

# UMUMIY PSIXOLOGIYA



TOSHKENT

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

**UMUMIY  
PSIXOLOGIYA**

*O‘zbekiston Respublikasi Oliy va o‘rta maxsus ta‘lim vazirligi tomonidan  
o‘quv qo‘llanma sifatida tavsiya etilgan*

**TOSHKENT – 2018**

**UO‘K 159.9(075.8)**

**KBK 88.3**

**U 73**

**A.K.Shamshetova, R.N.Melibayeva, X.E.Usmanova,  
I.O.Xaydarov. Umumiy psixologiya. O‘quv qo‘llanma.  
– T.: «Barkamol fayz media», 2018. – 272 b.**

**ISBN 978-9943-5518-9-3**

*Mazkur o‘quv qo‘llanma umumiy psixologiya faniga bag‘ishlangan bo‘lib, oliy o‘quv yurtlarining psixologiya dasturida ko‘zda tutilgan talablarga moslab tuzilgan.*

*Kitobda jahon psixologiyasida qo‘lga kiritilgan so‘nggi ilmiy-nazariy ma‘lumotlar, ilmiy izlanishlar, xorijiy psixolog olimlarning qarashlari va nazariyalaridan milliy mentalitetimizga implementatsiya qilingan holda keng foydalanildi.*

*O‘quv qo‘llanmada psixologiyaga kirish, shaxs to‘g‘risida tushuncha, uning tuzilmasi, nazariyalari, asosiy metodlari, bilish jarayonlari, shaxs ehtiyojlari, motivatsiyasi, emotsiyasi (hissiyoti), xarakteri, irodasi, qobiliyati, temperamenti hamda ularning jahon psixologiyasi fanida o‘rganilishi masalalari o‘z ifodasini topgan.*

**UO‘K 159.9(075.8)**

**KBK 88.3**

### **Taqrizchilar:**

**X.I. Ibragimov** – pedagogika fanlari doktori, professor;

**B.M.Umarov** – psixologiya fanlari doktori, professor;

**Z.T.Nishonova** – psixologiya fanlari doktori, professor

**ISBN 978-9943-5518-9-3**

23745 | 3

© «Barkamol fayz media», 2018-y.

## MUQADDIMA

Har qanday davlat ravnaqini belgilab beradigan asosiy omillardan biri kadrlarning o'z sohasi bo'yicha mukammal ta'lim olganligi va ruhiy jihatdan barkamolligi, shaxsning ma'naviy yetukligi, o'zligini anglaganligi, vatanparvarlik va fidoiylik kabi yuksak hislarning rivojlantirilganlik darajasi bilan bog'liq. Ayniqsa, ta'lim-tarbiya jarayonida xorijiy tillarni o'qitish va o'rgatishning o'ziga xos jihatlarini hisobga olgan holda psixologiya fanlarini o'qitish alohida ahamiyat kasb etadi.

Hozirgi davrda umumiy psixologiya fanini o'qitish bo'lg'usi o'qituvchilarda psixologik bilimlarini rivojlantirish, umumiy psixologiya fanining mazmun-mohiyati, psixologiyaning ilmiy tadqiqot metodlari, psixik taraqqiyot va unga ta'sir ko'rsatuvchi omillar, faollik va faoliyatga undovchi motivlarning shaxs taraqqiyotida tutgan o'rni, shaxsda bilish jarayonlarining kechishi va rivojlanishi, shaxsning tevarak-olamdagi voqeliklarni anglashda bilish jarayonlarining roli, har bir shaxsning individual psixologik xususiyatlari va shu asosda hissiy-irodaviy, hissiy-emotsional holatlarning o'ziga xos kechishi, psixologik obyektiv qonuniyatlar va mexanizmlar, shaxs xulq-atvorining o'zgarib borishi haqidagi bilimlarni ilmiy-nazariy jihatdan umumiy tayyorgarlik ko'rgan holda egallashga yo'naltirilgan.

Har bir o'qituvchi o'quv-tarbiyaviy faoliyatni muvaffaqiyatli olib borishi uchun zarur bo'lgan psixologik bilimlar va ko'nikmalarni, o'qituvchi-murabbiyga xos umumiy kasbiy va shaxsiy fazilatlarni egallashi lozim. Shunga ko'ra har bir mutaxassis-o'qituvchi umumiy psixologiya fanidan chuqur bilim, malaka va ko'nikmalarni egallashi bugungi kun talabidir.

O'zbekiston Respublikasining "Ta'lim to'g'risida"gi Qonuni va "Kadrlar tayyorlash milliy dasturi" asosida izchil olib borilayotgan islohotlar natijasi sifatida Davlat ta'lim standartlari va o'quv dasturlariga muvofiq hamda "Umumiy psixologiya" fani bo'yicha xorijiy adabiyotlardan olingan nazariy va amaliy ma'lumotlar bilan takomillashtirilgan holda yangi o'quv-uslubiy majmua yaratildi. Yuqoridagilarga asosan hamda O'zbekiston Respublikasi Prezidentining

2016-yil 8-oktyabrdagi F-4724-son Farmoyishi bilan tashkil qilingan ishchi guruh tomonidan Oliy ta'lim tizimidagi holatni o'rganish natijalariga ko'ra, 2017–2021-yillarda Oliy ta'lim tizimini kompleks rivojlantirish dasturi bo'yicha zamonaviy axborot-kommunikatsiya texnologiyalari vositalari bilan ta'minlash va xorij adabiyotlari asosida darslarni innovatsion ta'lim shakllarida olib borish haqidagi fikrlarga muvofiq ushbu o'quv qo'llanma tayyorlandi.

Ushbu o'quv qo'llanmada mavzular mohiyatini yoritib berish jarayonida antik dunyoning buyuk allomalari asarlaridagi psixologik g'oyalaridan, Sharqning buyuk allomalari ta'limotlaridan, Yevropa Uyg'onish davridan ilmiy psixologiya (eksperimental psixologiya) ning vujudga kelguniga qadar ilmiy maktablardagi psixologik manbalardan, XIX asrning oxiri va XX asrning boshlarida vujudga kelgan ilmiy-psixologik maktablar (Rossiya, AQSH, Yevropa mamlakatlari misolida) ma'lumotlaridan, mamlakatimiz psixologlari tomonidan qo'lga kiritilgan eng so'nggi yutuqlardan, xususan o'quv qo'llanma glossariysini yaratishda G.Ergashevaning, "Tafakkur va til" mavzusini yoritishda esa R.N.Melibayevaning tadqiqotlari natijalaridan hamda G'arb psixologlaridan D.Mayersning "Psixologiya" nomli kitobida berilgan ma'lumotlardan keng va samarali foydalanildi.

# I qism. PSIXOLOGIYAGA KIRISH

## I bob. UMUMIY PSIXOLOGIYA FANINING PREDMETI, VAZIFALARI VA ILMIY TADQIQOT METODLARI

### Reja:

1. *Psixologiyaning asoslari.*
2. *Psixologiya faniga nazariy yondashish.*
3. *Psixologiyaning asosiy muammolari.*
4. *Psixologiyaning rivojlanishi.*
5. *Xorijiy tillarni o'rgatishning psixologik xususiyatlari.*

**Tayanch iboralar:** *psixologiya, psixika, psixik jarayonlar, psixik holatlar, psixologiyaning asoslari, psixologiyaning tadqiqot predmeti, psixologiya faniga nazariy yondashish, bixevioristik, kognitiv, zamonaviy psixologiya.*

### Mavzuning qisqacha mazmuni

*Mavzuda psixologiyaning umumiy qonuniyatlari, psixik jarayonlari, psixik holatlari, psixologiyaning asoslari, psixologiyaning tadqiqot predmetlari va psixologiya faniga nazariy yondashishlar haqida ilmiy ma'lumotlar kiritilgan.*

*Bundan tashqari psixologiya nima o'zi, degan savollarga javob berishga harakat qilingan. Psixologiyaning ildizlari nazariy yondashishlari jadval tarzida keltirilgan. Psixologiyaning asosiy muammosi bo'lgan biologik va ijtimoiy omillari, psixologiya kashfiyotlari, psixologiya faniga bo'lgan zaruriyatlari hamda psixologiya fanini fanlar bilan o'zaro bog'liqligi atroflicha yoritib berilgan.*

### PSIXOLOGIYANING ASOSLARI

Ma'lumki, jamiyat va tabiat o'rtasidagi munosabatlarni tadqiq etishga mo'ljallangan fanlardan bittasi psixologiya hisoblanadi. Psixologik bilimlarni ijtimoiy hayotning barcha jabhalariga tatbiq etilayotganligi uning nufuzi, mas'uliyati ortayotganligidan dalo-

lat beradi. Istiqlol sharofati tufayli ilmiy yondashuvlarga, oldingi metodologik muammolarga xolisona munosabatda bo'lish imkoniyati vujudga keldi. Mamlakatimiz Birinchi Prezidenti I.A.Karimov asarlarida, O'zbekiston Respublikasining "Ta'lim to'g'risida"gi Qonunida, "Kadrlar tayyorlash milliy dasturi"da, "Milliy g'oya va milliy istiqlol mafkurasi" to'g'risidagi me'yoriy hujjatlarda ta'kidlab o'tilganidek, mutaxassislar oldiga ulkan talablar va mas'ul vazifalar yuklanmoqda. Ana shu vazifalarni amaliyotda o'z ifodasini toptirishda umumiy psixologiya fani muhim rol o'ynaydi. Mutaxassislarni tayyorlashda umumiy psixologiya fani ularning kasbiy bilimlari, ko'nikmalari va malakalarini shakllantirish ustuvor o'rin egallaydi. Jahon fanlarining muayyan qonuniyatlariga asoslanib turkumlarga kiritilishiga ko'ra, psixologiya fani bu tizimda salmoqli o'rin egallaydi. Shu boisdan fanni to'liq yetkazib berish maqsadida xorij tajribalari, adabiyotlaridan foydalangan holda murakkab psixologiya fanining ilmiy-amaliy bilimlarini tushunarli qilib yetkazib berishga harakat qilamiz.

*Psixologiya faniga kirish.* Psixologiyaning ildizlari turli mamlakatlarning falsafa fani ildizlariga borib taqaladi. Natijada u maqsad-o'ylarimiz, hissiyotlarimiz va xatti-harakatlarimizni anglash va tushuntirishdan iborat fanga aylandi. Ushbu o'quv qo'llanmada muhim psixologik bilimlar, olib borilgan kashfiyotlar va tajribalarni ko'rib chiqamiz.

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

Germaniyalik professor Velgelm Vund tomonidan birinchi psixologik eksperiment o'tkazilgan, u "Ong" atomlarini o'lchashga harakat qiladi. Keyinchalik Velgelm Vund yanada murakkabroq topshiriqlarni bajarishga harakat qiladi. Shunday qilib, psixologiyada psixologik laboratoriyaga ehtiyoj tug'ildi. Velgelm Vund eksperimental laboratoriyasida biologiya va falsafa fanlari asosida yosh psixologiya fani rivojlandi. Psixologiyaning dastlabki zabardast olimlari sifatida fiziolog va faylasuf V.Vund, ingliz tabiatshunosi Ch.Darvin, birinchi rus fiziologi I.Pavlov, mashhur avstriyalik shifokor psixoanaliz asoschisi Zigmund Freyd, bolalar psixologi Piaje hamda amerikalik faylasuf Uilyam Djeymslarning ilmiy qarashlari psixologiya fanining rivojlanishiga katta hissa qo'shdi.

**Psixologiya nima o'zi**, degan savolda bir nechta psixologik ta'riflarni ko'rish mumkin. Avvaliga psixik jarayonlarni o'rgangan V.Vundning fikricha, psixologiyaning asosiy vazifasi introspeksiya bo'lib u shaxsiy psixolog, ya'ni emotsional holat va hissiy jarayonlarni o'zi tahlil qilishidir.

– 1920-yillardan 1960-yilga qadar amerikalik psixolog J.B.Uotson introspeksiyaning rad etib, psixologiyani xatti-harakatni kuzatuvchi fan deb atadi.

– 1960-yillarda psixologlar bu fanni xulq va ruhiy jarayonlar haqidagi fan deb atashgan. Xulq, ya'ni organizm bajaradigan barcha holatni qichqirish, kulish, ko'zni qisish, terlash – barcha harakatlarni kuzatish mumkin. Ruhiy jarayonlar ichki subyektiv jarayon bo'lib, buni shaxsning xulqiga qarab aniqlaymiz – his qilish, anglash, tush ko'rish, o'y-xayol hislardir. Psixologiya fan sifatida kuzatuv asosida fikrlarni tahlil qilish va g'oyalarga baho berishga intiladi, degan ilmiy fikrlar ham bo'lgan.

Psixolog olimlar qarama-qarshi g'oyalarni qanday tahlil qilishadi? Psixologlar o'z fikriga ega: psixologik g'oyalarni ilmiy filtratsiyadan o'tkazib, ko'plab tushunchalar beradi, lekin biz ulardan eng yaxshisini tanlab olamiz.



## PSIXOLOGIYA FANIGA NAZARIY YONDASHISH

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

*1-jadval*

### Zamonaviy psixologik yondashuvlar

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

<b>Kognitiv</b>	Ma'lumotga ishlov berish, saqlash va qayta ishlab chiqish	Eslab qolishda, fikrlashda va muammoni yechishda ma'lumotdan qay tarzda foydalanamiz?
<b>Sotsio-madaniy</b>	Muayyan hayotiy vaziyat va madaniy an'analarga xulq-atvor va fikrlashning bog'liqligi	O'xshashlik nimada? Afrikalik, avstriyalik, osiyo-lik, amerikalik – bir oila sifatida nima bilan farq qilamiz?

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

– Bixevioristlarni mimika va pantomima jarayonlari qiziqtirib kelgan. Kognitiv yondashuvda esa, g'azab qismining intensivligi va uning ongga bo'lgan ta'siriga e'tiborini qaratadi.

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

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

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

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

## PSIXOLOGIYANING ASOSIY MUAMMOLARI

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

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

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

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

### Psixologiya qanday fan?

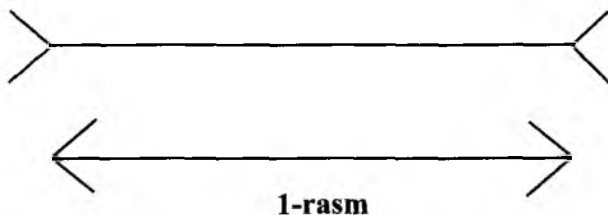
Djeyms Kalatning "Psixologiyaga kirish" nomli kitobida psixologiyani o'rganishda 3 ta asosiy aspektlariga e'tibor qaratilgan. 1) xulq-atvorning barcha xususiyatlarini o'rganish; 2) xulq-atvorning genetik tomondan o'rganilishi; 3) xulq-atvorning ijtimoiy muhit ta'sirida o'zgarib borishi. Djeyms Kalatning fikricha, psixologiya keng qamrovli fan bo'lib, u o'ziga shaxsning hissiyotlarini, idrok etishi, xotirasi,

*Psixologiya so'zining lug'aviy ma'nosi yunoncha psyuxe – jon, ruh, logos – fan, ta'limot degan ma'noni anglatadi. Biroq hozirgi kunda olimlarimiz "jon" tushunchasi o'rniga "psixika" so'zini qo'llashda davom etmoqda. Lingvistik nuqtayi nazardan "jon", "psixika" tushunchalari aynan bir xil ma'noni bildiradi. Lekin "psixika" tushunchasi bugungi kunda "jon" so'zidan kengroq ko'lamga ega bo'lib, ham ko'zga ko'rinuvchi, ham ko'zga ko'rinmovchi tomonlarini o'zida eksi ettiradi.*

*(Umumiy psixologiya. E.G'oziyev, 2010).*

och qolishi, chanqashi, e'tibor berishi, bola rivojlanishining bosqichlarini, ya'ni yosh davrlariga qarab xulq-atvorning o'zgarib borishini ko'rsatadigan ko'p aspektlarning o'zaro ta'sirini ham o'rganib boradigan fan deb aytib o'tgan. Psixologiya faniga shaxs xarakterini va tajribalarini o'rganuvchi tizim sifatida qarashimiz mumkin. Shaxsning xarakteri o'zgaruvchan xususiyatga ega.

Masalan:



Ushbu rasmda siz ko'rib turgan 1 xil chiziq ahamiyatsizdek ko'rinadi. Yaxshilab qarasangiz 1-chiziq uzun ko'rinadi 2-chiziq esa kalta ko'rinadi. Psixologiyada xarakter tushunchasiga juda ko'p ta'riflar mavjud. Shunday bo'lsa-da 1-chiziq xarakterning cheksiz, o'zgaruvchan ekanligini ko'rsatadi. 2-chiziqda esa biz tajriba jaryonidagi ma'lum xarakterni ko'rishimiz mumkin<sup>1</sup>.

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

## **PSIXOLOGIYANING RIVOJLANISHI**

**I**nsonda jismoniy tanadan tashqari undan farqlanuvchi yana nimadir borligi haqidagi tasavvurlar qadimdan mavjud bo'lgan. Eng qadimgi davrlardayoq inson tush ko'rish hodisasi orqali ay-

<sup>1</sup> James W. Kalat. *Introduction to Psychology, USA 2013.*

rim odamlarning noyob qobiliyatlari (masalan, ovdagi muvaffaqiyatlar), o'lim va boshqa hodisalarning sabablarini tushuntirishga intilgan. Ammo dastlabki qarashlar mifologik xarakterda edi. Ular fikrlash orqali emas, ko'r-ko'rona ishonch vositasida egallanardi. Ruh haqidagi qarashlar ko'pincha nafas bilan bog'lanar, ruhni esa uchar maxluq sifatida tasavvur etardilar.

Bu fikrlarga ko'ra ilk davrlarda psixologik xususiyatlarni jonning ishi deb tushuntirilgan. Jonning o'zi esa odam tanasidagi maxsus ikkilamchi jism deb qaralgan. Bunday tasavvurlar "animizm" deb ataladi. Animizm so'zi anima – "jon" degan ma'noni anglatadi. Jon o'z mohiyatiga ko'ra olovsimon uchqundan iborat ekanligi Geraklit tomonidan yoki olovsimon atomdan iboratligi Demokrit tomonidan ta'kidlangan. Demak, Geraklit, Demokrit, Aflotun, Arastularning ta'limotlari keyingi asrlarda psixologik g'oyalarning rivojlanishida tayanch nuqta bo'lib xizmat qildi. Psixologiyaning fan sifatida yuzaga kelish bosqichlari quyidagi jadvalda o'z aksini topgan.

## 2-jadval

### Psixologiyaning o'rganilish bosqichlari

<b>4-bosqich</b>	Psixologiya psixikaning mexanizmlari, qonuniyatlari va faktlarini o'rganuvchi fan sifatida	Dunyoga materialistik nuqtayi nazardan qarash shakllangan Rossiya psixologiyasining asosida aks ettirish nazariyasi asosiy qonuniyat sifatida ko'rsatiladi
<b>3-bosqich</b>	Xulq-atvor haqidagi fan sifatida	XX asrdan boshlanadi. Psixologiyaning vazifasi ko'rgan narsalarni bevosita kuzatish, aniqrog'i inson xulq-atvorini, faoliyatini, reaksiyasini kuzatish deb hisoblangan. Bunda motivlarning o'rni hisobga olinmagan
<b>2-bosqich</b>	Psixologiya – ong haqidagi fan	XVII asr tabiiy fanlar rivojlanishi bilan boshlanadi. Fikrlash, xohlash, his qilish qobiliyatini ong deb atashgan. O'z-o'zini kuzatish asosiy metod hisoblangan

1-bosqich	Psixologiya jon haqidagi fan sifatida.	Bu yoʻnalish psixologiyada bundan 2000 yil oldin paydo boʻlgan. Inson hayotidagi barcha narsalar tushunchasi, tushunarsiz hodisalarni jon, ruh bilan bogʻlab tushuntirishga harakat qilingan.
-----------	--	---

**F**anning rivojlanishining har bir bosqichida ilmiy-amaliy nazariyalar yaratilgan. Psixologiya fanining ilmiy asosga qurilishida ingliz olimi Gobbs (1588–1679) ruhni mutlaqo rad etib, mexanik harakatni “yagona voqelik” deb tan olib, uning qonuniyatlari psixologiyaning ham qonuniyatlari ekanligini taʼkidlaydi. Uning negizida erifenomalizm (yunoncha eri – oʻta, rhainomiron – gʻayritabiiy hodisa) vujudga keldi, yaʼni psixologiya tanadagi jarayonlarning soyasi singari roʻy beradigan ruhiy hodisalar toʻgʻrisidagi taʼlimotga aylandi.

Garvard astronomi Oven Gingerich 100 milliard samo yoʻli borligini xabar beradi. Bizning oʻzimizni ham samo yoʻlimiz bor, u nisbiy dogʻ shaklida, yana 200 milliard yulduzlar borki, ular bizning quyosh-yulduzlarga oʻxshaydi. Ulardan koʻpi planetalararo aylanadi. Tashqi fazo qatlamida bizning umrimiz davomiyligi okean sohilidagi yolgʻiz qum zarrasidan ham kichikroq tuyiladi.



Hali ham bizning ichki olamimizda qoʻrquvdan koʻra koʻproq jonlantiradigan, oʻz domiga tortadigan hech narsa yoʻq. Olim Gingerich qoʻshimcha qilganidek, “Bizning miyamiz butun kosmosdagi eng murakkab fizikali obyekt”. Bizning ongimiz xotiramiz teran mahoratni eslatuvchi moddadan paydo boʻlgan. Bizning oʻy-fikr, his-tuygʻu hamda harakatlarimiz va boshqalarning oʻy-fikrlari, hissiyot hamda harakatlarining taʼsiri bilan bizni oʻziga jalb qiladi. Tashqi fazo bizni oʻzining johilliklari bilan oʻzidan chetlashtiradi. Lekin ichki fazo oʻziga jalb qiladi.

## Psixologiya ilmiga kirish

**O**damlarda psixologiyaga qiziqish mashhur kitoblar, jurnallar, televidenie va Internet, psixologik analizlar qilish va bola o‘stirishdagi psixologik ilmlarning tarqalishidan paydo bo‘ldi. Bu o‘z-o‘zidan quyidagi savollarga javob topishga harakat qilish bilan bog‘liq. Masalan: Bizning genlar insondan insonga qay darajada o‘tadi? Siz turli xalq madaniyati yoki genlarining odamlar orasida ta’siri haqida qanday xavotirlanasiz? Biz qanday holatda insoniyat oilasining a‘zosi bo‘la olamiz? Qanday farq qilamiz?



– Siz qachondir qo‘rqinchli tushdan to‘lg‘onib uyg‘onib ketganmisiz va nima uchun bunaqa axmoqona tush ko‘rganingizdan ajablanganmisiz? Qanchalik tez tush ko‘ramiz va nega biz tush ko‘ramiz?

– Siz qachondir olti oylik bola bilan ko‘z boylag‘ich o‘ynagan va nima uchun bola o‘yinni shunchalik maftunkor deb topganidan ajablanganmisiz? Chaqaloq ta’sirlanishiga qaramay, siz bir lahzada eshik orqasiga o‘tasiz, siz asosan ko‘rinmaysiz. Faqat keyinroq ingichka ovoz berasiz. Bolalar bu paytda asosan nimalarni sezadilar va o‘ylaydilar.

– Siz qachondir ajablanganmisiz? Maktabda va ishda muvaffaqiyatga erishishni nima boshqaradi? Ba’zi odamlar shunchaki aqlliroq bo‘lib tug‘iladimi?

Qiyoslab bo‘lmaydigan donolik, bir qancha odamlarning boyroq bo‘lishi, ko‘proq ijobiy fikrlashi yoki ko‘proq sezgirlik bilan munosabat o‘rnatishi bilan izohlanadimi?

D. Mayersning “Psixologiya” kitobida, “Mening maqsadim faqatgina natijalar bayonotini berish emas, balki psixologlar o‘z ishini qanday bajarishini ham ko‘rsatishdir” degan edi. Xoh olim, xoh qiziquvchan odam bo‘lsin, hayotimizdagi voqealarni tasvirlaganda va tushuntirganda qanday fikrlashni o‘rganadi, xulosa qiladi.

Sharq mamlakatlarida yashovchi xalqlar bu soha-ga o‘z g‘oyalari bilan hissa qo‘shganda, psixologiya qay darajada o‘zgarar edi?

– Siz qachondir o‘ta tushkunlikka tushganingizda yoki bezovta bo‘lganingizda, ajablanganingizda o‘zingizda “me’yorni” his qilasizmi? Shu kabi savollar psixologiya fani tegirmonini mohiyatan ta’minlaydi. Psixologiya shunday ilmki, biz haqimizdagi barcha tur savollarga javob qidiradi. Biz qanday va nima uchun o‘ylaymiz, his qilamiz, bajaramiz va hokazo.

Uzoq yillar oldin, koinotdagi bir planetada odamlar paydo bo‘lgan. Shundan so‘ng bu tirik mavjudotlar o‘zlari va boshqalarga qiziqadigan bo‘lishdi: “Biz kimmiz? Bizlarning fikrlarimiz nimalar ishlab chiqaradi? Bizning hissiyotlarimizchi? Bizning harakatlarimizchi? Va biz qanday atrofimizni tushuna olamiz va boshqaramiz”<sup>2</sup>.

### ***Psixologik ilmlar qachon va qanday boshlandi?***

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

### **Ilmiy psixologiyaning rivojlanishi**

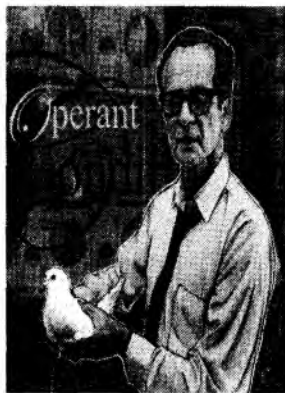
**P**sixologiya keyingi vaqtlarda yosh ilmiy psixologiya sifatida ko‘proq e’tibor qaratilgan sohalar: filosofiya va biologiya tarkibida rivojlandi. 1879-yilda Leypsing universiteti huzurida eksperimental psixologiya bo‘yicha birinchi laboratoriya ochgan faylasuf V.Vundning psixologik ilmiy nazariyalari paydo bo‘la boshladi. Amerikalik faylasuf D.Jeymes, rossiyalik psixolog Ivan Pavlovning markaziy nerv sistemasini o‘rganishlari, V.F.Skinnerning qarashlarning xulq-atvorini o‘rganuvchi yetakchi mutaxassis sifatida “rad etilgan fikrlar va g‘oyalar kuzatuvchisi va oqibatlar qanday qilib xulq-atvorni shakllantirishi”ni o‘rganib psixologiyaning ilmiy izlanishlariga turtki berdilar.

Psixologik munosabatlar xulq-atvor, ichki kechinmalar va fikrlar bilan aloqador bo‘lgani uchun psixologiyani xulq-atvor va aqliy ja-

<sup>2</sup> David G. Mayers. *Psychology*, © 2010 by Worth Publishers 11 p.



rayonlar haqidagi fan sifatida ta'riflashimiz mumkin. Aniqroq ta'rif beradigan bo'lsak, xulq-atvor bu tirik mavjudot bajaradigan, biz ko'radigan va xotiraga saqlab qo'yadigan barcha harakatlardir. Dodlash, kulish, ko'zni pirlash, terlash, suhbatlashish va savol-javob o'tkazish bular barchasi kuzatiluvchi xulq-atvorlardir. Aqliy jarayonlar esa bu ichki, shaxsiy tajribalardan kelib chiqadigan taassurotlar, tushunchalar, orzular, fikrlar, ishonch va hissiyotlardir.



Psixologiyadagi asosiy so'z bu ilmdir. D.Mayersning ta'rif bo'yicha "Psixologiya bu savol so'rash va javob berishdan farqli o'laroq bir butun kashfiyotlar yig'indisidir".

### **Qaysi voqeaga ilmiy psixologiya kashfiyoti deb ta'rif berilgan?**

**Z**amonaviy psixologiya kashfiyotlari singari, bugungi kunda psixologlar ham ko'pgina mamlakatlarda istiqomat qiladilar. Xalqaro Ilmiy Psixologiya Tashkilotida 69 millat vakillari o'z faoliyatini yuritadi. Hattoki Albaniya va Zimbabiyadan ham bor, deyarli barcha joyda, psixologik jamiyatlarga a'zolik keskin o'smoqda. Amerika Psixologiya assotsiatsiyasi 1945-yilda 4183 a'zoga ega bo'lgan bo'lsa, hozirga kelib 150 000 ga yetdi. Britaniya psixologiya jamiyatida bu ko'rsatkich 1100 dan 45000 ga ko'tarildi. Xitoy universitetlarida birinchi psixologiya kafedrasini 1978-yilda ochilgan bo'lsa, 2008-yilga kelib 200 ga yetdi. Dunyo bo'ylab 500 000 ga yaqin psixologlar tayyorlandi, shulardan 130 000 ga yaqini Yevropa psixologiya tashkilotlariga tegishli (Tikkanen, 2001).

Hozirgi psixologiyaning rivojida xalqaro nashriyot majlislari, Internet o'zaro hamkorlik va aloqalarining hissasi juda kattadir. Robert Bjorle shunday so'zlarni aytadi: "Biz psixologiya fanining yagona dunyosiga juda katta tezkorlik bilan harakatlanyapmiz. Psixologiya rivojlanmoqda va ommalashmoqda".

Dunyo bo‘ylab, psixologlar qiyin muammolarga, xulq-atvoriga turli nuqtayi nazardan qarashlarini muhokama qilishmoqda.

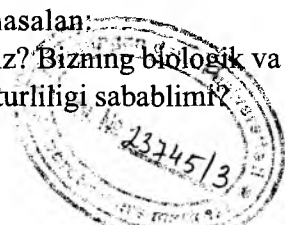
**Psixologiyaning eng katta savoli:** Psixologiya tarixining katta muammosi nima?

Psixologiya qisqa vaqt ichida ko‘pgina muammolarga duch keldi.

Eng katta va uzoq davomli mavzu (4-bob manbasi) hayot, tarbiya muammosida – biologiya va tajribaning birmuncha hissalarini ustidagi bahs bo‘lib, bu munozara qadimdan bordir. Inson xususiyatlari hayoti davomida tajriba orqali rivojlanadimi yoki ular biz bilan tug‘iladimi (tayyor tug‘ma bo‘ladimi)?

Greklari Platon (miloddan avval 428–348-yillarda) xarakter va aqliy salohiyatning insonga ota-bobosidan o‘tishi, ba’zi g‘oyalar esa tug‘ma bo‘lishini taxmin qilgan. Aristotelning (miloddan avval 384–322-yillar) hisoblab chiqishicha zehndagi har narsa boricha bo‘lib, tuyg‘ular tashqi dunyodan kelmaydi. 1600-yillarda Yevropa filosoflari yana munozarani boshlashdi. Jon Lok tug‘ma g‘oyalar tushunchasini rad etdi va aql tajribalar yoziladigan oq qog‘ozligini ta’kid qildi. Rene Dekard bunga qarshi chiqadi va u ba’zi g‘oyalar tug‘ma bo‘lishiga ishonadi. Ikki asrdan keyin 22 yoshli Charlz Darvin biroz vaqtdan so‘ng o‘zi uchratgan hayvon va o‘simliklarning xilma-xilligi to‘g‘risida chuqur mulohaza qildi va bir oroldagi toshbaqa boshqa oroldagi toshbaqadan farq qilishini aniqladi. Darvinning 1859-yildagi turlarning kelib chiqishi kitobida bu tabiiy tanlovning rivojlanish jarayoni orqali sodir bo‘ladigan hayot rang-barangligi deb ma’lumot berdi. Darvinning tabiiy tanlanish tamoyili filosof Daniel Dennet (1996) tomonidan “eng yaxshi g‘oya” deb topildi va bu tamoyil 150 yildan hozirgacha ham biologiya tamoyillarining asosini tashkil qilmoqda. Tabiatning oziqlanish munozarasi qadimgi greklar vaqtidan hozirgi vaqtgacha muammoli bo‘lib kelmoqda. Bugungi psixologlar so‘rash orqali muammolar kashf qilishdi, masalan:

Biz insonlar qanchalik o‘xshashmiz? Bizning biologik va evolyutsion tariximiz sabablimi yoki muhit turiligi sabablimiz?



Jins xilma-xilligi biologik kelib chiqishimi yoki jismoniy qurilishmi?  
Bolalar grammatikasi tug‘mami yo tajriba orqali shakllanganmi?  
Shaxsiyatning farqlari nimada?

Jinsiy harakatlar, ichki biologik omillar tomonidan ko‘proq yuzaga keladimi yo tashqi rag‘batlantiruvchi omillar sabab amalga oshiriladimi?

Psixologik tartibsizlikni depressiya deb qabul qilish kerakmi, masalan miya kasalligi, nosog‘lom fikr yoki ikkalasi hammi?

Psixologiya – xulq-atvor va aqliy jarayon haqidagi fan. Tabiatda oziqlanish muammosi – psixologik xususiyatlar va xulq-atvorning rivojlanishi uchun irsiyat va tajribaning roli va hissasi, bular uzoq davom etayotgan munozaralardir.

### **Psixologiya fanini fanlar bilan o‘zaro bog‘liqligi**

**Biopsixologik yo‘nalish** – bu yo‘nalish tahlilning turli darajalarini birlashtiradi va insondagi xulq va aqliy jarayonning to‘liq tasvirini aks ettiradi.

Psixologik tahlil darajalari va unga aloqador qarashlar nima?

Har birimiz kattaroq ijtimoiy sistema-ning qismi sifatida murakkab organizmmiz. Biroq har birimiz kichikroq sistemalardan, asab sistemasi va a‘zolaridan tashkil topganmiz. Ular o‘z navbatida hujayralar, molekulalar va atomlardan tashkil topgan.

Sistemalar bir-birini to‘ldiradi tahlilning bir qancha darajalarini taqdim etadi.

Bu go‘yo nima uchun qo‘ng‘ir ayiq qishki uyquga ketishini tushuntirishga o‘xshaydi. Qishki uyquga ketish ularning ajdodlariga yashab qolishi va ko‘payishiga yordam berganmikin?

Yoki ularning ichki psixologiyasi shunday qilishga majbur qiladimi? Bunday qarashlar bir-birini to‘ldiradi, chunki hamma narsa biror narsaga aloqador (Brever, 1996).

#### **Biologik ta’sirlar:**

- *Moslashuvchanlik xususiyatlariga ega tabiiy tanlanish;*

- *Irsiy holatning atrof-muhitga javobi;*

- *Miya mexanizmi;*

- *Gormonal ta’sirlar.*

#### **Psixologik ta’sirlar:**

- *O‘rganilgan qo‘rquv va umidlar;*

- *Hissiy javoblar;*

- *Aqliy jarayonlar va idrokiy tahlil.*

**Biopsixologik** yo‘nalishning turli darajadagi tahlili biologik va ijtimoiy-madaniy omillarning ta‘sirini ko‘rib chiqqan holda yuzaga keladi.

**Psixologiya faniga bo‘lgan zaruriyat.** Nega ilmiy yondashuvdan hosil bo‘lgan xulosalar, intuitsiya va umumiy odatiy ong orqali hosil bo‘lgan xulosalardan ko‘ra ishonchliroq? Ba‘zi insonlar o‘ylaydilarki, psixologiya fani odamlar shundoq ham biladigan narsalarni shunchaki ilmiy tilda qog‘ozga tushirish bilan shug‘ullanadi: «Psixologiya fani orqali kritik tahlil qilishning nimasi yangilik bo‘lib qoldi – mening buvijonim allaqachon bilgan narsalarni qiziqarli metod va tajribalaring orqali isbotlaysan va bu uchun sen haq olasan, xolosmi?» Bu o‘rinda boshqalar intuitsiya (ichki sezgilari)ga ishonadilar. «Har birimizning ich-ichimizda eng ishonchli yo‘lni ko‘rsatadigan instinkt va yurakdan his qiladiganimiz, yo‘lboshchimiz bor – biz shunchaki o‘sha tuyg‘ularga erk bersak, bo‘ldi», – deya maslahat bergan edi Britaniya shahzodasi Charlz (2000-yil)<sup>3</sup>.

### *Psixologiyadagi muammolar.*

#### *Psixolog nima ish qiladi?*

**A**trofidagi odamlarning xarakterini tushunish umidida va yoki o‘z dardlariga malham izlash maqsadida millionlab insonlar soxta psixologiyaga murojaat qiladilar. Bu yo‘lda ular radio-muloqot dasturlarida berib boriladigan maslahatlarga quloq tutadilar, allaqanday ruhiy kuchlar haqidagi maqolalarni o‘qiydilar, gipnoz yordamida chekishni tashlashni xohlovchilarning maxsus yig‘ilishlariga qatnashadilar, mustaqil ravishda shug‘ullanish uchun turli xil kitoblar va veb-saytlardan “Tushlar ta‘biri”, “Jo‘shqin ishqiy munosabatlarning siri” va “Baxtga eltuvchi yo‘l” kabi mavzular haqida ma‘lumot izlaydilar. Boshqa birovlar esa hayotiy psixologik haqiqatlardan ilhomlanib, hayrat ila savol beradilar: «Rostdan ham yangi tug‘ilgan chaqaloq va ona o‘rtasida ilk daqiqalarda kindik orqali to‘g‘ridan to‘g‘ri aloqa bo‘ladimi? Odam ulg‘ayib, bolalikda duch kelgan jinsiy zulm haqidagi xotiralari «tiklangach» – o‘sha vahshiylarni javobgarlikka tortish kerak bo‘ladimi? Oiladagi ilk farzand boshqa farzandlarga

<sup>3</sup> David G. Mayers. *Psychology*, © 2010 by Worth Publishers 48–59 p.

nisbatan tirishqoqroq bo‘ladimi? Psixoterapiya muolajalari davolashga qodirmi? Shu kabi savollarga duch kelganda, ilmsizlikdan hosil bo‘lgan fikrlar va ilmiy xulosalarni qanday qilib bir-biridan farqlab, ajrata olamiz? Insonlarning fikrlash, his qilish va xatti-harakati sabablarini tushunish uchun qanday qilib psixologiya fanidan mukammal foydalanishimiz mumkin?<sup>4</sup>

*Qanday qilib psixologlar fe‘l-atvorni o‘rganishadi  
va ta‘riflab berishadi?*

Har bir fanning boshlang‘ich nuqtasi ta‘rifdan boshlanadi. Kundalik hayotimizda, bizlar odamlarni kuzatamiz. Nimaga o‘zlarini har xil tutishlari haqida xulosa beramiz va ularni ta‘riflaymiz. Mutaxassislar ham aynan ana shunday yo‘ldan foydalanishadi. Faqatgina xolisona va ta‘sirli yo‘l bilan o‘rganishni amalga oshirishadi.

### **Holatni o‘rganish**

Hamma eng eski usulda, holatni o‘rganib, individning haqiqiy qirralarini ochib berish maqsadida kuzatib, xulosa qiladi. Masalan, ko‘plab miya haqidagi bilimlarimizni, miyaning muayyan bir qismiga shikast yetganidan keyin zaiflashish holatini o‘rganayotgan paytimizda olamiz. M: J.Piaje bolalar bilan savol-javob o‘tkazib ko‘rib, ularni kuzatib, bolalarning fikrlash holatini aytib berdi. Ko‘p bo‘lmagan maymun turi “Shimpanze”ni tekshirib, ularni tushunib, kuzatib tilga bo‘lgan salohiyatini ham ochib berdi. Bu uzluksiz va sinchkovlik bilan olib borilgan kuzatuvlar natijasi edi.

Holatni o‘rganish keyingi yo‘nalishlarni ko‘rsatib beradi va ke-lajakda nimalar bo‘lishini aytib beradi. Individlarni o‘rganish ho-lati esa, agar uni noodatiy holatda o‘rganilsa natijasi xato fikrlashga olib kelishi mumkin. Noodatiy ma‘lumotlar, ya‘ni aniq xulosalarsiz olingan ma‘lumot yolg‘on natijalarga hamda xato baho berishga olib keladi. Istagan tadqiqotchining kashandalarni yosh vafot etadi degan ma‘lumotlariga: 95% erkaklardan, 85% chekmaydiganlar va bunga qarshi chiquvchilar (amakim bo‘lar edi, kuniga 2 quti sigaret chekar edi, 89 yoshga kirgan), – degan xulosalarni keltirish mumkin. Kuchli

<sup>4</sup> David G. Mayers. *Psychology*, © 2010 by Worth Publishers 48–59 p.

taassurot qoldiradigan hikoyalar hamda shaxsiy tajribalar (hatto psixologik natijalar) e'tiborimizni tortadi va osonlik bilan esda qoladi. Quyidagi misollardan qaysi biri ko'proq esda qoladi? 1) Bolalarning o'g'irlanishi haqidagi 1300 tushdan 5% o'lim bilan tugagan bolalar haqida aniq ta'rif berdi.

2) Bir kishini taniyman. U opasini avtohalokatga uchraganini tushida ko'rgan va 2 kundan keyin avtohalokat bo'lib, opasi vafot etgan. Bunday hodisalarning ko'pligi dalil bo'la olmaydi. Psixologlardan biri aytishicha, "Bir hovuch e'tiborga molik dalil berib turib, umumlashgan ma'nosi bir olam ma'lumotni beradigan xulosalarni chiqaramiz".

**Eslatma!** Individual holatlar samarali g'oyalar taklif qiladi. O'zimizdagi bor haqiqat har bir odam kuzatishi mumkin bo'lgan holat. Ammo, individual harakatlarning umumiy mohiyatini anglash uchun, boshqa usullar bilan, savol-javoblar ko'magida tahlil qilish kerak.

### **Ko'zdan kechirish**

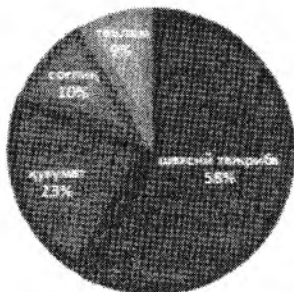
Ko'zdan kechirish usuli holatlarga uncha chuqur bo'lmagan holdagi munosabatni ko'rsatadi. Ko'zdan kechirish orqali odamlarning xarakterini o'rganib olish mumkin. Bular turli turdagi jinsiy munosabatlardan tortib, siyosiy qarashlargacha qamrab olinishi mumkin. Haris va Gelap ijtimoiy so'rov o'tkazishdi. Natijalar esa, Amerikada 72% odam televizion zo'ravonliklarni oshkor etishgan. Buyuk Britaniyada 18–29 yoshli odamlar o'rtasidagi so'rovda 10 tadan 7 tasi bir jinslilar turmush qurishini qo'llab-quvvatlagan. 50 yoshdan o'tgan odamlar orasidagi so'rovda ham ana shuncha qarama-qarshi ovoz yig'ilgan. Bunday holat ko'plab G'arb mamlakatlarida kuzatilgan. Ammo savol-javob aldashi ham mumkin. Bu tuzilgan savol va unga javob berishga tanlangan odamlarga ham bog'liq.

### **So'zlarning ta'siri**

So'zlarni tanlashda hatto kichik o'zgarish ham ulkan ta'sir ko'rsatishi mumkin. Sigaretlar reklamasi yoki parnografiyasi TV da ko'rsatilishi kerakmi? Atrofidagilarga nisbatan "taqiqlanadi" so'zini ishlatish "Yo'l qo'yilmaydi", "Senzurada" degan so'zlar uncha mos emasdek. Amerikada o'tkazilgan so'rovda 27% odam OAV dagi

jinsiy zo‘ravonliklar to‘g‘risidagi “Hukumat senzurasini”ni yoqlagan, 66% odam esa “Televizorda zo‘ravon shoular ko‘rsatish taqiqlanadi,

■ shaxsiy taqribo ■ hukumat ■ soliq ■ ta'lim ■ boshqalar



so‘zlarini qo‘llab-quvvatlashgan. Odamlar ko‘proq ijtimoiy yordamdan, “muhtojlar yordami”ni, imtiyozli muolajadan “ijobiy harakatlarni” va “soliq”dan ko‘ra kirim narxini afzal ko‘rishadi. Chunki bunday did bilan tanlangan so‘zlar, insonlarning fikrlariga ta’sir qilishi mumkinligini tanqidchilar ochib berishgan<sup>5</sup>.

Psixolog bugungi kunda inson faoliyatining barcha yo‘nalishlarida zarur psixologik xizmati ko‘rsatishi lozim. Har bir shaxsning o‘z muammolarini hal etishida, ta’lim sifatini oshirishda, inson salomatligini yaxshilashda va hukumat ishlarini boshqarishda ham zarur psixologik bilimlarga ega bo‘lishi talab qilinadi<sup>6</sup>.

### **Ilmiy metodlar: psixologlar qanday qilib savol qo‘yishadi va unga javob berishadi**

Hamma olimlar singari psixologlar ham kuzatishlarni tizimlashtirib, xulosalar asosida nazariyalar yaratishadi va keyinchalik tekshirilgan gipotezalarni ilgari surishadi. Xatti-harakatlarni va aqliy jarayonlarni tasvirlash, oldindan aytib berish, izohlash uchun psixologlar uchta metoddan foydalanishadi: alohida faktlarni va kuzatishlarni tabiiy sharoitlarda o‘rganish yordamida tasvirlash; xatti-harakatlarni o‘zaro bog‘langan aloqalar asosida oldindan aytib berish; nazorat ostida

<sup>5</sup> David G. Mayers. *Psychology*, © 2010 by Worth Publishers. 36 p.

<sup>6</sup> James W.Kalat, *Psychology*. USA, 2013 7 p.

bo'lgan bir yoki undan ortiq omillar bilan manipulyatsiya qiladigan tajribalar yordamida sabab-oqibat, aloqalar natijalarini izlashdan iborat.

Ilmiy metod yordamida psixologlar kuzatishlar olib borishadi, nazariyalarni ifodalashadi, keyin esa ularni yangi kuzatishlar asosida takomillashtirishadi<sup>7</sup>.

### Ilmiy metod

**Psixologiyaning asosiy metodlari.** Aniq izlanish predmetiga ega bo'lgan har qanday fan o'sha predmetning mohiyatini yoritish va materiallar to'plash uchun maxsus usullar va vositalardan foydalangani va ular fanning **metodlari** deb yuritiladi. Fanning salohiyati va obro'si ham birinchi navbatda o'sha metodlar yordamida to'plangan ma'lumotlarning ishonchligi va isbotlanganligiga bog'liq bo'ladi. Bu fikrlar bevosita psixologiyaga ham aloqador bo'lib, metodlar masalasi bu fanda juda katta ahamiyatga molik masala sifatida qaraladi. Psixologiya fanida inson psixikasini tadqiq qilish metodlarining turlicha tasnifi mavjud. Sizning e'tiboringizga psixologiyaning asosiy metodlarini quyidagi jadvalda beramiz:

*3-jadval*

### Psixologiyaning asosiy metodlari

<b>ASOSIY METODLAR</b>	<b>Asosiy metodlarning variantlari</b>
<b>KUZATISH METODI</b>	Tashqi (obyektiv kuzatish) Ichki (subyektiv, o'z-o'zini kuzatish) Erkin kuzatuv Standartlashtirilgan Guruh ichida kuzatish Guruh tashqarisida kuzatish
<b>SO'ROQ METODI</b>	Og'zaki so'rov Yozma so'rov Erkin so'rov (suhbat) Standartlashtirilgan so'rov

<sup>7</sup> David G. Mayers. *Psychology*, © 2010 by Worth Publishers 37 p.



<b>TESTLAR METODI</b>	Test-so'rov Test-topshiriq Proyektiv test Sotsiometrik test
<b>EKSPERIMENT METODI</b>	Tabiiy eksperiment Laboratoriya eksperimenti
<b>MODELLASHTIRISH METODI</b>	Matematik modellashtirish Mantiqiy modellashtirish Texnik modellashtirish Kibernetik modellashtirish

**Kuzatish metodi** tabiiy metodlar jumlasiga kiradi. Tashqi kuzatuv mohiyatan kuzatiluvchi xulq-atvorini bevosita tashqaridan turib, kuzatish orqali ma'lumotlar to'plash usulidir. O'z-o'zini kuzatish esa odam o'zida kechayotgan biror o'zgarish yoki hodisani o'zi o'rganishi maqsadida ma'lumotlar to'plash va qayd etish usulidir.

Erkin kuzatuv ko'pincha biror ijtimoiy hodisa yoki jarayonni o'rganish maqsad qilib qo'yilganda qo'llaniladi. Masalan, bayram arafasida aholining kayfiyatini bilish maqsadida kuzatuv tashkil qilinisa, oldindan maxsus reja yoki dastur bo'lmaydi, kuzatuv obyekti ham qat'iy bo'lishi shart emas. Yoki dars jarayonida bolalarning u yoki bu mavzu yuzasidan umumiy munosabatlarini bilish uchun ham ba'zan erkin kuzatish tashkil etilishi mumkin. Standartlashtirilgan kuzatuv esa, buning aksi bo'lib, nimani, qachon, kimni kim tomonidan kuzatish qat'iy belgilab olinadi va maxsus dastur doirasidan chiqmasdan, kuzatuv olib boriladi.

### **Tabiiy kuzatish**

Tabiiy kuzatuvlar changalzordagi shimpanze maymunlarini kuzatishdan boshlanib, turli mamlakatlarda ko'zga tashlanmaydigan otana va farzand o'rtasidagi munosabatlar, keyinroq muntazam ravishda tahlil qilinadigan mavzular, maktabda ovqatlanish xonasidagi irqiy farqlarni yozish bilan xulosa qilinadi. Holatni o'rganish va ko'zdan kechirish usullari kabi tabiiy kuzatuv ham insonning fe'lini o'rganadi.

Tabiiy kuzatuvlar inson xarakterini ochib berishga xizmat qiladi. Quyida sizlarga qiziq bo'lgan bir nechta holatlarni havola etamiz:

*Qiziqarli topilma.* Biz yolg'iz qolganimizdan ko'ra, 30 marta ko'proq odamlar orasida kulamiz. E'tibor berganmisiz, odam yolg'iz bo'lsa kam kuladi. Kulganimizda 17 ta og'iz muskuli ishlaydi, ko'zimiz qisqaradi, o'zimizdan 75 millisekund unli tovushlarni chiqaramiz (Provine, 2001).

*Talabalarni savolga tutish.* Psixologiya kursi talabalari har kungi hayotlarida nimalar deyishadi va qilishadi? Bularni bilish uchun Mattxias Mexi va James Pannebaker (2003) Texas Universitetining 52 nafar talabalarini elektron tasmalar bilan ta'minlaydilar. 4 kungacha tasmalar talabalarining uyg'oq holatining har bir 12,5 daqiqasini 30 soniyadan olgan. Bu kuzatuvga ko'ra o'qishlari tugaguncha talabalar hayotlarining 10000 marta yarim daqiqali qismlarini uyg'oq holatidan olgan. Bu ko'rsatkichlarning qaysi foizlari talabalarining suhbat qurishlari uchun ketgan deb o'ylaysiz? Javoblar esa 28% va 9% ni ko'rsatdi.

### **Tabiiy sharoitlarda kuzatish**

Tirik jonzotlarning xatti-harakatlarini odatdagi sharoitlarda kuzatish va natijalarini yozib borish tabiiy sharoitlarda kuzatish deb yuritiladi. Tabiiy kuzatish har xil bo'ladi: jungli sharoitida shimpanzening to'da ichidagi xatti-harakatlarini kuzatishdan tortib, madaniy an'analari turlicha bo'lgan mamlakatlarda ota-onalar va bolalar o'rtasidagi o'zaro aloqalarni kuzatishgacha hamda oq va qora tanli talabalar o'qiydigan kollejlarda talabalar stol atrofida qanday qilib o'zlariga joy tanlashlarini kuzatishgacha bo'lishi mumkin. Xuddi alohida voqealarni tadqiq qilish metodi va so'rovi kabi, kuzatishlar ham xatti-harakatlarni izohlamaydi, ular shunchaki xatti-harakatlarni kuzatadi, tasvirlab boradi. Shunga qaramasdan bu tasvir juda namunalik bo'ladi. Bir qancha vaqt mobaynida turli xil uskunalardan faqat odam-



largina foydalanishadi deb hisoblashardi. Ammo tabiiy sharoitlarda kuzatishlar natijasida ma'lum bo'lishicha, shimpanzalar ko'pincha termit iniga novda tiqishadi va keyin uni sug'urib, yopishib qolgan termitlarni yeyishadi. Shimpanze va babuinlar o'z maqsadlariga yetishish uchun boshqa ayyorliklardan ham foydalanishadi. Psixologlar Andrew Whiten va Richard Byrne (1988) bir necha marta qanday qilib yosh babuin o'zini go'yoki birov tashlangandek qilib ko'rsatgan va bularning hammasini o'z onasini kelgindining o'z ovqatidan haydab solishga undash uchun qilganligini kuzatib bayon qilishgan. Bu ularning jarayonga psixologik munosabatlari edi.

Tabiiy sharoitlarda kuzatishlar natijasi shuni ko'rsatadiki, biz Lotin Amerikasida yashovchi arablar va fransuzlarga nisbatan skandinavlilar, shimoliy amerikaliklar va britaniyaliklarda ko'proq shaxsiy hudud kerak va ahamiyatli ekan. Agar kimdir bizning shaxsiy hududimiz – bizning tanamiz atrofidagi bufer zonamizga bostirib kirsam, – biz o'zimizni noqulay his qilamiz. Turli millat vakillari bo'lgan odamlar uchrashib qolishsa, o'zlarini har xil tutishadi. Masalan, meksikalik amerikalik bilan suhbat uchun qulay masofa izlab, xona bo'ylab uning atrofida “raqsga tushadi”, unga yaqinlashmoqchi bo'ladi, amerikalik esa undan doim qayerlargadir qochadi. Amerikalikka meksikalik juda shilqim bo'lib tuyulishi mumkin, meksikalikka esa amerikalik – juda bosiq va dimog'dor bo'lib tuyuladi.

### **Madaniyat, iqlim va hayot tezligi**

Tabiiy kuzatish Robert Levini va Noreyzayenlarga 31 ta mamlakatda kuzatuv olib borishlariga imkon berdi. “Hayot tezligi” iborasini ishlatganda yurish tezligi, kotiblarning oddiy savolga qanday tez va aniq javob berishi hamda jamoat soatlarining qanchalik aniqligini ko'rsatish joiz. Ularning xulosasiga ko'ra, Yaponiya va G'arb mamlakatlarida hayot juda tez hamda yurak kasalligidan vafot etishlar soni nihoyatda ko'p. Tabiiyki, kuzatish kundalik hayotdan kerakli lavhalarni beradi, lekin u bu holatda fe'l-atvorga ta'sir qiladigan barcha omillarni nazorat qila olmaydi. Qaysi mamlakatda hayot tez ekanligini o'rganish va ba'zi odamlarni qolganlardan ko'ra nima sababdan tezroq yurishlarini o'rganish boshqa-boshqa masalalardir. Shunga

qaramay, tabiiy kuzatish, koʻzdan kechirish odamlarning bir-biriga boʻlgan munosabatlarini oʻrganishdek muhim boʻlgan vaziyat va holatlarni oʻrganadi, tahlil qiladi.

### Soʻrov

Odatda tasviriy va korrelyatsion tadqiqotlarda foydalaniladigan soʻrov metodi tadqiqotning sayozligi bilan ajralib turadi. Odamlardan oʻz xatti-harakatlari va oʻz fikrini xarakterlash soʻraladi. Odamlarga qanday savollarni berishmagan: haligacha odamlarga berilmagan biror-bir maʼnoli savolni oʻylab topish mushkul. AQSHda, masalan, Gellap instituti tomonidan jamiyat fikrini oʻrganish boʻyicha oʻtkazilgan oxirgi soʻrovda aniqlanishicha, odamlarning 72%i televideniya da zoʻravonlik koʻp deb hisoblaydi, 84% odamlar gomoseksualistlarning ishga kirishlari uchun boshqalar bilan teng huquqli boʻlishlari tarafdori, 89% amerikalik stress vaziyatda yashayotganlarini taʼkidlashgan, 95% xudoga ishonadi, 96% esa oʻz tashqi qiyofasidan koʻngli toʻlmaydi va unda nimanidir oʻzgartirishni xohlashadi<sup>8</sup>.

**Soʻrov metodi** ham psixologiyaning barcha tarmoqlarida birinchi maʼlumotlar toʻplashning anʼanaviy usullaridan hisoblanadi. Unda tekshiriluvchi tekshiruvchi tomonidan qoʻyilgan qator savollarga muxtasar javob qaytarishi kerak boʻladi.

**Testlar** oxirgi paytda hayotimizga dadil kirib kelgan tekshiruv usullari sirasiga kiradi. Ular yordamida biror oʻrganilayotgan hodisa xususida ham sifat, ham miqdor xarakteristikalarini olish, ularni koʻpchilikda qayta-qayta sinash va maʼlumotlarni korrelyatsion analiz qilish orqali ishonchligini tekshirish mumkin boʻladi.

Psixologik **eksperimentning** mohiyati shundaki, unda ataylab shunday sunʼiy bir vaziyat shakllantiriladi va tashkil etiladiki, aynan shu vaziyatda qiziqtirayotgan psixik jarayon yoki hodisa ajratiladi, oʻrganiladi, taʼsir koʻrsatiladi va baholanadi. Agar tabiiy eksperiment oʻsha qiziqtirayotgan fenomen tekshiriluvchi uchun tabiiy hisoblangan sharoitlarda (masalan, mehnat jarayonida, kanikulda yozgi lagerda, litsey auditoriyasida va shunga oʻxshash) maqsadli tashkil

<sup>8</sup> David G. Mayers. *Psychology*. © 2010 by Worth Publishers, 62 p.

etilib o'rganilsa, laboratoriya eksperimenti maxsus joylarda, maxsus asbob-uskunalar vositasida ataylab o'rganiladi.

Psixologiyada har bir metodika natijasi analiz qilinadi. Aniqlangan natijalarga psixoanaliz natijasi to'g'ridan to'g'ri ko'rsatilmasa-da, silliq tarzda tushunchalar berishi shart. Psixoanaliz tartibi, ko'rinish, olib borish bosqichlari haqida mijoz ma'lumotga ega bo'lishi lozim. Psixologlar shaxsning holatiga qarab psixoanalizni tanlaydi va unga taqdim etadi. Shaxs o'zini psixoanaliz qilishi jarayonlarida ham o'zining savollariga javob topa boshlaydi. Psixoanaliz matnli, rasmi, jadval shaklida taqdim etilishi mumkin.

## **XORIJIY TILLARNI O'RGATISHNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI**

Ta'lim tizimida olib borilayotgan islohotlar samarasi yoshlarimizga xorijiy tillarni o'rgatish imkoniyatlarini yanada kengaytirdi. Bunda O'zbekiston Respublikasi Birinchi Prezidentining 2012-yil 10-dekabrda "Chet tillarni o'rganish tizimini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PQ – 1875-sonli Qarori alohida ahamiyatga ega bo'ldi. Bu qarorda chet tillar o'qituvchisining shaxsiy va pedagogik mahoratini oshirish hamda xorijiy tillarni o'qitishda zamonaviy yondashuvlardan foydalanish asosiy vazifalar sifatida belgilangan.

Ularni amalga oshirishda xalq ta'limi muassasalari pedagog kadrlarining ilg'or xorijiy tajribalarni o'rganish hamda chet tillarni o'qitishda zamonaviy ta'lim texnologiyalaridan foydalanish bo'yicha malaka va ko'nikmalarini takomillashtirib borish alohida ahamiyatga ega. Hozirda xalq ta'limi tizimidagi pedagog xodimlarning muntazam ravishda o'z bilim, ko'nikma va malakalarini yangilab borishlariga imkoniyatlar yaratilmoqda. Bunda pedagog xodimlar yoshlarda xorijiy tillarda erkin muloqotga kirisha olish uchun zarur bilim va ko'nikmalarni shakllantirish jarayonining o'ziga xos xususiyatlarini yaxshi bilishlari va o'z pedagogik faoliyatlarida hisobga olib borishlari zarur.

Shuningdek, tillar bo'yicha o'quv dasturlarida O'zbekistonda chet tillarni o'qitish sifati va darajasini muntazam ravishda oshirish

hamda xorijiy til o'qituvchilarining malakasini oshirish o'quv reja va dasturlarida ushbu jarayonni zamonaviy talablar darajasida takomillashtirishga alohida e'tibor qaratilgan. Ayniqsa, xorijiy ta'limda xorijiy tillarni o'qitishning o'ziga xos xususiyatlarini va ularga nisbatan psixologik yondashuvlarni hamda zamonaviy talablarni hisobga olgan holda mutaxassislarning hamkorligida zarur o'quv adabiyotlari, o'quv-uslubiy qo'llanmalar ishlab chiqilmoqda.

Shu bilan birga, xorijiy til o'qituvchilari aynan xorijiy til o'quvchilarining psixologik xususiyatlariga e'tibor berib borishlari ta'lim sifati va samaradorligini oshirishning zarur sharti hisoblanadi. Xorijiy ta'lim sifati va samaradorligini oshirish yuzasidan bugungi kunda o'qituvchilardan bir qancha muhim vazifalarni bajarish talab etiladi.

Til o'rganishning va uni o'rgatishning psixologik o'ziga xosligi chet tilidagi matnni idrok etish, chet tilidagi so'zlarni xotirada saqlash bilan xorijiy til o'quvchilari chet tilini o'zlashtirishi jarayonida ularning o'zga tildagi tafakkuri kengayib borishini ta'minlashning psixologik jihatlarini bilishni talab qiladi. O'qituvchi xorijiy til o'quvchilarining rivojlanishiga xos bo'lgan psixologik xususiyatlarni o'rganishi, o'quvchilar aqliy taraqqiyotining psixologik qonuniyatlardan xabardor bo'lishi, o'quvchining psixologik taraqqiyotiga faol ta'sir qiluvchi omillarni o'rganishi ular bilan bo'ladigan munosabatlar uchun zarur psixologik ma'lumotlarni o'z ichiga oladi.

Xorijiy til o'quvchisining chet tilida mustaqil, erkin fikrlash doirasini kengaytirish ular bilan suhbatlarni to'g'ri tashkil eta olishga ham bog'liq. O'quvchi yoshlar maktab bilan birga o'z hayoti o'rtasidagi bog'liqlikning psixologik jihatlarini anglashi lozim. Bugungi kunda o'quvchi maktabda chet tili darslarini o'zlashtira olmayotgan holatlarni ushbu masala bilan bog'liq bir qator muammolar keltirib chiqarishi mumkin. Bola ilk bor maktabga borib, sistematik ravishda aqliy mehnat bilan shug'ullanishni boshlaganida kattalarning, ota-onalari va ko'proq o'qituvchilarining yordamiga muhtoj bo'ladi.

Xorijiy til o'qituvchilari chet tilini o'rgatish darslarida xorijiy tillarni o'qitishga bo'lgan zamonaviy psixologik yondashuvlarni to'g'ri tashkil etishlari lozim. Ular chet tilini o'rgatish bo'yicha pedagogik mahorati va kasbiy kompetentlik darajasini oshirish yuzasidan o'z

pedagogik faoliyatlariga innovatsiyalarni tatbiq etishning samarali shakllarini, didaktik vositalar va elektron o'quv materiallarini yaratish texnologiyalarini bilishlari hamda ulardan ta'lim jarayonida foydalanishlari o'quvchilarning xorijiy tillarni o'rganishi sifatini yanada oshirishga xizmat qiladi.

Xorijiy til o'qituvchilari ingliz tilini o'rgatishda psixologik mashqlarni to'g'ri qo'llay olishlari lozim. Xorijiy til o'quvchilarning tilni o'zlashtirishdagi hadiksirashi, chalg'ishi va charchashini yo'qotishga hamda salbiy o'zgarishlarning oldini olishga qaratilgan psixogimnastika mashg'ulotlarini ham o'z vaqtida qo'llay olishi o'qituvchining pedagogik mahoratiga bog'liq. Dars jarayonida bolaning bilish psixik jarayonlari – diqqati, fikrlashi, idroki, tasavvuri, xotirasi va ta'lim olishga qiziqishlari o'yinlar yordamida rivojlantiriladi.

Guruhli o'yinlardan foydalanish muloqot ko'nikmalari, bir-birini o'zaro tushunish, sherikchilik, o'zaro mas'uliyatni sezish kabi xislatlarni rivojlantirishga ham yordam beradi. Xorijiy tillardan ingliz tilini o'rgatishda o'qituvchi emotsional-hissiy birlikni shakllantirish bilan qisqa psixogimnastika mashqlarini tashkil etishini ko'rib chiqamiz.

Ingliz daqiqa, ya'ni **English** minut mashqini bajarishda uni faqat takrorlash bilan mashq qilish kerak emas. O'qituvchi "Men baxtliman", iborasini o'rgatayotganida o'quvchilar o'zlarining baxtiliklarini his qilishlariga erishishga e'tibor berishi kerak. **I am happy – Men baxtliman** deganda o'quvchi ikki qo'lini ozgina ko'tarib, baxtli bo'lgan kayfiyatini namoyon qilishi kerak. **I am cheeful – Men tetikman** deganda o'quvchilar qo'lining ikki bosh barmog'ini ko'rsatishi va **I am merry – Men quvnoqman** deganda o'quvchilar boshlarini ikki tomonga qimirlatishlari ularda ijobiy emotsionallikni shakllantirib boradi.

Xorijiy til, ingliz tili darslarida ijodiy ko'tarinkilik muhitini vujudga keltirish o'quvchining qiziqishini, bilish jarayonini, nutqi, shaxslararo munosabatlari, ijtimoiy moslashuv malakalarini rivojlantirib boradi. Ushbu jihatlar o'qituvchi tomonidan tashxis etiladi va sifat o'zgarishlar dinamikasi tahlil etib boriladi.

Yuqoridagi fikrlardan kelib chiqib psixolog olim A.K.Shamshe-tovanning ilmiy maqolalaridan foydalanilgan holda xulosa qilish mum-

kinki, xorijiy til o'qituvchilari ingliz tilini o'rgatishda o'quvchining psixologik individual xususiyatlarini hisobga olib va ularga mos keladigan ikki yoki besh daqiqali ingliz tilida kayfiyatni ko'taruvchi psixogimnastika mashqlarini to'g'ri tashkil etib borishlari dars samaradorligini oshiribgina qolmay, o'quvchilarda pozitiv emotsional munosabatlarni ham shakllantirib borishiga e'tibor qaratiladi.

### **Mustaqil ishlash uchun tavsiya etilayotgan mavzular**

1. Hozirgi zamon psixologiya-sining tarmoqlari.
2. Psixikaning rivojlanishida muhitning ta'siri.
3. O'zbekiston Respublikasida psixologiya fanining rivojlanishi.
4. Rus psixolog olimlari haqida.
5. Xorij psixologlari va ularning ilmiy tadqiqot izlanishlari.
6. Psixika haqida tushunchalar.

### **Mavzu yuzasidan savol va topshiriqlar**

1. Psixologiya fani qanday fan?
2. Psixologiya fanining predmeti va vazifalari qanday?
3. Psixologiya fanining rivojlanish bosqichlari nechta va u qanday?
4. Psixologiya fanining asosiy ilmiy tadqiqot metodlari qanday?
5. Psixika o'z nima?
6. Psixikaning namoyon bo'lishi qanday?

### **Topshiriqlar**

- 1-topshiriq: "Psixologiya" fani bo'yicha idrok xaritasini tuzish.
- 2-topshiriq: Psixologiya fanining rivojlanish bosqichlariga blits-savollar tuzish.
- 3-topshiriq: "Psixologiya fanining asosiy ilmiy tadqiqot metodlari" bo'yicha "Nima uchun?" texnologiyasidan foydalanib organayzer tuzish.
- 4-topshiriq: Keys-stadi-topshirig'i.



## **Foydalaniladigan adabiyotlar ro'yxati**

1. Shamsheva A., Melibayeva R. va boshqalar. Umumiy psixologiya fanidan UMK., 2016.
2. G'oziyev E.G'. Umumiy psixologiya. Darslik. –T.: O'zbekiston faylasuflari milliy jamiyati, 2010. – 488 b.
3. David G. Mayers. Psychology, © 2010 by Worth Publishers.
4. Kelvin Seifert and Rosemary Sutton. "Educational Psychology". Second Edition. Copyright © 2009 Kelvin Seifert.

## **Mavzu yuzasidan seminar mashg'uloti**

**Umumiy psixologiya fanining predmeti, vazifalari va ilmiy tadqiqot metodlari.**

### **Seminar mashg'ulotining borishi:**

1-bosqich. O'qituvchi talabalar davomatini tekshiradi. O'qituvchi darsning boshlanishida talabalarni xohishi orqali guruhlariga ajratadi (3 daqiqa).

2-bosqich: «Umumiy psixologiya fanining predmeti, vazifalari va ilmiy tadqiqot metodlari» mavzularining asosiy tushunchalarini va kalit so'zlarini eslab flipchartga yozadilar. Psixologiyada ilmiy terminlarni guruhlarda muhokama qiladi (7 daqiqa).

## **FSMU texnologiyasi**

F	Fikringizni bayon eting.
S	Fikringiz bayoniga biron sabab ko'rsating.
M	Ko'rsatilgan sababni tushuntiruvchi misol keltiring.
U	Fikringizni umumlashtiring.

3-bosqich: Guruhlarda «Umumiy psixologiya fani predmet va vazifalari» mavzusini o‘rganish. Bunda o‘qituvchi oldindan reja asosida mavzuga to‘xtaladi (assesment usulidan foydalanish mumkin). Talabalarga tarqatma materiallar beriladi. Seminar daftoriga yozadilar, savollar tayyorlaydilar (20 daqiqa).

Guruhlarga topshiriqlar:

1-guruh: Umumiy psixologiya fani predmeti, vazifalari va metodlari haqida umumiy tushunchalar (bayon qilinadi).

2-guruh: Psixologiya faniga nazariy yondashish va psixologiya-ning asosiy muammolari haqida.

3-guruh: Psixologiyaning rivojlanishi va psixologiya ilmiga kirish.

4-guruh: Psixikaning namoyon bo‘lish shakllari va ularning o‘zaro bog‘liqligi.

Guruhlarning chiqishlari (har bir taqdimotchiga 4 daqiqa).

4-bosqich: Guruhlar ishlarining muhokamasi va xulosalari (10 daqiqa).

5-bosqich: Guruhlar mavzuni yoritib berish uchun keys-stadi texnologiyasidan foydalanib, olib boriladi.

## “Assesment” topshirig‘i

<p><b>TEST</b></p> <p>Psixika nima?</p> <p>A. Mantiq, ong va miya faoliyatini, shaxslararo munosabatlarni tushuntirib beradi.</p> <p>B. Ijtimoiy jarayonlarning shakllanishi.</p> <p>S. Ularni va o‘z-o‘zini aks ettirishning oliy shakli.</p> <p>D. Psixika – bu tafakkur, sezgilar, hissiyotlar va kommunikativ jarayonlarni o‘ziga jamlashtirgan yaxlit tizimdir.</p>	<p><b>MUAMMOLI VAZIYAT</b></p> <p>Psixologiya darslarida ko‘p uchraydigan vaziyat. Talabalar ko‘p holatda o‘z xotirasi va o‘ziga ishonmaslik kabilar bo‘yicha shikoyat qilishadi. Bunday vaziyatlarda ular qanday psixologik bilimlarga muhtoj deb bilasiz? Ma’ruza darsida vaziyatdan chiqishga harakat qilish uchun nima qilgani maqsadga muvofiq.</p>
<p><b>BELGILARI:</b></p> <p>Psixik jarayonlar</p> <p>Psixik holatlar</p>	<p><b>AMALIY KO‘NIKMALAR:</b></p> <p>Psixologiya fanining barcha sohalar bilan bog‘liqligi mavjud. Sizning kasbiy faoliyatingizda zarur amaliy-nazariy psixologik bilimlar qay darajada bo‘lgani ma’qul.</p>

## II bob. ONG VA PSIXIKANING RIVOJLANISHI

### Reja:

1. *Dunyo olimlarining psixika va ong haqidagi tushunchalari.*
2. *Psixika va ongning psixologik tavsifi.*
3. *Psixika va ong paydo bo'lishida muhitga, a'zolarining tuzilishiga va mehnat faoliyatining ijtimoiy-tarixiy mohiyatga ega ekanligi.*
4. *Psixikaning ontogenezda va filogenezda rivojlanishi.*

**Tayanch so'z va iboralar:** *psixika, ong, instinkt, psixika, individ, individuallik, shaxs, tropizm, fototropizm, geliotropizm, xemotropizm, topotropizm, termotropizm, antropogenez, nativizm, empirizm, bixeviorizm – vegetativ nerv tizimi, ontogenez, filogenez.*

### Mavzuning qisqacha mazmuni

Inson ongining paydo bo'lish shart-sharoitlari, sabablari, inson ongining hayvon psixikasidan farqi, kishilarning mehnat faoliyati va uning inson ongi taraqqiyotidagi roli, ong va til orasidagi bog'lanishlar, ong va o'z-o'zini anglashning ijtimoiy tarixiy tabiati tushuntiriladi. Taraqqiyotni dialektik materialistik tarzda tushunish, nerv sistemasi va aks ettirish faoliyatining rivojlanishi, jonli va jonsiz tabiatda aks ettirish, ta'sirlanuvchanlik haqidagi tushuncha tirik materiyaning xususiyati ekanligi, psixik aks ettirish formasining paydo bo'lishi, psixik taraqqiyotda sensor va perseptiv bosqichlar haqida tushuncha beriladi. Bundan tashqari talabalar psixikaning taraqqiyot bosqichlari haqida tushunchalar, filogenez va ontogenez haqida ma'lumotlarga ega bo'lishadi.

## DUNYO OLIMLARINING PSIXIKA VA ONG HAQIDAGI TUSHUNCHALARI

Organik va anorganik materiya doimo harakatda, o'zgarishda va rivojlanishda bo'ladi. Inson psixikasining paydo bo'lishi

va rivojlanish masalasi tadqiqotchilar oldida turgan eng dolzarb va murakkab masalalardan biridir. Ilmiy-materialistik ta'limotga ko'ra psixikaning paydo bo'lishi materiyaning uzoq rivojlanishi natijasidir.

K.E.Fabri eng sodda hayvonlar psixikasi taraqqiyotini ikki bosqichga – quyi va yuqori bosqichga bo'ladi. Psixik taraqqiyotning quyi bosqichi asosan bir hujayrali, qisman ko'p hujayrali hayvonlarga xos bo'lib, bu bosqichda psixika primitiv holatda bo'ladi va hayvon tashqi ta'sirlarga seskanuvchanlik bilangina javob beradi.

O'simlik va hayvon shaklidagi barcha tirik organizmlar o'z evolyutsiyasining hamma bosqichlarida aks ettirishning biologik shakli, ya'ni seskanuvchanlikka ega bo'ladi. Seskanuvchanlik tirik organizmning biologik ta'sirlarga javob berish qobiliyatidir.

Oddiy seskanuvchanlikni bir hujayrali hayvonlarda ham ko'rish mumkin. Ular muhitning ta'siriga harakatlanish bilan javob beradilar. Biologik ta'sirlarga organizmning o'ziga xos harakatlari bilan javob berish usuliga tropizm yoki taksis deyiladi.

