қилиш ва изоҳлаш чоғида одатда келтириладиган мисолларнинг ҳаммаси конкретлаштиришнинг ўзидир.

Классификациялаш – бир туркум
ичилаги нарсаларнинг бир-бирига

Д.И.Менделеевни “Элементларнинг даврий тизими” жадвали бунга ёрқин мисолдир. Бунда олим элементларни атом оғирлиги ортиб боришига, кимёвий сифатларнинг бир типлигига ва бошқа белги ва аломатларига қараб тартиб билан жойлаштириб чиққан. Ўрганиш учун қулайлик туғдириш мақсадида, шунингдек, амалий мақсадларда кўпчилик нарсаларни гуруҳларга, туркумларга бўлишга тўғри келади. Кўпчилик нарсаларни ҳодисаларни гуруҳларга бўлиш классификациялаш ёки туркумларга бўлиш деб аталади. Масалан, кутубхонада китоблар муқовасига, фармойишнинг мазмунига ва шу каби белгиларига қараб

туркумларига бўлиш мумкин. Ўқувчиларнинг одатда ёши ёки жинсий белгилари бўйича ва шу кабиларга қараб туркумларга бўладилар.

Системалаштириш – тизимга солиш шундан иборатки бунга айрим

Шу сабабли макон, хронология ва мантиқий белгилар асосида тизимга солиш турларига ажратилади. Мебелнинг хонадаги жойлаштирилиши, дарахтнинг боққа ўтказилиши, маконий тизимга намуна бўла олади. Ўтмишда бўлиб ўтган воқеаларнинг вақтга қараб тизимга солишнинг намунаси бўла олади. Математикага, фалсафага, мантиққа доир дарсликларда илмий материалларнинг жойлаштирилиши мантиқий тизимга солишнинг намунасидир.

Мактаб таълимида ўзлаштирилган билимларни тизимга солиш муҳим аҳамиятга эга бўлиб, бу иш бир неча босқичда амалга оширилади. Билимлар дастлаб предметларнинг боблари, қисмлари бўйича, сўнг яхлит ҳолда ўқувчи онгида тизимлашади. Тизимлаштиришнинг иккинчи босқичида бир-бирига ўхшаш предметларга оид билимлар фикран тартибга солинади. Учинчи босқичда бир неча предметлар юзасидан тўпланган билимлар маълум тартибга тушади, уларнинг ўхшаш ва фарқли томонлари ажратилади. Тизимга солишнинг тўртинчи босқичида дарсдан ва мактабдан ташқари машғулотларда эгалланган билимларни тизимлаштириш назарда тутилади.

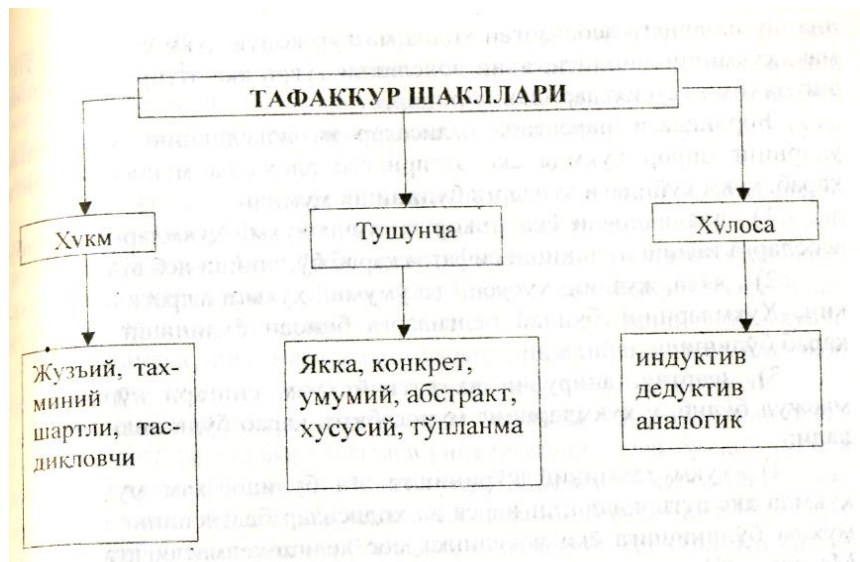
Демак, инсоннинг билиш фаолиятида мавзулараро, предметлараро билимларни тизимлаштириш юзага келади. Бинобарин билимларнинг тизимга солиниши ақлий ривожланишнинг дастлабки поғонаси ҳисобланади.

Инсонлар даставвал теварак атрофни аниқ белгиларига асосланиб, аниқ ҳолда акс эттирганлар, яққол образларга суяниб тасаввур қилиш имкониятига эга бўлганлар, шу боис то ҳозирги кунга қадар аниқлик белгиси ҳар қандай инсон зоти учун энг яқин белги бўлиб ҳисобланади.

(James W.Kalat. Introduction to Psychology.10 edition. 2013. 333 p.)

Тафаккурнинг мантиқий шакллари

Психологияда нутқ фикр юритиш фаолиятининг воситаси деб юритилади. Одамда нутқ тафаккур жараёнида ҳукм, хулоса чиқариш ва тушунчалар шаклида ифодаланиб келади.



Хукмлар

Нарса ва ҳодисаларнинг белги ва хусусиятлари ҳақида тасдиқлаб ёки инкор қилиб айтилган фикр **хукм** деб аталади.

Хукмлар объектив воқеликни акс эттирилишига қараб чин ёки хато бўлади.

Нарса ва ҳодисаларда воқеликда ҳақиқатан ўзаро боғлиқ бўлган

Масалан, металллар электр токини ўтказувчидир; металллар қиздирилганда кенгайди, деган чин хукмлардир. Чунки электр токини ўтказиш киздирилганда кенгайиши металлларга хос хусусиятдир.

Моддий оламда ҳақиқатдан

Масалан, ҳозир ташқарида ёмғир ёғяпти; ер қуёш атрофида айланмайди, деган мисоллар хато хукмлар доирасига киради.

Борлиқдаги нарсалар, ҳодисалар ва воқеликни миқдорига уларнинг бирор хукмда акс эттирилган алоқа ва муносабатларига қараб, хукм қуйидаги турларга бўлиниши мумкин:

Бу ҳукмда акс эттириладиган нарса ва ҳодисалар белгисининг нечоғлик муҳим бўлишига ёки воқеликка мос келиш-келмаслигига боғлиқ. Масалан, эртага ёмғир ёғиши мумкин. Пахта режаси тўлиб қолса керак.

Ҳукмларда тасдиқланган ёки инкор қилинган нарсалар, ҳодисалар, аломатлар ҳукмнинг мазмунини ташкил қилади. Нарса билан белгининг алоқаси боғлиқлиги борлиги акс эттирилган ҳукм **тасдиқловчи ҳукм** деб аталади. Масалан, Ўзбекистонда пилла етиштирилмайди. Тошкентда олий мактаблар қурилмаган. Воқеликда ажратилган нарса инкор қилувчи ҳукмда фикран ажратилиши мумкин. Якка, ёлғиз нарса ва ҳодиса тўғрисидаги ҳукм **якка ҳукм** деб аталади. Масалан, Тошкент – Ўзбекистон Республикаси пойтахтидир; Амударё серсув дарёлардан биридир.

Белгининг бирор туркумигагина тааллуқлилигини тасдиқловчи ёки инкор қилувчи ҳукм **жузъий ҳукм** деб аталади. Масалан, баъзи металллар электр токини ўтказмайдилар. Қарздор талабалар сессияга қўйилмайди. Жамоанинг айрим бригадалари мажбуриятга яраша меҳнат қилмайдилар. 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 қунт билан пухта тайёрланса, у яхши ва аъло баҳолар олади. Агар ўқувчи дарсга диққат қилмаса, янги материални ўзлаштира олмайди. Ҳукмда нарсалар ва ҳодисалар бир неча белгига нисбатан берилиб, шу белгилардан фарқи битта унга тегишли бўлса, бундай ҳукми **айрувчи ҳукм** деб аталади. Масалан, жисмлар ё қаттиқ, ёки суяқ, ёки газсимон ҳолда бўлади.

Нарса билан белги ўртасидаги алоқанинг бор ёки йўқлиги қатъий шаклда акс эттирилса қатъий ҳукм деб аталади. Масалан, баҳорда барча жойларда кўкаламзорлаштириш ишлари амалга оширилади. Ёниш кимёвий жараён дир.

Нарса ва ҳодисалар билан уларнинг хусусиятлари ўртасида алоқа бўлиши эҳтимоли фақат фараз қилинса, у ҳолда инсон ўз фикрларини қўйидаги шаклда ифода қилиши мумкин. Эҳтимол, Марсда органик ҳаёт бордир. XXI асрнинг охирларида фан-техника янада ривожланиб, тараққий этиши мумкин ва бошқалар. Бундай ҳукмлар **эҳтимоллик ҳукмлари** деб аталади. Нарсалар билан хусусиятлар ўртасидаги алоқани тахминан эмас, балки ҳақиқатдан аниқ билганимизда биз ўз фикримизни мана бундай шаклда изҳор қиламиз. Факультет кутубхонасида кўп янги китоблар мавжуд. Мактабимиздаги кимё хонаси жуда яхши ускуналар билан жиҳозланган. Бундай ҳукмлар **воқелик (ассерторлик) ҳукмлари** деб аталади.

Ҳукмнинг шундай юқори шакли борки, унда фақат ҳақиқатда

бўлган воқеа қайд қилинмасдан, балки нарса билан хусусиятнинг алоқаси қонуний эканлиги аниқлаб берилади. Масалан, бутун дунёда тинчлик ғалаба қозониши муқаррар, сезгиларнинг интенсивлиги қўзғатувчи кучининг логарифмига пропорционалдир. Бундай ҳукмлар **зарурий (аподиктик) ҳукмлар** деб аталади. Бундай ҳукмларда инсон нарса, воқелик, ҳодиса билан унинг хусусияти ўртасида мустаҳкам боғланиш борлигини ва бу боғланишга зид келадиган бошқа бир ҳолнинг бўлиши асло мумкин эмаслигини акс эттиради. Психологияда ҳукмлар иккита асосий йўл билан ҳосил қилиниши таъкидлаб ўтилади. Биринчи йўл билан ҳукм ҳосил қилинганда идрок қилиш зарур бўлган нарсаларнинг бевосита ўзи ифодаланади. Иккинчи йўл билан эса бевосита мулоҳаза юритиш ёрдами билан ҳукм амалга оширилади. Масалан, бу автомобилнинг янги модели. Мазкур мисолда ҳукм чиқаришнинг бирламчи йўли акс эттирилган. Даставвал олимлар кашфиёт ёки ижодий жараёнда назарий жиҳатдан мулоҳаза юритиш ёрдамида ҳукм чиқарадилар. Улар чиқарадиган ҳукмнинг тўғрилиги амалиётда кейинчалик тасдиқланади. Бу иккинчи йўл билан ҳукм чиқаришга мисолдир.

Хулоса чиқариш

Бир қанча ҳукмларнинг мантиқий боғланиши натижасида ҳосил бўлган янги ҳукм инсоннинг билиш фаолиятида алоҳида аҳамиятга эга.

Хулоса	чиқариш	шундай
тафаккур	шаклланиши	бу шакл

Масалан, ҳар қандай ҳаракат материя ҳаракатидир, иссиқлик ҳаракат шаклидир, деган иккита ҳукмни олайлик. Бу икки ҳукмдан, демак иссиқлик материя ҳаракатидир деган янги ҳукм чиқарилади. Бунда биринчи ҳукм ҳамisha умумий ҳукм бўлиб, иккинчи ҳукм яққа ҳукм бўлади.

Келтирилган мисоллардан кўриниб турибдики, мулоҳаза юритиш ҳам хулоса чиқариш ҳам воқеликни бевосита билишнинг асосий шакли сифатида намоён бўлган олдинги икки ҳукмга асосланиб, учинчи ҳукм чиқарилади. Мазкур хулосани бевосита текшириб кўришга ҳеч қандай эҳтиёж қолмайди. Шу сабабдан хулоса чиқаришда фикр ўртасидаги шундай боғланиш натижасида бир ёки ундан ортиқ ҳукмлардан учинчи ҳукм келтириб чиқарилади.

Хулоса чиқариш уч турга бўлинади: индуктив, дедуктив ва аналогия.

Индуктив хулоса чиқариш – бу хулоса чиқаришнинг шундай мантиқий
--

Масалан, темир электр токини ўтказди, пўлат электр токини ўтказди, мис электр токини ўтказди, руҳ электр токини ўтказди. Демак, барча металллар электр токини ўтказди, деган умумий хулоса чиқарамиз.

**Дедуктив хулоса чиқаришда
умумий ва яқка ҳукмлардан яқка ёки**

Мисол учун барча металллар электр токини ўтказди. Темир металдир. Демак, темир ҳам электр токини ўтказди.

**Аналогия хулоса чиқаришнинг
шундай шаклидирки, бунда биз икки
предметнинг баъзи бир белгилари
ўхшашлигига қараб бу предметларнинг**

Аналогик усулда чиқарилган хулоса чин, тахминий ҳамда ёлғон бўлиши мумкин. Фикр юритишнинг бундай шакли кўпинча ёш болаларга хос хусусиятдир. Демак, жузъий икки яқка ҳукмларга асосланиб, жузъий ёки яқка ҳукм келтириб чиқарамиз. Масалан, боғча ёшидаги бола мана бундай мулоҳаза юритади; адамлар дарвозадан исмимни айтиб чақириб келдилар. Улар совға олиб келган бўлсалар керак. Бу боланинг мулоҳазасини таҳлил қилиб кўрсак, унинг фикр юритиши мана бундай тарзда тараққий этганлигининг шохиди бўламиз. Ўтган галда адам исмимни айтиб чақириб келган эдилар, яна чақираётирлар. Албатта, адам менга совға олиб келганлар, деб хулоса чиқаради.

Шундай қилиб, аналогик йўл билан хулоса чиқарганда мураккаб қонуниятлар тўғрисидаги билимлар ўзлаштирилмас-да, лекин турмушнинг турли жабҳаларида ундан фойдаланиб турилади.

Америка психологлариининг таъкидлашларича, одамларнинг онгли равишда хулоса чиқарадиган вақтида хулоса миянинг ҳаракатланиш учун тайёргарлик кўриш вақтидан кейинроқ содир бўлади, яъни мия хулоса чиқариш вақтидан олдин унга тайёрланар экан. Баъзи тадқиқотчилар одамнинг хулоса чиқариш жараёнининг спектицизмга (ҳар нарсага шубҳа билан қарашга) йўйишади. Кўпинча қарор қабул қилиш босқичма-босқич амалга ошади, деган фикр илгари сурилади. Хулоса чиқаришнинг яна бир фараз функцияси онгнинг кейин содир бўладиган иш –ҳаракатга айна бир вазият пайдо бўлганда ишга тушиши ҳақида фикрлар берилган.

(James W.Kalat. Introduction to Psychology.10 edition. 2013. 324-326 p.)

Тушунчалар

Тафаккур тушунчалар шаклида ифодаланади.

**Тушунча деганда биз нарса ва
ходисаларнинг энг муҳим ва энг асосий**

Тушунчалар ҳукмлардан таркиб топади. Шу сабабли тушунчанинг мазмунини очиб бериш учун бир қанча ҳукм юртишга тўғри келади. Масалан, одам онгли мавжудотдир деган тушунчани оладиган бўлсак, бу ерда одамнинг энг муҳим хусусияти унинг онглилиги экани қайд қилинапти.

Тушунчалар одамнинг турмуш тажрибаси ва билимларининг ортиши жараёнида таркиб топа боради. Ана шу жиҳатдан олганда мактабдаги ўқиш жараёнида болада асосан табиат ва жамият ҳодисалари ҳақида тушунчалар таркиб топтиришдан иборатдир. Демак, катта одамларга нисбатан болаларда ҳали тушунчалар жуда оз бўлади.

**Одатда, тушунчалар моҳияти
жиҳатида конкрет ва абстракт**

Алоҳида олинган бир бутун нарсага алоқадор тушунча конкрет тушунча деб аталади. Масалан, стол, диван, қайрағоч, трактор ва ҳоказо. Моддий борлиқдаги 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, қиймати ҳақидаги тушунчалар ва ҳоказо.

**Тушунчалар кўлами жиҳатидан 3
тўпга: якка тушунчалар, умумий**

Якка тушунчалар якка нарса ва ҳодисалар ҳақидаги тушунчадир. Бундай тушунчаларга соҳибқирон Амир Темур, Мирзо Улуғбек, Сирдарё тушунчаларини мисол қилиб келтирса бўлади. Якка тушунчаларнинг хусусияти шуки, бу тушунчаларда ҳамиша аниқ образ мавжуд бўлади. Умумий тушунчаларда бир жинсда бўлган кўп нарса ва ҳодисалар гавдалантирилади. Масалан, китоб, мактаб, юлдуз, талаба 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 Давлат Музеи тушунчаси, якка тўпланма тушунчага оиддир. Гуруҳ, жамоа, халқ, миллат ва бошқалар,

умумий тўпланма тушунчасига мисол бўла олади. Етти оғайни юлдузлар тўплами, Ҳамза театри жамоаси, Пахтакор футбол жамоаси кабилар якка тўпланма тушунчалар жумласига киради.