Tropizmning bir qancha turi farq qilinadi. Buni quyidagi jadvaldan ko'rish mumkin:

*4-jadval*

TROIPIZM TURLARI	
FOTOTROIPIZM	– derazadagi gulning yorug'likka qarab intilishi
GELIOTROIPIZM	– o'simlikning quyoshga intilishi
XEMOTROIPIZM	– kimyoviy moddalarga moslashuvi
TOPOTROIPIZM	– tebranish va qimirlashdan ta'sirlanish
TERMOTROIPIZM	– haroratga nisbatan o'zgaruvchanlik

Masalan, derazadagi gulning yorug'likka qarab intilishi – **foto**tropizm, o'simlikning quyoshga intilishi **geli**otropizm, kimyoviy moddalarga moslashuvi **xemo**tropizm, tebranish va qimirlashdan

ta'sirlanish **topotropizm**, haroratga nisbatan o'zgaruvchanlik **termotropizm** deyiladi va boshqalar.

Ko'p hujayrali hayvonlarda qo'zg'aluvchanlikning yangi shakli sezuvchanlik mavjuddir. A.A.Leontevning gipotezasiga ko'ra sezuvchanlik genetik jihatdan olganda seskanuvchanlikning o'zidir. U ham muhitning tashqi ta'sirlarga javob berishi asosida vujudga keladi. Faqat sezuvchanlik seskanuvchanlikka nisbatan yuqoriroq bosqichdir.

*K.E.Fabri* fikricha, psixik taraqqiyotning ikkinchi bosqichi ko'p hujayrali hayvonlarga xosdir. Ko'p hujayrali hayvonlarda aks ettirish birmuncha yuqori bo'ladi. Bunday hayvonlarga kovakichlilar (gidra, meduza)ni kiritish mumkin. Ular ham bir hujayrali hayvonlar kabi suvda yashaydi. Lekin kovakichlilar o'zining tuzilishi jihatidan bir hujayrali hayvonlardan ancha murakkabdir. Ularning murakkabligi hujayralarining bir-biridan farq qilganligidadir: tanasining tashqi qismidagi hujayralar qoplagich, ichki hujayralar esa hazm qiluvchi bo'ladi.

Evolyutsiya zanjirining yuqoriroq pog'onasida turgan ko'p hujayrali hayvonlarda tana tuzilishi ham ancha murakkablashadi, yer sharoitiga mos o'zgarishlar yuz beradi, turli taassurotlarni aks ettiradigan sezgi organlari vujudga keladi, aks ettirish ham murakkablashadi.

Rus fiziolog olimi I.M.Sechenov inson miyasi va organizmi-ning psixik jarayonlar bilan o'zaro bog'liqligi bo'yicha ulkan ishlar olib borgan va psixologiyaga o'zining ulkan hissasini qo'shgan. Keyinchalik uning fikrlarini Pavlov rivojlantirdi va shartli reflekslar hodisasini ochdi. *I.P.Pavlovning* fikrlari va ixtirolari hozirgi kunda yangi nazariyalar yaratishga asos bo'ldi. Bularning ichida Breynshteyn, Xoll, Anoxin, Sokolovlarning nazariya va konsepsiyalari ajralib turadi. Sechenov fikricha, barcha psixik hodisalar o'zining ortidan murakkab reflekslar va fiziologik hodisalarni namoyon qiladi. Pavlovning fikricha o'zini tutish murakkab shartli reflekslarning qo'shilishi natijasida paydo bo'ladi. Biroq shartli reflekslar bu oddiy fiziologik hodisalar ekanligi keyinchalik ma'lum bo'ldi. Shartli-reflekslar haqidagi bilimlarning ochilishiga qaramay, keyinchalik tirik

jonzotlarning yangi qobiliyatlarini o'zlashtirishning boshqa usullari ustida ham ishlar olib borildi. Bunda, ayniqsa, Sokolov va Izmaylovlarning xizmatlari katta. Ular tomonidan konseptual reflektor yoyi tushunchasi ilgari surilgan. U uch o'zaro bog'liq lekin nisbatan erkin neyronlar sistemasidan iborat: afferent (sensorli analizator), effektor (bajaruvchi, harakat organlariga javob beruvchi) va model-lashtiruvchi (afferentiv va effektor sistemasi ustidan boshqarib turuvchi). Birinchi neyronlar sistemasi ma'lumotlar qabul qilinishi va qayta ishlanishini ta'minlaydi, ikkinchi sistema buyruqlar ishlab chiqarilishi va ularning bajarilishini ta'minlaydi, uchinchi ikkinchi va birinchi sistema ustidan ma'lumotlar almashinuvini ta'minlaydi. Bu nazariya bilan bir qatorda boshqa nazriyalar ham mavjud, bir tomondan psixik jarayonlarning o'zini boshqarishdagi roli, boshqa tomondan o'zini boshqarishda umumiy boshqaruv modellarining tuzilishida fiziologik va psixologik hodisalarning namoyon bo'lishi. Bernshteynning fikricha eng sodda o'zlashtirilgan xatti-harakatning o'zi ham, murakkab harakatlarni inobatga olmagan holda psixikaning ishtirokisiz amalga oshirilishi mumkin emas. Uning ta'kidlashicha, har qanday harakatning paydo bo'lishida psixomotor reaksiya mavjud.

Har qanday harakatning o'zlashtirilishi ongning ta'siri ostida amalga oshiriladi. Ong tushunchasi juda ko'p muammolarga duch keladi. Bularga turli xil yondashuvlar ham mavjud. Ong muammosi psixologiyadagi global va eng murakkab muammolardan biridir. Muammoga asosiy yondashuvlarda "Ong, – deydi V.Vund, – bu o'zimizning har qanday psixologik jarayonlarga duch kelishimizdir. Ong psixologik jihatdan o'zida ichki yorug'likni, yorqinlik yoki zulmatni ifodalaydi. Inson o'zini yo'qotgan paytda u go'yoki o'chishi ham mumkin".

K.Djeymsning fikricha ong bu "psixik funksiyalarning xo'jayini". Ong – bu o'zgacha psixik kenglik. Ong psixologiyaning sharti bo'lishi mumkin, lekin uning predmeti bo'la olmaydi. Uning mavjudligi psixologik fakt bo'lishiga qaramasdan, uni aniqlash mumkin emas va faqatgina o'zidan chiqarilishi mumkin. Ong sifatsizdir, chunki uning o'zi sifat-psixik jarayon va hodisalarning sifatidir. Sifatni bo'lib bo'lmaydi, u yoki bor yoki yo'q. Yuqorida keltirilgan qa-

rashlarning umumiy xulosasi – bu psixologik sifatsiz onga urg‘u. Vigotskiyning onga qarashlari qiziqish uyg‘otadi. Uning aytishicha “Ong – bu o‘ziga o‘zi, reallikka refleksiya”dir”. “Ong o‘zi bilan o‘zi aloqadadir”. Ong – bu ongdur, ong faqatgina jamiyat ongi va tili mavjud bo‘lgandagina mavjud bo‘lishi mumkin. Ong tug‘ma bo‘lmaydi yoki tabiat tomonidan berilmaydi balki u jamiyatda rivojlanadi. Shuning uchun ong psixologiyaning sharti emas balki uning muammosi – ilmiy psixologik izlanishlar predmetidir<sup>9</sup>.

Aytishlaricha, odam miyasida taxminan 14 milliard hujayra mavjud bo‘ladi, lekin yangi tug‘ilgan bolada ularning ko‘pchiligi hali ishga tushmagan bo‘ladi.

Yangi tug‘ilgan bola va katta yoshdagi kishilarning bosh miya hujayralarini solishtirish shuni ko‘rsatdiki, miyaning rivojlanish jarayonida uning hujayralari o‘rtasida maxsus o‘simta (shoxcha) – ko‘prikchalar shakllanib boradi. Bosh miya hujayralari sezgi organlari orqali tashqaridan olayotgan ma‘lumotlarga javob berar ekan, go‘yo bir-birlariga qo‘llarini uzatib, bir-birlarini mahkam ushlab oladi. Bu jarayon elektron kompyuterdagi tranzistorlar ishiga o‘xshab ketadi. Har bir alohida olingan tranzistor o‘zi alohida ishlay olmaydi, faqat ma‘lum bir yagona tizim (sistema)ga birlashgandagina ular kompyuter sifatida ishlay olishi mumkin.

Hujayralarning bir-birlariga bog‘lanishi shakllanishining eng faol davri – bu bola tug‘ilgandan uch yoshgacha bo‘lgan davrdir. Bu vaqtda taxminan 70–80% shunday birikmalar vujudga keladi va ular qanday rivojlanishiga qarab, miya imkoniyatlari ham ortib boradi. Tug‘ilgandan keyingi dastlabki olti oyda miya o‘zining voyaga etish imkoniyatining 50 foiziga erishadi, uch yoshga kelib esa bu ko‘rsatkich – 80 foizga yetadi. Albatta, bu bola miyasi uch yoshdan keyin o‘shishdan to‘xtaydi, degani emas. Uch yoshga yetib, asosan miyaning orqa (ensa) qismi voyaga yetadi, to‘rt yoshga kirganda esa bu murakkab jarayonga uning «peshana qism» degan qismi ham qo‘shiladi.

Miyaning muhim (asosiy, fundamental) qobiliyati tashqaridan signal qabul qilish, uning obrazini yaratish va esda olib qolishdir. Bu

<sup>9</sup> James W.Kalat, *Psychology. USA, 2013. 215 p.*



shunday o‘zak, shunday kompyuterki, bolaning kelajakdagi intellektual rivojlanishi shularga asoslanadi. Tafakkur, ehtiyoj, ijod, hissiyot kabi yetuk qobiliyatlar uch yoshdan keyin rivojlanadi, lekin ular shu yoshgacha shakllangan bazadan foydalanadilar.

Shunday qilib, agar dastlabki uch yoshda mustahkam negiz shakllanmagan bo‘lsa, undan qanday foydalanishga o‘rgatish befoyda. Bu xuddi yomon kompyuterda ishlayotib, yaxshi natijalarga erishishga intilish bilan barobar.

Albatta, yangi tug‘ilgan bola mutlaq nochordir, biroq aynan shunday bo‘lganligi uchun ham uning mavjud (potensial) imkoniyatlari ancha katta bo‘ladi. Odam bolasi hayvon bolasiga qaraganda ancha kam rivojlangan holda tug‘iladi: u faqat yig‘lashni va sut emishni biladi xolos. Hayvon bolasi esa, masalan, itlar, maymunlar yoki otlar emaklashni biladi, tirmashadi yoki hatto birdaniga tik tura olishi va yurib ketishi mumkin. Zoologlarning ta’kidlashicha, yangi tug‘ilgan bola, yangi tug‘ilgan hayvon bolasidan 10–11 oyga orqada qolgan bo‘ladi va buning asosiy sababi – odamning yurishdagi holatidir. Odam tik (vertikal) holatda yurishga o‘tishi bilanoq bachadonda bola to‘la rivojlanguncha tura olmaydigan bo‘lib qolgan, shuning uchun ham bola hali yetarlicha rivojlanib ulgurmay butunlay «nochor» bo‘lib tug‘iladi (dunyoga keladi). Unga tug‘ilgandan so‘ng o‘z tanasidan foydalana olishga o‘rganishga to‘g‘ri keladi. U miyadan foydalanishni ham xuddi shunday o‘rganadi. Hind fiziologi *Masaru Ibuka* “Agar har qanday hayvon bolasining miyasi tug‘ilish arafasida deyarli shakllanib bo‘lgan bo‘lsa, yangi tug‘ilgan bolaning miyasi – go‘yo toza qog‘oz varag‘i. Bolaning qanchalik iqtidorli bo‘lishi shu qog‘ozga (varaqqa) nima yozilishiga bog‘liq bo‘ladi” degan fikrni bildiradi.

## **PSIXIKA VA ONGNING PSIXOLOGIK TAVSIFI**

Miya fiziologiyasini tadqiq qilish va bolalar psixologiyasini o‘rganish, bolaning aqliy qobiliyatlarini rivojlantiruvchi kalit, bu uni – o‘z hayotining dastlabki uch yilida, ya’ni miya hujayralarining rivojlanish davrida o‘zlashtirgan shaxsiy bilish tajribasi ekanligini ko‘rsatadi. Hech bir bola daho bo‘lib tug‘ilmaydi va hech bir bola

ahmoq bo'lib ham tug'ilmaydi. Hammasi bola hayotining hal qiluvchi yillarida bosh miyaning rivojlanish darajasi va simulyatsiyasiga bog'liq bo'ladi. Bu tug'ilgandan uch yoshgacha bo'lgan davriga to'g'ri keladi.

**Psixika** – subyektning haqiqiy obyektiv shakli bo'lib hisoblangan materiyaning yuqori tashkiliy xususiyatidir. Insonning ma'naviy shakllanishi uning qalb xislatlarining boshqarilish majmuyidir.

**Onglilik:**

A) borliqning umumiyashtirilgan va ko'p qirrali;

B) nutqi bilan bog'liq bo'lgan va faqat insonga;

D) tegishli yuqori ko'rinishidir;

E) o'ylash qobiliyati, muhokama qilish insonning eng yuqori asab tizimi bilan bog'liq harakat faoliyatidir.

F) insonning sog'lom holati, kuchli xotirasi o'z his-tuyg'ulari va ishlarida javobgarligi holati.

Amaliy nuqtayi nazardan ong tez o'zgarib turadigan his-tuyg'u va aqlli obrazlar subyekti oldida turgan insonning ichki dunyosidir. Biroq, taxmin qilish mumkinki, bunday psixik faoliyat hayvonlarda ham yuqori rivojlangan. Masalan: itlar, otlar, delfinlar, maymunlar va boshqalarda sodir bo'lishi mumkin.

K.Djeymsning fikricha, ong bu "psixik funksiyalarning xo'jayini".

Ong – bu o'zgacha psixik kenglik. Ong psixologiyaning sharti bo'lishi mumkin, lekin uning predmeti bo'la olmaydi. Uning mavjudligi psixologik fakt bo'lishiga qaramasdan, uni aniqlash mumkin emas va faqatgina o'zidan chiqarilishi mumkin. Ong si-fatsizdir, chunki uning o'zi sifat – psixik jarayon va hodisalarning

*Psixika – bu yuksak darajada rivojlangan, alohida tashkil topgan materiyaning xususiyatidir. Psixika – bu obyektiv olam ta'sirlarini subyektiv tarzda inson miyasida aks ettirilishi hamdir.*

*Ong – obyektiv haqiqatning eng yuqori psixik namoyondasi hamda faqat sotsial mavjudotga tegishli bo'lgan o'z-o'zini boshqarishning eng yuqori sathidir.*

sifatidir. Sifatni bo‘lib bo‘lmaydi, u yoki bor yoki yo‘q. Yuqorida keltirilgan qarashlarning umumiy qismi – bu psixologik sifatsiz ongga urg‘u. Vigotskiyning ongga qarashlari qiziqish uyg‘otadi. Uning aytishicha “Ong – bu o‘ziga o‘zi reallikga refleksiyaadir”. “Ong o‘zi bilan o‘zi aloqadadir”. Ong – bu ongdir, ong faqatgina jamiyat ongi va tili mavjud bo‘lgandagina mavjud bo‘lishi mumkin. Ong tug‘ma bo‘lmaydi yoki tabiat tomonidan berilmaydi balki u jamiyatda rivojlanadi. Shuning uchun ong psixologiyani sharti emas balki uning muammosi – ilmiy psixologik izlanishlar predmetidir”. Har qanday tirik organizm uni o‘rab turgan muhitga o‘zaro munosabati bilan xarakterlanadi. O‘zaro munosabatning buzilishi muhit va shaxs o‘rtasidagi nomutanosiblikni keltirib chiqaradi.

Organizmlar va muhit o‘rtasidagi o‘zaro munosabat faqat har qanday organizm seskanuvchanlik qobiliyatiga, ya‘ni muhit ta‘sirida aktiv holatiga o‘tish va modda almashish qobiliyatiga ega bo‘lgandagina amalga oshishi mumkin.

Seskanuvchanlik aks ettirishning ancha umumiy, hamma yirik organizmlar uchun xos bo‘lgan biologik formasidir. Materialistik yo‘nalishdagi olimlar psixikaning paydo bo‘lishini materiyani uzoq muddat davom etgan taraqqiyoti bilan tushuntiradilar. Olimlar materiyani tabiatini tekshirib, materiya harakatining turli shakllarini aniqladilar. Harakat esa materiyani yashash usuli, uning mohiyatini tashkil qiluvchi ajralmas xususiyatidir.

Jami materiya, jonsiz anorganik materiyadan tortib, to materiyani yuksak hamda murakkab formasi – inson miyasigacha moddiy olamning umumiy xususiyati bo‘lmish aks ettirish xususiyatiga, ya‘ni ta‘siirlarga javob qaytarish qobiliyatiga egadir. Aks ettirish formalari materiyani yashash formalari bog‘liqdir. Aks ettirish materiyani yashash tarzi va ta‘sir xarakteriga muvofiq ravishda tashqi ta‘siirlarga javob qaytarish qobiliyatida namoyon bo‘ladi.

Tirik materiyaga o‘tishda materiya harakatining yo‘nalishlari ham sifat jihatidan o‘zgaradi. Tirik materiyaga aks ettirishning biologik ko‘rinishi xosdir. Tirik materiya taraqqiyotining ma‘lum

bosqichida esa aks ettirishning sifat jihatidan yangi ko‘rinishi hisoblangan psixika yuzaga keladi.

### **Psixikaning taraqqiyoti**

Psixologiyada psixikaning taraqqiyotini ikki bosqich orqali tushuntiriladi. Birinchi bosqich psixikaning filogenetik taraqqiyot bosqichi bo‘lib, unda oddiy organizmdan boshlab murakkab organizmgacha bo‘lgan taraqqiyot yo‘li bosib o‘tiladi. Ikkinchi bosqich psixikaning ontogenetik taraqqiyot bosqichi bo‘lib, bunda organizm tug‘ilgandan boshlab umrining oxirigacha bo‘lgan taraqqiyot yo‘li o‘rganiladi.

### **Psixika va uning namoyon bo‘lish shakllari**

<b>Psixikaning namoyon bo‘lish shakllari va ularning o‘zaro bog‘liqligi</b>		
<b>Psixik jarayonlar</b>	<b>Psixologik holatlar</b>	<b>Shaxsning xususiyatlari</b>
<i><b>Bilish jarayoni</b></i>	<i><b>Hissiy irodaviy</b></i>	<i><b>Individuallik</b></i>
Sezgilar	Emotsiyalar	Yo‘nalishlar
Idrok	E‘tiqodlilik	Temperament
Diqqat	Hayratlanish	Xulq motivatsiyasi
Xotira	Bardamlik	Xarakter
Hayol	Apatiya	Iqtidor
Tafakkur	Tetiklik	Qobiliyatlar
Nutq	Qiziquvchanlik	Aqliy salohiyat
	Ishonchlilik	Ish uslubi
	Ijodiy ruhlanish	Mas’uliyat

Psixikaning turli shakllarda ko‘rinishlari: psixik jarayonlar, psixologik holatlar, xususiyatlar mavjud bo‘lib, psixik aks ettirish bir qator xususiyatlari bilan ajralib turadi, ya’ni shaxs individualligi orqali namoyon bo‘ladi; shaxsning faoliyati jarayonida yuzaga keladi; atrofdagi voqelikni to‘g‘ri aks ettirish orqali namoyon bo‘ladi.

Psixologiya fanining predmeti masalasida psixika va uning namoyon bo'lish shakllaridan zamonaviy psixologiya umumiy psixologiyaga aloqador soha bo'lib, ko'plab olimlar o'z ilmiy adabiyotlarida bu jihatni muhim deb qaraydilar. Psixikaning namoyon bo'lish shakllarining mualliflar tomonidan tasnifi 1-rasmda.

### **Ong va uning taraqqiyoti**

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

*Psixik obrazlar subyekti uchun ahamiyatli bo'lgan deferensiya darajasi sodir bo'ladi. Ong – yo'naltiruvchidir. Shunga ko'ra ong faol, u har doim qandaydir obyektga, jism yoki obrazga yo'naltiruvchi xususiyatga ega.*

*Ongning bir qator xarakteristikasi bo'lib, ular quyidagilardir:*

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

2. Ongning ikkinchi xarakteristikasi – subyekt bilan obyekt o'rtasidagi farqlilikni anglash, ya'ni odam “men” degan tushuncha bilan “mendan boshqa” degan tushunchani anglab yetishidir.

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

4. Ongning to'rtinchi xarakteristikasi – odamning muayyan munosabatlarini ongning tarkibiy qismiga kirishidir.

Ong jamiyat mahsuli bo'lib, faqat insongagina xosdir. Hayvonlarda ong bo'lmaydi. Psixikaning quyi darajasi ongsizlik holatini tashkil etadi. Ongsizlik ham psixik hodisa bo'lib, voqelikni shunday aks ettirish formasidirki, bunda qilnayotgan ishlarga hisobot berilmaydi, ish harakatlar qayerda va qancha bajarilayotganini anglash xususiyati

yo'qoladi, xulq-atvorni nutq orqali boshqarish buziladi. Ongsizlik holatiga quyidagi psixik hodisalarni kiritish mumkin: uyqu holatidagi hodisalar, ya'ni tush ko'rish; sezilmaydigan lekin haqiqatdan ham ta'sir qiladigan javob reaksiyalari; kasal odam psixikasida yuzaga keladigan patologik o'zgarishlar va boshqalar.

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

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

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

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

Ushbu savolga javob berish uchun inson tomonidan qabul qilina-yotgan real hayotning obrazini va o'ziga baho berishini bir-biroviga moslashtiruvchi bir qator faktorlarni ko'rsatib o'tish lozim. Ammo

ko'pchilik holatlarda insonning tashqi muhitni to'g'ri qabul qilish darajasi, uning imkoniyat faktorlari bilan bog'liq bo'ladi. Boshqa so'z bilan aytganda, qabul qilish chegarasi bu yaxshi va yomon tushunchalarni anglash xususiyatiga bog'liq. Aynan shu bo'lib o'tayotgan hodisani to'g'ri tanqid qilish, qabul qilingan ma'lumotni o'z qarashlari bilan taqqoslash, taqqoslashdan kelib chiqib o'zining xulqini tuzish, ya'ni harakat maqsadi va dasturini aniqlash, qo'yilgan maqsad sari harakatlanish insonni hayvonlardan farqlantiradi. Shunday qilib, tanqid qilish, o'z xulqini nazorat qilish mexanizmida asosiy o'rin egallaydi.

### **Ong xususiyatlari funksiyaga oid a'zolar sifatida:**

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

### **Ongning vazifalari**

Asosiy ong vazifalariga quyidagilar kiradi:

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

### **Ong tuzilishi**

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

- Obrazning seziladigan asosi
- Ma'no
- Mazmun

### **Ongning xususiyatlari**

S.L.Rubinshteyn quyidagi ong xususiyatlarini ajratib ko'rsatadi: munosabat o'rnatish bilish, boshdan kechirish (kechinma). Ongning har bir xususiyati kam hollarda yoki faqat bilish, yoki faqat kechinma, yoki faqat munosabat bo'lishi mumkin; ko'pincha shu uch xususiyat birlashgan holda ko'rinadi. Ammo bu uch tarkibiy qismning (komponentlarning) har birini ifodalash darajasi turlicha. Shuning uchun har bir ong xususiyatini, psixologik tushunchasini koordinata sistemasining uch muhim nuqtasi sifatida ko'rish mumkin. Ong mexanizmini tahlil qilishda aqliy metaforani bartaraf qilish muhimdir. Ong bu faoliyat sistemasini mahsuli va natijasidir, unga nafaqat miya balki shaxs, jami-

yat ham kiradi. Bu sistemalarning muhim xususiyatlari unga yetishmayotgan funksiyaga oid organlar, o‘ziga xos yangidan yuzaga keladi. U asosan dastlabki sistemadan yo‘qotib bo‘lmaydigan u yoki bu imkoniyatlar hisoblanadi.

### **Ong va o‘z-o‘zini anglash**

O‘z-o‘zini anglash insonga nafaqat tashqi dunyoni aks ettirishga imkon beradi balki, uni o‘zini shu olamda ajratib, ya’ni topib, o‘zini tushunib etishiga, nazorat qilishiga va ma’lum bir shaklda o‘ziga nisbatan munosabatda bo‘lishiga yordam beradi. O‘zini biror-bir barqaror obyekt sifatida anglash ichki butunlikni talab qiladi, shaxsning doimiyligini, uni o‘zgaruvchan vaziyatlarga qaramasdan o‘zligicha qola olishini anglatadi. O‘zlikni anglash boshqa insonlar bilan o‘zaro ta’sir davomida shakllanadi va inson faoliyatining muvaffaqiyatiga bog‘liq bo‘lgan o‘z-o‘zini baholash bilan bog‘liqdir. O‘zlikni anglashning muhim vazifasi – inson uchun uning harakatlari sababi va natijasini bilishi va o‘zini baholashi, aslida qanaqa insonligini tushunishga sharoit yaratishidir. Agar baho qoniqarsiz bo‘lsa, inson o‘z-o‘zini o‘stirish (kamolotga yetkazish) bilan shug‘ullanishi kerak yoki himoyalovchi mexanizmlar yordamida ongdan bu yomon ma’lumotlarni yo‘q qilishi mumkin.

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



# **PSIXIKA VA ONG PAYDO BO‘LISHIDA MUHITGA, A‘ZOLARNING TUZILISHIGA VA MEHNAT FAOLIYATINING IJTIMOIIY-TARIXIY MOHIYATGA EGA EKANLIGI**

Agar jonli mavjudotlarning hayot kechirish muhiti hamma joyda mutlaqo bir xil bo‘lganida, ehtimol, yer yuzi bir xil turdagi hayvonlar bilan to‘lib ketgan bo‘lardi. Haqiqatda esa muhit iqlim jihatidan ham, yashash sharoiti jihatidan ham goyat rang-barang bo‘lib bu organizmlarning tabaqalanishini taqozo etadi. Yer yuzida hodisalar juda rang-barang bo‘lsa ham, ularning siklli almashinuvi va hokazolar mavjuddir. Barcha jonzot mavjud shart-sharoitlarga moslasha boradi.

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

Shunday qilib, hayvonlar muhitga bevosita bog‘liqligidan sekin-asta qutila boradi. Lekin jonli mavjudotlar rivojlanishning har qanday darajasida ham bunday bog‘liqlikdan hech qachon qutila olmaydi. Muhit – jonli organizmning hayot kechirish shart-sharoiti, jonli mavjudotlar hayot kechirishining bosh omili, boshqacha aytganda, jonli organizmlarning hayot kechirishi muhitning shart-sharoitlari bilan aniq belgilab qo‘yilgandir.

Aks ettirishning bir-biriga o‘xshashligi eng avvalo sezgi a‘zolari va nerv sistemasining tuzilishiga bog‘liqdir. Retseptor muayyan turdagi qo‘zg‘atuvchilarga qanchalik nafis javob qilsa, reaksiya ham shunchalik bir-biriga o‘xshash bo‘ladi. Bunda ma‘lum darajada to‘g‘ridan to‘g‘ri bog‘lanish bor. Masalan, ko‘rish retseptori quyoshning tarqoq nurini aks ettirishga moslashuv munosabati bilan rivojlanadi.

Retseptorlarning rivojlanishi ma‘lum darajada muayyan turdagi nerv sistemasining rivojlanishi bilan birga boradi. Sezgi a‘zolari va nerv sistemasining rivojlanish darajasi muqarrar ravishda psixik aks

ettirishning darajasi va shaklini belgilab beradi. Nerv hujayralari faqat turlar emas, balki tugunlar (gangliylar) ham hosil qiladi. Tugunli yoki gangliyli nerv sistemasi eng ko'p miqdordagi qo'zg'atuvchilarni qabul qilish va qayta ishlash imkonini beradi. Negaki, sezuvchan nerv hujayralari qo'zg'atuvchilarga bevosita yaqin joylashgan bo'ladi va qo'zg'alishini tahlil etish sifatini o'zgartirib yuboradi.

Tananing har bir qismida gangliylar qo'shib, bir-biri bilan nerv yo'llari orqali bog'langan nerv markazlarini tashkil qiladi. Ayniqsa, bosh qismida joylashgan markaz murakkab tuzilgandir.

Nerv sistemasining oliy tipi – naychasimon nerv sistemasidir. U naychasimon birlashgan nerv hujayralaridan tashkil topgan bo'ladi. Umurtqalilarda evolyutsiya jarayonida orqa va bosh miya – markaziy nerv sistemasi paydo bo'ladi va rivojlanadi. Nerv sistemasi va retseptorlarning rivojlanishiga muvofiq ravishda psixik aks ettirish shakllari ham murakkablashadi. Bosh miyada turli xildagi funksiyalarni o'z zimmasiga oladigan alohida cheklangan markazlar hosil bo'ladi. Bu markazlar maxsus nerv birikmalari – assotsiativ zonalar orqali o'zaro bog'lanadi.

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

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

Odam psixikasi bilan hayvon psixikasining ikkinchi farqi, odam oldindan o'ylagan rejaga binoan qurol yaratadi, uni belgilangan maqsadda foydalanadi va saqlaydi. Inson nisbatan doimiy narsalar olamida yashaydi. Kishi quroldan boshqa odamlar bilan birgalikda foydalanadi, biridan quroldan foydalanish tajribasini o'zlashtirsa, boshqasi bilan uni baham ko'radi.

Inson psixik faoliyatining ajralib turadigan uchunchi belgisi – ijtimoiy tajribaning biridan ikkinchisiga o‘tkazilib turishidir. Kishi psixikasini ko‘proq darajada egallab oladigan ijtimoiy tajribasida rivojlantiradi. Kishining psixik funksiyalari alohida subyekt tomonidan insoniyatning madaniy rivojlanishida qurollarini egallab olishi tufayli

sifat jihatidan o‘zgaradi. Kishidan oliy, xususan insoniy funksiyalar (ijtimoiy xotira, ixtiyoriy diqqat, abstrakt tafakkur) rivojlana boradi.

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

Inson psixikasining hayvon psixikasidan eng muhim farqi ularning rivojlanish shart-sharoitlarida ko‘rindi. Agar hayvonot dunyosining rivojlanishi davomida psixikaning taraqqiyoti biologik evolyutsiya qonunlariga bi-

noan ro‘y bergan bo‘lsa, xususan inson psixikasining, kishi ongining rivojlanishi ijtimoiy-tarixiy taraqqiyot qonunlariga buysunadi.

To‘daning jamiyatga aylanishiga ta‘sir ko‘rsatgan omil – bu mehnat faoliyati, ya‘ni qurollarni birgalikda yaratish va qo‘llanish jarayonida odamlar tomonidan amalga oshiriladigan tarzdagi faoliyat bo‘ladi.

Rivoj topayotgan mehnat faoliyati ijtimoiy munosabatlarning, jamiyatning rivojlanishiga, ijtimoiy munosabatlarning rivoji esa mehnat faoliyatining takomillashuviga ta‘sir ko‘rsatadi.

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

Mehnatda kishining ongi – aks ettirishning evolyutsion yo‘nalishidagi eng oliy shakli – ashyoviy faoliyatning obyektiv barqaror xususiyatlarini ajrata olish va shu asosda atrofdagi reallikni tubdan o‘zgartira olish xususiyatiga ega bo‘lgan shakli ham rivojlana bordi.

Yuqorida aytib o‘tilganidek, hayvonlar tasodifiy narsalar olamida yashaydi, odam esa doimiy narsalar olamini yaratadi. Odamlar yaratgan, ya‘ni o‘zidan oldingi ajdodlar bajargan ish jarayonlari, xatti-harakatlar va faoliyatning moddiy ifodasi hisoblanadi.

## PSIXIKANING ONTOGENEZDA VA FILOGENEZDA RIVOJLANISHI

**Psixikaning ontogenezda rivojlanishi** – inson tug‘ilgan vaqtdan boshlab voyaga yetgunga qadar murakkab psixik rivojlanish yo‘shidan o‘tadi. Agar bolaning tug‘ilgan birinchi yilidagi psixikasini 5–6 yildan so‘nggi psixika bilan taqqoslasak, uning ma‘lumot qabul qilishi nafaqat miqdorda, balki sifatida farq bo‘ladi.

Tashqi faoliyatni ichki faoliyatga ta‘sir, aks etishi bu tashqi faoliyat oldindan mavjud bo‘lgan “rejalashtirilgan ong”ga ko‘chib o‘tishi degani emas; bu shunaqangi jarayonki unda o‘sha ichki plan (sistema) shakllanadi. Ong bu, bevosita subyektga ochiladigan olam manzara-sidir, unda subyektning o‘zi ham, shuningdek, uning faoliyati va holati ham kiradi deb hisoblaydi Leontev. Dastlab ong faqatgina subyektga atrofidagi olamni ochib beradigan psixologik ong va psixik rivojlanish sifatida qaraladi; keyingi bosqichlarda faoliyat ongning predmetiga aylanadi, bu bosqichda boshqa insonlarning harakatlarini, ulardan kelib chiqib esa subyekt o‘zining shaxsiy harakatlarini anglay boshlaydi. Natijada aql-idrokimizdagi, «rejalashtirilgan ong»dagi ichki harakatlar vujudga keladi. Ongdagi ko‘rinish yoki tasvir haqiqiy ko‘rinishga aylanadi, ya‘ni xayolan harakat qilish mumkin bo‘lgan model (nusxa)ga aylanadi. Bu ishlaydigan sistema insonning sergaklik holati yoki boshqa so‘z bilan aytganda, insonning o‘ziga xos sergaklik xususiyati bu onmdir.

Ananyevning fikricha, ong harakat ta‘sirining murakkab qismi sifatida faoliyat ko‘rsatadi. Ongning dastlabki xususiyatlari – bu idrok qilish va insonning bolalik vaqtidagi o‘zining shaxsiy harakatlari natijasida paydo bo‘lgan kechinmalaridir. Asta-sekin nafaqat harakat ta‘siri, shuningdek, bolaning faoliyat jarayoni ham anglab yetiladi. Ongning o‘ziga xos rivojlanishida inson alohida harakatlarni bajarishidan, bir maqsadga qaratilgan, rejalashtirilgan faoliyatga o‘tadi. Shu holda, sergaklikning butun holati yaxlit “ong oqimi” yuzaga keladi, bu bir faoliyatdan boshqa bir faoliyatga o‘tishini anglatadi. “Ong

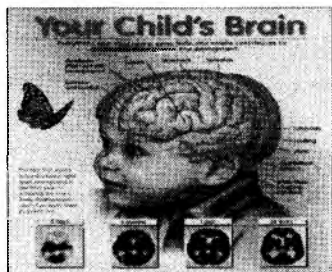
butun borliqni faol aksi sifatida, insonning amaliy faoliyatini uni o‘rab turgan olamda, muhitda tartibga solib turadi”.

**Psixikaning filogenezda rivojlanishi** – kishi psixikasining paydo bo‘lishi va rivojlanishi eng murakkab muammolardan biri bo‘lib, bu muammo tabiat qonunlarining mohiyatini tushunib yetishga harakat qiladigan tadqiqotchilarni hamma vaqt qiziqtirib kelgan.

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

Jonsiz, noorganik materiyadan tortib to eng oliy va murakkab materiya hisoblanmish kishi miyasiga qadar barcha materiyalar moddiy olamning yalpi xususiyati – *in’ikos* etish xususiyatiga, ya’ni ta’sirotlarga javob qaytarish qobiliyatiga egadir. In’ikos materiyaning mavjud bo‘lish tarziga muvofiq javob qaytarishga qodirligi bilan namoyon bo‘ladi.

Jonsiz tabiatda harakat jism va moddalarning mexanik, fizikaviy yoki kimyoviy ta’siri tarzida yuz berishi mumkin. Jonli materiyaga o‘tishda harakat tarzi ham sifat jihatidan o‘zgaradi. Jonli materiyaga in’ikosning biologik shakllar xos bo‘lib, jonli materiyaning ma’lum bir bosqichida esa in’ikosning yangi shakli sifatidagi psixika paydo bo‘ladi.



Materiya harakatining biologik shakli – hayot, tabiat rivojlanishining sifat jihatidan yangi bosqichdir. O‘lik materiyaga o‘tishni izohlaydigan qator gipotezalar mavjud. Ulardan biri *A.I.Oparinga* tegishli bo‘lib, unga ko‘ra organik moddalar atomlar turli shakllarda

azotning, kislorodning, vodorodning, fosfor va oltingugurtning atomlari bilan bog‘langan modda – uglerod negizida hosil bo‘lgan birikimlarning paydo bo‘lishi jonli materiya paydo bo‘lishining zarur sharti hisoblanadi. A.I.Oparinning gipotezasiga ko‘ra, taxminan ikki milliard yil ilgari atmosferada erkin kislorod ajralib chiqib, organik moddalardan tayyorlangan allaqanday «sho‘rva»ga o‘xshash bo‘lgan, organik birikimlarning rivojlanishi jarayonida uglerodning juda ham murakkab birikmalari – benihoya katta molekulalar paydo bo‘ldi.

Oqsilli molekula bilan muhit o‘rtasida modda almashinuvi avvalboshdanoq faol jarayon edi. Bu beniyoya katta molekulalar konservantlar degan nom bilan atala boshladi. Konservant tomchilari ma’lum ma’noda to‘yimli moddalar uchun kurashda o‘zaro raqobat qilishardi, degan taxminlar ham bor. Bu tomchilarning ancha qulay kimyoviy tarkibiga yoki strukturaga ega bo‘lgan ba’zi birlari boshqalariga nisbatan tezroq o‘sdi. Ular ertaroq kattalashib, beqaror bo‘lib qolishar va ancha mayda zarrachalarga parchalanib ketishardi. So‘ngra jarayon yana takrorlanardi: o‘shish, parchalanish va hokazo.

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

Har qanday jonli organizm barcha tashqi kuzatuvchilarga nisbatan tanlangan holda (faol) munosabatda bo‘lgan va bu bilan jonli materiyaning sifat jihatidan yangi xususiyatini – o‘z-o‘zini tartibga solish xususiyatini namoyon qiladi.

Uzoq davr davom etgan evolyutsiya natijasida hozirgi organizmlarda in’ikosning qo‘zg‘aluvchanligidan tortib to uning ancha yuksak darajasidagi shakllari – psixik hayotning ifodaga qadar turli xildagi shakllarini ko‘ramiz.

O‘simlik va hayvonlarga mansub shakllar evolyutsiyasining barcha bosqichlarida jamiki jonli organizmlar in’ikosning alohida biologik shakli – ta’sirlanuvchanlikka ega bo‘ladi. Ta’sirlanuvchanlik tirik organizmning biologik ahamiyatga ega bo‘lgan (biotik) ta’sirotlarning ta’siriga javob berish qobiliyati demakdir.

Shunday qilib, sodda hayvonlarda tashqi muhitga yorug'lik bilan issiqlik qo'shilib, muvaqqat bog'lanishlar hosil qilinishiga nisbatan ham faol mo'ljal ola bilish tendensiyasi mavjudligi namoyon bo'ladi.

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

Shunday qilib, ko'p sonli nerv tugunchalarining paydo bo'lishi hali-beri yana ham nafisroq aks ettirishi va, demak, tevarak-atrofdagi tashqi muhitga moslashish uchun sharoit tug'dirishi mumkin bo'lgan o'sha haqiqiy foydali murakkabligini ta'min eta olmaydi. Lekin hozirdanoq, ancha murakkab aks ettirish imkoniyatlari paydo bo'la boshladi – ular asosiy gangliyda mujassamlashgan. Asosiy gangliyning funksiyalari va bog'lanishlariga ko'ra bir xil bo'lmagan nerv hujayralarining birikuvidan tarkib topadi. U hayvon tanasining istalgan qismida yuz beradigan qo'zg'alishlarni jamlaydi, ularni tahlil qiladi, boshqa hujayralarga o'tkazadi, impulslarni segmentlarning mushak apparatiga yo'naltiriladi. Sudraluvchi va kavlovchi hayvonlar sifatidagi chuvalchaglarda asosiy gangliylar mavjud bo'lganligi tufayli tananing imkonini beradigan tukchalar, mo'ylabchalar, ko'z murtaklari paydo bo'ladi. Gangliy funksiyali nerv sistemasiga ega bo'lgan hayvolarning aks ettirish imkoniyatlari shartsiz reflekslar bilangina cheklanmaydi. Hayot kechirish jarayonida ularda tug'ma reaksiyalariga nisbatan yangi, ancha harakatchan reaksiya shakllari – shartli reflekslar paydo bo'ladi.

Shunday qilib, gangliy funksiyali nerv sistemasining o'ziyoq, cheklanmagan miqdordagi ta'sirlari javob qilishning yetarli darajada murakkab vositasidan iboratdir. Yetakchi gangliy bilan idora qiluvchi ganglioz nerv sistemasiga ega bo'lgan hayvonning xatti-harakatlari diffuziyali, turli nerv sistemasiga ega bo'lgan hayvonlarning xatti-harakatlaridan jiddiy farq qiladi.

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

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

Instiktning bu tarzdagi nisbiy har xilligi hayot kechirish sharoitlari keskin o'zgargan taqdirda ham saqlanib qolishini ta'minlaydi. Yosh hayvonlarda instiktiv harakatlarni qo'zatayotib, bu xarakterlar yosh hayvonlarda qarilarga nisbatan ancha beso'naqay yuz beradi. Jozotning individual hayot kechirishi jarayonida orttirilgan va tug'ma xatti-harakat programmasining puxta bajarilishini ta'minlaydigan tajriba instiktlarining rivojlanishiga yordam beradi.

Shunday qilib, instiktiv harakatlar turli xildagi ko'p sonli qo'zgatuvchilarning aks etishini ta'min eta olmaydi va shunga ko'ra umurtqalilarning aks ettirish imkoniyatlarini cheklab qo'yadi. Umurtqalilardan naychali nerv sistemasi (orqa va bosh miya bilan qo'shilib) rivojlangan bo'lib, shu tufayli ularda tashqi muhitni asliga ancha o'xshaydigan tarzda aks ettirishning potensial imkoniyatlari oshadi. Ganglioz nerv sistemasiga ega bo'lgan hayvonlarga nisbatan umurtqali hayvonlarda retseptorlar yanada takomillashib, tobora ko'proq maxsuslashib boradi. Evolyutsiya natijasida erishiladigan



ana shu ichki imkoniyatlar atigi birgina instinktiv harakatlarni keltirib chiqarish uchun foydalanilmaydi, albatta.

Hayvon evolyutsiya taraqqiyotining yuqori bosqichiga ko‘tarilgan sari, hosil bo‘ladigan shartli bog‘lanishlari ham shuncha murakkabroq va yana ham nafisroq bo‘lishi mumkin.

Shunday qilib, shartli bog‘lanishlar ham holatlar o‘zgarganda hayvon xatti-harakatining yangi belgilarini mustaqil hosil qilishga asoslangan nafis individual xatti-harakatning yanada murakkabroq shakllarini chiniqtirishdir. Nafis individual harakat uchun muhitning ayrim xususiyatlarigina (harorat, rang, hid) emas, balki butun bir konkret vaziyatlar tahlil va sintez qilinishi shart.

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

Xatti-harakatning ikkinchi tipi ayniqsa sut emizuvchilarda yaqqolroq namoyon bo‘ladi. Bunday hayvonlar endi butun bir vaziyatlarni idrok etib, tahlil qila boshlaydi, o‘z xatti-harakatlarini to‘g‘irlab, o‘zgarayotgan shart-sharoitlarga moslasha boshlaydi. Yuksak taraqqiy etgan hayvonlarda xatti-harakatning instinktiv shakllari bilan bir qatorda o‘zgaruvchan individual shakllari – malakalar va intellektual xatti-harakatlar ham mavjud bo‘ladi. Malakalar deganda hayvonlarning shartli bog‘lanishiga asosan bajaradigan va avtomatik tarzda takrorlanadigan xatti-harakat tushuniladi. Malakalar xuddi instinktlarga o‘xshab rivojlanishning nisbatan quyi bosqichlarida ham bo‘ladi, lekin aniq ifoda etilgan malakalar faqat bosh miya qobig‘i bo‘lgan hayvonlardagina namoyon bo‘ladi.

Hayvonlarning malakalari tarkibiga kiradigan harakatlanuvchi elementlar turning o‘ziga xos tajribasini takrorlaydigan tug‘ma harakatlardan iborat bo‘lishi ham, tasodifiy harakat namunalaridan iborat bo‘lishi ham, shuningdek tasodifiy harakat namunalarining takrorlanishi jarayonida ko‘nikma hosil bo‘lgan harakatlardan iborat bo‘lishi ham mumkin.

## Foydalaniladigan adabiyotlar ro‘yxati

1. Shamshetova A., Melibayeva R. va boshqalar. Umumiy psixologiya fanidan UMK., 2016.
2. G‘oziyev. E.G‘. Umumiy psixologiya. –T.: ToshDU, 2010.
3. David G. Mayers, Psychology. USA, 2010.
4. James W. Kalat, Psychology. USA, 2013.
5. Davletshin M.G., To‘ychiyeva S.M. Umumiy psixologiya. –T.: TDPU, 2012. –202 b.

## Internet saytlari

1. [www.expert.psychology.ru](http://www.expert.psychology.ru)
2. [www.psycho.all.ru](http://www.psycho.all.ru)
3. [www.psychology.net.ru](http://www.psychology.net.ru)
4. [www.koob.ru](http://www.koob.ru)

## Mavzu yuzasidan seminar mashg‘uloti

### Ong va psixikaning taraqqiyoti

1. Dunyo olimlarining psixika va ong haqidagi tushunchalari.
2. Psixika va ongning paydo bo‘lishida muhitga, a’zolarining tuzilishiga va mehnat faoliyatining ijtimoiy-tarixiy mohiyati.
3. Ontogenezda psixikaning rivojlanishi.
4. Psixikaning filogenezda rivojlanishi.

Talabalar 2 kichik guruhlariga bo‘linadi. Guruhlar topshiriqlarni oladi va tayyogarlik ko‘radi. Topshiriqlar quyidagicha:

**1-topshiriq.** “Ong va psixikaning rivojlanishi” mavzusini yoritib bering.

**2-topshiriq.** Ongning davrlarda o‘zgarishini rolli ijro qilib tushuntirib bering.

### **Mustaqil ishlash uchun tavsiya etilayotgan mavzular**

1. Psixikaning filogenetik taraqqiyoti.
2. Seskanuvchanlik va sezuvchanlik tushunchalarining o'zaro munosabati.
3. Miya va psixika.
4. Ong haqida tushuncha va uning xossalari.
5. Ong va ongsizlik muammosi.
6. Perseptiv bosqich va uning xarakterli xususiyati.
7. Intellektual bosqich va uning xarakterli xususiyati.
8. A.N.Leontev va E.Fabri bo'yicha psixikaning rivojlanish bosqichlari.
9. Hayvonlarning intellektual xatti-harakatlari.
10. Psixikaning muhit va a'zolar tuzilishiga bog'liqligi.

### **Mavzu yuzasidan savol va topshiriqlar**

1. Psixika – bu...
2. Psixikaning substrati – tanadir. Yuksak psixik funksiyalarning substrati – miya.
3. Psixikaning vazifasi nima?
4. Ong va uning shakllarini ayting?
5. Ongning funksiyalarini tushuntiring?
6. O'zini o'zi anglashning omillari qanday?
7. Ongning xususiyatlari qanday?
8. Ongli va ongsiz xatti-harakatlarni tushuntiring?
9. Oltinchi sezgi nima?

## II qism. SHAXS VA FAOLIYAT

### III bob. Shaxs va faoliyat

#### Reja:

1. *Shaxs va uning faoliyati.*
2. *Faoliyat turlari. Jismoniy va aqliy harakatlar.*
3. *O'yin va o'qish faoliyatining o'ziga xos jihatlari.*
4. *Mehnat faoliyatining psixologik xususiyatlari.*
5. *Psixoanalitik, sotsial-kognitiv va gumanistik yo'nalish.*

**Tayanch iboralar:** *shaxs, faollik, faoliyat, o'yin, mehnat, o'qish, muloqot, "Men" obrazi, individualism, kollektivizm, jamiyat.*

#### Mavzuning qisqacha mazmuni

Shaxsning keng dunyoqarashga ega bo'lishi, uning jamiyatda o'z o'rnini topa olishi uchun juda katta ahamiyatga ega. Jumladan, bizning boy dunyoqarashimiz bizga olamni uning barcha go'zalliklari bilan qabul qila olishimiz uchun muhim omil hisoblanadi.

Bizning dunyoqarashimiz, asosan, qaysi jamiyat a'zosi ekanligimizga qarab aniqlanadi va o'zgarib boradi. Shaxsning shakllanish jarayonida bo'lgan jamiyatning o'rnini juda katta. Chunki biz o'zimiz qilayotgan qarorlarimiz to'g'ri yoki noto'g'ri ekanligini faqatgina o'zimiz uchun tuzgan qoidalarimizga asoslanib belgilaymiz.

#### SHAXS VA UNING FAOLIYATI

**Sh**axsning jamiyatda o'z o'rniga ega bo'lishi va shaxsning shunda shakllanishi muhim ahamiyatga ega. Sotsiologiya fani biron-bir aniq jamiyat a'zosi yoki biror-bir toifadagi guruhga mansub bo'lgan insonni shaxs deb ataydi. Psixologiya fani shaxsni nafaqat jamiyatdagi o'rnini, uni jamiyatning bir subyekti nazarida, balki shaxsni jamiyatga bo'lgan ta'sirini ham o'rganadi. Chunki nafaqat jamiyat shaxsiga, balki shaxs ham jamiyatga ta'sir eta oladi.

## Individual “Men” obrazi

Agar kimdir sizni har qanday ijtimoiy aloqalardan cheklab qo‘ysa, sizning shaxsingizning qaysi qismi saqlanib qolgan bo‘lar edi? Javob: Sizda aynan individualizmni anglatuvchi mustaqil “Men” yoki kollektivizmni anglatuvchi o‘zaro bog‘liq “Men”ni qanday rivojlanganiga bog‘liq bo‘ladi.

*Shaxs – nafaqat jamiyat obykti, balki uning rivojlantirishiga hissa qo‘shadigan subyekt vazifasini ham bajaradi.*

Individualistlar shaxsining katta qismida o‘z “Men”ini his qilish, shaxsiy qadriyatlarini anglash saqlanib qolgan bo‘lar edi. Individualizm darajasi insonlarda turlicha bo‘ladi va u xalq madaniyatidan kelib chiqqan holda bo‘ladi, masalan Osiyoda jamoatchilik muhim bo‘lsa, AQSH da individualizm (Hofttede, 1980; Triandis, 1994). Individualistlar shaxsiy maqsadlari va shaxsiy xususiyatlarini birinchi o‘ringa qo‘yadilar. Ular shaxsiy nazoratga va individual yutuqlarga intiladilar.

Kollektivistlar uchun begona muhitda yo‘qolib qolish imkoniyati shaxsning katta qismini yo‘qotishni anglatishi mumkin. Oilasi, guruhi va yaqin do‘stlaridan ajralgan kollektivistlar ularni shaxs sifatida belgilab turgan aloqalarini yo‘qotgan bo‘lar edilar. Kollektivistik madaniyatda ijtimoiy tarmoq (muhit) inson uchun tayanch vazifasini o‘taydi. Bunda “Men” muhim emas, lekin “Biz” muhim rol o‘ynaydi. Kollektivistlar o‘z guruhlarini – oilasi, kasbdoshlarining maqsadlarini birinchi o‘ringa qo‘yadi va shu bilan o‘z shaxsini aniqlaydi. Kollektivistlar guruhda qadriyatlar tizimiga, u haqida qayg‘uradigan odamlarga va xavfsizlik ishonchiga ega bo‘ladilar.

Agar amerikalik talabalarni Yaponiya, Xitoy va Hindiston talabalari bilan taqqoslasak, ularda shaxsiy sifatlarini “Men” bilan tutash ehtimoli (men samimiyman, men o‘zimga ishonganman) juda kam, lekin o‘zining ijtimoiy maqomi haqida (Men Keyos universiteti talabasiman, Men oilada uchinchi farzandman) gapirish ehtimoli juda ko‘pdir. G‘arbliklar uchun individuallik birinchi o‘rinda, osiyoliklar uchun esa kollektivizm birinchi o‘rinda turadi.

Individualistlar kollektivistlar madaniyatidagi farq hatto insonlarning ismlarida ham ifodalanadi. Individualistik madaniyat ismini bi-

rinchi o‘ringa qo‘yib (Kristina Brun) shaxsini birinchi o‘rinda ekanligini ko‘rsatsa, kollektivistik madaniyat oilasini birinchi o‘rinda ekanligini familiyasini birinchi o‘ringa (Guy Garri) qo‘ygan holda ko‘rsatadi. Oilaga sodiqlik mashhur Xitoy ashularida ham ko‘rinadi, ularda ko‘pincha g‘arb ashularida juda kam uchraydigan ota-onalariga nisbatan ijobiy his-tuyg‘ular ifodalanadi. Individualistik madaniyat vakili bo‘lmish insonlar uchun bunday ashular g‘alati ko‘rinishi mumkin. Qishloqlarda yashaydigan xitoyliklar uchun esa “Men faqat o‘z-o‘zim bilan bo‘lishim kerak” degan ashula g‘alati ko‘ringan bo‘lar edi.

Individualistlar ijtimoiy guruhlariga nisbatan oson kirishib ketadilar va uni oson tark etadilar. Ular din va ish tanlashda ham nisbatan mustaqillikni his etadilar, ular hatto o‘zining katta oilasini tashlab boshqa yangi joyga ko‘chib ham ketishlari mumkin. Oila ham har ikkala tarafni bir-birini yaxshi ko‘rgunicha davom etadi. Kollektivistlar esa yangi guruhlarda o‘zlarini zaif his qilishlari yoki uyalishlari mumkin. Ular tanishlari va do‘stlariga nisbatan chuqur va muntazam bog‘liqlikni his etadilar. Ularning munosabatlari uzoq muddatli xarakterli bo‘ladi. Shunday qilib, ish beruvchi va ishchi o‘rtasida nisbatan kuchli bog‘liqlik vujudga keladi. Kollektivistik guruhlarda yoshi kattalar yuqori lavozimdagi shaxslarga nisbatan hurmat qilinadi.

Individualizm va kollektivizm o‘ziga yarasha imtiyozlarga va kamchiliklarga ega. Individualistik madaniyatdagi insonlar katta shaxsiy mustaqillikka egadirlar, ko‘proq o‘zlarining shaxsiy yutuqlari bilan faxrlanadilar, o‘z oilalariga kam bog‘langan va alohida yolg‘iz qolishni yaxshi ko‘radilar. Novatorlik va ijodiylik yaxshi qarshi olinadi va har qanday inson huquqlari hurmat qilinadi<sup>10</sup>.

### Individualizm va kollektivizm qadriyatlarining farqlanishi

<b>Tushunchalar</b>	<b>Individualizm</b>	<b>Kollektivizm</b>
<b>Menligi</b>	Mustaqillik (bir xillik manbaya – individual xususiyatlar)	O‘zaro bog‘liqlik (bir xillik manbaya – guruhga taalluqlilik)

<sup>10</sup> David G. Mayers. *Psychology*. © 2010 by Worth Publishers, 595–596 p.

<b>Hayotiy maqsad</b>	O'zining qaytarilmasligini kashf etish va ko'rsatish	Aloqalarni qo'llab-quvvatlash va mustahkamlash
<b>Nima muhim</b>	Men – shaxsiy yutuqlari va natijalari, huquqi va mustaqilligi	Biz – guruhiy maqsadlar va solidarlik, ijtimoiy mas'uliyat va munosabat
<b>Qiyinchiliklar bilan kurashish</b>	Reallikni o'zgartirish	Reallikka moslashish
<b>Ma'naviyati</b>	Individlar bilan aniqlanadi (menligiga asoslangan)	Ijtimoiy tarmoqlar bilan aniqlanadi (qarzga asoslangan)
<b>Boshqalar bilan munosabati</b>	Ko'p miqdorda, ko'pincha vaqtinchalik va tasodifiy; konfrontatsiya ham bo'lishi mumkin	Kam miqdorda, yaqin va mustahkam; munosabatlar mutanosibligi qadrlanadi
<b>Xulq-atvori</b>	Insonning shaxsiy xususiyatlarini va ustanovkalarini aks ettiradi	Ijtimoiy me'yorlar va rollarni aks ettiradi

**J**amiyat bilan doimiy munosabatni ushlab turuvchi, o'z-o'zini anglab, har bir harakatni muvofiqlashtiruvchi shaxsga xos bo'lgan eng muhim va umumiy xususiyat – bu uning faolligidir. Faollik (lotincha “aktus” – harakat, “aktivus” – faol so'zlaridan kelib chiqqan tushuncha) shaxsning hayotidagi barcha xatti-harakatlarini namoyon etishini tushuntiruvchi turkumdur. Bu – o'sha oddiy qo'limizga qalam olib, biror chiziqcha tortish bilan bog'liq elementar harakatimizdan tortib, toki ijodiy uyg'onish davrida amalga oshiradigan mavhum fikrlashimizgacha bo'lgan murakkab harakatlarga aloqador ishlari-mizni tushuntirib beradi. Shuning uchun ham psixologiyada shaxs, uning ongi va o'z-o'zini anglash muammolari uning faolligi, u yoki bu faoliyat turlarida ishtiroki va uni uddalashiga aloqador sifatlari orqali bayon etiladi.

Fanda inson faolligining asosan ikki turi mavjud:

**A. Tashqi faollik** – bu tashqi dunyoda o'z ichki istak-xohishlarimiz ta'sirida bevosita ko'rish, qayd qilish mumkin bo'lgan harakatlarimiz, mushaklarimizning harakatlari orqali namoyon bo'ladigan faollik.

**B. Ichki faollik** – bu bir tomondan u yoki bu faoliyatni bajarish mobaynidagi fiziologik jarayonlar (moddalar almashinuvi, qon ay-

lanish, nafas olish, bosim o'zgarishlari) hamda, ikkinchi tomondan, bevosita psixologik jarayonlar, ya'ni aslida ko'rinmaydigan, lekin faoliyat davomiyligiga ta'sir ko'rsatuvchi omillarni, hissiyotlarni o'z ichiga oladi.

Misol tariqasida hayotda kechadigan shunday manzarani tasavvur qilaylik: uzoq ayriliqdan so'ng ona o'z farzandi visoliga yetdi. Tashqi faollikni biz onaning bolasiga intilishi, uni quchoqlashi, yuzlarini silashi, ko'zlaridan oqqan sevinch yoshlarida ko'rsak, ichki faollik – o'sha ko'z yoshlarini keltirib chiqargan fiziologik jarayonlar, ichki sog'inchning asl sabablari (ayriliq muddati, nochorlik tufayli ayriliq kabi yashirin motivlar ta'siri), ko'rib idrok qilgandagi o'zaro bir-birlariga intilishni ta'minlovchi ichki, bir qarashda ko'z bilan ilg'ab bo'lmaydigan emotsional holatlarda namoyon bo'ladi. Lekin shu manzarani bevosita guvohi bo'lsak hamda uni ifodalagan rasmni ko'rsak, taxminan qanday jarayonlar kechayotganligini tasavvur qilishimiz mumkin. Demak, ikkala faoliyat turi ham shaxsiy tajriba va rivojlanishning asosini tashkil etadi. Bir qarashda har bir konkret shaxsga va uning ehtiyojlariga bog'liq bo'lib tuyilgan bunday faoliyat turlari aslida ijtimoiy xususiyatga ega bo'lib, shaxsning jamiyat bilan kechadigan murakkab va o'zaro munosabatlarining oqibati hisoblanadi.

Inson faoliyati "harakat", "faoliyat", "hulq" tushunchalari bilan chambarchas bog'liq bo'lib, shaxs va uning ongi masalasiga borib taqaladi. Shaxs aynan turli faoliyatlar jarayonida shakllanadi hamda o'zligini namoyon qiladi. Demak, faollik yoki inson faoliyati passiv jarayon bo'lmay, u ongli ravishda boshqariladigan faol jarayondir. Inson faolligini mujassamlashtiruvchi harakatlar jarayoni faoliyat deb yuritiladi. Ya'ni, faoliyat – inson ongi va tafakkuri bilan boshqariladigan, undagi turli-tuman ehtiyojlardan kelib chiqadigan hamda tashqi olamni va o'z-o'zini o'zgartirish va takomillashtirishga qaratilgan o'ziga xos faollik shaklidir. Bu – yosh bolaning real predmetlar mohiyatini o'z tasavvurlari doirasida bilishga qaratilgan o'yin faoliyati, bu – moddiy ne'matlar yaratishga qaratilgan mehnat faoliyati, bu – yangi kashfiyotlar ochishga qaratilgan ilmiy tadqiqotchilik faoliyati, bu – rekordlarni ko'paytirishga qaratilgan sportchining mahorati va shun-



ga o'xshash holatlardandir. Inson har daqiqada qandaydir faoliyat turi bilan mashg'ul bo'lib turadi.

## FAOLIYAT TURLARI. JISMONIY VA AQLIY HARAKATLAR

### Aqliy harakatlarning ko'rinishlari

- perseptiv, ya'ni bu-lar shunday harakatlarki, ular oqibatida atrof-dagi predmetlar va hodisalar to'g'risida yaxlit obraz shakllanadi;
- mnemik faoliyat, narsa va hodisalarning mohiyati va mazmuniga aloqador material-ning eslab qolinishi, esga tushirilishi hamda esda saqlab qolinishi bilan bog'liq murak-kab faoliyat turi;
- fikrlash faoliyati – aql, fahm-farosat vositasida turli xil muammolar, masalalar va jum-boqlarni yechishga qaratilgan faoliyat;
- imativ (“image”– ob-raz so'zidan olingan) faoliyati shundayki, u ijodiy jarayonlarda xayol va fantaziya vositasida hozir bevosita ongda berilmagan narsalarning xususiyatlarini anglash va xayolda tiklashni taqozo etadi.

Har qanday faoliyat real shart-sharoitlarda, turli usul-larda va turlicha ko'rinishlarda namoyon bo'ladi. Qilinayot-gan har bir harakat ma'lum narsaga – predmetga qara-tilgani uchun ham, faoliyat predmetli harakatlar majmuyi sifatida tasavvur qilinadi. Pred-metli harakatlar tashqi olamdagi predmetlar xususiyatlari va si-fatini o'zgartirishga qaratilgan bo'ladi. Masalan, ma'ruzani konspekt qilayotgan talabaning predmetli harakati yozuvga qaratilgan bo'lib, u avvalo o'sha daftardagi yozuvlar soni va sifatida o'zgarishlar qilish orqali, bilimlar zaxirasini boyi-tayotgan bo'ladi. Faoliyatning va uni tashkil etuvchi predmetli harakatlarning aynan nimalarga yo'naltirilganiga qarab, avvalo tashqi va ichki faoliyat farqlana-di. Tashqi faoliyat shaxsni o'rab turgan tashqi muhit va undagi

narsa va hodisalarni o'zgartirishga qaratilgan faoliyat bo'lsa, ichki faoliyat – birinchi navbatda aqliy faoliyat bo'lib, u sof psixologik ja-rayonlarning kechishidan kelib chiqadi. Kelib chiqishi nuqtayi nazari-

dan ichki – aqliy, psixik faoliyat tashqi – predmetli faoliyatdan kelib chiqadi. Dastlab predmetli tashqi faoliyat kuzatiladi, tajriba orttirib borilgan sari, sekin-asta bu harakatlar ichki aqliy jarayonlarga ta'sir ko'rsatib boradi. Buni nutq faoliyati misolida oladigan bo'lsak, bola dastlabki so'zlarni qattiq tovush bilan tashqi nutqida ifoda etadi, keyinchalik ichida o'zicha gapirishga o'rganib, o'ylaydigan, mulohaza yuritadigan, o'z oldiga maqsad va rejalar qo'yadigan bo'lib boradi.

Har qanday sharoitda ham barcha harakatlar ham ichki – psixologik, ham tashqi – muvofiqlik nuqtayi nazardan ong tomonidan boshqarilib boriladi. Har qanday faoliyat tarkibida ham aqliy, ham jismoniy – motor harakatlar mujassam bo'ladi. Masalan, fikrlayotgan donishmandni kuzatganmisiz? Agar o'ylanayotgan odamni ziyaraklik bilan kuzatsangiz, undagi yetakchi faoliyat aqliy bo'lgani bilan uning peshanalari, ko'zlari, hattoki, tana va qo'l harakatlari juda muhim va jiddiy fikr xususida bir to'xtamga kelolmayotganidan, yoki yangi fikrni topib, undan mamnuniyatni his qilayotganligidan xabar berib turadi. Bir qarashda tashqi elementar ishni amalga oshirayotgan – misol uchun, uzum ko'chatini ortiqcha barglardan xalos etayotgan bog'bon harakatlari ham aqliy komponentlardan xoli emas, u qaysi bargni va nima uchun ortiqcha ekanligini anglab, bilib turib olib tashlaydi.

**Aqliy harakatlar** – shaxsning ongli tarzda, ichki psixologik mexanizmlar vositasida amalga oshiradigan turli-tuman harakatlaridir. Eksperimental tarzda shu narsa isbot qilinganki, bunday harakatlar doimo motor harakatlarni ham o'z ichiga oladi. Bunday harakatlar quyidagi ko'rinishda, ifoda etilishi mumkin:



Yuqorida ta'kidlaganimizdek, har qanday faoliyat tashqi harakatlarda asosida shakllanadi va alohida komponentlardan iborat bo'lishi ham mumkin.

Agar tashqi faoliyat asosida psixik jarayonlarga o'tish kuzatilsa, bunday jarayon psixologiyada interiorizatsiya deb ataladi, aksincha, aqlida shakllangan g'oyalarni bevosita tashqi harakatlarda yoki tashqi faoliyatga ko'chirilishi eksteriorizatsiya deb yuritiladi.

## O'YIN VA O'QISH FAOLIYATINING O'ZIGA XOS JIHATLARI

Faoliyat turlari yana ongning bevosita ishtiroki darajasiga ko'ra ham farqlanadi. Masalan, ayrim harakatlarda boshida har bir elementni jiddiy ravishda qabul qilib alohida-alohida bajarishni va bunga butun diqqat va ongning yo'nalishini talab qiladi. Lekin vaqt o'tgach, bora-bora unda ongning ishtiroki kamayib, ko'pgina qismlar avtomatlashib boradi. Bu oddiy tilga o'girilganda, malaka hosil bo'ldi deyiladi. Masalan, har birimiz shu tarzda xat yozishga o'rganganmiz. Agar malakalarimiz qat'iy tarzda bizdagi bilimlarga tayansa, faoliyatning maqsadi va talablariga ko'ra harakatlarni muvaffaqiyatli bajarishni ta'minlasa, biz buni ko'nikmalar deb ataymiz. Ko'nikmalar – doimo bizdagi aniq bilimlarga tayanadi. Masalan, ko'nikma va malakalar o'zaro bog'liq bo'ladi, shuning uchun ham o'quv faoliyati jarayonida shakllanadigan barcha ko'nikmalar va malakalar shaxsning muvaffaqiyatli o'qishini ta'minlaydi. Ikkalasi ham mashqlar va qaytarishlar vositasida mustahkamlanadi. Agar, faqat malakani oladigan bo'lsak, uning shakllanish yo'llari quyidagicha bo'lishi mumkin:

- *oddiy namoyish etish yo'li bilan;*
- *tushuntirish yo'li bilan;*
- *ko'rsatish bilan tushuntirishni uyg'unlashtirish yo'li bilan.*

Hayotda ko'nikma va malakalarning ahamiyati katta. Ular bizning jismoniy va aqliy urinishlarimizni yengillashtiradi va o'qishda, mehnatda, sport sohasida va ijodiyotda muvaffaqiyatlarga erishishimizni ta'minlaydi.



Faoliyatni klassifikatsiya qilish va turlarga bo'lishning yana bir keng tarqalgan usuli – bu barcha insonlarga xos bo'lgan asosiy faollik turlari bo'yicha tabaqalashdir. Bu – muloqot, o'yin, o'qish va mehnat faoliyatlaridir.

**Muloqot** – shaxsning individual rivojlanishi jarayonida namoyon bo'ladigan birlamchi faoliyat turlaridan biri. Bu faoliyat insondagi kuchli ehtiyojlardan biri – inson bo'lish, odamlarga o'xshab gapirish, ularni tushunish, sevish, o'zaro munosabatlarni muvofiqlashtirishga qaratilgan ehtiyojlaridan kelib chiqadi. Shaxs o'z taraqqiyotini aynan shu faoliyat turini egallashdan boshlaydi va nutqi orqali (verbal) va nutqsiz vositalar (noverbal) yordamida boshqa faoliyat turlarini mukammal egallashga zamin yaratadi.

**O'yin** – shunday faoliyat turiki, u bevosita biror moddiy yoki ma'naviy ne'matlar yaratishni nazarda tutmaydi, lekin uning jarayonida jamiyatdagi murakkab va xilma-xil faoliyat normalari, harakatlarning simvolik andozalari bola tomonidan o'zlashtiriladi. Bola toki o'ynamaguncha, kattalar xatti-harakatlarining ma'no va mohiyatini anglab yetolmaydi.

1933-yilda “o'yin” tushunchasining etimologik tahlilini amalga oshirgan va uning o'ziga xos alomatlarini tasniflashga harakat qilgan golland olimi F.Boytdayk hisoblanadi. O'yinning alomatlari “u yoqqa va bu yoqqa harakat”, “ixtiyorsizlik va erkinlik, quvonch va ermaklik”. Bunday alomatlardan qanoatlanmagan muallif, uning fenomenini bolalar faoliyatini kuzatish orqali aniqlashga harakat qiladi, chunki o'yinning qiymati va ahamiyati ularning o'zlari tomonidan oqilona baholash, degan xulosaga keladi.

**O'yin faoliyati** faoliyatning oddiy shakllaridan biri hisoblanadi, lekin u tobora takomillashib sodda harakatlarni keyinchalik sujetli, rolli o'yinlarga, hatto sportgacha murakablashib boradi, atrof-muhitni aks ettirishda ishtirok eta boshlaydi.

Tajribalardan xulosa qilish mumkinki, 5–6 yoshdagi bolalar uchun eng muhimi u o'ynayotgan rol. Rolni gavdalantirish davomida bolaning faoliyatga bo'lgan munosabati yuzaga chiqadi. Ko'rilgan vaziyatdan shunday gipoteza tug'iladi. Demak, bola o'ziga boshqa odamlarning rolini olayotgan ekan, shu rolga xos tegishli faoliyat va munosabatlarni

aks ettirishi o'yinning birlamchi asosidir<sup>11</sup>. "Bolalar o'yinlarining mohiyati shundan iboratki, u o'yinda u yoki bu rolni bajaradi va eng qiziq jihati, mayda, keraksiz buyumlarni haqiqiy tirik mavjudotlarga aylantirishni xohlashlari ham mumkin"<sup>12</sup>. V.Vundning mulohazalariga ko'ra, o'yinning manbayi huzur qilish, rohatlanishdan iboratdir. V.Vund bildirgan fikrlar yoyiq xususiyatga ega bo'lib, o'yinning u yoki bu jihatlarini yoritishga xizmat qiladi. Uning fikricha o'yin – bu bolalarning mehnatidir. har qanday o'yin jiddiy mehnatning u yoki bu shaklining prototipidir. Yashash zaruruyati insonni mehnat qilishga majbur qiladi. Mehnat orqali inson o'z kuch-qudratini baholashga o'rganib boradi, mehnatning huzur qilish va rohatlanishning manbayi ekanligiga iqror bo'ladi. O'yin mehnatning foydali jihatini ko'rsatib boradi.

### **A.Arkin esa o'yinlarning quyidagi tasnifini taklif qiladi:**

1. Ishlab chiqarishga: sanoat, qishloq xo'jaligi, qurilish kasb-hunarga oid o'yinlar;

“LEARNING IS  
THE EYE OF THE  
MIND” Thomas  
Drake, Bibliotheca  
Scholastica Instruc-  
tissima, 1633

2. Maishiy va ijtimoiy siyosatga: bog'cha, maktab kundalik turmushga oid o'yinlar;

3. Harbiy: urush o'yinlari;

4. Dramalashtirilgan: kino, spektakl va boshqalarga oid o'yinlar.

**D.B.Elkonin maktabgacha yoshdagi bolalarga xos rolli o'yinlarni sujetiga ko'ra 3 ta guruhga ajratishni tavsiya qiladi:**

1. Maishiy mavzudagi sujetga oid o'yinlar.

2. Sujetiga taalluqli o'yinlar.

3. Ijtimoiy-siyosiy sujetli o'yinlar.

D.B.Elkonin harakatli o'yinning qoidalari mazmunini o'zaro bog'liqligidan kelib chiqib, ularni besh guruhga ajratadi:

1. Harakatga taqlid qilish: taqlidiy-protsessual o'yinlar.

2. Muayyan sujetli dramalashtirilgan o'yinlar.

3. Sujetli o'yinlar.

<sup>11</sup> Д.Б.Елконин. «Психология игри». – М.: 1999. 5 с.

<sup>12</sup> Селли Джемс. Очерки по психологии детства /Пер.с англ. – М.: 1901. 56 с.

4. Sujetsiz o‘yinlar.

5. Aniq maqsadga qaratilgan mashqlardan iborat sport o‘yinlari<sup>13</sup>.

### O‘yin faoliyatining o‘ziga xos jihatlari

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

**O‘rganish faoliyati** – bu biron-bir organizm xatti-harakatining tajribaga ko‘ra o‘zgarishidir. O‘rganish faoliyatining uch turi bor: ular 1 – Classical conditioning (klassik sharoit), 2 – Operant condition (rag‘batlantirilish orqali biron-bir ish harakatini bajarishga o‘rgatish), 3 – Observational learningнинг (kuzatish orqali o‘rganish).

200 yil oldin faylasuf Jon Loke va David Hyuman Aristotelning xulosalariga asoslanib shunday degan: “Biz assotsiatsiyalar orqali o‘rganamiz. Bizning miyamiz izchil ravishda voqea va hodisalarni bir-biriga bog‘laydi. Faraz qiling: Siz yangi tandirda yopilgan nonni ko‘rsangiz uni hidlaysiz, tatib ko‘rasiz, shuningdek undan rohatlanasiz. Keyingi safar siz yangi yopilgan nonni ko‘rganingizda tajribangizdan siz uni yana tatib ko‘rsangiz undan rohatlanishingizni bilasiz” (Wellс, 1981).



Yuqoridagi assotsiatsiya bizning doimiy xatti-harakatlarimizni tushuntirib beradi (Wood&Neal, 2002). Xatti-harakatlarimizning takrorlanishi natijasida bizda assotsiatsiya hosil bo‘ladi. Xatti-harakatlar vaziyatlar bilan assotsiatsiyalanadi. Misol uchun uyqu jarayonini krovat bilan bog‘laymiz. Biron-bir vaziyat asosidagi tajriba tufayli keyingi safar ushbu harakat avtomatik tarzda bajariladi (Siegal 2005).

**Conditioning** (inglizcha shart qo‘yish, sharoit, muhit deb tarjima qilinadi) – o‘rganish assotsiatsiyasining bir jarayonidir. **Classical conditioning**da biz ikki ta’sir qiluvchi omil va bu omilni bashorat qiluvchi bog‘lanishlarni, ya’ni assotsiatsiyalarni o‘rganamiz. Biz chaqmoq yorug‘ini birinchi ko‘ramiz va chaqmoq chaqishini bilamiz va biz momaqaldiroq bo‘lganda chaqmoq chaqishini assotsiatsiya qilamiz. Biz bu jarayonni ushbu rasmda ko‘rsak bo‘ladi:

<sup>13</sup> Д.Б.Елкониин. «Психология игры». – М.: 1999. 26 с.