Фикр юритишда тушунча билан сўз ўзаро боғлиқ равишда намоён бўлади. Бир томондан сўз ёрдамсиз тушунча вужудга келмайди, иккинчи томондан сўз тушунчанинг моддий асоси ва функциясини бажаради. Тушунчалар бир ёки ундан ортиқ сўзлардан ташкил топиши мумкин. Масалан, халқ деган тушунча бир сўздан, ўзбек халқи икки сўздан қахрамон ўзбек халқи уч сўздан, озодлик учун курашаётган халқлар, деган тушунча тўрт сўздан ташкил топган.

Тушунчалар фикр юритишнинг асосий жараёнлари, яъни классификациялаш, умумлаштириш ва абстракциялаш ёрдами билан вужудга келади. Сўзлар, белгилар, символлар, атамалар тафаккур жараёнида тушунчаларнинг мазмунини акс эттиради. И.П.Павлов таъбири билан айтганда, сўз иккинчи сигнал тизимининг, барча сигналларнинг сигналларидир, бинобарин шу сигналларнинг ҳаммасини ифодалайди, шу сигналларнинг ҳаммасини умумлаштиради.

Шундай қилиб, тушунчалар моҳияти ҳукмларда ёритилади, мавжуд ҳукмлар асосида хулоса чиқарилади. Янги ҳукм ҳосил қилинади, топилган янги белгилар, аломатлар тушунчаларни янада бойитади. Тафаккур ёрдамида инсон яратиш, кашф этиш, ихтиро қилишда давом этиши мумкин. Демак, янги тушунчалар, атамалар юзага келаверади, истеъмолдагилари эса янги мазмун касб этади. Детерминизм тамойилига биноан сўзлар янги тушунчалар яратилишига восита бўлиб хизмат қилаверади, шунинг билан бирга тушунчалар замирида янги сўзлар ва иборалар вужудга келади, ёинки янгича талқин қилиш кучаяди. Сўз билан тушунчаларнинг чамбарчас боғланиши ва муносабати филогенезда ҳам онтогенезда ҳам операционал ва функционал хусусиятларни йўқотмайди.

Тафаккур турлари

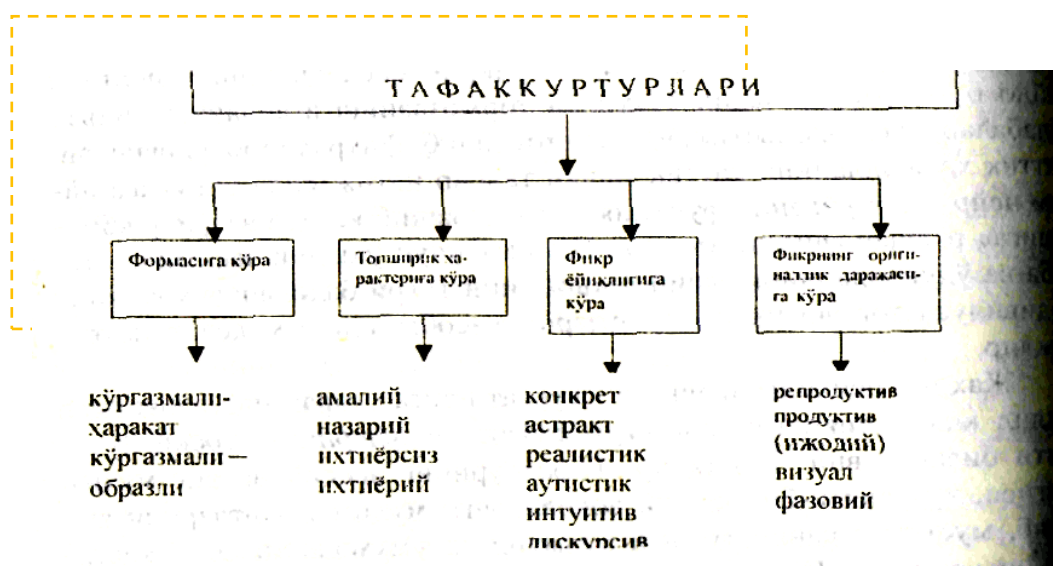
Тадқиқотчи Каназова тафаккурни илмий, касбий ва кундалик ҳаётда дуч келадиган муаммолар билан боғлайди. Лекин умумий тафаккур қилиш қобилияти шахсий ҳаёт билан боғлиқ муаммоларни ўз ичига олмаслигини таъкидлайди. Масалан, оила қуриш, ота –она бўлиш, яқин дўстлар орттириш, ижтимоий мулоқотга киришиш ва бошқалар. Кундалик ҳаётда оддий муаммолардан тортиб мураккаб ақлий топқирлик талаб қиладиган масалаларда ҳам тафаккур, фикрлаш фаолиятининг ўрни муҳим ҳисобланади. Масалан, қандай қилиб дўстлашиш, нотаниш кишининг юз ифодасидан фикрини уқиш, мўлжалланган манзилга қайта йўл топиш, муаммонинг моҳиятини очиш, масала ечиш инсондан турли хил тафаккурни талаб қилади. (*David G.Myers. "Psychology" 9 edition 2010. 406-407 p.*)

Муайян ижтимоий муҳитда турмуш кечираётган одамларнинг эҳтиёжлари хатти-ҳаракат мотивлари нарсаларга қизиқишлар,

интилишлар, майллар, ақлий қобилиятлари, ҳатто фаолиятлари ҳам турли тумандир. Худди ана шу боисдан уларнинг тафаккури ҳам ҳар хил ҳолатларда вазиятларда турлича тарзда вужудга келади, намоён бўлади.

Психология фанида тафаккур турлари топшириқ хусусиятига, фикр ёйиклигига, фикрнинг оригиналлик даражасига қараб, қуйидагича шартли классификация қилинади.

Профессор Э.Ғозиевнинг “Умумий психология” дарслигида тафаккур турлари қуйидагича классификация қилинади:



Сатоши Каназованинг фикрича одамда фавқулодда, бирдан юзага келган янги муаммоларга, масалан, олов чиққанда уни қандай ўчириш, қурғоқчиликда қандай овқат топиш, сув тошқинида дарёни қандай тўсиш каби вазиятларда муаммонинг хал қилиш жараёнида ихтиёрсиз тафаккур юзага келади. (David G. Myers. “Psychology” 9 edition 2010. 406 p.)

Кўрғазмали-харақат тафаккур тури. Тарихий тараққиёт давомида одамлар ўз олдиларида турган мақсадларни дастлаб амалий фаолият нуқтаи назаридан ечганлар, кейинчилик унда назарий фаолият ажралиб чиққан. амалий ва назарий фаолият чамбарчас бир-бири боғлангандир.

Соф психологик фаолият бирламчи эмас, балки амалий фаолиятнинг ўзи бирламчидир. Яна фаолиятнинг тараққиёти давомида унга нисбатан мустақил назарий фикр юритиш фаолияти ажралиб чиққан. Фақат бутун инсониятнинг тарихий тараққиёти эмас, балки шу билан бирга ҳар бир боланинг психик тараққиёти жараёни ҳам даставвал соф назарий фаолият эмас, балки амалий фаолиятдир.

Агарда инсониятнинг тарихий тараққиёти муаммосидан четланиб, ушбу масалани олиб қарасак, у ҳолда амалий фаолият бирламчи эканлигига ишонч ҳосил қиламиз. Бунинг учун инсоннинг онтогенетик тараққиётини дастлабки фазасига мурожаат қиламиз. Бола туғилишдан тортиб, то унинг боғча ёшигача даврини амалий фаолиятда кўрғазмали-харақат тафаккури ўсишининг асосий палласи деб аташ мумкин. Мазкур

ёшдаги инсон зоти ана шу амалий фаолият негизида ақлий ҳаракатларни амалга оширади, амалий билимларни ўзлаштиради, натижада кўргазмали-ҳаракат тафаккури ўса боради. Ушбу ёшдаги кичкинтойлар ўзлари ўйнаётган ўйинчоқларни кўллари билан бевосита ушлаб кўриш орқали улар билан танишадилар, шунинг билан бирга уларни идрок қилишга интиладилар. Идрок қилинган предметлар ва ўйинчоқларни ўзаро солиштирадилар, қисмларга ажратадилар, анализ ва синтез қиладилар, бўлакларга ажратилганларни яхлит ҳолга келтириб бирлаштирадилар. Катталар тушунтиришига ишонч ҳосил қилмасдан, айна чоғда уларни объектни 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 тури ҳам психологик адабиётларда турлича талқин қилинади. “Психологик луғат”да таърифланишича у конкрет тафаккурнинг бевосита идрок қилинаётган нарса ва ҳодисалар ҳақида фикрлашдан иборат бўлган тури. Профессор Э.Ғозиев фикрича, бевосита идрок қилинаётган предметлар эмас, балки фақат тасаввур қилинаётган нарса ва ҳодисалар ҳақида фикрлашдан иборат тафаккур тури кўргазмали-образли тафаккур деб аталади. В.Каримова томонидан кўргазмали-образли тафаккур эса кўрган кечирган нарсалар ва ҳодисаларнинг аниқ образлари кўз олдимизда гавдаланган чоғда уларнинг моҳияти умумлаштирилиб билвосита акс эттиришимиздир, деб талқин қилинади. Тафаккурнинг мазкур кўриниши 4-7 ёшгача бўлган болаларда намоён бўлади. Боғча ёшидаги болаларда кўргазмали-образли тафаккур босқичига ўтгандан сўнг ҳам сақланиб қолади, лекин у ўзининг етакчи ролини йўқота бошлайди.

Кўргазмали-образли тафаккур содда шаклда кўпинча боғча ёшидаги болаларда, яъни 4-7 ёшгача бўлган болаларда пайдо бўлади. Бу ёшдаги болаларда тафаккурнинг амалий ҳаракатлар билан алоқаси аввалгидек тўғри ва бевосита бўлмайди. Боғча ёшидаги болалар фақат кўргазмали образлар билан фикр юритадилар ва унча тушунчага эга бўлмайдилар. Боғча ёшидаги болаларда тушунчаларнинг йўқлиги швейцариялик психолог Ж.Пиаженинг қуйидаги тажрибасида жуда яққол намоён бўлади. 7 ёшга яқин болаларга хамирдан қилинган мутлақо бир хил, ҳажми жиҳатидан тенг 2 та соққа кўрсатилади. Болалар уни тенг деб ҳисоблайди. Болаларнинг кўз олдида битта соққа эзиб нон шаклига келтирилади. Энди болалар нон шаклидаги соққада хамир кўп деб ҳисоблайдилар. Болаларнинг кўргазмали-образли тафаккурлари ҳали уларнинг идрокларига бевосита тўла бўйсунадиган бўлади. Уларнинг кўргазмали-образли шаклда ўтадиган тафаккурлари болаларни соққага қараганда нон шаклидаги хамир кўпроқ деган хулосага олиб келади.

Шунинг учун улар нарса ва ҳодисаларнинг, жисм ва

предметларнинг кўзга яққол ташланиб турувчи аломатига, хусусиятига, ташқи белгисига эътибор қиладилар. Лекин уларнинг ички боғланишлари ўзаро муносабатларини билдириб келадиган муҳим асосий сифатларига аҳамият бермайдилар. Объектларни фазода жойлашган ўрни ташқи, номуҳим белгиси уларнинг кўрғазмали-образли тафаккурини вужудга келтиради. Масалан, уларнинг назарида одамлар бўйининг баланд ва пастлиги уларнинг ёшини белгилайди.

Тафаккур фаоллигига қараб ихтиёрсиз (интуитив) ва ихтиёрий (аналитик) тафаккур турларига ажратилади. Интуиция деб мантиқий тафаккур ёрдамида кўп вақтлар давомида ҳал қилинмаган ақлий вазифаларнинг тўсатдан, қутилмаганда ҳал қилиниб қолиши жараёнига айтилади.

Кўпинча ихтиёрий тафаккур жараёни мулоҳаза, муҳокама, исботлаш, гипотеза каби шаклларда намоён бўлади. Масалан, математика, физика, кимё, психология ва бошқа фанлардаги мисол ва муаммоларни ечиш жараёни. Бундан ташқари, ихтиёрий тафаккурга мантиқий ёки назорат (контрол) тафаккури ҳам киради. Моддий борлиқни адекват акс эттириш, фикр юритиш, танқидий ва синчков бўлишни тақазо этади. Бинобарин, нарса ва ҳодисаларни атрофлича билиш учун объектив баҳо бериш зарурати туғилади, бу эса ўз навбатида фикр юритиш қўлами кенг, аналитик-синтетик фаолият доираси мустаҳкам бўлишини талаб қилади.

Тафаккур жараёни ихтиёрсиз юз бериши ҳам мумкин. Лекин бу ҳолда улар ихтиёрий тафаккурга суянган тарзда вужудга келади. Жумладан, одамнинг амалий, маиший ва ҳоказо фаолиятларида ихтиёрсиз равишда қатор саволлар пайдо бўлиши ва уларга беихтиёрий жавоблар ахтариш ҳоллари учраб туради. Бундай пайтларда инсон фикр юритяптими ёки йўқми буни билиш қийин, ваҳоланки, у ўзича гўё саволларга жавоб топадигандай, ширин ҳис-туйғуларни бошдан кечираётгандай бўлади, шунинг учун кўпинча “тилимнинг учида турибди” дейилади. Одамлар қандайдир матн ёки муаммо, масала устида бош қотириб, ўтирганларида фикр юритиш мутлақо беихтиёр рўй бериб қолади ва улар асосий топшириқни бажаришдан узоқлаштиради.

Инсоният тарихий тараққиёти тарихидан шу нарсалар маълумки, йирик илмий кашфиётлар 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. Ундан 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 физиологларнинг таъкидлашларича, муаммонинг бундай осон равишда ечимини ҳеч қутилмаганда юқоридаги каби беихтиёр ҳал қилиниши шу кашфиётлар олам юзини кўрганича бўлган давр ичида ойлаб, йиллаб қилинган меҳнатнинг якуни, яъни тугалланмай қолган тафаккур жараёнларининг ниҳоясига етишидир деб баҳоламоқда.

Йирик физиолог ҳамда психолог В.М.Бехтеревнинг изоҳлашича, бундай қутилмаган жараёнларнинг рўй беришига асосий сабаб бу ўрганилаётган масала тўғрисида ухлашдан олдин зўр бериб бош қотириш, ўйлаш (фикр юритиш) ва бутун зеҳни шунинг билан бирга диққат-этиборининг тортилиши, кашф қилиниши зарур масалага тўла-тўқис йўналишидан иборат мақсадга мувофиқлаштирилган мураккаб барқарор психик ҳолати ҳукм суришидир.

Фикр юритилиши лозим бўлган нарса-ҳодисаларни идрок ёки тасаввур қилиш мумкин бўлса, бундай тафаккур **конкрет тафаккур** деб аталади. У ўз навбатида яққол-предметли ва яққол-образли тафаккур турларига 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.

Абстракт тафаккур нарсаларнинг моҳиятини акс эттирувчи ва сўзларда ифодаловчи тушунчаларга таяниб фикр юритишдир. Алгебра, тригонометрия, физика, чизма геометрия, олий математика масалаларини ечиш маҳалида фикр юритиш, мулоҳаза билдириш, абстракт тафаккурга хос мисоллардир.

Абстракт тафаккур конкрет тафаккурдан ғоят кенг маъно англаниши билан қатор нарса ва ҳодисалар тўғрисида, абстракт тафаккур ёрдамида мулоҳаза борлиқ тўғрисида чексизлик, сифат, миқдор, тенглик тўғрисида, гўзаллик юзасидан мавҳум абстракт мулоҳаза юритиш мумкинлиги билан фарқ қилади.

Ҳодисаларни изоҳлашга, фараз қилишга қаратилган тафаккур **назарий тафаккур** деб аталади. Тушунчалар ўртасидаги боғланишларни ёритиб бориш ва шу боғланишларни назарий жиҳатдан фикр юритиш йўли билан изоҳлаш каби жараёнларни назарий тафаккур ёрдамида амалга ошириш мумкин. Изоҳлаш пайтида изоҳланаётган нарса ва ҳодисалар, хосса ва хусусиятлар, жисм ва предметлар, умуман бутун воқелик маълум туркумдаги тушунчалар қаторига киритилади ва уларнинг фарқ қиладиган белги ва аломатлари фикран ажратиб кўрсатилади. Бундан ташқари муайян объектларнинг моҳияти, мазмуни мавжуд бўлишлик сабаблари, келиб чиқиши, тараққиёти, ўзгариши, шунингдек уларнинг аҳамияти ва функция ҳамда вазифалари изоҳлаб берилади.

Назарий тафаккурни айни бир пайтда абстракт тафаккур деб номлаш анъана тусига кириб қолган. Бундай ном билан аташга асосий сабаб назарий тафаккурнинг умумий ҳукмларда ифодаланишидир.

Масалан, диққат барча психик жараён ва ҳолатларни муваффақиятли амалга ошириш гаровидир.

Абстракт тафаккур муаммоси қатор собиқ совет психологлари томонидан изчиллик билан тадқиқ этилган. Собиқ совет психологиясининг дастлабки ривожланиши палласида ушбу масала билан Л.С.Виготский, П.П.Блонскийлар, кейинчалик С.Л.Рубинштейн, Б.Г.Ананьев, А.Н.Леонтьев, Н.А.Менчинская, П.Я.Гальперин, Р.Г.Натадзе, Д.Б.Эльконин, В.В.Давидов, А.М.Матюшкин ва бошқалар шуғулланганлар.

Назарий тафаккур туфайли воқеликдаги умумий ва муҳим боғланишларни, хоссаларни, қонуниятларни англаб оламиз. Шунинг учун Қуёш ва ой тугилишини, юлдузлар тизимининг ҳаракатини, об-ҳаво маълумотларини, ер қимирлаш ўчоқларини, воқеа содир бўлишини анча илгари айтиб беришимиз мумкин. Шу сабабдан назарий тафаккурни олдиндан кўриш имкониятини яратадиганларни **умумлашган тафаккур** деб атайдилар.

Шундай қилиб, абстракт тафаккур орқали нарса ва ҳодисаларни бевосита идрок қилиш мумкин бўлмаган хусусиятлари, ўзаро муносабатлари аниқланади, у ёки бу соҳага оид қонуниятлар очилади, сабаб-оқибат боғланишлари акс эттирилади.

Воқеликни ўзлаштириш воситаси билан реал нарса ва ҳодисаларни яратилишига йўналтирилган фикр юритилади. 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. Амалий тафаккур жараёнининг давоми иш-ҳаракатларини, ақлий ҳаракатларни тасаввур қилишда, фикрлашда намоён бўлади. Масалан, талабалар фаолиятидаги конспект ёзиш, реферат тайёрлаш, курс ва диплом иши устида ишлаш кабилар амалий тафаккурга яққол мисолдир.

Муайян фикрни чин ёки ёлғонлигини объектив далиллар билан исботлаш ўрнига, инсон шахсининг

У кўпинча одамларнинг муайян соҳа бўйича билим савиясининг, даражасининг чекланганлигидан ва мустақил фикр юритиш қобилиятининг етарли даражада ўсмаганлигидан далолат беради.

Психологияда бир-бирлари билан ўзвий павишля боғланган мулоҳаза

Ижодий тафаккур – мураккаб билиш фаолиятдан бири бўлиб, тадрижий равишда изчил ўзаро боғланган жараёнлардан ташкил топади, даставвал саволлар туғилади, вазифа аниқланади, масалани ечиш ва саволларга жавоб қидириш жараёни вужудга келади. Инсон олдида турган аниқ вазифа ёки масала бу бажарилиши ёки ҳал қилиниши зарур бўлган вазифа кўпинча ифодаланиши шарт бўлган мақсадни ҳам акс эттириб келади. Мақсад эса инсоннинг изланаётган номаълум воқеликни топишга гумон ва ҳаяжон, шубҳа ҳисларидан халос этишга қаратилган майлидир.

Ижодий тафаккурнинг навбатдаги таркибий қисмлари қуйидагича акс эттирилади: қўйиладиган саволларга жавоб бериш, масалани ечишга ёрдам берадиган йўллар, усуллар, воситалар, қоидалар ва кўникмаларни қидириш, уларни танлаш ҳамда мазкур фаолиятда уларни татбиқ қилиш ва бошқалар.

Ижодий фикрлашни таъминловчи омиллар:

- Фикр юритиш фаолиятида энг аввал ҳал қилиниши зарур бўлган масала инсон томонидан аниқлаб олинishi керак.
- Муаммо ёки масалани ҳал қилиш зарур бўлган барча билимларни татбиқ қилиш учун интилиш.
- Масалага, муаммога тааллуқли гипотеза олға сурилади, босқичлар тахмин қилинади, ечим тўғрисида фаразлар ишлаб чиқилади, турли вариантлар ҳамда вариациялар ҳақидаги мулоҳаза юритилади, ўзаро ҳаёлан солиштириб, энг самарали аломатлар ажратилади ва ҳоказо
- Муаммо олдида қўйилган фаразни текшириш зарурати туғилади.
- Муаммони назарий жиҳатдан ҳал қилиш учун илгари сурилган гипотеза адекват эмаслиги, нотўғри эканлиги аниқланса, у фикр юритиш объектдан сиқиб чиқарилади ва янги фаразлар, йўллар тахмин қилинади ёки ўйлаб топилади.

Муаммо ва масалани ҳал қилиш, ечиш, олинган натижаларнинг тўғрилигига қаноат ҳосил қилиш учун ечувчи, уни текшириш билан тафаккур ҳаракатларини яқунлайди. **Ижодий тафаккурнинг навбатдаги таркибий қисмлари қуйидагича акс эттирилади: қўйиладиган саволларга жавоб бериш, масалани ечишга ёрдам берадиган йўллар, усуллар, воситалар, қоидалар ва кўникмаларни қидириш, уларни танлаш ҳамда мазкур фаолиятда уларни татбиқ қилиш ва бошқалар.**

(James W.Kalat. Introduction to Psychology.10 edition. 2013.)

Ижодий тафаккур тури ўзининг самарадорлиги ва долзарблиги, универсаллиги билан бошқа фикр юритиш жараёнларидан фарқ қилади, янги-янги муаммоларни ўйлаб чиқиш жараёни бўлиб, инсоннинг билиш фаолиятида етакчи роль ўйнайди.

(James W.Kalat. Introduction to Psychology.10 edition. 2013. 324-326 p.)

Психология фанида тафаккур реалистик ва аутистик турларга ажратилади.

Реалистик тафаккур куршаб олган атроф-мухитни ўрганишга, акс эттиришга қаратилган фикр юритиш бўлиб, у мантиқий қонун ва қоидалар ёрдами билан воқеликни инъикос қилади. Аутистик тафаккур инсоннинг ҳоҳиш ва истакларини амалга ошириш

Йирик собиқ совет психологларидан бири З.И.Калмикова ўз тадқиқотларида тафаккурни продуктив ва репродуктив турларга ажратиб ўрганган эди.

Қисқа вақт бирлиги ичида янги оригинал фикрлар яратиш ёки муҳим илмий, амалий масалаларни ҳал қилиш билан белгиланадиган тафаккур

Фазовий тафаккур муаммоси атоқли рус психологи Б.Г.Ананьев ва унинг шогирдлари томонидан тадқиқ қилинган бўлиб, кейинги йилларда бу муаммо юзасидан таниқли психолог И.С.Якиманская томонидан касб-хунар коллежи ўқувчиларида тадқиқот ишлари олиб борилмоқда. Фазовий тафаккур деганда нарса ва ходисаларнинг фазода рационал жойлашиши, замон ва макон муносабатларини, мураккаб боғланишларини адекват равишда акс эттиришдан иборат фикр юритиш жараёни тушунилади, тасаввурлар, хотира ва хаёл тасаввурлари билан узвий боғлиқ ҳолда намоён бўлади.

6. Тафаккур сифатларини инсон интеллектуал тараққиётидаги ўрни

Тафаккур бошқа билиш жараёнлари каби ўзининг индивидуал хусусиятларига эга бўлиб, фикр юритиш фаолиятининг шакллари, воситалари ва операцияларининг муносабатлари кишиларда турлича намоён бўлишида ўз ифодасини топади. Одатда тафаккурнинг индивидуал хусусиятлари, сифатларига билиш фаолиятининг мазмундорлиги,

мустақиллик, эпчиллик, самарадорлик, фикрнинг кенглиги, тезлиги, чуқурлиги ва бошқа сифатлар киритилади.

Тафаккур мазмундорлиги деганда инсоннинг теварак-атрофдаги моддий воқелик тўғрисида онгда қай миқдорда, қўламда мулоҳазалар, муҳокамалар, фикрлар, муаммолар, тушунчалар жой олганлиги назарда тутилади. Инсонда санаб ўтилган характердаги ғоялар тўлиб тошса, шунчалик тафаккур мазмундор бўлади. Кишилар бир-бирларидан биринчи навбатда тафаккурнинг мазмундорлиги билан тафовутланади.

Тафаккурнинг чуқурлиги деганимизда моддий дунёдаги нарсаларнинг асосий қонунлари, қонуниятлари, хоссалари, сифатлари уларнинг ўзаро боғланишлари, муносабатлари, тафаккуримизда тўлиқ ақс этганлигини тушунишимиз керак. Тафаккур арсеналида жойлашган нарсаларнинг қай йўсинда системалашганлигига қараб тўғри ва рационал йўл назарда тутилади, у ёки бу шахснинг тафаккур чуқурлиги тўғрисида қатъий бир қарорга келиш мумкин.

Тафаккурнинг кенглиги ўзининг мазмундорлиги, чуқурлиги каби сифатлари билан мунтазам алоқада бўлади. Инсонлардаги нарса ва ҳодисаларнинг энг муҳим белги, хусусиятларини ўзида мужассамлаштирган ўтмиш юзасидан, ҳозирги давр ҳақида, шунингдек, келажак тўғрисида мулоҳазалар, муаммолар ва тушунчаларни қамраб олган тафаккур кенг тафаккур дейилади. Фикр доираси кенг билим савияси юқори серғоя ижодий изланишдаги кишиларни ақл заковатли, билимдон ёки тафаккури кенг кишилар деб аташ мумкин. Демак, инсоннинг ақл-заковати, билимдонлиги мулоҳазадорлиги унинг тафаккурининг кенглигидан далолат беради.

Инсон тафаккури ўзининг мустақиллиги жиҳатидан мустақил ва номустақил тафаккурга ажратилади. **Тафаккурнинг мустақиллиги** деганда кишининг шахсий ташаббуси билан ўз олдига аниқ мақсад, янги вазифалар қўя билиши, улар юзасидан амалий ва илмий характердаги фараз, гипотеза қилиш, 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 танқидийлигида намоён бўлади. **Ақлнинг серташаббуслиги** деганда инсоннинг ўз олдига янги муаммо, аниқ мақсад ва конкрет вазифалар қўйишни, 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 ўз ўрнида аниқ қўллашда, трафаретга айланган эски йўл ҳамда усуллардан фориғ бўлишда ва бошқа жараёнларда ифодаланади.

Ўзининг ўзгаларнинг мулоҳазаларини, бу мулоҳазаларнинг чин ёки чин эмаслигини текшира билишда ва намоён бўлган мулоҳазаларга, муҳокамаларга, муаммоли вазиятга баҳо бера билишда ақлнинг танқидийлиги муҳим роль ўйнайди. 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. Мабодо тафаккурнинг танқидийлиги субъектив хатоларга, умуман субъективизмга оғиб кетса, бундай ҳолда субъектив танқидийлик дейилади. Субъектив танқидийлик салбий оқибатларга олиб келади, шунингдек инсонлар ўртасида англашилмовчилик ғовини вужудга келтиради, икки шахс ўртасида қутилмаганда зиддият пайдо бўлади. Инсонда тафаккурнинг танқидийлиги оқилона рационал тарзда вужудга келса, унда шахс муҳим сифат билан бойийди деб аташ мумкин.

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 номуस्ताқил деб аталади. Номуस्ताқил тафаккурли кишилар тайёр маҳсулотлар қулига айланадилар. Уларда ўсишдан орқада қолиш хавфи туғилади. Натижада ақл-заковатли инсон бўлиш ўрнига, калтабин, ақлдан эринчоқ, беҳафсала одам бўлиб вояга етади. Демак, тафаккурнинг номуस्ताқиллик илллати ривожланишига тўсиқ бўлиб, яқка шахс учун эса трагедия ролини бажариши эҳтимолдан холи эмас.

Фикрнинг мустақиллиги унинг маҳсулдорлиги билан узвий боғланган. Агар инсон томонидан муайян вақт ичида маълум соҳа учун қимматли ва янги фикрлар, ғоялар, тавсифномалар яратилган ҳамда назарий ва амалий вазифалар ҳал қилинган бўлса, бундай кишининг тафаккури **сермаҳсул тафаккур** деб аталади. Демак, вақт оралиғида бажарилган иш кўлами ва сифатига оқилона баҳо бериш тафаккур маҳсулдорлигини ўлчаш мезони сифатида хизмат қилади.

Тафаккур 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 қилмоғимиз шарт. Фикрнинг оператив жиҳатдан тезкорлик билан ўзгартиришдан ва тўғри йўналишга йўллаб юборишдан иборат тафаккур сифати унинг ихчамлиги дейилади. Масалан, талаба имтиҳонда аввал ғояни нотўғри ёритаётиб, ўз-ўзича бирданига хатосини англаб тўғри жавоб бера бошлаши кабилар. Демак, тафаккурнинг мазкур сифати фикрларни, ахборотларни тингловчиларга хато ва камчиликларсиз етказиб бериш гаровидир.

Тафаккурнинг тезлиги қўйилган саволга ва муаммога тўлиқ жавоб

олинган вақт билан белгиланади. Унинг тезлиги қатор омилларга, жумладан фикрлар учун зарур материални тез ёдга тушира олишга, муваққат боғланишларнинг тезлиги, турли ҳисларнинг мавжудлигига, инсоннинг диққатига, қизиқишига боғлиқ бўлади. Бундан ташқари тафаккурнинг тезлиги бошқа шартларга – инсоннинг билим савиясига, фикрлаш қобилиятига, мавжуд кўникма ва малакаларига ҳам боғлиқ эканлиги исботланган. Хулоса қилиб айтганда, тафаккур жараёнларининг тезлиги ва жараёнларнинг маълум фурсат ичида қанчалик самара берганлиги билан баҳоланади.

Фикрларнинг тезлиги талабалар ва ўқувчиларга зарур психологик қурол бўлиб хизмат қилади. Имтиҳон пайтида, семинар машғулотларида фаол иштирок қилган талаба ҳаяжонланиб, эгаллаган билимларини вақтинча унутиб ўзини йўқотиб кўяди. Ўринсиз салбий эмоциялар унинг тафаккурини тормозлаб, муваффақиятсизликка олиб келади, яъни фикрни баён қилишда инертлик пайдо бўлиб, кейинчалик бутунлай тормозланишга айланади. Баъзи талабалар аксинча, имтиҳонда ҳаяжонланиб фикрлари равшанлашади. Қаттиқ ҳаяжонланиш, қаттиқ ташқи таъсир натижасида уйқудаги айрим нейронлар уйғониб, функцияси жадаллашиб кетади ва фикр бирданига равшанлашиши мумкин. Шунинг учун ўқитиш жараёнида талаба ва ўқувчиларнинг ақлий фаолиятини тўғри баҳолашда уларнинг индивидуал типологик хусусиятларини ҳисобга олиш мақсадга мувофиқдир.

Жаҳон психологларининг кўрсатишига қараганда, юқорида таҳлил қилиб чиқилган тафаккур сифатлари уларнинг асосий хусусияти билан узвий боғлиқдир. **Тафаккур сифатлари эркаклар ва аёлларда кичик тафовутлар билан бир биридан фарқ қилади. Қизлар одатда саводхонликда, нутқий равонликда, нарсаларни дид билан жойлаштиришда, ҳис-туйғуларни ошкор этишда, таъм ва рангларни ажратишда ўта сезувчанлиги билан фикрлаш жараёнида ажралиб турадилар. Йигитлар фазовий тафаккурлари жиҳатдан, интеллектуал билимлилар сони жиҳатдан қизларга нисбатан кўпчиликни ташкил қилади. Бу масала психологияда ҳозир ҳам мунозарали масалалардан бири ҳисобланади.**

(David G. Myers. "Psychology" 9 edition 2010. 437-439 p.)

Тафаккурнинг асосий ва энг муҳим белгиси, хусусияти бу моддий воқеликдаги муҳим жиҳатларни ажратиб мустақил равишда янги мазмундаги умумлашмаларни келтириб чиқаришдир. Инсон оддий нарсалар тўғрисида фикр юритганда ҳам уларнинг ташқи белгилари билан чегараланиб қолмайди, балки ҳодиса моҳиятини очишга интилади, оддий турмуш ҳақидаги умумий қонуниятни яратишга ҳаракат қилади. Шубҳасиз, инсон тафаккури ҳали изланмаган, тўла фойдаланилмаган заҳира ва имкониятларга эга. Тафаккур психологиясининг асосий вазифаси ана шу заҳирани тўла очиш фан-техника ривожини интенсивлашдан иборат. Чунки ҳар қандай кашфиёт, янгилик, ривожланиш инсон ақл-заковатининг маҳсулидир. Шу боисдан ҳам фан ва техниканинг

ривожланиши инсоншунослик фанининг ривожига кўп жиҳатдан боғлиқдир.