Biz birinchi rasmda chaqmoq chaqishini birinchi marta guvohi bo'layotgan kishini ko'rib turibmiz, keyingi rasmda esa bu shaxsning ushbu jarayonni ikkinchi marta guvohi bo'lganini ko'ramiz. Bu shaxs yorug'likni ko'rishi bi-

lanoq momaqaldiroq bo'lishini biladi (o'ylaydi).

**Operant condition**da biz biron-bir ish-harakatni yaxshi natijaga erishmaguncha takrorlaymiz va yomon natijalarni takrorlamaslikka harakat qilamiz.



Ushbu rasmda morj ko'ptokni boshida ushlab turishni o'rganayapti. Birinchi rasmda u bu harakatni birinchi marta bajardi, buning evaziga baliq bilan rag'batlantirildi va buning natijasida keyingi safar u harakatni juda yaxshi bajaradi. Soddalashtiramiz, biz assotsiatsiyali o'rganishning ikki farqli turini kashf etdik. Ko'pincha ular birgalikda sodir bo'ladi. Yaponiyalik bir chorvador podasidagi mollarga peydjer (signal beruvchi maxsus moslama)lar taqib qo'yadi. Oradan bir hafta o'tgach mollar ikkita narsani assotsiatsiya qilishni o'rganadi: birinchisi signal chalinishini va so'ng ovqat olib kelinishini biladi – bu **classical conditionning**. Ular yemish idishlarini surishni, ya'ni kelganlari uchun yemish so'rashni o'rganadi – bu esa **operant condition** (rag'batlantirilish orqali biron-bir ish harakatni bajarishga o'rgatish).

O'rganish jarayoni faqatgina yuqoridagilardan iborat emas. **Observational learning** (kuzatib o'rganish)da biz boshqalarning xatti-harakatlaridan o'rganamiz. Misol uchun, shimpanzelar boshqalarning



xatti-harakatlarini kuzatib o'rganadi. Agar bittasi boshqa birining biror-bir harakatini bajarib rag'batlantirilganini ko'rsa, u ham shu zahoti ushbu harakatni takrorlaydi.

Hulosa qilib shuni aytishimiz mumkinki, biz harakatlarni sharoitga ko'ra va observatsion (kuzatish) orqali o'rganamiz va sharoitga moslashamiz. Biror-bir belgini sezamiz va undan so'ng nima bo'lishini tajribamiz orqali bilamiz va unga tayyorlanamiz bu **classical condition** (klassik sharoit).

Biz shuningdek, biror-bir xatti-harakatlarni o'rganib yaxshi natijaga erishmaguncha takrorlayveramiz. Bu esa **Operant condition** (rag'batlantirish orqali biron-bir ish-harakatni bajarishga o'rgatish) deyiladi. Boshqalarni kuzatib yangi xatti-harakatlarni o'rganishimiz **Observational learning** (kuzatuv orqali o'rganish) deyiladi<sup>14</sup>.

## MEHNAT FAOLIYATINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

**Mehnat faoliyati** eng tabiiy ehtiyojlarga asoslangan faoliyat bo'lib, uning maqsadi albatta biror moddiy yoki ma'naviy ne'matlarni yaratish, jamiyat taraqqiyotiga hissa qo'shishdan iboratdir.

Z.Freydning ta'kidlashicha, sog'lom turmush tarzi mehnat va sog'lom muhabbat bilan to'ldiriladi. Bizning ko'pchiligimiz uchun mehnat hayotning eng katta va faol mashg'ulotidir. Yashash bu mehnatdir. Mehnat faoliyati Maslou piramidasidagi ehtiyojlarni qondirilishiga yordam beradi. Mehnat faoliyati bizni ta'minlaydi. Mehnat faoliyati orqali biz boshqalar bilan kommunikativ aloqaga kirishamiz. Mehnat faoliyati bizning kim ekanligimizni anglatadi. Birinchi bor kim bilandir ko'rishganimizda qiziqib «Siz kimsiz?», «Qanday faoliyat bilan shug'ullanasiz?», «Nima ish qilasiz?» deb savol beramiz.

Ishimizga bo'lgan e'tibor, munosabatlar yoki tenglikdan qoniqish hosil qilmasak, kim uchun yoki qayerda ishlashimizdan qat'i nazar ish joyimizni o'zgartirishimiz mumkin. Masalan, avstraliyaliklarning 16 foizi xuddi shu sabab bilan o'z ishlarini o'zgartirdilar (Trevin, 2001). Yigirma yil oldin siz mehnat faoliyati qanday bo'lishini hozirgiday

<sup>14</sup> David G. Mayers. *Psychology*. © 2010 by Worth Publishers. 331–333 p.



tasavvur qila olmagan bo'lar edingiz. Siz o'zingiz uchun kollej, litsey yoki universitetlarni tanlashda o'zingizning layoqat, qobiliyatlaringizni anglashingiz va tushunishingiz o'sha ish muhitiga moslasha olishingizga yordam beradi. Emi Vrzeshniyevskiy va uning hamkasblari (1997–2001) insonlarning ishlariga bo'lgan munosabatlarini identifikatsiya yordamida o'rganadilar.

Buning natijasida quyidagilar ma'lum bo'ldi: ba'zi odamlar o'z ishlarini faoliyat sifatida, bajarish kerak bo'lganligi uchun pul topishning bir yo'li deb bajaradilar. Boshqalar esa o'z ishlarini jamiyatda ijtimoiy mavqega ega bo'lishning bir imkoniyati sifatida, ya'ni karyera uchun bajaradilar. Qolganlari esa o'z ishlarini ijtimoiy foydali mehnat deb biladilar va ishidan mamnunlik va qoniqish hosil qilib, rohatlanib ishlaydilar<sup>15</sup>.

Har qanday kasbni egallash, nafaqat egallash, balki uni mahorat bilan amalga oshirishda faoliyatning barcha qonuniyatlari va mexanizmlari amal qiladi. Oddiygina biror kasb malakasini egallash uchun ham unga aloqador bo'lgan ma'lumotlarni eslab qolish va kerak bo'lganda yana esga tushirish orqali uni bajarish bo'lmay, balki ham ichki (psixik), ham tashqi (predmetga yo'naltirilgan) harakatlarni ongli tarzda bajarish bilan bog'liq murakkab jarayonlar yotishini unutmaslik kerak. Lekin har bir shaxsni u yoki bu faoliyat turi bilan shug'ullanishiga majbur qilgan psixologik omillar – sabablar muhim bo'lib, bu faoliyat motivlaridir.



Olimlar, maslahatchilar va professional boshqaruvchilar, sanoatlashgan ruhiy tashkilotlar ish davomida xilma-xil soha yo'nalishlarini topishmoqda. Kasbiy faoliyat chuqur, umumiy va maxsus tayyorgarlik ko'rilgan, ishlash tajribasi natijasida egallangan maxsus bilimlar va amaliy ko'nikmalar to'plamiga ega insonning faoliyati, mashg'ulot turidir.

Kasbning rivojlanish mantig'i shundaki, u boshlanishida odamlarning ma'lum bir talablaridan paydo bo'ladi. Keyin amaliy tajribani

<sup>15</sup> David G. Mayers. *Psychology*. © 2010 by Worth Publishers, 521 p.

yig'ish va uni chuqur mulohaza qilish orqali amalga oshiriladi. Kasbiy faoliyatning nazariy bazasi shakllantiriladi. Kadrlarni tayyorlash masalasi hal qilinadi. Mutaxassisning amaliy faoliyatiga ilmiy asoslar uchun imkoniyatlar beriladi, bu tashqarida, kasbiy jurnallar, monografiyalar, o'quv-uslubiy adabiyotlarning paydo bo'lishida aks etadi; kasbiy tashkilotlar yaratiladi.

Jumladan, turli shakllar va nomlar bilan ataladigan ijtimoiy xizmatchining kasbi turli tarixiy va turli madaniy-tarixiy davrlardan buyon ma'lum. Ijtimoiy ishning birinchi marta tilga olinishi eramizdan avvalgi 1750-yilga taalluqlidir. Bu vaqtda Bobilda adolat kodlari – fuqarolik aktlari yaratilgan bo'lib, ular odamlarni o'z yaqinini sevishga, kambag'allar to'g'risida qayg'urishga chorlaydi. Qadimgi Gretsiyada ijtimoiy ish "filantropiya" (yunon tilidan tarjima qilinganda "insoniyatga nisbatan muhabbatni ifodalash" ma'nosini bildiradi) sifatida ma'lum bo'lgan, Rimda esa "xalq an'anasi" sifatida qadimgi inklar yordam berish jarayonini "minka" deb, ma'jusiy slavyan qabilalari "slepnya" deb ta'riflaganlar. Rossiyada ijtimoiy ish 1864-yildagi yer islohotlarini o'tkazish davrida paydo bo'ldi, lekin u paytda bu nom bilan atalmagan edi. Ijtimoiy xizmatchilarning e'tiborini ko'rlarga, kambag'allarga, qarovsiz bolalarga, zotsiz va boshpanasiz yoshi katta odamlarga qaratish bo'yicha vazifalarni maxsus vakillar bajarganlar. Bu faoliyatning muvaffaqiyati, boshqa istalgan har qanday faoliyatdagi kabi, odamlarning bilimlariga, hayotiy tajribasiga va kasbiy mahoratiga bog'liq edi.

Jahon amaliyotidagi zamonaviy yondashish ijtimoiy ish, ijtimoiy o'zgarishlarni amalga oshirishga yo'naltirilgan faoliyat shakllaridan biri ekanligi aniq-ravshan. Shu nuqtayi nazardan ijtimoiy ish jamiyatdagi ijtimoiy kataklizmlarni va ziddiyatlarni qat'iy to'xtatib turadigan vosita hisoblanadi va unga jamiyat va davlat qanchalik ko'p mablag' ajratsa, u shunchalik samaraliroq bo'ladi. Demak, jamiyatning katta qismini oldindan tayyorlamasdan va roziligini olmasdan ijtimoiy qayta taqsimlashga yo'l qo'yib bo'lmaydi. Bu borada zamonaviy Rossiyaga tatbiq qilinsa, ijtimoiy xizmatlarning jadallik bilan rivojlanishi, ijtimoiy ishga jamoat birlashmalari, xayriya jamg'armalari, ijodiy va kasbiy ittifoqlarning, konfessiyalarning

qo‘shilishi siyosiy masala va ayni paytda milliy xavfsizlik sohasidagi ustuvor yo‘nalishlardan biridir.

Bizning mamlakatimizda ijtimoiy ish amaliyotida, uning paydo bo‘lishidan boshlab hozirgi vaqtgacha, ijtimoiy pedagogikaning asosiy, hal qiluvchi rol o‘ynashi ahamiyatlidir. Bunda “ijtimoiy pedagogika” tushunchasi “maktabdagi ijtimoiy ish” tushunchasiga teng emasligini tushuntirish muhim. Ijtimoiy pedagogika yoki sotsiumdagi pedagogik munosabatlar aholiga ijtimoiy yordam ko‘rsatish xizmati uchun ilmiy asos sifatida ko‘riladi. Bu sotsiumdagi munosabatlarga tashxis qo‘yish, ularni aniqlash va pedagogik maqsadga muvofiq ta’sir etish imkonini beradi.

Ijtimoiy ish va ijtimoiy pedagogika muammolarining ko‘lami katta va o‘zida hayotiy vaziyatlarning juda ko‘p qirralarini va turli yoshdagi va ijtimoiy holatdagi odamlarning kolliziyalarini mujasamlashtiradi.

Quyidagi misollar yordamida hozirgi kun ijtimoiy pedagoglari va ijtimoiy xizmatchilari nima ishlar bilan bandligini tasavvur etish mumkin:

1. Ijtimoiy xizmatchi birinchi navbatda qaysi muassasalar bilan aloqa o‘rnatishi lozim?

2. Bu oila bilan qanday reja asosida ish olib borish kerak?

Ijtimoiy xizmatchilar inson va jamiyatning quyidagi ijtimoiy muammolarini yechish uchun tashkil etilgan:

- ijtimoiy va psixologik ziddiyatlar, inqirozlar, stressli vaziyatlar;
- hissiy va ruhiy muammolar;
- muhtojlik va qashshoqlik;
- ichkilikbozlik va giyohvandlik;
- zo‘ravonlik va diskriminatsiya;
- irqiy va milliy muammolar;
- jinoyatchilik va qonunbuzarlik;
- ishsizlik va kasbiy moslashish;
- nogironlik va yolg‘iz qarilik;
- uy-joy muammosi;
- vasiylik, farzandlikka olish masalasi;
- ota-ona shafqatsizligi va boshqalar.

Ijtimoiy ish boshiga kulfat tushgan odamlarga yordam berish bilanlangina chegaralanadi, deb o‘ylash noto‘g‘ri. Shu bilan birga u ijtimoiy nazoratning eng nozik vositalaridan biri hamdir. G‘amxo‘rlik qilish va nazoratning funksiyalari o‘rtasidagi ziddiyat, yordamning har qanday turida nazorat qilish elementlarining muqarrar mavjud bo‘lishi – ijtimoiy xizmatchilar har doim to‘qnash keladigan dilemmalardan biridir. Bu dilemma yana bitta jiddiy muammo bilan, ya‘ni: ijtimoiy xizmatchi birinchi navbatda kimning manfaatlarini ifodalaydi – davlatnimi, ish beruvchinimi, mijoznimi yoki umuman jamiyatni, – degan masala bilan ham bog‘liq. Kasbiy qadriyatlar tizimi nuqtayi nazaridan, ijtimoiy xizmatchi eng avvalo mijoz manfaatlarini undan keyin – jamiyat va undan ham keyin esa – o‘zining tashkiloti va davlat manfaatlarini ifodalashi kerak. Ustuvorliklarning bunday tizimini hayotga tatbiq etish har doim ham yengil ko‘chmaydi. Ko‘pincha ijtimoiy xizmatchiga hamkasblarining qo‘llab-quvvatlashi va umuman kasbiy hamjihatlikka tayangan holda ular uchun kurashishga to‘g‘ri keladi.

Bugungi kunda “ijtimoiy ish” kasbiga ko‘plab va turfa mutaxassisliklar ko‘lami mos keladi: ijtimoiy pedagog-psixolog; etnolog; ijtimoiy huquqshunos, ekolog, valeolog, ijtimoiy animator, gerontolog, yanada torroq mutaxassisliklar, ijtimoiy xizmatchilar (qochqinlar, nogironlar, “xatar guruhlari” bilan ish olib boradigan mutaxassislar, tibbiy ijtimoiy xizmatchi va boshqalar) yoki ma‘lum muassasalarda (maktabdagi, ishlab chiqarishdagi ijtimoiy xizmatchi), mikromuhitning maxsus sohalaridagi (qabiladagi, qishloqdagi ijtimoiy xizmatchi; harbiy sohadagi ijtimoiy xizmatchi; favqulodda vaziyatlardagi ijtimoiy ishchi va; ijtimoiy ishni tashkil etish).

**Tashxis qo‘yish** – mutaxassis “ijtimoiy tashxis” qo‘yadi, psixologik va yoshga oid xossalarni, insonning qobiliyatlarini o‘rganadi, uning manfaatlarini olamiga, muloqot doirasiga, uning hayoti sharoitlariga kirib ketadi, nisbiy va salbiy ta’sirlarni, muammolarni aniqlaydi;

**Tashkiliy** – mutaxassis u yoki bu faoliyatni amalga oshiradi, dam olishning mazmuniga ta’sir ko‘rsatadi, ishga joylashishga, kasbiy yo‘nalishga va moslashishga yordam beradi, o‘smirlar va yoshlar tashkilotlari faoliyatini markazlashtiradi, mijozga tibbiy,

ta'limiy, madaniy, sport, huquqiy muassasalar va xayriya tashkilotlari bilan o'zaro ta'sir qiladi;

**Prognostik** – mutaxassis mikrorayon va ma'lum bir mikrosotsumning ijtimoiy rivojlanish jarayonini dasturlashtirish va oldindan aytib berish bo'yicha ijtimoiy ishda qatnashadigan turli institutlarning faoliyatida ishtirok etadi;

**Ogohlantirish** – profilaktik va ijtimoiy-terapevtik – mutaxassis salbiy ta'sirlar oldini olish va bartaraf etishning ijtimoiy-huquqiy, yuridik va psixologik mexanizmlarini harakatlantiradi va ularda o'zi ham qatnashadi, muhtojlarga sotsioterapevtik yordamni tashkil etadi, jamiyatda huquqlarning himoyasini ta'minlaydi, o'smirlarga va yoshlarga ijtimoiy va kasbiy yo'nalishida o'zini-o'zini baholash davrida yordam ko'rsatadi;

**Tashkiliy-kommunikativ** – mutaxassis ko'ngilli yordamchilarning, aholining ijtimoiy ishga, birgalikda mehnat qilish va dam olishga, xizmat bo'yicha va shaxsiy muloqotlarga kirishishiga ko'maklashadi, axborot to'playdi va turli ijtimoiy institutlar o'rtasida, ularning mijoz bilan ishlashida o'zaro hamkorlikni yo'lga qo'yadi;

**Qo'riqlash, himoya qilish** – mutaxassis mijozlarning manfaatlarini himoya qilish uchun huquqiy me'yorlarning barcha majmuyini ishga soladi, mijozlar huquqiga nisbatan bevosita yoki bilvosita g'ayriqonuniy harakatlarga yo'l qo'yayotgan shaxslarga nisbatan davlat tomonidan majburlash va yuridik javobgarlik choralari qo'llanilishiga yordam ko'rsatadi.

Ijtimoiy ishni tashkil etish va boshqarish sohasida band bo'lgan xizmatchi ijtimoiy yordamning turli xil muassasalari bilan ishlashi, turli ko'rinisdagi ijtimoiy ishlar olib borishiga to'g'ri keladi. Turli muassasalarda ijtimoiy yordam tashkilotchilarining ishida o'ziga xosliklar ham mavjud bo'lib, ular avvalo ijtimoiy ishning quyidagi yo'nalishlarida namoyon bo'ladi: a) oilaga yordam berish; b) ekstremal vaziyatlarda va "xatar guruhleri" bilan ishlash; d) sog'liqni saqlash tizimida ishlash; e) ta'lim sohasida ishlash; f) bandlik xizmatlarida ishlash. Tegishli xizmatlarning hodimlari sifatida, ijtimoiy xizmatchilar va ijtimoiy pedagoglar o'zlarini birinchi navbatda aholining ijtimoiy zaif guruhlarining himoyachilari deb his qilishlari kerak. O'zining vazifasini professional darajada amalga oshirish uchun ular

odamlarning qanday rivojlanayotganlari, o'zaro ta'sir qilayotganlari, o'zgarishlari, o'qishlari, qiyinchilik va muammolarga munosabatlari, alohida odamlarga ijtimoiy shart-sharoitning ta'sir o'tkazishini bilishlari, shuningdek, ishontirish va majburlash usullarini ularning o'z faolliklarini rag'batlantirish yo'lida nozik biriktirishni bilishlari lozim. Ijtimoiy ishdagi muhim jihat – biz ko'pincha boshqa odamlar uchun nima kerakligini hal qilish huquqiga ega emasligimizni anglash, ularning o'zlari mavjud variantlardan eng maqbulini tanlashga izn berishimizga bo'lgan ishonchdir. Odatda, ularning mavjud muqobiliklarni anglab etishida, xulq-atvorning mavjud variantlaridan har birining siyosiy ustunliklari va kamchiliklarini baholashda, qarorlarni ongli va oqilona qabul qilishida yordam kerak bo'ladi.

Bunday yondashuv davlat vakillari odamlarga o'zini qanday tutishlari lozimligini zo'rlik bilan tushuntirish, ularga yordam ko'rsatish, xarakterini belgilashda o'zlarining tavsiyalarini tiqishtirish an'anasi bilan bog'liq avtoritar yondashuvdan keskin farq qiladi. Mushkul ahvolga tushib qolgan odamlarga o'zlarining his-tuyg'ularini ifodalash, tanglik holatidan chiqish yo'llarini topish, tegishli qaror qabul qilish va uni hayotga tatbiq etishda yordam berish uchun avtoritar ish usullaridan voz kechishdan tashqari har bir odam o'z hayotini o'zi muvaffaqiyatli tarzda tashkil etish huquqiga egaligi va layoqatliligiga chindan ishonish ham zarur<sup>16</sup>.

### **Shaxsni faoliyatda tadqiq qilish va o'rganish borasidagi tajribalar**

Bu yerda to'rtta yangi xabarlar bor, ba'zilar tabiiy kuzatuvdan olingan so'rovnomalardan iborat munosabatlar kuzatuvidir. Qay biri ijobiy va qay biri salbiy munosabat ekanligini belgilay olasizmi? (quyidagi jadvaldan javoblaringizni tekshiring).

1. Bolalar qanchalik ko'p televizor ko'rishsa, shunchalik kam miqdorda kitob o'qiydilar.

2. Bolalar qanchalik ko'p behayo dasturlarni tomosha qilsalar, shunchalar jinsiy yaqinlashishga bo'lgan ishtiyoqlari oshadi.

3. Bolalar qanchalik ko'p vaqt ko'krakdan oziqlanishda davom etsalar, shunchalik buyuk maqsadlarga erishadilar.

<sup>16</sup> David G. Mayers. *Psychology*, © 2010 by Worth Publishers, 520–524 p.

4. O'smirlar qanchalik ko'p nonushta tanavvul qilsalar, shunchalik qomat buzilishi kuzatiladi (Timlin, 2008).

Ba'zan ko'zlarimiz payqamay qoladigan narsalarni statistik ma'lumotlar ko'rishga yordam beradi.

### **Munosabat va sabab**

O'zaro munosabatlar bashorat qilishda bizga yordam beradi. O'zini o'zi sust hurmat qilish munosabati bu depressiyadir. O'z-o'zini sust hurmat qilish depressiyaga sabab bo'ladimi? Agar munosabat holatiga asoslansak, siz ha deb o'ylaysiz. Qanchalik munosabatlar kuchli bo'lmasin, siz hech narsani isbotlay olmaysiz.

Bu qarash juda muhim, shuning uchun asosiysi bu psixologik jihatdan o'ylash – bu narsa yana bir misolga, ya'ni 12000 dan ziyod o'smirlar so'roviga qarata olinadi. O'rganib chiqish shuni ko'rsatdiki, o'smirlar qanchalik ota-onasini yaxshi ko'rishsa shunchalik kam yomon va nosog'lom yo'llar (barvaqt jinsiy yaqinlik, ichish, alkogol mahsulotlariga mukkasidan ketish va narkotiklar va zo'ravonlik)dan yurishar ekan (Resnitsk et al 1997). "O'smir bolalarga maktab yillarida har bir davrdan ko'ra ko'proq ta'sir ko'rsatishadi" – deb ta'kidlanadi Assosiated Press (AP) nashriyoti tomonidan.

#### ***Eslab qolish nuqtasi***

*Munosabat sabab va natija munosabatlarini belgilaydi. Ikki narsaning bir-biriga bog'liqligini bilish bizga hech qanday narsaning sababini bilishni isbotlay olmaydi. Shu asosni eslaganda olimlar tajribalarini o'qigandek bo'lasiz.*

#### ***Eslab qolish nuqtasi***

*Biz tasodifiy muvofiqlikni payqasak, ularning tasodifiyligini unutishimiz mumkin. Shuning uchun ularni yo'qdek qabul qilishimiz oson. Faoliyat tushunchasi bilan birga shaxs tushunchasi chambarchas bog'lanib keladi.*

Mavjud bo'lmagan munosabatlar. Bular qanday munosabatlar? Aloqadorlik koeffitsienti biz ilg'amay qolgan munosabatlarni ko'rsatib bershini mumkin. Biz noodatiy va g'aroyib narsalarga ko'ngilchanligimiz sababli, ayniqsa payqash va eslab qolishda sodir bo'lgan ikki va undan

ortiq hodisalarni birma-bir eslab qolamiz. Misol uchun, qo'ng'iroq ketidan qo'ng'iroq. Agar ko'ngilni g'ash qiluvchi qo'ng'iroq bo'lmasa, biz ko'pincha buni payqamaymiz yoki eslab qolmaymiz.

Mana shunday qarashlar ko'plab insonlarda shakarning bolalarda quvvatni oshirishiga, ivib ketish odamlarning shamollashiga sabab bo'lishi, ob-havo o'zgarishi bo'g'inlardagi og'riqqa sabab bo'lishiga ishonch uyg'otgan<sup>17</sup>.

## PSIXOANALITIK, SOTSIAL-KOGNETIV VA GUMANISTIK YO'NALISHLAR

**Psixoanalitik yo'nalish.** Zigmund Freydni hamma o'z tushuncha va qarashlariga asoslanib tushunadi. Ammo uning g'arb madaniyatiga bo'lgan ta'sirini barchamiz yaxshi bilamiz.

Agar siz yuz kishidan eng mashhur psixologni ismini so'rasangiz, deb ta'kidlaydi Keyt Stanovich (Keyt Stanovich, 1996, s.1), ular albatta Zigmund Freydni ta'kidlashadi.

Barchamizga ma'lumki, Freyd gipnoz usulini qo'llab o'zi uchun psixoanalizning yangi usulini kashf qildi. Unga ko'ra, Freyd gipnoz-dagi bemorlari uchun o'zlarini bo'sh qo'yishlari va hayollariga kelgan narsani gapirishlari so'raladi va bu bilan u o'z tadqiqoti natijasiga ko'ra mustaqil assotsiatsialar metodini kashf etishga erishdi.

### Shaxsning xususiyatlari.

Freydning tadqiqotiga ko'ra shaxsda o'zaro bo'lib turadigan o'zgarishlar 3 xilga bo'linadi:

**Id** – ushbu yo'nalishda shaxsda o'z ehtiyojlarini qondirish talabi paydo bo'ladi. Va uning qiladigan ishlari faqatgina shu fikr ostida o'tkaziladi.

**Ego** – ushbu yo'nalish real narsalar asosida tashkil topgan bo'lib, u insonga faqatgina foyda keltiradi. Chunki ushbu yo'nalish orqali insonning ehtiyojlari qondiriladi.

4–5 yoshdan boshlab bolada nafaqat real, balki ideal narsalar tushunchasi shakllana boshlaydi. Bu narsa esa



<sup>17</sup> David G. Meyers. *Psychology*. © 2010 by Worth Publishers, 84–87 p.



**Super-ego** shakllanishiga olib keladi. Bu davrda bola nima qilish kerak ekanligini kattalarga o'rgatishni boshlaydi<sup>18</sup>.

**Gumanistik yo'nalishi.** Abraham Maslou va Karl Rodjerslar ushbu yo'nalishga oliy sifatida emas, balki inson sifatida yondashganlar.

Abraham Maslouning mustaqil ravishda shakllanadigan shaxs tushunchasi quyidagicha:

Maslouning aytishicha, bizning harakatlarimizni boshqaruvchi bosh mexanizm bu – ehtiyojlarimizdir. Bizning fiziologik ehtiyojlarimiz qondirilgandan so'ng bizning ma'naviy ehtiyojlarimiz haqida o'ylash boshlanadi.

Agar o'zimizning xavfsizligimizni ta'minlasak, bizda sevish va sevilish ehtiyojini qondirish masalasi ko'tariladi. O'zimiz xohlaganimizdek sevish va sevilish ehtiyojini qondira olganimizdan so'ng esa biz mustaqil ravishda shakllangan shaxs deb hisoblanamiz<sup>19</sup>.

### **Karl Rodjersning shaxsga yo'naltirish uslubi**

Rodjers, insonlar mehr-muhabbatli bo'lishlari bilan birga mustaqil ravishda shakllana oladilar, deb ta'kidlagan edi. Har birimiz o'simlikka o'xshaymiz, ya'ni tashqi muhitga qaramasdan o'sib va rivojlana olamiz. Rodjers insonning rivojlanishi va shakllanishiga 3 narsa – samimiylik, qayg'ura olish hamda g'amho'rlik ta'sir qiladi deb ta'kidlaydi<sup>20</sup>.

**Sotsial-kognitiv yo'nalish.** Ushbu yo'nalishda bilim va keng dunyoqarashning omillari o'rganiladi. To'rtinchi, muhim omillardan biri hisoblangan ushbu yo'nalishda Albert Bandura va uning davomchilari shaxsning shakllanishida tashqi muhitning ta'siri haqida fikr yuritishgan. Ularning fikricha inson ko'p hollarda o'zini tutish usullarini tashqi muhitga qarab o'zgartiradi, kimningdir hayot tarziga taqlid qiladi. Shuningdek, ular bizning shakllanishimizga aqliy faoliyatning ta'siri borligini ham ta'kidlashgan. Shuning uchun ham, ular o'z e'tiborlarini nafaqat tashqi muhitning shaxsga ta'siri, balki shaxsning unga ko'nika olishi, bo'lib o'tayotgan o'zgarishlarni qabul qila olishini o'rganishga qaratishgan.

<sup>18</sup> David G. Mayers. *Psychology*. © 2010 by Worth Publishers, 567–570 p.

<sup>19</sup> David G. Mayers. *Psychology*. © 2010 by Worth Publishers, 589 p.

<sup>20</sup> David G. Mayers. *Psychology*. © 2010 by Worth Publishers, 590 p.

### **Mustaqil ishlash uchun tavsiya etilayotgan mavzular**

1. Faoliyatning umumiy psixologik tavsifi.
2. Shaxsning shakllanishida oilaning roli.
3. Shaxsni o'rganishning zamonaviy nazariyalari.
4. Shaxs taraqqiyotining yoshga oid xususiyatlari.
5. O'yin – maktabgacha tarbiya yoshidagi bolalarning asosiy faoliyati sifatida.
6. Faoliyat turlari va uning ta'lim olishga ta'sir kuchi.

### **Mavzu yuzasidan savol va topshiriqlar**

1. Mehnat faoliyati bo'yicha ma'lumotlar bering.
2. Faoliyat bo'yicha psixolog olimlarning ta'rifini ayting.
3. O'yin faoliyatining o'ziga xos xususiyatlari aytib bering.
4. O'qish faoliyatining tarkibi haqida gapirib bering.
5. Karl Rodjersning shaxsga yo'naltirish uslubi.
6. Observational learning (kuzatib o'rganish) haqida gapirib bering.
7. Classical conditioning haqida gapirib bering.

### **Foydalaniladigan adabiyotlar ro'yxati**

1. Shamshetova A., Melibayeva R. va boshqalar. Umumiy psixologiya fanidan UMK, 2016.
2. G'oziyev. E.G'. Umumiy psixologiya. – T., ToshDPU, 2010.
3. David G. Mayers. Psychology. – USA, 2010.
4. Д.Б.Елконин. “Психология игры” – М.: 1999.
5. Немов Р.С. Психология. Книга. – 1-М.: 2002.

### **Internet saytlari**

1. [www.edu.uz](http://www.edu.uz)
2. [www.psychology.uz](http://www.psychology.uz)
3. [www.psychology.net.ru](http://www.psychology.net.ru)
4. 8. <http://interactive-plus.ru/collection-20131105-1.html>
5. <http://general.psypublica.ru/>

## Mavzu yuzasidan seminar mashg'uloti

### Shaxs va faoliyat

1. Shaxs va uning faoliyati.
2. Faoliyat turlari. Jismoniy va aqliy harakatlar.
3. O'yin va o'qish faoliyatining o'ziga xos jihatlari.
4. Mehnat faoliyatining psixologik xususiyatlari.
5. Psixoanalitik, sotsial-kognitiv va gumanistik yo'nalish.

Talabalar 3 kichik guruhlariga bo'linadi.

Guruhlar topshiriqlarni oladi va tayyorgarlik ko'radi.

Topshiriqlar quyidagicha:

**1-kichik guruh topshiriq'i:** "Shaxsning rivojlanishi" mavzusini yoritib bering. Kichik guruhda talabalarning hammasi quyidagi savollarga javob berishi kerak. Savollarga talabalar hammasi birgalikda tayyorgarlik ko'rishi lozim (tayyorgarlik uchun 15 daqiqa).

1. Shaxs haqida tushuncha (har bir talaba o'zini misol qilishi kerak, demak ayrim sizdagi xislatlar qanday shakllangan?).

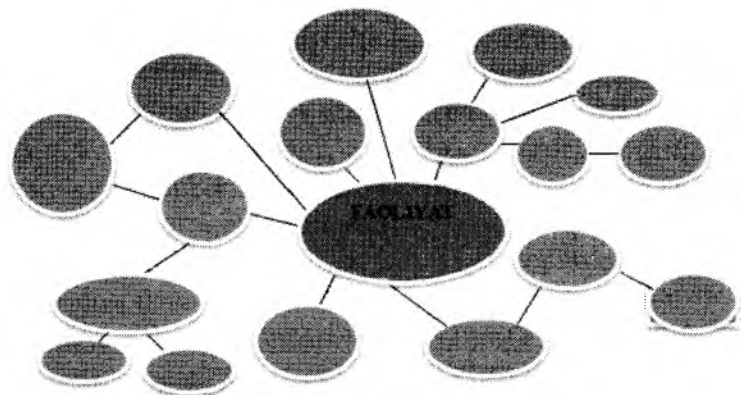
2. Shaxsning individual xususiyatlari nimalar?

3. Chet el psixologiyasida shaxs nazariyalarini tushuntiring?

**2- kichik guruh uchun topshiriq:** Talabalar portretini chizing va ularni tasvirlab bering (tayyorgarlik uchun 15 daqiqa).

**3- kichik guruh uchun topshiriq:**

Faoliyat turlari bo'yicha klaster tuzish taklif etiladi.



### III qism. BILISH JARAYONLARI

#### IV bob. Bilish jarayonlari

##### Reja:

1. *Sezgi psixik jarayon sifatida.*
2. *Idrokninig psixologik xususiyatlari.*
3. *Diqqatning psixik funksiyalari va xususiyatlari.*
4. *Xotiraning psixik jarayon sifatida o'rganilishi.*
5. *Xayolning psixologik talqini, hosil bo'lish mexanizmlari.*

**Tayanch iboralar:** *sezgi, sensor adaptatsiya (moslashuv) adaptatsiya, sezgining klassifikatsiyasi, proprioretseptiv sezgilar, ekstrotseptiv, introretseptiv sezgilar, idrok, Rubin figurasi, diqqat, xotira, xayol.*

##### Mavzuning qisqacha mazmuni

Ushbu mavzuda bilish jarayonlari sezgi, idrok, diqqat, xotira, xayol jarayonlari umumlashtirib berilgan. Bilish jarayonlarining o'ziga xos xususiyatlari, qonuniyatlari, amalga oshish mexanizmlari yoritilgan. Shu qatorda so'nggi yillarda amalga oshirilgan xorij psixologlarining kuzatuvlari, tajribalari tarjima asosida kiritilgan.

##### SEZGI PSIXIK JARAYON SIFATIDA

Psixologlar fikricha, sezish jarayoniga kirish psixik faoliyatni tushunishdagi eng birinchi qadam hisoblanadi. Bizning miya faoliyatimiz sezgan narsalarimizni aniqlab beradi. Shu bilan birga, bizning sezish qobiliyatlarimiz turli chiziqlarni, burchaklarni va ranglarni anglashga yordam beradi.

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

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

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

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

Marining ko'zi harakatlanishi bilan proyektordagi rasm ham harakatlanadi. Mari qayerga qaramasin tasvir ham shu tomonga harakatlanadi.



Agar biz bunday qurilmani yon tomondan yuz orqali

joylashtirsak, Mari nimani ko'rar ekan? Birinchidan, u to'liq manzarani ko'radi. Lekin bir necha soniyadan so'ng uning ko'rish tizimida charchoq kuzatiladi va narsalar boshqacha ko'rinishga boshlaydi. Oz-ozdan tasvir yo'qola boshlaydi, birozdan so'ng tasvir to'liq yoki tanish bo'lak shaklida tiklanadi va keyin g'oyib bo'ladi<sup>21</sup>.

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

### Sezgining retseptor va reflektor nazariyasi

Ko'p yillar davomida bizning sezgilarimiz passiv jarayon hisoblangan. Organizmga qandaydir qo'zg'atuvchi yetib keladi, u periferik

<sup>21</sup> David G. Meyers. *Psychology*. © 2010 by Worth Publisher, 235–236 p.

organ orqali qabul qilinib sezuvchan nervga uzatiladi va po‘stloq ostida to‘xtaydi, bu bosh miya po‘stlog‘iga yetib keladi. Sezgi jarayoni shu konsepsiya nuqtayi nazaridan passiv hisoblanadi, bu retseptor nazariyasi deb nomlanadi.

Biroq hozirgi kunga kelib bu nazariya yetarli emas, sezgi jarayoniga faol jarayon sifatida yondashish kerak. Inson psixikasida passiv jarayonlar bilan bir qatorda faol jarayonlar ham mavjud. Hamma psixik jarayonlar reflektor jihatdan qurilgan. I.M.Sechenov teri tuyish jarayoni faol paypaslash jarayonida vujudga keladi degan fikrga kelgan. Xuddi shu holatni ko‘rish sezgisida ham kuzatishimiz mumkin. Ko‘rish sezgilari retseptor passiv jarayon hisoblanadi, nurlar ko‘z pardasiga tushadi, to‘r pardada qo‘zg‘alish paydo bo‘ladi, shundan so‘ng qo‘zg‘alish miya po‘stlog‘iga yuboriladi va passiv ravishda qabul qilinadi.

Kishidagi sezgilar haqida gapirganimizda adaptatsiya tushunchasi to‘g‘risida to‘xtalib o‘tamiz. **Adaptatsiya** – moslashuv bo‘lib, sezgi organlari sezgirligining qo‘zg‘atuvchi ta‘siri ostida o‘zgarishi demakdir. Adaptatsiyaning quyidagi turlari farqlanadi:

### **Sensor adaptatsiya nima?**

Siz qo‘shni xonaga kirganingizda noxush hidni sezdingiz. Bu yerdagilar bu hidga qanday chidayotganliklariga hayron qoldingiz. Biroz vaqt o‘tgach, bu hidni payqamay qo‘ydingiz. **Sensor adaptatsiya (moslashuv)** – bu sizning oldingi holatingiz o‘zgarmagan holda keyingi holatga kirishish jarayonidir. (Bu holat siz qo‘l soatingizga qarab olgan vaqt davomida sodir bo‘ladi-yu, siz buni bir necha soniyalargina his qilasiz. Holatga moslashganimizdan so‘ng nerv hujayralarimizda o‘sha holatga moslashish hissi uyg‘onadi.)

***Sezgi a‘zolarining sezuvchanligini oshishiga olib boradigan ikki soha mavjuddir:***

1) **sensor nuqsonlar** (ko‘rlik, karlik)ning o‘rnini to‘ldirish zaruratidan kelib chiqadigan sezuvchanlikning ortishi.

2) subyekt faoliyati tufayli kasbiga xos talablardan kelib chiqadigan **sensibilizatsiya** (sezuvchanlikning ortishi).

Ko‘rish yoki eshitish sezgisining yo‘qotilganligi ma’lum darajada sezuvchanlikning boshqa turlarini rivojlantirish hisobiga

### **Adaptatsiya hodisasi uch turda bo'ladi:**

1. Qo'zg'atuvchining uzoq muddat ta'sir etishi jarayonida sezgining tamomila yo'qolib qolishiga o'xshaydi, masalan, hid bilish sezgilari atrof-muhitga yoqimsiz hid yoyilgandan keyin ko'p o'tmay batamom yo'qolib qolishi ham oddiy hodisadir. Agar tegishli modda og'izda biroz vaqt saqlab turiladigan bo'lsa, ta'm bilish sezgisining jadalligi susayadi va sezgi umuman yo'qolib ketishi mumkin.

2. Adaptatsiya deb, shuningdek, yuqoridagi bayon etilgan hodisalarga yaqin bo'lgan, kuchli kuzatuvchining ta'siri ostida sezgining zaiflashib qolishi bilan ifodalanadigan hodisaga ham aytiladi. Kishi yarim qorong'u xonadan yaqqol, yorug' xonaga chiqqanda, ko'zi qamashadi, tevarakatdagi narsalarning farqini ajratish qiyin bo'lib qoladi, biroz fursatdan keyin esa ko'rish analizatorining sezuvchanligi keskin susayib, odatdagidek ko'ra boshlaydi va adaptatsiya hodisasi yuzaga keladi. Adaptatsiyaning bu ikki turi negativ adaptatsiya deyiladi, negaki, bunda analizatorning sezuvchanligi susayadi.

3. Kuchsiz qo'zg'atuvchining ta'siri ostida sezgirlikning oshishi ham adaptatsiya deyiladi, bu pozitiv adaptatsiya deb ham ataladi. Masalan, qorong'ulik ko'p bo'lishi natijasida ko'z sezuvchanligi ortadi (Graf Monte Kristo misolida tushuntirish mumkin).

to'ldiriladi, masalan, ko'ra olmay qolgan kishilar haykaltaroshlik bilan shug'ullanganlar, chunki ularda tuyish sezgisi yuksak rivojlangan bo'ladi. Ba'zan maxsus kasb bilan uzoq vaqt mobaynida shug'ullanish ham sezgi a'zolarining sezuvchanligi kuchayishiga olib kelganligini ko'rish mumkin, masalan, choy, pishloq, vino, tamaki sifatini aniqlovchilarda hid va ta'm bilish sezgilari yuksak darajada mukammallashgan bo'ladi.

Mehnat faoliyati ta'lablari ta'siri ostida sezgilar rivojlanishi misolini biz rassomlar, po'lat quyuvchilar, uchuvchilar, skripkachilar kabi kasb vakillarining bilish sezgilarida kuzatishimiz mumkin.

## **Sezgining psixofiziologik asoslari**

Sezgi tirik organizmlarning biologik yashash shartlaridan sanalgan ichki mexanizmdir, ya'ni u tirik organizmda tashqi va ichki dunyo o'rtasida aloqa bog'lovchi psixologik-biologik asosdir. U orqali markaziy nerv sistemasi qo'zg'atuvchilarga javob beradi (Sh.Shexter).

Sezgilar hosil bo'lishi uchun quyidagi shartlar bo'lishi kerak:

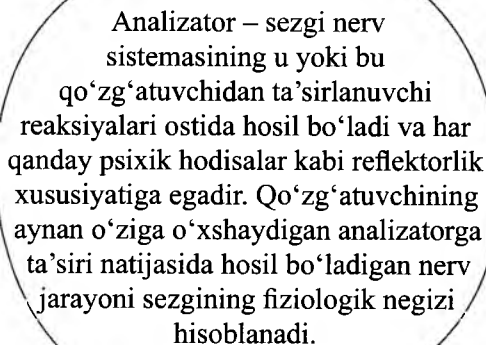
Birinchi, sezgi a'zolarimizdan birontasiga ta'sir etadigan narsa yoki hodisa bo'lishi kerak.

Ikkinchidan, sezuvchi apparat soz bo'lishi kerak. Bu apparat quyidagi qismlardan iborat: 1. Sezuvchi organ (retseptor). 2. O'tkazuvchi yo'l (afferent nerv). 3. Bosh miya po'stlog'idagi markaz. 4. Miyadan javob impulslarini uzatuvchi yo'l (efferent nerv).

Bitta sezgi apparatini tashkil qiladigan qismlarni I.P.Pavlov umumlashtirgan nom ostida analizator deb atagan.

Sezgi mohiyatiga ko'ra obyektiv olamning subyektiv siyomidir. Lekin sezgilarning hosil bo'lishi uchun organizm moddiy qo'z-

g'atuvchining tegishli ta'sirga berilishi kifoya qilmaydi, balki organizmning o'zi ham qandaydir ish bajarishi darakor. Sezgilarning muayyan davr mobaynida retseptorga ta'sir o'tkazayotgan qo'z'g'atuvchining o'ziga xos quvvatini nerv jarayonlari quvvatiga aylanishi natijasida hosil bo'ladi. Sezgilarning hosil bo'lishiga kuchli



Analizator – sezgi nerv sistemasining u yoki bu qo'z'g'atuvchidan ta'sirlanuvchi reaksiyalari ostida hosil bo'ladi va har qanday psixik hodisalar kabi reflektorlik xususiyatiga egadir. Qo'z'g'atuvchining aynan o'ziga o'xshaydigan analizatorga ta'siri natijasida hosil bo'ladigan nerv jarayoni sezgining fiziologik negizi hisoblanadi.

ta'sir qiladigan jarayonlarning ishtirokini o'rganishga bag'ishlangan ko'plab va ko'p qirrali tadqiqotlar olib borilgan.

Sezgi a'zolari faqat moslashuvchanlik, ijro qilish funksiyalarini bajaribgina qolmasdan, balki axborot olish jarayonlariga bevosita ishtirok etadigan harakat organlari bilan mustahkam bog'langandir.

Analizator uch qismdan tarkib topadi: 1) tashqi quvvatni nerv jarayoniga aylantiradigan maxsus transformator hisoblangan periferik bo'lim (retseptor). 2) analizatorning periferik bo'limini markaziy analizator bilan bog'laydigan yo'llarini ochadigan afferent nerv (markazga intiluvchi) va efferent (markazdan qochuvchi) nervlar. 3) Analizatorning periferik bo'limlaridan keladigan nerv signallarining qayta ishlanishi sodir bo'ladigan qobiq osti va qobiq (miyaning o'zi bilan tugaydigan) bo'limlar.



Analizator periferik bo'limlarining muayyan hujayralari miya qobig'idagi hujayralarning ayrim qismlariga mos bo'ladi. Jumladan, ko'z to'r pardasining turli nuqtalarida hosil bo'ladigan tasvir miya qobig'ida ham har xil nuqtalarda shuni aks ettiradi; eshitishda ham xuddi shu jarayonni kuzatishimiz mumkin: nog'ora parda va miyadagi aks sado.

Sezgining hosil bo'lishi uchun hamma analizatorlar yaxlit bir narsa sifatida ishlashi darkor. Qo'zg'atuvchining retseptorga ta'siri qo'zg'alishning yuz berishiga olib keladi.

Analizator nerv jarayonlarining yoxud reflektor yoyining butun yo'li manbayi va eng muhim qismini tashkil etadi. Reflektor yoyi retseptordan, ta'sirni miyaga olib boruvchi afferent nerv yo'llari va efferent nervlardan tarkib topgandir. Reflektor yo'li elementlarining o'zaro munosabati murakkab organizmning tevarak-atrofdagi olamda to'g'ri mo'ljal olishining, organizmning yashash sharoitlariga muvofiq tarzdagi faoliyatning negizini ta'minlaydi.

### **Sezgining klassifikatsiyasi**

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

#### **Ekstereoretseptiv sezgilar.**

Sezgilarning birinchi eng katta sinfi ko'p darajada tadqiq qilinganidir, bular ekstereoretseptorlar hisoblanadi, ular tashqi dunyodagi signallar tizimidir. Ekstereoretseptorlarning klassifikatsiyasida ikki xil tizim mavjud sistematik va genetik. Ekstereoretseptor sezgilarni shartli ravishda ikki turga ajratish mumkin. Kontakt sezgilar bu sezgilar bevosita aloqaga kirishadigan sezgilardir, bular ta'm bilish, teri tuyish, hid bilish sezgisi hisoblanadi, distant sezgilar: bular ko'rish va eshitish sezgisi hisoblanadi.

#### **Introretseptiv sezgilar.**

Hamma ichki organlarda tomir devorlari, oshqozon devorlarida sezuvchan to'qimalar joylashgan, ular har bir holatlarga javob beradilar, bu to'qimalardan biri esa bosimga javob beradi. Har qanday ichki organlarning holatlari boshqariladi, bunda introretseptorlarning o'rni katta. Bu to'qimalarning qo'zg'alishi anglangan sezgilarni aniqligini

ko'rsatmaydi. Sechenov ularni «qorong'u sezgilar» deb nomlab, tashqi dunyodan ajratuvchi deb atagan. Bu qorong'u sezgilar so'z orqali ifodalanmaydigan sezgilarni beradi. Ba'zi bir tadqiqotchilar komfort yoki diskomfort tushunchasini beradi deb e'tirof etishadi. Bu sezgilar emotsional xarakterga ega, bular organizmning holatlarini aks ettiradi.

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

### **Proprioreseptiv sezgilar.**

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

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

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

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

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

Hamma ko'rgan narsasiga ishonadi. Bizda kam bo'lsa-da to'liq ma'lumot bo'lsa, biz unga ko'proq ishonamiz. Tajribamiz, kutgan narsamiz bizni sezishimizni ta'minlaydi yoki aqliy qobiliyatimiz sez-

gi hissimizga katta ta'sir ko'rsatadi. Odamlar o'spirinlarning o'ziga o'xshagan juftiga ularning ota-ona yoki bolasi bo'lishsa ularga ishonishadi (Bressan & Dai Martello, 2002).

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



Har kuni sezgiga oid bir qator misollarga duch kelamiz. 1972-yilda Britaniya gazetalarining birida Shotlandiyadagi Loch Ness ko'lidagi maxluq haqida ma'lumotlar bosib chiqarilgan edi. Undagi surat yoki tasvirga olingan rasmlar ichidagi eng hayratlilaridan biri bo'lgan edi. Agar bu ma'lumot sizda ham ishonch hissini uyg'otgan bo'lsa demak, siz ham xuddi ko'plab mushtariylar singari 1-rasmda bu maxluqning rasmini ko'rishga musharraf bo'lasiz. 2-rasm: Ishontirish. Do'stingizga ikkala rasmni ham ko'rsating. Rasm markazini ko'rsatib o'rtada nimani ko'rayotganini so'rang agar do'stingiz bir qarashda ikkala rasmda saksafonchi va ayolning rasmini payqay olsa, demak bunda u o'z ishonchiga asoslangani aniq bo'ladi.

## IDROKNINIG PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

**Idrok** – sezgi a'zolariga bevosita ta'sir etib turgan narsa va hodisalarning kishi ongida butunligicha aks ettirilishi idrok deyiladi.

Idrokning sezgidan farqi, narsalarni umumlashgan holda, uning hamma xususiyatlari bilan birgalikda aks ettirilishidir. Idrokning muhim xususiyatlari uning predmetliligi, yaxlitligi, strukturaliligi, doimiyligi (konstantligi) va anglashilganligidir. Idrok psixologiya fanida “persepiya” (lotincha, qayd etish) ma'nosini bildirib, uning sodda turi persepsiya, tajribaga o'tgan qismi, “appersepsiya” deyiladi.

Idrok tug‘mami yoki o‘zlashtirilganmi?” – degan savol ahamiyatlidir. Har ikkalasiga ham (tug‘ma hamda o‘zlashtirilgan) deb javob bera olamiz. Idrok – his-tuyg‘ular, ruhiy kechinmalar orqali boyitib boriladi. Shu sababli ham bizga turli darajadagi tahlil natijalari zarur bo‘ladi. „Oddiy” tushunchalar bu inson miyasining yaratuvchilik mahsulidir.



Ushbu rasmda noaniq bo‘lgan ot yoki tulen shakli mavjud. Agar 10 ta odamdan ferma hayvonlari haqida o‘ylashlari so‘ralsa, ushbu 10 ta odamdan taxminan 7 tasida ot haqida, bordi-yu ulardan dengiz hayvonlarini o‘ylashlari so‘ralsa 10 ta odamdan 7 tasida tulen haqida tushuncha hosil bo‘ladi<sup>22</sup>. Idrokning asosida narsa va hodisaning yaxlitlashgan obrazi yotadiki, bu obraz boshqalaridan farq qiladi. Idrok o‘ziga nisbatan soddaroq bo‘lgan sezgi jarayonlaridan tashkil topadi. Masalan, olmaning shaklini, hidini, mazasini, rangini sezamiz, ya’ni alohida-alohida xossalar ongimizda aks etadi. Bu – sezgilarimizdir. Sezgilar yaxlit tarzda idrok jarayonini ta’minlaydi. Lekin olimlar idrokni sezgilarning oddiygina, mexanik tarzdagi birlashuvi, degan fikrga mutlaq qarshilar. Chunki idrok ongli, maqsadga qaratilgan murakkab jarayon bo‘lib, unda shaxsning u yoki bu obyektga shaxsiy munosabati va idrokdagi faolligi asosiy rol o‘ynaydi. Masalan, buni isboti uchun ko‘pincha **Rubin figurasi** tavsiya etiladi. Unda ikkita qora profil oq fonda berilgan. Bir qarashda ayrimlar bu rasmlarga qarab, «Bu – vaza» deb atasa, boshqalar uni bir-biriga qarab turgan ikki kishi yuzining yon tomondan ko‘rinishi, deb ta’riflashi mumkin. Shunisi xarakterliki, birinchi marta shu rasmni ko‘rgan odam uni yaxlit idrok qilib, nima ekanligini *tushunishga* harakat qiladi, lekin biror figurani ko‘rgach, ma’lum vaqtgacha boshqasini ko‘rmay turadi. Agar shu idrok darajasi qolsa, ya’ni yana nimanidir ko‘rishni xohlamasa, u ikkinchi figurani ko‘rmasligi ham



<sup>22</sup> David G. Mayers. *Psychology*. © 2010 by Worth Publishers, 279–280 p.

mumkin. Bu bizdagi idrok jarayonlarining faolligiga, obyektga munosabatimiz bevosita bog'liqligini ko'rsatib turibdi. Ikkinchidan, idrok bizning kayfiyatimizga ham bog'liq. Tashvish bilan yo'lakchadan o'tib ketayotib, oyog'ingiz tagidagi narsa tugul, ro'paradagi odamni ham ko'rmay qolishingiz mumkin. Yoki san'at muzeyida tomosha qilib yurgan ikki kishi bir rasmda tamoman har xil narsalarni, elementlarni ko'rishi mumkin. Yaxshi kayfiyatda, yaxshi do'stlar davrasida iste'mol qilgan taom sizga juda mazaliday tuyiladi. Agar talaba biror fan predmetidan qarzidor bo'lib qolsa, och qoringa yegan shirin taomi ham «tatimaydi», hatto nima yeganini ham unutib qo'yadi. Yomon kayfiyat ko'proq qora, nursiz ranglarni idrok qilishga moyil bo'lsa, yaxshi, ko'tarinki kayfiyat, aksincha, hamma narsani eng yoqimli ranglarda «ko'radi». Bu yana bir bor idrokning oddiygina aks ettirish yoki bilish jarayoni emas, balki shaxsdagi faol ustanovkalariga bog'liq bo'lgan, mantiqan asoslangan ongli jarayon ekanligini isbotlaydi.

O'qituvchi tomonidan biror maqsadni ko'zlagan holda o'quvchilar faoliyatiga rahbarlik qilish jarayonida o'quvchilarning idroki rivojlanadi. Shuning uchun darsda, ekskursiyada idrok va kuzatishning to'g'ri uyushtirilishi katta ahamiyatga ega.

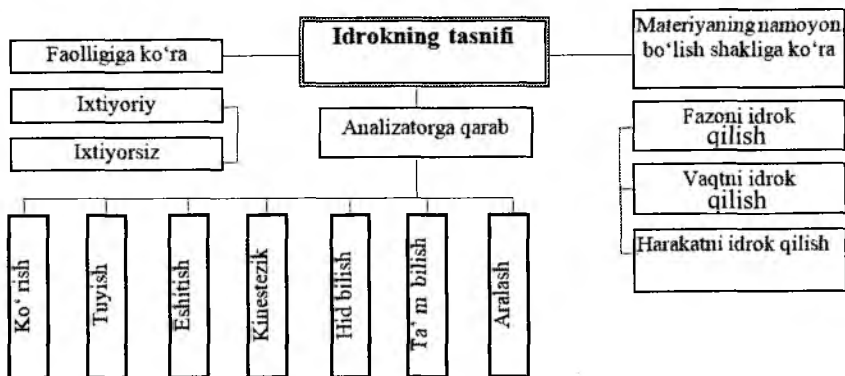
Ta'lim jarayonida kuzatishlarni aktivlashtirish uchun o'quvchining kuzatilgan va idrok qilingan narsalarni keyin gapirib berishi lozimligi to'g'risida ogohlantirishning ahamiyati kattadir. Agar o'quvchi nimani kuzatganligi va idrok qilganligi haqida keyinchalik hisob berishi lozimligini oldindan bilsa, u kuzatish va idrok qilish jarayonida ancha faol bo'ladi.

Darsda o'quvchilar bilimlarni avvalo o'qituvchining og'zaki tushuntirishlarini idrok qilish orqali o'zlashtiradilar. So'zlar yordamida tushuntirilgan materialning idrok qilinishi ko'p jihatdan o'qituvchi nutqining xususiyatlariga bog'liq. Materialni muvaffaqiyatli idrok qilishning yana bir muhim sharti ko'rgazmali qurollardan foydalanishdir.

### **Idrokning xususiyatlari va shakllari.**

Idrokni klassifikatsiya qilinishida ham sezgilardagi kabi idrok etishda ishtirok etuvchi analizatorlardagi mavjud farqlarga asoslanadi. Idrok etishda qaysi analizator ustunroq kelishiga muvofiq

ko‘rish-eshitish, paypaslab ko‘rish, kinestezik, hidlash va ta‘m bilish yo‘li bilan idrok qilinishi farqlanadi.



Idrok qilish jarayoni odatda o‘zaro birgalikda bir qancha analizatorlar vositasida sodir bo‘ladi. Harakat sezgilari u yoki bu darajada idrokning barcha turlarida ishtirok etadi.

**Idrokning predmetliliği** – obyektivlashtirish hodisasi, ya’ni tashqi olamdan olinadigan axborotlarning o‘sha narsaga mansubligida ifoda qilinadi va xatti-harakatni boshqarishda alohida rol o‘ynaydi. Biz narsalarni ularning ko‘rinishiga qarab emas, balki ularni amaliyotda qay tarzda ishlatishimizga muvofiq holda yoki ularning asosiy xususiyatlariga qarab baholaymiz.

Idrokning yana bir xususiyati, uning **yaxlitliliği**dir. Sezgi a’zolariga ta’sir qiladigan narsaning ayrim xususiyatlarini aks ettiradigan sezgilardan farqli o‘laroq, idrok narsaning yaxlit obrazi hisoblanadi. Yaxlit obraz narsaning ayrim xususiyatlari va belgilari haqida turli xil sezgilar tarzida olinadigan bilimlarni umumlashtirish negizida tarkib topadi.

Idrokning yaxlitliliği va strukturaliliği manbalari, bir tomondan, aks ettiriladigan obyektlarning o‘ziga xos xususiyatlaridir va ikkinchi tomondan insonning konkret faoliyatida gavdalanadi, ya’ni analizatorlarning reflektor faoliyati natijasidir.

Idrokning doimiyligi, konstantligi narsani idrok qilish sharoitlari o‘zgarishiga qaramay, narsaga xos bo‘lgan kattalik, shakl, rang va boshqa xususiyatlarning idrokimizga nisbatan bir xilda aks etishidir. Masalan, yoritish darajasi o‘zgarishiga qaramay, biz qorni oq, ko‘mirni

qora narsa sifatida idrok qilaveramiz. Qizil chiroq ostida kitob sahifasi qizil bo‘lib ko‘rinsa ham uni oq deb, samolyotdan qaraganda yerdagi odamlar va narsalar kichkina bo‘lib ko‘rinsa ham ularni odatdagi kattalikda deb idrok qilaveramiz. Kitob qanday ko‘rinsa ham, uni to‘rtburchak deb, stakandagi qoshiq siniq ko‘rinsa ham, uni butun deb idrok qilamiz. Narsalarning shakli, katta kichikligi, rangini doimo bir xilda idrok qilish amaliy jihatdan nihoyatda katta ahamiyatga egadir. Idrokning konstantliligi tevarak-atrofdagi narsalarni aslida qanday bo‘lsa shundayligicha obyektiv ravishda bilishga imkon beradi.



Idrok yaxlitliligi va konstantliligi kishining o‘tmish tajribasiga bog‘liq bo‘lib, bu xususiyat **appersepsiya** deyiladi.

Shunday qilib, idrok subyektning bundan oldingi tajribasiga bog‘liq bo‘ladi. Kishining tajribasi, uning bilimlari qanchalik boy bo‘lsa, uning idroki shunchalik to‘liq bo‘ladi, buyumda u shunchalik ko‘p narsalarni ko‘ra oladi.

**Chuqurlikni idrok qilish.** Biz qanday qilib dunyoni 3 D o‘lchovda ko‘ra olamiz? Predmetning obrazini ko‘z oldimizda ikkita o‘lchovda keltirish biroz qiyin, biroq 3 D o‘lchovda ko‘rish nisbatan oson bo‘ladi. Chuqurlikni idrok qilish biron-bir obyektни 3 D o‘lchovda idrok qilish demakdir. Bu bizga baholash va hisoblash imkoniyatini, bizgacha bo‘lgan masofani o‘lchash imkoniyatini beradi. Demak, **chuqurlikni idrok qilish** bu – biror-bir obyektни 3 D o‘lchovda ko‘rish demakdir.

Ushbu rasmda go‘dakning ehtiyotkorlik bilan emaklayotganini ko‘ramiz. Shundan bilamizki, go‘daklarning chuqurlikni idrok qilish qobiliyati kichik yoshdan rivojlanadi. Ikkala ko‘zni ochib oldingizga ikkita qalam yoki ruchkani qo‘ying va ularni bir xil ushlang, endi bir ko‘zni yoping. Bitta ko‘z bilan bu mashqni bajarish sezilarli darajada qiyin bo‘ladi. Bu bilan biz yonma-yon turgan jismlar masofasini aniqlash haqida gap ketganda ikkita ko‘zning muhimligini isbotlaymiz.



Ikki ko'rsatkich barmoqlaringizni ko'z'laringizdan chamasi besh duym masafoda tuting va barmoqlaringiz orasi yarim duym bo'lsin.

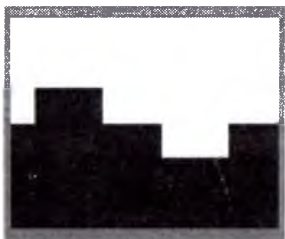


Shu holatda barmoqlaringizga qarang va natijaga e'tibor bering. Endi barmoqlaringizni uzoqroqqa siljiting. Bizning ko'z qorachiqlarimiz biroz turlicha tasvirda ko'radilar. Miya bu ikki tasvirni solishtirsa, ularni orasidagi farq ularning tushunarsiz

tengsizligini bildiradi. Misol uchun, barmog'ingiz bilan buruningizni ushlab barmog'ingizga qarasangiz, tushunarsiz tasvir paydo bo'ladi.

**3 D** ijodkorlari bir necha duym masofada turgan kameradan tengsiz tasvirlarni tasvirga olishdi. Tasvirni biz maxsus ko'zoynak orqali ko'rganimizda chap ko'zimiz chap kamerada olingan tasvirlarni ko'radi, o'ng ko'zimiz esa o'ng kamerada olingan tasvirlarni ko'radi. Tasvir ularni normal holatda ko'rsatadi. Yoki ikkala kamera bilan samolyotda yer xartasini **3 D** orqali rasmga olganda u tasvir ham bir xil holatda bo'ladi.

Qanday qilib biz odamning 10 metr yoki 100 metr uzoqlikda turganligini aniqlay olamiz.



Kampusning zinalari qoraga bo'yalsa uzoqroq ko'rinadi, aksincha oq rang bilan bo'yalsa u ancha yaqinroq bo'lib ko'rinadi. Tasvirni pastga teskariga o'zgartirsak qora ranglar yerga aylanadi.

Agar o'lchamni biz ikkita bir xil o'lchamdagi obyekt deb solishtirsak, ko'plab odamlar uzoqda turgan obyektzni kichkinaroq deb idrok qilishadi.



Tasvir boshqa obyektlar orasida bo'lsa, ya'ni biz ko'rayotgan tasvir boshqa biron tasvir bilan to'sib (bloklab) qo'yilsa u bizga ancha yaqin ko'rinadi va biz uni shunday idrok qilamiz. Bu holat ushbu rasmdagi manzarani yaratadi<sup>23</sup>.



<sup>23</sup> David G. Meyers. *Psychology*. © 2010 by Worth Publishers, 266–271 p.



## Idrokning individual farqlari va rivojlanishi

Ingliz psixologi Jon Lokk (1632–1704) biz o‘z tajribalarimiz orqali olamni turlicha idrok qilishni o‘rganishimiz mumkinligi haqida o‘z fikrlarini bildirib o‘tgan. Chindan ham, biz predmetlarni ularning masofasi va o‘lchamlarini bir-biriga bog‘lash orqali o‘rganamiz. Xo‘sh, bunday holatda tajriba qanday muhim ahamiyatga ega? Villyam Molineks kub va shar orasidagi farqni, ko‘r bo‘lib tug‘ilib, hozirda ko‘ra oladigan inson farqlay oladimi yoki ko‘rish qobiliyatiga har doim ega bo‘lgan inson farqlay oladimi degan savol bilan Jon Lokkga yuzlanganda Lokk bu savolga nisbatan yo‘q inson farqlarni ko‘rish orqali o‘rganmaydi deb javob qaytaradi. Molineksning taxminiy fikrlari bir nechta butunlay ko‘r bo‘lib tug‘ilgan o‘spirinlarda tajriba o‘tkazish orqali isbotlandi. Ularning ko‘pchiligi katarakta bilan tug‘ilgan bo‘lib, bu katarakta linzalari ularga oddiy tipdagi rangni ko‘rishga imkoniyat yaratgan. Katarakta operatsiyasidan so‘ng, bemorlar turli xil figuralarni va ranglarni bir-biridan farqlay oladilar, shuning uchun sezishning barcha ko‘rinishlari tug‘ma qobiliyat deb baholanadi. Lekin Jon Lokkning fikrlashicha, bunday odamlar tegish, ushlab ko‘rish orqali ularga ma‘lum, tanish bo‘lgan predmetlarni har doim ham ko‘rish orqali payqab olavermaydilar. Siz va men yakka holdagi yuzni bir butunlikda tasavvur qilishimiz va idrok qilishimiz mumkin. Bizga yuzning aynan bir xil qismi bilan juftlashgan ikkita har xil eng pastki yarim qismi aynan yuzning eng yuqori yarim qismidan farqlanadi. 43 yoshli erkakning 40 yillik ko‘rlikdan so‘ng ko‘rish qobiliyati tiklandi va u odamlarni o‘ziga xos xususiyatlarini ko‘rib, idrok qilish qobiliyatiga ega bo‘ldi. Ammo u yuzlarni doimiy ravishda yodda saqlab qola olmasdi. Bundan tashqari, doimiy sezish qobiliyati ham yetarli darajada bo‘lmasdi, masalan insonlar undan uzoqlashganda ularning hajmi kichiklashib borayotganday tuyulardi. Psixolog George Stratton o‘z tajribalari uchun 8 kun davomida kiyiladigan maxsus optik bosh kiyimini yaratdi. Bu optik bosh kiyimning o‘ziga xos jihati shundan iboratki, u chapni o‘ngga, yuqorini pastga qilib ko‘rsatadi. Stratton bu moslamani kiyganda o‘zining harakatlari adashganligini his qildi. U yurishni xohlaganda, o‘z oyog‘ini

topolmay qoldi. Bu bosh kiyimni kiyganda ovqatlanish deyarli amirahol edi. U bu jarayonda qattiq asabiylashgan holda vaziyatdan chiqish yo'lini qidirdi, 8 kundan so'ng, deyarli hech narsaga urilmagan holatda to'g'ri yo'nalishda shu bilan birga qulay holatda o'zi istagan predmetlarga yetib bora oldi. U bosh kiyimini yechganda, o'zining asl holatiga yana qaytadan moslashdi.

### **Paranormal (g'ayritabiiy) idrok mavjudmi?**

G'ayritabiiy idrok – bu ichki sezgilardan ajralgan holatda telepatiya (fikran so'zlashish), kleyarens (normal holatdagi sezgi organlari bilan sezib bo'lmaydigan sezish qobiliyati) hamda kelajakni oldindan ko'ra olishni idrok qila olish qobiliyatining bahsli tasdig'i hisoblanadi.

Parapsixologiya – bu odatdagi voqea-hodisalarni g'ayritabiiy sezuvchi idrok hamda g'ayritabiiy aqliy iste'dodni o'z ichiga qamrab olgan holatda izlanishlar olib boradi<sup>24</sup>.

### **Harakat va vaqtni idrok etish.**

Odamning yo'nalish harakati biz qilayotgan harakatga aloqador bo'ladi. Biz harakat qilgan paytimiz harakatsiz bo'lgan obyektlar ham harakatlanayotgandek bo'ladi. Masalan, avtobusda ketayotgan paytimiz uylar ham harakatlanayotganday bo'ladi. Yoki biz old tarafga harakatlanayotgan bo'lsak oldimizdagi obyektlar bizdan uzoqlashib borayotganday harakatlanadi.

Biz harakatni qanday idrok qilamiz?

**Harakatni idrok qilinishi** – obyektlarnig fazoda egallagan holati o'zgarishini aks ettirishdir. Harakatni idrok etilishi hayotiy muhim ahamiyatga ega.



Faraz qiling, siz dunyoning rangini, tuzilishi va chuqurligini idrok qilyapsizu, ammo uning harakatini idrok qila olmayapsiz. Sizda nafaqat velosiped haydashda, mashina haydashda qolaversa, yozish va yurishda ham

muammo bo'ladi.

Siz muayyan obyektlarni katta va kichikligiga qarab hisob-kitob qilasisz, ammo siz harakatlarni idrok qilishda muammolarga duch kelasisz. Katta obyektlar, misol uchun poyezd kichikroq obyektga nis-

<sup>24</sup> David G. Meyers. *Psychology*. © 2010 by Worth Publishers, 272–282 p.

batan sekin harakat qiladi. Aksincha, mashinalar esa bir xil tezlikda harakatlanadi (balki aeroportda siz tez uchar katta samolyotni kichikroq samolyotga nisbatan sekinroq qo'nyotganini kuzatgandirsiz). Uchib kelayotgan yumshoq to'pni ilib olish uchun kriket o'yinchilari to'p yo'lga chiqib ilib olish harakatida bo'lishadi. Bu vazifani bajarish uchun ular kutilmagan qoidalarga ham bo'ysunishadi. Bu jarayonni tushuntirish va izohlash biroz mushkul, ammo bu jarayonni his qilish mumkin. Shuningdek, miya davomli va harakatli tasavvurlarni ham idrok etadi<sup>25</sup>.

Hayvonlar uchun harakat qiluvchi obyektlar xavf-xatar yoki oziqlanish imkoniyati paydo bo'lishi haqida signal vazifasini o'taydi va shunga javob berishga undaydi. (Masalan, baqa faqat harakatlanadigan hasharotlarnigina yeydi, ba'zi baliqlar ma'lum harakatlardan – to'liqindan qochadi, hurkiydi va hokazo.) Harakatni idrok etishda ko'rish va eshitish, kinestezik analizatorlar asosiy rol o'ynaydi. Tezlik, tezlanish, harakat yo'nalishi harakatdagi obyektning perimetri hisoblanadi.

Harakatlanayotgan obyektning harakatsizligi, agar muayyan vaqt, vaziyat birligini ko'z bilan idrok qilish mumkin bo'lmasa, harakatni o'tgan vaqt birligida idrok qilamiz, lekin bu harakat natijasini idrok etish bo'ladi. (Soat millari siljishini bevosita kuzatib idrok qila olmasak ham bir necha vaqtdan keyin uning siljiganligini vaqt birligida idrok qilamiz.)

**Vaqtни idrok qilish.** Vaqtни idrok qilinishi voqelik hodisalarning obyektiv ravishda doimiyligini, tezligi va izchilligini aks ettirish demakdir. Vaqtни idrok qilish kishiga muhitdan mo'ljal olish imkonini beradi.

Odamda vaqtни chamalash miya qobig'i bo'lmalarida ro'y beradi. Miya qobig'ining ma'lum bir joyida vaqtни chamalash ro'y beradi, vaqtни sarhisob qilishning maxsus markazi mavjud degan taxmin asossizdir. Vaqtни idrok etilishi negizini qo'zg'alish va tormozlanishning ritmik tarzda almashinuvi, markaziy nerv sistemasida, bosh miya yarimsharlarida qo'zg'alish va tormozlanish jarayonlari susayishining oqibati deb hisoblash mumkin.

<sup>25</sup> David G. Meyers. *Psychology*. © 2010 by Worth Publishers, 268–269 p.

Vaqtning idrok qilishda turli analizatorlar ayniqsa, eshitish va kinestezik sezgilar ishtirok etadi. Makon va vaqt oraliqlari vaqtning idrok etishda juda muhimdir. (Quyosh holati va vaqt, turli tovushlar: xo‘rozning qichqirishi, azon tovushi, bir xil vaqtda chalinadigan gu-

*Illuziya –  
bizga ta'sir qilayotgan  
narsalarni yangilish idrok  
qilish demakdir.*

dok, ma'lum jadval bo'yicha qatnashadigan poyezdning o'tishi yoki kechqurun ayrim qushlarning to'planib o'tishi, sayrashi va boshqalar eshitish sezgilari ta'sir qiladigan qo'zg'atuvchining vaqtga oid xususiyatlarini: uning davomiyligini, ritmik xususiyatlarini va shu kabilarni aks ettiradi.)

Vaqt doimiyligini idrok etish ko'p jihatdan ichki kechinmalarga, hissiyotga ham bog'liq. Qiziqarli va chuqur asoslangan faoliyat bilan band bo'lishdagi vaqt juda qisqa, zerikarli va mazmunsiz faoliyatda vaqt o'tishi qiyin, uzoq deb idrok qilinishi mumkin.

### **Idrok buzilishlari**

Idrok jarayonining navbatdagi yana bir o'ziga xos xususiyati idrok qilishda ba'zan yuz beradigan illuziya hodisasidir. Odatda ikki xil illuziya farqlanadi:

- a) obyektiv illuziya;
- b) subyektiv illuziya.

Obyektiv illuziya – hamma odamlar uchun umumiy xarakterga ega bo'lib, uni geometrik illuziya deb ham yuritiladi. Obyektiv illuziya biz idrok qilayotgan narsalarning o'zaro bir-biriga ta'siri tufayli yuz beradi. Illuziyaning bu turi har xil geometrik shakllarni idrok qilishda juda yaqqol ko'rinadi. Masalan, uzunligi baravar bo'lgan ikkita gorizontal to'g'ri chiziq chizilsa, bu chiziqlarning uchlarida tashqariga qaratilgan va ichkariga qaratilgan chiziq kattaroq bo'lib ko'rinadi. Idrok jarayonida yuz beradigan illuziyaning bu turiga juda ko'plab misol keltirish mumkin. Masalan, baravar kattalikka ega bo'lgan uchta ketma-ket turgan to'g'ri burchakli ustunchalarni chizib, ularning atrofiga uzoqlashtiruvchi chiziqlarni chizsak, bu uchta ketma-ket turgan ustunchalar har xil kattalikda bo'lib ko'rinish boshlaydi. Bu yerda uzoqlashtiruvchi chiziqlarning ta'sirida illuziya hosil bo'ladi.

Subyektiv illuziyalar odamning ayni chog'dagi hissiy holati bilan bog'liq bo'ladi. Boshqacha qilib aytganda, odamning hissiy holatida ro'y beradigan o'zgarishlar idrok jarayoniga ta'sir qiladi. Masalan, yuqorida aytib o'tilganidek, odam kechasi yolg'iz ko'chada qo'rqib ketayotgan bo'lsa, har bir sharpa uning qo'rqinch hissini kuchaytirib yuboradi. Natijada uning ro'parasidan chiqib qolgan butalgan daraxt qandaydir dahshatli mavjudotga o'xshab ko'rinadi.

Hayotda keng tarqalgan har xil ins-u jins, devlar, ajinalar va shu kabi nojins narsalar haqidagi ko'plab gaplar kuchli qo'rqinch hissi ta'sirida noto'g'ri idrok qilish, ya'ni subyektiv illuziya tufayli vujudga kelgandir. Ba'zan odam qattiq qo'rqan paytida bosh miya katta yarim sharlarining po'stidagi muhim markazlardan birortasi uzoq muddatli tormozlanish holatiga tushib qolishi mumkin. Buni akademik I.I.Pavlov hayotni muhofaza qiluvchi tormozlanish deb atagan edi. Ana shunday paytda tormozlanib qolgan markaz bilan bog'liq bo'lgan organizmning biror qismida keskin o'zgarish paydo bo'ladi. Chunonchi, odamning og'zi yoki ko'zi qiyshayib qolishi mumkin yoki qo'li, oyog'i falaj bo'lib qolishi mumkin.

Subyektiv illuziya hodisasi, ya'ni qattiq qo'rqinch hissi ta'sirida noto'g'ri idrok qilish hodisasi bolalarda ham uchrashi mumkin. Shuning uchun ana shu yuqoridagi mulohazalarni, ya'ni yanglish idrok natijasida paydo bo'ladigan qo'rqinchli obrazlarni nazarda tutib, hech vaqt bolalarni qo'rqitish kerak emas.

Psixologiyada ko'rish illuziyalarining o'rganilishi o'zining tadqiqot tarixiga ega. Masalan, agarda biz ko'rsatkich va o'rta barmoqlarimizni chalishtirib, no'xat yoki bironta dumaloq narsani chalishtirgan holda ikkala barmog'imizning uchi bilan bosib turib, shuningdek ayni bir davrda aylantiraversak, bu holda barmoqlarimizning tagida bitta emas, balki ikkita no'xot bordek his qilamiz.

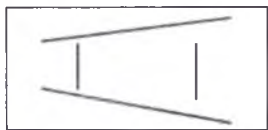


Ana shu holdagi bir narsaning ikkita bo'lib sezilishi Aristotel (Arastu) illuziyasi deb ataladi.

Idrok qiluvchi shaxsning psixikasida ro'y beradigan o'zgarishlar bilan yuzaga keladigan tasodifiy illuziyalar ham mavjuddir. Sahroda chanqagan inson uzoqda yarqirab tur-

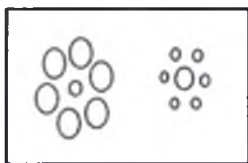
gan sho'rxok yerni ko'l deb idrok qilishi (lekin bu illuziyani sahro-  
dan farq qila olishi joiz) yoki o'rmondagi to'nka qo'rqoq insonning  
ko'ziga bironta yirtqich hayvonga o'xshab ko'rinishi, xuddi shu il-  
luziyalar jumlasidandir.

O'q chiziqlari illuziyasi uzunligi baravar bo'lgan ikki o'q chiziq-  
ning chetlariga ikki xil (kesishmaydigan va kesishadigan) chiziqlar  
chizilsa, illuziya paydo bo'ladi. Ya'ni, kesishadigan chiziqlar o'q  
chiziqqa nisbatan kesishmaydigan chiziqlar chizilgan o'q chizig'idan  
uzunroq bo'lib ko'rinadi. Bu illuziya kesishadigan va kesishmaydi-  
gan chiziqlar tamoyillariga asoslangan.



Parallel qilib chizilgan bir necha chiziqlar  
parallel emas, balki har xil tomonga kesilgan  
chiziqlardek tuyuladi.

“Temiryo'l” illuziyasi kesishadigan  
to'g'ri chiziqlarning torroq joyiga joylashgan chiziq uzunroq bo'lib  
ko'rinadi. Aslida esa har ikkala parallel chiziqning uzunligi tengdir.

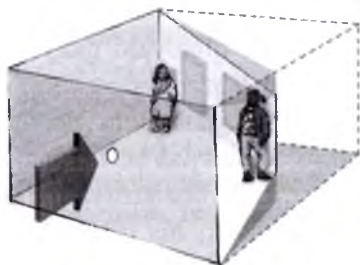


Ikkita baravar doira shaklini chizib, ular-  
dan birini o'sha doiradan kattaroq, ikkinchisi-  
ni esa kichikroq doiralar ichiga olinsa, ikkin-  
chi doira kattaroq ko'rinadigan bo'lib qoladi.  
Ya'ni kichik doiralar o'rtasida berilgani katta

doiralar orasida berilganiga qaraganda kattaroq bo'lib ko'rinadi. Bi-  
rinchi odamga qaraganda ikkinchisi uzunroq, uchinchi esa undan  
ham uzunroq bo'lib ko'rinadi. Aslida esa ular balandligi jihatidan bir-  
biriga teng.

Tik chiziqlarni ortiqcha baholash illuziyasi silindrning balandli-  
gi, hoshiyasining kengligidan kattaroq bo'lib ko'rinadi. Aslida silindr-  
ning balandligi va hoshiyasining kengligiga bab-baravar. “Yelpig'ich”  
illuziyasi – parallel chiziqlar orasida-  
gi chiziqlarning ta'siri bilan ba'zida  
egilgandek, ba'zida esa burilib ket-  
gandek bo'lib ko'rinadi.

Daryoda suzib ketayotgan katta  
va kichik ikki kema palubasi uzun-



ligi jihatidan bir-biriga baravar to'g'ri chiziq kesmalari bilan tasvirlangan bo'lsa-da, katta kema palubasi uzunroq bo'lib ko'rinadi.



### A.Jeyms xonasi

1946-yilda Albert Jeyms tomonidan o'ylab topilgan xona uch o'lchovli optik illuziyaga namuna bo'la oladi. Xonada bir qarashda odatiy perpendikulyar devor va shiplari mavjuddek ko'rinadi. Aslida esa, xona shakli trapetsiya ko'rinishidadir.

### Gallyutsinatsiya

Gallyutsinatsiya hodisasi muvaqqat ruhiy xastalikning alomati, ba'zan qo'rqinch hissi mahsuli hisoblanib, bosh miya katta yarim sharlari qobig'idagi qo'zg'alish jarayonlarining nuqsonli sust (patologik) harakati natijasida goho asab tizimining zaharlanishi, zaiflashuvi, haddan tashqari toliqishi tufayli yuzaga kelishi mumkin.

Voqelikdagi narsa va hodisalarning tana a'zolarini qabul qilish analizatorlariga bevosita ta'sir etmasdan inson ongida turli obrazlarning (ovozlarning eshinishi, sharpalarning sezilishi) xayolan, fikran paydo bo'lishidan iborat idrokning psixopatalogik (ruhiy xastalik) hodisasiga gallyutsinatsiya deyiladi.

Gallyutsinatsiya hodisasi bir necha xil ko'rinishga ega bo'lishi mumkin, ularning eng asosiylari quyidagilardan iboratdir:

- a) yo'q narsalarning ko'zga ko'rinishi;
- b) u yoki bu ovozlari, tovushlari eshinishi;
- d) yo'q sharpalar, hidlar sezilishi kabilardir.

Odatda illuziyani gallyutsinatsiyadan farq qila olish lozim. Illuziya shu lahzada shaxsning sezgi a'zolariga ta'sir etib turgan biror narsani yanglish, noto'g'ri idrok qilish jarayoni bo'lsa, gallyutsinatsiya yo'q, mavjud bo'lmagan narsalarni tashqi taassurotsiz idrok qilishdir. Gallyutsinatsiya shaxsning biror narsa va holatni ko'rgandek, eshiltgandek, his qilgandek kabi tasavvurning aks etishidir xolos. Gallyutsinatsiya hodisasi ko'pincha kasallikdan (isitma, alahsirash-



dan) darak beruvchi alomatdir, u nerv tizimini buzadigan kasalliklar oqibatida ro'y berishi mumkin.

## DIQQATNING PSIXIK FUNKSIYALARI VA XUSUSIYATLARI

Diqqat deb ongimizni bir nuqtaga to'plab, ma'lum narsa va hodisalarga faol yo'naltirishiga aytiladi. Diqqat sezish jarayonida, idrok qilishda, xotira, xayol va tafakkur jarayonlarida har doim ishtirok etadi. Demak, diqqat barcha aks ettirish jarayonlarimizning doimiy yo'ldoshidir.

Diqqat inson faoliyatining barcha turlarini muvaffaqiyatli amalga oshirishni va ularning samaradorligini ta'minlovchi muhim shartlardan biridir. Kishi faoliyati qanchalik murakkab, serzahmat, davomiylik jihatdan uzoq muddatli, mas'uliyat hissini taqozo qilsa, u diqqatga shunchalik yuksak shartlar va talablar qo'yadi. Inson ziyrakligi, farosatliligi, tez payqashi, sinchkovligi, dilkashligi uning tur-

Ixtiyoriy diqqat – ongning oldindan belgilangan maqsadga muvofiq irodaviy va asabiy faollik ko'rsatgan holda muayyan obyektga yo'nalishi va unga to'planishdan iborat diqqat turi.

Ixtiyoriydan keyingi diqqat – diqqatning muayyan obyektga, avvalo, ixtiyoriy ravishda qaralilib, so'ngra uning ahamiyati tushunilgan sari o'z-o'zidan qaralilib boriladigan (avtomatlashgan) diqqat turi. Ushbu tushuncha psixologiya faniga N.F. Dobrinin tomonidan kiritilgan.

Diqqat chalg'ishi – ma'lum bir faoliyat jarayonida diqqatning bir obyektidan boshqa bir obyektga ixtiyorsiz ravishda o'tib turishidan iborat salbiy xususiyati.

Diqqatning hajmi – diqqatning bir vaqtning o'zida qamrab olishi mumkin bo'lgan mustaqil obyektlar miqdori bilan belgilanadigan xususiyati. Diqqatning hajmi eksperimental sharoitda 2–6 mustaqil obyektga tengdir. Diqqatning obyektlari o'rtasida qanchalik yaqin bog'lanishlar mavjud bo'lsa, uning hajmi shunchalik keng bo'ladi va aksincha.

Diqqat obyekti – ongimiz atrofda gildardan ajratib olgan holda yo'naltirilgan va faol to'plangan narsa yoki hodisa. Diqqat obyekti faqat obyektiv narsalar emas, balki subyektiv hodisalar, o'z his-tuyg'ularimiz, fikrlarimiz, xayol yoki xotira tasavvurlarimiz va boshqa shu kabilar ham bo'lishi mumkin.

Ixtiyorsiz diqqat – ongimizning oldindan belgilangan maqsadsiz ravishda muayyan obyektga yo'naltirilishi va unga to'planishidan iborat diqqat turi. Ixtiyorsiz diqqat obyektlari narsa va hodisalarning odatdan tashqari holati, belgisi, sifati va boshqalardir.



mush sharoitida, shaxslararo munosabatida muhim omil sifatida xizmat qiladi. Diqqat aqliy faoliyatning barcha turlarida ishtirok etadi, insonning xatti-harakatlari ham uning ishtirokida sodir bo‘ladi.

Psixologiya fanida diqqatga har xil ta’rif beriladi, uni yoritishda psixologlar turli nazariyaga asoslanib yondashadilar. Diqqat deb ongni bir nuqtaga to‘plab, muayyan bir obyektga aktiv (faol) qaratilishiga aytiladi (P.I.Ivanov). P.I.Ivanovning fikricha, biz faoliyatimiz jarayonida idrok va tasavvur qiladigan har bir narsa, har bir hodisa, o‘zimiz qilgan ishimiz, o‘y va fikrlarimiz diqqatning obyekti bo‘la oladi.

**Diqqatsizlik** – diqqatni obyektga yo‘naltira va to‘play olmaslik, atrofdagi kishilarga nisbatan diqqatsizlik yoki iltifotsizlikdan iborat salbiy xarakter xislati.

**Diqqatning o‘zgarib turishi** – idrok, xotira, tasavvur yoki tafakkur jarayonida diqqatning ma’lum vaqt ichida dam kuchayib, dam susayib turishidan iborat qonuniyat; diqqat ba’zan daqiqaga 25–30 marta ham o‘zgaradi. Diqqatning o‘rtacha o‘zgarishi tebranish chastotasi 2–3 sekundga tengdir.

**Ko‘ruv diqqati** – narsa va hodisalarni ko‘ruv organi orqali idrok qilish, esga tushirish munosabati bilan namoyon bo‘ladigan diqqat turi. Ikkinchi tartibli ixtiyoriy diqqat – ongimizni muayyan obyektga ixtiyorsiz ravishda yo‘naltirilsa-da, uning ustiga ma’lum vaqt barqaror holda, to‘planib turishidan iborat ixtiyoriy diqqat turi; diqqat to‘plangan obyektning mazmuniga qarab ixtiyorsiz diqqatning ixtiyoriy diqqatga aylanishi.

Ichki diqqat – ongimizning o‘z subyektiv taassurotlarimiz, his tuyg‘ularimiz va intilishlarimizga qaratilishidan iborat diqqat turi.

Tashqi diqqat – ongimizning obyektiv voqelikdagi narsa va hodisalarga, ularning ayrim belgi va xususiyatlariga yo‘naltirilishi, ularda faol to‘planadigan diqqat turi.

Bedor holat – bosh miya yarim sharlaridagi tegishli nerv markazlarining qo‘zg‘alishi bilan belgilanadigan uyqudan tashqaridagi holat, ongli holat. Shaxs bedor holatidagina ma’lum bir faoliyat turini amalga oshira oladi.

Qo‘zg‘alish markazi – markaziy asab tizimining qo‘zg‘alish jarayoni ro‘y bergan uchastkasidir.

Diqqat depressiyasi (lot. *deprezyu* – pasayish) – turli tashqi va ichki omillarga ko‘ra obyektga to‘planish va mustahkamlanishning kuchsizlanishi va buzilishi. Paradoks fazasi – kuchli qo‘zg‘atuvchilarga qaraganda kuchsiz qo‘zg‘atuvchilarning kuchli reaksiyasini vujudga keltirishi (patologik holatlar nazarda tutiladi). Oriyentirovka refleksining elektrofiziologik simptomlarining barqarorlashuvi – ixtiyoriy diqqat buzilganda maqsadga muvofiq topshiriq berish va oqilona instruksiya yoki ustanovka berish hamda vaziyatga qarab uni o‘zlashtirish orqali insonda oriyentirovka refleksini qaytadan tiklashdan iborat korreksion faoliyat.

Diqqat korreksiyasi (lot. *tuzatish*) – insonda diqqat patologik holatga (buzilishga) uchraganda maxsus usul va uslublardan foydalanib tuzatishdan iboratdir.

### Diqqatning xususiyatlari

Odamning diqqati bir qancha xususiyatlariga ega bo‘lib, ulardan asosiylari – diqqatning ***bo‘linuvchanligi*** va diqqatning ***ko‘chuvchanligidan*** iboratdir.

***Diqqatning kuchi va barqarorligi*** deb odam o‘z diqqatini biror narsa yoki hodisaga uzoq muddat davomida muttasil qaratib tura olishiga aytiladi.

***Diqqatning bo‘linuvchanligi*** deganda, biz ayni bir vaqtda diqqatimizni ikki yoki uch narsaga qaratilishini tushunamiz.

Agar diqqatimiz faqat bitta narsaga qaratilgan bo‘lsa, ya‘ni diqqatimiz faqat bitta narsa ustida to‘plangan bo‘lsa buni ***konsentratsiyalashgan (to‘plangan) diqqat*** deb yuritiladi.

Buning aksicha, agar diqqatimiz ayni bir vaqtda bir necha narsaga qaratilgan bo‘lsa, buni ***bo‘lingan (taqsimlangan) diqqat*** deb yuritiladi.

Quyida biz diqqatga xos xususiyatlarni batafsil ko‘rib chiqamiz.

***Diqqatning bo‘linishi*** har kimda har xil bo‘ladi. Buning sababi shundaki, diqqatning yengillik bilan bo‘linishi, diqqatimiz qaratilgan narsalarning ilgaridan bizga qanchalik tanishligi bilan bog‘liqdir.

***Diqqatning ko‘chuvchanligi.*** Odamning diqqati har doim bir narsadan ikkinchi bir narsaga, bir faoliyatidan boshqa bir faoliyatiga ko‘chib turadi. Diqqatning ana shunday xususiyatini diqqatning ko‘chuvchanligi deb yuritiladi. Diqqatning ana shu yuqorida ko‘rib

o'tgan asosiy xususiyatlari odamning (shu jumladan bolalarning ham) barcha turdagi faoliyatlari uchun juda kerakli xususiyatlardir. Diqqatning ana shu xususiyatlari tufayli odam atrofidagi muhitga, undagi turli-tuman o'zgarishlarga tez moslasha oladi. Diqqatning bu asosiy xususiyatlari odamga tug'ma ravishda, ya'ni irsiy yo'l bilan berilmaydi. Bu xususiyatlar odamning yoshlik chog'idan boshlab turli faoliyatlar – o'yin, o'qish va mehnat faoliyatlari jarayonida tarkib topib boradi.

**Diqqatning ko'lami.** Odamlar o'z diqqatlari ko'lami jihatidan ham bir-birlaridan farq qiladilar. Ayrim odamlar diqqatining ko'lami keng bo'lsa, boshqa bir odamlar diqqatining ko'lami torroq bo'ladi. Diqqatning ko'lami ayni bir vaqtda odamning idrokiga sig'ishi mumkin bo'lgan narsalar miqdori bilan belgilanadi. Boshqacha qilib aytganda, idrok qilish jarayonida diqqatimiz qaratilgan narsalardan qanchasini ongimizga sig'dira olishimiz diqqatning ko'lamini tashkil etadi. Diqqatning ko'lami odatda taxistoskop degan maxsus asbob bilan belgilanadi. Diqqat ko'lamining keng bo'lishi odamning turmush tajribasi va mashqi bilan bog'liqdir.



### **Diqqatning barqarorligi**

Diqqatning barqarorligi bu – diqqatning muayyan maqsadga bo'ysindirilgan faoliyatda uzoq vaqt markazlashib turishidir. Diqqatning barqarorligi ishda umumiy maqsadga intiluvchanlik saqlangan holda obyektlar va faoliyat xarakterining almashinib turishini talab qiladi. Diqqat barqarorligini yuqorida ko'rsatib o'tilgan barcha shartlariga rioya qilish o'quvchilarning o'quv ishlari jarayonida chalg'ishlarini bartaraf qilish uchun juda muhimdir. Chalg'ish – diqqatning barqarorligiga qarama-qarshi bo'lgan holatdir. Bu diqqatning zarur faoliyatdan ixtiyorsiz ravishda chetga og'ishi demakdir. Diqqatning barqarorligini uning ko'chuvchanligi va turlicha tebraniishi bilan birgalikda o'rganish va tarbiyalash lozim. Diqqatning ko'chishi bu faoliyat maqsadining o'zgarishi bilan diqqatning bir obyektidan ikkinchisiga o'tishi demakdir. Masalan, dars davomida

o'quvchilar o'qituvchining tushuntirishini eshitib turib, asta-sekin diqqatlarini masalani yechishga qaratadilar bir masalani yechib turib, boshqasiga ko'chiradilar va hokazo.

Diqqatning ko'chuvchanligi va chalg'ishini uning beqarorligi bilan chalkashtirish mumkin emas. Bir necha minut davomida diqqat bilan soatning chiqqiliashini eshiting yoki tomir urishini sanab ko'ring bir oz vaqtdan keyin diqqatingiz bir necha chiqillashni tushurib qoldiradi, ya'ni tebrana boshlaydi.

Diqqatning tebranishi bu diqqatning muayyan obyektga yana qaytishi yoki kuchayishiga bog'liq holda vaqti-vaqti bilan qisqa muddatli chalg'ishi yoki bo'shashidir.



### **Diqqatning jamlanganligi**

Diqqatni jamlash – bu jadallik yoki konsentratsiya darajasidir. Boshqacha so'zlar bilan aytganda, uning intensivligi, asosiy ko'rsatkich, fokusi, ruhiy yoki ongli faoliyatini jamlaydi. A.A.Uxtomskiy diqqat miya qobig'ida qo'zgalish va dominant markazidagi faoliyatning o'ziga xos jihatlari bilan bog'liq, deb hisoblaydi. Xususan, konsentratsiya bu bir vaqtning o'zida dominant bilan bog'liq qo'zg'alish va miyaning qolgan hududlarida tormozlanish deb hisoblanadi.

**Diqqatning taqsimlanishi** – bir vaqtning o'zida turli obyektlar ma'lum bir qatorda diqqat ushlab turilib bir odamning qobiliyati bilan diqqat tajribasini tushunishdir.



Bu qobiliyat diqqat sohasida ularni tutib, bir vaqtning o'zida bir necha harakatlarni amalga oshirish imkonini beradi. Misol uchun, Rim hukmdori Yuliy Sezar bir vaqtning o'zida bir necha ishni qilish imkoniga ega bo'lgan: bular ko'rish, yozish, eshitish va buyruq berish. U shunchaki diqqatni o'zgartirish imkoniga ega bo'lgan. Lekin bu zamondoshlarida katta taassurot qoldirgan.

Biroq, hayot tajribasi shuni ko'rsatadiki, inson bir vaqtning o'zida faqat bitta amaliyotni bajara olish imkoniyatiga ega. Shu isbotlandiki, bir kishi bir vaqtning o'zida beriladigan ikkita mashqlar haqida o'ylashi mumkin emas. Biroq, ba'zan inson bir vaqtning o'zida ikkita ishni amalga oshirishi mumkin, agarda bunday hollarda operatsiyalar turlaridan biri to'liq avtomatik amalga oshirilsa va diqqat talab qilmasa, aks holda bunaqa operatsiyani bajara olmaslik mumkin.

### **Diqqatning fiziologik asoslari**

*Fiziologik nuqtayi nazardan, diqqat – bosh miya nerv faoliyatining aniq vaqtdagi aniq optimal qo'zg'aluvchanligi holatidagi qismi bo'lib qolgan qismlari esa past darajadagi qo'zg'aluvchanlikdir.*

Fiziologik diqqat ruhiy jarayonlar bilan birga nerv markazlari orqali ishlaydi. Vizual eshituv va boshqa his-tuyg'ular, idrok, shuningdek harakat kabilar orqali fiziologik diqqat miya yarim sharlari po'stlog'ida muayyan qismlarining faoliyati bilan bog'liq, biroq uni amalga oshirish uchun hech qanday maxsus nerv markazi mavjud

emas. Ruhiy holatlarning aniq markaziy qismi bo'lmas-da ko'rish qobiliyati eshitish qobiliyatiga nisbatan bosh miyaning boshqa qismlari bilan bog'liq, huddi shu kabi oyoq va qo'l harakatlari ham gapirish qobiliyatiga nisbatan bosh miyaning boshqa burchagida joylashgan.

Oliy asab faoliyatini o'rganishda bosh miya po'stlog'ining turli sohalarida nerv markazlari hech qachon bir vaqtning o'zida bir xil qo'zg'algan yoki cheklangan holda bo'lmaydi. Agar biz u yoki boshqa faoliyat bilan bog'liq miya qobig'idagi fiziologik jarayonlarni nazorat qilishimiz mumkin bo'lganida, unda biz har vaqtda bosh miyaning u yoki bu qismidagi doimiy optimal bo'lgan va boshqa qismlari esa kuchsizlangan holatda bo'lgan jarayonni kuzatgan bo'lardik. "Agar bosh suyagi qopqoq bilan miya yarim sharlarini ko'rish mumkin bo'lganda, insonni fikrlayotgan vaqtda uning miya yarim sharlaridagi doimiy shakli va nihoyatda tartibsizligi, hajmining o'zgaruvchanligi harakatlarini kuzatgan bo'lardik" (Pavlov).

Miyaning burchak qismlarida farqlashni hosil qiluvchi yangi refleksorlar osongina hosil bo'ladi, bu ruhiy holatdagi aniqlik va muvofaqiyatlilikni anglatadi.

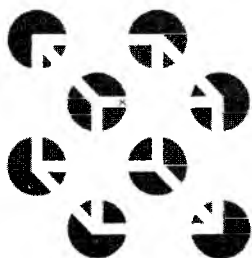
Maksimal qo'zgalishdagi miya yarimsharlarining qismi ijodiy qism hisoblanadi. Ular doimo olingan holatlarga qarab miya bo'ylab harakat qilishadi shu sabab, ular doimo, hajm o'zgarishiga ko'ra, asosan miyaning sust bo'lgan qismlarida harakat qiladi.

Diqqat fiziologik mexanizmlarni tushuntirishda ilgari surilgan tamoyil mashhur Uxtomskiyning dominantlik tamoyilidir.

Zamonaviy ilmiy ma'lumotlarga ko'ra miya va boshqa miya tuzilmalarida hayotni tiklash jarayonida diqqatning ahamiyati juda katta.

### **Diqqatning tanlovchanligi.**

Ongimizda ayni bir vaqt mobaynida qancha axborot almashiladi? Diqqat bizning ongimizni yoritkich nurlariga o'xshab ketadi va ong atrofdagi ma'lum bir cheklangan jismlarga o'z diqqatini qaratadi. Inson jismlarni to'xtovsiz qabul qilishi jarayonida, birinchi idrok qilingan



holat boshqalarga almashib ketaveradi. Olimlarning hisob-kitoblariga qaraganda, insonning beshta sezgisi sekundiga 11.000.000 bit axborotni ongli ravishda qabul qilgan ekan va bu jarayon haqida Vilson 2002-yilda ma'lumot bergan. Ongning behush holatida 10.999.960 bit axborotdan foydalanar ekanmiz. Bunga misol, siz biror-bir gapni o'qib turib oyoqla-

ringizga poyabzalni kiya olmaysiz. Diqqatiningizni Necker kubga qarating va bu rasmni siz turlicha idrok qila olasiz. Misol qilib, doiralarni olsak, biz ularni turli holatda idrok qilishimiz mumkin. Ularning ichidan bir nechtasi bir xil bo'lishi mumkin, biroq bizning diqqatimiz ularga birin-ketin qaratiladi<sup>26</sup>.

Siz bu tekstni o'qishni boshlaganda, oyoq kiyimingizni siqayotganini yoki burningiz ko'rish chizig'ida turganini tushunmagansiz. Hozir esa e'tiboringizni qaratganingizda, oyoqlaringizni og'riyotganini va burningiz ko'z oldingizda turganini sezasiz. Tekstga e'tiboringizni jam qilib siz periferik ko'rinishda kelayotgan

<sup>26</sup> David G. Meyers. *Psychology*. 2010 by Worth Publishers, 89 p.

ma'lumotni inkor etasiz. Ammo buni o'zgartirish mumkin. **X** ga diqqat bilan qarab e'tiboringizni kitob yonida nima turganiga qarating (kitob chetlari, stol usti va boshqalar).

## X

Diqqat tanlovchanligiga yana bir misol, ko'p tovushlar orasidan faqat bir ovozni eshita olish qobiliyati. Tasavvur qiling, siz naushnik orqali ham chap, ham o'ng qulog'igingiz bilan bir vaqtning o'zida ikki xil odamning suhbatini eshitmoqdasiz. Sizdan chap qulog'ingiz orqali nimani eshitganingiz so'raldi. Siz chap qulog'izdagi gaplarga e'tibor berganingizda o'ng qulog'ingizda eshitalayotgan gaplarni idrok qilmaysiz. Biroz vaqtdan so'ng sizdan o'ng qulog'ingizda qaysi tilda gapirishganini so'ralsa bilolmay qolasiz (lekin suhbatdoshingizning jinsi va ovoz balandligini eslab qolgan bo'lasiz). Agar biz ongli ravishda biron nimaga diqqatimizni qaratsak faqat aynan o'sha narsa bilan band bo'lar ekanmiz.

*Diqqatning tanlovchanligi – bu bizning ongimizda idrok qila oladigan cheklangan obyekt va hodisalarning ayni vaqtda jamlanganligidir.*

Bizni o'rab turgan ko'p sonli vizual qo'zg'atuvchilardan tahlil uchun biz faqatgina ayrim qo'zg'atuvchilarni tanlaymiz. Ultrik Neysser va Robert Beklen (Neisser and Beclen, 1979) hamda Daniel Chervone (Cervone, 1983) buni o'z tadqiqotlarida ko'rsatib berishgan. Tadqiqot shundan iborat bo'lganki, unda sinaluvchilarga 1 daqiqali video ko'rsatilgan. Videoda 3 ta qora ko'ylakdagi basketbol o'yinchilari orqa qatorda esa 3 ta oq qo'ylakli o'yinchilar basketbol o'ynayotganlari tasvirlangan. Sinaluvchilarga berilgan topshiriqqa ko'ra qora ko'ylakli o'yinchilar koptokni bir-biriga uzatgan paytlarida sinaluvchilar tadqiqot tugmachasini bosishlari kerak edi. Shu bilan birga klip davomida basketbol o'yinchilari o'ynayotgan paytda orada o'yinchilar o'rtasidan soyabonli bir ayol o'tib ketadi. Sinaluvchilarning aksariyati berilgan topshiriqqa ko'ra qora ko'ylakli ishtirokchilarni shunchalik diqqat bilan kuzatishganki, ayolni ko'rmay qolishgan. Video sinaluvchilarga qaytadan ko'rsatilib, soyabonli ayol

o'yinchilar orasidan o'tganligi aytilganda sinaluvchilar o'zlari ayolni ko'rmay qolganliklaridan hayratda qolishgan<sup>27</sup>.

### **Diqqatning tanlovchanligi va baxtsiz hodisalar**

Mashina haydayotgan paytda telefonda gaplashsangiz e'tibor mashinadan telefonga ko'chadi. Bunday vaziyatda, tezlik o'zgartirish ayniqsa qiyin bo'ladi va halokatni yuzaga keltirishi mumkin. Mashina halokatlarining 80%i haydovchilarning chalg'ishida deb hisoblanadi. Utan universitetidagi haydash tajribalarida talabalarning telefonda gaplashishlari mobaynida yo'ldagi yo'l belgilari, reklamalar va boshqa mashinalarni payqashi sekin bo'lishi aniqlangan.

Diqqatning tanlovchanligi bo'lgani uchun biz qo'ng'iroqqa javob bera olamiz (GPS navigatsion sistema yoki DVD magnitofon) boshqa narsalarga e'tibor berishga sabab bo'ladi. Suzanne Meevay va uning Sidney universitetidagi hamkasblarining aniqlashicha, (2005, 2007) avtomobil halokati paytidan oldingi telefon qo'ng'iroqlari sabab, haydovchilar hatto qo'llari bo'sh paytda ham, 4 marta ko'proq xatarda bo'lishlarini aniqlashdi. Yo'lovchilarda bo'lsa, xavf 1 dan 6 martaga oshadi.

Hatto, telefonda gaplashayotganda qo'llar bo'sh bo'lsa-da, yo'lovchi bilan suhbatlashganda ham, mashina haydash xavfli bo'lib, suhbatni to'xtatish, pauza qilish talab qilinadi.

Ogaya universiteti piyoda yuruvchilarni tabiiy ravishda kuzatishlariga binoan gapirgan holda yurish ham xavfni ko'paytirishi mumkin ekan. Yo'lni kesib o'tayotganda uyali aloqadan foydalanayotgan yo'lovchilarning yarmi va chorak qismida parisonxotirlik bilan mashina yaqinlashganda yo'lni kesib o'tish jarayonida yaqqol ko'zga tashlanadi<sup>28</sup>.

### **Diqqat nazariyalari**

Psixologiya diqqat jarayonini olti asosiy yondashuvlar bilan bayon qilishi mumkin. Ularning har biri inson aqliy faoliyatining bir tomonini murakkab asosi deb hisoblaydi. Lekin hech qaysi gipoteza aniq tan olinmagan.

Birinci bo'lib diqqatni emotsional tushunishga yondashuvni T.Ribo targ'ib etgan va diqqat bilan emotsiya bir-biridan kelib chiqadi deb

<sup>27</sup> Devid Mayers. "Psixologiya". Minsk, 2008. 252 p.

<sup>28</sup> David G. Mayers. Psychology. 2010 by Worth Publishers, 90–91 p.



hisoblagan. T.Ribo fikricha, ixtiyoriy diqqatning intensivligi va davomiyligi diqqat obykti orqali vujudga keladigan emotsiyalar xarakteri bilan shartlangan bo‘ladi. Diqqatga bunday yondashuv to‘g‘riroq hisoblanadi, chunki emotsiya – bu organizm reaksiyasi dolzarb ehtiyojining qondirilish ehtimolligidir va organizmning diqqati birinchi navbatda shunday obyektlarga qaratilgan bo‘ladi.

Diqqat haqidagi ikkinchi yondashuvni olim I.Gebert va U.Gamilton ilgari surgan. Ko‘proq intensivlikka ega bo‘lgan tasavvur kamroq intensivlikka ega bo‘lgan tasavvurni ong ostiga surib yuboradi va tabiiyki, ongda qolgan tasavvurlargina diqqatimizni jalb qiladi.

Uchinchi yondashuvga ko‘ra diqqat appersepsiya natijasi, ya‘ni individning hayotiy tajribasidir. Bunda asab tizimiga qabul qilingan ma‘lumotning insonni bilimga talabi tozalanish yuzasidan bo‘lib o‘tadi.

Diqqatning to‘rtinchi yondashuvini gruzin olimi D.N.Uznadze rivojlantirgan, uning fikricha, ustanovka ichki tomondan diqqatni ifoda etadi. Ustanovka ta‘sirida aniq bir obyektни atrof-muhitdagi boshqa ko‘p obyektlardan ajratib olish jarayonini D.Uznadze “obyektivlash” deb nomlagan.

Beshinchi yondashuv asosan diqqatning harakat aspektiga qaratilgan. Gap shundaki, ixtiyorsiz diqqat asosida oriyentirovka refleksi – organizmni yangi qo‘zg‘atuvchi manbayiga qaratilishi va analizatorlarning unga sozlanishini ko‘rsatadi. Bu jarayonlar mushaklarning faol ishtirokida bo‘lib o‘tadi, shuning uchun diqqatni atrof-muhitga harakatli moslashishning tashkiliy usuli deb atash mumkin.

### ***Diqqatning rivojlanishi va buzilishi***

Insonning barcha a‘zolari va mexanizmlarining yuqori ish qobiliyatini ta‘minlashida diqqatning kerakli saqlanish va rivojlanish shartlari:

- kun tartibini to‘g‘ri taqsimlash, to‘liq ovqatlanish va dam olish;
- ichki a‘zolarining kasallanishiga, ko‘rish va eshitish qobiliyatining buzilishiga qarshi davolanish va ko‘rikda bo‘lish;
- kunlik ishlash qobiliyatining maromi;
- aqliy va jismoniy mashqlar almashinuvi;
- qulay ish sharoitini yaratish.

Tashqi kuchli ta‘sir qiluvchi holatlarni mavjud qilmaslik – tinchlikni ta‘minlovchi (diqqatni jam qilsa bo‘ladigan holat):

- gigiyenik talabga javob beradigan ishning ta'minlanishi;
- maqbul jismoniy omil (e'tiborni tortmaydigan holat, ortiqcha harakatlar me'yori);
- odat bo'lib qolgan ish shart-sharoiti;
- muvaffaqiyat sari aniq maqsadlarni aniqlash.

Diqqatning buzilishi natijasida maqsadga qaratilganlikning salbiy o'zgarishini tanlash va barqaror psixologik faoliyat normal miya faoliyatining buzilishi yoki charchash holatida ko'rinadi.



### **Diqqatning buzilishi bir necha ko'rinishlarga bo'linadi.**

Diqqatning buzilishi turli darajalardagi uzviy mag'lubiyatlarda hosil bo'ladi. Asosiy yo'sinda miyaning peshana va boshqa qismlarida hamda oddiy charchash holatlarida diqqatning buzilishi 3 turga bo'linadi:

I tur. Diqqatning tarqoqligi – boshqarib bo'lmaydigan o'zgaruvchan va kuchsiz diqqat-e'tibor bilan xarakterlanadi. Ushbu tip maktabgacha bo'lgan bolalarda hamda holsizlik tufayli va charchoqqa chalingan kattalarda ham uchraydi.

II tur. E'tiborsizlik – boshqa fikrlarga diqqatning qaratilishi va intensivligi murakkablashgan o'zgaruvchan diqqat bilan xarakterlanadi. Ushbu tipga miyasiga bir fikr o'rnashib qolgan shaxslar mansub.

III tur. Parishonxotirlik – diqqatning jamlanganligi va qiyinchilik bilan almashishi sezilarli darajada murakkabligi bilan tavsiflanadi. Ushbu tipga nerv tizimi kuchsiz va e'tiborsizligi vaqti-vaqti bilan yoki doimiy namoyon bo'luvchilar kiradi. Bunday holat ma'lum muddat holdan toygan va parishonxotir bo'lib qolgan sog'lom odamlarda ham to o'z holati tiklanguniga qadar sodir

bo'lishi mumkin. Klinik ko'rinishi ko'pincha keksa yoshdagi miya ateroskleroziga uchragan shaxslarda miyada kislorodning kamayishi natijasida uchraydi. Diqqatsizlikning bunday turi "Keksalikka xos bo'lgan diqqatsizlik" deb ham ataladi. Diqqatning buzilishi ham kasallik alomati bo'lishi mumkin. Kasallikka olib boruvchi turli psixik yoki somatik buzilishlar natijasida diqqatning buzilishini ham kasallikni alomati hisoblanadi<sup>29</sup>.

## XOTIRANING PSIXIK JARAYON SIFATIDA O'RGANILISHI

"Agar sen oldingi xotiralaringni eslash qobiliyatini yo'qotsang sen uchun hayot tugaydi" James Mc.Gaugx<sup>30</sup>. Psixolog sifatida shuni ta'kidlash lozimki, Xotira bu – doimiy va o'zgaruvchan hamda saqlangan ma'lumotlarni o'rganishdir. Xotira ustidagi izlanishlar uning qanday ishlashini tushunishimizga yordam beradi. Masalan, 92 yoshli qariya insult bilan kasallangandan so'ng u oldingidek harakatlana oladi. U oilaviy albomlarni ko'rganida qarindoshlarini eslay oladi, ammo, kundalik yangi suhbatlarni va hatto haftaning qaysi kuni ekanligini eslay olmaydi. U har safar yangiliklarni eshitganda ta'sirlanadi va pochchasining o'limini tez-tez eslaydi. Buning aksi o'laroq Xotira Olimpiadasida medallar sovrindori rus jurnalisti Shereshevskiy boshqa jurnalistlar intervyularni qayd qilsa, u shunchaki tinglardi. Balki biz 7 yoki 9 tagacha bo'lgan raqamlarni takrorlay olarmiz ammo Shereshevskiy 70 tagacha bo'lgan raqamlarni 3 soniya ichida takrorlay oladi. Bundan tashqari, u raqamlarni orqadan oldinga ham osonlik bilan aytib bera oladi. Hatto u yuzlab ro'yxatlar orasidan 15 yil oldingi ro'yxatni ham aniq aytib bera olgan. U shunday boshlagan: "Biz stol atrofida o'tirgan edik, siz kursida kulrang kastyum kiygan holda o'tirgan edingiz va menga mana bunday holatda qarayotgan edingiz"<sup>31</sup>.

Ajablanarli holat shunday emasmi? Siz ham imkoniyatlaringizni sinab ko'rishingiz mumkin. Atrofda turli tovushlar, qo'shiqlar, yuzlar, ko'rinishlar, turli joylar, turli ta'm va hidlar mavjud. Tasavvur

<sup>29</sup> James W. Kalat. *Introduction to Psychology*. 285–290 p.

<sup>30</sup> David G. Mayers. *Psychology*. © 2010 by Worth Publishers, 327 p.

<sup>31</sup> David G. Mayers. *Psychology*. © 2010 by Worth Publishers, 328 p.

qiling, siz 2500 ta yuzlar va joylarni har biriga 10 soniyadan vaqt ajratib ko'rdingiz. Keyinroq esa oldingisiga o'xshamagan boshqa 280 ta yuzlar va joylarga e'tibor bering. Ralf Xaberning axborotiga ko'ra siz 90% oldingilarini eslab qolasiz. Keyingi tajriba. Tasavvur qiling, siz oldin shakli aniq bo'lmagan, har tomonlarga chizilgan rasmni ko'rdingiz, so'ngra shakli aniq bo'lgan to'liq rasmni ko'rdingiz.

David Mitchellning tadqiqotlariga ko'ra to'liq obyektlarni ko'rish va eslab qolish noaniqlariga nisbatan oson va tez. Xotira tadqiqotchilari 1 asrdan ko'proq vaqtdan buyon quyidagi savollarga javob izlamogda: qanday qilib biz xotira yutuqlariga erishishimiz mumkin? Nima uchun biz, hatto, bir daqiqa oldin uchrashgan insonimizning ismini unutib qo'yamiz? Xotiralar miyada qanday saqlanadi? Nima uchun ayrim narsalarni tez unutamiz ammo alamli, istalmagan hodisalarni unutishimiz qiyin? Qanday qilib bir hodisa ikki shaxsning xotirasida turlicha qoladi? Xotiramiz imkoniyatlarini qanday o'stirishimiz mumkin?<sup>32</sup>

Insonlarni o'rganish va axborotni qabul qilish bo'yicha 3 turga ajratsak bo'ladi. Bular: eshitish, ko'rish va harakat xotiralari. Bular miyaga kirayotgan xabarning turiga bog'liq.

Ko'rish: bunda yaqqol tasavvurlar hosil qilinadi. Bunda so'z tasavvurdagi manzaralar timsolida xotiraga joylashadi. Doktor Medina fikricha: barcha sezgi organlari ichida eng muhimi aynan axborot qabul qilish bo'yicha mavjud sezgidir.

Vizual xotira cheksizdir. Tadqiqotlardan birida ishtirokchilarga 10000 ta rasm berilgan va so'ng boshqa rasmlar bilan aralashtirilgan rasmlarni berib ularni ajratish topshirilgan. 99% aniqlikda rasmlar to'g'ri ajratilgan. Va hatto 3 oydan so'ng ham shu natija takrorlangan. 10% o'qiganda, 20% eshitganda, 30% o'qib-eshitganda, 50% eshitib ko'rganlarda, 70% suhbatlashganda, 90% bajarayotganda eslab qolingan. Tevarakdagi ma'lumotlarni hissiyotlarimiz orqali qabul qilamiz. O'rganish va xotirada saqlashning turli usullari mavjud. Har bir odamda ma'lum usullarning majmuyi mujassam bo'lib turlicha usullarda turlicha o'rganish mumkin<sup>33</sup>.

---

<sup>32</sup> David G. Meyers. *Psychology*. © 2010 by Worth Publishers, 329 p.

<sup>33</sup> David G. Meyers. *Psychology*. © 2010 by Worth Publishers, 327 p.

Ma'lum bo'lishicha, inson miyasi har qanday ma'lumotni saqlab qoladi. Agar shu ma'lumot biror sabab bilan odamga kerak bo'lmasa yoki o'zgarmasa, u ongdan tabiiy tarzda yo'qoladi. Lekin har doim ham bizning professional faoliyatimiz manfaatlariga mos ma'lumotlarni esda saqlash juda zarur va shuning uchun ham ko'pchilik ataylab xotira tarbiyasi bilan shug'ullanadi.

Shu o'rinda xotira borasidagi ta'riflarga qaytsak, ko'pgina adabiyotlarda xotira tushunchasi quyidagicha ta'riflanadi. ***"Individning o'z tajribasida esda olib qolishi, esda saqlashi va keyinchalik uni yana esga tushirishi xotira deb ataladi"***.

Shaxsning yo'nalishi uning qiziqishida ifodalanadi. Kishining qiziqishi xotiraga aniq va kuchli ta'sir ko'rsatadi, ya'ni yaxshi esda olib qolishni ta'minlaydi. Biz ko'pincha u yoki bu narsa haqidagi hodisalarning yomonlarini esda qoldiramiz. Bu xotiraning yomonligini emas, balki ularga qiziqish yo'qligini ko'rsatadi. Masalan, o'quvchilar hamma fanlarni bir xil o'zlashtira olmaydilar. Bu ularning har xil xotiraga ega ekanliklari bilan emas, balki o'qitilayotgan fanga qiziqishning har xilligi bilan tushuntiriladi. Esda olib qolishga kishining emotsional munosabati ham katta ta'sir ko'rsatadi. Kishi uchun yaqqol hayajonli reaksiya vujudga keltiruvchi narsalar ongda chuqur iz qoldirib, puxta va uzoq yodda saqlanadi. Biz bir narsadan ta'sirlansak, o'sha uzoq vaqt esda saqlanadi. Samarali xotira kishining iroda sifatlariga ham bog'liqdir. Kuchsiz, irodasiz kishilar har doim yuzaki yomon xotirlaydilar. Aksincha, irodali, materialni o'zlashtirishga astoydil kirishadigan kishilar puxta va chuqur eslab qoladilar. Samarali xotira kishining umumiy madaniyatiga, uning aqliy saviyasiga, bilimiga, uquviga, fikrlash qobiliyatiga, ko'nikma va odatlariga ham bog'liqdir. Shunday qilib, xotiraning tabiati va uning samaraliligi shaxsning xu-

Amerkaliq psixolog olimlar Devid G. Mayers "Psixologlar inson xotira tizimini qanday tasvirlashadi? Xotiraning qanday ishlash modeli bizga xotirani qanday tuzish va avvalgi holatiga qaytarish haqida o'ylashimizga yordam beradi" deb yozadi. Devid G. Mayers "U xotiraga o'ziga xos modelni tavsiya etadi. Odatda, ko'p uchraydigan birinchi model: kompyuterda axborot ishlash tizimining ba'zi jihatlari inson xotirasiga o'xshaydi".

susiyatlari bilan bog‘liqdir. Shaxs o‘z oldiga qo‘yilgan maqsad va vazifalari asosida o‘zining xotirlash jarayonini ongli ravishda tartibga soladi va boshqaradi.

Xotira sohasida quyidagi asosiy jarayonlar: esda olib qolish, esda saqlash, esga tushirish va unutish bir-biridan farq qilinadi. Bu jarayonlar faoliyatda tarkib topadi va belgilanadi. Ma’lum materialni esda olib qolish hayot faoliyati davomida individual, ya’ni shaxsiy tajribani to‘plash bilan bog‘liqdir. To‘plangan tajribadan keyingi faoliyatda foydalanish qayta esga tushirishni talab qiladi. Ma’lum materialning faoliyatda qatnashmay qolishi yoddan chiqarishga olib keladi.

### **Hayotimizda xotiraning ahamiyati**

Yaxshiyamki xotiramiz bor. Xotira tufayli bizda ajoyib imkoniyatlar borligini so‘zsiz qabul qilamiz. Xotira hayotimizni belgilaydi. Xotira tufayli biz oilamizni taniymiz, o‘z tilimizda gapira olamiz, uyimizga olib boradigan yo‘lni yo‘qotmaymiz hamda oziq-ovqat va suv joyini aniqlaymiz. Xotira tufayli biz tajribalarimizdan bahramand bo‘lamiz va uni qayta qo‘llay olamiz. Ammo, ba’zida aynan xotira tufayli aybdorlarni va aybdorligimizni kechira olmaymiz. Biz nimani ko‘proq eslasak, u xotiramizning katta qismini egallaydi. Agar xotiramiz bo‘lmaganida, o‘tgan quvonchli va alamli lahzalarimizni, aybdorlik hissini yoki g‘azabni sezmagani bo‘lardik. Uning o‘rniga biz hozirgi yangi lahzada yashagan bo‘lardik. Bunday holatda har bir kishi begona va har bir til yangi hamda har safarda kiyinish, ovqat pishirish va velosiped haydash muammosi kabi muammolar bo‘lardi. Biz hatto o‘zimizga ham begona bo‘lardik. Uzoq o‘tmishimiz va hozirgi lahzamiz o‘rtasida hech qanday bog‘liqlik bo‘lmasdi. Xotira tadqiqotchisi Jamesning ta’kidlashicha: “Agar sen oldingi xotiralaringni eslash qobiliyatini yo‘qotsang sen uchun hayot tugaydi”.

### **Xotirani o‘rganish. Axborot ishlash modellari**

Psixologlar inson xotirasi tizimini qanday tasvirlashadi? Xotiraning ishlash modeli bizga xotirani qanday tuzish va avvalgi holatiga qaytarish haqida o‘ylashimizga yordam beradi. Odatda ko‘p

uchraydigan birinchi model: kompyuterda axborotni ishlash tizimi-ning ba'zi jihatlari inson xotirasiga o'xshashligidadir. Biz har qanday hodisani eslashda: miyamizga ma'lumotlarni olamiz (**kodlash**), ma'lumotlarni mustahkamlaymiz (**saqlash**), keyinchalik u ma'lumotlardan foydalanamiz (**qayta ishlash**). Kompyuterda ham xuddi shunday ma'lumotlarni kodlash, saqlash va qayta ishlash mavjud. Kompyuterda ham ma'lumotlar kodlarda saqlanadi. Kompyuterga ma'lumotlar klaviaturada kiritilsa, miya ma'lumotlarni hissiy kodlashtiradi. Kompyuterda ma'lumotlarni saqlashda chegaralar bor. Ammo, kompyuter xotirasi biznikiga nisbatan aniq va mustahkam. Bundan tashqari kompyuter xotirasida ma'lumotlar jarayoni tez, ammo, inson miyasida bu jarayon sekin va bir vaqtning o'zida ko'p vazifalarni bajarishi mumkin. Psixologlar bir necha axborotni qayta ishlash modellarini taklif qilishmoqda. Birinchi zamonaviy model **muvofiglik** – bir-biriga bog'liq xotiralarning nerv tarmoqlarida paydo bo'lishi. Muayyan xotiralar asosan shu operatorlar tarmog'ida faollashadi. Biroz eskiroq, ammo, oson bo'lgan ikkinchi modelda Richard Atkinson va Richard Shiffrin xotirani 3 bosqichda tashkil etishni taklif etdi:

1. **Vaqtinchalik hissiy xotira.**
2. **Qisqa muddatli xotira.**
3. **Uzoq muddatli xotira.**

Bu 3 bosqichli jarayon oddiy bo'lsada tarixiy ahamiyatga ega. Bu 3 bosqichli jarayon cheklangan va aniq. Bu yangilangan model 2 ta muhim yangi tushunchalarni keltiradi: birinchi ikki bosqichda ongli xabardorlik, **ishchi xotira** uzoq muddatli xotiraga to'g'ridan to'g'ri va avtomatik ravishda axborot faol qayta ishlanadi. Biz barcha axborotlarni shu zahoti sergaklikda o'ylay olmaymiz. Biz ko'pincha muayyan, yangi yoki muhim bo'lgan axborotlargagina e'tiborimizni qaratamiz. Masalan, biz xotiraning hajm quvvatini aniqlashimiz mumkin: tasavvur qiling, sizga alifbodagi biron harf ko'rsatildi, so'ngra oddiy bir savol so'raldi, keyin navbatdagi harf va keyin yana boshqa oson savol so'raldi. Yaxshi natijaga erishganlar savollarga qaraganda harflarni eslab qolishdi. Ular kundalik hayotida asosiy e'tiborlarini vazifalarga qaratishadi.

**Hissiy xotira** – xotira tizimida hissiy ma'lumotlarni zudlik bilan qisqa eslab qolish. Bir lahza yuzlaridagi ma'lumotlarni qayd etadi.

**Qisqa muddatli xotira** – faol xotirada bir necha belgilar aniq saqlanadi, masalan, 7 ta raqamgacha bo'lgan ma'lumotlarni eslab qolamiz. Aynan shu faoliyatdagi yoki ishlovchi xotira bo'lishi mumkin. Fikrlashimiz asosida ishlovchi, vazifalarni bajaruvchi ijro etuvchi xotiralar yotadi. Qisqa muddatli xotirani biz bo'laklarga bo'lib uzaytirishimiz mumkin.

**Uzoq muddatli xotira** – xotira tizimidagi doimiy va chegarasiz bog'liqlik. U nisbatan samarali va mustahkam bilim, ko'nikma va tajribalarni o'z ichiga oladi. Unutilgan ma'lumotlarni gipnoz yoki elektrlash orqali qayta eslash va uzoq muddatli xotiraga o'tishini tezlashtirishi mumkin. Uzoq muddatli xotira o'ziga xos tarzda ishlatilmagan xotiralarni bir chekkada saqlab qo'yadi. U cheksiz va tashqi ta'sirga moyil emas. Qisqa muddatli va uzoq muddatli xotira vaqti bo'yicha ham, ma'lumotlarni saqlab qo'yish bo'yicha ham farq qiladi.

Atkinson va Shifrinning klassik 3 bosqichli modeli xotira jarayonini tushunishda yordam beradi, ammo bugungi tadqiqotchilar uzoq muddatli xotiraning boshqa yo'llarini ham topishdi. Masalan ayrim axborotlar xotiraning ongli ishtiroki orqali "orqa eshik"dan uzoq muddatli xotiraga o'tadi. Ishchi xotirasida ko'p va faol ishlash qisqa muddatli xotira bosqichida uchraydi. Doktor Penfild faoliyati davomida epilepsiya kasaliga chalingan bemor miyasining qaysi qismi jarohatlanganini bilish uchun bemor miyasining qismlariga kichik elektr toklar jo'natadi. Bemor og'riq sezmaydi, chunki miyada og'riq sezuvchi nervlar yo'q. Shunda bemor yoshligidagi voqealarni eslayotganini aytadi. Bu doktorning hujayralarga birma-bir tegib chiqayotgani natijasi edi. Shundan keyin Penfild o'z taklifini bildirdi, biz deyarli barcha ma'lumotlarni xotiramizda saqlab qolamiz, gap ularni qayta eslash uchun turtki berishda.

### **Biz qanday qilib ma'lumotlarni kodlaymiz?**

Ba'zi axborotlar masalan: yurish yo'nalishingiz, tanish voqealar xotira tizimida tanish bo'ladi. Ba'zida siz telefon raqamlarini yodlash uchun unga diqqatingizni jamlaysiz. Bir vaqtning o'zida shu faoliyat



uchun miya salohiyatiga avtomatik ishlov berish tufayli vazifalarining katta miqdori sizning ongingizda davom etadi. Masalan, kosmos haqidagi ma'lumotlarni qayta ishlashda ongli harakat yuzaga keladi. O'rganishda esa sahifadagi ma'lumot materialida kodlar joylashadi. Keyinchalik bu ma'lumotni eslash uchun u joylashgan joy va vaqtni tasavvur qilishingiz mumkin.

**Makon:** O'rganayotganda sahifa joylashgan hudud, ma'lumotni olgan sahifangiz orqali eslab qolish mumkin. Hamda o'rganayotgan xona orqali eslash imkoniyati ham mavjud.

**Vaqt:** Siz o'rganayotganda kunlik voqealarning ketma-ketligini eslashingiz mumkin. Keyinchalik bu ketma-ketlikni qayta tiklashingiz mumkin.

**Takrorlanish:** Biror voqeaning necha marta sodir bo'lganini eslashingiz, keyinchalik tasavvur qilishingiz mumkin. Masalan "men uning uyiga 3-marta borgandim" kabi.

**Yaxshi o'zlashtirilgan ma'lumotlar:** Masalan, siz ona tilingizdagi biror so'zni uchratdingiz, uni yoza olmasligingiz mumkin, lekin siz uning ma'nosini aniq tasavvur qilasiz, chunki bu necha yillardan buyon foydalanadigan axborotingiz.

So'zni ma'nosini tushunish va uni kodlash har doim ham oson emas. Siz uni birinchi marta o'rganganingizda mayda qismlarga ajratib olasiz. Har bir sahifani asta-sekin kodlashingiz mumkin. Bu albatta dastlab o'qish, tajriba va harakat talab qiladi.

**Avtomatik qayta ishlash** – ma'lumotlarni makon, vaqt, chastota va yaxshi o'zlashtirishlar asosida kodlash.

Samarali ishlash jarayonida avtomatik ravishda katta miqdorda ma'lumotlarni saqlaymiz va kodlaymiz. Samarali ishlashda ko'pincha mustahkam va qulay xotiralar ishlab chiqiladi. Biz yangi ma'lumot o'rganayotganimizda, masalan ismlarni biz ongli takrorlaymiz. Og'zaki xotiraning ilk tadqiqotchisi, nemis filosofi German Ebbingauz xotira haqida yangi falsafiy qarashlarni kiritdi. Og'zaki materiallar orqali o'z o'rganish usulini yaratdi. U avval ma'nosiz ikki undosh va bir unidan tashkil topgan bo'g'inlar ro'yxatini tuzdi. Bo'g'inlarning bir namunasini tanlab ularni ovoz chiqarib sakkiz martadan ortiq tez o'qidi. Ularni bir necha kun

yodladi: JIH, BAZ, FUB, YOX,SUJ, XIR, DAX, LEQ, VUM, PID, KEL, WAV, TUV, ZOF, GEK, HIW.

So'ngra ma'lumotlarni eslashga harakat qildi. Lekin ular butunlay unutilgan edi.

**Avtomatik samarali qayta ishlash** shunday ma'lumotlarki, masalan kecha kechki ovqatni qayerda yeganingiz kabi sizda avtomatik tarzda qayta ishlanadi. Unda boshqa ma'lumotlar kabi kodlash va eslashga harakat qilishga hojat yo'q. Keyingi tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, tez o'rganangan ma'lumotlar tezda esdan chiqadi. O'tgan asrda o'rganishda masofaning ta'siri bo'yicha 300 dan ortiq izlanishlar olib borildi. Ko'proq amaliyotda qo'llash qisqa vaqtda o'rganish hamda ishonch tuyg'ularini olib kelishi mumkin. Po'laklarga ajratib o'rganish natijasi ko'proq samarali va uzoq muddatlidir. Yetarli darajada o'rgangach, yana uni qo'shimcha o'rganish samarasiz deydi Doug Roxrer. Eng yaxshisi qo'shimcha takrorlash, ya'ni vaqt oralig'ida takrorlashdir. Miyamizda ko'p o'rtacha miqdorda 100 mlrd dona neyronlar joylashgan. Har bir neyron miyaning eng kichik qismi hisoblanib, aynan ular orqali fikrlar yuzaga keldi. Miyadagi nervlar bir-biri bilan sinapslar orqali elektr toki yordamida suhbatlashib ma'lumotlarni saqlab qoladi.

Xotiraning individual farqlari kishi faoliyatining xususiyatiga bog'liqdir. Esda olib qolish va unutish tezligiga ko'ra xotiraning quyidagi tiplari mavjud:

- 1) tez esda qoldirib, sekin unutish;
- 2) tez esda qoldirib, tez unutish;
- 3) sekin esda qoldirib, sekin unutish;
- 4) sekin esda qoldirib, tez unutish.

### **Xotira tasavvurlarining paydo bo'lishida so'zning o'rni.**

Ilgari idrok qilingan narsa va hodisalar obrazlarining ongimizda qaytadan gavdalanishiga xotira tasavvurlari deyiladi.

Esda olib qolish va qayta esga tushirish tasavvur obrazlari orqali amalga oshiriladi. Xotira va xayol tasavvurlari bir-biridan farq qiladi. Xotira tasavvurlari ilgari idrok qilingan, ammo hozir ko'z o'ngimizda bo'lmagan narsalarning obrazlarini ongimizda gavdalanishidan iborat. **Masalan**, yoshlik vaqtimizdagi hodisalarni eslashimiz, ongimiz-

da qayta tiklashimiz xotira tasavvurlari bo‘ladi. Xayoliy tasavvur xotira tasavvuriga qaraganda murakkab bo‘lib, ongimizdagi bilimlar tajribalarimiz asosida ilgari idrok qilinmagan, shu paytgacha uchramagan narsalarning obrazlarini yaratishdan iboratdir. Xayoliy tasavvur ijod qilish bilan bog‘liq.

*Masalan:* ertaklar, romanlar, umuman biror asarni o‘qiyotganimizda undagi qahramonlarning ko‘z o‘ngimizda gavdalanishi xayoliy tasavvurdir.

## **XAYOLNING PSIXOLOGIK TALQINI, HOSIL BO‘LISH MEXANIZMLARI**

### **Xayolning asosiy turlari va ularga ta’rif**

Ixtiyoriy tasavvur inson uchun katta ahamiyatga ega. Tasavvurning bu turi, inson oldida birov tomondan keltirilgan yoki insonning o‘zi belgilagan aniq obraz yaratish vazifasi turganida paydo bo‘ladi. Bunday holatlarda, tasavvur jarayoni insonning o‘zi tomonidan nazorat qilinib yaratiladi. Ixtiyoriy tasavvurning turlari va formalari ichida yaratuvchi tasavvuri, ishlab chiqaruvchi (ijodiy) tasavvur va orzuni ajratish lozim. Yaratuvchi tasavvur, inson obyektini iloji boricha uning tasavvuriga mos qilib yaratishga harakat qilganday bo‘ladi. Bu tasavvur turiga inson, geografik joylar, tarixiy hodisalar va adabiy qahramonlar haqida o‘qiganda duch kelinadi. Shuni aytib o‘tish lozimki, yaratuvchi tasavvur nafaqat ko‘rish tasavvurini shakllantiradi, balki sezish va eshitish hamda boshqa tasavvurlarini ham oshiradi. A.S.Pushkinning “Poltava jangi”ni o‘qiganimizda urush qurollarining otilishi, askarlarning qichqirishi, miltiq o‘qining hidi, barabanlar jarangini aniq tasavvur qila olamiz. Ko‘p holatlarda yaratuvchi tasavvurini so‘zlar orqali tasvirlaganda, tasavvurni yaratish uchun to‘qnash kelamiz. Biroq, shunday holatlar borki, inson, so‘zsiz biror predmetni tasavvurida yaratishining muvaffaqiyati, insonning fazoviy tasavvuri qobiliyatlarida aniqlanadi. Ya’ni, inson obrazning tasvirli hajmini joyda yarata oladi. Yaratuvchi tasavvurning jarayoni insonning fikrlashi va xotirasi bilan chambarchas bog‘liqdir.

Ixtiyoriy tasavvurning keyingi turi – ishlab chiqaruvchi ijodiy tasavvurdir. Uning ta’rifi shundaki, inson tasavvurini o‘zgartiradi va

yangisini paydo qiladi. Berilgan namuna bo'yicha emas, balki mustaqil ravishda, yaratilayotgan obrazning chizmalarini hamda kerakli materiallarni tanlagan holatda paydo qiladi. Ishlab chiqaruvchi tasavvur yaratuvchi tasavvur kabi xotira bilan chambarchas bog'liq, chunki uni paydo qilishda inson o'zining tajribasini ishlatadi. Tasavvurni bu ikki turlari o'rtasida aniq chegaralar yo'q. Yaratiluvchi tasavvurda, tomoshabin, kitobxon yoki eshituvchi o'zining ijodiy tasavvurini ishlatgan holda obrazini to'ldirishga harakat qiladi.

Lekin orzu ijodiy tasavvurdan bir necha farqlar bilan ajratiladi. Birinchidan, orzuda odam doimo o'zi istagan qiyofani yarata oladi, ijodda esa ilg'or g'oyalarni gavdalantirib ko'rsatish doimo yaratuvchining xohishiga bo'ysunmaydi. Orzuda odam o'zining xohishini va intilayotgan narsalarini joylashtirishga ega bo'ladi. Ikkinchidan, orzu ijodiy faoliyatni o'z ichiga olmagan jarayon bo'ladi, ya'ni darrov va bevosita obyektiv mahsulotning ijodiy asaridir.

Orzuning asosiy fazilati shuki, u faqat kelajakka yo'nalgan bo'ladi, ya'ni orzu – bu, kelajakda istagan narsamizga yo'naltirilgan tasavvurdir. Buning bir necha turlarini farqlash lozim. Ko'plab insonlar o'z rejalarini kelajakka munosabati va orzularini ruyobga chiqarish yo'llari orqali aniqlaydi. Bu holatda orzu faol, ixtiyoriy va ongli jarayon deb ataladi.

**Lekin orzu harakatning o'rnini bosishni boshlasa, bu psixologik buzilish hisoblanadi.** Odamning psixologik jarayonida orzuning ustunligi uning haqiqatan uzoqlashishiga olib keladi va o'zi o'ylab chiqqan dunyoga olib ketadi, bu holatlar esa odamning psixologik va ijtimoiy jihatdan rivojlanishlariga to'siq bo'ladi.

### **Tasavvurni qayta ishlab chiqish mexanizmlari**

Tasavvur jarayonida paydo bo'layotgan obrazlar, yo'q joydan paydo bo'la olmaydi. Ular orttirilgan tajribadan, narsa va obyektiv hayot haqidagi tasavvurlar asosida shakllanadi. Inson tomonidan paydo qilinadigan, taassurotlar va haqiqiy hayot haqidagi tasavvurlar har xil shaklda bo'lishi mumkin. Obraz paydo qiluvchi tasavvur ikki xil darajada o'tadi, birinchi bosqichda taassurotlar va tasavvurni asosiy qismlarga bo'lish kiradi. Boshqa so'zlar bilan aytganda birinchi bos-

qichda inson xayolan olgan taassurotlarini shakllantirib tahlil qiladi. Bu tahlil davomida obyektни abstraktlash, ya'ni u boshqa obyektlardan uzoqlashib va uning qismlari ham abstraktlashadi. Bu obrazlar bilan keyinchalik boshqa ikkita tur paydo qilinadi. Birinchidan, bu obrazlar o'rtasida yangi aloqa va birlashuvlar o'rnatiladi. Ikkinchidan, bu obrazlarga yangi ma'no berilishi mumkin. Har qanday holatda ham abstraktlangan obyektlar ustida operatsiya o'tkaziladi, ularga "sintez" deb ta'rif beriladi. Bu operatsiyalar obrazni shakllantiruvchi daraja bo'lib tasavvur faoliyatini sintezlovchi ma'noni tashkil qiladi. Shuningdek, tasavvur faoliyatini sintezlash juda ko'p qirralidir. Abstrakt tasavvur jarayonidagi sintezlashning eng oddiy shakli bu agglutsinatsiya, ya'ni bir obyektдан ikkinchi obyektga uning xususiyatlari va qismlarini tasavvur orqali qo'shib yangi obraz paydo qilishdir. Agglutsinatsiyaning misollariga shularni qo'shishimiz mumkin: kentavrlar, Shimoliy Amerika hindularining chizmalaridagi qanotli odamlar. Qadimgi Yegipet xudolarining obrazi (Dumli odam hayvonlar va h.k.) agglutsinatsiya asosida yotgan turli xil jarayonlardir. Odatda, ularni ikkita asosiy guruhga bo'lish mumkin: qabul qilayotganda tanqid va tahlilning yetishmasligi va ixtiyoriy jarayon, ya'ni ong tomonidan nazorat qilinadigan fikrlashning umumlashuvi bilan bog'liqdir. Kentavr obrazi, chavandoz otini katta tezlikda choptirib ketayotgan vaqtida ko'zga ushbu shaklning aniq ravishda ko'rinmaganligi sababli, noaniq mavjudot ko'rinishida qabul qilinadi deb taxmin qilinsa, qanotli odam obrazini yasashga inson aqlining idrokan tushunib, uni havoda oson va tez harakatlanishiga ahamiyat bergan va tasavvur qilgan.

Obrazni qayta tashkil qilishning keng tarqalgan uslubi, bu obyektни va uning qismlarini kattalashtirish yoki kichraytirish hisoblanadi. Ushbu yo'l bilan turli ertak qahramonlari yaratiladi.

Tasavvurni qayta ishlab obraz yaratish va ularning jiddiy alomatlarini umumlashtirish bu sxematizatsiyadir.

Sxematizatsiya turli sharoitda joy egallashi mumkin. Bu holatda, tasavvur tasodifan sxematizatsiyalanishi mumkin va unda ikkinchi darajali qismlar ajratiladi, ular tasodifan predmetni qabul qilayotganda paydo bo'ladi. Natijada qabul qilishda xatolik ro'y beradi, bu

xatolik real xayoldagi obrazni ongdaa noto'g'ri aks ettiradi. Bunday hodisalar ko'p holatlarda bolalarda uchraydi.

Ikkinchidan, obyektни yetarli to'liq qabul qilish vaqtida ro'y beradigan sxematizatsiyaga, uning ikkinchi darajali bo'lak va qismlarini yoddan chiqarish sabab bo'ladi. Bunday vaqtlarda, tasavvur uchun asosiy bo'lak va qismlar birinchi o'ringa o'tadi. Shu sababli tasavvur o'ziga xosligini yo'qotib, umumlashib boradi.

Va, nihoyat, uchinchidan, sxematizatsiyaning sababi, obyektning ikkinchi darajali qism va bo'laklardan idrokan alahsib ketishi bo'ladi. Inson bila turib o'z e'tiborini uning fikri bo'yicha obyektning asosiy hisoblovchi qismlariga qaratadi va natijada tasavvurni aniq bir sxemaga olib keladi.

Urg'u berish, obyektни kerakli, asosiy va aniq ishoralarini ko'rsatib o'tishni o'zidan tashkil etadi. Ko'p holatlarda bu usul badiiy obrazlarni yaratishda qo'llaniladi. Ushbu qabul qilish obrazini tasavvur obraziga qayta ishlashning asosiy xususiyati undagi real hayotni aks ettirib, uni tiplarga bo'lib, keng umumlashtirib beradi va ushbu umumlashuv doim aniq bir obrazda aks etadi. Shu bilan bir qatorda tasavvurlarni qayta tahlil qilish, tipik obrazni yaratishda mexanik yo'nalish yoki hisob-kitobi bilan barpo qilinmaydi. Ushbu obrazni yaratish jarayonida o'zidan murakkab ijodiy jarayonni yuzaga keltiradi va insonning o'ziga xos obraz yaratuvchi aniq fazilatlarini aks etadi.

### **Tasavvurning individual xususiyatlari va uning rivojlanishi.**

**Tushlar** – passiv tasavvur, ularning roli (ahamiyati) hali belgilanmagan, biroq, biror sabablarga ko'ra real hayotda amalga oshmagan hayotiy ehtiyojlar tushda o'z ifodasini topadi va qondiriladi.

**Xayol surish** – bu oddiy ruhiy holat, fantastik shaklda bo'lib, ko'pincha ideal kelajak bilan bog'liq bo'ladi.

**Orzu** – hammasidan ham realistik va voqelik bilan bog'liq bo'ladi (asosan amalga oshadi)

***Tasavvurning voqelikligi shaxsning umumiy yo'nalishi bilan bog'liq bo'ladi.***

**Aktiv tasavvur** – bundan foydalanib inson o'z irodasini yanada mustahkamlaydi va o'z istagi bilan xohishidagi obrazlarni chaqira oladi.

**Passiv tasavvur** – obrazlar o‘z-o‘zidan paydo bo‘ladi, insonning xohishi bilan bog‘liq bo‘lmaydi.

**Produktiv (unumdor) tasavvur** – voqelik mexanik nusxalashtirilmaydi, balki voqelik inson ongi bilan ko‘riladi.

**Reproduktiv tasavvur** – real holatni yuzaga keltirish masalasi qo‘yiladi. Bu tasavvurda fantastik elementlar bo‘lgani bilan, bu holat ko‘proq idrok va xotiraga tegishli.



#### **Tasavvur funksiyalari:**

- voqelikni ijodiy tasavvur qilish;
- hissiy holatlarni tartibga solish;
- bilim jarayonlarini tartibga solish;
- ichki harakatlar rejasini shakllantirish.

#### **Tasavvur obrazini yaratish yo‘llari**

• Agglutsinatsiya – obrazlarning qismlari, sifatlari va xususiyatlarini birlashtirish.

• *Urg‘u berish* – biror butunlik qismlariga alohida urg‘u berish.

• *Tiplash* – bu murakkablashgan uslubdir. Rassom aniq epizodni yaratadi, shu bilan birga uni o‘ziga singdiradi va uning voqeligiga aylanadi. Adabiy obraz ham shunday yaraladi, u obrazlarda har xil epoxalarning turli tabaqalari va ularning tabiatlariga ahamiyat beriladi. Eng chambarchas bog‘liqlik tasavvur va fikrlash orasida bo‘ladi:

- To‘xtovsiz qabul qilish chegaralaridan ortiqcha fikrlarni ajratadi;
- Kelajak haqida hayratlanishni uyg‘otadi;
- Avval bo‘lib o‘tgan narsalarni jonlantiradi.
- So‘z idrokning vaqtinchalik, yangi aloqalarida asosiy joy egallaydi. Tasavvur sezilarlicha tushunish jarayonini chuqurlashtiradi va kengaytiradi. U dunyoni yaxshilashda katta ahamiyat egallaydi.

#### **Tasavvur bu ijodiy jarayonning asosiy qismi hisoblanadi.**

Ko‘p odamlar tasavvur yorqinligi darajasi bilan farq qiladilar. Agar biz bunga tegishli shkala bor deb faraz qilsak, bir qutbda tasavvur yorqinligi juda yuqori bo‘lgan odamlar va boshqa qutbda – tasavvur yorqinligi juda xira odamlar bo‘ladi. Odatda, tasavvur rivojlanishining

yuqori darajasi ijodiy mehnat qiladigan odamlarda kuzatiladi – yozuvchilar, rassomlar, musiqachilar va olimlar.

Eslatib o'tish joizki, inson rivojlangan tasavvur bilan tug'ilmaydi. Tasavvur kishining har tomonlama rivojlanishi bilan zich bog'liq bo'lib, u o'quv va tarbiya jarayonida, tasavvur, xotira, iroda va hissiyot bilan rivojlanadi.

Tasavvur rivojlanish dinamikasini ifodalovchi, aniq bir yosh chegarasini aniqlash juda qiyin. Tasavvurning erta rivojlanishiga misollar mavjud. Masalan, Motsart musiqa to'qishni to'rt yoshida boshlagan. Repin va Serov olti yoshidanoq yaxshi chizar edilar. Shu bilan birga kech tasavvur rivojlanishi, kelajakdagi rivojlanishning past darajada bo'lishiga ta'sir etmaydi. Tarixga nazar soladigan bo'lsak, buyuk insonlar, masalan Enshteyn, tasavvur rivojlanishi bilan ajralmagan va, aksincha, ularni geniy deb ataganlar.

Inson tasavvurning rivojlanish etapini aniqlash juda qiyin bo'lsa ham, uning shakllanishining muayyan qonuniyatlari mavjud. Shunday qilib, tasavvurning birinchi belgilari idrok jarayoniga bog'liqdir. Misol uchun, bir yarim yoshda bolalar eng oddiy hikoya yoki ertakni ham eshita olishmaydi, ular boshqa biror narsaga chalg'ishadi yoki uxlab qolishadi, biroq o'z boshidan kechirgan hikoyalarni rohat bilan tinglashadi. Bu hodisa aniq tasavvur va idrok bir-biri bilan bog'liq ekanligini ko'rsatadi.