6. Тафаккур борасидаги психологик назариялар талқини

Тафаккур муаммоси хориж психологиясида кенг доирада тадқиқ қилиниб, атрофлича билимлар ва маълумотлар захираси тўпланган. Айнан келтирилган маълумотларда тафаккур тушунчаси турли нуқтаи назарлардан таҳлил қилинади.

Экзистенциализмнинг асосчиси бўлмиш немис файласуфи Мартин Хайдегер (1889-1978) тушуниш учун ўз диққатимизни қарата олсаккина биз фикрлашга ўрганамиз-деб ёзади. Унинг фикрича, нарса ва воқеаларнинг моҳиятини тушуниш, англаб етиш, инсон фикрлаш жараёнида муҳим ўрин эгаллайди. Тушунишни талаб қиладиган нарса инсонни фикрлашга ундайди. Тушунишни талаб қиладиган нарса ҳеч қачон биз томонимиздан яратилмайди.

Хайдегернинг фикрича, тафаккур мавжудлигининг асосий хислати бу тасаввурдир. Тафаккур ҳақидаги таълимотга асосан тасаввур фикрда ифода этилади. Шунинг учун ҳам тафаккур ҳақидаги таълимотни логика, мантиқ деб атайди.

К.Р.Мегрелидзенинг таъкидлашича, инсондаги бирор бир руҳий ҳодиса ижтимоий омилни ҳисобга олмасдан туриб, тўғри тушунтирилиши мумкин эмас. Бу нарса биринчи навбатда тафаккурга тааллуқлидир. Тафаккурнинг ижтимоий ҳаётнинг бошқа кўринишларисиз ўрганиш мумкин эмас.

Инсон тафаккурининг усуллари нерв тизимида ҳам, миясида ҳам эмас, балки бир даврда мана шундай идрок этишга, ўйлашга, ишлашга, бошқа бир даврда эса нерв фаолиятини бошқача ишлашга йўллайдиган ижтимоий шароитдадир.

Инсонлар фикрлари ва қарашлари индивидуал тартибда эмас, ижтимоий муносабатлар туфайли содир бўлади. Бу ҳақда К.Р.Мегрелидзе шундай ёзади: инсон тафаккури табиий ва биологик қонунлар бўйича эмас, балки ижтимоий – тарихий қонуниятлар йўлида ҳаракатланади. Инсоннинг фикрлаш усули аввало ижтимоий ҳодисадир. Фикр ҳеч қачон ўз-ўзидан пайдо бўлмайди, фикр бирор нарса ҳақида, бирор предмет ҳақида бўлиши мумкин. Предметсиз фикрнинг бўлиши мумкин эмас.

Биринчидан, онгнинг субъектив ҳолатинигина ифодаламасдан, балки объектга ҳам тегишли бўлади ва нарсалар муносабатини ифодалайди.

Иккинчидан, янги фикрнинг вужудга келиши билан билиш жараёни тугалланмайди, балки фақатгина бошланади. Бу билишнинг бошланғич босқичи бўлиб, ғоянинг субъектив ҳолатидир, энди фикрни амалга ошириш босқичи бошланади.

Учинчидан, алоҳида индивиднинг фикри ижтимоий етилган фикрларнинг хусусий кўринишидир.

Ҳар бир алоҳида шахс ижтимоий тушунчалар, тасаввурлар

ёрдамида фикрлайди. К.Р.Мегрелидзе инсон фикрининг ижтимоий эканлигини қайта-қайта таъкидлайди. Фикрлар ва ғоялар эркин индивидуал ижоднинг маҳсули эмас, балки индивиднинг ўзи каби жамият ва ижтимоий муносабатлар маҳсулидир. Шунинг учун инсон тафаккури тафаккур босқичлари, инсон тафаккурининг шакллари ва усуллари ҳақидаги жумбоқнинг ечимини мантиқий изланишлардан анъанавий психологиядан эмас, балки аввало бу ғояларнинг ижтимоий келиб чиқишидан излаш керак. У ёки бу индивид жамиятда етилган ижтимоий ғояларнинг тасодифий ифодаловчиси бўлиб қолади.

Академик А.И.Берг шундай деб ёзади “инсон фақат ташқи дунё билан тўхтовсиз мулоқот қилиши шароитидагина узок вақт фикрлаши мумкин. Ташқи дунёдан тўлиқ информатсион ажралиш бу ақлдан озишнинг бошланишидир. Информатсион ундовчи тафаккурнинг ташқи дунё билан алоқаси инсонга озиқ-овқатдек, иссиқликдек зарур”. Психология фани таракқиётида немис психология мактаби муҳим ўринлардан бирини эгаллайди ва асримизнинг бошларида Германияда Вюрцбург психология мактаби деб номланган янги йўналишга эга бўлган психологик оқим пайдо бўлди. Мазкур йўналишнинг йирик вакиллари сифатида О.Кюльпе (1862-1915), К. Бюллер (1879-1922), А.Мессер (1837-1937), Ах Нарцис (1871-1946) ва бошқаларни санаб ўтиш лозим. Улар томонидан олиб борилган экспериментал тадқиқотлар тафаккур муаммосининг ривожига маълум даражада ҳисса қўша олди. Вюрцбург психология мактаби вакиллари тафаккурни ҳиссий босқичда турган психик жараёнларга, яъни сезги ва тасаввурларга ажратиб ўрганишда рационал босқичдаги мураккаб жиҳатлардан механик равишда вужудга келади, деб тушунтириш мумкин эмаслигини экспериментал йўл билан исботлашга ҳаракат қилдилар. Олиб борилган тадқиқотларни ўзларининг устиларида ўтказиб, натижаларни объектив бўлишига камроқ эътибор берганлар.

Вюрцбург психология мактабининг намоёндалари тафаккур бу ички ҳаракат, актидир деб қарай бошлайдилар. Ўз-ўзини кузатиш методидан фойдаланиб, иш тутишда улар мана бундай ифоданинг маъносини тушунтириб беришлари лозим, тафаккур ҳаддан ташқари машаққатлики, шунга қарамай кўпчилик шунчаки ҳукм чиқаришни маъқул кўрадилар. Шунингдек, улар олдида муносабатларни ўрнатиш қисм, яхлит, тур, жинс объектнинг нисбати ва ўзаро муносабатларини ушбу муносабатларнинг аниқ аъзоларини идрок қилишни аниқлаш вазифалари туради. Шунинг билан бирга уларнинг барча тадқиқотлари объектив методларни излашга оид фаолиятларида авж олди. Жумладан, Н.Ах томонидан сунъий тушунчаларнинг шаклланиши бўйича дастлабки методика яратилди. Мазкур назария вакиллари тафаккурни муносабатларнинг акс этиши билан боғлаб, тафаккурни муносабатларнинг бирламчи қараб чиқиш, ёинки бирламчи маълумот бериш манбаи сифатида талқин қиладилар. Тафаккур таракқиёти масаласини кўтариб чиқиб, ўсишнинг фикрларни фаоллаштириш орқали амалий фаолиятдан тафаккурни мутлақо ажратиб қўйдилар. Тафаккурни

тадқиқ қилишнинг асосий методи – бу ўз-ўзини кузатиш эканлигини тан олади, холос. Мазкур муаммо гноселогик нуқтаи-назардан олиб қаралганда ушбу позиция идеализм измига кириб бораётганлигини англаб олиш унчалик қийин эмас. Вюрцбург мактаби намоёндалари тафаккурни алоҳида мустақил билиш фаолияти сифатида аниқ кўрсата билди. Бироқ тафаккурни амалиётда нутқдан ва ҳиссий образлардан қатъий ажратиб ташладилар.

Вюрцбург психология мактаби намоёндаларидан бири О.Зельц тафаккурни интеллектуал операциялар ҳаракати сифатида қабул қилган. У ўз олдига фикр юритиш фаолиятининг у ёки бу жиҳатлари қай йўсинда шаклланишини кузатиш, интеллектуал фаолият босқичларини кўрсатиш ақлий фаолиятнинг продуктив ва репродуктив кўринишидаги зиддиятларни бартараф қилиш вазифасини қўйди. О.Зельц масала ечиш жараёнини ўрганишда умумийликка эга бўлган масалани вужудга келтириш босқичларига алоҳида эътибор бериб, элементлар билан предметлар муносабатини ажратиб кўрсатади. Бунинг натижасида муаммо комплекси намоён бўлади. Комплекс ўз ичига ушбу жиҳатларни қамраб олиши назарда тутилган: а) маълумнинг тавсифномасини бўлақларга ажратиш; б) қидирилувчи номаълумнинг ўрнини аниқлаш; в) номаълум қидирилувчи билан маълум қидирилувчи ўртасидаги муносабатларни ажратиб кўрсатиш.

Шундай қилиб, Вюрцбург психология мактабининг намоёндаси О.Зельц психология тарихида биринчи бўлиб тафаккурни жараён сифатида экспериментал методлар билан тадқиқ қилган, интеллектуал операциялар ва уларнинг таркибий қисмларини назарий ва амалий жиҳатдан таърифлаб берган, изчил илмий методларга асосланиб, ўрганишга бутун вужуди билан интилган психологдир. Германияда психологиянинг гештальтпсихология йўналиши вужудга келди. Унинг, кўзга кўринган намоёндалари қаторига Х.Эренфельс (1859-1932), В.Келер (1887-1967), К.Кофка (1886-1941) ва бошқалар киради. Гештальтчилар фикрига қараганда, ҳар бир психик ҳодисанинг мазмуни унинг таркибига кирувчи қисм ва элементларни биргаликда акс эттиришдан кўлам жиҳатидан кенг, мазмун жиҳатидан ранг-барангдир. Гештальтчиларнинг аксиоматик характерга эга бўлган ушбу тезислари мазкур таълимот ғоясини очиб беришга хизмат қилади, алоҳида олинган қисм ва элементларнинг йиғиндиси яхлит тузилиш мазмунини белгилаб бера олмайди, аксинча яхлит тузилма қисм ва элементларнинг хусусиятлари ва хоссаларини белгилаб беришга қурби етади.

Гештальт психологиянинг марказий назарияси ҳар қандай психологик жараёнларнинг бош моҳияти уларнинг сезгиларга ўхшаш алоҳида элементлари эмас, балки конфигурация шакл ёки гештальтчиларнинг яхлит яратишидан иборат.

Гештальт психологияда тафаккур муаммосининг тадқиқотинг кенг камровли тарзда олиб боради. Жумладан, В.Келёр антропоидларнинг

интеллектуал ҳаракатларини экспериментал ўрганиш натижасида юқори даражада тараққий қилган маймунларнинг ақлий ҳаракатида инсон ҳаракатига хос ўхшашлик борлиги тўғрисида хулоса чиқаради.

В.Келёрнинг фикрича, топшириқни ечиш механизми куйидагилардан иборат: организмнинг оптик майдонидаги вазиятларнинг муҳим элементлари бир бутунликни, яъни вазият элементларига, гештальт ичига кириб, гештальтда қайси жойни эгаллашга боғлиқ равишда янги аҳамият касб этади. Вазиятнинг муҳим элементларидан намоён бўлувчи гештальтчилар муаммоси вазиятда организмда баъзи бир зўриқишлар таъсирида вужудга келади, топшириқни ечиш муаммоли вазиятнинг қисмлари янги гештальтда янги муносабатда идрок қилина бошлаганида тугалланади. Масалани ечиш аниқ қадамларни юзага келтирувчи гештальт сифатида майдонга чиқади.

Гештальтчиларнинг айримлари “йўналиш” атамасини қўллаб, уни ўтмиш тажрибаси билан боғлашга интиладилар. Шунингдек, улар “тафаккурнинг эврестик методлари” тўғрисидаги тушунчадан ҳам фойдаланадилар. Бунда материални, қўйилган мақсадни, конфликтли ҳолатларни таҳлил қилишни назарда тутадилар.

Гештальтчилар тафаккур психологиясининг қатор муаммоларини кўтариб чиқадилар, чунончи ижодий тафаккурнинг ўзига хослиги, тафаккур жараёнида янгиликнинг вужудга келиши, билимлар билан тафаккур нисбати, топшириқни бажариш жараёнида аста-секин ва бирданига ечиш йўлини қўллаш кабилар. Тафаккурни психологик ўрганишда функционал ривожланиш ғоясини амалиётга татбиқ қилиш ҳам маълум даражада гештальтпсихология намоёндаларининг хизмати ҳисобланади.

Шунга қарамасдан В.Келер М.Вертгаймер, К.Дункерларнинг экспериментал тадқиқотлари тафаккурнинг асосий механизмларидан бири бўлган предметларни янги алоқалар ва муносабатларга фикран жиҳатини очишни аниқладилар. Аммо улар ҳам мазкур муаммоли вазиятда индивиднинг амалий ва назарий ақлий фаолиятлари ролини мутлақо тан оладилар.

Америка психологиясида вужудга келган бихевиоризм ёки ҳулқ психологияси оқими ўтган асрнинг охирларидан бошлаб ҳукм суриб келмоқда. Бихевиоризм оқимининг асосчилари америкалик психологлар Дж.Уотсон (1878-1958) ва Э.Торндайк. (1871-1949) лардир. Кейинчалик булар қаторига К.Левин (1890-1957) А.Вайс (1974-1931) ва бошқалар келиб қўшиладилар. Маълум давргача мазкур оқим психология оламида доминантлик ролини ўйнайди. Ҳозирги даврда бу оқим бир неча мустақил психологик мактабларга ажралиб кетган. Лекин уларнинг моҳиятида бихевиоризм нафаси уриб туради. Ҳаммаси учун умумий формула S-R, яъни стимул-реакция хизмат қилиб келмоқда.

Дж.Уотсон тафаккурнинг ички нутқ ва новербал товушсиз имо-ишора, мимика, елка қисиши, қош сузиш, коммуникация, мулоқотни бирга

қўшиб, кенг маънода тушунади ва уни учта шаклга ажратиб ўрганади. Нутқ шаклларида бири нутқ малакаларини секин-аста авж олдириш деб аталади. Бу шеърни ёки цитатани аниқ эсга туширишда ўз ифодасини топади. Тафаккурнинг иккинчи шакли субъект учун янги бўлмаган топшириқни сўз ёрдами билан ечиш, ярим-ёртиси унутилган шеърни эслашга ҳаракат ва ниҳоят, янги топшириқни яққол ифодали ҳаракат ва сўз ёрдами билан ечиш Дж. Уотсон учун малака у индивидуал эгаллаган ва ўрганилган хатти-ҳаракатдир. Ушбу назария нуқтаи назаридан қарасак, тафаккур малакага яқинлаштирилиб қўйилади, чунки шеърни эсга тушириш ҳам тафаккур деб талқин қилинади.

Дж. Уотсон тилни ўзлаштиришнинг ижтимоий жиҳатларини умуман ҳисобга олмаган, нутқнинг тузилиши ва ривожланишига сира эътибор қилмаган. Нутқ билан тафаккур бирлиги тўғрисида тамойилни англаб етмаган, тафаккур ва онгнинг ҳулқ кўриниши сифатида олиб қаралган.

Асосий адабиётлар

1. Ғозиев Э.Ғ. Умумий психология. -Т. 2010й .
2. Рогов Е.И. Общая психология. Курс лекций. Учебник для ВУЗ. М-2002.
3. James W.Kalat. Introduction to Psychology.10 edition. 2013.
4. David G.Myers. “Psychology” 9 edition 2010.

IV. Амалий машғулот материаллари

“Умумий психология” фани бўйича семинар машғулотларини ташкил этиш шакли ва ўтказиш бўйича тавсия ва кўрсатмалар

Семинар машғулотининг асосий мақсади ўқитувчининг раҳбарлиги ва назорати остида талабада муайян ўқув ишларини мустақил равишда бажариш учун зарур бўлган билим ва кўникмаларни шакллантириш ва ривожлантиришдир.

Семинар машғулотининг мавзулари маъруза машғулоти мавзуларидан келиб чиқиб танланади.

Семинар машғулотини ташкил этишда талабаларнинг ўзлаштириш даражаси ва қобилиятини ҳисобга олган ҳолда амалий машғулотнинг «Тақдимот», «Баҳс-мунозара», «Мастер класс», «Дебат», «ФЭДБЭК» шаклларида фойдаланилади.

Шунингдек семинар машғулотларида талабалар фаолиятини жадаллаштирувчи, муаммоларни аниқлаш ва ечишга йўналтирувчи, солиштириш, таққослаш ва қиёслаш орқали таҳлил қилиш кўникма ва малакаларини ривожлантиришга йўналтирилган «Пинборд», «Блиц сўров», «Венн диаграммаси», «Синквейн», «ФСМУ», «Кейс», «БББ», «Психотехника», «» ва х.к. интерфаол стратегиялардан фойдаланилади.