Bola o'z boshidan kechirgan voqealar haqida diqqat bilan eshitadi, chunki uning tushunchasida bu voqealar mavjud. Idrok va tasavvur o'rtasidagi bog'liqlik keyingi qadamda ham saqlanib qoladi. Bola o'ynayotgan vaqtda avval olingan taassurotlarni boshqatdan ishlab chiqaradi, ko'rinishini o'zgartiradi. Oddiy stul samolyot bortiga aylanadi, korobka – avtomashinaga. Aytib o'tish kerakki, bolaning tasavvuri ilk obrazlari uning xatti-harakatiga bog'liq bo'ladi. Bola orzu qilmaydi, o'sha faoliyat o'yinligiga qaramay u obrazni boshqatdan ishlab chiqadi va o'z faoliyatida o'sha obrazni mujassam etadi.

Bola tasavvuri rivojlanishining asosiy bosqichi bolaning nutqi rivojlanish davri bilan bog'liq. Nutq bolaga nafaqat muayyan obrazlar balki, yanada xayoliy narsalarni va tushunchalarni tasavvur qilish



imkoniyatini beradi. Bundan tashqari, nutq bolaga oddiy tasavvuriy faoliyatdan nutqiy faoliyatga o'tish imkonini beradi.

O'z navbatida nutqning rivojlanishi bilan bir qatorda bolaning amaliy tajribasi va e'tibori o'sib boradi. Buning natijasida bola endilikda predmet qismlarini alohida predmet sifatida qabul qiladi va eslab qoladi. Biroq, sintez real hayotdagi noaniqliklar bilan sodir bo'ladi. Yetarlicha hayotiy tajribaga va tanqidiy qarashga ega emasligi natijasida, bola obrazlarni real hayotdagiday tasavvur qila olmaydi. Bu bosqichning e'tiborga moyillik jihati shundaki, bu paytda bolaning tasavvurida o'zi bilmagan holda hayoliy obrazlar paydo bo'ladi. Ko'p hollarda bu obrazlar vaziyatga bog'liq ravishda yaraladi.

Tasavvurning keyingi rivojlanish bosqichi uning aktiv ko'rinishlari bilan bog'liq. Bu bosqichda tasavvur jarayoni ixtiyoriy ravishda amalga oshiriladi. Tasavvurning aktiv ko'rinishlari paydo bo'lishi katta yoshlilarning tashabbusi bilan yuzaga keladi. Masalan, katta odam boladan biror ish qilishni so'raganda (daraxt chizishni, kubikchalardan uycha yasashni va h.k.), u tasavvur jarayonini aktivlashtiradi. Katta odamning iltimosini bajarish uchun bola avval tasavvurida ma'lum bir obraz yaratishi kerak bo'ladi. Bunda tasavvur jarayoni ixtiyoriy hisoblanadi chunki, bola bu jarayonni boshqarishga urinadi.

Keyinchalik bola ixtiyoriy tasavvurni kattalarning ishtirokisiz amalga oshira boshlaydi. Tasavvurning rivojlanishi bolaning o'yinlarida aks eta boshlaydi. Ular ma'lum bir maqsad va ma'noga ega bo'ladi. Endilikda atrofda predmetlar nafaqat shunchaki predmet balki bolaning tasavvurlarini amalga oshirish uchun obyektga aylanadi. Bola 4–5 yoshdan boshlab o'z fikriga ko'ra chizish, qurish va narsalar joyini o'zgartirish amallarini bajaradi.

Tasavvurning rivojidadagi boshqa bir muhim bosqich maktab yoshida sodir bo'ladi. Maktab darsliklarini o'rganishga bo'lgan ehtiyoj bolaning tasavvur jarayonini aktivlashtirishini shart qilib qo'yadi. Maktabdagi bilimlarni o'zlashtirish uchun bola o'zining tasavvurini maksimal darajada ishga soladi bu esa unda tasavvuriy obrazlarni qayta ishlash jarayonining o'sishiga olib keladi.

Maktab yillaridagi tasavvurlarni tezlik bilan rivojlanishining yana boshqa bir sababi, o'qish davomida bola jadallik bilan yangi, turli xil

obyektlar haqida va haqiqiy olamdagi hodisalar haqida tushunchalar hosil qila boshlaydi. Bu tushunchalar tasavvur uchun zarur bo‘lib maktab o‘quvchisini ijodiy g‘ayrat bilan rag‘batlantirib turadi.

#### **Mustaqil ishlash uchun tavsiya etilayotgan mavzular**

1. Psixologiyada bilish jarayonining o‘rganilishi.
2. Xotira, xotiraning nerv-fiziologik asoslari.
3. Tasavvur va uning talabalar faoliyatidagi roli.
4. Diqqatning rivojlanishi va diqqat faoliyatining zaruriy sharti.
5. Idrokning ta‘rifi va uning xususiyatlari.
6. Idrok tabiati, tasnifi va turlari.
7. Sezgi psixik jarayon sifatida.

#### **Mavzu yuzasidan savol va topshiriqlar**

1. Eksteroretseptor, proprio-retseptor va interoretseptor sezgilarni misollar bilan tushuntiring.
2. Sezgi va idrokning muhim xususiyatlarini tushuntirib bering.
3. Diqqat to‘g‘risida umumiy tushuncha bering.
4. Diqqatning fiziologik asoslarini gapirib bering.
5. Xayolning inson hayotidagi o‘rmini ochib bering.

#### **Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati**

1. Shamshetova A., Melibayeva R. va boshqalar. Umumiy psixologiya fanidan UMK. 2016.
2. G‘oziyev. E.G‘. Umumiy psixologiya. – T., ToshDPU, 2010.
3. David G. Mayers. Psychology. – USA, 2010.
4. James W. Kalat. Psychology. – USA, 2013.
5. Рогов Э.И. Общая психология. Курс лекций. Учебник для ВУЗ. – М.: 2002.

#### **Internet saytlari**

1. [www.expert.psychology.ru](http://www.expert.psychology.ru)
2. [www.psycho.all.ru](http://www.psycho.all.ru)
3. [www.psychology.net.ru](http://www.psychology.net.ru)
4. [www.koob.ru](http://www.koob.ru)

## **Mavzu yuzasidan seminar mashg'uloti.**

### **Bilish jarayonlari**

1. Sezgi psixik jarayon sifatida.
2. Idrokning psixologik xususiyatlari.
3. Diqqatning funksiyalari va turlari.
4. Xotiraning psixik jarayon sifatida o'rganilishi.
5. Xayolning psixologik talqini, hosil bo'lish mexanizmlari.

Ushbu mavzudagi seminar darsi "Loyiha" texnologiyasi asosida tashkil etiladi. Torshiriqlar 4–6 kishidan iborat guruhlariga "Loyiha" texnologiyasi bo'yicha taqsimlanadi. Mavzuning 4 soat ekanligi hisobga olinadi.

Talabalar uchun topshiriqlar quyidagicha:

### **1-kichik guruh topshiriqlari.**

#### **Sezgi va idrokning psixologik mohiyati**

*Berilgan nuqtalar o'rnini to'g'ri to'ldiring:*

1. .... sezgi deb ataladi.
2. .... qo'zg'ovchi deb ataladi, uning ta'siri esa qo'zg'alish deb yuritiladi.
3. .... tayoqchalar va kolbachalar deb ataladigan hujayralar bo'ladi. Odam ko'zining to'r pardasida ... millionga yaqin tayoqcha va ... millionga yaqin kolbacha bor.
4. Xromatik ranglar ..... yordami bilan ko'riladi. Tayoqchalar yordami bilan faqat .... ranglar ko'riladi.
5. .... (periferi) uchlarini qo'zg'aydi.
6. .... bosh miya po'stining tegishli markaziy hujayralar sistemasiga o'tadi; Bu yerda nerv qo'zg'alishi ..... aylanadi.

*Quyidagi savollarga javob bering. Taqdimot orqali bayon eting:*

1. Analizator nima?
2. Sezgi turlari ayting?
3. Eksteroretseptor, proprioretseptor va interoretseptor sezgilarni misollar bilan tushuntiring?
4. Qanday ranglar xromatik ranglar va axromatik ranglar deb ataladi. Misollar keltiring.

5. Sezgida adaptatsiya deb nimaga aytiladi?
6. Sezgilarning o‘shishi deganda nimani tushunasiz?

## **2-kichik guruh topshiriqlari**

“Idrok” mavzusini yoritib bering. Kichik guruhda talabalarning hammasi quyidagi savollarga javob berishlari kerak. Savollarga talabalar hammasi birgalikda tayyorgarlik ko‘rishi lozim. Talabalar doskada prezentatsiyalar qiladi, hammasi birgalikda doskaga chiqadi va mavzu qay darajada yoritib berilishiga ham ball oladi (*tayyorgarlik uchun 15 daqiqa*).

1. Idrokning muhim xususiyatlarini tushuntirib bering.
2. Idrokning predmetlilik ....
3. Idrokning yaxlitlilik.....
4. Idrokning strukturaliligi ....
5. Idrokning konstantligi ...
6. Idrokning anglashilganligi nima?
7. Fazoni idrok qilinishini tushuntirib bering.
8. Vaqtni idrok qilinishni tushuntirib bering.
9. Gallyutsinatsiyaga ta’rif bering. Rolli ijro orqali tushuntiring.
10. Idrokning muhim xususiyatlarini klaster bo‘yicha tushuntiring.
11. Illuziyani “Keys-stadi” usulida tushuntiring.

## **1-kichik guruh topshiriqlari**

“Diqqat” mavzusini yoritib bering. Kichik guruhda talabalar hammasi quyidagi savollarga javob berishlari kerak. Savollarga talabalar hammasi birgalikda tayyorgarlik ko‘rishi lozim. Talabalar doskada prezentatsiyalar qiladi, hammasi birgalikda doskaga chiqadi va mavzu qay darajada yoritib berilishiga ham ball oladi (*tayyorgarlik uchun 15 daqiqa*).

1. Diqqat to‘g‘risida umumiy tushuncha bering?
2. Diqqatning fiziologik asoslarini gapirib bering.
3. I.P.Pavlov va akademik A.A.Uxtomskiyning olib borgan tekshirishlari haqida gapirib bering?
4. “Dominanta” nima? Diqqat dominantasi haqida gapirib bering?
5. Diqqatning turlarini tushuntirib bering?

6. Diqqatning xususiyatlari haqida ayting?
7. Taxistoskop misolida diqqatni tekshirib bering?
8. Parishonlik – bu ....
9. Diqqatning kuchi va barqarorligini ta'min etadigan shart-sharoitlarni tushuntirib bering? Ixtiyorsiz diqqatni, ixtiyoriy irodaviy diqqatning kuchini, diqqatning barqarorligi va parishonlikni rollar bilan tushuntiring. (*Talabalar topshiriqni rolli ijro etib berishi kerak.*)

#### **4-kichik guruh topshiriqlari**

- 1-topshiriq. Xotira bo'yicha psixolog olimlarning ta'rifini bering.
- 2-topshiriq. Xotiraning nerv-fiziologik asoslarini tushuntiring.
- 3-topshiriq. Assotsiatsiyalar haqida tushunchalar.
- 4-topshiriq. Xotira turlari bo'yicha ma'lumotlarni taqdimot qiling.

#### **5-kichik guruh topshiriqlari**

##### **Xayol va tasavvur haqida tushuncha**

1-*bosqich*: Umumiy psixologiyada xayol va tasavvur haqida umumiy tushunchalar (*matn ilova qilinadi*).

2-*bosqich*: Xayol va tasavvurning turlarini ko'rsating (*matn ilova qilinadi*). Faol xayol turlariga misollar keltiring, vaziyatlarni rolli o'yin orqali ko'rsatib bering.

3-*bosqich*: Xayol jarayonlariga misollar keltiring va uni taqdimot qiling.

4-*bosqich*: Guruhlar ishining xulosalari (*10 daqiqa*).

### **Reja:**

1. *Tafakkurning bilish jarayoni sifatidagi mohiyati va nerv-fiziologik asosi.*
2. *Tafakkur operatsiyalari.*
3. *Tafakkurning mantiqiy shakllari.*
4. *Tafakkur turlari.*
5. *Tafakkur borasidagi psixologik nazariyalar talqini.*
6. *Nutqning rivojlanishi.*
7. *Nutq turlari.*
8. *Tushunish ijodiy tafakkur muammosi sifatida.*

**Tayanch tushunchalar:** *tafakkur, tafakkur operatsiyalari, analiz-sintez, taqqoslash, umumlashtirish, abstraksiya, konkretlashtirish, klassifikatsiyalashtirish, sistemalashtirish, tafakkurning mantiqiy shakllari, hukm, xulosa chiqarish, tushuncha, tafakkur turlari (ko'rgazmali-harakat, ko'rgazmali-obrazli, so'z-mantiq yoki verbal, amaliy, nazariy, ixtiyorsiz, ixtiyoriy, konkret, abstrakt, realistik, avtistik, intuitiv, diskursiv, avtoritar, reproduktiv, produktiv, vizual, fazoviy), tushunish, til, nutq, og'zaki nutq, yozma nutq, monologik nutq, dialogik nutq, polilogik nutq...*

### **Mavzuning qisqacha mazmuni**

Tafakkur haqida tushuncha, inson tafakkurining imkoniyatlari, tafakkur operatsiyalari, mantiqiy shakllari, turlari, sifatleri, tafakkur borasidagi psixologik nazariyalar, tafakkurning individual tafovutlari, tushunish masalasi, muammoli vaziyatlar va masala yechish jarayonida tafakkurning ishtiroki, tafakkur jarayonida ko'chish holatining fikr yuritish samaradorligi va tezligiga ta'siri masalalariga ushbu mavzu bayonida alohida e'tibor qaratilgan.

Bundan tashqari til va tafakkur o'rtasidagi bog'liqlik, tilning fikr yuritish jarayonidagi ahamiyati, nutq va uning turlari, turli nutqiy ta'sirlarni fikr bayonida, ma'lumotlar almashish jarayonida, o'zaro tushunish hamda o'zaro ta'sir jarayonidagi roli atroflicha yoritib berilgan.

## TAFAKKURNING BILISH JARAYONI SIFATIDAGI MOHIYATI VA NERV-FIZIOLOGIK ASOSI

Inson o‘z tafakkuri, ongi bilan hayvonot olamidani ajralib chiqqan hamda jahonning hukumdoriga aylangan. Tafakkur inson bilish faoliyatining yuksak bosqichi hisoblanib, uning yordami bilan atrof-muhitga aloqador qonuniyatlar ochiladi, bunyodkorlik ishlari ro‘yobga chiqariladi, jamiyatning istiqbol rejalari yaratiladi, tabiatga nisbatan munosabat o‘rnatiladi. Ma‘lumki, olamdagi barcha narsalarning yaratilishi, loyihasi, tuzilishi, yaqqol ijrosi, g‘oyalar ishlab chiqilishining barchasi tafakkur mahsuli bo‘lib hisoblanadi. Taraqqiyot (progress), madaniyat, jamiyat, shaxs kamoloti negizida salohiyat majmuasi tarzida yuzaga keluvchi, rivojlanishning harakatlantiruvchisi – tafakkur yotadi. Inson o‘z tafakkuri, nutqi, ongi mavjudligi tufayli dunyodagi, borliqdagi mavjudotlardan ham mazmun, ham miqdor jihatidan yuksak kamolot darajasiga ko‘tarilgan. Xuddi shu bois inson tafakkurini rivojlantirish, takomillashtirish, ichki imkoniyatlari, mexanizmlarini ro‘yobga chiqarish taraqqiyotni belgilovchi omil sifatida gavdalanadi.

**B**ugungi kunda biz insonlar butun yer yuzidagi o‘ta murakkab telefon tarmoqlariga qaraganda ancha murakkab tuzilishdan



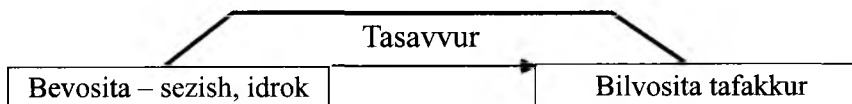
iborat bo‘lgan atigi uch funtli inson miyasini tadqiq eta oldik: yangi tug‘ilgan chaqaloqlarning qobiliyatlaridan taajjubga tushdik; inson ongining vizual obrazlarini bir vaqtning o‘zida, parallel ishlov berish uchun guruhlab, keyin esa ulardan qayta yorqin rangli obrazlarni yaratuvchi millionlab nerv impulslariga taqsimlovchi sensor tizimini munosib baholay oldik; inson xotirasining umumiy ko‘rinishi bilan hajmining cheksizligini va biz tevarak-atrofdan olayotgan axborotlarga ongli hamda anglamagan holda osonlik va zudlik bilan ishlov berishimizga ishonch hosil qildik. Shuning uchun insoniyat vakillari orasida fotoapparat, avtomobil va kompyuterni ixtiro qilgan, atomni parchalagan va genetik kodni kashf etgan, kosmik fazoni zabt etgan va okean tubiga sho‘ng‘iy olgan daholarning mavjudligi ajablanarli hol emas<sup>34</sup>.

<sup>34</sup> Devid G. Mayers. "Psixologiya". Minsk, 2008, str. 413.

Psixologiya fani paydo bo'lgandan buyon soha doirasida ko'plab tadqiqotlar o'tkazilgan bo'lsa-da tafakkur muammosi eng kam o'rganilgan kategoriya sanaladi. Mavzuni o'qib-o'zlashtirish jarayonida bu muammoning mohiyatini o'zlashtirish juda ham murakkabligini tushunasiz. Biz tafakkurning ba'zi aspektlarini va qismlarini tadqiq qila olamiz va hamma savollarga javob bera olmasak ham ularni aniqlashtirishga harakat qilamiz.

Tafakkur inson aqliy faoliyatining yuksak shaklidir. Tafakkur orqali biz sezgi a'zolarimiz bilan bevosita aks ettirib bo'lmaydigan narsa va hodisalarni ongimizda aks ettiramiz. Umuman olganda tashqi muhitdagi narsa va hodisalar o'rtasida ko'z bilan ko'rib, quloq bilan eshitib bo'lmaydigan ichki munosabatlar hamda qonuniyatlar mavjud. Ana shu ichki bog'lanish hamda qonuniyatlarni biz tafakkur orqali bilib olamiz. Demak, **tafakkur** deb, narsa va hodisalar o'rtasidagi eng muhim bog'lanishlar va munosabatlarning ongimizda aks ettirilishiga aytiladi<sup>35</sup>.

### DUNYONI BILISH



Aynan tafakkur orqali biz moddiy olamdagi narsa va hodisalarning mohiyatini bilish imkoniga ega bo'lamiz. Shu bois dunyoni bilishda bevosita sezish, idrok, tasavvur va bivosita tafakkur muhim rol o'ynaydi.

Psixologiya fani nimadan bahs etadi, degan an'anaviy savol mavjuddir, biroq hozirgi davrda tafakkur psixologiyasining predmeti nima degan savol tug'ilmoqda. Ma'lumki, psixologiya fani tafakkurni o'rganadigan yagona fan emas, chunki uning ayrim jihatlarini logika, filosofiya, hatto kibernetika tadqiq qilmoqda. Shuning uchun tafakkur psixologiyasi predmetini aniqlash juda muhim masalalardan biriga aylanib qolmoqda.

**Tafakkur** – bizning olamimizni tashkil etuvchi, ongimizni shakllantiruvchi va rivojlantiruvchi, muammolarni hal qilish va samarali yechim topishni ta'minlovchi deganidir. Biz muammoni yechish ja-

<sup>35</sup> David G. Meyers. *Psychology*. © 2010 by Worth Publishers, 425 p.



rayonida qanday tipik usul hamda strategiyadan foydalanamiz? Qanday noto'g'ri, yanglish tushunchalar bizning oldimizda xato qilish xavfi borligini keltirib chiqaradi? Muammolarni hal qilishda sun'iy aqldan insoniy aqlning afzalligi qanday? Shu kabi ko'plab savollarni yechishda inson tafakkuri ishga tushadi.

**Tafakkur yoki bilim** – bu ma'lumotlarga ishlov berish, qayta ishlash, ularni tushunish va uzatish bilan bog'liq aqliy faoliyatdir. Tafakkur psixologiyasi sohasini o'rganish bilan kognitiv psixologlar shug'ullanadilar, ular obrazlar yaratish, muammolarni hal qilish, qaror qabul qilish va mulohazalarni shakllantirishning mantiqiy, ba'zida esa nomantiqiy yo'llarini tadqiq etadilar<sup>36</sup>.

Inson idrok qilgan, xotirasida saqlab qolgan narsalarning barchasi uning uchun ma'lum ma'no va mohiyatga ega bo'ladi. Aks holda u eslab qolmaydi ham, keyingi safar analogik obyekt bilan to'qnash kelganda, unga diqqatini qaratmaydi ham, figura fonga aylanib qolaveradi. Ya'ni, biz ko'rgan, eshitgan, his qilgan narsalarimizning barchasi *ma'noli*, kerak bo'lsa, *ma'nili* bo'lishini xohlaymiz.

*Shunisi xarakterliki, ana shunday narsa va hodisalarga biz tomondan beriladigan ma'no har bir alohida shaxs tomonidan turlicha idrok qilinadi*<sup>37</sup>.

Masalan, olim uchun har qanday kitob – hayotining ma'nosi bo'lsa, dehqon uchun yer va undan olinadigan hosil – ahamiyatli hisoblanadi. Hattoki, bitta narsaning o'zi turli odamlar uchun turli xil ma'no va mazmun kasb etadi. O'sha kitob misolini oladigan bo'lsak, kitob industriyasi bilan shug'ullanuvchi muhandis uchun – ishlab chiqarish mahsuloti, kitob do'koni sotuvchisi uchun – tovar – mahsulot, o'quvchi uchun – ilm manbayi, muallif-olim uchun – ijodining mevasi, eng qimmatli narsadir.

Har bir alohida narsaga bo'lgan munosabatimiz uning biz uchun qadr-qimmatiga bevosita ta'sir etadi, u goh ijobiy, goh salbiy bo'lishi mumkin. Shu nuqtayi nazardan ham biz narsa va hodisalarga tanlab munosabatda bo'lamiz. Tilshunoslikni kasb etib tanlagan talaba uchun kibernetik modellashtirishga bag'ishlangan ma'ruza qanchalik

<sup>36</sup> Devid G. Mayers. "Psixologiya". Minsk, 2008, str. 414.

<sup>37</sup> David G. Mayers. *Psychology*. © 2010 by Worth Publishers, 425 p.

zerikarliday tuyulsa, iqtisodchilik kasbini egallamoqchi bo'lganlar uchun pul, foyda va daromad olish yo'llari haqidagi ma'lumotlar shunchalik ahamiyatli, oddiy so'zning morfologik tahlili – shunchalik befarqlik holatini keltirib chiqaradi. Demak, bizning dunyoni, uning sir-asrorlarini tushunishimizning zaminida narsa va hodisalarning biz uchun shaxsiy aloqasi, ahamiyatligi darajasi yotadi. Ana shunday dunyoni tushunishimiz, anglashimiz va unga ongli munosabatimizni bildirib, izhor qilishimizga aloqador bilish jarayoni psixologiyada **tafakkur, fikrlash** deb ataladi.

✦ *Tafakkur – atrof-muhitdagi voqelikni nutq yordami bilan ba-vosita, umumlashgan holda aks ettiruvchi psixik jarayon, ijtimoiy sababiy bog'lanishlarni anglashga, yangilik ochisnga va bashorat qilishga yo'naltirilgan aqliy faoliyatdir.*

### **Tafakkurning nerv-fiziologik asosi**

*(Tafakkur jarayoni bosh miya yarim sharlarining qaysi qismida kechadi?)*

**T**afakkur faoliyati muayyan maqsadga qaratilgan alohida ongli jarayon tariqasida sodir bo'ladi. Bosh miyaning biror uchastkasidagi faoliyat emas, balki butun bosh miya po'stining faoliyati mana shu jarayonning fiziologik asosidir. Tafakkur faoliyati uchun avvalo analizatorlarning miyadagi uchlari o'rtasida vujudga keladigan murakkab bog'lanishlar muhim ahamiyatga egadir. Analizatorlarning bosh miya po'stidagi uchastkalari bir-biridan keskin ajralgan holda emas, balki bir-biriga tutashib, bir-biri bilan chambarchas bog'lanib ketganligi sababli mazkur bog'lanishlarning vujudga kelishi yuqorida aytib o'tilganidek, tafakkurning maxsus nerv-fiziologik mexanizmlaridir. Bunda ikkinchi signallar tizimining bog'lanishlari birinchi signal tizimidagi bog'lanishlarga tayanadi. I.P.Pavlov ikkinchi signal tizimining ishi hamisha birinchi signal tizimi bilan o'zaro o'tkazish jarayonida sodir bo'ladi, deb ta'kidlagan. Ikkinchi signal tizimi asosida birinchi signal bilan o'zaro ta'sir qilish jarayonida dastlab umuminsoniy empirizmni va nihoyat odamning o'z tevaragidagi olamni va uning o'zini bilish uchun oliy qurol bo'lgan oliy tafakkur voqe bo'ladi. Tafakkurning muayyan bir narsaga qaratilishi uchun nerv-fiziologik asos bo'lgan oriyentirovka refleksi tafakkur jarayonlarida

katta rol o'ynaydi. (Akademik I.P.Pavlov ta'kidlaganidek, "Avvalo umuminsoniy empirizmni nihoyat, atrof-olamni va insonning o'zini ham bilish uchun oliy qurol bo'lgan fanni ham yaratuvchi maxsus insoniy oliy tafakkur zarurdir".)

G'arb psixologlari tomonidan yaqinda o'tkazilgan tadqiqotlarda miyaning tuzulishi odamning intellektlilik darajasiga bog'liqligi, ya'ni "ziyoli" yoki "intelligent" odamlarda bosh miya po'stidagi analizatorlarning uchlari juda ham zich joylashgan bo'lib, ularda o'tkazilgan tafakkur darajasini aniqlash kabi testlarda ma'lumotlarni tez anglab olish va uning mohiyatini tushunish boshqalarga nisbatan tezroq va samaraliroq bo'lishi aniqlangan<sup>38</sup>.

Amerika psixologlari miya faoliyatining javobgarlik uyg'otishga va faraz qilingan onglilikka bog'liq bo'lgan turli darajalarini farqlashadi. Fikrlash faoliyati, aqliy harakatlarning buzilishi yoki yo'qolishi quyidagi holatlarda kuzatilishini bir qancha tajriba va kuzatishlar natijasida aniqlangan:

– tafakkurning yetishmasligi yoki umuman mavjud emasligi, masalan aqli zaif odamlarda va hayvonlarda uchraydi.

– aqliy o'lim yoki koma holatida inson dastlabki vaqtlarda tashqi stimullarga javob bermaydi, hattoki u og'riq stimullari bo'lsa ham, keyinchalik, bir necha haftadan so'ng, og'riqqa yurak urishining tezlashishi bilan javob qaytara boshlaydi. Bundan tashqari yurak urishi uyqu va uyg'oq holatda o'zgaradi. Lekin, hattoki, uyg'oq holatda ham miya faoliyati odatiy holatdan ancha sust ishlaydi.

– minimal ongsizlik holati – bunda odam maqsadli elementar harakatlarni amalga oshira oladi, gaplarni tushunadi. Bu holat oylab yoki yillab davom etishi mumkin<sup>39</sup>.

## **TAFAKKUR OPERATSIYALARI**

### **Tafakkur operatsiyalari mavjudmi?**

Tafakkur jarayoni insonning bilishga bo'lgan ehtiyojlari, tevarakatrofdagi olam va turmush to'g'risidagi o'z bilimlarini kengaytirishga va chuqurlashtirishga intilish sababli vujudga keladi. Fikr qiluvchi kishining tafakkuri – obyektни anglashi, bilishi tafakkur ja-

<sup>38</sup> David G. Meyers. *Psychology*. © 2010 by Worth Publishers, 413–415 p.

<sup>39</sup> James W. Kalat, *Introduction to Psychology*. 10 edition. 2013, 324–326 p.

rayonining xarakterli xususiyatidir. Odam o'zi idrok qilayotgan narsalar to'g'risida fikr qiladi. Shuning uchun tushunchalar narsalarning butun bir sinfi, turkumi to'g'risida fikr qiladi, ya'ni bular tafakkurning obyekti bo'ladi. Bir narsaga tayanmagan quruqdan quruq tafakkur bo'lishi mumkin emas.

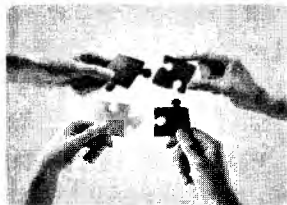
Analiz, sintez, taqqoslash, abstraksiyalash va umumlashtirish, tasniflash va tizimga solish aqliy operatsiyalarning asosiy turlaridir.

*Analiz – shunday bir tafakkur operatsiyasidirki uning yordami bilan biz narsa va hodisalarni fikran yoki amaliy jihatdan xususiyatlarini tahlil qilamiz.*

Analiz jarayonida butunning uning qismlariga va elementlariga bo'lgan munosabati aniqlaydi. Tahlil obyektlari amalda ajratib bo'lmaydigan elementlarga yoki belgilarga bo'lishda ifodalanishi mumkin. O'quvchi va talaba yoshlar turmushda va dars jarayonida analiz yordami bilan ko'pgina ishlarni amalga oshiradilar, topshiriqlar, misol va masalalarni yechadilar.

*Sintez – shunday bir tafakkur operatsiyasidirki, biz narsa va hodisalarning analizda bo'lingan, ajratilgan ayrim qismlarini, bo'laklarini sintez yordami bilan fikran va amaliy ravishda birlashtirib, butun holiga keltiramiz.*

Analiz aqliy bo'lgani kabi sintez ham amaliy xarakter kasb etadi. Masalan, birinchi sinf bolasi o'z harf xaltasidagi keltirilgan harflardan foydalanib, bo'g'in, bo'g'inlardan so'z, so'zlardan gap, gaplardan qisqa axborot, undan esa hikoya tuzadi.



Analiz va sintez o'zaro bevosita mustahkam bog'langan yagona jarayonning ikki tomonidir. Agar narsa va hodisalar analiz qilinmagan bo'lsa, uni sintez qilib bo'lmaydi, har qanday analiz predmetlarni, narsalarni bir butun holda bilish asosida amalga oshirilishi lozim.

*Taqqoslash – shunday bir tafakkur operatsiyasidirki, bu operatsiya vositasi bilan obyektiv dunyodagi narsa va hodisalarning bir-biriga o'xshashligi va bir-biridan farqi aniqlanadi.*



XIX–XX asrlarda yashagan olim K.D.Ushinskiy taqqoslash jarayoni borasida quyidagilarni ta’kidlagan: “Agar siz tabiatning bir narsasini ravshan tushunib olishni istasangiz, uning o’ziga juda o’xshash bo’lgan narsalardan tafovutini toping va uning o’zidan juda uzoq bo’lgan narsalar bilan o’xshashligini topingiz. Ana shunda siz shu

narsaning eng muhim belgilarini payqab olasiz, demak shu narsani tushunib olasiz”.

Taqqoslash narsa va hodisalar o’rtasidagi o’xshashlik yoki farqni, teng yoki tengsizliklarni, ayniyat yoki ziddiyatlarni aniqlashdan iborat bo’lgan fikr yuritish operatsiyasi, bilishning dastlabki va zarur vositasi bo’lib hisoblanadi. Ajdodlarimiz taqqoslashning ta’limdagi roli to’g’risida shunday fikrlarni bildirgan edi. Taqqoslash har qanday tushunishning va har qanday tafakkurning asosidir. Olamdagi narsalarning hammasini taqqoslab ko’rish yo’li bilan bila olmasak, boshqa yo’l bilan bila olmaymiz, agar biz hech narsa bilan solishtirishimiz va farqini bilib olishimiz mumkin bo’lmagan biron-bir narsaga duch kelganimizda edi, u holda biz shu narsa to’g’risida hech qanday fikr qila olmagan bo’lar edik.

Taqqoslash operatsiyasi ikki xil yo’l bilan amalga oshishi mumkin: amaliy aniq narsalarni bevosita solishtirish va nazariy tasavvur qilina-yotgan obrazlarni va narsalarni ongda fikran taqqoslash. Agar odam ikki boylam yukni qo’l bilan ko’tarib, bir necha xil taom mazasini qiyoslasa yoki ikki paykal paxtazor hosildorligini taqqoslasa, bu amaliy taqqoslash bo’ladi. Shuningdek, o’quvchilar ikki qalam yoki ikki sterjening uchini yog’ochga yoki qog’ozga solishtirsalar, u analogik holatga misol bo’la oladi. Bundan tashqari, metr bilan masofani, tarozi bilan og’irlikni, termometr bilan haroratni, teleskop bilan osmon jismlarini o’lchash paytida ham taqqoslash jarayoni vujudga keladi.

Inson tevarak-atrofdagi narsa va hodisalarning barchasini bevosita aks ettirish, qo’l bilan paypaslash imkoniyatiga ega emas. Shu boisdan to’planadigan bilimlarning aksariyati qo’l bilan ushlab, ko’z bilan kuzatish evaziga emas, balki fikr yuritish orqali, mantiq yordamida anglaniladi. Ular o’rtasida o’xshash va farqli alomat hamda belgilar nazariy taqqoslash asosida ajratiladi. Demak, inson olayotgan

keng ko‘lamdagi axborotlar farqini fikran taqqoslash yordamida anglab yetadi. Jumladan, o‘quvchilar dilda o‘ylayotgan narsalarni fikran solishtirib ko‘radilar. Ba‘zan turli yoshdagi kishilar o‘z tengdoshlari xarakterida, qiziqishida, yurish-turishida, muomalasida va boshqa xususiyatida o‘xshashlik va tafovut borligini topadilar.

*Abstraksiya – shunday tafakkur operatsiyasidirki, bu operatsiya yordami bilan moddiy dunyodagi narsa va hodisalarning muhim xususiyatlarini farqlab olib, ana shu xususiyatlardan narsa va hodisalarning muhim bo‘lmagan ikkinchi darajali xususiyatlarini fikran ajratib tashlaymiz.*

*Abstraksiya jarayonida obyektдан ajratib olingan belgi, alomatning o‘zi tafakkurning mustaqil obyekti bo‘lib qoladi. Abstraksiya operatsiyasi tahlil natijasida vujudga keladi<sup>40</sup>.*

Masalan, sinf devorini tahlil qilish jarayonida uning faqat bir belgisini, ya‘ni oqligini ajratib olish mumkin va oq devor to‘g‘risida emas, balki devorning oqligi to‘g‘risida, keyin esa umuman oqlik haqida fikr yuritish mumkin. Kishilar quyosh, oy, yulduz, elektr, olov, ba‘zi planetalar, ayrim tosh va hokazolarning ko‘z o‘ngilarida yoritishni kuzata turib ularning bitta umumiy belgisini, ya‘ni yoritishni fikran ajratib olib, umuman yoritish to‘g‘risida mulohaza yuritadi. Buyumlarni narsa va hodisalarni jism va predmetlarni bir-biri bilan taqqoslash paytida ham abstraksiyalash jarayoni yuzaga keladi. Bunda narsa va hodisalarning mavjud belgilariga, masalan, tusiga, shakliga, tezligiga, og‘irligiga, qiymatiga va shu kabi o‘xshash sifatarga qarab taqqoslanadi. Abstraksiya operatsiyasi bilan insonni qurollantirish intellektual jihatdan intensiv rivojlanishiga olib keladi, shuningdek, mustaqil bilim olish faoliyatini takomillashtiradi<sup>41</sup>.



*Umumlashtirish – tafakkurda aks etgan bir turkum narsalarning, o‘xshash muhim belgilarning shu narsalar to‘g‘risidagi bitta tushuncha qilib, fikrda birlashtirish demakdir.*

<sup>40</sup> James W.Kalat. Introduction to Psychology. 10 edition, 2013, 326 p.

<sup>41</sup> James W.Kalat. Introduction to Psychology. 10 edition. 2013, 324–327 p.

Odam o‘zi idrok qilayotgan narsalar to‘g‘risida fikr qiladi. Shuning uchun tushunchalar narsalarning butun bir sinfi, turkumi to‘g‘risida o‘ylaydi, ya’ni bular tafakkurning obyekti bo‘ladi. Bir narsaga tayanmagan quruqdan quruq tafakkur bo‘lishi mumkin emas.

Psixologiyada umumlashtirishning keng qo‘llaniladigan ikki turi: **tushunchali umumlashtirish va hissiy-konkret umumlashtirish** yuzasidan ko‘proq fikr yuritiladi. Tushunchali umumlashtirishda predmetlar obyektiv muhim belgi asosida umumlashtiriladi. Hissiy-konkret umumlashtirishda esa predmetlar topshiriq talabiga binoan tashqi belgi bilan umumlashtiriladi.



Umumlashtirish, abstraksiyalash operatsiyasidan ajralgan holda so‘dir bo‘lmaydi, har qanday umumlashtirish asosida abstraksiyalash jarayoni yotadi. Umumlashtirish jarayoni abstraksiyasiz mavjud bo‘lishi mumkin, lekin abstraksiyasiz umumlashtirishning yuzaga kelishi mumkin emas. Agar abstraksiyalash faoliyatida narsa va hodisalarning o‘xshash hamda muhim belgilari tasodif belgilardan fikran ajratib olinasa, umumlashtirishda esa ajratib olingan o‘xshash, umumiy va muhim belgilarga suyangan holda narsa va hodisalar birlashtiriladi.

Umumlashtirish jarayoni so‘z ta‘sirida vujudga kelgan ikkinchi signallar tizimiga asoslanadi.

*Konkretlashtirish – hodisalarning ichki bog‘lanish va munosabatlardan qat‘i nazar bir tomonlama ta‘kidlashdan iborat fikr yuritish operatsiyasidir.*

Psixologik tadqiqotlarning ko‘rsatishiga qaraganda konkretlashtirish odamda ikki xil vazifani bajaradi. Birinchidan, umumiy abstrakt belgining yakka obyektga tatbiq etilishi amalga oshiriladi. Masalan, biz “oq” deganimizda ko‘z oldimizga qor, qog‘oz, paxta va shu kabilar kelishi mumkin. Ikkinchidan, konkretlashtirish umumiy va yakka belgilar kamroq



bo‘lgan umumiylikni ochishda ifodalanadi. Masalan, biz olma, olxo‘ri, uzumni mevalar qatoriga, stol-stul, divan va shu kabilarni

mebellar qatoriga qo'shamiz. Umumiy fikrlarni bayon qilish va izohlash chog'ida odatda keltiriladigan misollarning hammasi konkretlashtirishning o'zidir.

*Klassifikatsiyalash – bir turkum ichidagi narsalarning bir-biriga o'xshashligiga va boshqa turkumdagi narsalardan farq qilishiga qarab narsalarni turkumlarga ajratish tizimidir.*

D.I.Mendeleyevning “Elementlarning davriy tizimi” jadvali bunga yorqin misoldir. Bunda olim elementlarni atom og'irligi ortib borishiga, kimyoviy sifatlarning bir tipligiga va boshqa belgi va aloqatlariga qarab tartib bilan joylashtirib chiqqan. O'rganish uchun qulaylik tug'dirish maqsadida, shuningdek, amaliy maqsadlarda ko'pchilik narsalarni guruhlarga, turkumlarga bo'lishga to'g'ri keldi. Ko'pchilik narsalarni, hodisalarni guruhlarga bo'lish klassifikatsiyalash yoki turkumlarga bo'lish deb ataladi. Masalan, kutubxonada kitoblar muqovasiga, farmoyishning mazmuniga va shu kabi belgilariga qarab turkumlarga bo'lish mumkin. O'quvchilarni odatda yoshi yoki jinsiy belgilari bo'yicha va shu kabilarga qarab turkumlarga bo'ladilar.

*Sistemashtirish – tizimga solish shundan iboratki, bunda ayrim narsalar, faktlar, hodisa va fikrlar muayyan tartibda makonda-gi, vaqtdagi tutgan o'rniga yoki mantiqiy tartibda joylashtiriladi.*

Shu sababli makon, xronologiya va mantiqiy belgilar asosida tizimga solish turlariga ajratiladi. Mebelning xonadagi joylashtirili-shi, daraxtning boqqa o'tkazilishi, makoniy tizimga namuna bo'la oladi. O'tmishda bo'lib o'tgan voqealarning vaqtiga qarab tizimga solishning namunasi bo'la oladi. Matematikaga, falsafaga, mantiqqa doir darsliklarda ilmiy materiallarning joylashtirilishi mantiqiy tizimga solishning namunasi.

Maktab ta'limida o'zlashtirilgan bilimlarni tizimga solish muhim ahamiyatga ega bo'lib, bu ish bir necha bosqichda amalga oshiriladi. Bilimlar dastlab predmetlarning





boblari, qismlari bo'yicha, so'ng yaxlit holda o'quvchi ongida tizimlashadi. Tizimlashtirishning ikkinchi bosqichida bir-biriga o'xshash predmetlarga oid bilimlar fikran tartibga solinadi. Uchinchi bosqichda bir necha predmetlar yuzasidan to'plangan bilimlar ma'lum tartibga tushadi, ularning o'xshash va farqli tomonlari ajratiladi. Tizimga solishning to'rtinchi bosqichida darsdan va maktabdan tashqari mashg'ulotlarda egallangan bilimlarni tizimlashtirish nazarda tutiladi.

Demak, insonning bilish faoliyatida mavzulararo, predmetlararo bilimlarni tizimlashtirish yuzaga keladi. Binobarin bilimlarning tizimga solinishi aqliy rivojlanishning dastlabki pog'onasi hisoblanadi.

Insonlar dastavval tevarak-atrofnı aniq belgilariga asoslanib, aniq holda aks ettirganlar, yaqqol obrazlarga suyanib tasavvur qilish imkoniyatiga ega bo'lganlar, shu bois to hozirgi kunga qadar aniqlik belgisi har qanday inson zoti uchun eng yaqin belgi bo'lib hisoblanadi<sup>42</sup>.

## TAFAKKURNING MANTIQIY SHAKLLARI



Psixologiyada nutq fikr yuritish faoliyatining vositasi deb yuritiladi. Odamda nutq tafakkur jarayonida hukm, xulosa chiqarish va tushunchalar shaklida ifodalanib keladi.

### Hukmlar

Narsa va hodisalarning belgi va xususiyatlari haqida tasdiqlab yoki inkor qilib aytilgan fikr **hukm** deb ataladi.

Hukmlar obyektiv voqelikning aks ettirilishiga qarab chin yoki xato bo'ladi.

*Narsa va hodisalarda voqelikda haqiqatan o'zaro bog'liq bo'lgan belgilar, alomatlar hukmlarda bog'liq ravishda ko'rsatib berilsa yoki voqelikda bir-biridan ajratilgan narsalar hukmlarda ajratib ko'rsatilsa bu chin hukm deb ataladi.*

Masalan, metallar elektr tokini o'tkazuvchidir; metallar qizdirilganda kengayadi, degan chin hukmlardir. Chunki elektr tokini o'tkazish, qizdirilganda kengayish metallarga xos xususiyatdir.

*Moddiy olamda haqiqatan bog'liq bo'lmagan narsa hukmda bog'liq qilib ko'rsatilsa, bunday hukm xato hukm deb ataladi.*

<sup>42</sup> James W.Kalat. Introduction to Psychology. 10 edition. 2013. 333-bet.

Borliqdagi narsalar, hodisalar va voqelikni miqdoriga ularning biror hukmda aks ettirilgan aloqa va munosabatlariga qarab, hukm quyidagi turlarga bo'linishi mumkin:

- 1) hukmlar sifatiga ko'ra: tasdiqlovchi yoki inkor qiluvchi hukm;
- 2) hukmlarning miqdoriga qarab: yakka, juz'iy, xususiy va umumiy hukmgga;
- 3) hukmlarning munosabatiga ko'ra: shartli, ayiruvchi va qat'iy hukmlarga;
- 4) hukm taxminiy ko'rinishga ega bo'lishi ham mumkin.

Masalan, hozir tashqarida yomg'ir yog'yapti; yer quyosh atrofida aylanmaydi, degan misollar xato hukmlar doirasiga kiradi.

Bu hukmda aks ettiriladigan narsa va hodisalar belgisining nechog'liq muhim bo'lishiga yoki voqelikka mos kelish-kelmasligiga bog'liq. Masalan, ertaga yomg'ir yog'ishi mumkin. Paxta rejasi to'lib qolsa kerak.

Hukmlarda tasdiqlangan yoki inkor qilingan narsalar, hodisalar, alomatlar hukmning mazmunini tashkil qiladi. Narsa bilan belgining aloqasi bog'liqligi borligi aks ettirilgan hukm **tasdiqlovchi hukm** deb ataladi. Masalan, O'zbekistonda pilla yetishtirilmaydi. Toshkentda oliy maktablar qurilmagan. Voqelikda ajratilgan narsa inkor qiluvchi hukmda fikran ajratilishi mumkin. Yakka, yolg'iz narsa va hodisa to'g'risidagi hukm **yakka hukm** deb ataladi. Masalan, Toshkent – O'zbekiston Respublikasi poytaxtidir; Amudaryo sersuv daryolardan biridir.

Belgining biror turkumigagina taalluqliligini tasdiqlovchi yoki inkor qiluvchi hukm **juz'iy hukm** deb ataladi. Masalan, ba'zi metallar elektr tokini o'tkazmaydi. Qarzdor talabalar sessiyaga qo'yilmaydi. Bir turkumdagi narsa va hodisalarning hammasi to'g'risida tasdiqlab, yoki inkor qilib aytilgan hukm **umumiy hukm** deb ataladi. Hukmda narsa va hodisa belgisining borligini muayyan sharoitlarda tasdiqlab yoki inkor qilib aytilgan hukm **shartli hukm** deb ataladi. Masalan, agar talaba sessiyalarga qunt bilan puxta tayyorlansa, u yaxshi va a'lo baholar oladi. Agar o'quvchi darsga diqqat qilmasa, yangi materialni o'zlashtira olmaydi. Hukmda narsalar va hodisalar bir necha belgiga

nisbatan berilib, shu belgilardan farqi bitta unga tegishli bo'lsa, bunday hukm **ayiruvchi hukm** deb ataladi. Masalan, jismlar yo qattiq, yoki suyuq, yoki gazsimon holda bo'ladi.

Narsa bilan belgi o'rtasidagi aloqaning bor yoki yo'qligi qat'iy shaklda aks ettirilsa **qat'iy hukm** deb ataladi. Masalan, bahorda barcha joylarda ko'kalamzorlashtirish ishlari amalga oshiriladi. Yonish kimyoviy jarayondir.

Narsa va hodisalar bilan ularning xususiyatlari o'rtasida aloqa bo'lishi ehtimoli faqat faraz qilinsa, u holda inson o'z fikrlarini quyidagi shaklda ifoda qilishi mumkin. Ehtimol, Marsda organik hayot bordir. XXI asrning oxirlarida fan-texnika yanada rivojlanib, taraqqiy etishi mumkin va boshqalar. Bunday hukmlar **ehtimollik hukmlari** deb ataladi. Narsalar bilan xususiyatlar o'rtasidagi aloqani taxminan emas, balki haqiqatdan aniq bilganimizda biz o'z fikrimizni mana bunday shaklda izhor qilamiz. Fakultet kutubxonasida ko'p yangi kitoblar mavjud. Maktabimizdagi kimyo xonasi juda yaxshi uskunalalar bilan jihozlangan. Bunday hukmlar **voqelik (assertorlik) hukmlari** deb ataladi.

Hukmning shunday yuqori shakli borki, unda faqat haqiqatda bo'lgan voqea qayd qilinmasdan, balki narsa bilan xususiyatning aloqasi qonuniy ekanligi aniqlab beriladi. Masalan, butun dunyoda tinchlik g'alaba qozonishi muqarrar, sezgilarning intensivligi qo'zg'atuvchi kuchining logarifmiga proporsionaldir. Bunday hukmlar **zaruriy (apodiktik) hukmlar** deb ataladi. Bunday hukmlarda inson narsa, voqelik, hodisa bilan uning xususiyati o'rtasida mustahkam bog'lanish borligini va bu bog'lanishga zid keladigan boshqa bir holning bo'lishi aslo mumkin emasligini aks ettiradi. Psixologiyada hukmlar ikkita asosiy yo'l bilan hosil qilinishi ta'kidlab o'tiladi. Birinchi yo'l bilan hukm hosil qilinganda idrok qilish zarur bo'lgan narsalarning bevosita o'zi ifodalanadi. Ikkinchi yo'l bilan esa bevosita mulohaza yuritish yordami bilan hukm amalga oshiriladi. Masalan, bu avtomobilning yangi modeli. Mazkur misolda hukm chiqarishning birlamchi yo'li aks ettirilgan. Dastavval olimlar kashfiyot yoki ijodiy jarayonda nazariy jihatdan mulohaza yuritish yordamida hukm chiqaradilar. Ular chiqaradigan hukmning to'g'riligi amaliyotda keyinchalik tasdiqlanadi. Bu ikkinchi yo'l bilan hukm chiqarishga misoldir.

## Xulosa chiqarish

Bir qancha hukmlarning mantiqiy bog‘lanishi natijasida hosil bo‘lgan yangi hukm insonning bilish faoliyatida alohida ahamiyatga ega.

*Xulosa chiqarish shunday tafakkur shaklidirki, bu shakl vositasi bilan biz ikki yoki undan ortiq hukmlardan yangi hukm hosil qilamiz.*

Masalan, har qanday harakat materiya harakatidir, issiqlik harakat shaklidir, degan ikkita hukmni olaylik. Bu ikki hukmdan, demak issiqlik materiya harakatidir degan yangi hukm chiqariladi. Bunda birinchi hukm hamisha umumiy hukm bo‘lib, ikkinchi hukm yakka hukm bo‘ladi.

Keltirilgan misollardan ko‘rinib turibdiki, mulohaza yuritish ham, xulosa chiqarish ham voqelikni bevosita bilishning asosiy shakli sifatida namoyon bo‘lgan oldingi ikki hukmga asoslanib, uchinchi hukm chiqariladi. Mazkur xulosani bevosita tekshirib ko‘rishga hech qanday ehtiyoj qolmaydi. Shu sababdan xulosa chiqarishda fikr o‘rtasidagi shunday bog‘lanish natijasida bir yoki undan ortiq hukmlardan uchinchi hukm keltirib chiqariladi.

Xulosa chiqarish uch turga bo‘linadi: induktiv, deduktiv va analogiya.

*Induktiv xulosa chiqarish – bu xulosa chiqarishning shunday mantiqiy usulidirki, bunda bir necha yakka va ayrim hukmlardan umumiy hukmga o‘tiladi, yoki ayrim fakt va hodisalarni o‘rganish asosida umumiy qonun va qoidalar yaratiladi.*

Masalan, temir elektr tokini o‘tkazadi, po‘lat elektr tokini o‘tkazadi, mis elektr tokini o‘tkazadi, ruh elektr tokini o‘tkazadi. Demak, barcha metallar elektr tokini o‘tkazadi, degan umumiy xulosa chiqaramiz.

Misol uchun barcha metallar elektr tokini o‘tkazadi. Temir metallardir. Demak, temir ham elektr tokini o‘tkazadi.

*Deduktiv xulosa chiqarishda umumiy va yakka hukmlardan yakka yoki juz‘iy hukm keltirib chiqariladi.*

Analogik usulda chiqarilgan xulosa chin, taxminiy hamda yolg‘on bo‘lishi mumkin. Fikr yuritishning bunday shakli ko‘pincha yosh bolalarga xos xususiyatdir. Demak, juz‘iy ikki yakka hukmlarga asos-

lanib, juz'iy yoki yakka hukm keltirib chiqaramiz. Masalan, bog'cha yoshidagi bola mana bunday mulohaza yuritadi; dadamlar darvozadan ismimni aytib chaqirib keldilar. Ular sovg'a olib kelgan bo'lsalar kerak. Bu bolaning mulohazasini tahlil qilib ko'rsak, uning fikr yuritishi mana bunday tarzda taraqqiy etganligining shohidi bo'lamiz. O'tgan gal dadam ismimni aytib chaqirib kelgan edilar, yana chaqirayotirlar. Albatta, dadam menga sovg'a olib kelganlar, deb xulosa chiqaradi.

Shunday qilib, analogik yo'l bilan xulosa chiqarganda murakkab qonuniyatlar to'g'risidagi bilimlar o'zlashtirilmasa-da, lekin turmushning turli jabhalarida undan foydalanib turiladi.

Amerika psixologlarining ta'kidlashlaricha, odamlarning ongli ravishda xulosa chiqaradigan vaqtida xulosa miyaning harakatlanish uchun tayyorgarlik ko'rish vaqtidan keyinroq sodir bo'ladi, ya'ni miya xulosa chiqarish vaqtidan oldin unga tayyorlanar ekan. Ba'zi tadqiqotchilar odamning xulosa chiqarish jarayonining spektisizmga (har narsaga shubha bilan qarashga) yoyishadi. Ko'pincha qaror qabul qilish bosqichma-bosqich amalga oshadi, degan fikr ilgari suriladi. Xulosa chiqarishning yana bir faraz funksiyasi ongning keyin sodir bo'ladigan ish-harakatga ayni bir vaziyat paydo bo'lganda ishga tushishi mumkin<sup>43</sup>.

### **Tushunchalar.**

Tafakkur tushunchalar shaklida ifodalanadi.

Ko'p sonli odamlar, hodisalar va obyektlarni tasavvur qilish uchun biz ularni konsept (tushuncha)larga – o'xshash obyektlar, hodisalar va odamlar guruhiga bo'lgan soddalashtiramiz. "Stul" tushunchasi o'zida ko'plab aniq predmetlarni umumlashtiradi – bola uchun stul, tirsak qo'ygichli stul, tushlik qiladigan stol atrofidagi stullar, tish shifokorining kreslosi<sup>44</sup>. Hayotni tushunchalarsiz tasavvur qilib ko'ring. Bizga har bir obyekt va g'oya uchun alohida nom kerak bo'lardi. Biz boladan "koptokni ot" deb iltimos qila olmasdik, chunki "koptok" tushunchasining o'zi yo'q bo'lardi. "Ularning jahllari chiqdi" deyish o'rniga bizga yuz ifodasi, ovozdagi keskinlik, imo-ishoralar va so'zlarni ifodalab berishimizga to'g'ri kelardi. "Koptok" va "jahldor"

<sup>43</sup> James W.Kalat. *Introduction to Psychology. 10 edition, 2013, 324–326-betlar.*

<sup>44</sup> Devid Mayers. *"Psixologiya". Minsk, 2008, 414-bet.*

kabi tushunchalar eng kam darajadagi bilimlar mavjud bo'lganida bizga ko'p ma'lumot beradi<sup>45</sup>.

*Tushuncha deganda biz narsa va hodisalarning eng muhim va eng asosiy xususiyatlarini aks ettirishni tushunamiz.*

Tushunchalar hukmlardan tarkib topadi. Shu sababli tushunchaning mazmunini ochib berish uchun bir qancha hukm yuritishga to'g'ri keladi. Masalan, odam ongli mavjudotdir degan tushunchani oladigan bo'lsak, bu yerda odamning eng muhim xususiyati uning ongliligi qayd qilinyapti.

Tushunchalar odamning turmush tajribasi va bilimlarining ortishi jarayonida tarkib topa boradi. Ana shu jihatdan olganda maktabdagi o'qish jarayonida bolada asosan tabiat va jamiyat hodisalari haqida tushunchalarni tarkib toptirishdan iboratdir. Demak, katta odamlarga nisbatan bolalarda hali tushunchalar juda oz bo'ladi.

*Odatda, tushunchalar mohiyati jihatidan konkret va abstrakt tushunchalarga ajratiladi.*

Alohida olingan bir butun narsaga aloqador tushuncha konkret tushuncha deb ataladi. Masalan, stol, divan, qayrag'och, traktor va hokazo. Moddiy borliqdagi narsalardan fikran ajratib olingan ba'zi xususiyat, sifat, holatlarga, shuningdek, narsalar o'rtasidagi ichki munosabatlarga, qonuniyatlarga qaratilgan tushunchalar abstrakt tushuncha deb ataladi. Masalan, oqlik, uzunlik, balandlik, kenglik, harakat, yorug'lik, qiymat haqidagi tushunchalar va hokazo.

*Tushunchalar ko'lami jihatidan 3 turga: yakka tushunchalar, umumiy tushunchalar va to'planma tushunchalarga bo'linadi.*

Yakka tushunchalar yakka narsa va hodisalar haqidagi tushunchadir. Bunday tushunchalarga sohibqiron Amir Temur, Mirzo Ulug'bek, Sirdaryo tushunchalarini misol qilib keltirsa bo'ladi. Yakka tushunchalarning xususiyati shuki, bu tushunchalarda hamisha aniq obraz mavjud bo'ladi. Umumiy tushunchalarda bir jinsga mansub

<sup>45</sup> Devid Mayers. "Psixologiya". Minsk, 2008. 414–415-betlar.



bo'lgan ko'p narsa va hodisalar gavdalandiriladi. Masalan, kitob, maktab, yulduz, talaba va boshqalar.

To'planma tushunchalar bir jinsga mansub bo'lgan narsa va hodisalar to'plami haqida yaxlit fikr yuritiladigan tushunchadir. Masalan, paxtazor, kutubxona, yig'ilish va hokazolar. To'planma tushunchalarining bir qanchasi birdaniga tatbiq qilinganda umumiy to'planma tushunchalar bo'ladi. Masalan, Alisher Navoiy nomidagi Davlat Muzeyi tushunchasi yakka to'planma tushunchaga oiddir. Guruh, jamoa, xalq, millat va boshqalar umumiy to'planma tushunchasiga misol bo'la oladi. Yetti og'ayni yulduzlar to'plami, Hamza teatri jamoasi, Paxtakor futbol jamoasi kabilar yakka to'planma tushunchalar jumlasiga kiradi.

Fikr yuritishda tushuncha bilan so'z o'zaro bog'liq ravishda namoyon bo'ladi. Bir tomondan so'z yordamisiz tushuncha vujudga kelmaydi, ikkinchi tomondan so'z tushunchaning moddiy asosi va funksiyasini bajaradi. Tushunchalar bir yoki undan ortiq so'zlardan tashkil topishi mumkin. Masalan, xalq degan tushuncha bir so'zdan, o'zbek xalqi ikki so'zdan, qahramon o'zbek xalqi uch so'zdan, ozodlik uchun kurashayotgan xalqlar degan tushuncha to'rt so'zdan tashkil topgan.

Shunday qilib, tushunchalar mohiyati hukmlarda yoritiladi, mavjud hukmlar asosida xulosa chiqariladi. Yangi hukm hosil qilinadi, topilgan yangi belgilar, alomatlar tushunchalarni yanada boyitadi. Tafakkur yordamida inson yaratish, kashf etish, ixtiro qilishda davom etishi mumkin. Demak, yangi tushunchalar, atamalar yuzaga kelaveradi, iste'moldagilari esa yangi mazmun kasb etadi. Determinizm tamoyiliga binoan so'zlar yangi tushunchalar yaratilishiga vosita bo'lib xizmat qilaveradi, shuning bilan birga tushunchalar zamirida yangi so'zlar va iboralar vujudga keladi, yonki yangicha talqin qilish kuchayadi.

## TAFAKKUR TURLARI

**T**adqiqotchi Kanazova tafakkurni ilmiy, kasbiy va kundalik hayotda duch keladigan muammolar bilan bog'laydi. Lekin umumiy tafakkur qilish qobiliyati shaxsiy hayot bilan bog'liq muammolarni o'z ichiga olmasligini ta'kidlaydi. Masalan, oila qurish, ota-ona bo'lish, yaqin do'stlar orttirish, ijtimoiy muloqotga kirishish va boshqalar. Kundalik hayotda oddiy muammolardan tortib murakkab aqliy topqirlik talab qiladigan masalalarda ham tafakkur,

fikrlash faoliyatining o'rnini muhim hisoblanadi. Masalan, qanday qilib do'stlashish, notanish kishining yuz ifodasidan fikrini uqish, mo'ljallangan manzilga qayta yo'l topish, muammoning mohiyatini ochish, masala yechish insondan turli xil tafakkurni talab qiladi<sup>46</sup>.

Muayyan ijtimoiy muhitda turmush kechirayotgan odamlarning ehtiyojlari, xatti-harakat motivlari, narsalarga qiziqishlar, intilishlar, mayllar, aqliy qobiliyatlari, hatto faoliyatlari ham turli-tumandir. Xuddi ana shu boisdan ularning tafakkuri ham har xil holatlarda vaziyatlarda turlicha tarzda vujudga keladi, namoyon bo'ladi.

Satoshi Kanazovanning fikricha odamda favqulodda, birdan yuzaga kelgan yangi muammolarga, masalan, olov chiqqanda uni qanday o'chirish, qurg'oqchilikda qanday ovqat topish, suv toshqinida dar-yoni qanday to'sish kabi vaziyatlarda muammoni hal qilish jarayonida ixtiyorsiz tafakkur yuzaga keladi<sup>47</sup>.



<sup>46</sup> David G. Meyers. Psychology, © 2010 by Worth Publishers. 406-bet.

<sup>47</sup> David G. Meyers. Psychology, © 2010 by Worth Publishers. 407-bet.



Psixologiya fanida tafakkur turlari topshiriq xususiyatiga, fikr yoyiqligiga, fikrning originallik darajasiga qarab, quyidagicha shartli klassifikatsiya qilinadi.

**Ko'rgazmali-harakat tafakkur turi.** Tarixiy taraqqiyot davomida odamlar o'z oldilarida turgan maqsadlarni dastlab amaliy faoliyat nuqtayi nazaridan yechganlar, keyinchalik unda nazariy faoliyat ajralib chiqqan amaliy va nazariy faoliyat chambarchas bir-biri bilan bog'langandir.

Agarda insoniyatning tarixiy taraqqiyoti muammosidan chetlanib, ushbu masalani olib qarasaq, u holda amaliy faoliyat birlamchi ekanligiga ishonch hosil qilamiz. Buning uchun insonning ontogenetik taraqqiyotini dastlabki fazasiga murojaat qilamiz. Bola tug'ilishdan tortib, to uning bog'cha yoshigacha davrini amaliy faoliyatda ko'rgazmali-harakat tafakkuri o'sishining asosiy pallasi deb atash mumkin. Mazkur yoshdagi inson zoti ana shu amaliy faoliyat negizida aqliy harakatlarni amalga oshiradi, amaliy bilimlarni o'zlashtiradi, natijada ko'rgazmali-harakat tafakkuri o'sa boradi. Ushbu yoshdagi kichkintoylar o'zlari o'ynayotgan o'yinchoqlarni qo'llari bilan bevosita ushlab ko'rish orqali ular bilan tanishadilar, shuning bilan birga ularni idrok qilishga intiladilar. Idrok qilingan predmetlar va o'yinchoqlarni o'zaro solishtiradilar, qismlarga ajratadilar, analiz va sintez qiladilar, bo'laklarga ajratilganlarni yaxlit holga keltirib birlashtiradilar. Kattalar tushuntirishiga ishonch hosil qilmasdan, ayni chog'da ularni obyektini sindirib yoki buzib bo'lsa ham, ularning ichki tuzilishi bilan tanishish ishtiyoqi, mayli kuchli bo'ladi. Shu boisdan amaliy xarakterdagi muammolarni hal qilishda ko'pincha buzib, tuzatish yo'li bilan harakat qiladilar. Ko'rgazmali-harakat tafakkuri bog'cha yoshiga yetgandan so'ng bolalarda o'z qiymatini yo'qota boshlaydi.

**Ko'rgazmali-obrazli tafakkur** professor E.G'oziyev fikricha, bevosita idrok qilinayotgan predmetlar emas, balki faqat tasavvur qilinayotgan narsa va hodisalar haqida fikrlashdan iborat tafakkur turi ko'rgazmali-obrazli tafakkur deb ataladi.

Ko'rgazmali-obrazli tafakkur sodda shaklda ko'pincha bog'cha yoshidagi bolalarda, ya'ni 4–7 yoshgacha bo'lgan bolalarda paydo bo'ladi. Bu yoshdagi bolalarda tafakkurning amaliy harakatlar bilan

aloqasi avvalgidek to'g'ri va bevosita bo'lmaydi. Bog'cha yoshidagi bolalar faqat ko'rgazmali obrazlar bilan fikr yuritadilar va uncha tushunchaga ega bo'lmaydilar. Bog'cha yoshidagi bolalarda tushunchalarning yo'qligi shveysariyalik psixolog J.Piajening quyidagi tajribasida juda yaqqol namoyon bo'ladi. 7 yoshga yaqin bolalarga xamirdan qilingan mutlaqo bir xil, hajmi jihatidan teng 2 ta soqqa ko'rsatiladi. Bolalar uni teng deb hisoblaydi. Bolalarning ko'z oldida bitta soqqa ezib non shakliga keltiriladi. Endi bolalar non shaklidagi soqqada xamir ko'p deb hisoblaydilar. Bolalarning ko'rgazmali-obrazli tafakkurlari hali ularning idroklariga bevosita to'la bo'ysunadigan bo'ladi. Ularning ko'rgazmali-obrazli shaklda o'tadigan tafakkurlari bolalarni soqqaga qaraganda non shaklidagi xamir ko'proq degan xulosaga olib keladi.

Shuning uchun ular narsa va hodisalarning, jism va predmetlarning ko'zga yaqqol tashlanib turuvchi alomatiga, xususiyatiga, tashqi belgisiga e'tibor qiladilar. Lekin ularning ichki bog'lanishlari o'zaro munosabatlarini bildirib keladigan muhim asosiy sifatlariga ahamiyat bermaydilar. Obyektlarning fazoda joylashgan o'rni, tashqi, nomuhim belgisi ularning ko'rgazmali-obrazli tafakkurini vujudga keltiradi. Masalan, ularning nazarida odamlar bo'yining baland va pastligi ularning yoshini belgilaydi.

Tafakkur faolligiga qarab **ixtiyorsiz (intuitiv)** va **ixtiyoriy (anali-tik)** tafakkur turlariga ajratiladi. Intuitsiya deb mantiqiy tafakkur yordamida ko'p vaqtlar davomida hal qilinmagan aqliy vazifalarning to'satdan, kutilmaganda hal qilinib qolishi jarayoniga aytiladi.

Ko'pincha ixtiyoriy tafakkur jarayoni mulohaza, muhokama, isbotlash, gipoteza kabi shakllarda namoyon bo'ladi. Masalan, matematika, fizika, kimyo, psixologiya va boshqa fanlardagi misol va muammolarni yechish jarayoni.

Tafakkur jarayoni ixtiyorsiz yuz berishi ham mumkin. Lekin bu holda ular ixtiyoriy tafakkurga suyangan tarzda vujudga keladi. Jumladan, odamning amaliy, maishiy va hokazo faoliyatlarida ixtiyorsiz ravishda qator savollar paydo bo'lishi va ularga beixtiyoriy javoblar axtarish hollari uchrab turadi. Bunday paytlarda inson fikr yurityap-timi yoki yo'qmi buni bilish qiyin, vaholanki, u o'zicha go'yo savol-

larga javob topadiganday, shirin his-tuyg'ularni boshdan kechirayotganday bo'ladi, shuning uchun ko'pincha "tilimning uchida turibdi" deyiladi. Odamlar qandaydir matn yoki muammo, masala ustida bosh qotirib o'tirganlarida fikr yuritish mutlaqo beixtiyor ro'y berib qoladi va ularni asosiy topshiriqni bajarishdan uzoqlashtiradi.

Insoniyat tarixiy taraqqiyoti tarixidan shu narsalar ma'lumki, yirik ilmiy kashfiyotlar ko'pincha xuddi shunday beixtiyor fikr qilib turgan mahalda to'satdan ochilgan. Jumladan, yunon olimi Arximed solishtirma og'irlik qonunini zo'r berib, aqliy mehnat qilish paytida emas, balki, hech kutilmagan jarayonda, vannada cho'milib turgan paytida kashf etgan. Ulug' rus olimi D.I.Mendeleyevning hikoya qilishicha, u elementlar davriy tizimi jadvalini tuzish vaqtida uch kechayu, uch kunduz betinim mehnat qilgan, ammo bu vazifani nihoyasiga yetkaza olmagan. Undan so'ng charchagan olim ish stoli ustida uyquga ketgan va tushida bu elementlar tartibli joylashtirilgan jadvalni ko'rgan. Shunda D.I.Mendeleyev uyqudan uyg'onib, bir parcha qog'ozga tushida ayon bo'lgan jadvalni ko'chirib qo'ygan.

Ko'pincha psixolog va fiziologlarning ta'kidlashlaricha, muammoning bunday oson ravishda yechimini hech kutilmaganda yuqoridagi kabi beixtiyor hal qilinishi, shu kashfiyotlar olam yuzini ko'rganicha bo'lgan davr ichida oylab, yillab qilingan mehnatning yakuni, ya'ni tugallanmay qolgan tafakkur jarayonlarining nihoyasiga yetishidir, deb baholamoqda.

Yirik fiziolog hamda psixolog V.M.Bexterevning izohlashicha, bunday kutilmagan jarayonlarning ro'y berishiga asosiy sabab bu o'rganilayotgan masala to'g'risida uxlashdan oldin zo'r berib bosh qotirish, o'ylash (fikr yuritish) va butun zehni shuning bilan birga diqqat-e'tiborining tortilishi, kashf qilinishi zarur masalaga to'lato'kis yo'nalishidan iborat maqsadga muvofiqlashtirilgan murakkab barqaror psixik holatining hukm surishidir.

Ba'zida biz ma'lum bir vazifani hal qilish uchun muayyan, aniq bir strategiyadan foydalanayotganimizni anglamaymiz. Javob bizga o'z-o'zidan xayolimizga keladi. Har bir ko'plab qismdan iborat mozaikaga o'xshash vazifalarning yechimi ustida qanchalik uzoq vaqt o'ylanganini keyinchalik eslashimiz mumkin. Keyin to'satdan barcha qismlar birikib, yechim yaroq etib xayolimizga kelib qoladi. Bunday

tasodifiy portlash qobiliyatini psixologlar insayt deb ataydilar. O‘n yoshli Djonni Epplton quruvchilarni bir metr chuqurlikdagi sementli devor blokiga tushib ketgan chumchuqsimonlarga mansub sayroqi qushni qanday ozod qilish muammosining yechimida o‘z zakovatini namoyon etgani hayratga soldi. Djonni muammoni quyidagicha yechdi: chuqurga sekin-asta qum sepish kerak, bunda qushning doimiy ravishda ko‘tarilib borayotgan qum uyumining ustiga chiqib olishi uchun vaqt berish kerak (Ruchlis,1990)<sup>48</sup>.

Bizning hayotimizda insayt oydinlashuv holatining namoyon bo‘lishi ko‘pincha qoniqish tuyg‘usini uyg‘otadi. Murakkab vazifani hal qilib yoki nizoni qanday bartaraf etishni tushunib biz o‘zimizni baxtiyor sezamiz. Hazilning mohiyati analogik tarzda bizning insayt – kutilmagan yakun yoki ikkilamchi mazmuni nogahoniy tushunishga bo‘lgan qobiliyatimizdan iborat bo‘lishi mumkin. Biz professor Smitning hamkasblari bilan talabalarning uning ma‘ruzasini bo‘lishlari haqidagi suhbatidagi hikoyada: “Men endigina nimadir demoqchi bo‘lsam, qaysidir talaba gapirishni boshlaydi”, ikkilangan mazmuni topamiz<sup>49</sup>.

Fikr yuritilishi lozim bo‘lgan narsa-hodisalarni idrok yoki tasavvur qilish mumkin bo‘lsa, bunday tafakkur **konkret tafakkur** deb ataladi. U o‘z navbatida yaqqol-predmetli va yaqqol-obrazli tafakkur turlariga ajratiladi. Agar fikr yuritish obyekti bevosita idrok qilinsa, bunday tafakkur **yaqqol-predmetli tafakkur** deyiladi. Fikr yuritilayotgan narsa va hodisalar faqat tasavvur qilinsa, bunday tafakkur **yaqqol-obrazli tafakkur** deb ataladi.

Abstrakt tafakkur konkret tafakkurdan g‘oyat keng ma‘no anglanishi bilan, borliq, cheksizlik, sifat, miqdor, tenglik to‘g‘risida, go‘zallik yuzasidan mavhum abstrakt mulohaza yuritish mumkinligi bilan farq qiladi.

Hodisalarni izohlashga, faraz qilishga qaratilgan tafak-

**Abstrakt tafakkur** narsalarning mohiyatini aks ettiruvchi va so‘zlarda ifodalovchi tushunchalarga tayanib fikr yuritishdir. Algebra, trigonometriya, fizika, chizma geometriya, oliy matematika masalalarini yechish mahalida fikr yuritish, mulohaza bildirish, abstrakt tafakkurga xos misollardir.

<sup>48</sup> Devid Mayers. “Psixologiya”. Minsk, 2008. 416-bet.

<sup>49</sup> Devid Mayers. “Psixologiya”. Minsk, 2008. 414-bet.

kur **nazariy tafakkur** deb ataladi. Tushunchalar o'rtasidagi bog'lanishlarni yoritib borish va shu bog'lanishlarni nazariy jihatdan fikr yuritish yo'li bilan izohlash kabi jarayonlarni nazariy tafakkur yordamida amalga oshirish mumkin. Izohlash paytida izohlanayotgan narsa va hodisalar, xossa va xususiyatlar, jism va predmetlar, umuman butun voqelik ma'lum turkumdagi tushunchalar qatoriga kiritiladi va ularning farq qiladigan belgi va alomatlari fikran ajratib ko'rsatiladi. Bundan tashqari muayyan obyektlarning mohiyati, mazmuni mavjud bo'lishlik sabablari, kelib chiqishi, taraqqiyoti, o'zgarishi, shuningdek, ularning ahamiyati va funksiyasi hamda vazifalari izohlab beriladi.

Nazariy tafakkurni ayni bir paytda abstrakt tafakkur deb nomlash an'ana tusiga kirib qolgan. Bunday nom bilan atashga asosiy sabab nazariy tafakkurning umumiy hukmlarda ifodalanishidir. Masalan, diqqat barcha psixik jarayon va holatlarni muvaffaqiyatli amalga oshirish garovidir.

Nazariy tafakkur tufayli voqelikdagi umumiy va muhim bog'lanishlarni, xossalarni, qonuniyatlarni anglab olamiz. Shuning uchun quyosh va oy tutilishini, yulduzlar tizimining harakatini, ob-havo ma'lumotlarini, yer qimirlash o'choqlarini, voqea sodir bo'lishini ancha ilgari aytib berishimiz mumkin. Shu sababdan nazariy tafakkurni oldindan ko'rish imkoniyatini yaratadiganlarni **umumlashgan tafakkur** deb ataydilar.

Shunday qilib, abstrakt tafakkur orqali narsa va hodisalarni bevosita idrok qilish mumkin bo'lmagan xususiyatlari, o'zaro munosabatlari aniqlanadi, u yoki bu sohaga oid qonuniyatlar ochiladi, sabab-oqibat bog'lanishlari aks ettiriladi.

Muayyan fikrni chin yoki yolg'onligini obyektiv dalillar bilan isbotlash o'rninga, inson shaxsining ijobiy yoki salbiy sifatleri bilangina cheklanib qolishdan iborat tafakkur turi avtoritar tafakkur turi deb ataladi.

Voqelikni o'zlashtirish vositasi bilan real narsa va hodisalarning yaratilishiga yo'naltirilgan fikr yuritiladi. U ko'pincha odamlarning muayyan soha bo'yicha bilim saviyasining, darajasining cheklanganligidan va mustaqil fikr yuritish qobiliyatining yetarli darajada o'smaganligidan dalolat beradi.

**Ijodiy tafakkur** – murakkab bilish faoliyatidan biri bo'lib, tadrijiy ravishda izchil o'zaro bog'langan jarayonlardan tashkil topadi, dastavval savollar tug'iladi, vazifa aniqlanadi, masalani yechish va savollarga javob qidirish jarayoni vujudga keladi. Inson oldida turgan aniq vazifa



yoki masala bu bajarilishi yoki hal qilinishi zarur bo'lgan vazifa ko'pincha ifodalanishi shart bo'lgan maqsadni ham aks ettirib keladi. Maqsad esa insonning izlanayotgan noma'lum voqelikni topishga gumon va hayajon, shubha hislaridan xalos etishga qaratilgan maylidir.

Ijodiy tafakkurning navbatdagi tarkibiy qismlari quyidagicha aks etiriladi: qo'yiladigan savollarga javob berish, masalani yechishga yordam beradigan yo'llar, usullar, vositalar, qoidalar va ko'nikmalarni qidirish, ularni tanlash hamda mazkur faoliyatda ularni tatbiq qilish va boshqalar.

**Muammolarni hal** qilishda biz qanchalik uddaburon va topqir bo'lmaylik, bu jarayonga ikkita kognitiv effekt – oldindan paydo bo'lgan fikr va fiksatsiyalar (regidlik) aralashadi. Muammoni hal qilishdagi asosiy to'siq bizning g'oyalарimiz – oldindan paydo bo'lgan fikr sifatida ma'lum bo'lgan ko'rinishni tasdiqlaydigan ma'lumotni topishga intilish hisoblanadi. Rigidlik – muammoni yangi aspektda ko'rishga layoqatsizlik, masalani yechish yo'lidagi to'siqlarni namoyon etadi<sup>50</sup>.

Vazifani hal qilishdagi asosiy to'siq rigidlik – muammoni yangi burchakdan ko'ra olishga layoqatsizlik hisoblanadi. Biz muammoni o'zimiz noto'g'ri tasavvur qilishimiz sababli bu tasavvurni o'zgartirish va muammoga yangicha yondashishimiz qiyin bo'ladi. Biz muayyan yechimlarga sababsiz diqqatni jamlamaymiz: o'tgan safar ish bergan yechim ko'pincha yangi vazifani hal qilishda ham qo'l keladi. Masalan, quyidagi topshiriqni ko'rib chiqing:

B-I-U-T-?-?-? oxirgi uchta harf qanday?

<sup>50</sup> Devid Mayers. "Psixologiya". Minsk, 2008. 417-bet.

Ko'pchilik odamlar oxirgi uchta harf B(esh), O(lti) va Ye(tti) ekanini fahmlashga qiynaladilar. Biroq bu topshiriq keyingilarini yechishni osonlashtiradi:

Ya-F-M-A-?-?-? ushbu ketma-ketlikda oxirgi uchta harf qanday? (Agar bu topshiriq sizga murakkab tuyulsa, o'zingizdan hozir qaysi oyilagini so'rang.)

Garchi avvalgi muvaffaqiyat bizga keyingi topshiriqni bajarishga yordam bersa-da, biroq ba'zida yangi yechimni topishda xalaqit qilishi ham mumkin. O'tgan gal ish bergan yechimni takrorlash – bu aqliy shablon deb nomlanuvchi rigidlilik turidir. Mental shablon, idrok etish jarayonidan ko'ra topshiriqni yechish jarayoniga daxl qilishini istisno qilganda, idrok etish stereotipini eslatadi<sup>51</sup>.

Ijodiy fikrlashni ta'minlovchi omillar:

– fikr yuritish faoliyatida eng avval hal qilinishi zarur bo'lgan masala inson tomonidan aniqlab olinishi kerak;

– muammo yoki masalani hal qilish zarur bo'lgan barcha bilimlarni tatbiq qilish uchun intilish;

– masalaga, muammoga taalluqli gipoteza olg'a suriladi, bosqichlar taxmin qilinadi, yechim to'g'risida farazlar ishlab chiqiladi, turli variantlar hamda variatsiyalar haqida mulohaza yuritiladi, o'zaro xayolan solishtirib, eng samarali alomatlar ajratiladi va hokazo;

– muammo oldiga qo'yilgan farazni tekshirish zarurati tug'iladi;

– muammoni nazariy jihatdan hal qilish uchun ilgari surilgan gipoteza adekvat emasligi, noto'g'ri ekanligi aniqlansa, u fikr yuritish obyektidan siqib chiqariladi va yangi farazlar, o'ylar taxmin qilinadi yoki o'ylab topiladi.

Bizning oqilligimiz, uddaburonligimizning ijobiy tomonlaridan biri bu tushunchalarni shakllantirish va ulardan kerakli vaziyatlarda foydalana olish qobiliyatimizdir. Boshqa biri esa, notanish vaziyatlarga tushganda, muammolar bilan to'qnash kelganda ularni hal qila olish malakamizdir. Ba'zan muammolarni sinash va yangilash usullari bilan hal qilamiz. Tomas Edison lampochkani qizdirish uchun ishlaydiganini topguniga qadar minglab iplarni sinab ko'rgan va o'z oldiga qo'ygan muammoning yechimini topa bilgan. Ba'zi muammolarni

<sup>51</sup> Devid Mayers. "Psixologiya". Minsk, 2008. 418-bet.

yechish uchun esa, algoritm, ya'ni kafolatlangan yechim beradigan qadamma-qadam jarayonlariga amal qilamiz. Agar bizga SPLOYOCHYG to'plamidagi barcha harflardan foydalanib (ingliz tilida) so'z tuzishni taklif qilishsa, biz har bir so'zni mumkin bo'lgan barcha joylarga, pozitsiyalarga qo'yib ko'ramiz. Modomiki, qadamma-qadam jarayoni juda ko'p vaqt talab qiladigan hamda sermashaqqat jarayon bo'lganligi uchun biz ko'pincha muammolarni soddaroq usulda birmuncha yaqin, evristika deb nomlanuvchi usul, yo'l yordamida yechamiz. Shunday qilib, SPLOYOCHYG to'plamidagi barcha harflarni qayta qo'yib chiqish jarayonida ikkita Y harfini yonma-yon joylashgan harflar birikasiga yo'l qo'ymaslikka harakat qilamiz. Dastlab taxminiy evristika usulidan foydalanib, keyin esa sinash va yangilash usullarini qo'llab biz javob topishimiz, topshiriqni bajarishimiz mumkin<sup>52</sup>.

Muammo va masalani hal qilish, yechish, olingan natijalarning to'g'riligiga qanoat hosil qilish uchun yechuvchi, uni tekshirish bilan tafakkur harakatlarini yakunlaydi. Ijodiy tafakkurning navbatdagi tarkibiy qismlari quyidagicha aks ettiriladi: qo'yiladigan savollarga javob berish, masalani yechishga yordam beradigan yo'llar, usullar, vositalar, qoidalar va ko'nikmalarni qidirish, ularni tanlash hamda mazkur faoliyatda ularni tatbiq qilish va boshqalar<sup>53</sup>.

Ijodiy tafakkur turi o'zining samaradorligi va dolzarbligi, universalligi bilan boshqa fikr yuritish jarayonlaridan farq qiladi, yangi-yangi muammolarni o'ylab chiqish jarayoni bo'lib, insonning bilish faoliyatida yetakchi rol o'ynaydi<sup>54</sup>.

Psixologiya fanida tafakkur yana realistik va autistik turlarga ajratiladi.

Realistik tafakkur qurshab olgan atrof-muhitni o'rganishga, aks ettirishga qaratilgan fikr yuritish bo'lib, u mantiqiy qonun va qoidalar yordami bilan voqelikni in'ikos qiladi. Autistik tafakkur insonning xohish va istaklarini amalga oshirish bilan bog'liq ravishda sodir bo'ladi. Vizual tafakkur maqsadga muvofiq harakatlar yoki anglanilmagan operatsiyalar, chunonchi obrazlar manipulyatsiyasi va transformatsiyasi yordami bilan amalga oshiriladi va "aqliy anglanish"dan namoyon bo'ladi.

<sup>52</sup> Devid Mayers. "Psixologiya". Minsk, 2008. 415–416-betlar.

<sup>53</sup> James W.Kalat. *Introduction to Psychology*. 10 edition. 2013.

<sup>54</sup> James W.Kalat. *Introduction to Psychology*. 10 edition. 2013. 324–326-betlar.



Yirik sobiq sovet psixologlaridan biri Z.I.Kalmikova o'z tadqiqotlarida tafakkurni produktiv va reproduktiv turlarga ajratib o'rgangan edi.

Qisqa vaqt birligi ichida yangi original fikrlar yaratish yoki muhim ilmiy, amaliy masalalarni hal qilish bilan belgilanadigan tafakkur produktiv tafakkur deb ataladi. Reproductiv tafakkur esa passiv, tayyor mulohazalarni o'zlashtirib olishga va "tayyor holda" undan foydalanishga qaratilgan insonning bilish faoliyati ko'rinishidir.

**Fazoviy tafakkur** muammosi atoqli rus psixologi B.G.Ananyev va uning shogirdlari tomonidan tadqiq qilingan bo'lib, keyingi yillarda bu muammo yuzasidan taniqli psixolog I.S.Yakimanskaya tomonidan kasb-hunar kolleji o'quvchilarida tadqiqot ishlari olib borilmoqda. Fazoviy tafakkur deganda narsa va hodisalarning fazoda ratsional joylashishi, zamon va makon munosabatlarini, murakkab bog'lanishlarini adekvat ravishda aks ettirishdan iborat fikr yuritish jarayoni tushuniladi, tasavvurlar, xotira va xayol tasavvurlari bilan uzviy bog'liq holda namoyon bo'ladi.

## **TAFAKKUR BORASIDAGI PSIXOLOGIK NAZARIYALAR TALQINI**

Tafakkur kategoriyasi G'arbiy Yevropa va AQSH mamlakatlarida turli psixologiya maktablari va yo'nalishlarining tadqiqot predmetiga aylangan. Bilish nazariyasiga asoslangan holda tafakkur jarayon, faoliyat sifatida ham nazariy, ham amaliy jihatdan bir nechta yirik konsepsiyalar namoyandalari tomonidan o'rganilgan. Tafakkurga turlicha yondashuv uning mohiyatini keng ko'lamda ochilishiga xizmat qilgan. Ilmiy maktablar tomonidan kashf qilingan qonuniyatlar, mexanizmlar, fenomenlar, sifatlar to hozirgacha o'z ahamiyatini saqlab kelmoqda.

1. XVIII asrning ikkinchi yarmida Angliyada psixologiyaning asotsiativ oqimi vujudga kelgan bo'lib, u yer yuzining ko'pgina davlatlariga kirib bordi. Oqimning asoschisi David Yum (1711–1776) bo'lib, uning maslakdoshlari David Gartli (1705–1757), Djozef Pristli (1733–1804)lar psixik hodisalar, holatlar, jarayonlar hamda tasavvur obrazlarini yaxlit holda birlashishning asosiy qonuni tariqasida as-

sotsiatsiyalar haqidagi psixologik ta'limotni yaratganlar. David Yumning ta'limotiga binoan, ongning murakkab xususiyatlari, holatlari, hodisalari, jarayonlari va ularning mahsullari o'zini o'zi anglash yoki boshqacha so'z bilan aytganda, o'zining "Men" ekanligini tan olish, o'zaro tashqi bog'lanishlar bilan uzviy aloqaga ega bo'lgan "tasavvur birikmalari"dan tashkil topgandir.

**Ingliz David Yum va uning maslakdoshlari David Gartli, Djozef Pristli tomonidan yaratilgan assotsiatsiya psixologiyasi XVIII asr uchun progressiv ahamiyat kasb etgan. Ta'limotning mohiyati quyidagilarda o'z aksini topadi: a) ongning murakkab xususiyatlari, jarayonlari va ularning mahsullari o'zini o'zi anglash; b) shaxs tomonidan o'zining «Men»ligini tan olish; d) o'xshashlik, yondoshlik, kontrast mezonlarga egaligi.**

2. Bixeviorizmning asoschilari Dj.Uotson (1878–1958) va E.Torndayklar (1871–1949) hisoblanadilar. Oradan muayyan davr o'tgandan keyin ularning qatoriga K.Leshli (1890–1958), A.Veys (1874–1931)lar kirib keldilar. Muayyan davr oraliq'ida mazkur psixologik oqim jahon fan olamida hukmronlik rolini o'ynadi. To XXI asrgacha bu oqim bir nechta mustaqil psixologik ilmiy maktablarga ajralib ketdi. Ammo ularning mohiyatida bixeviorizmga oid atributlar saqlanib qoldi.

**XIX asrning oxiri va XX asrning boshlarida vujudga kelgan bixeviorizm (xulq psixologiyasi) oqimi psixologiya tarixida alohida o'rin egallaydi. Bixeviorizm namoyandalari psixologiya fanining predmeti psixikani tadqiq etish emas, balki insonlar va hayvonlar xulqini o'rganishdir, degan g'oyani ilgari suradilar. Bixeviorizm nazariyasicha, psixologiyaning asosiy vazifasi tashqi stimuly bilan unga qaytariladigan reaksiyalar o'rtasida kechadigan bog'lanishlar mohiyatini aniqlashdan iborat. Lekin XX asrning ikkinchi yarmida uning kognitiv nazariyasi vujudga kelib uning formulasi o'zgardi. Natijada subyektiv bixeviorizm test-operatsiya-test-mahsul bilishning tizimiga aylandi. Obraz va plan taraqqiyotning bosqichi sifatida mujassamlashdi.**

3. XX asrning boshlarida Germaniyada vujudga kelgan Vyursburg psixologiya maktabi tafakkurni o'rganishga yo'naltirilgan psixologik oqim sifatida muhim o'rin egallaydi. Bizningcha, ushbu psixologik yo'nalishning yirik namoyandalari tariqasida O.Kyulpe (1862–1915), K.Byuller (1879–1922), A.Messer (1867–1937), Ax Nartsis (1874–1946) va boshqalarni ta'kidlab o'tish maqsadga muvofiq.

**Vyursburg psixologiya maktabi vakillari tafakkur jarayonining mazmuni va mohiyatini operativ tarzda fikr obyektiga tushirish va uzatish mumkin emas, degan tezisini yaratdilar. Ular tafakkurni tadqiq qilishning asosiy metodi o'zini o'zi kuzatish ekanligini tan oldilar. Tafakkur bilan nutq, tafakkur bilan hissiy obrazlar, tafakkur determinatsiyasi, uni tanlash xususiyati, masala va uni yechish vositalari kabi muammolar izchil ravishda o'rganila boshlandi. O. Zelts esa tafakkurni yuksak bilish jarayoni sifatida eksperimental metodlar sistemasi yordami bilan tadqiq etdi. Intellektual operatsiyalarni ham nazariy, ham amaliy jihatdan tavsiflab berdi. Tafakkurni o'rganish metodikalarini modifikatsiya qildi va invariantlarini yaratdi.**

4. XIX asrning oxiri XX asrning boshlarida Germaniyada geshtaltpsixologiya oqimi yuzaga keldi va to hozirgacha o'z ilmiy qimmatini saqlab kelmoqda. Mazkur yo'nalishning yirik namoyandalari qatoriga X.Erenfels (1859–1932), V.Kyoler (1887–1967), K.Kofka (1886–1941) va boshqalarni kiritish mumkin. Geshtaltpsixologiya mohiyatidan kelib chiqqan uning namoyandalari jamiki ruhiy jarayonlar oddiy (sodda) holatlardan, ya'ni sezgilardan iborat ekanligini ta'kidlagan assotsiatsiya psixologiya maktabi vakillari g'oyasini tanqidiy tahlil qilganlar.

**Tafakkurni tadqiq etishda geshtaltpsixologiya oqimi namoyandalari tomonidan amalga oshirilgan izlanish natijalari to hozirgacha o'z qiymatini saqlab kelmoqda. Geshtaltpsixologiya vakillarining mulohazasicha, har bir ruhiy hodisaning mazmuni uning tarkibiga kiruvchi qism va unsurlarning yig'indisini birgalikda aks ettirishdan, ko'lam jihatidan keng, mazmun jihatidan rang-barangdir. Bu yo'nalishning markaziy nazariyasi har qanday psixologik jarayonlarning bosh mohiyati ularning sezgilarga o'xshash alohida unsurlarga emas, balki konfiguratsiya, shakl yoki geshtallarning yaxlit yaratilishidan iboratligi. Ushbu yondashuv tafakkurni tadqiq etishda xilma-xillikni vujudga keltiradi, uning yangi qirralarini ochishga xizmat qiladi.**

5. XX asrda ijodiy faoliyatini boshlagan shveysariyalik psixolog Jan Piaje (1896–1980) intellekt muammosiga bag'ishlangan yangi nazariyasini ishlab chiqdi. J.Piaje o'z asarlarida "tafakkur" tushunchasi o'rninga aksariyat hollarda "intellekt" tushunchasini qo'llaydi.

**J.Piajening intellekt nazariyasi ikkita o'zaro bir-biriga bog'liq jihatga ajratilgan bo'lib, uning birinchisi intellekt funksiyalari, ikkinchisi esa intellektning davrlari to'g'risidagi ta'limotni o'zida mujassamlashtiradi. Intellektning asosiy funksiyalariga uyushqoqlik, tartiblilik, adaptatsiya kiradi. Intellektning adaptatsiya funksiyasi esa assimilyatsiya va akkomadatsiya jarayonlaridan tashkil topadi. U yosh davrga aloqador vaqt oralig'ida shaxsning har xil xususiyatli tajribaga ega bo'lishini bilish strukturasi deb ataydi. Nazariyaga ko'ra, tashqi olamdan qabul qilinadigan axborotlar mohiyatining barchasi inson tomonidan o'zlashtirilmasligi mumkin, chunki assimilyatsiya hodisasi yuzaga keladi. Shu boisdan shaxsning ichki bilish strukturasi bilan axborotlar mohiyatining mos tushgan qismini qabul qilish mumkin, xolos.**

6. Sobiq Ittifoq psixologiyasida tafakkur muammosi turlicha yondashuvlarga asoslangan holda o'rganilgan. Ilmiy psixologiyani yaratishga intilish davridagi yirik fan namoyandalari (L.S.Vigotskiy, A.N.Leontev, P.Ya.Galperin, V.V.Davidov, D.B.Elkonin, O.K.Tixomirov, P.P.Blonskiy, N.A.Menchinskaya, G.S.Kostyuk, M.N.Shardakov, S.L.Rubinshteyn, N.D.Levitov, V.A.Krutetskiy, Ye.N.Kabanova-Meller va boshqalar) chet el psixologlaridan farqli o'laroq parapsixologik, psixoanalitik va boshqa yo'nalishlardagi zaif tomonlarini tanqidiy tahlil qilib, o'zlarining materialistik g'oyalarini keng ko'lamda yo'yishga intildilar.

**Bu bilan ular determinizm, ong va faoliyat birligi, taraqqiyot prinsiplarini izchil ravishda, mukammal tarzda shaxs kamoloti, psixikaning mohiyati va moddiy asoslari yuzasidan yangi g'oyalar, omillar, mexanizmlar bilan uyg'unlashtirib dalillashga muvaffaq bo'ldilar. Fanning metodologiyasini yaratishga harakat qildilar. Sobiq Ittifoq psixologlarining bir qismi tafakkurni eksperimental tadqiq etishga kirishdilar va muayyan darajada muvaffaqiyatlarga erishdilar. Keyingi yillarda tafakkur psixologiya fanining boshqa tarmoqlarining tadqiqot predmetiga (pedagogik psixologiya, yosh psixologiyasi va hokazo) aylandi.**

7. Mamlakatimiz hududida dunyoga kelgan buyuk ajdodlarimiz (Abu Mansur Muhammad ibn Muhammad al-Motrudiy, Abu Nasr Forobiy, Abu Rayhon ibn Ahmad Beruniy, Abu Ali ibn Sino, Umar Xayyom, Alisher Navoiy, Abdulla Avloniy, Abdurauf Fitrat va boshqalar) nazariyalarida ham tafakkur jarayoni o'zining munosib o'rnini egallagan.

**Ular bilishning ikki (aqliy va hissiy) bosqichiga asoslangan holda tafakkurni uning yuksak darajasi sifatida tahlil va talqin etganlar. Tafakkurning tuzilishi, tarkiblari to'g'risida mukammal mulohazalar yuritganlar, ularning operatsiyalaridan foydalanish imkoniyatlari yuzasidan fikr bildirganlar. Tafakkurning ijtimoiy institutlardagi yuksak o'rni, ahamiyati to'g'risida qat'iy tavsiflar berganlar. Uning rivojlanishi to'g'risida ham nazariy, ham amaliy fikrlarni ishonchli omillarga suyangan holda izohlashga muvaffaq bo'lganlar.**

XX–XXI asrlarda ijod qilgan va qilayotgan mamlakatimiz psixologlarining aksariyati (P.I.Ivanov, N.N.Negmatov, M.Vohidov, M.G.Davletshin, E.G'.G'oziyev, K.Turg'unov, B.A.Tokareva, V.M.Karimova, R.I.Sunnatova, Z.T.Nishonova va boshqalar) tafakkurni pedagogik psixologiya, yosh psixologiyasi tarmoqlari tadqiqot predmeti nuqtayi nazaridan o'rganganlar.

**Ular o'z izlanishlarida tafakkurning gender xususiyatlari, yosh davr tafovutlari, pedagogik texnologiyaning unga ta'siri, shuningdek, mustaqil, ijodiy tafakkurni shakllantirish, fikrlash faoliyatida subyektlarning o'zaro farqlari, taraqqiyot dinamikasi masalalarini tadqiq etishgan.**

To hozirgacha tafakkur psixologlarimiz uchun dolzarb muammo sifatida qaralmoqda.

## **NUTQNING RIVOJLANISHI**

**Nutqning rivojlanishi.** Tabiat mo'jizalaridan biri – bola tomonidan nutqni o'zlashtirish qobiliyatidir. Bolalarning oddiy guv-guvlash jarayonidan bir so'zli bosqichga va telegrafik, ikki so'zli bosqichga yengil o'tishlari olimlar o'rtasida ko'plab bahs-munozaralarga sabab bo'lib

kelgan. Bixevioristik oqim namoyondalaridan Skinner biz tilni imitatsiya, ya'ni taqlid qilish va uni mustahkamlashning ma'lum tamoyillari vositasida o'rganamiz, deb tushuntirgan. Lingvist Noam Xomski Skinner fikrlariga e'tiroz bildirib, bolalar biologik va fiziologik jihatdan so'zlarni o'rganish va grammatikadan foydalanishga tayyor bo'ladilar, deydi. Biroq grammatikani o'zlashtirish inson hayotining dastlabki bir necha yilini egallashini inobatga olganda uning fikrlari o'ta bahsli va tanqidiydir.

*Til* – bizning so‘zimiz va fikrimiz mazmunini yetkazish uchun ularni qay tarzda uyg‘unlashtirishimizning hosilasi bo‘lib, bizning fikrlarimizni, qarashlarimizni ifodalashga ko‘maklashadi. Til fonema deb nomlanuvchi asosiy nutqiy tovushlar; qiymatning elementar qismlari – morfema; grammatikani tashkil etuvchi semantika (mazmun) va sintaksis (so‘z tartibi to‘g‘risidagi bo‘lim)dan iborat.

**Hayvonlarda nutq paydo bo'lishi mumkinmi?** Yana bir hayotiy masala – nutq yagona insoniy fenomen hisoblanadimi? Shubhasiz, hayvonlar muloqot qiladilar. Masalan, asalarilar ozuqa bor joyni raqsga oid harakatlarning jimjimador uyg'unlashuvi va tovushli signal vositasida yetkazadilar. Psixologlarning bir necha guruhi esa odamsimon maymunlar, shu jumladan, shimpanzening bir necha turlarini odamlar bilan belgilar yordamida yoki kompyuterga biriktirilgan knopkalarni bosish vositasida muloqot qilishga o'rgatdilar. Maymunlar ahamiyatli darajada lug'at boyligini egalladilar. Ular mazmunni yetkazish, iltimosni ifodalash va mantiqan tugallash uchun gaplar tuzdilar. Skeptik (har narsaga shubha bilan qarovchi)lar inson va odamsimon maymunlarning tilga qobiliyatlari, ayniqsa, sintaksisdan foydalanib so'zlarni bir-biriga bog'lash qobiliyati o'rtasidagi muhim tafovut va farqlar borligini ta'kidladilar. Shunga qaramay, ushbu tadqiqotlar odamsimon maymunlarning deyarli bilishga oid qobiliyatlari borligidan guvohlik beradi<sup>55</sup>.

Tilsiz tevarak olamning mohiyati tushunarsiz va biz til orqali ifodalaydigan olam madaniylashmagan bo'lar edi. Til bizning nimalar haqida xayol qilishimiz, idrok etishimiz va eslab qolishimizga ta'sir

<sup>55</sup> Devid Mayers. "Psixologiya". Minsk, 2008. 414-bet.

ko'rsatadi. Shubhasiz, ta'lim bizning so'zlash va fikrlash kuchimizni, qobiliyatimizni oshirish imkoniyatiga ega. Biroq fikrlash jarayoni ak-sariyat holda so'zsiz olib boriladi.

Tafakkur va til o'zaro o'ta jumboqli tarzda chatishib, qo'shilib, birikib ketgan jarayondir. Psixologlar oldida turgan "birinchi bo'lib nima paydo bo'lgan tafakkurmi yoki til?" – degan savol go'yoki "tovuq oldin paydo bo'lganmi yoki tuxum?" tarzidagi savollar turidan biri bo'lib, muhim masala hisoblanadi. Balki g'oyalimiz avval paydo bo'lib, keyin ularni so'zda ifodalashimizni kutar? Yoki bizning fikrlarimiz so'zga kiydirilgan va ularsiz mazmunga ega emasdir?<sup>56</sup>

### TILNING TAFAKKURGA TA'SIRI

Biz til va tafakkurni bir bobda ko'rib chiqamiz, chunki ularni ajratish juda murakkab.

Lingvist Benjamin Li Uorfning ta'kidlashicha, til fikrlash usuli belgilaydi. Uorfning lingvistik relyativlik faraziga muvofiq turli tillar haqiqatni turlicha idrok etadi: "Tilning o'zi insonning asosiy g'oyalarni shakllantiradi". Uorfning relyativlik farazi, ehtimol, faqat bitta tilda gaplashadigan va bu tilda fikrini bayon etuvchi odamlarning xayoliga kelmagan bo'lardi. Ikkita bir-biriga o'xshamagan, masalan, ingliz va yapon tilida so'zlashuvchilar esa, bir tilda so'zlashuvchilardan farqlanadi. Shubhasiz, inson turli tilda turlicha o'ylaydi (Brown, 1986). Darg'azablik, jahl kabi ichki kechinmalarni ifodalashda boy lug'at zaxirasiga ega bo'lgan ingliz tilidan farqli ravishda yapon tilida bir necha so'zni ishlatadilar, shaxslararo kechinmalar, masalan, simpatiyani ifodalash uchun ham yapon tilida bir necha so'zlardan foydalanadilar (Markus & Kitayama, 1991). Ikki tilda gaplashuvchilar ko'pincha qaysi tildan foydalanishlariga qarab o'zlarini turlicha his qilishlarini ta'kidlaydilar (Matsumoto, 1994). Osiyodan Shimoliy Amerikaga ko'chib o'tgan ikki tilda muloqot qiluvchi shaxsda ikki tildagi bir xil testning natijalari turlicha chiqishi mumkin (Dinges & Hull, 1992). Til o'rganing va siz dunyo xalqlari madaniyati haqida ko'p narsalarni bilib olasiz. Qachonki til, so'zlash yo'qolsa – dunyoning 5000 tilidan barchasining taqdiri yo'qoladi – olam bu tilga

<sup>56</sup> *Devid Mayers. "Psixologiya". Minsk, 2008. 444-bet.*

taalluqli madaniyat va tafakkurni ham yo‘qotadi. “Barcha so‘zlar – bu g‘oyalar ilinadigan ilgakdir” (Henry Wurd Beecher “Plimut kafedrasidan matallar” (1887) asaridan). Tilning fikrlash usulini belgilash haqidagi masala munozarali muammolardan biridir. Ammo bizning fikr ifoda etishda ishlatadigan so‘zlarimiz nima haqida o‘ylashimizga ta‘sir ko‘rsatadi, shuning uchun biz ularni yaxshilab tanlashga, tushunarli va ta‘sirchanlaridan foydalanishga intilamiz. Qachonki ayollar haqida qizlar kabi so‘zlanganida, masalan, “qizlar ofisda” ifodasida bu ayollar lavozimi jihatdan quyi maqomga ega (masalan, kotiba qizlar), degan taassurot uyg‘onadi, shunday emasmi? Yoki u olmoshini jinsga oid foydalanishni olib ko‘ramiz. Agar men “Bola tilni uning tarbiyachisi bilan o‘zaro hamkorlikda o‘rganadi” yoki “Bolalar tilni ularning tarbiyachilari bilan o‘zaro hamkorlikda o‘rganadilar”, deb yozsam farqi bormi? Kimdir hech qanday farqi yo‘q, deb aytishi mumkin. Ammo bu yerda olmoshning birlik va ko‘plikda turlanishini aytib o‘tish joiz. Yoki “bola” so‘zi ishlatilganda ko‘pincha tinglovchida gender jihatdan o‘g‘il bola haqida gap ketayotgani tushuniladi<sup>57</sup>.

Har qanday tilni o‘zlashtirishga bo‘lgan qobiliyat tafakkurga ta‘sir ko‘rsatadi va lug‘at zaxirasining boyishini ta‘limning tayanch qismi qilib qo‘yadi. Tilning kengayishi, boyishi fikrlash qobiliyatining kengayishi demakdir. Bolalikda fikrlash qobiliyati til bilan birga rivojlanadi (Gopnik & Meltzoff, 1986). Shuning uchun ko‘plab darsliklar, qo‘llanmalarda yangi g‘oya, fikrlashning yangi usullarini namoyish etish maqsadida yangi so‘zlardan foydalaniladi. Kanada, Shveysariya, Isroil, Janubiy Afrika va Singapurda ikki tilni o‘zlashtirgan bolalar zehni o‘tkiriligini tekshirish uchun o‘tkazilgan testlar natijasi shuni ko‘rsatdiki, ularning zehni o‘tkirligi bir tilni biladigan bolalar zehnidan ustunlikni namoyon etgan. Shuni anglab yetgan Lambert ingliz tilida so‘zlashuvchi bolalarni fransuz tilini o‘rganishga jalb etish imkonini beradigan kanada dasturini ishlab chiqdi. (1981-yildan 1991-yilgacha bo‘lgan muddat ichida fransuz tili bilan shug‘ullanuvchi Kvebekdan bo‘lmagan kanadalik bolalar soni to‘rt barobarga – 65 000 dan 250 000 ga ortdi, Columbo, 1994.) Tahsilning dastlabki uch yilida ingliz tilida so‘zlashuvchi bolalarga fransuz tili

<sup>57</sup> Devid Mayers. “Psixologiya”. Minsk, 2008. 446-bet.



o'qituvchisi dars beradi. Beshinchi va oltinchi sinfdan darslarning faqat yarmi ingliz tilida o'tiladi. Bolalarning fransuz tilini o'rganishning boshqa usullari bilan taqqoslab bo'lmaydigan ravishda tez va ravon o'zlashtirishlari hayratlanarli edi. Bundan tashqari, ularda shunday qobiliyatli bir tilli tengdoshlaridan o'zlashtirishda deyarli farqlar sezilmagan. Ularda o'zlashtirish o'ta yuqori, matematika va fransuz-kanada tillariga hurmati balandligi aniqlangan<sup>58</sup>.

Shunday qilib, ingliz tilida so'zlashuvchi kanadaliklarga keyinchalik ikki tilda so'zlashish imkonini beradigan muhitga kirib borish, albatta, foyda berdi. Son jihatdan ozchilikni tashkil qiluvchi ba'zi bir millat sohiblariga ikki tillilik qanchalik foydali? "Faqat ingliz tili" tarafdorlari bu masalaga o'z fikrlarini bildirganlar. Ular ikki tilli dasturlar qimmat, samarasiz va boshqa tilli bolalarning ingliz madaniyatiga singib ketishlari murakkab ekanligini ta'kidlaganlar. Biroq tadqiqotlar bunday bolalarning ikki tilli tahsildan foyda ko'rishlarini, ayniqsa, bu "ikki tomonlama" maktablarda, ya'ni ingliz tilida so'zlashuvchi tengdoshlari bilan birgalikda darslarning yarmi ingliz tilida, qolgan yarmi ularning ona tilida o'tadigan maktablarda o'ta samara berishini ko'rsatadi. To'liq ingliz tilida dars beriladigan maktablarga tushgan ingliz tilida so'zlashmaydigan bolalar bilan solishtirganda fransuz-ingliz maktablarining bolalari o'z qadr-qimmatlari tuyg'usini namoyish etishga ko'proq moyilliklarini ko'rsatishgan. Ular dasturdan ortda qolib ketmaydilar. Natijada ingliz tilini o'zlashtirishda ham mahoratning yuqori darajasiga erishadilar (Hamers & Blanc, 1989; Padilla & Benavides, 1992; Thomas & Collier, 1997)<sup>59</sup>.

Til belgilari vositasida lug'at boyligini kengaytirish minglab yillar davomida mulkka merosxo'rlik qilish, tahsil olish, oila qurish yoki murakkab ishlar uchun yaroqsiz deb hisoblangan eshitishida muammosi bo'lgan (kar) bolalarga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi (Sacks, 1990). Belgili til keng tatbiq etilgandan so'ng bunday toifadagi maktabgacha yoshdagi bolalar belgili til muhitiga tushdilar, keyin esa shu tilda ta'lim olib, ular to'liq savodli bo'lganlarini isbotladilar. Belgilar tilini biladigan eshitishida muammosi bo'lgan ota-onalarning shun-

<sup>58</sup> Devid Mayers. "Psixologiya". Minsk, 2008. 446-bet.

<sup>59</sup> Devid Mayers. "Psixologiya". Minsk, 2008. 447-bet.

day nuqsonli bolalari boshqa eshitishida muammosi bo'lgan bolalardan aql-idrok va o'zlashtirishda ustunlik qiladilar (Isham & Kamin, 1993). Til eshitishida muammosi bo'lgan bolalar va sog'lom bolalar uchun tajriba manbasidir. Til bizni o'tmish va kelajak bilan bog'laydi. Til bizni bir-birimiz bilan bog'laydi.

### TILSIZ TAFAKKUR

Siz yolg'iz qolganingizda o'zingiz bilan o'zingiz gaplashasizmi? Ehtimol, tafakkur – bu shunchaki o'zi bilan o'zi suhbatlashishdir? Shubhasiz, so'z g'oyalarni yetkazib beradi. Biroq g'oyalar so'zdan oldin paydo bo'lmasmikin: vannada sovuq suvni yoqish uchun kran tutqichini qaysi yo'nalishda aylantirasiz?

Bu savolga javob qaytarish uchun siz, ehtimol, so'z bilan emas, balki xayoliy surat bilan fikrladingiz. Haqiqatan, biz ko'pincha obrazlar bilan fikrlaymiz. Rassomlar obrazlardan foydalanadilar. Bu kompozitorlar, shoirlar, matematiklar, atletlar va olimlarga ham xos xislat. Albert Eynshteyn o'zining eng buyuk kashfiyotlari vizual obrazlar natijasi ekanini, keyinchalik ularni so'z bilan ifodalaganini tan olgan.

1958-yil Chaykovskiy nomidagi fortepyano musiqachilari musobaqasida ikkinchi o'rinni egallagan Lyu Chi Kung bir yildan so'ng Xitoydagi madaniy inqilob vaqtida qamoqxonaga tushib qoladi. Tez orada u yerdan chiqqach, yetti yil davomida pianinoga qo'lini tekkizmaydi, musobaqaga yo'l oladi va muvaffaqiyatli ishtirok etadi. Tanqidchilar uning musiqiy qobiliyatiga har qachongidan ko'ra yuqori baho beradilar. Amaliyotsiz u buni qanday uddaladi? U shunday javob beradi: “Men har kuni mashq qildim, – deydi Lyu. Men qachonlardir ijro etgan har bir asarimni notama-nota miyamda chalardim” (Garfield, 1986).



Yana bir misol “Olimpiya atletlari uchun psixologik mashq qilish tayyorgarlikning odatiy qismiga aylandi”, – deydi Richard Suin (pressada). Golfning buyuk o'yinchisi Djek Niklaus esa har bir

zarbadan oldin, odatda, miyasida “kino ko‘rishi”ni aytgan. Djordjiya Nigro (Georgia Nigro, 1984) laboratoriya testida bunday mashq qilishning foydasini namoyish qildi. U test qilinayotganlardan drotik (irg‘itiladigan o‘q)ni nishonga 24 marta otishlarini iltimos qildi, keyin testdan o‘tuvchilarning yarmi xayolan bu mashqni bajardi va nihoyat barcha sinaluvchilar drotikni yana 24 martadan otdilar. Yaxshilanish faqat vaziyatni psixologik jihatdan modellashtirishni amalga oshira olgan odamlardagina kuzatildi. Amerika milliy tadqiqotchilik kengashining Psixologlar qo‘mitasi amerika armiyasida sportga oid malakalarni yaxshilash haqidagi da‘voni o‘rganib chiqdi va ko‘plab mashqlar (jumladan, ESP) mazmunsiz ekan, degan xulosaga keldi (Druckman & Swets, 1988). Nigroniki kabi eksperimentlarga asoslanib ular motorli malakani aqliy ishlab chiqish foydali, degan xulosaga keldilar.

**Til fikrlashga ta’sir qiladi.** So‘zlar g‘oyalarni uzatadi, til esa g‘oyani o‘zida mujassam etadi. Garchi lingvistik relyativlik farazi til fikrni belgilashini taxmin qilsa-da, til fikrga ta’sir ko‘rsatadi, deyish to‘g‘ri bo‘lardi. Shaxs olmoshining ta’siri va tafakkurni yaxshilash uchun lug‘at zaxirasini boyitish qobiliyati so‘zning ta’siridan dalolat beradi.

**Tilsiz tafakkur.** Ba’zi g‘oyalar, masalan, turli ranglarni idrok etish va eslab qolish qobiliyati tilga bog‘liq emas. Biz ba’zida so‘zlardan ko‘ra obrazlar bilan o‘ylaymiz va yangi g‘oyalarni ifodalash uchun yangi so‘zlarni o‘ylab topamiz. Shunday qilib, aytishimiz mumkinki, borliq avval tilimizga, keyin bizning fikrlarimizga ta’sir ko‘rsatadi<sup>60</sup>.

## NUTQ TURLARINING PSIXOLOGIK TAVSIFI

Insoniyatda nutqning hozirgi zamon avlodiga xos artikulyatsion apparati paydo bo‘lgunga qadar, imo-ishoralardan foydalanib nutq so‘zlagan. Ma’lumki, qadimgi ajdodlarimizning nutqi va nutq faoliyati hozirgi zamon kishilarida qanday funksiyani bajarayotgan bo‘lsa, o‘sha davrda ham xuddi shunday vazifani ijro etgan. U davrlarda axborotlar, ma’lumotlar ko‘lami tor bo‘lgani tufayli insonlar noverbal nutqdan ko‘p davrlar muvaffaqiyatli foydalanib kelganlar.

<sup>60</sup> Devid Mayers. “Psixologiya”. Minsk, 2008. 448-bet.

Noverbal nutq turini shartli ravishda quyidagi ko'rinishlarga ajratish mumkin: imo-ishora, exologik, ya'ni aks-sado, mimika, signifikatsiya, pantomimika, daktilogik (barmoq nutqi).

Avlodlar tarbiyasi, ma'lumotlar uzatish noverbal nutq orqali amalga oshirilgan, ijtimoiy va xususiy (shaxsiy) fikr uzatish hamda qabul qilish ana shu tariqa namoyon bo'lgan, tobora takomillashib borgan.

Insoniyat yer yuzida hayot va faoliyat ko'rsatish davrining dastlabki pallasida asosiy nutq turi sifatida imo-ishora alo-

hida ahamiyat kasb etgan.

**Etnik stereotiplar asosida muayyan kechinmalarni, ma'lum axborotlarni shaxslararo munosabat jarayonida uzatish va qabul qilishda ifodalanuvchi tovushsiz, lekin ma'noli, mazmunli harakat turi imo-ishorali nutq deyiladi.**

Masalan, o'zbeklarda fikrni tasdiqlash old tomonga bosh siltash bilan ifodalansa, xuddi shu ma'noni bulg'orlarda boshni sarak-sarak qilish anglatib keladi. Bir xalqda sanash boshmoldoqdan boshlansa, boshqasida jimjiloqdan, birisida barmoqlar bukilsa, ikkinchisida unday qilinmaydi.

**Yuz harakatlari (fizionomiya) yordamida insonni inson tomonidan idrok qilish, o'zgaralar fikriga javob qaytarish, tana a'zolari rangining o'zgarishi hisobiga shaxslararo munosabatga kirishishda namoyon bo'luvchi noverbal nutq turiga mimika deyiladi.**

Tabassum, jilmayish, miyig'ida kulish, lab qisish va cho'chchaytirish, til chiqazish, qosh uchirish va suzish, xullas turli psixologik holatlarni, ayniqsa hissiy kechinmalarni aks ettiruvchi kommunikativ, interaktiv, pertseptiv xususiyatli nutq turi mimika bo'lib hisoblanadi. Mimika yordami bilan haqgo'ylik, quvlik, yoqtirish va yoqtirmaslik, samimiylilik va ikkiyuzlamachilik, hasad: quvonch, qayg'u, baxtiyorlik singari yuksak tuyg'ular namoyish etiladi. Xush yoki noxush kechinmalar aks etilayotganligidan kelib chiqqan holda muomala jarayoni qisqa muddatli, yoki uzoq muddatli vaqt mezonini namoyon qiladi, qayg'u, baxt hislarini ifodalab keladi. U mono vaziyatni, diada, triada, poliada ko'rinishidagi

shaxslararo munosabat shakllarini yaqqol aks ettiradi, fikrni uzatish, qabul qilish, ta'sirlanish, ruhlanish kabi funksiyani bajaradi. Hayotiy tajribaning ko'payishi bilan ichki kechinmalarni (interiorizatsiyalash) tashqi voqea-hodisalarga almashtirish (eksteriorizatsiyalash) bilan yakunlanadi, ko'pincha individual va ijtimoiy tarbiya vazifasini bajaradi.

**Yuz harakatlari, tana a'zolari, qaddi-qomat yordami bilan fikrlarni uzatish, syujetli qoidali, ma'noli, dramatik kechinmali noverbal nutq turi pantomimika deb ataladi.**

O'z mohiyati ko'lamini bilan mimikadan ustuvor xususiyatga ega bo'lib, axborotlar, intim holatlar, murakkab kechinmalar yuzasidan o'zgalarga ma'lumot uzatish tarzida hukm suradi. Insonda turmush tajribasi ortib borishi, kasbiy faoliyat mazmunini rollarga va syujetga asoslangan holda ssenariysini yaratish, vaziyatga qarab qisqa va uzoq muddatli informativ funktsiya bajaradi. Pantomimika yumor hissini, qo'rqinch tuyg'usini, zahmat obrazini, dahshat kechinmasini o'zida aks ettirib, ko'pincha kommunikativ funksiyani ijro qiladi, hissiy aloqa o'rnatish orqali taassurotlar mukammalligi ta'minlanadi.

Tashqi ta'sirlanish va uning teskari aloqasi kulgida, ko'z yoshlarida (xoh quvonchli, xoh qayg'uli bo'lishidan qat'i nazar) ifodalanib, asotsiatsiyalarni jonlantiradi va ko'lamini kengaytiradi. Pantomimika sahna harakatiga nisbatan qobil, iste'dodli, iqtidorli salohiyat namunasini namoyish etib, maxsus qobiliyatli shaxslar tomonidan maqsadga muvofiq ravishda ijro qilinadi, lekin istisno tariqasida o'qituvchilik faoliyatida ham unumli foydalaniladi. Yaqqol ruhiy hodisalar, holatlar, xususiyatlar, shaxsning fazilatlarini pantomimika ijrosi davomida faoliyat subyekti tomonidan bajariladi.

**Ayrim his-hayajonli shartli tovushlarda mujassamlashgan axborot uzatish va qabul qilish maqsadini amalga oshiruvchi, tabiiy to'siqlarga urilib qaytuvchi aloqa vositasiga exologik yoki sado nutqi deyiladi.**

Exologik yoki aks-sado nutq turi bir tomonlama aloqa (tog'-inson, inson-jism) negizida vujudga keladi, ko'pincha individual tovush harakati javob, masofa funksiyasini ijro etadi. Ekstremal favquloddagi hodisalar yuz berishi jarayonida shartli tovushlardan tuzilgan aloqa

usulidan foydalaniladi. Tovushlarning qaytishi fazoviy chamalash, muayyan mo'ljal olish uchun xizmat qiladi, qo'rqinch, hayajon, umid, ishonch tuyg'ularining aloqaga kirituvchi shaxslar ruhiy dunyosida mujassamlashishini ta'minlaydi.

**Aniq shartli alomatlar orqali muayyan mantiqiy yuklamani o'zida aks ettiruvchi kommunikativ xususiyatli noverbal nutq turi signifikatsiya deyiladi.**

U shartli belgilar, signallar, modellar shaklida ifodalanishi mumkin. Uzoq masofalarga xabar yoki ma'lumot uzatish va qabul qilish vositasi sifatida Morze alifbosi va shunga o'xshash «sun'iy til» nomi bilan mashhur kommunikativ manbalari faoliyat ko'rsatib kelmoqda. Har bir «signal» o'z ko'lami, takrorlanish sur'ati, tembri, chastotasi bilan muayyan ma'lumot uzatish yoki qabul qilish imkoniyatiga ega bo'lib, shartli alomatlar negizida mazmun yoki mohiyat yotadi («doza», «porsiya» deb nomlanadi). Morze alifbosi va shunga o'xshash signifikatsiya hozirgi zamon aloqa qurilmalari va qo'l yordami bilan (asbobni bosish orqali) xabar uzatishga yoki qabul qilishga mo'ljallangan. Hozirgi zamon ratsiyalari ham xuddi shunga o'xshash kommunikatsiya quroli vazifasini bajaradi.

**Noverbal nutqning yana bir turi daktiologik (barmoq) nutq deb ataladi. Inson tana a'zolari, imo-ishoralar, mimika, xullas hissiyot yordami bilan muomala o'rnatishga qaratilgan aloqa vositasi daktiologik nutq deyiladi.**



So'z orqali ifodalanuvchi nutq mazmuni ma'noli qo'l, yuz harakatlariga, ayrim hayajonli sadoga, qahr-g'azab, ilk tabassum, qahqahaga ko'chiriladi. Harakatning takrorlanishi axborot mazmunini boyitadi, kuchaytiradi, ma'lumotlar uzluksizligini ta'minlab turadi. Umumbashariy xususiyatli nutq vositasi daktiologiya fani nomi bilan yuritiladi va maxsus o'qitish, o'rgatish orqali undan foydalanish ko'nikmasi hamda malakasi soqov yoki kar-soqov odamlarda shakllantiriladi. Hatto ularda savol chiqarish ham xuddi shu tamoyil negizida quriladi.

**Noverbal nutqni shartli ravishda quyidagi turlarga ajratish mumkin:**

**1) tovushsiz: a) imo-ishora, b) mimika d) pantomimika, e) daktiologik;**

**2) tovushli: a) exologik (aks-sado), b) signifikatsiya (shartli belgilar, signallar, modellar).**

Og'zaki nutq noverbal turkumdan keyin paydo bo'lgan nutq turidan biri hisoblanadi va u shartli ravishda quyidagi nutq ko'rinishlarini qamrab oladi: monologik, dialogik, poliologik, tashqi, ichki, ekspresiv, impressiv, lakonik (yig'iq, qatra), affektiv (his-hayajon, jahl).

**Pauza, mantiqiy urg'u, tembr, chastota, ritmika va boshqa tashkiliy qismlar hamda mexanizmlarni o'zida mujassamlashtirgan, tilning barcha qoidalari, qonunlari, shartli belgilar sifatida xizmat qilishga asoslanuvchi nutq turi og'zaki nutq deb ataladi.**

Noverbal nutq o'zining asosiy funksiyasini bajarib bo'lganidan so'ng (uning ma'lum tarkiblari faoliyat ko'rsatib davom etib kelmoqda) axborot uzatish, tajribalarni egallash, insonni kamol topirish va shunga o'xshash vazifalar tabiiy ravishda og'zaki nutq zimmasiga yuklangan. Kommunikativ xususiyatli axborotlar oddiy xabar, so'roq, undov ma'nosini anglatuvchi ma'lumotlar og'zaki nutqning murakkab hamda rang-barang tuzilishiga ega ekanligidan dalolat beradi.

Og'zaki nutq o'zining jarangdorligi, ta'sirchanligi, axborotlarni qabul qilishdagi qulayligi, uzatilishdagi ixchamligi, toliqishning oldini olish imkoniyati mavjudligi uning keng qirrali ekanligini bildiradi.

**Yakka shaxsning ichki kechinmalarini til mexanizmlariga asoslangan holda aks ettiruvchi, uning o'ziga qaratilgan (egotsentrik), ta'sirlanishini ifodalashga va axborot uzatishga mo'ljallangan nutq turi monologik nutq deb ataladi.**

**Diada shaklidagi munosabatlar negizida quriluvchi, ikki shaxs o'rtasida namoyon bo'luvchi, axborot uzatishga va qabul qilishga mo'ljallangan nutq turi dialogik nutq deb ataladi.**

Unda shaxsiy his-tuygʻularning ichki va tashqi shakllari uygʻunlashadi, shuningdek, oʻzgalar fikrini ifodali oʻqishda ham oʻz aksini topadi. His-hayajonni tashqi va ichki kechinmalar hamda ularning mexanizmlari aniq, ravon, izchil aks ettiradi.

Uning monologik turidan farqli tomoni fikr mohiyati nutq faoliyati qatnashchilarida anglangandan keyin u yoki bu shaklda qisqartirish imkoniyatiga ega. Uning interaktiv tomoni koʻpincha ustuvorlik qiladi, axborotlar qabul qilish va uzatish oʻzaro tushuncha asosiga quriladi, aks holda muomala maromi buziladi, oʻzaro fikr almashuv muddatdan oldin yakunlanadi.

**Bir nechta kishilar bilan amalga oshirishga moʻljallangan, triada va poliada negiziga quriluvchi, axborot uzatish va qabul qilishga yoʻnaltirilgan, bahs tarkiblari ishtirok etuvchi ogʻzaki nutq turiga polilogik nutq deyiladi.**

Muomalada muammo mohiyati har qaysi qatnashchi tomonidan anglashilgandan soʻng uning tarkiblari qisqarishi mumkin, bu esa oʻzaro tushunishni osonlashtiradi. Mazkur nutq turida ham dialogik nutqqa xos boʻlgan mexanizmlar, taʼsir oʻtkazuvchi vositalar ishtirok etib, uning taʼsirchanligini oshirishga xizmat qiladi, shaxslararo munosabat koʻlamini kengaytiradi.

**Artikulyatsion apparat orqali vujudga keluvchi, verbal holatlarda aks etuvchi, oʻzgalarga yoʻnaltirilgan, har xil xususiyatli vaziyatlarda namoyon boʻluvchi nutq turi tashqi nutq deb ataladi.**

Tilning barcha qoidalari va qonuniyatlari unda mujassamlashgan boʻlib, uzatish va qabul qilish, idrok etish va tushunishdan iborat muomala quroli, vositasi vazifasini bajaradi. Nutq, tempi, tembri, ritmikasi va chastotasi mavjudligi uchun axborotlarni tinglash va idrok qilish yengilroq kechadi.

**Muayyan axborotlarni tartibga keltirish, gʻoyalarni yaratish, fikriy dasturni ishlab chiqishga moʻljallangan, lekin latent davridagi maʼlumotlar majmuasidan tuziluvchi nutq turi ichki nutq deyiladi.**

Ichki nutqning muhim xususiyatlaridan biri bu koʻlam jihatdan tashqi nutqdan kengroq ekanligidir. Ikkinchi bir xususiyati esa tafakkurning mexanizm funksiyasini bajarishidir.



**Axborotlar ichki mohiyatini tashqi his-hayajon tarkiblari bilan kuchaytiruvchi, shaxslararo munosabatning yaqqol ifodalani-shini aks ettiruvchi, ovoqli, til vositalariga asoslanuvchi nutq turiga ekspressiv nutq deyiladi.**

**Ichki kechinmalar shaxsiy fikrlash bilan uyg'unlashishi tu-fayli fikriy bog'lanishni vujudga keltiruvchi holatlar, hodisalar mohiyatini ichki va tashqi omillarga asoslanib aks ettiruvchi nutq turiga impressiv nutq deyiladi.**

Mulohazalar mohiyati shaxs kechinmalari bilan munosabatga kirishishi natijasida o'ziga xos voqelikni namoyish qiladi.

**Millat va elatlarning til boyligi aforizmlar, maqollar, do-nishmandliklar, matallar sifatida shakllangan, yuksak mantiqiy yuklamaga ega bo'lgan yig'iq nutq turi lakonik, ya'ni yig'iq, qatra nutq deyiladi.**

Yetti o'lchab bir kes, sabrning tagi – oltin kabi maqollarda, ibratli so'zlarda ifodalangani kabi.

**Turli omillar ta'sirida birdaniga vujudga keluvchi, jahlning mahsuli hisoblanmish, qisqa muddatli nutq turiga affektiv nutq deyiladi.**

Birdaniga suhbatdosh, raqib tomonga uzatiluvchi, o'ta ta'sirchan, xavfli, ruhiy nishon vazifasini bajaruvchi qisqa muddatli nutq affektiv deb nomlanib, zarbasi jihatidan alternativi yo'qligi bilan boshqa nutq turlaridan keskin ajralib turadi. Jahl, qasos, alam, tajovuz kechinma-larini o'zida aks ettirib, o'ta tanglik, zo'riqish (stress) mahsuli bo'lib hisoblanadi (jahl kelganda aql ketadi: hissiyot bilan emas, balki aql bilan ish tut iboralari shu kabi holatlarda ishlatiladi).

**Tilning barcha qoidalariga (orfografik, morfologik, sintaktik, leksik, orfoepik, lingvistik, fonematik, flektiv va hokazo), qonuniyatlariga, mexanizmlariga (jonli ifodalarni mujassamlashtirgan holda) asoslangan tarzda, muayyan shartli alomatlar (grafiklar) yordamida shakl, tuzilishi, ma'no, mazmun va mohiyatni uzluksiz, tadrijiy ravishda axborotlarga aylantirib beruvchi nutq turi yozma nutq deyiladi.**

Har bir tilning to‘la mohiyati yozma nutq orqali ifodalanadi, uzoq va yaqin masofalar uchun axborot (kommunikatsiya) vositasi (quroli) vazifasini bajaradi.

**Yozma nutq o‘z navbatida quyidagi tarkiblardan tashkil topadi: a) monologik (drama), b) dialogik (badiiy asar janrlarida), d) ichki, e) lakonik (yig‘iq, qatra), f) epik (yoyiq, yirik roman, qissa va boshqalar).**

Yozma nutqning monologik va dialogik turlari badiiy asarlarda o‘z ifodasini topgan bo‘lib, og‘zaki nutqdagidan farqli o‘laroq til boylıklariga bevosita asoslanadi. Yangiliklar yaratish, ijod qilish so‘zlar orqali mohiyat kasb etadi, u yoki bu shaklda tartibga keltiriladi. Lakonik (yig‘iq, qatra) nutq ham og‘zaki nutq kabi ma’no kasb etadi. Epik (yoyiq) nutq yirik asarlar, monografiyalar mohiyatini to‘laqonli aks ettirish bilan boshqa nutq turlaridan farqlanadi. Til mexanizmlaridan tashqari badiiy vositalar orqali ham inson ruhiyati tavsiflanadi.

## **TUSHUNISH IJODIY TAFAKKUR MUAMMOSI SIFATIDA**

Psixologiyada “**tushunish**” atamasi hozirgacha keng yoki tor ma’nodada qo‘llanilmoqda. Agar tushunish keng ma’nodada qo‘llanilganda insonning predmetli olam bilan o‘zaro ta’sir etishining har qanday psixologik jabhalarida bilish jarayonlarining yordami bilan shaxs tomonidan tahlil qilish hodisasi nazarda tutiladi. Mazkur voqelikda tushunish shaxs aqliy faoliyatining ko‘pqirrali tavsifi sifatida olib qaraladi. Buning natijasida u har qanday psixik jarayon, bilish va muomala bosqichlarining o‘zgarmas atributi vazifasini bajaradi.

Ushbu fenomenni eslab qolishning turlicha ko‘rinishlari misolida o‘rgangan A.A.Smirnov shu ma’nodada undan foydalanadi. A.A.Badalev va uning shogirdlari insonni inson tomonidan idrok qilishning asosiy tarkibiy qismlaridan biri sifatida “tushunish” terminini ta’kidlab o‘tadi. Tushunish tor ma’nodada qo‘llanilganda psixologik hodisalar, voqeliklar bilan jismlar o‘rtasidagi aloqalar va muhim xislatlarni bevosita, umumlashgan tarzda aks ettirishning

tarkibi ekanligi uqtiriladi. Bu o‘rinda asosiy diqqat-e‘tiborni tushunishni fikr yuritish faoliyatida topshiriq yechimini topish vositasi sifatida talqiniga fikrimizni qaratamiz.

“Tafakkur qatnashmaganda tushunish amalga oshishi mumkinmi?” degan savolning tug‘ilishi. Mazkur savol yuzasidan fikr bildirish, unga javob qaytarish uchun E. G‘oziyevning fikricha, ikkita vaziyatni farqlash maqsadga muvofiq: a) ma‘lumni tushunish; b) noma‘lumni tushunish. Muallifning mulohazasiga ko‘ra odamlarning tanish xulq-atvori, xatti-harakati, etiketi, muomala maromi va so‘zlarini tushunish esa **“eslash – tushunish”** shaklida amalga oshadi. Bu fikr yuritish faoliyatining shunday shaklidirki, ushbu voqelik o‘tmish tajribasining faollashuviga asoslanadi. Bunda tushunish lahzasi insondan mutlaqo tafakkur jarayonini talab etmaydi, balki u o‘tmishdagi fikrlash faoliyatiga suyanadi. Jumladan, har qanday shahar fuqarosi ko‘chadagi svetoforning qizil rangi taqiqlash ma‘nosini anglatishini tushunadi.

Psixologiyada tushunishning qarama-qarshi ko‘rinishi bo‘lmish yangi, oldindan noma‘lum omillar, hodisalar va voqeliklarni tushunish vaqt jihatidan kengroq qamrovga ega. Bunday tushunish bir qator bosqichlardan tashkil topgan bo‘lib, u hamisha fikr yuritish faoliyatida uzluksiz, qizg‘in ishtirok etadi. Bunda shaxs tushunmoqchi bo‘lgan hodisa, voqelik sababini aniqlash negizida u qanday tuzilishga va mohiyatga ega ekanligini tavsiflash fenomeni yotadi.

Ko‘pincha fanimizda ma‘lum, tanish masalalarni va mutlaqo yangi voqelikni tushunish yuzasidan mulohaza bildiriladi. Bu tafakkurning faol ishtirokisiz yuzaga keladi va amalga oshuvchi tushunish esa eslash – tushunish deb ataladi.

Tahlillar, mulohazalar negizidan o‘z-o‘zidan ikkinchi muammo vujudga keladi. Odatda “tafakkursiz tushunish namoyon bo‘lishi mumkinmi?” degan savol tug‘ilishi tabiiy.

Avvalo tafakkur bilan tushunish o‘zaro uzviy bog‘liq, lekin ular (atamalar) salbiy teskari aloqaga ega. Chunki teskari tomon (fikriy jihatdan), antogonistik tushunish yoki tushunmaslik tafakkur vujudga kelishining asosiy manbalarining biri sifatida gavdalanadi. Fikr yuritish jarayonida o‘zaro aloqalarning muayyan belgisi ijobiy tomonga o‘zgarishi kuzatiladi. Bizningcha, fikr yuritish faoliyatining oraliq

natijalarida tushunish tafakkur mahsuldorligi va muvaffaqiyatining zaruriy sharti tariqasida namoyon bo'ladi.

Bunday hodisaning sabablaridan biri – fikr yuritish faoliyatida ochilishi shart hisoblangan aloqalar, munosabatlar bilish obyektida to'liq tushunilmaydi. Buning bosh sababi, fikr yuritish jarayonining subyekti o'rganiluvchi obyektning ma'lum va noma'lum tomonlariga oid aloqalar o'zaro qiyoslaganida ruhiy to'siqlar va qiyinchiliklarga duch keladi. Buning oqibatida sinaluvchilar obyektning operatsional va ma'naviy tarkibini shakllantirishda ham qiyinchiliklarga uchraydilar. Bunday fikriy to'siqlarni bartaraf etish uchun talaba ularning nima sababdan vujudga kelganligi ustida bosh qotirishi lozim. Talaba tomonidan ma'lum bilan noma'lum o'rtasidagi bog'liqlik mohiyatini tahlil qilish fikriy muammoni ruhiy voqelikka aylantiradi. Shunday qilib, talabani tushunishga erishishi uchun o'ziga xos tushunish fenomeni yuzaga kelmasdan, balki bu vaziyatda fikr yuritish jarayoni ishtirok etadi, xolos.

Demak ikkinchi savolga mana bunday javob berish mumkin. Fikr yuritish faoliyatini amalga oshirishning bilish obyektiga oid yangi tomonlarini, qirralarini namoyon etishda shaxsni fikriy izlanishdagi ayrim jabhalarining o'rni va roli talaba tomonidan tushunilmaydi.

Uchinchi savolga javob qaytarishda diqqatni shu narsaga qarataish joizki, bilish faoliyatida tafakkur bilan tushunishni qiyoslash ayrim tadqiqotlarda va shaxsiy izlanishimizda o'rganilgan. "Bu kezda o'ziga xos xususiyatga ega bo'lgan tushunish jarayoni hukm suradimi?" savolining qo'yilishi tufayli unga javob salbiy qaytarilishi ehtimoldan xoli emas. Ko'pgina psixologlar "tushunish jarayoni" so'z birikmasidan foydalanadilar. Lekin ular bu atamani aksariyat hollarda og'zaki nutqda qo'llaydilar, xolos. Go'yoki ushbu voqelik izlanuvchilar uchun odatiy ahamiyat kasb etadi. Unda ilmiy ta'rif, baholash mezonini to'g'risida fikr uchramaydi. Psixologik manbalarda tushunishni baholash mezonini mavjud emasligi uni quyidagicha ta'riflashga tadqiqotchilarni majbur etadi. Jumladan, G.S.Kostyuk: "Shaxs oldida turgan topshiriq yechimiga yo'naltirilgan tushunish jarayoni, aynan tafakkur jarayonining o'zidir. Tushunishni tafakkurdan farqlanuvchi alohida jarayon sifatida qarashga hech qanday asosimiz yo'q", deydi.

Endi tushunishga taalluqli to'rtinchi savol yuzasidan mulohaza yuritamiz. "Tushunish to'g'risida mulohaza bildirilganda, uni tafakkurning o'ziga xos ko'rinishi deb ta'riflash bo'ladimi?"

Tushunish tafakkurning alohida turi tariqasida hukm surmaydi, jarayon sifatida faoliyat ko'rsatmaydi, chunki u doimo tafakkurning bir tarkibi bo'lib hisoblanadi.

Bizningcha, shaxsning faoliyatida tushunishni shakllantiruvchi uchta bilishga oid jabha o'ta qiymatli ahamiyat kasb etadi:

- 1) yangi materialda ma'lumni tanish;
- 2) o'tmishdagi yoki kelajakdagi obyekt, vaziyat to'g'risida farazni o'rta tashlash, bashorat qilish;
- 3) tushuntirishga yo'naltirilgan obyekt unsurlarini yaxlit holga keltirish uchun ularni birlashtirish.

Tushunish tafakkurdan keskin farq qiluvchi mustaqil psixologik jarayon bo'lib hisoblanmaydi, balki uning bir bosqichidir. Tushunish – bu tafakkur tarkibi, uning vujudga keltiruvchi jarayonlaridan biri. Tushunish subyektga (sinaluvchi talabaga) oldindan tanish, ma'lum tomonlari bilan bilish obyektining yangi ochilayotgan xislatlari bilan aloqalarni o'rnatishni, obyektning yangi xususiyatlarining operatsional ma'nosini shakllantirishni, ularning o'rni va rolini farqlash faoliyati tuzilishida aniqlashni ta'minlaydi.

Yangi materiallarni tushunishda (noma'lum dalillar, hodisalar va hokazo) sinaluvchi hamisha fikriy topshiriqni yechishi kerak. Chunki yangilikni, noma'lumni tushunishning shakllanishi fikrlash faoliyatida yuzaga keladi va uning natijasi bo'lib hisoblanadi. Agar talabaga ma'lum hodisa yoki holatni tushunish zarur bo'lsa, bunda tushunish tafakkurning ishtirokisiz amalga oshadi – bu tushunish – eslash deyiladi. Ushbu fenomenning har qanday shakli talabaning bilish vaziyatini vujudga keltiruvchi obyektga takroran murojaat etilganida tushunish – eslashga aylanadi.

Tushunish fikrlash faoliyatida namoyon bo'ladi, unda tushunish asosiy psixologik mazmuni tashkil qiladi, faoliyatning tarkibi sifatida yordamchi rol o'ynaydi.

### **Mustaqil ishlash uchun tavsiya etilayotgan mavzular**

1. Tafakkur haqida tushuncha.
2. Tafakkur operatsiyalari va ularning izohi.
3. Tafakkur shakllarining mazmuni.
4. Tafakkur sifatlari
5. Tafakkurning turlari.
6. Tafakkur va masala yechish, muammoli vaziyat.
7. Tafakkurdagi individual farqlar.
8. Tushunish ijodiy tafakkur muammosi sifatida.
9. Maxsus suhbat – talabalar tafakkurining ratsional uslubi.
10. Hissiy bilish va tafakkur o'rtasidagi farq.
11. Abstrakt va konkret tafakkur o'rtasidagi farq.
12. Tilning paydo bo'lishi.
13. Tafakkur va tilning bog'liqligi.
14. Nutq va uning turlari.
15. O'zaro munosabatlarda noverbal ta'sirning o'rni.

### **Mavzu yuzasidan savol va topshiriqlar**

1. Tafakkur tushunchasining mazmunini izohlang.
2. Tafakkur operatsiyalarini ajratib ko'rsating.
3. Tafakkur shakllari nimalarda ko'rinadi?
4. Tafakkur sifatlarining mazmunini izohlang.
5. Tafakkur turlarining mohiyatini izohlang.
6. Tafakkurdagi individual farqlar nimalarda ko'rinadi?
7. Muammoli vaziyatlarda va masala yechish jarayonida tafakkurning roli qanday?
8. Hissiy bilish va tafakkur o'rtasidagi farqni tushuntiring.
9. Til va tafakkurning o'zaro bog'liqligini tushuntirib bering.
10. Tilsiz tafakkur mavjudmi?
11. Nutq va uning turlarini izohlang.
12. Tushunishning mohiyati, turlari hamda fikr yuritish jarayonidagi vazifasini ochib bering.

### **Foydalaniladigan adabiyotlar ro'yxati**

1. Shamshetova A., Melibayeva R. va boshqalar. Umumiy psixologiya fanidan UMK, 2016.
2. G'oziyev E.G'. Umumiy psixologiya. Darslik. – T.: O'zbekiston faylasuflari milliy jamiyati, 2010.
3. David G. Mers Psychology, © 2010 by Worth Publishers.
4. Djeyms U, Kalat. Psychology. 2013.
5. R.N.Melibayeva. Tafakkurni rivojlantirishning interfaol usullari. Monografiya. "Adabiyot uchqunlari" nashriyoti, 2013-yil.

6. M.Ahmedova, R.N.Melibayeva. Nutq psixologiyasi. "Chashma print". – Toshkent, 2014.

7. Davletshin M.G., To'ychiyeva S.M. Umumiy psixologiya. – T.: TDPU, 2012.

8. Xaydarov F.I., Xalilova N.I. Umumiy psixologiya. –T.: TDPU, 2010.

### Internet saytlari

1. [www.ziyonet.uz](http://www.ziyonet.uz)

2. [www.psychology.uz](http://www.psychology.uz)

3. [www.psychology.net.ru](http://www.psychology.net.ru)

4. <http://general.psypublica.ru/>

5. <http://psyvert.ru/for-stud/general/aptpsp2012-2011/>

### Mavzu yuzasidan seminar mashg'uloti

#### Tafakkur va til (2 soat)

1. Tafakkurning bilish jarayon sifatidagi mohiyati va nerv-fiziologik asosi.

2. Tafakkur operatsiyalari.

3. Tafakkurning mantiqiy shakllari.

4. Tafakkur turlari.

5. Tafakkur borasidagi psixologik nazariyalar talqini.

#### 1-topshiriq. "BBB" jadvalini to'ldiring

B – bilardim	B – bilmoqchiman	B – bilib oldim

**2-topshiriq.** Guruhlarga bo'linib quyidagi ekspert varag'i topshiriqlarini bajaring.

#### 1-ekspert varag'i. Tafakkur operatsiyalari:

1. Analiz va sintez operatsiyasining mohiyati.

2. Taqqoslash operatsiyasini tushuntirib bering.

#### 2-ekspert varag'i. Tafakkur operatsiyalari:

1. Umumlashtirish operatsiyasining mazmuni qanday?

2. Abstraksiya operatsiyasining mohiyati.

### **3-ekspert varag'i. Tafakkur operatsiyalari:**

1. Konkretlashtirish operatsiyasini tushuntirib bering.
2. Klassifikatsiyalashtirish va sistemalashtirish operatsiyasining

mazmuni qanday?

**3-topshiriq.** Guruhni 4 ta kichik guruhlarga bo'lib, klaster tuzish taklif etiladi. Klasterga o'rganilayotgan "Tafakkur" mavzusiga aloqador termin va tushunchalar kiritiladi.

<b>Tafakkur turlari</b>	
<b>Tafakkur shakllari</b>	
<b>Tafakkur sifatlari</b>	
<b>Tafakkur imkoniyatlari</b>	

### **4-topshiriq. Ortiqchasini o'chirish metodikasi**

#### **Tafakkur va til (2 soat)**

1. Nutqning tuzilishi va rivojlanishi.
2. Tilning tafakkurga ta'siri.
3. Nutq turlari.
4. Tushunish ijodiy tafakkur muammosi sifatida.

#### **1-topshiriq.**

Guruhlarga bo'linib quyidagi ekspert varag'i topshiriqlarini bajaring.

#### **1-ekspert varag'i:**

- Nutqning asosiy funksiyalarini izohlang va ushbu tushunchalarning mazmun va mohiyatiga alohida e'tiboringizni qarating.
- Nutq faoliyatining fiziologik mexanizmlarini ochib bering, degan savol qo'yib guruh a'zolari o'rtasida muhokama qiling, xulosa chiqaring, fikrlarni jamlang. Guruh sardori taqdimot qilishi, boshqalar to'ldirishi, vaziyatga baho berishi mumkin. «Aqliy hujum» texnikasidan foydalanish mumkin.

#### **2-ekspert varag'i:**

- Nutq rivojlanish davrlari va xususiyatlarini izohlab bering.
- Nutq turlarining psixologik tavsifi haqida nima deya olasiz? «Aqliy hujum» texnikasidan foydalanib, muammoning yechimini topishga urinib ko'ring va taqdimotga tayyorlaning.



### 3-ekspert varag'i:

- Nutqning vujudga kelish nazariyalari haqidagi fikrlaringiz qanday?

- Nutq faoliyati tushunchasiga qanday qaraysiz? Qo'yilgan savollarni «aqliy hujum» texnikasidan foydalanib, muhokama qiling, g'oyalarni sistemaga soling, eng muhim g'oyalarni baholang va taqdimot qiling.

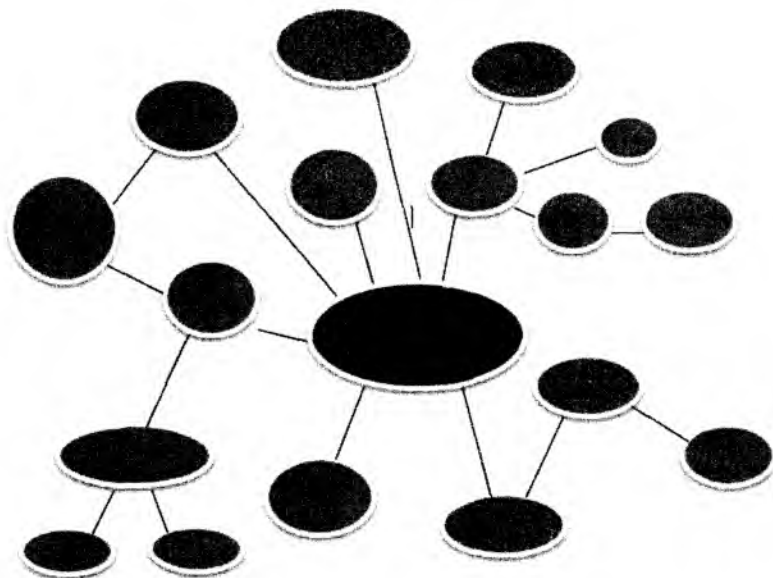
### 2-topshiriq.

“Nutqning inson hayotidagi ahamiyati?” mavzusida “Aqliy hujum” metodidan foydalanib mazkur savolni hal qiling.

### 3-topshiriq.

Nutq turlari bo'yicha klaster tuzish taklif etiladi.

## KLASTER



**4-topshiriq.** Maxsus suhbat (bir necha seriyali) usulidan foydalanib, tafakkur jarayonida tushunishning mohiyatini ochib berish.

## Reja:

1. *Motivatsion konsepsiyalar.*
2. *Muvaffaqiyatga erishish motivlari.*
3. *Emotsional holatlarning fiziologik asoslari.*
4. *Emotsiyaning namoyon bo‘lishi. Emotsional kechinmalar.*
5. *Iroda jarayonlari va ularning tavsifi.*
6. *Irodaning inson ehtiyoj va motivlariga bog‘liqligi.*

**Tayanch iboralar:** *motiv, motivatsiya, emotsiya, dinamik stereotip, affekt, ambivalentlik, qo‘rquv, nafrat, stress, kayfiyat.*

## Mavzuning qisqacha mazmuni

Motivning tadqiqot tarixidan kelib, unga yondashsak, bu holda u insonlar hayoti va faoliyatini ruhiy jihatdan boshqaruvchi sifatidagi o‘ziga xos turidir. Emotsional holatlar boshqa ruhiy jarayonlar singari miya faoliyatining natijasi yoki mahsuli bo‘lib hisoblanadi. Emotsional holatlarning yuzaga kelishiga tabiatda va jamiyatda sodir bo‘layotgan o‘zgarishlar, munosabatlar, aloqalar, taassurotlar asosiy sababchidir.

## MOTIVATSION KONSEPSIYALAR

Motiv va motivatsiya muammosi jahon psixologiyasida turli-tuman nuqtayi nazardan yondashish orqali tadqiq qilib kelinmoqda. Uzoq va yaqin chet ellarda o‘ziga xos psixologik maktablar vujudga kelgan bo‘lib, ularning negizida ilmiy pozitsiyalar va konsepsiyalar mohiyati jihatdan farqlanuvchi g‘oyalar va yo‘nalishlar mujassamlasadi. Hozir ularning ayrimlariga qisqacha to‘xtalib o‘tamiz.