1-амалий машғулот

“Умумий психология фани предмет ва вазифалари”

Семинар машғулотининг бориши:

1-босқич. Ўқитувчи талабаларни давомот қилади. Ўқитувчи дарсинг бошланишида талабаларни хоҳиши орқали гуруҳларга ажратади. (3 дақиқа)

2-босқич: «Умумий психология фани предмет ва вазифалари» мавзуларининг асосий тушунчаларини ва калит сўзларини эслаб флипчартга ёзадилар. Психологияда илмий терминларни гуруҳларда муҳокама қилади. (7 дақиқа)

3-босқич: *1-иш:* Гуруҳларда «Умумий психология фани предмет ва вазифалари» мавзусини ўрганиш. Бунда ўқитувчи олдиндан режа асосида мавзуга тухталади. (ассесмент усулидан фойдаланиш мумкин) Талабаларга тарқатма материаллар берилади. Семинар дафтарига ёзадилар, саволлар тайёрлайдилар. (20 дақиқа)

Гуруҳларга топшириқлар:

1-гуруҳ: Умумий психология фани предмети ва вазифалари ҳақида умумий тушунчалар (*баён қилинади*)

2-гуруҳ: Психология фани қандай фан?

3-гуруҳ: Сиз ўз психикангизни билишни хоҳлайсизми?

4-гуруҳ: Психиканинг намоён бўлиш шакллари ва уларнинг ўзаро боғлиқлиги

2-иш: Гуруҳларларнинг чиқишлари. (ҳар бир тақдимотчига 4 мин)

3-босқич: Гуруҳлар ишларининг муҳокамаси. (10 дақиқа)

4-босқич: Гуруҳлар ишининг хулосалари. (10 дақиқа)

5-босқич: Мустақил бажариш учун топшириқлар (уйга вазифа): (10 дақиқа)
Дарсни яқунлаш, баҳоларни эълон қилиш ва уйга вазифани эълон қилиш (5 дақиқа)

“Психик жараёнлар”, “Ҳозирги замон психологияси соҳалари” бўйича ҳар бир талаба психоанализ идрок харитаси таҳлил асосида ишланмасини бажаради.

ТАРҚАТМА МАТЕРИАЛЛАР

Умумий

Психологиянинг

фан сифатида дунёга
келиши ва
ривожланиши кўплаб
олимларнинг илмий
адабиёт ва
дарсликларида баён
этилган. Франциялик
олим Ж.Годфруанинг
“Что такое психология”

**Психология
фанининг мақсади**
инсонни ўзини-ўзи



Психология фанининг
вазифаси психик



Психологиянинг
предмети- инсон рухий



Психика - бу
тафаккур сезгилар





Мия ва психика. Одам миясининг иккала ярим шари алоҳида вазифаларни бажаради. Чап ярим шар асосан одамнинг мантиқий фикрлашига жавоб берса, ўнг ярим шар шароитни тўлиқ тасаввур қилиш ва фантазияга жавоб беради. Мия ярим шарлари вазифаларининг бундай бўлинишини биринчи бўлиб америкалик олимлар Роджер Сперри, Майкл Газзанига, Филипп Фогеллар аниқлашган ва тадқиқ қилишган. Калифорния технология институтида одам бош мия ярим шарларининг ўзаро алоқаси 1960 йилдан бошлаб ўрганила бошлаган. 1950 йилларда бу тажрибалар ҳайвонларда ўрганилган эди. Инсон мияси устидаги тажрибалар иккинчи жаҳон уришида бошига милтиқ қўндоғи билан урилиши натижасида кейинчалик эпилепсияга учраган собиқ аскарнинг азобларини енгиллатиш учун ярим шарлар орасида алоқани таъминловчи нервларни узишдан бошланган.

**ПСИХИКАНИНГ НАМОЁН БЎЛИШ ШАКЛЛАРИ ВА УЛАРНИНГ
ЎЗARO БОҒЛИҚЛИГИ**

ПСИХИК ЖАРАЁНЛАР	ПСИХОЛОГИК ҲОЛАТЛАР	ШАХСНИНГ ХУСУСИЯТЛАРИ
Билиш жараёни	Ҳиссий – иродавий	Индивидуаллик
Сезгилар	Эмоциялар	Йўналишлар
Идрок	этиқодлилиқ	Темперамент
Хотира	бардамлик	Характер
Тафаккур	Тетиклик	Қобилиятлар
Хаёл	Апатия	Иқтидор
Нутқ	қизиқувчанлик	ақлий салоҳият
Диққат	хайратланиш	хулқ мотивацияси
	ишончлилиқ	иш услуби
	ижодий руҳланиш	Масъулият

Психология фанининг
филогенетик, тарихий,
онтогенетик
ривожланишига

- детерминизм;
- онг ва фаолият
бирлиги;
- тараққиёт;
- тарихийлик;
- предметлилик;
- монизм;
- нутқ ва тафаккур
бирлиги.

2-амалий машғулот

Умумий психология фанининг илмий тадқиқот методлари

МАЪРУЗА МАШҒУЛОТИ ЖАРАЁНИ ВА УНИНГ БОСҚИЧЛАРИ:

Ишнинг номи	Бажариладиган иш мазмуни	Метод	Вақт
1-босқич: ташкилий қисм	1. Давоматни аниқлаш ва талабаларни кичик гуруҳларга бўлиш.	Талабалар хоҳишига кўра	2 мин
2-босқич: рефлексия	1-мавзунинг асосий тушунчаларини тушунтириш Тадқиқот методларини танлаш ва психологик диагноз	Гуруҳлар ичида муҳокама Кичик гуруҳда ишлаш	5 мин 10 мин
3-босқич: янги мавзунинг баёни	Экспериментал психологик тадқиқотларни ўтказиш, олинган натижаларни талқин қилиш ва хулоса чиқариш Тестларнинг классификацияси Социометрия методи Тестларнинг ишончлилиги ва валидлиги бўйича маълумотлари	Тақдимот Слайд ёрдамидаги кичик маъруза	15 мин 15 мин
4-босқич: мустаҳкамлаш	Мавзу бўйича савол-жавоб ўтказиш	Гуруҳни баҳолаш	25 мин
5-босқич: баҳолаш. дарс якуни	Гуруҳларда ишлаш, яъни қўшимча саволларга жавоб бериш ва хулосалаш	Гуруҳни баҳолаш	5 мин
6-босқич: мустақил бажариш учун топшириқлар (уйга вазифа)	“Умумий психология фанининг илмий тадқиқот методлари” мавзусини “Идрок харитаси” асосида методларни ўрганиш	Индивидуал ишлаш	2 мин

Тест топшириқлари

- Кузатиш методи турларини аниқланг?
 - Лаборатория шароитида
 - Ўз-ўзини кузатиш
 - дарс давомида кузатиш
 - эксперимент
 - Табиий эксперимент
- Кишиларнинг психологик хусусиятларини стандарт лаборатория шароитида, турли тадқиқот ускуналаридадан фойдаланиб ўрганиш методи:

А. Кузатиш Б. Анкета С. эксперимент Д. тест Е. Объектив кузатиш

3. Психология фанининг методи жараёнида тадқиқотчи тажриба боришини бошқариш, ўзгартиришлар киритиш орқали стандартлашган натижалар олиш имкониятига эга.

А. Тест Б. Кузатиш С. анкета Д. эксперимент Е. Социометрия

4. Кишининг психологик хусусиятларини махсус тузилган саволларни ўз ичига саволномалар ёрдамида ўрганиш?

А. Тест Б. Кузатиш С. анкета Д. эксперимент Е. Социометрия

5. Саволларга уларнинг жавоб вариантлари берилган анкеталар қандай типдаги анкеталар дейилади.

А. Очiq типдаги Б. Ярим очiq С. ёпиq типдаги Д. тест типдаги Е. Социологик типдаги

6. Қисқа муддатли стандарт (ўзгармас) вазифалардан иборат бўлиб, бажарилиши натижасига кўра шахснинг билим, кўникма, малака, индивидуал хусусиятларнинг ривожланганлик даражасини ўрганиш методи дейилади. Шахснинг билим, кўникма, малака, индивидуал хусусиятларнинг ривожланганлик даражасини ўрганиш методи.

А. Кузатиш Б. Эксперимент С. анкета Д. тест Е. Билимни баҳолаш

7. Кишининг ақлий ривожланиш даражасини ўрганиш учун қўлланиладиган тестлар қандай тестлар дейилади?

А. Интелект тестлар Б. Проектив тестлар С. шахсни кузатиш тестлари
Д. расмли тестлар Е. Клиник тестлар

8. Проектив метод -

А. шахснинг индивидуал психологик хусусиятларни аниқловчи ва ўлчашни тадқиқ қилади;

Б.геометрик фигуралар асосида шахсга ташхис қўяди;

С. тажриба вазиятларида расмлар идрок қилиниб, унинг талқини берилади;

Д. сиёҳ доғларидан фойдаланиб, шахснинг интеллектуал салоҳияти текширилади;

Е.барча жавоблар тўғри.

9. Шахснинг ақлий хусусиятини ўрганувчи ва аниқловчи тест -

А. Равен

Б. Розенцвейг

С.Векслер

Д. Роршах

Е.Кэттел.

10. Валидлик атамасининг маъноси -

А. асосли, керакли, хос

Б. тўлақонли, яроқли, мос

С. мезонли, махсус

Д. тўғри, аниқ

Е.барча жавоб тўғри.

Тарқатма материаллар

1. ОРТИҚЧА ПРЕДМЕТНИ ТОПИШ (ВА ОЛИБ ТАШЛАШ).

Бу методика ўқувчи тафаккурининг аналитик—синтетик хусусиятларини, таҳлил қилинаётган материални умумлаштира олиш малакасининг мавжудлик даражасини ўрганишга мўлжалланган. Методикани ўрганиш учун махсус равишда тузилган расмлар мажмуасидан фойдаланилади. Расмлар мажмуасини педагогнинг ўзи ҳам ўз предметига мослаб тайёрлаши мумкин. Расмда тўртта предмет (масалан, соат, торози, кўзойнак, термометр) акс эттирилган. Текширилувчининг вазифаси акс эттирилган предметларнинг энг муҳим белгиларини топиш ва шунинг асосида "ортиқча", бошқаларга мос келмайдиган предметни топиш, қолган уч предметга эса умумий ном беришдан иборат. Бизнинг мисолимизда "ортиқча" предмет — кўз ойнак. Қолганлари эса ўлчаш асбоблари.

2. ОРТИҚЧА ТУШУНЧАНИ ТОПИШ.

Бу методика юқорида кўрсатилган методиканинг вербал (сўзлар) ёрдамида ифодаланадиган) варианты бўлиб, ўқувчининг мавҳум ва сўз — мантиқ тафаккурини, абстракт материалларни умумлаштира олиш малакасини ўрганишда қўлланилади. Ўқувчига бир қанча сўзлар мажмуаси берилади. Сўзлар абстракт сўзлар бўлиши мумкин. Масалан: олийжаноблик, тўғрисўзлик, камтарлик, кўролмаслик, ботирлик. Шунингдек, вазифа нарса ва ҳодисаларнинг номларидан иборат бўлиши ҳам мумкин (соат, барометр, самолёт, термометр, секундомер). Педагогнинг ўзи ҳам ўз предметига оид сўзлардан вазифалар тузиши мумкин. Бу ҳолда фанга оид терминлар, фанда учрайдиган энг муҳим предмет, деталларнинг номидан фойдаланиш мақсадга мувофиқ. Текширилувчининг вазифаси берилган бешта сўз орасидан бошқаларга тўғри келмайдиган "ортиқча" сўзни топиш қолган сўзларга умумий ном беришдан иборат. Вазифани тўғри бажариш учун ўқувчи берилган тушунчаларнинг энг муҳим ва умумий белгиларини топиши, шу белгилар асосида уларни умумлаштириши ва уларга умумий ном бериши лозим. Шундан кейингина ўқувчи ажратилган (топилган) муҳим белгига эга бўлмаган, яъни "ортиқча" сўзни топади.

Ортиқча тушунчаларни топиш бўйича мисоллар ва унинг баёни.

Сизга бешта сўз берилган. Уларнинг тўрттаси умумий белгилари билан бирлашган. Бешинчи сўз уларга тўғри келмайди. Уни топиб тагига чизиш керак. Фақат битта сўз ортиқ бўлиши мумкин, холос.

Мисол.

А) тарелка б) пиёла в) стол г) кастрюлка д) чойнак.

Учинчи сўз эса мебелни билдиради, шунинг учун тагига чизилади.

Кейинги мисол.

А) юрмоқ б) сакрамоқ в) ўйнаш г) ўтириш д) югуриш.

Тўртта сўз ҳаракатни билдиради. “ўтириш” эса тинчлик ҳолатини билдиргани учун тагига чизилади.

Топшириқлар тўплами:

1. а) олд кўшимча б) предлог в) суффикс г) кўшимча д) илдиз.

2. а) тўғри чизик б) ромб в) тўғри бурчак г) квадрат д) учбурчак.

3. а) барометр б) флюгер в) термометр г) компас д) азимут.

4. а) кулдор б) кул в) дехқон г) ишчи д) косиб.

5. а) мақол, б) шеър в) поэма г) ҳикоя д) повесть.

6. а) цитоплазма б) овқат в) ўсиш г) таъсирланиш д) кўпайиш.

7. а) ёмғир б) қор в) қиров г) дўл.

8. а) учбурчак б) бўлак в) узунлик г) квадрат д) айлана.

9. а) пейзаж б) мозайка в) бут (икона) г) фреска (деворга солинган расм) д) мўйқалам.

10. а) очерк б) роман в) ҳикоя г) сюжет д) повесть.

11. а) параллель б) карта в) меридиан г) экватор д) кутб.

12. а) адабиёт б) фан в) рассомлик г) меъморчилик

д) бадий хунармандчилик.

13. а) узунлик б) метр в) вазн г) ҳажм д) тезлик.

14. а) карбонад ангидрид гази б) ёруғлик в) сув г) крахмал д) хлорофил.

15. а) кириш б) кульминация в) информация г) яқун д) хотима.

16. а) тезлик б) тебранш в) кум г) оғирлик д) зичлик.

17. а) Куба б) Япония в) Вьетнам г) Буюк Британия д) Исландия.

18. а) товар б) шаҳар в) ярмарка г) натурал хўжалик д) пул.

19. а) тасвир б) таққослаш в) характеристика г) эртак д) кесатиш.

20. а) аорта б) вена в) юрак г) артерия д) капилляр.

Топшириқлар тўпланининг калити

1-6 5-а 9-Д 13-6 17-в

2-в 6-а 10-г 14-г 18-г

3-д 7-в 11-6 15-в 19-г

4-а 8-в 12-6 16-6 20-в

Ўқувчининг ўқув материални яхши тушуниши ва ўзлаштириши тафаккурни таққослаш жараёнининг ривожланганлигига ҳам боғлиқ.

Уй вазифаларини мустақил равишда муваффақиятли бажарилишида анализ, умумлаштиришдан ташқари, тафаккурни таққослаш жараёни ҳам катта аҳамиятга эга. Таққослаш предмет ва нарсалар орасидаги ўхшашликлар ва фарқларни топишни тақозо қилади. Шу сабабли педагог ўқувчида таққослаш жараёнининг қанчалик даражада ривожланганлигини ўрганиши лозим. Бунинг учун қуйидаги оддий методикалардан фойдаланишни тавсия қиламиз.

3 -амалий машғулот Психика ва онгнинг тараққиёти

Гуруҳлар учун топшириқлар:

1-гуруҳ учун топшириқ:

“Онг ва психиканинг ривожланиши” мавзусини ёритиб беринг. Кичик гуруҳда талабаларнинг ҳаммасини қуйидаги саволларга жавоб бериш керак. Шу боис саволларга талабалар ҳаммаси биргаликда тайёргарлик кўриши лозим. Талабалар доскада презентациялар қилади, кичик гуруҳдагилар биргаликда доскага чиқиб шу мавзу қай даражада ёритиб берилишига ҳам балл олади. (тайёргарлик учун 20 дақиқа)

- Саволларга тўлиқ жавоб бергани учун -8 балл
 - Ҳамма талабалар тўлиқ жавоб берса -3 бал
 - Презентацияга 5 балл
 - Талабалар ижодига 4 балл
1. Психика- бу....
 2. Психиканинг субстрати –танадир. Юксак психик функцияларнинг субстрати –мия.
 3. Психиканинг вазифаси нима ...
 4. Онг ва унинг вақллари айтинг?
 5. Онгнинг функциялари тушунтиринг?
 6. Ўзини ўзи англашнинг омиллари қандай?
 7. Онгнинг хусусиятлари қандай?
 8. Онгли ва онгсиз хатти – ҳаракатларини тушунтиринг?
 9. Олтинчи сезги нима?

2 Гуруҳ учун топшириқ:

Сиз талабалар бу онгнинг даврларда ўзгаришини ролли ижро қилиб тушунтириб беринг!