**Bixeviorizmning asoschisi Dj.Uotson (1878–1938)** psixologiya fanining bosh vazifasi xulqni tadqiq etishdan iborat deb tushunadi. U psixik hodisalardan mutlaqo voz kechib, xulqni ikki shaklga, ya‘ni ichki va tashqiga ajratadi, ular o‘zaro javoblar stimuli bilan uzviy bog‘liq ekanligini ta’kidlab o‘tadi. Bixeviorizm uchun «xulq» asosiy tushunchaga aylanib, uning psixikasi bilan aloqasi chetlab o‘tilgandir.

Shunga qaramasdan, ba'zi bixevioristlar, jumladan E.Torndayk, E.Tolmen, K.Xoll, D.Xebb kabilar xulq motivatsiyasiga muayyan darajada e'tibor qilganlar. Ular o'zlarining izlanishlarida xulq motivatsiyasining «quyi darajalari»ni *o'rganib*, kalamushlarda tajriba ishlarini olib borib, jonivorda ochlik, tashnalik va ularning turlicha darajalarini reaksiya tezligiga nisbatan namoyon bo'lish xususiyati, har xil sharoitda motivatsiyaning kuchi to'g'risida muayyan qonuniyatlar ochishga intilganlar. Hozirgi zamon bixevioristlari stimulni tashqi qo'zg'atuvchi sifatida talqin qiladilar va organizmning ichki energiyasini faollashtiruvchi deb hisoblaydilar. Neobixevioristik nazariyalar yangi qo'zg'atuvchilar, drayvlar paydo bo'lishiga asoslangan bo'lib, ular insonni organik qoniqtirish bilan stimul natijasining uyg'unlashuvi sifatida tahlil etiladi. Ularning ta'kidlashiga ko'ra, ikkilamchi qo'zg'ovchilar organik qo'zg'atuvchilarning go'yoki qobig'iga o'xshaydi, xolos. Vilyam Makdugall (1871–1938) motivatsiyaning irsiy (tabiatdan beriladigan) xususiyatga ega degan holatni asoslash uchun tug'ma instinktlar masalalari bilan mazkur voqealikni bog'lab tushuntirishga harakat qilgan.

**Motivatsiya** – ehtiyoj yoki istak, stimullashtirilgan va yo'naltirilgan xulq-atvordir.

Biz motivatsiyaning uch turini yoritib beramiz: ochlik, jinsiy mayl va maqsadga erishish motivlari. Shu bilan birga boshqa motivlar ham mavjud (chanqoqni uyg'otuvchi, qiziquvchanlik va ma'qullanish ehtiyoji).

Millatchi Devid Mendel (1983) bir voqeada ochlik “ota va o'g'il bir burda non uchun itdek urishishga tayyor edilar” deb eslaydi.

20 yoshli o'g'il otani uxlab yotganida uning yostig'i ostidan nonni o'g'irlab yegan, bunday holatni qanday yuz berganini ota qayta-qayta o'ylayverib tushkunlikka tushib qoladi. Oxir-oqibat ota vafot etadi.

“Ochlik insonni juda qiyin holatga olib keladi<sup>61</sup>”.

Ochlik jinsiy mayl va maqsadga erishish motivlaridan oldinda turadi. Psixologlarning motivlar haqidagi qarashlariga to'xtalib o'tadigan bo'lsak, biz buni 3 yo'nalishga ajratishimiz mumkin: instinktiv nazariya (hozirgi kunda evolyutsion nazariya), xohish-istaklarni jilovlash

<sup>61</sup> Devid Mayers *Psixologiya*. Minsk, 2008, 491-bet.

nazariyasi (ichki va tashqi ta'sirning bog'liqligi), qo'zg'atuvchanlik nazariyasi (intilishlarning yuqori darajada qo'zg'alishi)<sup>62</sup>.

Ochlik va boshqa his-tuyg'ular fiziologik jihatdan tajribalarda namoyon bo'ladi. Qondagi shakarning tarkibi miyaning gipotalamus qismi bilan ochlik va tana vaznini nazoratga oladi. Lekin inson ochligining boshqarilishi butunlay gipotalamusga bog'liq emas, chunki ba'zi insonlar tashqi ozuqa signallariga, ba'zilar esa, oshqozonning yaxshi hazm qilmasligiga ta'sirchan bo'ladilar.

Fiziologik ehtiyojlarning birinchi yorqin ko'rinishlari konsentration va ikkinchi jahon urushi paytidagi bosib olingan hududlarda namoyon bo'lgan. Yarim ochlikning natijalarini o'rganish maqsadida Ansel Kio o'zining hamkasblari bilan ko'ngillilarda tajriba o'tkazgan. Tajriba jarayonida 100 dan ortiq urushga qarshi ko'ngillilar tajribada ishtirok etish xohishini bildirdi. Shular orasidan 36 ta erkak tanlab olindi. Boshida ularni o'z vaznlarini saqlab qolishlari uchun yaxshilab boqilgan. So'ngra esa 6 oy davomida ularning ozuqasi yarmiga kamaytirildi.

Natijalar o'zini ko'p kuttirmadi. Tajribada ishtirok etayotgan erkaklar ongli ravishda o'ylamay o'z quvvatlarini saqlashni boshladilar. Ularning ko'rinishi bo'shashgan va apatiya holatida edi. Ularning tana vazni keskin tushib ketdi. Psixologik effektning yanada dramatik tusga kirishi Maslouning ehtiyojlar ierarxiyasi haqidagi g'oyalariga ko'ra erkaklarning ovqat haqida o'y-xayollarini to'liq qamrab oldi. Ular turli ovqat retseptlarini, oshpazlik kitoblarini va ovqat suratlarini qiziqish bilan tomosha qilishni boshlashgan<sup>63</sup>.

Z.Freydning konsepsiyasida mayllar va instinktlar tushunchalari o'rtasida hech qanday tafovut yo'qdir. Ongsizlik ta'limotining asoschisi Z.Freyd xulq motivlari va ehtiyojlari muammosini ishlab chiqayotib, motivatsiyaning manbayi instinkt, u tur va individning saqlanish shartidir deb ta'kidlaydi. Mazkur holatni muallif individning energetik potentsiya sifatida talqin etadi. Eng asosiy masala shuki, Z.Freyd motivatsiya regulyatori va motivatsiya energiyasining irsiy manbayi

<sup>62</sup> Devid Mayers *Psixologiya. Minsk. 2008, 492-bet.*

<sup>63</sup> Devid Mayers *Psixologiya. Minsk. 2008, 495-bet.*

sifatida «u» tushunchasiga qanday ma'no yuklaydi. Uningcha, «u» tushunchasining mazmuni tug'ma va o'zgarmasdir. Shu boisdan mantiq qonunlari va aql darajalari, ko'rsatkichlari unga hech qanday ahamiyat kasb etmaydi.

Oziqlanish va jinsiy aloqada bo'lish motivatsiyalari doimo insonni faollashtiradi. Aristotel bizni "ijtimoiy mavjudot" deb ataganidek, boshqa insonlar bilan uzoq va yaqin o'zaro munosabatlarni o'rnatishga ham ehtiyoj sezamiz. Alfred Adlerning shaxsni o'rganish nazariyasida "muloqotga intilish" motivatsiyasini ko'rib chiqqan.

**Hayot uchun kurash.** Ijtimoiy aloqalar ajdodlarimizning jon saqlashiga sabab bo'lgan. Bolalarning o'z tarbiyachilari yonida bo'lishlari, ular uchun o'z jonini saqlab qolish stimulini uyg'otgan. Shuningdek, guruhlarning hamkorligi ularning jonini saqlab qolishiga yordam bergan. Bir kishilik janglarda ajdodlarimiz unchalik kuchga ega emas edi. Ular ovchi bo'lganlari uchun 2 kishidan ko'ra jamoa bo'lib ovlash afzalligini tushunganlar. Ovga guruh bo'lib borganlar yirtqichlar va o'z dushmanlaridan himoyalandilar. Agar bir inson boshqa insonga tegishlilik ehtiyojini sezsa, ular tirik qolishi va naslni davom ettirishi kuzatilgan, chunki ularning genlari dominantlik vazifasini bajargan.

**Tegishlilik xohishi.** Xohishga muhtojlik bizni miyamizni va hissiyotlarimizni chalg'itib tashlaydi. Insonlar ko'p vaqt xayollarida istak va o'zaro munosabat haqida o'ylaydilar. Munosabatlar bir-birimizga to'g'ri kelganda biz xursandchilikni his etamiz. Ko'pchilik oiladagi ahil munosabatlarning shakllanishi, do'stlar va yaqin insonlari yonida bo'lishning baxt deb tushunilishidadir.

**Ijtimoiy muhtojlikni ko'paytirish.** Ijtimoiy muhtojligimizning katta qismi bizning tegishlilik xohishimizni ko'paytiradi. Boshqalar bizdan yuz o'girmasliklari uchun ko'pchilikda yaxlit taassurot uyg'otish zarur. Do'stlar topish va ularning hurmatiga sazovor bo'lish uchun biz o'z xulq-atvorimiz bilan ularga yetarli darajada ta'sirimizni o'tkazamiz. Sevimli yorni topish yo'lida biz kiyim, kosmetika, diyetalarga ko'p vaqt va mablag' ajratamiz. Tegishlilik xohishi, jinsiy motivatsiya, sezgi va ekspluatatsiya kabi chuqur bog'liqlik mustahkamlanib boriladi. Bizning ehtiyojimiz o'zini xuddi bizdek namoyon

qilib, oiladagi muhabbatni, do'stlikdagi sadoqatni, hamkasblik hurmatini uyg'otadi. Shuningdek, bizning ehtiyojlarimiz balog'at yoshida buzg'unchilikka, millatchilikka o'ta qiziqib ketishni ham keltirib chiqaradi.

**O'zaro munosabatning qo'llab-quvvatlanishi.** Insonlar o'z ijtimoiy aloqalarini uzmaslikka harakat qiladilar. Bizning ko'pchiligimizda yaqin munosabatlar nafratlanishni emas, simpatiyani hosil qiladi. Bunga maktabda, yozgi lagerlarda orttirgan do'stlarni misol qilish mumkin. Munosabatlarni saqlab qolish niyatida qo'ng'iroq qilib turishga, xat yozib turishga, uchrashib turishga kelishilinadi. Bu munosabatlarning uzilishi, ma'lum miqdorda azoblanishga olib keladi. Bog'liqlik insonlarni bir-biri bilan qolishga majbur qiladi, hattoki munosabatlari yomon bo'lsa ham, bir o'zi qolish qo'rquvi kuchli, bu qo'rquv insonni fiziologik va emotsional haqoratlanishini kuchaytiradi<sup>64</sup>. Motivning tadqiqot tarixidan kelib, unga yondashsak, bu holda u insonlar (goh hayvonlar xatti-harakati) hayoti va faoliyatini ruhiy jihatdan boshqaruvchi sifatidagi o'ziga xos turidir. Motiv tushunchasi, asosan, sut emizuvchi hayvonlarga taalluqli ekanligi ilmiy manbalarda ta'kidlab o'tiladi. Insonlarga aloqador motivlar tushunchasi qo'zg'atuvchilar va qo'zg'ovchilarning barcha turlari (ko'rinishlari, modalliklari, shakllari) ni o'z ichiga oladi (chunonchi, motivlar, ehtiyojlar, qiziqishlar, maqsadlar, intilishlar, motivlashgan ustanovkalar va boshqalar).

Motiv hissiyot bilan ham bog'liq bo'lib, ular xulq-atvor mohiyatidan tashqarida bo'lmaydi, balki hissiy kechinmalar, motivlashgan omillar, tizimi bilan uzviy aloqaga egadir. Hissiyotning eng muhim funksiyalaridan biri shundan iboratki, unda inson uchun muhim ahamiyat kasb etuvchi daqiqalar uning uchun qanchalik zaruriyat ekanligini belgilashga xizmat qiladi. Hissiyotning bu sohadagi boshqa bir funksiyasiga nisbatan umumiyroq bo'lib, odamning tashqi olamga, shaxslararo munosabatga, his-tuyg'ularga aloqadorlik muammosi bo'lib, uning uchun ahamiyatli voqea va narsalarga nisbatan bog'lovchilik xususiyatiga ega bo'lgan muloqoti zaif emotsional holatlar doirasidan tashqariga chiqib, faol, barqaror, turg'un jarayonlarni shakllantirishni o'z ichiga oladi.

<sup>64</sup> Devid Mayers *Psixologiya. Minsk, 2008, 496-bet.*

Yuqoridagi mulohazalardan tashqari, motivlar funksional-energetik tomonlarni dinamik boshqarish vazifasini amalga oshiradi.

Insonning qobiliyati bevosita motivlashgan mexanizmlar bilan uzviy bog'liq bo'lib, ularning muhiti va dinamik, ma'naviy ta'sir etish munosabatini o'zida aks ettiradi. Motiv bilan qobiliyatning munosabatlari psixik faollikning bevosita bajarish asosi hisoblangan faoliyat orqali namoyon bo'ladi. Motivlashgan tizimning tarkiblarini amaliyotda ro'yobga chiqaruvchi faoliyatnigina aniqlash bilan cheklanib qolmasdan, balki faoliyatning keyingi istiqbolli rivoji yoki uning boshqa sohalar bilan qorishib ketish ehtimoli darajasini ham belgilaydi. Lekin muayyan insonning funksional imkoniyati, faoliyati va xuddi shu faoliyatning obyektiv tomonlarining yaqqol ro'yobga chiqish motivining barqarorlashuvi, rivojlanish (takomillashuv)ga yo'nalganligi ham faoliyatning obyektiv shart-sharoitiga moslasha boradi. Umuman shakllanish jarayoni, shaxsning rivojlanish motivining faoliyatiga, faoliyatning esa motivga o'zaro ta'siri bilan tavsiflanadi, bizningcha, mazkur ta'sirning ko'rsatkichi, mezoni vazifasini bajaradi. Motivlarning rivojlanishi tufayli tarbiyaviy talablarni anglashda, ehtiyojlarni ichdan qayta ko'rishda, xulq-atvor qoidalari, mezonlari yordami bilan faoliyat doirasining kengayishida, shaxsning borliq bilan munosabati kabilarda o'zgarishlar sodir bo'ladi.

Shuni ham ta'kidlab o'tish kerakki, motivlarning rivojlanishi, motivlashgan yangi ma'lumotlarning paydo bo'lishi, faoliyat muhiti doirasidagi o'zgarishlar tufayli amalga oshiriladi. Motiv mexanizmi shaxs sifatlarini qayta qurish, ularni rivojlantirish jarayonining faollashuvi tarzida yuzaga chiqadi, shu bilan birga, inson kamol topish jarayoniga, faoliyat muhiti va sharoiti asta-sekin yoki tez o'zgarishi – motivlarning takomillashuvi, barqarorlashuvi kabi omillarga ta'sir etadi. Insonni mehnat

Kundalik suhbatda “Sizning harakatingizga qanday motivlar xizmat qiladi?” degan savol “Sizning xulq-atvoringiz nimani anglatadi?”, “Siz nega bunday yo'l tutdingiz?” ma'nolarini anglatadi. Psixologlar uchun motivatsiya – bu xulq-atvoringizni harakatga keltiruvchi va uni ma'lum maqsadlarga erishishga yo'naltiruvchi ehtiyoj yoki istakdir. Biz motivatsiya haqidagi so'nggi xulosani xulq-atvor asosida qilingan kuzatishlar bilan xulosalaymiz.

faoliyatida qayta tarbiyalash va muayyan fazilatlarni shakllantirish yuqoridagi mulohazalarning mohiyatidir. Bu o'rinda faoliyat faol vaziyat hisoblanib, mavjud ehtiyojlar, qiziqishlar doirasidagi psixologik holatlardan uzoqlashib boradi, so'ngra yangi qiziqish, ehtiyoj va intilishlarni shakllantiradi, motivlar mohiyati va shakllarini o'zgartiradi.

Ushbu mulohazani alohida ta'kidlab o'tish joizki, motivatsiyaning faoliyat darajasidan tashqari chiqish ehtimoli yoki faoliyatning motivatsiya doirasidan tashqari chiqishi imkoniyati to'g'risidagi talqinlar nisbiy xususiyatga ega. Binobarin, motivatsiya faoliyatdan tashqarida va faoliyat esa motivatsiyadan alohidalikka ega degan xulosaga kelmaslik kerak. Bu holatni yaqqolroq namoyish qilish niyatida quyidagi hayotiy haqiqatga murojaat qilamiz. Har bir ta'aba oliy maktabga o'qishga kirayotganida unda diplom olish motivi paydo bo'ladi, o'qishga joylashgandan keyin esa o'quv predmetlarini o'zlashtirish jarayoni o'qishga nisbatan intilish, ehtiyoj, qiziqish, safarbarlik kabi psixik omillar yuzaga keladi.

## **MUVAFFAQIYATGA ERISHISH MOTIVLARI**

Quyidagi holatlarda motivatsiyani ko'rib chiqamiz:

"Men bugun o'zim ham bunga ishonolmayman, boshqalar bunga ishonishini qanday qilib kutaman?"

Har qanday og'ir vaziyatda ham muvaffaqiyatga intiluvchi biron-bir kishini eslab ko'raylik. Psixolog Genri Myurrey (Henry Murray 1938) muvaffaqiyatga erishish ehtiyoji yoki muvaffaqiyatga erishish motivatsiyalarini o'rganib chiqadi. Birinchi navbatda qo'yilgan maqsadlar ostida moddiy va ma'naviy ehtiyojlarni qondirish yotadi.

Yutuqqa erishish motivlarini o'rganish uchun, avvalo, uning o'lchovini bilib olishimiz kerak? Bir eslab olaylik, yarim och odamlar mazza qilib ovqatlanishni orzu qiladilar.

Ushbu misollarni muvaffaqiyatga erishish motivatsiyasiga kiritishimiz mumkin. Tadqiqotchilari Myurrey, Devid Mak Vallel va Djon Atkinson inson ongining zo'r fantaziyalarida muvaffaqiyatga erishish motivlari namoyon bo'lishini kuzatishgan. Sinaluvchilarga ikki ma'noli rasmlardan hikoya tuzish topshirig'i berilgan. Sinaluvchiga xayol surib turgan bolaning 12,6 rasmi ko'rsatilganda sinaluv-



chi ushbu rasmda bola maqsadga erishishda qanday yo'lni tanlash yoki erishilgan maqsadning yutug'i haqida o'ylayotganini aytishgan. Mak-Kleand va Atkinson o'zining tadqiqotlarida "Muvaffaqiyatga erishish motivlari" hikoyasida aks ettirilgan insonlarni ko'rib chiqishgan. Nima deb o'ylaysiz, insonlarga qanday hikoyalar ma'qul keladi? Motivatsion yutuqlarning yuqoriligi yoki past darajadagimi? Past darajadagi motivatsiyaga ega bo'lgan shaxslar juda yengil topshiriqlarni yoki juda og'ir topshiriqlarni olishar ekan, buning sababi ular yechimga yengillik bilan erishish yoki umuman topshiriqning natijasini yechmaslikni o'ylaydilar. Yuqoridagi motivatsiyaga ega bo'lgan insonlar juda og'ir topshiriqlarni tanlashar ekan, buning sababi topshiriqning murakkabligidir. Ushbu natijaning ijobiy hal qilinishi ularni yanada ruhlantirar ekan<sup>65</sup>.



### **Inson motivlari oqimi to'g'risida mulohazalar**

Har bir qo'zg'atuvchi (qo'zg'ovchi) reflektorlar ilk bolalik davrida uning o'sishida hukmronlik qiladi. Chunki undagi ichki motivlar hali mustahkam emas, shuning uchun Insonning motivlari tuzilishini, ularning asosiy funksional mexanizmlarini hamda shakllanish jarayoniga yo'naltirishning strategik rejasini ishlab chiqish muammosini psixologik jihatdan tushuntirish uchun bolaning psixik rivojlanishi tahliliga o'ziga xos ravishda taktik yondashish ma'qul.

Shaxsning motivlari oqimi muammosi uning ham metodologik, ham nazariy munosabatini tekshirish demakdir. Chunki to hozirgi davrgacha sobiq sovet psixologiyasida uning ko'pgina qismlari o'z yechimini topa olmagan. G'arb mamlakatlari hamda AQSH psixologlari orasida «biologik ehtiyojlar asosida inson motivlari yotadi», degan qarashlar majmuasi keng ko'lamda qo'llanib kelinmoqda. Chunonchi, AQSH psixologi B.Damellning fikricha, to'qimada vujudga kelgan ehtiyojlar qo'zg'atuvchining asosiy manbayi hisoblanadi. Mazkur

<sup>65</sup> Devid G. Mayers. *Psixologiya*. Minsk. 2008, 520-bet.

g'oya yuzasidan mulohaza yuritgan Danlep esa «qo'zg'alish biologik to'qimalardan chetga chiqmaydi», degan fikrga qat'iy ishonadi. Gilfordning ta'kidlashicha, faollikning birlamchi manbayi ovqatdan iboratdir. Lekin muallif o'z fikrini izchil ochib berishga intilmaydi.

Bu vaziyatni baholashda psixologik muammolar oqimi bilan motivlarning biologik oqimi o'rtasida yuz beruvchi o'zaro o'rin almashishning sodir bo'lishini mulohaza doirasidan tashqari chiqarmaslik lozim. Chunki biologik shartlangan reja faollik manbayi o'zaro o'rin almashish jarayonlari assimilyatsiya va dissimilyatsiya sifatida namoyon bo'ladi. Holbuki, biologik holatlar psixik jarayonlarning moddiy asosini tashkil qiladi.

Xuddi shu boisdan, ular birlamchi manba va psixik faollikning negizi tariqasida yuzaga keladi.

### **EMOTSIONAL HOLATLARNING FIZIOLOGIK ASOSLARI**

Emotsional holatlar boshqa ruhiy jarayonlar singari miya faoliyatining natijasi yoki mahsuli bo'lib hisoblanadi. Emotsional holatlarning yuzaga kelishiga tabiatda va jamiyatda sodir bo'layotgan o'zgarishlar, munosabatlar, aloqalar, taassurotlar asosiy sababchidir. O'zgarishlar o'z navbatida, birinchidan, shaxs hayoti va faoliyatining jadallashishi



yoki pasayishiga, ikkinchidan, insondagi ayrim ehtiyojlarning paydo bo'lishiga yoki yo'qolishiga, uchinchidan, odam ichki organlari funksional holatlarining beqarorlashuviga olib keladi. His-tuyg'ular uchun eng xususiyatli fiziologik jarayonlar negizi sifatida shartsiz va shartli reflekslar

xizmat qiladi va ularning muayyan tizimi bosh miya katta yarim sharlari po'stida yuzaga keladi hamda shu joyda mustahkamlanadi. Murakkab shartsiz reflekslar esa: 1) yarim sharlarning po'stloq osti bo'shliqlari; 2) miyadagi ko'rish do'ngliklari; 3) nerv qo'zg'alishlarini miyaning yuqori bo'linmalaridan vegetativ tizimiga o'tkazib beruvchi markazlari orqali amalga oshiriladi. Shaxsda his-tuyg'ularning kechishi hamisha miya po'sti bilan po'stloqosti markazlarining birlikdagi (hamkorlikdagi) faoliyati natijasida ro'yobga chiqadi.

Emotsiyalar fiziologik qo'zg'alishni o'z ichiga oladi. Maxsus emotsiyalarda qo'zg'alish o'zgaradimi yoki yo'qmi? Qo'zg'alish insonni yolg'on gapirishga majbur qilyaptimi yoki yo'qmi?

### Qo'zg'alish

Emotsiyalar fizik jihatdan bizni qo'zg'atadi. Ba'zi bir fizik reaksiyalar shunchalik ko'rinib turadiki, siz uni oson payqashingiz mumkin. Masalan: tana harakati kam ko'rinib turuvchi tolalar uchun safarbar etiladi; energiya ishlab chiqarishi uchun jigar qonga qo'shimcha shakar ishlab chiqaradi; shakarni o'zlashtirish uchun kislorod kerak, shuning uchun nafas olish tezlashadi, qonning ichki organlaridan mushaklarga o'tishi ovqat hazm qilishni sekinlashtiradi; qorachiqalar ko'p yorug'likni o'tkazib kengayadi; tana o'zini sovitish uchun terlaydi; tanada agar shikast bo'lsa, qon quyilib tezroq bitadi va hokazo. Birorta bir xavf-xatar haqida o'ylab ko'ring: sizning organizmingiz reaksiyasi har qanday ongli harakatlarsiz muvofiqlashadi. U sizni olg'a intilish yo chekinishga tayyorlaydi. Bizning uyg'onishimizni avtonom nerv sistemasi boshqaradi, aktivlashtiradi, buyrak osti bezi stress gormonlari epinefrin va (adrenalin) norepinefrin (noadrenalin) ishlab chiqaradi. Epinefrin va norepinefrinning oshib ketishi, yurak urishi chastotalarini kuchaytiradi, qon bosimi va qondagi shakar darajasini oshiradi. Xavf o'tib ketganidan keyin, parasimpatik neyron tolalar organizmni tinchlantirib, harakatga kirishtiradi. Hattoki, parasimpatik bo'lim stress garmonlarini ishlab chiqarishni to'xtatganida ham, qondagi garmonlar qonda ba'zi bir vaqtgacha ushlanib turadi, shuning uchun qo'zg'alish sekin-sekin kamayadi<sup>66</sup>.

Shaxs ruhiy olamida, uni qurshab turgan tevarak-atrofdan sodir bo'layotgan o'zgarishlar (xoh tabiiy, xoh subyektiv bo'lishidan qat'i nazar) kechinmalar subyektini (inson) uchun qanchalik qadr-qiyamat, yuksak ahamiyat kasb etsa, hissiy holatlarning mazmuni shunchalik purma'no bo'ladi. Buning ta'sirida yuzaga keladigan muvaqqat bog'lanishlar tizimining qayta qurilishi qo'zg'alish jarayonini hosil qiladi. Mazkur jarayon miya katta yarim sharlari po'stida tarqalib, so'ng po'stloqosti markazlarini egallab oladi. Katta yarim sharlar

<sup>66</sup> Devid Mayers Psixologiya. Minsk. 2008. 532-bet.

po'stidan pastda turuvchi miya bo'limlarida organizm fiziologik faoliyatining turli markazlari (nafas olish, ovqat hazm qilish va hokazo) joylashgan. Shu sababdan po'stloqosti markazlarining qo'zg'alishi ba'zi ichki a'zolar faoliyatining kuchayishiga olib keladi. Jumladan, nafas olish ritmikasining o'zgarishi (hayajonlanganda bo'g'ilib qo'lishini, og'ir va tartibsiz nafas olishni yuzaga keltiradi), yurak faoliyatining buzilishi (yurak urishini tezlashtiradi), organizmni qon bilan ta'minlashning izdan chiqishi (uyalgandan qizarishni, qo'rqqandan oqarishni keltirib chiqaradi, ichki sekretiya bezlari ishining nuqsonlari ko'z yoshini oqizadi, hayajonlanganda og'izni quritadi, qo'rqqanda «sovuq» ter chiqaradi va hokazo.)

Ilmiy manbalarda talqin qilinishicha, miya katta yarim sharlarining po'sti mo'tadil sharoitda po'stloqosti markazlariga boshqaruv va tormozlash yo'sinida ta'sir ko'rsatadi hamda hissiyotning tashqarida ifodalinishiga yo'l qo'ymaydi. Miya po'sti kuchli darajada qo'zg'alsa, uning ta'sirida boshqaruvchanlik funksiyasi buziladi. Shaxs qattiq charchasa yoki kuchli mast bo'lsa, irradiatsiya oqibatida po'stloqosti markazlari ham qo'zg'aladi, natijada harakatni nazorat qilish yo'qoladi.

Miya faoliyatining elektrofiziologik tadqiqotlari emotsiyalarning paydo bo'lganda gipotalamolibik (yunoncha hypothalamus – bosh miya bo'limi nomi) tizimi va retikulyar formatsiya (lotincha reticulum – to'rsimon, formatio, bog'lam ma'nosini anglatadi)ning roli ko'rsatib o'tilgan. Ma'lumotlarda ko'rsatilishicha, emotsional holatlarning fiziologik mohiyati katta yarim sharlar po'stining va po'stloqosti tizimi markazlarining funksiyasigina emas, balki ular: a) miya mexanizmlari faoliyatini faollashtiruvchi retikulyar formatsiyaning, b) miya talamusi (ko'rish do'ngliklari)ning, gipotalamusining (do'nglik osti qismining), d) yarim sharlar yangi po'stlog'i orasidagi limbik sistemaning funksiyalaridir.

Emotsional holatlar uchun po'stloqosti tugunchalarining tarkibiga kiruvchi (miya katta yarim sharlarining oq moddasi bilan birlashuvchi kulrang modda yig'indisi) markazlar ham muhim ahamiyatga ega. Agarda miya katta yarim sharlari po'stlog'i harakatlarni birlashtirib, sezgilarni va sa'y-harakatlarni nozik ifoda qilib tursa, miya formatsiyalari tashqi hamda ichki muhitda sodir bo'ladigan o'zgarishlarga organizmning javob reaksiyalarini boshqaradi.

Ma'lumotlarga qaraganda, miya katta yarim sharlari po'stlog'i shikastlansa, tashqi olamdan hamda ichki organlardan keladigan qo'zg'ovchilarning nozik tahlil qilinishi zaiflansa ham emotsional holatlar saqlanib qolaveradi. Masalan, hayvonlar limbik tizimga, do'ng osti (gipotalamus) qismiga, ko'rish tepaliklariga yo'nalgan elektr qo'zg'atuvchilarga, retikulyar formatsiyasining qo'zg'alishlariga xursandlik yoki diqqinapaslik, darg'azablik yoki qo'rqqoqlik, lazzatlanish yoki azoblanish, rohatlanish yoki ko'ngilxijillik sifatida javob reaksiyasi hosil bo'ladi.

Yuqorida ta'kidlanganidek, ijobiy va salbiy his-tuyg'ularning shunga o'xshash markazlari bilan miyaning boshqa bo'limlarida joylashganligiga qaramay, shartli ravishdagi rohatlanish va azoblanish markazlari ham mavjuddir.

Emotsiyalar bir-biriga yaqin masofada faoliyat ko'rsatadilar. Tajribada qo'sh (juft) markazlaridan birida elektrod bilan hosil qilingan qo'zg'atish ehtiyojidan kelib chiqqan holda salbiy yoki ijobiy emotsiyadan faqat bittasini vujudga keltirgan, xolos. Ba'zida yondosh joylashgan markazlarda qo'zg'alish tarqalgan bo'lsa, u holda ambivalent yoki ikkiyoqlama reaksiya ro'yobga chiqadi. Shartli ravishda nomlangan markazlar (rohatlanish, azoblanish) bir-biriga yaqin joylashishiga qaramasdan, har xil tuzilishga ega ekanligi aniqlangan. Ma'lumotlarning ko'rsatishicha, «azoblanish» markazlari miyaning turli bo'limlarida joylashsa-da, lekin ular yagona tizim bilan boshqariladi. Salbiy emotsiyalardan farqli o'laroq ijobiy his-tuyg'ular va «rohatlanish» markazlari bir-birlari bilan jips aloqaga ega emas. Ta'kidlab o'tilgan mulohazalar, emotsiyalar juft hamda qarama-qarshi xususiyatga ega ekanligidan dalolat bermoqda. Shuning uchun har qaysi emotsiya qarama-qarshi turkumga ega deb qat'iy ishonch bilan aytish mumkin, jumladan, sevgi-nafrat, yoqimli-yoqimsiz, xotirjamlik-bezovtalanish, mas'uliyatlilik-loqaydlik va boshqalar.

## **EMOTSIYANING NAMOYON BO'LISHI**

Tuyg'ular kuchli, ixtiyorsiz va unutilmas bo'ladi. Ikkilanishsiz aytishimiz mumkinki, tuyg'ular hayotimizni hayajon ila to'ldirishi, stress paytlari odamni nobud qilishi va aksincha saqlab qolishi mum-

kin. Dunyodagi barcha mavjudotlar ichida, insonlar his-hayajonlarga beriluvchan mavjudot hisoblanadi va aynan ular boshqa mavjudotlarga nisbatan o'z qo'rquvini, g'azabini, qayg'usini, quvonchini va muhabbatini ifoda etadi.

Badiiy asar qahramonlari (personajlari) bizga hayotni emotsiyalarsiz tasavvur qilishimizga yordam beradi. Masalan, "Star Trek" teleserialidagi Mister Srok personaji o'zida sovuqqon, aqlli, lekin his-tuyg'ulardan mahrum kishi xususiyatlarini o'zida qamrab olgan.

Shu serialning davomi, "Star Trek keyingi avlod"dagi Data personajini ham keltirib o'tishimiz mumkin. Kuchli aql va sovuqqon mantiq, unga yuqori insoniy analitik aql-idrok beradi. Lekin u unga nimadir yetishmayotganligini tushunardi. U she'rlar yozishi mumkin, ammo hech qanday hissiyotlarga ega emas. Dataning intellektual qiziquvchanligi uni qo'rquv, g'azab va quvonch nima ekanligini o'ylashga majbur qiladi. U qanchalik harakat qilmasin, bunday tuyg'ular unga qorong'u edi, sababi u dunyoni hech qanday his-tuyg'ularsiz ko'radi.

Emotsiyalar qayerdan paydo bo'ladi? Ular qanday tarkib topgan? Tasavvur qiling, siz uyqingizda uzoqdagi qumloq ko'chadan bir o'zingiz qorong'ida ketib boryapsiz va siz motorning gurillagan ovozi eshitdingiz va sizga kimdir tashlanmoqchi degan fikr miyangizga keladi. Sizning yuragingiz tez ura boshlaydi, qadamlaringiz tezlashadi, siz bezovtalanib, mototsiklchini maqsadini o'ylab, qo'rquv hissini tuyasiz. Ko'rib turibsizki, emotsiya – bu, fiziologik qo'zg'alish qorishmasi (yurak urishi tezlashib o'zini ekspressiv tutish, odamlarning tezlashishi), ongli ravishdagi tajriba (insonning maqsadini tushunish va qo'rquv). Buning murakkabligi shundaki, bu uchta detalni solishtirishda ko'rinadi: siz birinchi yurak

**Emotsiya** – shaxsning voqelikka o'z munosabatini his qilishidan kelib chiqadigan, uning ehtiyoj va qiziqishlari bilan bog'liq bo'lgan yoqimli yoki yoqimsiz kechinmalardir. Keltirilgan ta'riflardan ko'rinadiki, hissiyot tushunchasi emotsiyaga nisbatan kengroq tushuncha bo'lib, shaxsning kundalik hayoti, turmush tarzidagi barcha jabhalarni qamrab oladi.

urishining tezlashishini, yurish tezligingiz oshishini va keyin qo‘rquvni his qilasizmi? Yoki avval qo‘rquvni his qilib va bu yuringiz urishini va yurishingiz tezlashishiga ta’sir etadimi? Ushbu savollarga javob topish uchun insonning fiziologik emotsiyalarini ko‘rib chiqishimiz lozim<sup>67</sup>.

Odam tashqi muhitdagi turli-tuman narsa va hodisalarni idrok qilgan ekan, hech vaqt bu narsalarga batamom befarq bo‘lmaydi. Odamni aks ettirish jarayoni doimo faol xarakterga egadir. Aks ettirish jarayoni quyidagilarni qamrab oladi:

a) shaxsning ehtiyojni qondirish imkoniyatiga egaligini;

b) qondirishga yordam beradigan yoki qarshilik ko‘rsatadigan obyektlarga subyekt sifatida qatnashishini;

d) uni harakat qildiruvchi, bilimga intiltiruvchi munosabatlarni va hokazo.

Chunki, odam atrofidagi har turli narsalarni idrok qilib aks ettirgan ekan, bu narsalarga nisbatan ma’lum munosabatda bo‘ladi. Masalan, bizga ayrim narsalar yoqsa, ya’ni kayfiyatimizni ko‘tarib yuborsa, boshqa bir narsalar yoqmaydi va kayfiyatimizni buzib, dilimizni xira qiladi. Ba’zi bir ovqatni odam juda ham yoqtiradi, boshqa bir ovqatni esa mutlaqo ko‘rgisi kelmaydi yoki ayrim odamlar bizga xush keladi yoki boshqa bir odamlar esa yoqmaydi. Umuman, odam atrofidagi hamma narsalarga nisbatan munosabatda bo‘ladi va uning munosabatlari faoliyatida aks etadi.

Kishilar idrok qilayotgan, ko‘rayotgan, eshitayotgan, bajarayotgan, o‘ylayotgan, orzu qiladigan narsalarga befarq bo‘lmaydilar. Bir xil predmetlar, shaxslar, xarakterlar, voqealar bizni quvontiradi, boshqalari xafa qiladi, yana boshqalari g‘azab-nafratimizni uyg‘otadi. Biz xavf ostida qolganimizda qo‘rquvni his qilamiz, dushman ustidan g‘alaba qozonish yoki qiyinchilikni yengish esa zavq uyg‘otadi.

Hissiyotlar o‘zining yuzaga kelishi nuqtayi nazaridan odamning ehtiyojlari, qiziqishlari va intilishlari bilan bog‘liq bo‘ladi. Masalan, odamning organik ehtiyojlarini qondirishi bilan bog‘liq bo‘lgan hissiyotlar odamda rohatlanish, qanoatlanish tuyg‘usini yuzaga keltiradi.

---

<sup>67</sup> Devid Mayers *Psixologiya. Minsk. 2008. 531-bet.*

Organik hissiyotlarni qondira olmaslik odamning ruhini tushirib, kayfiyatini buzib, azoblanish, toqatsizlanish hissigga sabab bo'ladi.

Odamning hissiyotlari uning mazmuni hamda shakllari, ijtimoiy-tarixiy sharoitlari bilan bog'liq bo'ladi. Ijtimoiy tarixiy taraqqiyot davrida odamning ehtiyojlari o'zgarib boradi. Natijada odamda borgan sari yangi-yangi hissiyotlar, chunonchi, ma'naviy, intellektual va estetik hissiyotlar paydo bo'ladi.

Hissiyot odamda sodir bo'layotgan hodisa va narsalardan shaxs sifatidagi odam uchun ahamiyatli bo'lganlari haqida darak beruvchi signallar tizimi hisoblanadi. Mazkur holda sezgi a'zolariga ta'sir qiluvchi cheksiz miqdordagi qo'zg'ovchilardan aniq ajraladi, ba'zilar birlari bilan qo'shib ketadi va paydo bo'lgan hissiyot bilan birlashib ketadi. Natijada miyada taassurot uyg'otib, biror hissiy nom bilan ifodalangan xotira obrazlari tariqasida saqlanib qoladi. Buni fiziologik jihatdan shunday tushuntirish mumkin: ma'lum qo'zg'atuvchilar tirik mavjudotlar uchun xotirjamlik haqida darak beruvchiga aylanadi. Hissiy kechinmalar esa insonning shaxsiy tajribasida tarkib topadigan reflekslar tizimini mustahkamlash sifatida namoyon bo'ladi. Hissiyotning mana shu darak beruvchilik vazifasi psixologiyada hissiyotning impressiv tomoni deb ataladi. **Impressiv** so'zi lotincha taassurot degan ma'noni anglatadi.

I.P.Pavlov tirik mavjudotlarning atrofimizdagi muhitga moslashuvda hosil qiladigan, buziladigan dinamik stereotiplar orqali biror hissiyot va emotsional kechinmalarning ijobiy va salbiy sifatlarini tushuntirib beradi.

**Dinamik stereotip** deganda tashqi qaytarilish natijasida hosil qilingan shartli reflekslar, nerv bog'lanishlarining barqaror tizimi tushuniladi. Har xil qiyinchiliklar va qarshiliklarga duch kelishi natijasida dinamik stereotiplarning «o'zgarishi» salbiy emotsional holatni yuzaga keltiradi. Hissiyot bu uning kechirilishining turli shakllari faqat darak vazifasini emas, balki boshqaruvchilik funksiyasini ham bajaradi. Emotsiya harakatlari juda ko'p tana o'zgarishlarida ifodalanadi. Odam organizmidagi o'zgarishlar kechayotgan hissiyotning obyektiv ko'rsatkichi hisoblanadi. Moslashish xarakteriga oid bo'lgan, ya'ni ovozning o'zgarishi, mimika, imo-ishora, organizmda sodir bo'ladigan jarayonning qayta o'zgarishidan



iborat ixtiyorsiz va ongli harakatlar psixologiyada emotsional harakatlarning **ekspressiv tomoni** deb ataladi.

Hissiyotlar odatda juft-juft bo'lib uchraydi. Masalan, yoqimli-yoqimsiz, xush-noxush, xursand-xafa, g'azab-muhabbat, nafrat kabi ana shunday hissiyotlar subyektiv xarakterga ega bo'ladilar, lekin ularning tashqi ifodasi ham bo'ladi. Masalan, xushchaqchaq odam bilan g'amgin odamning yuz ifodasini ko'z oldimizga keltirib ko'rish mumkin. Aynan mazkur jarayon psixologiyada ambivalentlik yoki ikki taraflamalik deb ataladi.

**Ambivalentlik** – lotincha har tomonlama kuchga ega ma'nosini anglatib, kishining bir obyektning o'ziga nisbatan bir vaqtning o'zida paydo bo'ladigan bir-biriga qarama-qarshi emotsional iroda-viy holatidir.

Hissiyotda ambivalentlik bu rohatlanish va azoblanish birga qo'shilib va biri ikkinchisiga o'tib ketmaydigan, balki bunda birga bo'lish kechiriladigan hissiyotning zarur xarakterli sifatlaridan birini tashkil qiladi. Masalan, rashk hissida muhabbat va nafrat.

## EMOTSIONAL KECHINMALAR

Hissiyotlar shaxs faoliyatining muhim jabhasi sifatida insonni keng emotsional sohasini rang-barangligi, ko'pqirraliligi haqida hissiy ton (yunoncha tonos – zo'riqish, urg'u berish ma'nosini bildiradi), emotsiyalar (lotincha emovere – qo'zg'atish, hayajonlanish demakdir), affektlar (lotincha affectus – ruhiy hayajon, shijoat, ehtiros ma'nosini anglatadi), stress (inglizcha stress – zo'riqish deganidir) va kayfiyat kabi tushunchalar muayyan ta-savvur imkoniyatiga ega.

Emotsional ton yoki hissiy tus (masalan, affektiv ton) ba'zi hollarda barcha shaxslarda tug'ma, nasliy xususiyat kasb etishi mumkin. Jumladan, og'riq hissi va boshqa xususiyatli kuchli qo'zg'atuvchilar bir davrda aks etgan yoqimsiz (noxush) hissiy ton bilan ajralib turadi. Masalan,



merkaptan (lotincha merc – simob, saptans – egallovchi degan ma’noni anglatadi), ya’ni simob bilan boshqa organik moddalar birikmasidan tarqalgan har qaysi ruhan sog’lom insonlar uchun yoqimsiz, jirkanch taassurot uyg’otadi. Shuningdek, ba’zi ranglar birikmasi (omuxtasi), shilimshiq pardalarning qo’zg’alishi, qamishlarning ishqalanishi, egovning ovozi ham xuddi shunday iz qoldiradi. Shu bilan birga idrok obrazlari va tasavvurlarining aksariyat hissiy tonlari (tuslari) oldingi emotsional jarayonlaridan saqlanib qolgan izlar, turmush tajribaning saboqlari (aks-sadolari) insonlarda o’xshashligi tufayli «tug’ma» deb baholanishi mumkin. Hissiy ton shaxsning ehtiyojlarini atrofda narsalar va vaziyatlar qoniqtirishi yoki qoniqtirmasligi, faoliyatning esa muvaffaqiyatli yoki muvaffaqiyatsiz kechishini yaqqol namoyish etishiga xizmat qiladi. Shaxsning psixologik xislatlariga binoan hissiy ton (tus) o’ziga xos idiosinkraziya (yunoncha idios – o’ziga xos synrasis – qorishmoq, qorishuv ma’nosini bildiradi) xususiyatini kasb etadi, bunday ta’bli odam boshqalar uchun befarq tuyulgan narsalarga ham jirkanch munosabatini namoyish qiladi, masalan, duxobaga tegishni, baliq, yog’, gul hidlarini yoqtirmaydi.

Shuni alohida ta’kidlash o’rinliki, ko’rish, eshitish, hidlash, kinestetik (harakat) sezgilarga hamda idroklarga taalluqli hissiy ton muhim amaliy ahamiyatga ega. Masalan, xonalar, ish joyi, transport vositalarining rangi (tusi) taassurotidan vujudga kelgan yoqimli va yoqimsiz hissiy ton mehnat samaradorligiga, xizmatchilarning kayfiyatiga sezilarli ta’sir o’tkazadi. Kimyoviy o’g’itlar, sabzavotlarning yoqimsiz hidi, ishlab chiqarishdagi shovqinlar, tovushlar hissiy ton jihatidan mehnat unumdorligini pasaytiradi. Xotirjamlik, yoqimsiz musiqa, iliq shaxslararo munosabatlar, muomala maromi, aqllilik muvaffaqiyat kafolati, ijtimoiy taraqqiyot omili hisoblanadi.

### **Qo’rquv**

Qo’rquv insonni nobud qiluvchi hislardan biri bo’lishi mumkin. Qo’rquv insonni uyqusizlikka yoki xayolingizni tormozlab qo’yishi ham mumkin ekan. Ba’zi bir insonlarni qo’rquv o’lim darajasigacha

olib kelishi mumkin. Bundan tashqari qo‘rquv insonlarga o‘tishi kuzatiladi. Qo‘rquv bizni xavf-xatardan o‘zimizni himoyalashga tayyorlaydi<sup>68</sup>.

### Nafrat

Donishmandlar fikricha, “nafrat insonlarning aqldan ozishidir”.

Bizni nafratlanishimizga nimalar majbur qiladi? Djeyms Averill bir nechta insonlardan o‘zining nafratlangan kunini eslab yozib qo‘yishini so‘radi. Ko‘pchilik insonlar hafta davomida bir necha marta nafratga uchrashganlarini ta’kidlab o‘tishgan. Ba’zilari esa kun davomida nafratga duch kelishganlarini so‘zlab berishgan. Ushbu nafratning yuzaga kelish sabablari do‘stlarining yoki sevgilisining nojo‘ya harakatlaridir. Nafratning kelib chiqish sabablari bo‘lgan vaziyatning oldini olish mumkin. Nafrat kelib chiqishining boshqa sabablari bo‘lishi ham mumkin, bularga yoqimsiz hidlar, isitma chiqishi, yo‘ldagi tirbandliklar<sup>69</sup>.

**Affektlar.** Haddan ziyod tez kechishi bilan miyada paydo bo‘luvchi, shaxsni tez qamrab oluvchi, jiddiy o‘zgarishlarni yuzaga keltiruvchi, jarayonlar ustidan irodaviy nazoratlarning buzilishiga yetaklovchi (o‘zini o‘zi boshqarishni zaiflashtiruvchi), organizm a‘zolari funksiyasini izdan chiqaruvchi emotsional jarayonlar affektlar deb ataladi. Affektlar qisqa muddatli bo‘lib ular favquloddagi yong‘inga, yarqiragan portlashga, to‘satdan kelgan do‘lga, to‘fonga, kutilmagan silkinishga o‘xshab ketadi. Mabodo emotsiya ruhiy to‘lqinlanish deyilsa, unda affekt holatlari turli bosqichlardan tuzilgan bo‘lib, ular o‘zaro o‘rin almashib turadi. Ma’lumki, vahimaga, tahlikaga, sarosimaga tushib qolgan, o‘ta quvongan, kulgi nashidasi bilan band bo‘lgan, umidsizlik tuzog‘iga ilingan inson turli vaziyatlarda borliqni bir tekis



<sup>68</sup> Devid G. Mayers. *Psixologiya*. Minsk. 2008. 544-bet.

<sup>69</sup> Devid G. Mayers. *Psixologiya*. Minsk. 2008. 546-bet.

aks ettira olmaydi. Chunki, u mazkur sharoitlarda o'z kechinmalarini har xil ifodalaydi, o'zini turli darajada ushlaydi, harakatlarini esa turlicha boshqaradi. Bunday oraliq miya va miya katta yarim sharlari po'stlog'idagi ma'lum markazlarning kuchli qo'zg'alishini va boshqa markazlarning tormozlanishi me'yordan chiqib ketishi tufayli o'zaro almashinib qoladi. Harakatchanlikning asta-sekin ko'tarilishidan iborat stenik holat astenik holat bilan almashinadi (kuchli holat kuchsiz bilan aralashib ketadi), lekin qayta tiklanishga ulgurmaydi. Masalan, jo'shqin harakatda, ko'z yaltirashida, yuz qizarishida vujudga kelayotgan kuchli jahl ko'rinishlari ko'zning xiralashishi, yuz oqarishi, rang o'chishi bilan bog'liq qattiq g'azabga aylanishi mumkin.

Umidsizlik kechinmasida organizmning jo'shqin reaksiyasi ba'zan xushdan ketib qolish holati bilan almashinadi. Ushbu vaziyat lotincha «sutpos» stupor, ya'ni serrayib qolish, karaxt holati deb psixologiyada qo'llaniladi.

Affekt holati boshlanishida shaxs insoniy qadriyatlarning barchasidan uzoqlashib, o'z hissiyotining oqibati to'g'risida ham o'ylamaydi, hatto tana o'zgarishlari, ifodali harakatlar unga bo'ysunmay boradi. Kuchli zo'riqish natijasida mayda, kuchsiz harakatlar barham topadi. Tormozlanish miya yarim sharlari po'stini to'la egallay boshlaydi, qo'zg'alish po'stloqosti nerv tugunchalarida, oraliq miyada avj oladi, xolos. Buning natijasida, shaxs hissiy kechinmasiga (dahshat, g'azab, nafratlanish, umidsizlik va hokazolar) nisbatan o'zida faol kechayotganini sezadi.

Ma'lumotlarning ko'rsatishicha, ko'pincha hissiyotlar affektiv shaklida o'tishi tajribalarda sinab ko'rilgan. Jumladan, 1) teatr tomoshabinlarida, 2) tantana nashidasini surayotgan olomonlarda, 3) es-hushini yo'qotgan, telbanamo sevgi afsonalarida, 4) ilmiy kashfiyot lahzasida, 5) tasodifiy qizg'in uchrashuvlarda jo'shqin shodliklar mujassamlashadi.

Affektlar vujudga kelishining dastlabki bosqichida har bir shaxs o'zini tutishini, o'zini qo'lga olishni uddalash qurbiga ega bo'ladi. Ularning keyingi bosqichlarida irodaviy nazorat yo'qotiladi, irodasiz harakatlar amalga oshiriladi, o'ylanmasdan xatti-harakat qilinadi. Affektiv holatlar mas'uliyatsizlik, axloqsizlik, mastlik alomatida sodir

bo'ladi, lekin shaxs har bir xatti-harakati uchun javobgardir, chunki u aql-zakovatli insondir. Affektlar o'tib bo'lganidan keyin shaxsning ruhiyatida osoyishtalik, charchash holati hukm suradi. Ba'zi hollarda holsizlanish, jamiki narsaga loqayd munosabat, harakatsizlik, faollik barham topishi, hatto uyquga moyillik yuzaga keladi. Shu bilan birga affektiv shok (fransuzcha choc – zarba degan ma'noni anglatadi) holati ham sodir bo'ladi, buning oqibatida organizmning ichki a'zolari funksiyasi buziladi, hatto yurak xuruji (infarkt – lotincha arctus – "xavf to'ldirg'ich", miokard yunoncha mys – tomir, kardia – yurak degan ma'no bildirib keladi) yuzaga keladi. Shuni ham unutmaslik kerakki, affektiv qo'zg'alish muayyan davrgacha davom etishi, ba'zan o'qtin-o'qtin kuchayish yoki susayish (pasayish) sodir bo'lib turishi mumkin.

**Stress.** Stress inglizcha stress so'zidan olingan bo'lib, jiddiylik, keskinlik, zo'riqish degan ma'noni anglatadi. XX asrning ikkinchi yarmidan boshlab keskin vaziyat tufayli vujudga keladigan emotsional holatlarni tadqiq etish psixologiya, fiziologiya, tibbiyot fanlarida keng ko'lamda amalga oshirila boshlandi. Stress – og'ir jismoniy va murakkab aqliy yuklamalar, ishlar me'yoridan oshib ketib, xavfli vaziyatlar tug'ilganida zaruriy chora-tadbirlarni zudlik bilan topishga intilganda vujudga keladigan hissiy zo'riqishlar turidir. Mana shunday sharoitlar va vaziyatlarning barchasini biron-bir emotsiya turi ro'yobga chiqaradi. Stress emotsional holatining paydo bo'lishi hamda kechishining psixologik xususiyatlarini aniqlash nafaqat uchuvchilar, kosmonavtlar, dispetcherlar (inglizcha dispatcher – ishlab chiqarishni muvofiqlashtiruvchi ma'nosini anglatadi) uchun, balki sudyalalar, korxonalar rahbarlari, ta'lim tizimi xodimlari uchun alohida ijtimoiy psixologik ahamiyat kasb etadi.



Psixologiya faniga stress tushunchasini olib kirgan olim kanadalik fiziolog G.Sele (1936) sanaladi. U stressni tadqiq qilishda moslashuv alomati (adaptatsion sindrom – yunoncha belgi, alomat, ko'rinish moslashuv demakdir) masalasiga, uning faoliyatga ijobiy hamda sal-

biy ta'sir etishiga alohida ahamiyat bergan. Shuningdek, ekstremal (lotincha *extremus* – favquloddagi holat, eng oxirgi vaziyat ma'nosini anglatadi) vaziyatlardagi, murakkab jarayonlardagi stressning o'ziga xosligi, faoliyatni qayta tashkil qilishgacha (dezorganizatsiya lotincha de *organisation* fransuzcha – tashkilot, tuzilma ma'nosini bildiradi) olib borishi, shunga o'xshash sharoitlarda shaxs xulqini bashorat etish (prognoz yunoncha *prognosis* – bashorat ma'nosini anglatadi) imkoniyatlari G.Sele tomonidan o'rganilgan.

Stress holatida shaxsning xatti-harakatlari o'ziga xos tarzda o'zgaradi, unda qo'zg'alishning umumiy reaksiyasi paydo bo'ladi, uning harakatlari tartibsiz ravishda amalga oshiriladi. Stressning kuchayishi esa teskari reaksiyaga olib keladi, natijada tormozlanish, sustlik, zaiflik, faoliyatsizlik ustuvorlik qila boshlaydi. Lekin stress holatida fiziologik o'zgarishlar tashqi tomondan qariyb ko'zga tashlanmasligi mumkin. Biroq muammoni yechishdagi qiyinchilik, diqqatni taqsimlashdagi sarosimalik stressning tashqi ifodasi deb taxmin qilinsa bo'ladi. Shaxs stress holatida telefon nomerini adashtiradi, vaqtni chamalashda yanglishadi, ong faoliyati yengil tormozlanadi, idrok ko'lami torayadi va boshqalar.

Stress holatida shaxsning psixologik xususiyatlari, turmush tarbiyasi, shakllangan malakasi muhim rol o'ynaydi. Keskinlikning oldini



olishda shaxsning oliy nerv faoliyati, nerv sistemasining xususiyatlari alohida ahamiyat kasb etadi. Undagi yuksak his-tuyg'ular (mas'uliyat, burch, javobgarlik, vatanparvarlik, sadoqat va hokazo) stress holatida xatti-harakat buzilishining oldini olishga xizmat qiladi.

**Kayfiyat.** Shaxsning xatti-harakatlariga va ayrim ruhiy jarayonlariga muayyan vaqt davomida tus berib turuvchi emotsional holat kayfiyat deb ataladi. Shaxsning hayoti va faoliyati davomida shodonlik, hazilkashlik, umidsizlik, jur'atsizlik, zerikishlik, qayg'urishlik singari his-tuyg'ular uning ruhiy holatini umumiy tizimga aylanadi. Ushbu vaziyat ba'zi emotsional taassurotlarning vujudga kelishiga qulay zamin hozirlaydi, boshqasi uchun esa



qiyinchilik tug'diradi. Inson xafa, ma'yus hissiy holat hukmronligida bo'lsa, u holda tengdoshlarining haziliga, keksalarning o'git-nasihatlariga, maslahatlariga quvnoq kayfiyat chog'dagiga nisbatan mazmun, sifat jihatidan boshqacharoq tusda munosabat bildiradi. Shuning uchun, ishlab chiqarish va xalq ta'limi tizimi jamoalarida, rasmiy, real guruhlarida ishchanlik, o'zaro yordam, hamkorlik, hamdardlik, iliq ruhiy muhit yaratish, samimiy muomala maromini shakllantirish ham jismoniy, ham aqliy mehnat samaradorligini oshirishning kafolatidir.

Kayfiyat nihoyatda xilma-xil, uzoq va yaqin manbalar negizidan vujudga keladi. Uni barqarorlashtirib turadigan asosiy manbalardan biri shaxslarning ijtimoiy jamiyatda hukmronlik qilayotgan umumiy nuqtayi nazarlari, hayotning turli jabhalarida aks etuvchi ta'sirlar, chunonchi, mehnat muvaffaqiyati va ta'lim yutug'i, rahbar va xodim, o'qituvchi va saboq oluvchi o'rtasidagi munosabatlari, oiladagi shaxslararo muomala maromi, har xil vaziyatlarda paydo bo'lgan turmushdagi qarama-qarshiliklar, shaxsning ehtiyojlari, qiziqishlari, mayllari va ta'blarining qondirilishidan qanoat hosil qilish yoki qanoat hosil qilmaslik kayfiyatning manbalari bo'lib hisoblanadi. Shaxsning ma'lum muddat ruhi tushib, noxush, zaif kayfiyatda yurishi uning turmushida muammolar yuzaga kelganligidan halovat, tinchlik buzilganligidan dalolat beradi. Bunday vaziyatlar namoyon bo'lganida shaxsga oqilona mulohaza mahsulidan kelib chiqqan holda xushtavozelik bilan ijobiy ta'sir o'tkazish, ruhini tetiklashtiruvchi vositalarni qo'llash, kayfiyatini buzib turgan omillarni batamom bartaraf etish maqsadga muvofiq.

## **IRODA JARAYONLARI VA ULARNING TAVSIFI**

Psixologiya fanida iroda kategoriyasi kishilik jamiyati ijtimoiy-tarixiy, ijtimoiy-psixologik taraqqiyotining har bir bosqichida muayyan darajada o'rganilgan. Chunki, taraqqiyotning har bir davri uchun shaxs kamoloti alohida ahamiyat kasb etgan, uning muhim tarkibiy qismlaridan biri bo'lgan irodaviy sifatlar, ularning turmushdagi o'rni qat'iy ta'kidlangan. Jamiyat farovonligini harakatlantiruvchi kuchi sifatida shaxsning yuksak darajada ulug'lanishi va baholanishi unga nisbatan diqqat-e'tibor sira pasaymagan. Shuning uchun iroda falsafa va psixologiya fanlarining tadqiqot predmetida puxta o'rin egallagan-

ligi uning dolzarb mavzu ekanligini bildiradi. Hozirgi davrda mam-lakatimizda barkamol avlod shakllanishiga munosabat davlat siyosati darajasiga ko'tarilganligi tufayli mazkur muammo keng ko'lamda tadqiq qilinmoqda.

«Iroda» tushunchasi psixiatriya, psixologiya, fiziologiya va falsafa keng qo'llaniladi. Adabiyotlarda iroda o'zining oldiga qo'ygan maqsadga erishish vositasi deb qaraladi. Borliqni aks ettirish, faoliyatni muayyan yo'nalishda tashkil qilish, muammolar yechimini egallash yuzasidan ma'lum bir qarorga kelish, uni amalga oshirish jarayonida qiyinchiliklarni yengish harakatlar yordami bilan ro'yobga chiqadi. Aynan shu harakatlar irodani aks ettiradi.

*Iroda odamning o'z xatti-harakatini ongli sur'atda tartibga solishdir, bu esa ko'zlangan maqsadni amalga oshirishda uchragan to'siqni bartaraf qilishda ifodalanadi.*

Odamning o'z faoliyatini va xatti-harakatini tartibga solish, umuman, shunda ifodalanadiki, u lozim bo'lib qolgan holda harakat va amalni ishga solishi, bu harakat va amalni kuchaytirishi yoki susaytirishi, tezlashtirishi yoki sekinlashtirishi, vaqtincha to'xtatishi, keyin yana davom ettirishi, maqsadga erishilgandan so'ng esa butunlay to'xtatishi mumkin.

*Xatti-harakatlarni tartibga solish va to'siqlarga qarshi kurashish protsessida yuz beradigan har qanday o'zgarish kishida irodaviy zo'r berish hissini tug'diradi.*

Odam irodasi butun ong bilan bog'langandir, shuning uchun ham irodaviy nazorat bo'lmagan biror-bir ongli harakatini uchratish qiyin. Lekin bu nazorat har xil tipdagi ish-harakatlarda bir xilda ifodalana-vermaydi. Bir xil ish-harakatlarda, ayniqsa ular qiyin va yangi ish-harakatlar bo'lsa, bu nazorat ravshan namoyon bo'ladi (ayni shunday ish-harakatlar asli irodaga taalluqli bo'ladi); ikkinchi bir xil, o'rganib qolingan ish-harakatlarda, ayrim operatsiyalarning avtomatlashganligi sababli, nazorat kuchsiz bo'ladi; uchinchi bir xil, affekt harakatlarda nazorat uzilgan yoki butunlay buzilgan bo'ladi.

Irodaviy ish-harakatlar har xil bo'lishi: ijtimoiy va shaxsiy; kollektiv va individual mehnat, o'qish va o'yinlarga oid ish-harakatlar bo'lishi mumkin.



Murakkab irodaviy ish-harakatlar strukturasi uch bo'g'in – maqsad qo'yish, fikrda planlashtirish va ularni amalga oshirish bo'g'inlari bir-biridan farq qilinadi.

Maqsad qo'yish odamning shu maqsadga bo'lgan o'z motivlarini anglab olish bilan bog'liqdir. Masalan, havas yaxshi anglab olinmagan niyat bo'lib, bunda odam biror narsa yetishmay turganidan qattiq iztirob chekadi, lekin tug'ilgan niyatning nimaligini, ehtiyojni qondirishning maqsad va vositalarini ravshan tasavvur etolmaydi. Bunday motivlarning yolg'iz o'zi ta'sirida hali harakat sodir bo'lmaydi. Xohishning o'zi eng yaxshi anglangan motivdir.

Bunday yuksak motivlar bilan past motivlar kurashi protsessida iroda tarkib topadi, binobarin, bunday hollarda kurash natijasi odam irodasiga obyektiv baho bo'ladi.

Ma'naviy jihatdan tarbiyalangan odam, yuksak motivlarning kuchliligi bilan ajralib turadi. Natijada uning ko'pgina murakkab xatti-harakatlari motivlarning uqubatli kurashsiz, boshqacha aytganda, qalb da'vati bilan sodir bo'ladi.

Shaxsning irodaviy xislatlari (sifati, xususiyati) maqsadni amalga oshirishda uchragan to'siqlarni yengish borasida odamning tajribada hosil qilgan o'ziga xos usullardan iboratdir. Shaxsning irodasi, tub ma'nosi bilan aytganda, har xil irodaviy xatti-harakatlar va xususiyatlar majmuyidir.

Harakatning maqsadga qaratilganligi odamning bosh, yetakchi irodaviy xususiyatidir.

Shaxsning boshqa eng muhim irodaviy xususiyatlarini sanab o'tamiz. *Tashabbus* o'z xohishi bilan ish, amal qilish va xatti-harakat ko'rsata bilish; *qat'iyatlilik* ikkilanmasdan, har tomonlama o'ylab qarorlar qabul qila olish va ularni izchil suratda amalga oshira bilish; *sabotlilik* – qiyinchiliklarga qarshi kurashda g'ayratni bo'shashtirmasdan maqsad orqasidan doim uzoq vaqt quva bilish; *sabotlilik* – qabul qilingan qarorni amalga oshirishga xalaqit beruvchi ish-harakat, his va fikrlarni to'xtata bilish; *yig'noqlik* – o'z ish-amallari va xatti-harakatlarni planlashtira olish, ijro etishda planga amal qila bilish.

Shaxsning irodasizlik yoki bo'sh irodalilikdan iborat xususiyatlari ham xilma-xildir, bular prinsipsizlik, tashabbussizlik, yengiltaklik,

jur'atsizlik, shoshma-shosharlik va boshqalardir. Bular irodaning ijobiy irodaga mutlaqo zid xususiyatlaridandir. Tirishqoqlik yalqovlikka, dadillik (va jasurlik) qo'rqoqlikka, mardlik jur'atsizlikka, sabotlilik qaysarlikka, qat'iyatlilik qat'iyatsizlikka qarshi qo'yiladi va hokazo.

Bu yoshda ko'p irodaviy sifatlar ham xarakter xususiyati bo'la olish darajasida barqaror bo'lmaydi. Yuqori sinf o'quvchisi tez g'ayratga kiradi va bu ruhiy ko'tarilish holatida katta qiyinchiliklarni yenga oladi, maqsadga erishish yo'lida qat'iylik ko'rsata oladi. Lekin, uning g'ayrati oldindan payqalmagan qandaydir biror to'siqqa duch kelsa, u shunday tez soviydi. Unda ichki tormozlanish yetarli darajada mashq olgan va o'smirlardagidek qarama-qarshiliklar, buzilishlar uchramaydi, ammo uning irodaviy g'ayrati hissiyot, qiziquvlar bilan hamon mahkam bog'langan bo'ladi.

Yuqori sinf o'quvchilari irodasining o'sishiga barqaror hayotiy g'oyalarning tarkib topishi g'oyat zo'r ta'sir ko'rsatadi. O'smir o'z hayotining maqsadi haqida endigina o'ylay boshlaydi, yuqori sinf o'quvchisi esa butun sharoit talabi bilan o'zining hayot yo'lini taltash zarurati oldida turadi. U doimo o'z qiziqishlari, mayl va qobiliyatiga baho beradi, o'z iste'dodi, kasbi haqida o'ylaydi, o'zini amalda sinab ko'radi. G'oyalar kundalik tarbiyaning istalgan maqsadigina bo'lmasdan, balki muhim vositasi hamdir. G'oyalar irodaning nima maqsadga qaratilishini belgilaydi.

### **Kuchli iroda egasi bo'lishning olti yo'li:**

1. *Boshlagan ishingni oxirigacha yetkaza bil.*
2. *Qiyinchiliklarni va to'siqlarni nolimay yeng.*
3. *Hatto o'n marta qaytadan buzib ishlash, o'n marta qaytadan boshlash kerak bo'lsa ham, hamma ishni "a'lo" bahoda bajar.*
4. *Bugun qilish mumkin bo'lgan ishni ertaga qoldirma.*
5. *Qiziqqan hamma narsalaringga bir yo'la kuch sarflama, avval birini bajar, keyin ikkinchisini boshla.*
6. *Iroda hosil qilish uchun havasni keltiruvchi narsa va harakatlardan o'zini tiyish, injiqlikni yo'q qilish noma'qul istakni bajarishdan ko'ra muhimroqdir.*

## **IRODANING INSON EHTIYOJ VA MOTIVLARIGA BOG‘LIQLIGI**

Irodaga motivatsion yondashuv dastavval Aristotel asarlaridan boshlangan. Keyinchalik, fransuz olimi Rene Dekart bu masalani atroflicha o‘rganishga kirishgan. U Aristotel farqli ravishda irodani insonni xatti-harakatlarga undovchilar ruhning xohishi, deb qaraydi va uni reflektorga bog‘liq bo‘lmagan ruhiy hodisa, deb reflektor haqidagi ta‘limotni kengaytiradi. Irodaning asosiy vazifasi deb tushuntiradi. Dekart ehtirolarni (his-hayajonlarni) jilovlab, tanlangan (belgilangan) xatti-harakatlarni bajarishdan iboratdir, deb ta‘kidlaydi. Iroda tashqi narsalar ta‘sirida tug‘iladi, xohish esa bevosita ruh asosida paydo bo‘ladi. Ya‘ni ruhning mahsuli. Iroda ehtirolarga qarshi kurashishi, vujudning ehtirosqa qaratilgan harakatlarini tormozlab qo‘yishi mumkin. R.Dekart aqlni irodaning quroli deb tushuntiradi va yaxshilik hamda yomonlik to‘g‘risida qat‘iy hukmga ega bo‘lgan ruhni kuchli ruh deb hisoblaydi. Yaxshilikka undovchi, shu yo‘lda faol bo‘lgan irodaviy harakatlarni kuchli ruhning namoyon bo‘lishi deb qaraydi. Shuningdek, ruh tomonidan yomonlik, deb qabul qilingan narsalardan tiyilishni ham kuchli ruhning in‘ikosi deb biladi.

Fransuz psixologi Teodol Arman Ribo jonli materiyaning vaziyatida javob berishini oddiy iroda shakliga kiritadi. Iroda asosida deydi u “motivlashtiruvchi kuch sifatida ehtiros va qiziqish yotadi”. Irodaning rivojlanishi deb ko‘rsatadi Ribo, “bu reflektor reaksiyalardan mavhum (abstrakt) g‘oyalarga undovchi, xatti-harakatlarga o‘tishdan iboratdir...”

Amerikalik psixolog U.Jeyms ishlarida ikki va undan ortiq xatti-harakatlar g‘oyasi bo‘lganda ulardan birini tanlab olish irodaning asosiy vazifalaridan (funksiyalaridan) hisoblanadi, deb ko‘rsatadi. Tanlab olish zaruriyati esa irodaviy xatti-harakatlarga undovchi mexanizmlar xususiyati bilan belgilanadi. Raqobatli g‘oyalarning mavjudligi inson tasavvuridagi g‘oyaning harakatga kelishiga to‘sqinlik qiladi. Demak, xatti-harakatga o‘tish uchun g‘oyalardan biri tanlab olinishi va uni amalga oshirishga qaror qabul qilinishi kerak. Bu xil

tanlov qiziqishlar asosida bo‘lib, u jon tomonidan tasdiqlanishi yoki inkor qilish qobiliyati tariqasida qaraydi. Xohish esa biror-bir buyumga intilish yoki jirkanishdir. “Iroda va aql – bir narsa”.

Irodaviy harakatlarda maqsadga erishish, qiyinchiliklarni yengishning shartlari ko‘p. Bularning asosiylari o‘zini o‘zi ishontrish, dunyoqarash, qo‘yilgan maqsadning ahamiyati, xohish va albatta irodani boshqara bilish.

Maqsadga erishish va qiyinchiliklarni yengishda harakat maqsadining ahamiyati odam o‘zining oldiga qanday maqsad qo‘yganiga bog‘liq bo‘ladi. Qo‘yilgan maqsad qanchalik ahamiyatli bo‘lsa, shunchalik qiyinchiliklar yengib o‘tilishi mumkin. Aksincha, qanchalik maqsad kichkina, kam ahamiyatli bo‘lsa, odamda shu maqsadga erishish xohishi shuncha kam bo‘ladi. Bu esa o‘z-o‘zidan qo‘yilgan maqsadga erishishda paydo bo‘ladigan to‘siq va qiyinchiliklarni yengib o‘tishga xalal beradi va ba‘zan qo‘yilgan maqsadga umuman erishilmaslik ham mumkin.

Psixologiyada yetarli darajada qat’iy fikr qaror topgan bo‘lib, iroda – bu insonning qo‘yilgan maqsadlariga erishishga yo‘naltirilgan ong faolligidir. V.I.Selivanov irodani tadqiq etish negizida ba‘zi xulosalarni chiqaradi:

a) Iroda – bu shaxsning o‘z faoliyatini va tashqi olamdagi o‘zini o‘zi boshqarilish shakllarining anglanish tavsifidir;

b) Iroda – inson ongining bir tomoni bo‘lib, u ongning barcha shakl va bosqichlariga taalluqlidir;

d) Iroda – bu amaliy ong, shaxsning o‘zini ongli iroda qilishlikdir;

e) Iroda – bu shaxsning hissiyoti va aql-zakovati bilan bog‘liq bo‘lgan xususiyatdir.

S.L.Rubenshteyn irodaning tanlovchanlik funksiyasini tan olib, irodaviy ongning to‘rt bosqichini ko‘rsatib o‘tadi.

1. Maqsad qo‘yish – xohish-istaklarning (aktuallashuvi) dolzarbligi.
2. Motivlar kurashi va muhokamasi.
3. Harakatga o‘tishga qaror qabul qilish.
4. Qarordan harakatga o‘tish.

Har qanday irodaviy harakat deb yozadi S.L.Rubenshteyn, o‘zida ongli tanlov va qarorni aks ettiruvchi tanlovchanlik akti hisoblanadi.

Bu fikrga hamohanglik N.I.Ivanov, V.Frankli, P.Ya.Galperin kabi tadqiqotchilar asarlarida ham uchraydi.

Odamning irodaviy faoliyati o'ziga xos xususiyatga ega bo'lib, uning mohiyati shundan iboratki, bunda shaxs o'z oldiga qo'ygan va uning uchun muhim ahamiyat kasb etuvchi maqsadlariga o'zi uchun kamroq qiymatga ega bo'lgan xatti-harakat motivlarini bo'ysundiradi. Qolaversa, ustuvor (yetakchi, dominant) motivlar (ichki turtkilar) qo'shimcha ko'makchi motivlarni muayyan yo'nalishga yo'naltirib, ularni umumiy (yaxlit) maqsadga xizmat qildiradi.

*Umumiy psixologiya predmetiga daxldor ma'lumotlarni umumlashtirish irodaviy faoliyatning o'ziga xos xususiyatlari quyidagilar-dan iborat ekanligiga imkon yaratdi:*

1) irodaviy harakatlarni shaxs doimo ularning subyekti sifatida amalga oshiradi;

2) irodaviy akt, harakat shaxs tomonidan to'la-to'kis mas'ullikni olgan ish, amal, akt sifatida ichdan (ruhiy dunyosida) kechiriladi;

3) irodaviy faoliyat tufayli inson ko'p jihatdan o'zini o'zi shaxs sifatida anglaydi (o'zlikni anglash bosqichi yuzaga keladi);

4) irodaviy faoliyat ta'sirida shaxs o'zining hayot yo'lini hamda taqdirini o'zi belgilashi shart ekanligini tushunib yetadi. Shu bilan birga irodani faollashtiruvchi va uni jilovlab turuvchi (tormozlovchi) funksiyalari birgalikda, uyg'unlikda hukm sursagina, muvofiqlik yuzaga kelishi mumkin, faqat ana shundagina shaxsni o'z maqsadiga erishish yo'lida uchraydigan to'siqlarni, qiyinchiliklarni yengishni kafolatlashi to'g'risida mulohaza yuritsa bo'ladi.

“Iroda” deyilganda ko'pchilikning ko'z oldiga sportchilarning xatti-harakati, o'zini tutishi keladi. Shu o'rinda bolgar psixologi F.Genov tomonidan taklif etilgan sportchilarning irodaviy sifatleri klassifikatsiyasi diqqatga sazovordir. Bu klassifikatsiyaga sportning hamma turi uchun umumiy bo'lgan Z ta irodaviy sifat: intiluvchanlik, intizomlilik, ishonchlar kiritilgan. Qolgan irodaviy sifatlar quyidagicha bo'linadi: 1) ma'lum sport turi uchun eng muhim jihat, 2) «eng muhim»ga yaqin jihat, 3) keyingisi.