Биринчи архаик онг (ибтидоий давр). Бу даврда онг хусусияти унинг миф тизимининг таъсирида бўлганлигини кўрсатади. Архаик даврда инсон табиат билан уйғун бўлган ва ўзини шу табиатнинг ажралмас бир қисми деб англаган. Сиз энди ролли ижро қилиб тушунтириб беринг!

Онгнинг кейинги босқичида антик даврдаги онг юзага кела бошлайди. Бу, эраמידан аввалги X-IX асрларда антик маданиятнинг

ривожланиши билан боғлиқ. Антик даврда ҳам мифологиянинг ривожланиши ижтимоий онг хусусиятларида ҳар хил зиддиятларни келтириб чиқаради. Худони табиатнинг хўжайини деб билиш, Зевс, Афродита, Аполлон, яъни грек мифидаги Прометей, Гефест каби худолар одамлар учун ҳар хил маданият предметларини, олов, металлларни пайдо этиши ва бошқа табиат унсурлари инсонни, инсон турмушини безаш учун юборилади деб тушунилган. Худонинг олдида одам ҳам, табиат ҳам тенг ҳуқуқли деб билишган.

Ўрта асрлардаги онг. Бу инсоннинг табиатдан бегоналашишининг учинчи босқичи деб келтирилади. Ўрта асрлардаги экологик онгнинг монотеизмга боғлиқлигини кўрамиз (монотеизм грек тилида monos-бир, theos-худо, тангри). Биз Аврелий Августиннинг «худо дули ҳақида» рисоласида бир худога тааллуқли жиҳатини кўришимиз мумкин. А.Августин бир қараганда қандайдир «бир тарзда борлиқ бор, аммо худо эмас, у яратилиш, унда жонлилар жонсизлардан юқори жойлашиб олган, жонлилар орасида сезадиганлар сезмайдиганлардан юқори, масалан, ҳайвонлар ўсимликлардан, сезадиганлар ичида ақллироғи, устунроқ, яъни ҳайвонлардан одамлар устун, ақллилар ичида ўлмайдиганлар ўладиганлардан устун, яъни улар фаришталар» уларнинг ҳаммаси табиатнинг кучи орқали бир-биридан устун бўлиб жойлашганлар, деб ёзади. Бу даврларда табиат олами ва одам ўртасидаги қарама-қаршилик худонинг хоҳиши деб келтирилган

Ҳозирги замондаги онг. Бу даврда табиатдан инсоннинг бегоналашишига илм тараққиёти сабаб бўлди. Ахборот коммуникацияси билан онгнинг ривожланиши. Ижтимоий тармоқларга бўлган муносабат.

Дарсни якунлаш, баҳоларни эълон қилиш ва уйга вазифани эълон қилиш (5 дақиқа)

4 амалий машғулот

Фаолиятнинг психологик талқини

1-босқич. Ўқитувчи аудиторияга келиб, дарсга тайёргарлик кўради.

Талабалар давомати олинади. Дарс жиҳозлари билан таъминланганлигини кўздан ўтказди.(3 дақиқа)

2-босқич. Ўқитувчи “Фаолият” мавзуси бўйича талабаларда “ақлий хужум” ўтказди. Флипчартга “Фаолик-бу” талабалар фикрлари ёзилади ва умумий хулоса чиқаради. (15 дақиқа)

3-босқич Ўқитувчи **Фаолият** мавзусига тегишли тушунчалар юзасидан талабалар билан “синквейн” ўтказди ва уларнинг фикрларини таҳлил қилади (15 дақиқа). Ўйин, интериоризация, мотив, меҳнат, мақсад ва х.к.

4-босқич. Талабалар 4 та кичик гуруҳларга бўлинади. Гуруҳлар топшириқларни олиб 10 дақиқада тайёргарлик кўради. Тақдимот учун 5 дақиқадан вақт ажратилади.

Гуруҳлар учун топшириқлар

1. **Гуруҳ учун топшириқ.** Фаолият бўйича психолог олимларнинг таърифини беринг
2. **Гуруҳ учун топшириқ** Ўйин фаолиятининг ўзига хос хусусиятлари
3. **Гуруҳ учун топшириқ** Ўқиш фаолиятнинг таркиби ҳақида тушунчалар
4. **Гуруҳ учун топшириқ** Меҳнат фаолияти бўйича маълумотлар4-босқич
Талабалар учун ҳар бир гуруҳга тушунчалар таҳлили жадвалини тўлдириш учун 15 дақиқа берилади.

г) перцептив.

Дарсни яқунлаш, баҳоларни эълон қилиш ва уйга вазифани эълон қилиш (5 дақиқа)

5 - амалий машғулот

Шахс

1-босқич; Ўқитувчи даволат олади, дарсга тайёгарлигини кўздан кечиради.

2 – босқич: талабалар 3 кичик гуруҳларга бўлинади.

3-босқич: гуруҳлар топшириқларни олади ва тайёгарлик кўради.

Топшириқлар кўйидагича:

1-кичик гуруҳи топшириғи: “Шахсинг ривожланиши” мавзусини ёритиб беринг. Кичик гуруҳда талабаларнинг ҳаммасини куйидаги саволларга жавоб бериш керак. Саволларга талабалар ҳаммаси биргаликда тайёгарлик кўриши лозим. Талабалар доскада презентациялар қилади, ҳаммаси биргаликда доскага чиқиб шу мавзу қай даражада ёритиб берилишига ҳам балл олади. (тайёгарлик учун 15 дақиқа)

1. шахс ҳақида тушунча (ҳар бир талаба ўзини мисол қилиши керак, демак айрим сиздаги хислатлар қандай шаклланган?)
2. шахсинг индивидуал хусусиятлари нималар?
3. Темперамент ҳақида тушунтиринг (1 вазиятга 4 хил темперамент кўринишини ролда ижро этиб беринг)
4. Темпераментнинг физиологик асосларини тушунтиринг?
5. Психологияда характер нима? .
6. Эндопсихик ва Экзопсихика нима, тушунтиринг?
7. Чет эл психологиясида шахс назарияларини тушунтиринг?

2 кичик гуруҳ учун топшириқ: Биогенетик назария нима Биогенетик қонунни Ф.Мюллер ва Э.Геккеллар кашф қилишган. Социогенетик ёндашиш нима...? Психогенетик ёндашиш нима.. ?

3 кичик гуруҳ учун топшириғи: Талабалар портретини чизинг ва уларни тасвирлаб беринг

Дарсни яқунлаш, баҳоларни эълон қилиш ва уйга вазифани эълон қилиш (5 дақиқа)

6 амалий машғулот

Сезги ва идрокнинг психологик моҳияти

Талабаларга топшириқлар қўйидагича:

1 кичик гуруҳ - “Сезгилар” мавзусини ёритиб беринг. Кичик гуруҳда талабаларнинг ҳаммасини қўйидаги саволларга жавоб бериш керак. Саволларга талабалар ҳаммаси биргаликда тайёргарлик кўриши лозим. Талабалар доскага презентациялар қилади, ҳаммаси биргаликда доскага чиқади ва мавзу қай даражада ёритиб берилишига ҳам балл олади. (тайёргарлик учун 15 дақиқа)

2 – гуруҳ. Берилган нуқталар ўрнини тўғри тўлдириг

1. сезги деб аталади
2. қўзғовчи деб аталади, унинг таъсири эса қўзғалиш деб юритилади.
3. таёқчалар ва колбачалар деб аталадиган хужайралар бўлади. Одам кўзининг тўр пардасида ... миллионга яқин таёқча ва ... миллионга яқин колбача бор.
4. Хроматик ранглар ёрдами билан кўрилади. Таёқчалар ёрдами билан фақат ранглар кўрилади
- 5 (перифери) учларини қўзғайди .
- 6 бош мия пўстининг тегишли марказий хужайралар системасига ўтади; 3) Бу ерда нерв қўзғалиши айланади.

3 гуруҳ саволларга жавоб беринг.

5. Анализатор нима?
6. Сезги турлари айтинг?
7. Экстерорецепторлар, проприорецепторлар ва интерорецепторлар мисоллар билан тушунтиринг?
8. Қайси хроматик ранглар ва ахроматик ранглар деб аталади. Мисоллар келтиринг.
9. Кўр доғни топиш усулини тушунтиринг?
10. Сезги адаптация деб нимага айтилади?
11. Сезгиларнинг ўсиши деганда нимани тушунаси?

4 кичик гуруҳ топшириқлари

“Идрок” мавзусини ёритиб беринг. Кичик гуруҳда талабаларнинг ҳаммасини қўйидаги саволларга жавоб бериш керак. Саволларга талабалар ҳаммаси биргаликда тайёргарлик кўриши лозим. Талабалар доскада

презентациялар қилади, ҳаммаси биргаликда доскага чиқади ва мавзу қай даражада ёритиб берилишига ҳам балл олади. (тайёгарлик учун 15 дақиқа)

1. Идрокнинг муҳим хусусиятлари тушунтириб беринг.
2. Идрокнинг предметлилиги
3. Идрокнинг яхлитлиги.....
4. Идрокнинг структураллилиги
5. Идрокнинг доимийлиги (константлиги) ...
6. Идрокнинг англашилганлиги нима?
7. Идрокнинг физиологик асоси деганда ниманазарда тугилади?
8. Фазони идрок қилишини тушунтириб беринг
9. Вақтни идрок қилишни тушунтириб беринг
10. Галлюцинация турларини айтинг ва уларни ролли ижро этинг.
11. Идрокнинг муҳим хусусиятларини кластер бўйича тушунтиринг. Иллюзияни “Кейс-стади” усулида тушунтиринг.

7 - амалий машғулоти. Диққат психологик жараён сифатида

Гуруҳлар учун топшириқлар:

“Диққат” мавзусини ёритиб беринг. Кичик гуруҳда талабаларнинг ҳаммасини қуйидаги саволларга жавоб бериш керак. Саволларга талабалар ҳаммаси биргаликда тайёгарлик кўриши лозим. Талабалар доскада презентациялар қилади, ҳаммаси биргаликда доскага чиқади ва мавзу қай даражада ёритиб берилишига ҳам балл олади. (тайёгарлик учун 15 дақиқа)

1. Диққат тўғрисида умумий тушунча беринг?
2. Диққатнинг физиологик асосларини гапириб беринг
3. И.П.Павлов ва академик А.А.Ухтомскийнинг олиб борган текширишлари ҳақида гапириб беринг?
4. «Доминанта»-нима? Диққат доминантаси ҳақида гапириб беринг?
5. Диққатнинг турларини тушунтириб беринг?
6. Диққатнинг хусусиятлари ҳақида айтинг?
7. Тахистоскоп мисолида диққатни текшириб беринг?
8. Паришонлик-бу
9. Ҳиссиёт, Ирода ва диққат ҳақида тушунчалар беринг?
10. Диққатнинг кучи ва барқарорлигини таъмин этадиган шарт-шароитларни тушунтириб беринг?

Ихтиёрсиз диққатга, ихтиёрий иродавий диққатнинг кучига, диққатнинг барқарорлиги ва паришонликни роллар билан тушунтиринг. Талабалар топшириқни ролли ижро этиб бериши керак!

8 - амалий машғулот. Хотира

1-босқич. Ўқитувчи аудиторияга келиб, дарсга тайёргарлик кўради. Талабалар давомати олинади. Дарс жиҳозлари билан таъминланганлигини кўздан ўтказди.

2-босқич. Ўқитувчи “Хотира” мавзуси бўйича талабаларда “ақлий хужум” ўтказди. Флипчартга “Хотира-бу ...” талабалар фикрлари ёзилади ва умумий хулоса чиқарилади.

3-босқич. Талабалар кичик 4 та гуруҳларга бўлинади. Гуруҳлар топшириқларни олиб 10 дақиқада тайёргарлик кўришади. Такдимот учун 3 дақиқа.

Гуруҳлар учун топшириқлар

1. топшириқ. Хотира бўйича психолог олимларнинг таърифини беринг
2. топшириқ. Хотиранинг нерв физиологик асосларини тушунтиринг
3. топшириқ. Ассоциациялар ҳақида тушунчалар
4. топшириқ. Хотира турлари бўйича маълумотлар

4-босқич. Талабалар учун мустақил топшириқлар. Уйга вазифалар.

“Хотира” мавзуси бўйича идрок харитасини ишлаб чиқиш.

Дарсни якунлаш, баҳоларни эълон қилиш ва уйга вазифани эълон қилиш (5 дақиқа)

9 - амалий машғулоти. Ҳаёл ва тасаввур ҳақида тушунча

Семинар машғулотининг бориши:

1-босқич. Ўқитувчи талабаларни давомот қилади. Ўқитувчи дарсни бошланишида талабаларнинг ҳоҳиши орқали гуруҳларга ажратилади. (3 дақиқа)

2-босқич: «Ҳаёл ва тасаввур» мавзуларининг асосий тушунчаларини ва калит сўзларини эслаб флипчартга ёзадилар. Психологияда илмий термин сўзларни гуруҳларда муҳокама қилади. (7 дақиқа)

3-босқич: *1-иш:* Гуруҳларда «Ҳаёл ва тасаввур» мавзусини ўрганиш. Бунда ўқитувчи мавзунини олдиндан режа асосида мавзуга тухталади. (ассесмент усулидан фойдаланиш мумкин) Талабаларга тарқатма материаллар берилади. Семинар дафтарида ёзадилар, саволлар тайёрлайдилар. (20 дақиқа)

Гуруҳларга топшириқлар:

1-гуруҳ: Умумий психологияда ҳаёл ва тасаввур ҳақида умумий тушунчалар (*матн илова қилинади*)

2-гуруҳ: Ҳаёл ва тасаввурнинг турларини кўрсатинг? (*матн илова қилинади*)

3-гуруҳ: Актив ҳаёл турларига мисоллар, вазиятлар келтиринг ва уни ижро этинг?

4-гуруҳ: Ҳаёл жараёнларига мисоллар келтиринг ва уни тақдимот қилинг

2-иш: Гуруҳларларнинг чиқишлари. (ҳар бир тақдимотчига 4 мин)

3-босқич: Гуруҳлар ишларининг муҳокамаси. (10 дақиқа)

4-босқич: Гуруҳлар ишининг хулосалари. (10 дақиқа)

5-босқич: Мустақил бажариш учун топшириқлар (уйга вазифа): (10 дақиқа)

Дарсни яқунлаш, баҳоларни эълон қилиш ва уйга вазифани эълон қилиш (5 дақиқа)

“Ширин ҳаёл”, “Орзу” бўйича ҳар бир талаба идрок харитаси таҳлил асосида ишланмасини уйга вазифа сифатида бажаради.

10 - амалий машғулот. Тафаккур

Иш жараёнлари Вақти	Фаолиятнинг мазмуни	
	ўқитувчи	талаба
1 босқич. Кириш (10 дақиқа)	1-Ўқув машғулотининг мавзусини, мақсадини, ўтказиш тартибини эълон қилади. 2-“Шахс тафаккури, фикрлаш жараёнлари, уларнинг турлари, шакл ва операциялари” мавзуси бўйича талабаларнинг билимларини фаоллаштириш мақсадида блиц-сўров ўтказди. Машғулотни ўтказиш шакли ва баҳолаш мезонларини эълон қилади.	тинглайди. Саволларга жавоб беради.
2 босқич. Асосий жараён (60 дақиқа)	2.1 Шахс тафаккури, турлари, шакллари, операцияларини «лойиха» технологияси асосида органайзерларда ишлаб чиқишни ташкил этади Ўқитувчи талабаларга мурожаат қилади ва энг тўғри жавоблар ҳамда фикрларни қайд қилади. 2.2 Талабаларни гуруҳларга бўлиш орқали амалий машғулотни ташкил этади. Ўқитувчи талабаларга мурожаат қилади ва энг тўғри жавоблар ҳамда фикрларни қайд қилади.	Топшириқни бажаришда “Лойиха” кетма-кетлигини тузади ва органайзерларни тўлдиради. Кичик гуруҳга бўлиниб биргаликда аниқ қўйилган масалани, маълум белгиланган вақт ичида ўзаро фикр алмашиш, мулоқот қилиш орқали ечишади
3 босқич. Якуний босқич (10 дақиқа)	3.1. Мавзуда қўйилган саволлар ва уларнинг ёритилганига ўқитувчи якун ясайди (хулоса қилади) айтилмаган томонлари устида ишлаш лозимлигини айтади. 3.2. Гуруҳларга ўзаро баҳолаш натижаларини эълон қилади. 3.4 Тавсия қилинган адабиётларни ўрганади. 3.5. Ўз-ўзини назорат қилиши учун саволлар берилади. Келгуси мавзу эълон қилинади ва семинарга тайёрланиб келишни айтади	Тинглайди, ёзади ва мустақил ишлаш учун топшириққа тайёрланади. ЎУМга қаранг

Ўқув топшириқлари:

1-топшириқ. Гуруҳни тўртта кичик гуруҳ бўлиб, кластер тузиш таклиф этилади. Кластерга ўрганилаётган “Тафаккур” мавзусига алоқадор термин ва тушунчалар киритилади.

Тафаккур турлари	
Тафаккур шакллари	
Тафаккур операциялари	
Тафаккур имкониятлари	

2-топшириқ. Тафаккурнинг шахсга таъсири ва ривожлантиришда нималарга эътибор бериш кераклигига кўра гуруҳни иккига ажратиб вазифа берилади. Категориал жадвал асосида иш кўрилади.

Дарсни яқунлаш, баҳоларни эълон қилиш ва уйга вазифани эълон қилиш (5 дақиқа)

V. КЕЙС ва АССЕСМЕНТЛАР БАНКИ

Умумий психология фанининг предмети ва вазифалари. 1 кейс.

1-Муаммо:

Бугунги куни 4-5 ёшли болалар сенсорли телефонда ишлашни яхши билади, бу ҳолат шахснинг ижобий хислатими ёки...?

Муаммонинг ечими:

1. 4-5 ёшли болаларда интеллектуал психик ривожланиши ижобий баҳоланади
2. Шундай бўлса-да, электрон телефон ва бошқа техникалар билан эҳтиёт бўлиб муомала қилишни ота-онанинг ўзи ўрганиши лозим
3. Бу ёшдаги қизиқишларни ўрганиш лозим
4. Бу ёшда болаларнинг билиш жараёнларини ривожлантирувчи табиий ҳолда ёрдам бериш лозим

2-Муаммо: Ҳозирда талабалар ўз хотирасидан кўп шикоят қилади, ёки маълумотлар кўп барчасини эсда сақлаб қололмаслик табиий ҳол деб тушунмоқда.

Муаммонинг ечими:

1. Талаба зарур маълумотларни тез-тез такрорлаб туриши лозим
2. Талаба ўз вақтида машғулотларга тайёргарлик кўриш лозим
3. Талаба ўз устида кўп ишлаши керак

3-Муаммо: Ўз-ўзини англаш, ўзидаги мавжуд сифатларни баҳолаш жараёни кўпинча конкрет шахс томонидан оғир кечади, яъни инсон табиати шундайки, у ўзидаги ўша жамият нормаларига тўғри келмайдиган, намақбул сифатларни англамасликка, уларни «яширишга» ҳаракат қилади.

Муаммонинг ечими:

1. Бугунги кун кўпчилик одамлар психологик билимлардан хабардор бўлишни хошлашади
2. Бу атайлаб қилинадиган иш бўлмай, у ҳар бир шахсдаги ўз шахсиятини ўзига хос ҳимоя қилиш механизмидир. Бундай ҳимоя механизми шахсни кўпинча турли хил ёмон асоратлардан, ҳиссий кечинмалардан асрайди.
3. «Мен» - образининг ижобий ёки салбийлигида яна ўша шахсни ўраб турган ташиқи муҳит, ўзгалар ва уларнинг муносабати катта рол ўйнайди. Одам ўзгаларга қараб, гўёки ойнада ўзини кўргандай тасаввур қилади

Психология фанининг илмий тадқиқот методлари бўйича 2 кейс

1-Муаммо: Заифлик, кучсизлик, иложсизлик "бошқа иложи йўқ", "доим шундай" ҳисларига кўмилиб юрган талаба вазият яхши томонга ҳеч қачон ўзгармаслигига ишонч ҳосил қилган. Ҳаёт унинг учун даҳшатли, "ҳаммага барибир" иборасида акс этган.

Муаммонинг ечими:

1. Кузатиш методи орқали батафсил муаммоларни ўрганиш лозим
2. Сухбат методлари билан муаммога йўл топинг
3. "Ўз-ўзини баҳолаш" анкетасини ўтказинг

2-Муаммо: Кўп ёшлар ўз ҳиссиётларини сир тутишга уринишади ёки ҳиссиётларини жиловлай олмасдан "портлаб" кетишларини кўрсатишади. Ота-оналар бу ҳолатга "юраги тор", "инжиқ" деб баҳо берадилар.

Муаммонинг ечими:

1. Аслида, улардан ютуқлари, қувончлари, бахтли ҳолатлари, ҳаяжонлари ҳақида сўрашлари керак
2. Улар билан дўстлашиши керак, сирлашиши керак.
3. Талаба психолог мутахассисларга учраб маслаҳат олиши лозим

3-Муаммо: Ҳозирда талабалар ўз хотирасидан кўп шикоят қилада, ёки маълумотлар кўп барчасини эсда сақлаб қололмаслик табиий ҳол деб тушунмоқда.

Муаммонинг ечими:

4. Талаба зарур маълумотларни тез-тез такрорлаб туриши лозим
5. Талаба ўз вақтида машғулотларга тайёргарлик кўриши лозим
6. Талаба ўз устида кўп ишлаши керак.

Фаолиятнинг психологик талқини бўйича 3 кейс

<i>Муаммонинг тури</i>	<i>Муаммонинг келиб чиқиш сабаблари</i>	<i>Муаммони ечишда Сизнинг ҳаракатларингиз</i>	<i>Муаммони ечишда учрайдиган тўсиқлар</i>
<p>Мактабда 8-синфда ўқийдиган Феруза исмли қиз спортнинг тэквондо турига жуда қизиқади.</p> <p>У 2 ой давомида спорт мусобақаларида қатнашди ва машғулотларга бўлган қизиқиши янада ортди. Лекин ўша пайтда дарс жараёнларига тўлиқ қатнашмаганлиги сабабли дарсларга бўлган қизиқиши сустлашди. Қизнинг ота-онаси унга спорт машғулотларига бошқа қатнашмаслигини айтди. Лекин Феруза дарсларни қолдириб бўлса ҳам, ота-онасидан яширинча спортга борди. Ушбу ҳолатга изоҳ беринг, ва ўз тавсияларингизни айтинг.</p>			

Тафаккур мавзуси бўйича 4 кейс

Тафаккурнинг шахсга таъсири		Тафаккурнинг ривожланишида нималарга эътибор бериш керак?	
Муаммолар	Ечими	Муаммолар	Ечими

Талабаларда креатив фикрлашни шакллантириш		
<i>Муаммолар</i>	<i>Муаммонинг сабаблари</i>	<i>Муаммонинг ечими</i>

Мавзулар бўйича ассесментлар

1 ассесмент

ТЕСТ	МУАММОЛИ ВАЗИЯТ
<p>Психика нима? А. Мантиқ ,онг ва мия фаолиятини, шахслараро муносабатларни тушунтириб беради Б. Ижтимоий жараёнларнинг шаклланиши С. Уларни ва ўз-ўзини акс еттиришнинг олий шакли Д. Психика - бу тафаккур, сезгилар, ҳиссиётлар ва коммуникатив жараёнларни ўзига жамлаштирган яхлит тизимдир</p>	<p>Талабалар дарсда жуда кўп ҳолларда телефондан фойдаланади. Маъруза ўтиб турган эдингиз, орқа томонда ўтирган талабалар телефонда қизиқарли маълумот топди шекилли, бирданига бақиршиб кулди. Сизнинг ҳатти-ҳаракатингиз...</p>
<p>БЕЛГИЛАРИ:</p> <p>Психик жараёнлар -</p> <p>Психик ҳолатлар -</p>	<p>АМАЛИЙ КЎНИКМАЛАР:</p> <p>Олий таълим муассасаларида талабалар ва педагоглар ўртасидаги муносабатлар янада яхшиланиши учун олиб борилаётган ишлар</p>

2 ассесмент

ТЕСТ	МУАММОЛИ ВАЗИЯТ
<p>Психология фанининг вазифаси -</p> <p>А. Психик фаолиятнинг механизмларини аниқлашдан иборат.</p> <p>Б. Мустақил фан эканлигини аниқлайди</p> <p>С. Биология, физиология фанларининг боғлиқлигини ўрганади</p> <p>Д. Ижтимоий фанлар билан боғлиқлигини ўрганади</p>	<p>Хурматли талабалар таълим олиш, фанларни ўзлаштириш иерархиясини кўриб чиқсангиз? Индивидуал тарзда пассив ўрганиш (<i>ташқаридан ичкарига усули бўйича</i>):</p> <ul style="list-style-type: none">- Маъруза 5%;- Китоб ўқиш 10%;- Эшитиб, кўриб ўрганиш 20%;- Такдимот ўтказиб ўрганиш 30%. <p>Жамоавий тарзда фаол ўрганиш (<i>ичкаридан ташқарига усули бўйича</i>):</p> <ul style="list-style-type: none">- Гуруҳий мунозара давомида 50%;- Амалиёт билан ўрганиш 75%;Бошқаларга ўргатиш 90% <p>Қандай маъруза ўтгани маъқул?</p>
<p>БЕЛГИЛАРИ:</p> <p>Индивидуал хусусиятлар -</p> <p>Психологиянинг тармоқлари -</p>	<p>АМАЛИЙ КЎНИКМАЛАР:</p> <p>Дарс жараёнида талабаларда ижодий қобилиятни шакллантиришга берилган имкониятлар</p>

3 ассесмент

<p style="text-align: center;">ТЕСТ</p> <p>Психик жараёнларни кўрсатинг А. Сезгилар, идрок, хотира, тафаккур, хаёл, нутқ, диққат Б. Индивидуал хусусиятлари, эҳтиёжлари ва қизиқишлари С. Нутқдаги ўзгартиришлар, вербал ва новербал нутқ Д. Характер, темперамент, қобилият</p>	<p style="text-align: center;">МУАММОЛИ ВАЗИЯТ</p> <p>Талабалар дарсга тайёргарлиги пассив ва уларнинг кайфияти ҳам йўқ эди. Ўқитувчи эса дарсга яхши тайёргарликда келган, маъруза ва слайдларини очиб кўрсатиб қўйиб-пишиб дарсни тушунтириб турар эди. Талабалардан биттаси устоз бўлди, сиз ҳам чарчаб қолдингиз, бироз дам олинг, бунча ўзингизни уринтирманг- деди. Сизнинг муносабатингиз?</p>
<p style="text-align: center;">БЕЛГИЛАРИ:</p> <p>Детерминизм -</p> <p>Дуализм -</p>	<p style="text-align: center;">АМАЛИЙ КЎНИКМАЛАР:</p> <p>Дарс жараёнида талабалар хотирасини мустаҳкамлаш учун бериладиган имкониятлар</p>

4 ассесмент

ТЕСТ	МУАММОЛИ ВАЗИЯТ
<p>Психология фанининг предмети бу:</p> <p>А. Психологик ва физиологик жараёнлар ва улардаги психик ходисалар</p> <p>Б. Инсон рухий дунёсига алоқадор барча ходисалар ва жараёнлар унинг предметини ташкил этади.</p> <p>С. Миллий анъаналар, ахлоқий ва ижтимоий жараёнлари</p> <p>Д. Рухий ходисалар ва улар асосини ўрганувчи қонуниятлар</p>	<p>Бугунги кун талабаларида энг сўнгги русумдаги қўл телефони мавжуд. Улар дарсларга конспект, адабиётлар олиб келмай қўйди. Чунки, уларнинг телефонида ўтилган мавзулар бўйича слайдлар, электрон дарсликлар бор.</p> <p>Ушбу муаммоли вазиятдан келиб чиққан ҳолда раҳбар сифатида бундай ҳолат сабабларини қандай изоҳлаб берасиз ва таълим-тарбия ишларини самарадорлигини янада ошириш бўйича қандай таклифлар бера оласиз?</p>
<p style="text-align: center;">БЕЛГИЛАРИ:</p> <p>Меҳнат психологияси -</p> <p>Педагогик психология -</p>	<p style="text-align: center;">АМАЛИЙ КЎНИКМАЛАР:</p> <p>Талабалар иродаси таълим жараёнида мустақамланиб боради. Бунга сабаб гуруҳ мураббийларининг ҳиссаси ҳам мавжуд</p>

5 ассесмент

<p>TEST</p> <p>1.Инсоннинг барча сезгилари қайси сифатларга қараб классификация қилинади?</p> <p>А) экстроцептив, перцептив Б) интерактив, коммуникатив В)экстроцептив, интроцептив, проприоцептив Г) интероцептив, перцептив</p>	<p>Муаммоли вазият:</p> <p>Бугунги кун тадбиркорликнинг ривожланишига инсоннинг сезгиларга таъсири мавжудлигини исбатлаб бермоқда. Масалан: сиз ҳам тадбиркор бўлмоқчисиз, қайси сезгиларни ҳисобга олиб ишлаган бўлар эдингиз?</p>
<p>БЕЛГИЛАР</p> <p>Сезгига ташқи таъсирлар</p> <p>Эшитиш частотаси</p>	<p>АМАЛИЙ КЎНИКМАЛАР</p> <p>1. Қандай сезгилар инсонда эрта уйғонади, сабабини изоҳланг.</p>

6 ассесмент

<p style="text-align: center;">ТЕСТ</p> <p>1. Сезгилар хусусияти қайси қаторда кўрсатилган? А) адаптация, сенсублизация, сенестезия Б) структуравийлиги В) предметлиги Г) константлиги</p>	<p style="text-align: center;">МУАММОЛИ ВАЗИЯТ</p> <p>Сиз одатдаги дарс жараёни иштирокчисиз. Бирок, бугун талабалар дарсга тайёр эмаслигини сездингиз, ушбу вазиятда сиз қандай йўл тутасиз?</p>
<p style="text-align: center;">БЕЛГИЛАР</p> <p>Анализаторлар</p> <p>Сезгининг давомийлиги...</p>	<p style="text-align: center;">АМАЛИЙ КЎНИКМАЛАР</p> <p>Сезгилар 3 та катта синфга ажратилади, ...</p>

7 ассесмент

<p style="text-align: center;">ТЕСТ</p> <p>1.Сезги органлари ва уларга таъсир этувчи стимулларга мослашиш бу...</p> <p>А) сенсбилизация Б) сенестезия В) адаптация Г) интероцептив</p>	<p style="text-align: center;">МУАММОЛИ ВАЗИЯТ</p> <p>Декан олдига бир талаба муҳим иш чиқиб қолганлиги ва 3 кунга жавоб сўраши кузатилади. Декан ўта қаттиқ қўл жавоб бериши қийин. Аммо талаба бир амаллаб уни юмшатиб жавоб сўраб чиқиб кетиш керак.</p>
<p style="text-align: center;">БЕЛГИЛАР</p> <p>Бир грамм қанд бир стакан сувда эритиб ичилса, ҳеч қандай ширин маза сезилмайди.....</p>	<p style="text-align: center;">АМАЛИЙ КЎНИКМАЛАР</p> <p>Сезгиларнинг рецептор назариясига кўра рецептор сезги аъзолари уларга таъсир қилувчи қўзғатувчиларга нисбатан суст жавоб қайтаради.</p>

8 ассесмент

<p style="text-align: center;">ТЕСТ</p> <p>1.Қорин очлигини, чанқашни сезиш қайси сезги турига киради? А) тўйиш Б) органик В) эшитиш Г) тери сезгиси</p>	<p style="text-align: center;">МУАММОЛИ ВАЗИЯТ</p> <p>Дарс жараёни (3-жуфтликда). Талабанинг қорни оч эканлигини айтди. Талаба дарсга қандай муносабатда бўлади. Ўқитувчи унга нима жавоб беради.</p>
<p style="text-align: center;">БЕЛГИЛАР</p> <p>Сезувчанлик ва унинг ўлчови Ҳид билиш органлари</p>	<p style="text-align: center;">АМАЛИЙ КЎНИКМАЛАР</p> <p>Қўзғовчилар таъсири ўртасидаги сезилар-сезилмас салгина фарқни сезишни фарқ қилиш чегараси дейилади. Қўзғалиш кучи шунчалик ўрта бориши мумкинки, бунда тегишли сезги ўзининг специфик сифатини йўқотади ва оғриқ ҳиссига айланади</p>

9 ассесмент

TEST	МУАММОЛИ ВАЗИЯТ
<p>1. Шахсга хос бўлган, жамият билан доимий муносабатни ушлаб турувчи, ўз-ўзини англаб, ҳар бир ҳаракатни мувофиқлаштирувчи энг муҳим ва умумий хусусият:</p> <p>а) фаолият; б) фаоллик; в) хулқ; г) ҳаракат.</p> <p>2.Ташқи фаолият асосида психик жараёнларга ўтиш ходисаси:</p> <p>а) экстериоризация; б) интериоризация; в) рефлексия; г) перцепция.</p>	<p>Тарбиячи мактабгача таълим муассасасида машғулотлар ўтказиш жараёнида 5 ёшли Гулнора (К) исмли қиз хулқ-атворидаги баъзи бошқаларникидан фарқ қилувчи хусусиятларни пайқаб қолади.Қиз машғулотларда тез-тез чалғиб кетади кўпинча паришонхотир. Тарбиячининг топшириғини тез бажармайди. Биринчи топшириқни ташлаб, иккинчисига тез ўтиб кетади,ҳеч бир ишни охирига етказмайди. Ўқув топшириқлари бажарилмайдиган бошқа вақтларда у ўзгалардан фарқ қилмайди. Таълим жараёнидаги муаммо ва унинг ечимини топинг</p> <p>.</p>
СИМПТОМ	АМАЛИЙ КЎНИКМАЛАР
<p>1.Меҳнат фаолиятига оид жиҳатларни сананг</p>	<p>1. Ўйин, меҳнат ва таълим фаолиятидан интериоризациялаш ва экстериорезациялаш жараёнига амалий мисол кетиринг.</p>

10 ассесмент

<p>TEST</p> <p>1. шундай бир тафаккур операциясидирки, бу операция воситаси билан объектив дунёдаги нарса ва ходисаларнинг бир-бирига ўхшашлиги ва бир-биридан фарқи аниқланади.</p> <p>А) анализ Б) синтез В) таққослаш Г) классификация Д) абстракциялаш</p>	<p>МУАММОЛИ ВАЗИЯТ</p> <p>Чет тили дарсида талаба мавзуни, яъни, шеърни айта туриб бирдан тўхтаб қолди, яна бошлади ва яна тўхтади. Сўнг тайёрланган эдим дедию жойига ўтирди.</p> <p>Ўқитувчи дарс сўнгида унга имкон берди у шеърни тўхталмай айтиб берди ва ўқитувчи унга беш баҳо қўйди.</p> <p>Дарсдан сўнг дасни кузатган талабалар ўртасида баҳони ошириб қўймадимикин? - деган мунозара бошланди. Ўқитувчи эса, мен баҳони тушира олмайман, у жуда интилувчан, ҳаракатчан лекин доскада ҳаяжонланиб қолади.</p> <p>Масалан, Анвар шундай хато қилса кечирмайман чунки у дарсларга узрсиз сабабларга қўра мунтазам қатнамайди ва ўқимаган бўлади.</p> <p>Ўқитувчи ҳақми? Бу ҳолатни муаммоли вазият деб баҳолайсизми? Ушбу ҳолатга изоҳ беринг, ва ўз тавсияларингизни айтинг.</p>
<p style="text-align: center;">СИМПТОМ</p> <p>1. Тафаккурнинг мантиқий шакллари сананг</p>	<p style="text-align: center;">АМАЛИЙ КЎНИКМАЛАР</p> <p>1. Хулоса чиқаришга амалий мисол кетириг.</p>

VI. МУСТАҚИЛ ТАЪЛИМ МАВЗУЛАРИ

“Умумий психология назарияси ва амалиёти” фани бўйича мустақил таълимга 22 соат ажратилган.

Талаба мустақил ишни мазкур ўқув мажмуанинг хусусиятларини ҳисобга олган ҳолда қуйидаги шакллардан фойдаланиб тайёрлаши тавсия этилади:

- ўқув ва илмий адабиётлардан фойдаланиш асосида ўқув мажмуа мавзуларини ўрганиш;
- тарқатма материаллар бўйича маърузалар қисмини ўзлаштириш;
- махсус адабиётлар бўйича ўқув мажмуадаги мавзулар устида ишлаш;
- талабанинг касбий фаолияти билан боғлиқ изланишларини ўқув мажмуа мавзуларидан чуқур ўрганиш.

№	Мустақил таълим мавзулари	Берилган топшириқлар	Бажарилиш муддати	Ҳажми (соатда)
1.	Умумий психология фанининг ўрганилиши	дарслик ва ўқув қўлланмалардан фойдаланиб, мавзулар устида ишлаш, конспект қилиш, интернетдан фойдаланиш	1-хафта	2
2	Психологияда билиш жараёнининг ўрганилиши	дарслик ва ўқув қўлланмалардан фойдаланиб, мавзулар устида ишлаш, конспект қилиш, интернетдан фойдаланиш	2-хафта	2
3	Психология фанининг предмети ва асосий вазифалари	дарслик ва ўқув қўлланмалардан фойдаланиб, мавзулар устида ишлаш, конспект қилиш, интернетдан фойдаланиш	3-хафта	2
4	шахснинг, ҳиссий, иродавий соҳаси ва ҳиссиётлар ҳақида	дарслик ва ўқув қўлланмалардан фойдаланиб, мавзулар устида ишлаш, конспект қилиш, интернетдан фойдаланиш	4-хафта	2
5	Идрок табиати, таснифи ва турлари	дарслик ва ўқув қўлланмалардан фойдаланиб, мавзулар устида ишлаш, конспект қилиш, интернетдан фойдаланиш	5-хафта	2
6.	Сезги психик жараён сифатида	дарслик ва ўқув қўлланмалардан фойдаланиб, мавзулар устида ишлаш, конспект қилиш, интернетдан фойдаланиш	6-хафта	2
7.	Тафаккур муаммосига	дарслик ва ўқув	7-хафта	2

	оид психологик тадқиқодлар, талабалар тафаккури ва унинг компонентлари.	қўлланмалардан фойдаланиб мавзулар устида ишлаш, конспект қилиш, интернетдан фойдаланиш		
8	Идрокнинг таърифи ва унинг хусусиятлари	дарслик ва ўқув қўлланмалардан фойдаланиб, мавзулар устида ишлаш, конспект қилиш, интернетдан фойдаланиш	8- ҳафта	2
9	Диққатнинг ривожланиши ва диққат фаолиятнинг зарурий ўрти	дарслик ва ўқув қўлланмалардан фойдаланиб, мавзулар устида ишлаш, конспект қилиш, интернетдан фойдаланиш	9 -ҳафта	2
10.	Тасаввур ва унинг талабалар фаолиятидаги роли	дарслик ва ўқув қўлланмалардан фойдаланиб, мавзулар устида ишлаш, конспект қилиш, интернетдан фойдаланиш	10- ҳафта	2
11	Хотира, хотиранинг нерв физиологик асослари	дарслик ва ўқув қўлланмалардан фойдаланиб, мавзулар устида ишлаш, конспект қилиш, интернетдан фойдаланиш	11- ҳафта	2
Жами				22

VII. ГЛОССАРИЙ

Термин	Ўзбек тилидаги шарҳи	Хориж тилидаги шарҳи
Психология	Психология фан сифатида психик фактлар, психиканинг таркибий қисмлари фаолият, ҳулқ, муамала, билиш жараёнлари, психик ҳолатлар, ички кечинмалар, ижодий режалар, илмий фаразларнинг мияда акс этиши, психик қонуниятлар ва механизмларни ўрганади.	юнонча псюхе – жон, рух, логос – фан, таълимот деган маънони англатади
Психика	бу тафаккур, сезгилар, ҳиссиётлар ва коммуникатив жараёнларни ўзига жамлаштирган яхлит тизимдир	ҳозирги даврда “жон” тушунчаси ўрнига “психика”ни қўллашда давом этмоқда
Абстракция	Нарсаларнинг ўзига хос белги ва хусусиятларини, улар ўртасидаги боғланишларни, нарсаларнинг муҳим белги ва хусусиятларини ажратиб олишга қаратилган фикрлаш операцияси.	лот. Abstractio мавҳумлаштириш
Агглютинация	- мавжуд образ ва тасаввур қисмларини бир - бирига «ёпиштириб» қўшиш асосида янги образларни яратишдан иборат хаёл фаолияти. Мас., сув париси образи.	лот. Agglutinate – ёпиштирмоқ елимламоқ
Анимизм	- одам, ҳайвонот, ўсимлик, предметларда мустақил жон борлиги ҳақидаги тасаввур тизими. А. ибтидоий дин ва ҳозирги барча динларнинг асосий элементиدير.	лот. anima - жон
Апперцепция	- шахс идрокининг аввалги билим ва тажрибаларига ҳамда унинг умумий қизиқиш, хавасларига боғлиқлиги.	лот. қарашли, perceptio - идрок
Ассоциация	- психик ҳодисалар орасидаги ўзаро боғланиш, у маълум қонунлар бўйича таркиб топади (жумладан, фазодаги ёндошлик, хронологик ўхшашлик,	лот. associatio - бирлаштирмоқ

	қарама - қаршилик ва б.).	
Аттракция	- бир кишини бошқа киши кўриб қолганда, идрок этганда юз берадиган тафаккур тури. «Нима қилмоқ керак», «Бу ҳолатни қандай қилиб ўзгартирмоқ керак» деган саволларга жавоб топади.	фр. attraktion - қизиқиб интилмоқ, талпинмоқ
Биографик метод	- одамни унинг таржимаи ҳоли билан боғлиқ бўлган ҳужжатлар орқали ўрганиш усули.	юнон. bios - ҳаёт, grapho - ёзаман, кўрсатаман
Бихевиоризм	- XX аср бошларида АКШда майдонга келган йўналиш бўлиб, бунда психологиянинг ўрганиш предмети қилиб фақат одамнинг хулқ - атори олинган. Бу йўналиш фақат одамнинг ташқи таъсирлар натижасида пайдо бўлган ҳатти - ҳаракатлари билан хулқ - аторини ўрганиш мумкин, деб ҳисоблайди. Бунда онг аҳамияти инкор қилинади. Бу йўналишнинг асосчилари Д.Уотсон, Э.Торндайклар.	инг. behaviour- хулқ
Вебер-Фехнер Қонуни	- кўзғовчи кучнинг ўзгариши билан ҳосил бўлган муайян сезги кучининг ўзгариши ўртасидаги ўзаро муносабатни ифодалашдан иборат психофизиологик қонун	Вебер-Фехнер нем.психологи
Вербал	Вербал нутқ – оғзаки ифодаланадиган нутқ.	лот, verbalis – оғзаки
Вегетатив нерв тизими	Нерв тизимининг организм ички аъзолари фаолиятини ва модда алмашинувини бошқариб турадиган бир қисми, в.н.т, марказий нерв тизими билан узвий боғлиқ бўлиб, бу бош мия қобиғи томонидан бошқарилади. В.н.т. симпатик ва парасимпатик нервлар деб аталувчи икки қисмга бўлинади	лот. vegetatio - ўсимлик
Доминанта	марказий нерв тизимининг вақтинча ҳукмрон қисми бўлиб, бошқа қисмлар фаолиятини тормозлайди.	лот. dorainans- ҳукмрон
Дуализм	борлиқ ҳам моддий, ҳам руҳий бўлган икки асосдан ташкил топган деб ҳисоб	лот, duafis - икки ёққлама

	ловчи фалсафий таълимот бўлиб, психофизик параллелизм концепциясининг асосидир.	
Дебиллик	туғма ёки турмуш жараёнида ҳосил қилинган ақлий заифлик.	лот. debilis - ожиз, ҳолсиз
Детерминизм	табиатдаги барча нарсалар, шу жумладан, психик ҳодисаларнинг рўй бериши объектив сабаблар ва қонунлар билан белгиланади деган қараш.	лот. determinare – аниқламоқ
Идентификация	Шахснинг ўзини ўзга одам билан эмоционал ва бошқа томондан тенглаштириши.	лот. identificare – тенглаштирмоқ
Интроверсия	шахснинг ўз фикрлари, сезгилари, кечинмаларининг ўз - ўзига таяниши.	лот. Interior - ички
Интерииоризация	ташқи амалий ҳаракатларнинг ички ақлий амалларга айланиш жараёни.	лот. Interior - ички
Мотив	- маълум эҳтиёжларни қондириш билан боғлиқ фаолиятга ундовчи сабаб.	лот. movere - ҳаракатга келтирмоқ
Миелин	- нерв толаларнинг юмшоқ қобиғи таркибига кирувчи ёғсимон моддалар аралашмаси.	юнон. myelos – илиқ
Монизм	- дуализмга қарама - қарши ўлароқ дунёдаги барча ҳодисаларнинг асосини битта нарса ё материя ё руҳ ташкил қилади деб таълим берувчи фалсафий таълимот.	юнон. monos - бир
Ориентация рефлeksi	шартсиз рефлекснинг бир тури, у ҳар қандай янги қўзғовчи таъсирига биринчи бўлиб жавоб беради.	лот. oriens – шарқ reflexus – акс этиш
Оператив хотира	хотира турларидан бири. Бу маълум фаолиятни бажариш жараёнида ифодаланади, узоқ муддатли хотирадан вақтинча фойдаланади	лот. operatio - ҳаракат
Онтогенез	организмнинг индивидуал	юнон. on, ontos -

	ривожланиши. Тирик мавжудотнинг пайдо бўлган даврдан то охиригача бўлган даврдаги ўзгаришлар мажмуи	асл, туб, genesis – туғилиш, пайдо бўлиш
Характер	- кишидаги барқарор психик хусусиятларнинг индивидуал бирлиги. У шахснинг меҳнатга, атрофдаги нарса ва ҳодисаларга, бошқа кишиларга ва ўз - ўзига бўлган муносабатларида ифодаланади. Х. муайян шароит хатти - ҳаракатларни белгилаб берадиган индивидуал психологик хусусиятлар йиғиндисиدير.	юнон. charakter - хусусият, белги
Паралогизм	тўғри фикрлаш қоидаларини бузиш мантиқий хатога йўл қўйиш натижасида нотўғри хулоса чиқариш.	юнон. paralogismos
Парамнезия	- содир бўлаётган воқеаларнинг қачонлардир бошдан кечирилгандек бўлиб туюлишидан иборат хотира касаллиги.	юнон. para – олдида, ёнида mnosis - эслаш
Парапсихология	- психологик тадқиқот соҳаларидан бири, сезги аъзолари иштирокисиз идрок қилиш шакллари, шу билан бирга тирик мавжудотнинг физик ҳодисаларга мушак кучисиз таъсир этиш турларини ўрганади. М., муаммоси баҳсга молик соҳадир.	Юнон. para - олдида, ёнида, psyche – рух, lodos - таълимот
Патоген	келиб чиқиш, касаллик келтириб чиқарувчи.	юнон, pathos - азобланиш, genes -
Проектив Метод	- шахсни тадқиқ қилиш методларидан бири. Бу методда мас., тажриба вазиятларида расмлар идрок қилиниб, унинг талқини берилади.	лот. Prjektus - олдинга ташланган, юнон. m ethodos – тадқиқот
Экстраверсия	Шахснинг теварак - атрофдаги одамларга, ташқи ҳодисаларга йўналиши. Э. қизиқишларнинг кишидан ташқаридаги нарса ва ҳодисаларга кўчиши демакдир	лот. Extra - ҳаддан ташқари, verso - ўзгариш
Эмоция	одам ёки ҳайвонларнинг субъектив	пор. emavere –

	ифодаланган ички ёки ташқи кўзғовчилар таъсирига жавоб реакцияси.	уйғотиш, тўлқинлантириш
Эмпатия	бошқа одамларнинг психик ҳолатларини тушуниш ва уларга ҳамдардлик қилиш қобилияти.	юнон. <i>empathia</i> - биргаликда дардлашмоқ
Эгоизм	худбинлик бўлиб, шахснинг ўз қизиқишлари ва эҳтиёжларини бошқа шахслар ва ижтимоий гуруҳ қизиқишлари билан қизиқмай, улардан юқори кўриши. Э, нинг ривожланиши ва шахс йўналишида устивор бўлиши тарбиядаги жиддий хатоликлар натижасидир.	лот. <i>ego</i> - мен
Эйдетик - Эйдетизм	баъзи индивидларнинг (эйдетиклар) аввал идрок қилинган нарса ва ҳодисаларни барча томонлари билан эсда қолдириш қобилияти	юнон. <i>eidōs</i> - образ
Эйфория	кайфиятнинг кўтаринкилиги, роҳатланиши, хузурланиши. Э. Объектив шароитларга мос бўлмаган ҳолда мавжуд бўлган кўтаринки кайфият, беғамлик ва қониқиш ҳолати	юнон. <i>eu</i> - яхши, <i>phero</i> - бошдан кечирмоқ
Холерик	темперамент тури, у ҳиссиётнинг жўшқинлиги, кайфиятнинг бирданига тез ўзгариб қолиши, ҳиссиётнинг мувозанатсизлиги ва умуман ҳаракатчанлиги билан ифодаланади.	юнон. <i>cholē</i> - сафро, сарик ўт

VIИИИ. АДАБИЁТЛАР РЎЙХАТИ

Асосий адабиётлар:

1. Ғозиев. Э.Ғ. Умумий психологияси. Т., ТошДУ, 2010.
2. Давид Г. Мерс Психология, © 2010 бу Вордх Публшхерс
3. Джеймс У, Калат. Психология. 2013
4. Маклаков А. Г. Общая психология: ответы на экзаменационные билеты»: Питер; Санкт-петербург; 2012

Қўшимча адабиётлар:

1. Немов Р.С. Психология. Книга 1-М.: 2002.
2. Рогов Е.И. Общая психология. Курс лекций. Учебник для ВУЗ. М-2002
3. Айзенк М. Психология для начинающих. “Питер”, 2000.
4. Эббингауз Г. Бэн А. Ассоциативная психология. М-1998.
классики зарубежной психологии
5. Ғозиев. Э.Ғ. Психология методологияси. Т-2013
6. Дружинин В. Н. Психология общих способностей. 2-е изд. СПб.: Питер, 1999.
7. Юрчук В.В. Общая психология в схемах и моделях. Минск-2004