## Alohida sport turlarida irodaviy sifatlarning nisbiy ahamiyat kasb etishi (F.Genov bo'yicha)

Sport turlari	Eng muhim irodaviy sifat	«Eng muhim»ga yaqin sifat	Quyida daraja
I guruh – yengil atletika, chang'ida uchish, suzish, velosport, konkida uchish, eshkakli, yelkanli qayiqda suzish	Tirishqoqlik	Dadillik, barqarorlik	Tashabbuskorlik, mustaqillik, qat'iyatlilik, mardlik
II guruh – sport va badiiy gimnastika, akrobatika, og'ir atletika, konkida figurali uchish, o'q otish	Tirishqoqlik, dadillik	Mardlik	Tashabbuskorlik, mustaqillik, qat'iyatlilik
III guruh – chang'ida sakrash, slalom (chang'ida balandlikdan sakrash), parashyut bilan sakrash, motosport, alpinizm	Mardlik, qat'iyatlilik	Tirishqoqlik, dadillik	Tashabbuskorlik, mustaqillik
IV guruh – sport o'yinlari (Futbol, B/b, V/b. va b.)	Tashabbuskorlik, mustaqillik	Tirishqoqlik, qat'iyatlilik, mardlik	Dadillik, barqarorlik
V guruh – boks, kurash, qilichbozlik	Tashabbuskorlik, mustaqillik	Qat'iyatlilik, mardlik	Dadillik, barqarorlik, tirishqoqlik

L.S.Vigotskiy irodani yuksak ruhiy funktsiya sifatida talqin etib, uni tarixiy taraqqiyot mahsuli ekanligini, har bir irodaviy akt avvalo ijtimoiy, jamoaviy, umumruhiy, inter psixologik jarayon deb ta'kidlaydi. Irodaning keyingi taraqqiyotini esa u kollektiv faoliyatda ko'radi. Masalan, deydi L.S.Vigotskiy, bola o'yin va o'qish jarayonida boshqalarning buyruq va ko'rsatmalari, o'yin qoidalarini bajarib, o'zini boshqarishga o'rganadi. O'yin haqida K.Levin irodaning mohiyati affektlar va xatti-harakatlarni boshqara olishlikdan iborat deydi. Darhaqiqat, ko'p psixologlar kuchli iroda egalari kam affektga tushadi deb ta'kidlaydilar. L.Vekker irodaning xulq-atvorni tartibga solib turuvchi alohida funktsiyasi borligini ta'kidlaydi.

L.Vekker regulyatsiyaning 3 ta shaklini ajratadi:

– ixtiyorsiz;

- ixtiyoriy;
- irodaviy.

Shaxs tomonidan xulq-atvorini irodaviy tartibga solinishi ixtiyoriy regulyatsiyaning oliy shakli bo‘lib, bunda regulyatsiya intellektual (aql-idrok), hissiy-axloqiy va ijtimoiy qadriyatlar mezonini asosida amalga oshiriladi.

V.I.Selivanov irodani “Odamning o‘z xulq-atvorini, ongli tartibga solish qobiliyati”, deb ta’riflab buni miyaning tartibga soluvchilik funksiyasidan iborat deydi.

#### **Mustaqil ishlash uchun tavsiya etilayotgan mavzular**

1. Hayot uchun kurash motivlari.
2. Motivlar oqimi to‘g‘risida tushunchalarimiz.
3. Emotsional xotiralarning hayotimizdagi o‘rni.
4. Hissiy kechinmalarining shakllari.
5. Shaxs shakllanishida motivatsiyaning o‘rni.
6. Hissiyotning o‘ziga xosligi.

#### **Mavzu yuzasidan savol va topshiriqlar**

1. Motivatsiya tushunchasiga izoh bering.
2. Ambivalentlik to‘g‘risida umumiy tushuncha bering.
3. Emotsional holatlarning fiziologik asoslarini gapirib bering.
4. Affekt holatining namoyon bo‘lishi haqida tushuncha bering.

#### **Foydalaniladigan adabiyotlar ro‘yxati**

1. Shamshetova A., Melibayeva R. va boshqalar. Umumiy psixologiya fanidan UMK. 2016.
2. G‘oziyev E.G‘. Umumiy psixologiyasi. – T.: ToshDPU, 2010.
3. David G. Mayers Psychology, USA, 2010.
4. Davletshin M.G., To‘ychiyeva S.M. Umumiy psixologiya. –T.: TDPU, 2012.
5. Xaydarov F.I., Xalilova N.I. Umumiy psixologiya. –T.: TDPU, 2010.
6. Ivanov P.I., Zufarova M.E. “Umumiy psixologiya”. Darslik. – T.: O‘zbekiston faylasuflari milliy jamiyati. 2008.

#### **Internet saytlari**

1. [www.expert.psychology.ru](http://www.expert.psychology.ru)

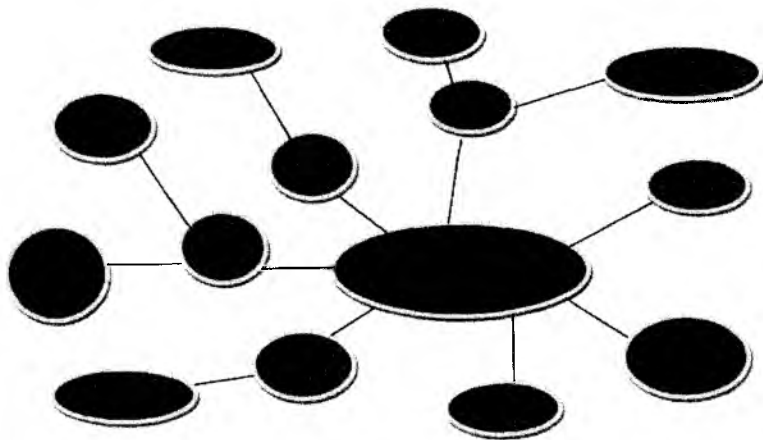
2. [www.psycho.all.ru](http://www.psycho.all.ru)
3. [www.psychology.net.ru](http://www.psychology.net.ru)
4. [www.koob.ru](http://www.koob.ru)

## **Mavzu yuzasidan seminar mashg'uloti**

### **Motiv va Emotsiya**

1. Motivatsion konsepsiyalar.
2. Muvaffaqiyatga erishish motivlari.
3. Emotsional holatlarning fiziologik asoslari.
5. Emotsiyaning namoyon bo'lishi.
6. Emotsional kechinmalar

**1-topshiriq. Motiv klassifikatsiyasi bo'yicha klaster tuzish taklif etiladi.**



**2-topshiriq.** Muvaffaqiyatga erishish motivlari mavzusida “Aqliy hujum” metodi ishlatiladi.

**3-topshiriq.** Emotsional holatlarning fiziologik asoslari mavzusida “Munozara” metodi ishlatiladi.

**4-topshiriq.** Emotsiyaning namoyon bo'lishi mavzusida “Kichik guruhlarda ishlash” metodi ishlatiladi.

**5-topshiriq.** Emotsional kechinmalar mavzusida “Zinama-zina” texnologiyasidan foydalanish.



# SHAXSNING INDIVIDUAL PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

## **Reja:**

1. *Temperamentning psixologik tavsifi va fiziologik asoslari.*
2. *Xarakter tuzilishi va xususiyatlari.*
3. *Qobiliyatlar to'g'risida tushuncha.*
4. *Bosh miya faoliyati, intellekt.*
5. *Qobiliyat va talantlarning tabiiy shartlari.*

**Tayanch iboralar:** *temperament, xarakter, qobiliyat, intellekt, talant, iste'dod, geniallik, shaxs, individuallik, introvertlik, ekstrovertlik, asab tizimi.*

## **Mavzuning qisqacha mazmuni**

Insonning ruhiy olami beto'xtov harakatlar majmuasidan iborat bo'lib, biri ikkinchisini bevosita taqozo etadi va ular uzluksiz zanjir tizimiga o'xshash tarzda hukm suradi. Xuddi shu bois shaxs ruhiyatida tashqi atrof-muhit to'g'risidagi taassurotlar, o'tmish xotiralari, kelajak yuzasidan ijodiy xayollar, ezgu niyatlar, xohish-istaklar, maqsad va tilaklar, mulohaza, fikr va muammo, hissiy kechinmalar, irodaviy sifatlar uzluksiz tarzda o'zaro o'rin almashtirib turish evaziga ontogenetik dunyoga mustahkam negiz hozirlanadi. Ruhiy olam kechishi, uning sur'ati, mazmuni, shakli, ko'lami, xususiyati, xislati, sifati, mexanizmi alohida, har bir insonda rang-barang tarzda namoyon bo'lishi kuzatiladi. Shuning uchun bo'lsa kerak, insonlar tabiat hodisalariga, ijtimoiy turmush voqeliklariga, omillariga, ta'sir kuchlariga turli xilda javob qaytaradilar.

## **TEMPERAMENTNING PSIXOLOGIK TAVSIFI VA FIZIOLOGIK ASOSLARI**

Jamiyat hayotida tinimsiz o'zgarishlar natijasida psixologiyaning bir qancha tarmoqlari yuzaga keldi. Psixologiya fanining muhim sohalaridan biri shaxs psixologiyasidir. Bu tarmoq shaxsning individual

xususiyatlari – xarakteri, temperamenti, qobiliyati, xulq-atvorining yetakchi omillari, kasb-hunarga moyilligini o‘rganadi.

**Shaxs** – ijtimoiy va shaxslararo munosabat mahsuli, ongli faoliyatning subyekti bo‘lmish individdir. Shaxsga taalluqli bo‘lgan eng muhim xususiyatlari uning jamiyatdagi murakkab ijtimoiy munosabatlari ga bevosita aloqadorlik, ijtimoiy faoliyatga nisbatan ham obyekt, ham subyekt bo‘lishidir. Demak, shaxs tashqi ijtimoiy ta’sirlarni o‘z ongi va idroki bilan qabul qilib, so‘ngra shu ta’sirlarning subyekti sifatida faoliyat ko‘rsatadi.

Shaxs individualligi deganda, nima tushuniladi?

**Individuallik** – shaxsning subyektiv va ijtimoiy mohiyatini ifodalashdagi o‘ziga xos xususiyat bo‘lib – temperament, xarakter, qobiliyat, iste’dod va geniylik sifatlariga bo‘linadi. Har bir inson takrorlanmasdir, shuning uchun har bir inson o‘z sifat va xususiyatlari bilan bir-biridan ajralib turadi. Masalan, bir xil temperamentli insonlarda ularning qobiliyatlari turlicha va xarakterlari har xil bo‘lishi mumkin.

## TEMPERAMENTNING PSIXOLOGIK TAVSIFI

**P**sixologiya fani tarixida temperament haqidagi ta’limotni birinchi bo‘lib qadimgi grek olimi Gippokrat (e.a. 460–356-y.) yaratdi. Gippokrat temperamentning mohiyati va temperament tiplarining nomlarini asoslashga harakat qilib, o‘tkazgan tadqiqotlari asosida temperamentga xos xususiyatlarni tizimga solib, quyidagi turlarga ajratgan: xolerik, melanxolik, flegmatik, sangvinik. Ularning har biriga xos bo‘lgan xususiyatlarni alohida-alohida tavsiflab bergan. Gretsiya faylasuflari to‘rt element – havo, suv, olov va tuproq elementlariga muvofiq keladigan sifatlar: issiqlik, sovuqlik, quruqlik va namlik sifatleri to‘g‘risidagi gipotezalarga asoslangan holda, ular inson a’zosida bu elementlarga to‘g‘ri keladigan to‘rtta asosiy suyuqlik bor, deb hisoblaydilar.

*Temperament tiplarining nomlari ham ana shu suyuqlik nomlari bilan bog‘liq.* Masalan, xolerik grekcha “xole” so‘zidan olingan bo‘lib – o‘t, sangvinik grekcha “sanguis” so‘zidan olingan bo‘lib – qon, melanxolik grekcha “melanxole” so‘zidan olingan bo‘lib – qora

o't, flegmatik grekcha "plegma" so'zidan olingan bo'lib – shilimshiq modda degan ma'nolarni bildiradi. Gippokrat ta'limotiga ko'ra, har qaysi odamda yuqoridagi to'rt xil suyuqlikdan biri ko'proq bo'lib, inson a'zosida ustun turadi.

Rus olimi I.P.Pavlov o'zining "Asab tizimining tiplari" nomli ta'limotini kashf etdi. **Akademik I.P.Pavlov asab tizimining kuchli, muvozanatsiz – xolerik, kuchli, muvozanatli, epchil – sangvinik, kuchsiz, ta'sirchan – melanxolik, kuchli, muvozanatli, sust – flegmatik kabi to'rtta umumiy tiplarini aniqladi.** Akademik I.P.Pavlov juda ko'p tajribalar natijasida asab tizimining kuchi hujayralardagi fiziologik moddalarning qolgan miqdori belgilanishi bilan isbotlaydi. Asab tizimining kuchi qo'zg'alish, tormozlanish jarayoniga ham taalluqli bo'lib, kuchli qo'zg'ovchilarga bardosh bera olish qobiliyatida namoyon bo'ladi. Asab tizimining genotipik omillari ko'proq ishtirok etgan holda organizmda paydo bo'ladigan alohida ruhiy xususiyatlarning nimalarga bog'liqligini ifodalab beradi. Bu asoslar I.P.Pavlov tomonidan ochib berilgan va keyinchalik ko'pgina psixofiziologlar tomonidan puxta tadqiq qilingan. Asab jarayonlarining kuchi, ularning vazminlik holati, harakatchanligi, shuningdek, faolligi ana shunday xususiyatlardandir.

Odam asab tizimi qanchalik kuchga bardosh berishi mumkinligi qo'zg'alish va tormozlanish jarayonlarining kuchiga bog'liq bo'ladi.

Demak, temperament – inson shaxsining alohida xususiyati bo'lib, shaxsning emotsional qo'zg'aluvchanligi, psixik faoliyat tezligi, his-tuyg'ularning ifodalanishi, muloqotga kirishuvchanlikni ifodalovchi, nisbatan barqaror tug'ma xususiyat hisoblanadi. Har bir insonda temperamentning o'z tipi, uning asosida yotgan asab tizimi xususiyatlari juda barqaror bo'ladi.

Insonning temperamenti haqidagi tasavvur odatda shu shaxs uchun xos bo'lgan ayrim psixologik xususiyatlar asosida vujudga keladi. Oliy asab faoliyatining temperament turlari xususiyati haqida quyidagicha ta'riflar beriladi.

## XOLERIK



*Juda g'ayratli, ishga ehtiros bilan berilish qobiliyatiga ega bo'lgan, tez va shiddatli, qizg'in emotsional "portlash" va kayfiyatning keskin o'zgarishlariga moyil, ildam harakatlar qiladigan inson xolerik deb ataladi.*

*Xolerik temperament (harakatchan, serjahl va chaqqon) – hissiyotning tez va kuchli qo'zg'aluvchanligi, barqaror bo'lishi bilan ajralib turadi. Xolerik temperamentli insonlarning hissiyotlari ularning imoishoralarida (mimikalarida), harakat va so'zlashuvlarida yaqqol ko'rinib turadi.*

Bu tip vakillari sabr-toqat kerak bo'ladigan hollarda o'zlarini tutib turishlari qiyin bo'ladi. Ular juda faol hayot kechirishga intilishadi, harakatlari va so'zlarida keskinlik, ba'zida esa qo'pollikni ham ko'rish mumkin. Ularning harakatlari fikrlaridan oldin yuradi, shuning uchun ham ular bir ishni qilib qo'yib, keyin mulohaza yuritadilar. Ular gohida xushchaqchaq va dilkash suhbatdosh, gohida esa serjahl va asabiy holda bo'ladilar. Ana shunday paytda ularni umuman gap tushuntirib bo'lmaydigan darajadagi qiyofada ko'rish mumkin.

## SANGVINIK



*Sezgilari psixik faollikka ega bo'lgan, atrofda bo'layotgan vazifalarga tez munosabatini bildiruvchi, taassurotlarni hadeb o'zgartirishga intiluvchi, ko'ngilsizliklarni yengil o'tkazib yuboruvchi, jonli, harakatchan, ifodali mimikasi va harakatlari bo'lgan insonlarga sangvinik deyiladi.*

**Sangvinik temperament (xushchaqchaq, so‘zamol)** – hissiyotning tez, kuchli qo‘zg‘aluvchanligi, lekin beqaror bo‘lishi bilan farqlanadi. Sangvinik temperamentli insonlarning kayfiyati tez-tez o‘zgarib, bir kayfiyat o‘ziga teskari bo‘lgan ikkinchi bir kayfiyat bilan tez almashib turishi mumkin. Sangviniklardagi jarayonlar xoleriklardagi singari tez bo‘ladi. Bu xil temperamentli insonlar ildam, chaqqon, serharakat va jo‘shqin bo‘ladi. Ular ko‘p ishga tez va g‘ayrat bilan kirishadigan, lekin ishdan tez soviydigan bo‘lishadi. Bir zayldagi ishlarni uzoq, davomli suratda bajarishga moyil bo‘lmaydilar. Bir turdagi faoliyatdan ikkinchi turdagi faoliyatga osonlik bilan o‘tadi. Tanish va do‘stlari ko‘p, begona insonlar davrasida o‘zini erkin tutadi.

## MELANXOLIK

Мелан



**Ta‘sirchan, chuqur kechinmali, gap ko‘tara olmaydigan, ammo atrofdagi voqealarga unchalik e‘tibor bermaydigan, o‘zini to‘xtata oladigan va sekin ovoz chiqaradigan insonlar melanxoliklar deb ataladi.**

**Melanxolik temperament (g‘amgin, ta‘sirchan)** – hissiyotning sekin, lekin kuchli qo‘zg‘aluvchanligi va barqaror bo‘lishi bilan farqlanadi. Melanxoliklar barqaror, davomli kayfiyatga moyil bo‘lib, bu tur odamlar sustkash bo‘ladilar. Bu temperament egalari ishga birdan kirishmasligi mumkin, lekin kirishganda ham boshlagan ishini oxiriga yetkazadi. Ular bir narsadan xafa bo‘lsalar bu xafalik uzoq vaqt davom etadi, barqaror bo‘ladi. Melanxolik tipidagi insonlarning asab jarayonlari kuchsiz bo‘lib, tormozlanish jarayoni qo‘zg‘alish jarayonlaridan ustun turadi. Tez hayajonlanadigan, ta‘sirchan, yoqimli yoki yoqimsiz hislarni chuqur qabul qiladigan va muloqot davomida sekin gapiradigan insonlardir. Ularning asab tizimlari zaif, har narsaga e‘tiborli va ehtiyotkor bo‘lishadi.

## FLEGMATIK



*Yuragi keng, barqaror intilishlarga va doimiy his-tuyg'ularga ega, harakatlari va nutqi bir xil maromda bo'lgan, ruhiy holatini tashqi tomondan ifoda etmaydigan inson flegmatik deb ataladi.*

*Flegmatik temperament (bosiq, og'ir tabiatli)* – hissiyotning juda sekin, kuchsiz qo'zg'alishi va uzoq davom etmasligi bilan xarakterlanadi. Flegmatik temperamentli insonlarda, hissiyotlarning tashqi ifodasi kuchsiz bo'ladi. Bu xil temperamentli odamlarni xursand qilish, xafa qilish yoki g'azablantirish ancha qiyin.

Flegmatiklarda psixik jarayonlar sust o'tadi. Bu xil temperamentli odamlar nihoyat og'ir, yuvosh, bosiq, harakatlari salmoqli bo'ladi. Flegmatik tipidagi insonlar hissiyotga tez berilmasligi bilan ajralib turishadi. Ular arz holini hammaga aytavermaydi, boshqalarning hissiyotlarini ham beparvolik bilan kuzatadi. Ular uzoq kuta olishi va sabr-toqatli bo'lishi bilan boshqa temperament egalaridan ajralib turishadi.

Psixologik tadqiqotlar natijasiga ko'ra, temperament turlari aralash tarzda uchrashi ham kuzatiladi. Insonda qaysi tipdagi temperamentning xususiyatlari ko'proq namoyon bo'lsa, shunga qarab u yoki bu temperament tipiga mansub deb ataladi.

Har bir temperament tipining o'ziga xos ijobiy va salbiy tomonlari bor. Jumladan, xolerik temperamentli shaxsning ijobiy tomoni uning g'ayratliligi, harakatlar tezligi, qat'iyligida; salbiy tomoni tormozlanish jarayoni sust bo'lganligi sabab nojo'ya harakatlarni sodir etib qo'yish holatlarining yuzaga kelishi; flegmatik tipining ijobiy xislatlaridan biri bosqlikda, hissiyotlarni yengib o'ta olishda; salbiy jihati sustkashligi, beparvoligi ba'zida yalqovligida; melonxoliklarning ijobiy tomoni ehtiyotkorona munosabat, osoyishtalik; salbiy tomoni ular oddiy voqealardan ham ta'sirlanishi, arzimagan narsadan xafa bo'lishidir.

Temperament xususiyatlari aqliy mehnatga ta'sir etishi, aqliy jarayonlarning tezligiga, diqqatning barqarorligi va ko'chishi, ishga "jalb qilish" dinamikasi, ish davomida emotsional jihatdan o'z-o'zini tartibga solish, asabning ma'lum darajada zo'riqishini belgilab beradi. Temperamentning faollik darajasi va harakatchanlik darajasi kabi xususiyatlari ta'limning muvaffaqiyatiga qarama-qarshi ta'sir ko'rsatadi. Shu bilan birga faoliyatning ba'zi turlarida temperament xususiyatlaridan faqat ularning bajarilish jarayonining borishi emas, balki ma'lum darajada natijasi ham bog'liq bo'lishidir. Faoliyatning bu turlariga nisbatan psixikaning ancha maqbulroq va kamroq darajada barqaror belgilar to'g'risida gapirish mumkin. Harakatlar sur'ati va jadallashuviga qat'iy talablar qo'yiladigan mehnat sohalarida psixikaning individual xususiyatlari mehnat faoliyati qobiliyatiga ta'sir etuvchi omil bo'lishi mumkin. Har bir sohada – fan, texnika, san'at sohasidagi har xil kasb egalari orasida temperamentning turli xil tip vakillarini uchratish mumkin. Ko'pchilik shoir va yozuvchilarda ta'sirchanlikning yuqori darajasini kuzatgan holda ularni melankolik temperamentli shaxslar sirasiga tegishli deb aytish mumkin. Kasb tanlashda ham temperamentning ahamiyatli jihatlari ma'lum ma'noda o'z ta'sirini o'tkazadi. Ba'zi bir kasblar borki, ular oldiga yuqori darajada talablar qo'yiladi. Masalan, futbolchi bo'lish uchun chaqqonlik, serharakatchanlik talab etilsa, aktyor yoki san'atkor bo'lish uchun emotsional qo'zg'alish, tartibga solish, asabning ma'lum darajada zo'riqishini belgilab beradi. Temperamentning faollik darajasi va harakatchanlik darajasi kabi xususiyatlari ta'limning muvaffaqiyatiga qarama-qarshi ta'sir ko'rsatadi. Shu bilan birga faoliyatning ba'zi turlarida temperament xususiyatlaridan faqat ularning bajarilish jarayonining borishi emas, balki ma'lum darajada natijasi ham bog'liqdir.

Hayotning birinchi haftasida "yengil" tabiatli bolalar quvnoq, hayotga chanqoq bo'lishadi. "Og'ir" tabiatli bolalar esa asabiy bo'lishadi.

Temperament doim turg'un, ya'ni o'zgarimas bo'ladi.

Masalan:

- Ta'sirchan bolalar odatda 9 oylik paytida harakatchan bo'lishadi.
- 4 oylik bolalar atrof-muhitdagi o'zgarishlarni qabul qila olmaydigan, 2 yoshdan boshlab qo'rqqoq va sust bo'lishadi. Atrof-muhitga tez o'rganib qoladigan bolalar esa 2 yoshda ochiq va xushchaqchaq bo'ladi.
- Ularga nisbatan sust va qo'rqqoq 2 yoshli bolalar 8 yoshida tortinchoq va uyatchan bo'lib qolishadi.

Yangi Zelandiyada bo'lib o'tgan tadqiqotlarning birida 900 ta odamning hayoti kuzatildi. Bu o'tkazilgan tadqiqotlarda shuni aniqlashdiki, ruhan faol va impulsiv 3 yoshli bolalar 21 yoshida yanada agressiv, urushqoq bo'lib voyaga yetgan. Sust 3 yoshli bolalar esa 18 yoshdan keyin yanada ehtiyotkor va qat'iyatsiz bo'lib o'sgan. Yillar davomida jur'atsiz, sust bolalar o'zlarini erkin tutishni o'rganishadi, lekin dadil va jur'atli bolalarning hammasiyam uyatchan va tortinchoq bo'lavermaydi<sup>70</sup>.

Psixologiya fanida shaxslarning individual tipologik xususiyatlaridan eng muhim tomoni xarakter bo'lib, temperament bilan o'ziga xos psixologik xususiyatlarni yoritishda ularning o'zaro bog'liqligi va farqlarini o'rganib chiqish lozim.

Temperamentning xususiyatlari xarakterning ko'rinishlariga oz bo'lsa-da o'z ta'sirini o'tkazadi. Temperament va xarakterning xususiyatlari insonning umumiy qiyofasini belgilaydigan amalda ajralmaydigan qotishmasini tashkil etadi. Xarakter – bu shaxsning faoliyat va muloqot jarayonida tarkib topadigan individual xususiyatlar bo'lib, tipik xulq-atvor xislatlari bo'lib hisoblanadi.

Shaxsning faoliyati va muloqoti davomidagi asosiy vazifasidan biri yaxshini yomondan ajratishni o'rganish, tashqi olamga moslashish uchun psixologik holatni tarbiyalashdan iborat. Garchi buyuk fransuz olimi Montel aytgandek: “Gapirayotgan gapingiz bilan qilayotgan ishingiz bir-biriga to'g'ri kelsa qanday yaxshi” – lekin bunday hamjihatlikka

<sup>70</sup> Devid Mayers *Psixologiya*. Minsk. 2008. 142–143-betlar.



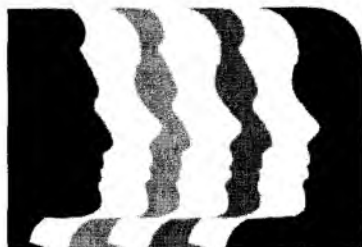
yetib bo'lmaydi. Nemis shoiri Gyote yozganidek: "O'z g'oyalaringizni amalga oshirish eng qiyin ishdir"<sup>71</sup>.

Temperament va xarakter bir-biri bilan bog'liq holda insonlarda o'ziga xos xarakter xususiyatini namoyon etadi. Temperamentning ba'zi bir jihatlari xarakter xususiyatlarini namoyon etishda xizmat qiladi. Temperament alohida olingan har bir insonning umumiy va asab tizimining asosiy tavsifi bo'lib, bu tavsif shaxsning butun faoliyatiga ta'sir etadi. Temperament orqali inson ba'zida o'ziga xos xarakter xususiyatlarini ham namoyon etadi. Xolerik yoki sangvinik tipidagi insonlarda o'z temperamentidan kelib chiqib, tashabbuskorlik va qat'iylik kabi xarakter xususiyatini tarkib toptirish mumkin. Flegmatik tipidagi odamda esa tashabbuskorlikni tarkib toptirish nihoyat darajada qiyin jarayon hisoblanadi.

Xarakter xususiyatlari insonda oila muhitida, jamiyat ta'siri ostida va ta'lim-tarbiyada shakllanadi. Insonga tug'ma ravishda berilgan temperament xususiyatlari jamiyatning faoliyat turlariga qarab ijtimoiylashadi. Temperament alohida olingan har bir insonning umumiy va asab tizimining asosiy tavsifi bo'lib, bu tavsif shaxsning butun faoliyatiga ta'sir etadi.

Xarakter va temperamentning shaxs faoliyatidagi uyg'unligi shaxslararo munosabatlarda, emotsional holatlarni boshqarishda namoyon bo'ladi. Demak, xarakter va temperament shaxsning individual xususiyatlarining eng muhimi sanaladi.

Xarakter konsepsiyasidan o'rganilgan baholash xususiyatlari shaxslarning yashirin dinamikasini ochib bermaydi. Balki ular inson xulqi namunasini qo'llashni afzal ko'radi. Xarakter xususiyatlarining ko'p turlari xiralik, tashvish va o'z-o'zini hurmat qilish kabi xususiyatlarni tez baholashni ta'minlaydi. Boshqa tomondan psixologlar bir nechta xarakter xususiyatlarini shaxsiy so'rovnomalar, turli savollarni ichiga olgan anketalarni qo'llash orqali baholay oladi.



<sup>71</sup> Devid Mayers Psixologiya. Minsk. 2008. 172-bet.

Ko'p bosqichli Minnesota shaxsiy anketa so'rovnomasi hozirda keng tadqiq qilingan va keng ishlatilmoqda. Ular shaxsiyatning normal xususiyatidan ko'ra shaxsiyatning normal bo'lmagan tendensiyasini baholashsa MMPI (Mennisotaning shaxsiy anketa so'rovnomasi) shaxsni o'lchashda qaysi vositalarni tanlashda yaxshi misol sifatida xizmat qiladi. Uning yaratuvchilaridan biri Stark Hatauey o'zining harakatlarini Alfred Bine harakatlari bilan solishtiradi. Bine birinchi aql-idrok testini ishlab chiqqan. Fransuz maktabida o'qishda qiyinchiliklarga duch kelgan o'quvchilarning bu savollarga javobi har xil chiqqan. MMPI (Mennisotaning shaxsiy anketa so'rovnomasi) savollari emperik yo'li orqali ishlab chiqilgan. Ya'ni Hatauey o'zining kasbdoshlari bilan javoblari maxsus guruhlariga tegishli bo'lgan savollarni tanlab olishgan.

Avval ular "Meni hech kim tanimaydiganga o'xshaydi", "Meni hamma yoqtiradi", "Menga she'riyat yoqadi" kabi ma'qullashlarini "sog'" odamlar guruhiga taklif qilishdi.

Ular har qanday ma'qullashlarini axmoqona bo'lishidan qat'i nazar belgilashdi, psixologik qarashlarda odamlarning javobi ayrim odamlarnikidan farq qiladi.

"Gazetada chop etiladigan komikslardan tashqari, meni hech narsa qiziqitirmaydi" gapi ma'nosiz tuzilishi mumkin, lekin depressiya holatidagi odamlar bunga "ha" deb javob berishga moyil ekan. Ammo erkak olimlar MMPI (Mennisotaning shaxsiy anketa so'rovnomasi) ustidan o'zlarining "Yig'lash meni ko'zlarimdan yosh ajralib chiqishiga majbur qiladi", "Noto'g'ri savollar meni asabiylashtiradi", "Men toza bo'lib yuvinib bo'lmagunimcha vannadan chiqmayman" kabi javoblar olindi (Franke & otxers, 1983).

Amerikaliklarning so'rov anketalari asosida qayta ishlangan MMPI (Mennisotaning shaxsiy anketa so'rovnomasi) zamonaviy testi 10 ta kichik shkaladan iborat. Ulardan biri yolg'on shkalasi deyiladi, bunga odam yaxshi taassurot qoldirish uchun "Men jahil qilmayman" degan tasdiqqa "yo'q" deb javob berish baholanadi.

Ushbu nazariyaga ko'ra xavotir olish odamlarning asosiy xislatlaridan biri hisoblanadi. Britaniya psixologi Gan Ayzenk va Sibil

Ayzenkning fikrlariga ko‘ra biz o‘zimizdagi alohida xislatlarni 2 yoki 3 turga bo‘lishimiz mumkin. Bular ekstrovert – introvert va ruhiy barqarorlik – nobarqarorlik. Ayzenkning shaxsning xislatlari haqidagi so‘rovnomasi dunyoning 35 ta mamlakatlarida, ya‘ni Xitoy, Uganda, Rossiya va h.k. mamlakatlarda o‘tkazilgan. So‘rovnomaga ko‘ra odamlarning ekstrovertligi va ruhiy holati jadal o‘zgaruvchanligi ko‘rib chiqildi. Olimlarning izlanishiga ko‘ra ekstravertlar miyasidagi passivlikka ko‘ra qo‘zg‘atuvchan ta‘sirlarni qidirishadi. Emotsional barqaror bo‘lgan odamlar hayotda bo‘layotgan voqealarga xotirjam yondashadi, chunki ularning nerv tuzilmalari barqaror bo‘lmagan odamlarnikidek qo‘zg‘aluvchan emas. Odamlarning shaxsiy xislatlarini o‘rganuvchi olimlar buni biologik holat deb hisoblashadi. Djerom Kagan “Bolalarning uyatchanligini va o‘zini tuta olish qobiliyatini avtonom nerv sistemasining reaktivligiga bog‘liq” deb hisoblaydi. Genlar bizning temperamentimiz, o‘zimizni tutish va xulq-atvorimizga, ota-ona tarbiyasiga qaramasdan ko‘p narsani aytib bera oladi. Ko‘pgina tadqiqotchilarning fikriga ko‘ra Ayzenkning nazariyalari fanga muhim, lekin xarakter haqida to‘liq ma‘lumot bera olmaydi. Ozgina kengaytirilgan faktorlar katta beshlik deb ataladi (Jon Viggins, Goldberg). Agar test sizga to‘g‘ri kelsa, ya‘ni 5ta o‘lchamga moslashsa “Katta beshlik” sizning xarakteringizni to‘liq ochib berishi mumkin.

1. Emotsional barqarorlik – xotirjam – bezovtalik o‘ziga ishongan-ishonmagan o‘z-o‘zidan qoniqish o‘ziga achinish.

2. Ekstorovertlik – muloqotchan – o‘z ichki dunyosiga berilgan hayotni sevuvchi – fikrlovchi ehtirosli – bosiqlik.

3. Samimiylilik – xayolparastlik – amaliyotchi xilma-xillikni xohlovchi – bir xillikni xohlovchi mustaqillik – konformlilik.

4. Do‘stona munosabat – mehribon – bag‘ritosh ishonuvchan – gumon qiluvchi yordamga tayyor – hamma narsaga befarq.

5. Ongli va tashkilotchi – tashkilotchi – tashkilotchi emas, o‘ta mas‘uliyatli – befarq intizomli – jizzaki.



Butun dunyoda odamlar boshqalarni ta'riflash uchun shu kategoriyadan foydalanishadi. "Katta beshlik"ni umumiy qilib olganda, unda o'zini anglash erkak va ayollik xususiyatlarini hissiyotlarining ijobiy yo salbiyligini aniqlash kategoriyasini qo'shish haqidagi savollar paydo bo'ladi. Lekin hozirgi kunda bu test insonlarning o'zgaruvchan xarakterini o'rganishga yordam bera oladigan eng yaxshi testdir<sup>72</sup>.

## XARAKTER TUZILISHI VA XUSUSIYATLARI

Inson hayoti davomida o'zgarib boruvchi alohida xususiyatlardan biri xarakterdir. Xarakter hamisha ko'p tomonlama bo'lib, faoliyat davomida namoyon bo'lib boradi.

**Xarakter** – shaxsning faoliyatida, insonlar bilan o'zaro muloqot va muomala jarayonida tarkib topadigan, namoyon bo'ladigan barqaror individual xususiyatlar bo'lib, alohida xulq-atvor sifatlarini yuzaga keltiradi.

**Xarakter so'zi (yunoncha, xarakter) belgi, nishon degan ma'noni bildiradi.** Xarakter ijtimoiy muhit ta'siri ostida tarkib topib, shaxsning atrofda voqelikka va o'z-o'ziga bo'lgan munosabatida ifodalanadigan, uning muayyan sharoitlardagi xatti-harakatlarini belgilab beradigan barqaror individual psixik xususiyatlar yig'indisidir. Xarakterning o'ziga xos xislatlari ikki turga ajratiladi.

Xarakter tug'ma, o'zgarmaydigan xususiyat emas. U inson hayoti davomida tarkib topib, o'zgarib, tarbiyalanib boradi. Psixologiya fani 1000 dan ortiq xarakter xislatlari mavjudligi haqida ta'kidlab, ularni o'ziga xos ijobiy va salbiy xususiyatlarga ajratadi. Har bir yakka shaxs o'z-o'ziga baho berishdan oldin, o'zidagi salbiy va ijobiy xususiyatlarni o'rganishi lozim. Shu orqali shaxs o'ziga yuqori, past va

1. Xarakterning ma'naviy xislatlari – mehnatsevarlik, halollik, rostgo'ylik, mehribonlik, tashabbuskorlik, kamtarlik kabilar.
2. Xarakterning irodaviy xislatlari – maqsadga intiluvchanlik, qat'iylik, jasurlik, o'z-o'zini tuta bilish kabilar.

<sup>72</sup> Devid Mayers Psixologiya. Minsk. 2008. 583–584-betlar.

o'rtacha (adekvat) baho beradi. Insonning xarakter xususiyatlarini nemis olimi K.Leongardom xarakter tipologiyasini o'rganib, ularni bir nechta turlarga ajratgan. U inson xarakter xususiyatlari tasnifini atrofda odamlar bilan muomalasi, usuli negizida va alohida quyidagi xarakter turlari bo'yicha ta'rif beradi.

**Emotiv turi** – bu toifadagilar tor doiradagi saralangan odamlar bilan aloqa qilishni afzal ko'radilar. Ular kam hollarda mojarolarga aralashadilar, xafaliklarini ichlarida saqlaydilar. Yaxshi xislatlari samimiylik, rahm-shafqatli, o'zgalarning yutug'idan quvonadigan, ijrochi. Salbiy tomonlari: yig'loqi, o'z hissiyotlariga beriluvchan, izzattalab.

**Namoyishkorona** – bu toifa insonlar tez muloqotga kirishuvchan, yetakchilikka intiluvchan, hokimiyatni egallash hissi ustuvor va maqtovni yoqtiradi. Ular boshqalarga tez ko'nikadi. Bunday insonlar o'zlarining o'ziga ishonchliligi yuqori, o'ziga tortuvchanliklari bilan atrofda g'ashiga tegadi, mojarolarni o'zlari keltirib chiqaradilar va faol tarzda o'zlarini himoya qiladilar. Ijobiy tomonlari: qanoatli, artistlik qila oladigan, boshqalarni o'ziga qarata oladigan. Salbiy tomoni: xudbin, shaxsiyatparast, maqtanchoq.

**Ekzotik** – bu toifadagilar o'ta kirishimli, so'zamol, bunday odamlar tez-tez bahslashadilar, lekin ish vaqtida mojarolarga yetib bormaydi. Mojaroli holatlarda ular bir paytning o'zida ham faol, ham sustkash. Shu bilan birgalikda do'stlari va yaqinlariga bog'langan tarzda faoliyat olib boradi. Ijobiy tomoni o'ziga yaqin odamlarga g'amxo'r va e'tiborli, salbiy tomoni boshqalarga e'tiborsiz.

**Ekstrovert** – ular o'ta kirishimli. Bunday odamlarning do'stlari va tanishlari juda ko'p. Har qanday ma'lumotni ulardan ochiqchasiga bilib olish mumkin. Do'stlar davrasida, ishda, oilada ko'pincha yetakchilikni, bo'ysundirishni afzal ko'radi. Ijobiy xislatlari o'zgalarni diqqat bilan eshitishga tayyorligi, so'ralgan talabni tezda bajarishi. Salbiy tomonlari: ta'sirga beriluvchan, yengil tabiat, ko'ngilxushlikni yoqtiradi.

**Introvert** – bu toifadagilarning boshqalardan farqli tomoni shundaki, ular o'ta ishonuvchan, o'z tuyg'ularini oshkor etishni qo'llamaslik, qat'iylikdan yiroqlashish, faylasuflik qilishga intilishlari bilan xarakterlidir. Bunday odamlar yolg'izlikni yoqtiradilar. Ularning

shaxsiy hayotlariga aralashgandagina atrofdagilar bilan ixtilofga boshlaydi. Ijobiy tomoni kelishmovchilikni sodir etmasligi, uyatchanlik, qat'iylik kabi ijobiy fazilatlar bilan bir qatorda, qaysarlik, fikrlashning tormozlanishi kabi salbiy xususiyatlarga ega.

I.P.Pavlov tajribasining ko'rsatishicha, muayyan tizimda tashqi ta'sir hukm surganda, asab tizimi umumiy turining xususiyatlariga taaluqli dinamik stereotipning shakllanishiga qulaylik vujudga keltirishi yoki aksincha, halaqit berishi mumkin. Shaxs xarakterining tuzilishi turli xususiyatlarning tasodifiy yig'indisidan iborat emas, balki o'zaro bir-biriga bog'liq, hatto tobe yaxlit tizimdan tarkib topadi. Xarakter xislatlarining muayyan qismida xabardor bo'lish notanishlarni tashxis qilish imkoniyatini yaratadi. Misol uchun, shaxsning shuhratparastligi va xudbinligi ma'lum bo'lsa, uning ichi qoraligini taxmin qilish mumkin yoki inson kamtar, mo'min bo'lsa, albatta, uning ko'ngilchan ekanligini sezamiz. Xarakterning tuzilish xususiyatlari jumlasiga xarakter kuchi kiritiladi va shunga asosan insonlar kuchli hamda kuchsiz xarakter turlariga ajratiladi. Shuningdek, xarakter tuzilishining xususiyatlari tarkibiga uning barqarorlik va o'zgaruvchanlik darajasi ham kiritilgan. Xarakterning barqarorligi ham, o'zgaruvchanligi ham moslashish faoliyatining zaruriy shartlaridan hisoblanadi. Shaxsning xarakter xususiyatlari turlicha turmush sharoitlarida qarshilik qiluvchi vaziyatlarga duch kelsa-da, uning xatti-harakatlarini boshqaradi. Shu bois inson tashqi vaziyatga bog'liq bo'libgina qolmasdan, balki tashqi vaziyatni shaxsan o'zi yaratadi, shuningdek, maqsadga muvofiq lashtiradi.

Shaxsning munosabatlarini aks ettiruvchi xarakter xislatlarini to'rtta tizimga ajratish qonuniy holatga aylangan:

1) jamoa (guruh)ga va ba'zi bir insonlarga nisbatan munosabatni ifodalovchi xususiyatlar: yaxshilik, mehribonlik, talabchanlik, takabburlik, qo'pollik va boshqalar;

2) mehnatga nisbatan munosabatlarni mujassamlashtiruvchi xususiyatlar: mehnatsevarlik, dangasalik, vijdonlilik, mas'uliyatlilik, mas'uliyatsizlik kabilar;

3) narsalarga nisbatan munosabatni aks ettiruvchi xususiyatlar: ozodalik, ifloslik, narsalarni ayash, ayamasklik va hokazo;

4) shaxsning o'ziga nisbatan munosabatlarini ifodalovchi xislatlar: izzattalablik, shuhratparastlik, mag'rurlik, takabburlik, dimog'dorlik, kamtarinlik, samimiylik va boshqalar.

Insonning xarakterini tashkil etuvchi bu individual xususiyatlar, birinchi navbatda, tarbiyaga, aql va irodaga, shuningdek, ma'lum ma'noda his-tuyg'uga ham taalluqlidir. Inson shaxsining xakteri hamisha ko'p qirralidir. Unda alohida xususiyatlar yoki tomonlar ajratilib ko'rsatilishi mumkin, lekin ular bir-biridan ajratilgan, alohida holda mavjud bo'lmaydi, balki ma'lum ma'noda xarakterning barqaror tuzilishini tashkil etgan holda o'zaro bog'liq bo'ladi. Xarakterning tuzilishi uning ayrim xususiyatlari o'rtasidagi qonuniy bog'liqlikda namoyon bo'ladi. Bundan tashqari, shaxsning turmushdagi zaruriy sharoitlaridan biri xarakterning muayyan darajada qayishqoqligidir. Xarakterning qayishqoqligi ikki xil ma'no kasb etadi. Uning barqarorligi singari muhitga faol ta'sir o'tkazishning shartlaridan biri hisoblanadi. Amallari maqsadga muvofiq va foydali kechishi uchun ular o'zgaruvchan tashqi sharoitga moslashishlari lozim. Xarakter xususiyatlarining kuchi va barqarorligi markaziy tizimga bog'liqligiga binoan muayyan darajada shaxs munosabatlarining mazmuni bilan belgilanadi.

Xarakterning tarkib topishida insonning tevarak-atrofdagi muhitga, o'z-o'ziga hamda boshqa insonga qanday munosabatda bo'lishi muhim hisoblanadi. Shu bilan birga, bu munosabatlar xarakterning eng muhim xususiyatlarini tasniflash uchun asos bo'ladi. Xarakterning u yoki bu xususiyati miqdoriy ifodaliligi oxirgi marraga yetib va me'yorning oxirgi chegarasiga borib qolganda, xarakterning aksentuatsiyasi (ortiqcha urg'u berilishi) deb ataladigan vaziyat tug'iladi.

Xarakterning tarkib topishi muayyan qonuniyatlar ta'sirida amalga oshiriladi va xarakterning har bir xislati shaxs munosabatlariga bog'liq bo'lsa, ular, o'z navbatida, ijtimoiy munosabatlar bilan belgilanadi. Nasliy xususiyatlari bir xil egizaklarda turlicha ijtimoiy muhitda har xil xarakter xislatlari shakllanadi. Shu sababli, ijtimoiy tuzumni tavsiflovchi keng ijtimoiy munosabatlar shaxsning ijtimoiy tipik xususiyatlarigina emas, balki xarakterning individual xususi-

yatlari (xislatlari) tarkib topishiga ham katta ta'sir o'tkazadi. Ijtimoiy munosabatlarga bevosita yoki bilvosita bog'liq tarzda, oilada, mehnat jamoalarida xayrixohlik, o'rtoqlik, o'zaro yordamlashish, hamkorlik yoki aksincha, johillik, zolimlik, badjahllik kabi shaxslararo munosabatlar tarkib topa boshlaydi. Oilaviy muhit, undagi shaxslararo munosabatlar, farzandlarning miqdori, yoshidagi farqi, nizoli vaziyatlar ko'rinishi, ota-ona munosabatiga asoslangan holda xarakterning o'ziga xos belgilari shakllanadi. Maktabgacha ta'lim muassasasi va maktabdagi shaxslararo munosabatlar (o'qituvchi-o'quvchi, o'quvchi-o'quvchi, o'quvchi va sinf sardori, ota-ona va o'qituvchi o'rtasidagi munosabatlar) ham xarakterning maxsus xislatlari tarkib topishida o'z ta'sirini o'tkazadi. Mehnat jamoalarida, norasmiy guruhlarda ham xarakter xususiyatlarining sezilarli darajada shakllanishi va o'zgarishlari yuzaga keladi. Ilk yoshlik davrida shakllangan xarakter xislatlari nihoyat darajada barqaror bo'lib, ularga ayrim o'zgarishlar kiritish juda qiyin kechadi. Xarakter xislatlarining chuqurligi, barqarorligi, doimiyligi ko'p jihatdan shaxs munosabatlarining onglik darajasiga bog'liq. Insonning rostgo'ylik, mehnatsevarlik xislatlari tasodifiy tarkib topmagan bo'lib, uning ongli qarashlariga, aqidalariga mos tushsa, u holda har qanday qiyin holatlarda ham namoyon bo'laveradi. Shunday qilib, psixikaning individual sifat xususiyatlari shaxsning ijtimoiy-tipik munosabatlari bilan qo'shilgan taqdirdagina xarakter xislatlarini belgilash, tavsiflash imkoniyati vujudga keladi.

Xuddi temperament kabi xarakter ham insonning fiziologik xususiyatlariga avvalo, asab tizimi turiga bog'liqdir. Chunki, xarakter bilan temperamentning o'zaro munosabati ularning fiziologik asoslari bilan belgilanadi. Xarakter xususiyatlarining tashqi jihatdan namoyon bo'lib, aynan shu tarzda muayyan vaqt mobaynida kechishi dinamik xususiyat deyiladi.

Xarakter xislatlarining dinamik xususiyati temperament xususiyatlariga bog'liqdir. Temperament xususiyatlari xarakterning muayyan tomonlari rivojlanishiga qarshilik ko'rsatishi yoki yordam berishi mumkin. Xolerik yoki sangvinik tipdagi odamga qaraganda, flegmatik tipdagi odam o'zida tashabbuskorlik va qat'iylikni tarkib toptirishi



qiyinroqdir. Jur'atlik va vahimani bartaraf etish melanxolik uchun jiddiy muammo hisoblanadi. Xarakterning jamoada shakllantirili-shi xolerik tipdagi insonlarda o'zini tuta bilishni va o'ziga tanqidiy ko'z bilan qarashni, sangviniklarda sabotlilikni, flegmatiklarda faollikni rivojlantirish uchun qulay sharoitlar yaratadi. Insonning faoliyati, uning xulq-atvori, eng avvalo, o'z oldiga qo'ygan maqsadlari bilan belgilanadi va shaxsning yo'nalganligi – qiziqishlari, ideallari va e'tiqodining majmuyi doimo uning xulq-atvori va faoliyatining asosiy determinanti bo'lib qoladi. Biroq shaxs yo'nalishida ko'plab umumiylik bo'lgan va maqsadlari bir-biriga to'g'ri keladigan ikki insonda ana shularga erishish uchun ular foydalanayotgan usullarda jiddiy farqlar bo'lishi mumkin. Ana shu boshqachalik ortida shaxs xarakterining xususiyatlari turadi. Insonning xarakteridagi tipik holatlarda go'yo uning xulq-atvori uchun tipik dasturning poydevori qo'yilgan bo'ladi. Shunday qilib, xarakterning xususiyatlari muayyan undovchi, vaj-sabab bildiruvchi kuchga ega bo'ladi, bu kuch ko'pincha xatti-harakat usulini tanlash, ba'zi qiyinchiliklarni yengish uchun zarur bo'lgan vaqtlarda, stress holatlarida eng ko'p darajada namoyon bo'ladi.

**Xarakter va insonning tashqi ko'rinishi.** Psixologiya tarixida xakterni inson bosh suyagining shakliga, yuz tuzilishiga, qaddiqomatiga (tana tuzilishiga va boshqalarga) bog'liq qilib qo'yadigan va shu yo'l bilan xarakter xususiyatlarining sirini ochish yo'lini aniqlash, ya'ni ayrim tashqi alomatlariga qarab inson xarakterini ochish nazariyalari ko'p bo'lgan. Masalan, tashqi ko'rinishida qandaydir hayvon bilan o'xshashlik belgisini topish tavsiya qilinardi, so'ngra esa uning xarakterini ana shu hayvonning xakteri bilan aynan bir xil, deb qarash kerak, degan fikrlar ilgari surilgan edi. Masalan, buqaniki singari yo'g'on burun ishyoqmaslikni bildiradi va h.k.

Agar odamlarni shaxslarga ko'ra yoki toifalarga ajratib, ularni alohida xususiyatini ta'riflab berolmasak ularni qanday tasvirlashimiz mumkin bo'ladi?

Olma bilan olib boriladigan tajribani misol qiladigan bo'lsak, uni bir qancha o'xshash jihatlarini sanab o'tishimiz mumkin; katta yoki kichikligi, qizil yoki sariqligi, shirin yoki nordonligi bularga misol.

Bu narsani odamlar misolida oladigan bo'lsak bir vaqtning o'zida shaxslarning turli xislatlarini ko'rinishi natijasiga psixologlar inson xarakterining turli xilligini aks etishi deb qaraydilar<sup>73</sup>.

**Xarakter va holat.** Xarakter shaxsning atigi bir tomoni bo'lib ekstremal vaziyatda yoki shunchaki tanlash vaziyatida inson mavjud holatlardan ustun bo'lishga, shu jumladan, xususan o'z xarakteridan yuqori ko'tarilishga ham qodirdir. Psixologiya fanida xarakter va qobiliyatning shakllanib borishi bevosita shaxsning yosh davrlariga bog'liqdir. Ma'lumki, har bir yosh davri o'ziga xos belgiga ega bo'lib, uning o'rnini hech qanday yosh davri bosa olmaydi. Biroq turli shaxslarda yosh davrlari turlicha kechishi fan nuqtayi nazaridan izohlangan.

Xarakter tuzilishining qonuniyatlaridan kelib chiqqan holda, muhim tarbiyaviy xulosalar chiqarish mumkin. Xarakter xislatlarining ba'zi salbiy xususiyatlar (qo'pollik va yolg'onchilik)ni bartaraf qilish juda qiyin, sababi hayotiy vaziyatni chuqur anglab yetmasdan turib, insonlarga nisbatan to'g'ri munosabatni shakllantirmasdan turib insondagi salbiy illatni ijobiy fazilatga o'zgartirish murakkab vaziyatli holatdir. Shuning uchun har bir insonda o'z-o'ziga baho berish, albatta, o'z-o'zini nazorat qilish kabi mexanizmlar shakllangan bo'lishi maqsadga muvofiqdir.

Xarakter xususiyatlari milliy ruhiyatdan kelib chiqib ham shakllanadi. Masalan, o'zbek millatining vatanparvarligi, bag'rikengligi, milliy g'urning kuchliligi boshqa xalqlarga nisbatan ajralib turuvchi xususiyatdir.

## **QOBILIYATLAR TO'G'RSIDA TUSHUNCHA**

Shaxsning muhim individual sifati hisoblanuvchi qobiliyat shaxsning boshqa individual sifatlari bilan bog'liq holda xilma-xil bo'ladi. Psixolog nuqtayi nazarida qobiliyatlilik sifat jihatidan malakalarda ajralib turadi. Qobiliyat orqali odamlar o'yinda, o'qishda, mehnatda ham bir-birlaridan keskin farq qiladilar.

Qobiliyat o'zi nima, u insonlarda qay tarzda namoyon bo'ladi degan savolga, u insonlarning bosh miya faoliyatining ishlashi bilan bog'liq degan javobni olamiz. Masalan: ba'zi bir insonlarda miyaning chap qismi ko'proq rivojlangan, boshqalarda esa o'ng qismi rivojlangan degan g'oyasini keltirishdi.

<sup>73</sup> *Devid Mayers Psixologiya. Minsk. 2008. 582-bet.*

Yuqorida yozganimizdek tajribalar ko‘rsatadiki, miyaning har bir qismi o‘ziga xos funksiyani bajaradi. Miyaning chap qismi mantiqiy jihatdan narsalarga baho beradi. O‘ng miya – hissiyot bilan intuitsiya orqali bo‘lib, narsalarni qabul qilishga yordam beradi.

“Dihotomiya” – o‘ng va chap miya qismlari bu fikr sizni osonlik bilan fikrdan chalg‘itishi mumkin deb ogohlantirgan edi (Sperry 1982). Hatto biz hikoya o‘qiyotganimizda miyaning ikkala qismi ishlaydi – chap qism so‘zlar va uning ma‘nosini topadi, o‘ng qismi hazil, hissiyot va tasavvurni baholaydi (Hellige, 1993).

O‘ylash qobiliyatini barqaror rivojlantirish, insonga ijtimoiy ongi va ma‘naviyatiga yangi darajani beradi. Shuningdek, yigit va qizlar o‘zlarining shaxsiy fikrlarini tahlil qilishni va boshqalarga nisbatan munosabatni va boshqalarning ularga nisbatan munosabatlarni o‘zgartiradi.

Britaniyaning Kolumbiya universitetidagi psixolog Stenli Koren, “Chapaqay sindromi” asarida jurnalistika qanday qilib ko‘pincha ilm fanni soddalashtirishi va bezaklikni ko‘rsatadi. U majlislarning birida psixolog Dorin Kimuraning nutqini eshitganini esladi, unda aytilishicha, chap quloq bilan musiqani eshitgan insonlar, o‘ng quloq bilan musiqani eshitgan insonlardan ko‘ra tezroq eslashdi.

O‘quvchilarni ustidan tajriba o‘tkazib shuni bildikki, chap quloq o‘ng miyadagi hujayraga ko‘proq ma‘lumotlar o‘tkazib beradi va o‘ng hujayra tashqarisidagi musiqalarni yaxshiroq o‘zlashtiradi. Bir necha kundan keyin, New York Times jurnali yozdiki, London psixologi (Ontario viloyati) Dorin Kumura shuni aniqladiki, musiqiy qobiliyatlar miyadagi o‘ng hujayra bilan boshqariladi.

New York Times gazetasi ma‘lumotlaridan kelib chiqib maqoladagi fikrini davom ettirib yozdiki, Londonning psixologiya doktori Dorin Kimura hamma qo‘shiqchilar ma‘lumotlarni o‘ng miya hujayrasi bilan yaxshi o‘zlashtirishini tasdiqladi. Keyingi maqolasida Angliyaning psixologi Dorin Kimuraning nima uchun mashhur qo‘shiqchilar chapaqayligini tushuntirib berdi<sup>74</sup>.

Kishining qobiliyati xilma-xil bo‘lib, qiziqishlar va o‘z ustida ishlash natijasida paydo bo‘ladi va rivojlanadi. Faoliyatning mohi-

<sup>74</sup> Devid Meyers *Psixologiya*. Minsk. 2008. 105–106-betlar.

yatidan kelib chiqib, qobiliyat ham turlicha kasb egalarida turlicha namoyon bo'ladi, ayrim shaxslar bir necha sohalarga nisbatan ham qobiliyatli bo'ladilar.

Qobiliyatlar to'g'risida umumiy tushunchani vujudga keltirish uchun ularga aloqador omillar, tarkiblar bo'yicha ayrim ma'lumotlar keltirish maqsadga muvofiq: qobiliyatlar shaxsning psixologik xususiyatlar ekanligi; mazkur xususiyatga bilim, ko'nikma, malaka o'rtirish bilan erishilishini bog'lash muhimdir.

Agar yoshlar o'z tengdoshlari qanchalik shaxsiy muammolari bilan bandligini bilganda edi boshqalarning ular to'g'risidagi fikrini bilishganda ular kamroq xavotirga tushgan bo'lar edi.

O'zgaruvchanlik asosida qobiliyatning rivojlaniş borishi tayin, yoshlar komillikda jamiyat bilan ota-onasi hal qiluvchi rol o'ynashini va hattoki o'z intilishlari haqida o'ylashni boshlashadi.

Yoshlik davrida yoshlarning barcha o'y-fikrlari o'ziga qaratiladi.

Yosh avlod o'z tajribasini betakror deb o'ylaydi, ota-onalar va do'stlar uni tushuna olmasligini va hatto birinchi uchrashuv yoki maktabni yomon ko'rishni tushunmasligini xayoliga keltiradi. Birinchi muhabbat paytida yoshlar hattoki, "Ona birinchi muhabbat nimeligini bilmaysiz" deb aytishi mumkin. Piajening aytishicha, yoshlarning shunchalik intellektual darajaga yetishi bu insoniy qonuniyatdir. Ularning taxmin qilish qobiliyati yaxshi rivojlangan. Biz fikr yuritishning yangi darajasini insoniy tabiat, qat'iyatlik va adolat hamda yaxshilik va yomonlik haqida fikr olib borgandagina ko'ramiz.

Agar bolalar Allohni ramziy timsolida, ya'ni bulutdagi sahiy bobo deb tasavvur qilishsa, yoshlar esa bu haqda chuqurroq tushunchalarga ega. Mantiqiy fikrlash odamlarning ikkilanishini payqash, ideal va aniq ishlar orasida farqni anglash imkonini beradi.

Ikkiyuzlamachilikni payqash ba'zida ota-onalar bilan achchiq bahsga olib keladi. Shuningdek, yoshlarni o'zining idealiga quloq solishga majbur qiladi. Balki Piaje (1972) ta'lim va madaniyatning ta'sirini yetarlicha baholamagandir. Shuning uchun ham rasmiy qonunchilikka olib keladigan odamlar soni oshirib yuborilgan. Ba'zi bir yoshlar mantiq va matematika fanlaridan yetarlicha bilimga esa bo'lmasdan turib, bu darajada tafakkur qilishga qodir emaslar.

Bunga yaqqol misol, Skribner (1977) va Kpele qishlog'idagi ma'lumotsiz fermer orasidagi bo'lgan suhbatdir<sup>75</sup>. Bolalik davrida u yoki bu qobiliyatlarning atrof-muhitdagi odamlar tomonidan tan olinmaganligi, keyinchalik xuddi ana shu qobiliyatlari tufayli jahonda munosib shon-shuhrat qozonishga musharraf bo'lgan juda ko'p allo-malarning nomi olamda mashhur, chunonchi Albert Enshteyn (nisbiylik nazariyasi asoschisi), Nikolay Lobachevskiy (yangi geometriya yo'nalishi asoschisi) va boshqalar o'qishida genial olim bo'lib voyaga yetishish dalolatnomasi yo'q edi.

Qobiliyatlar bilim, ko'nikma va malakalarda aks etmaydi, balki ularni egallash dinamikasida namoyon bo'ladi. Faoliyat uchun zarur bo'lgan bilim va ko'nikmalarni o'zlashtirish jarayonida yuzaga chiqadigan farqlar qobiliyat to'g'risida mulohaza yuritish imkonini beradi.

Demak, shaxsning faoliyatini muvaffaqiyatli amalga oshirish sharti hisoblangan, bilim, ko'nikma va malakalarni egallash dinamikasida yuzaga chiqadigan farqlarda namoyon bo'ladigan individual psixologik xususiyatiga qobiliyat deyiladi.

Qobiliyatlar individual-psixologik xususiyatlar, ya'ni bir odamning boshqa bir odamdan farq qiladigan belgilari sifatida ta'riflanadi. Psixologiya metodologik asosining ko'rsatishicha, qobiliyat imkoniyatlar tizimidan tashkil topgan bo'lib, u yoki bu faoliyatdagi zaruriy mahorat darajasi hisoblanadi. Psixologiya fani qobiliyat bilan faoliyatning muhim jabhalari bo'lmish bilim, ko'nikma va malakalarning aynan bir narsa ekanligini rad etar ekan, ularning birligini e'tirof qiladi. Shuning uchun qobiliyat faqat faoliyatda ro'yobga chiqadi, lekin shunda ham aynan shu qobiliyatsiz amalga oshirilishi amri mahol, faoliyat ko'rinishlaridagina aks etadi, xolos. Faoliyat uchun zarur bo'lgan bilim va ko'nikmalarni o'zlashtirish jarayonida yuzaga chiqadigan farqlar, mulohaza yuritish imkonini beradi. Ushbu xususiyatni aniqlash uchun ba'zi bir omillarni tahlil qilish maqsadga muvofiq:

a) shaxsning muayyan sifatleri yig'indisi belgilangan vaqt oralig'ida egallagan faoliyati talablariga javob bersa, unda mazkur faoliyatga nisbatan qobiliyat mavjuddir;

b) inson shunday holatlarda faoliyat talabiga javob bera olmasa, psixologik sifatlar, ya'ni qobiliyatlar mavjud emasdir.

<sup>75</sup> *Devid Mayers Psixologiya. Minsk. 2008. 171–172-betlar.*

**Qobiliyatning sifat va miqdor tavsifi.** Psixologiyada qobiliyat individual-psixologik xususiyatlar sifatida tavsiflanadi va uning asosida har bir insonning boshqa insondan tafovutlanadigan xislatlari, fazilatlarini yotadi. Shuning uchun har bir shaxsdan bir xil natija, bir xil sifat kutish mumkin emas, chunki insonlar o'z qobiliyati bo'yicha bir-biridan muayyan darajada farq qiladi. Binobarin, ular o'rtasida sifat va miqdor jihatidan farqlar ko'p bo'lishi mumkin. Qobiliyatning sifat tavsifi shaxsning qaysi individual-psixologik xususiyatlari faoliyat muvaffaqiyatining majburiy sharti tariqasida xizmat qilishini anglatadi. Ularning miqdoriy tavsifi esa faoliyatga qo'yiladigan talablarga shaxs tomonidan qay yo'sinda bajarish imkoniyati mavjudligini bildiradi, ya'ni mazkur inson boshqa odamlarga qaraganda malaka, bilimlardan nechog'liq tez, oson, puxta foydalana olishini namoyon qiladi. Qobiliyat xususiyatlarining sifat jihatidan talqin qilinishida, birinchidan, maqsadga turlicha yo'llar orqali erishishga imkon beruvchi «o'zgaruvchan miqdor» majmuyi tariqasida, ikkinchidan, faoliyat muvaffaqiyatini ta'minlovchi shaxsning individual-psixologik xislatlari (fazilatlarini)ning murakkab majmuasi ko'rinishida gavdalanaadi. Hayotda ko'zi ojiz musiqachi, artist, shoir, rassom, muhandis va boshqa shu kabi kasb egalari ko'p uchraydi. Hatto eshitish qobiliyati past yoki umuman yo'qligi kam kasbiy-musiqaviy qobiliyatning rivojlanishiga keskin xalaqit bermasligi mumkin. Bu psixologik hodisa (bir qobiliyatni boshqa qobiliyat yordamida o'stirish, ya'ni kompleksatorlik xususiyati) har bir shaxs uchun kasb tanlash va qayta kasb tanlash (ikkinchi yoki uchinchi kasbni egallash ishtiyoqi) sohasida mislsiz keng ko'lamdagi imkoniyatlarni ochadi. Qobiliyatli shaxslar ijtimoiy turmushning turli jabhalarida o'z o'rnini topa oladi hamda yuksak yutuqlarga erishadi, hatto bir necha faoliyat turida muvaffaqiyat qozonishi ham mumkin.

Psixologiyada qobiliyatni miqdor jihatdan o'lchash muammosi o'ziga xos tarixga ega. XIX asrning oxiri XX asrning boshlarida qator psixologlar (Kettel, Termin va boshqalar) ommaviy ixtisoslar uchun kasb tanlashni amalga oshirish zarurati bilan bog'liq bo'lgan talablar ta'siri ostida ta'lim olayotganlarning qobiliyat darajasini aniq-

lashni taklif qilib chiqdilar. Bu bilan shaxsning mansabdorlik darajasida tutgan o'rnini va uning u yoki bu mehnat faoliyatida, oliy o'quv yurtlarida ta'lim olishida, ishlab chiqarishda, harbiy xizmatda va ijtimoiy hayotda rahbarlik lavozimini egallashiga layoqatini aniqlash taxmin qilingan edi.

Biroq qobiliyatni miqdor jihatdan baholash muammosi jamiyatda paydo bo'lish davridan e'tiboran ikki xil xususiyat kasb etadi. Bir tomondan, u mehnatkash kishining aniq imkoniyatlarini obyektiv ravishda aniqlashga imkon beradi. Busiz amalda kasb tanlashga yo'llash uchun layoqatli kishini topish va tanlash qiyin bo'lar edi. Mehnat faoliyatida inson omili (ya'ni inson va uning qobiliyati) e'tiborga olinmaydigan oldingi davrga nisbatan qobiliyatlar e'tiborga olingan miqdoriy tadqiqotlar g'oyasining ilg'orligi ana shundadir.

Kishi egallagan faoliyat (mehnat, o'qish, sport va shu kabi)lar uning psixologik fazilatlarini (aqliy xususiyatlari, emotsional-irodaviy sohalari, sensomotorikasi)ga yuksak talablar qo'yadi. Qobiliyat murakkab tizimga ega bo'lgan psixik fazilatlar yig'indisidan iboratdir. Uning sifati namoyon bo'ladigan fazilatlar yig'indisining tuzilishi pirovard natijada aniq faoliyat talablari bilan belgilanadi va har xil turlari uchun turlicha bo'ladi.

**Qobiliyatning tuzilishi.** Shaxs egallashi shart hisoblangan faoliyat, u xoh ta'lim, xoh mehnat, xoh o'yin, xoh sport bo'lishidan qat'i nazar, uning bilish jarayonlariga, aqliy xislatlariga, emotsional irodaviy jabhalariga, sensomotor sohasiga, xarakterologik xususiyatlariga muayyan talablarni qo'yadi va ularning hamkorlikdagi sa'y-harakati tufayli muvaffaqiyatlarga erishiladi. Psixologik ma'lumotlarga qaraganda, insondagi yuksak ko'rsatkichga erishgan sifat harchand ustuvorlikka ega bo'lmasin, u talablarni qondirish imkoniyatiga ega bo'lmaydi. Ayrim hollarda alohida namoyon bo'lgan psixik xususiyat (xislat) faoliyatning yuksak mahsuldorligi va samaradorligini ta'minlash qurbiga ega, u qobiliyat uddalay oladigan imkoniyat bilan bab-baravar, kuch-quvvat tariqasida vujudga keladi, degan faraz o'zini oqlamaydi.

Shuning uchun qobiliyat murakkab tuzilishga ega bo'lgan psixik sifatlar (xislatlar) majmuasidir, deyish juda o'rinlidir. Qobiliyatlar sifatida ro'yobga chiqadigan psixik xislatlar majmuasining tuzilishi

yaqqol va alohida faoliyat talabi bilan belgilanganligi tufayli har qaysi turdagi faoliyatlar uchun o'ziga xos tarzda qo'yilishi turgan gap. Buning uchun quyidagi ayrim misollarni tahlil qilib o'tamiz:

1) matematik qobiliyat: matematik asoslarni umumlashtirish, mu-lohaza yuritish jarayonini qisqartirish, matematik amallarni kamaytirish, masalani idrok qilish o'rtasida aloqa o'rnatish, to'g'ri va teskari fikr yuritishdan oson o'tish, masala yechishda fikr yuritishning tezligi kabilar;

2) adabiy qobiliyat: nafosat hislarining yuksak taraqqiyot darajasi, xotirada yorqin ko'rgazmali timsollarning jonliligi, «til zehni», behisob xayolot, ruhiyatga qiziquvchanlik, o'zi ifodalashga intiluvchanlik va boshqalar.

Ajratib ko'rsatilgan qobiliyatlar tarkibidan ko'rinib turibdiki, matematik va adabiy qobiliyatlar o'zaro bir-biriga o'xshamagan talablari bilan tafovutga ega. Bundan shunday xulosa chiqarish mumkinki, pedagogik, musiqaviy, texnik, ixtirochilik, tibbiy qobiliyat va shunga o'xshash qobiliyatlarning tuzilishi maxsus xususiyatga ega bo'lib, kasbiy ahamiyatga ega.

Qobiliyat asosan ikki turga bo'linadi: umumiy va maxsus qobiliyat. Shaxsning umumiy qobiliyati yoki umumiy fazilati ularning to'laqonli muayyan psixologik ko'rinishi bo'lib, ularni tadqiq qilishga psixologlar allaqachon kirishgan. Masalan, umumiy qobiliyatga ega bo'lgan talaba ta'lim jarayonidagi barcha fanlardan a'lo baholarga o'qishga harakat qiladi, maxsus qobiliyatga ega bo'lgan talaba esa aynan bir fan bo'yicha chuqur bilim va qobiliyatga ega bo'lishi mumkin. Muayyan faoliyat sharoitlarida qobiliyat sifatida namoyon bo'ladigan shaxsning bunday umumiy fazilatlari jumlasiga odamlarning o'z turidan bittasiga mansubligini ko'rsatadigan individual-psixologik fazilatlar kiradi.

Insonni individual-psixologik fazilatlarini tekshirish uchun tashkil etilgan ekspertlarning aytishlari bo'yicha: aql – bu “matox” emas, balki bir odamni shaxsi haqida gapirayotganimizda insonni intellekti, qobiliyatini o'lchash, ya'ni inson o'sgan sari bo'yini o'lchab borish bilan barobardir.



Intellekt bu nima? Olingan bilim va qobiliyatlar natijasida erishilgan aqliy individual-psixologik fazilatlar darajasi yoki inson sifati.

**Intellekt va qobiliyat** – bu ommaviy, o‘zimiz o‘ylab topgan konsepsiya, odamlarni bir-biridan farq qilishini tushuntirish maqsadida o‘ylab topilgan. Oqilona o‘zini tutish, o‘rab turgan muhitga moslashish qobiliyatini, o‘z hayotiy tajribasi asosida masalalarni hal qilishni hamda aniq fikrlashni o‘z ichiga oladi.

Biz hammamiz bilamizki, ba’zi insonlarda qobiliyat va iste’dod ilm-fanga, boshqalarda esa tasviriy san’atda, musiqada yoki raqsda namoyon bo‘ladi. Balki siz eng oson matematik masalalar bilan gangitib qo‘ysa bo‘ladigan iste’dodli rassomni yoki adabiy diskussiyasiga qobiliyati bo‘lmagan ajoyib matematik – talabani bilarsiz shu sababli ham insonlarning aqliy qobiliyatlari ularni bitta “intellekt” so‘zi bilan belgilash uchun juda xilma-xil ekanligi bizlarni hayratga soladi.

**Faktorli tahlil.** Barcha o‘ziga xos aqliy qobiliyatlar orqali o‘tadigan umumiy qobiliyat faktori mavjudligini aniqlash uchun psixologlar ularning o‘zaro ta’sirini o‘rganishadi. “Takrorlash tahlili” nomli statistika metodi izlanishlarga umumiy qobiliyatli o‘lchash uchun testlarga kerakli savollarni tanlash imkonini beradi. Misol uchun lug‘at bilan bog‘liq savollarni oson ishlaydigan insonlar matnini ham yaxshi tushunishadi. Bu to‘plam verbal intellekt faktorini aniqlashga yordam beradi. Boshqa savollar to‘plamlari ham makon faktori va mulohaza faktorini o‘z ichiga oladi.

Faktorli tahlil ishlab chiqarishga o‘z hissasini qo‘shgan Charlz Spirman bo‘ladi. Charlz Spirman o‘ziga xos faktorlar asosida yotuvchi umumiy intellekt mavjud deb hisoblagan. Uning fikricha, insonlarda buyuk qobiliyatlar bo‘lishi mumkin. Biroq verbal intellekt faktori bo‘yicha yuqori ko‘rsatkichli odamlar odatda makon qobiliyati va mantiqiy qobiliyat faktorlarini yechish natijalari bo‘yicha o‘rtachadan yuqoriroq natijalarga erishganlar. Shunday qilib har xil qobiliyatlar bitta guruhda bo‘ladi degan kichik tendensiya mavjud. Charlz Spirmanning fikricha, bu G faktori bizning butun ongli faoliyatimizga javob beradi.

Gavard Gardner Tyorstou g‘oyasini ma’qullaydi, chunki u zakovat har xil qobiliyatdan kelib chiqqan degan edi. Uning fikricha miya

jarohatlanganda bir qobiliyatni pasaytirish mumkin, hammasini ham emas. Gavard Gardner maxsus qobiliyatli, ya'ni "Indigo" insonlarni ham o'rgandi.

Masalan: daholik sindromi bor odamlar aqllilik testida baland natijaga erishadilar, chunki bunday insonlarda nodir qobiliyat bo'ladi. Misol uchun ular rasm chizishda, raqamlarda yoki musiqani eslab qolishda qobiliyatliroq bo'lishadi. Ular til o'rganishda qiynalishlari mumkin, lekin raqamlar bilan xuddi kalkulyatordek ishlay oladilar. Tarixiy sanalar, hafta kunlari ham shu jumladan hisoblanadi. Bu holatlarni hisobga olgan holda, Gavard Gardner insonda bitta emas bir nechta qobiliyat to'plami bo'ladi va ular bir-biriga bog'liq emas degan xulosaga keladi. Faqatgina verbal va matematik qobiliyatlar bilan cheklangan holatda, u qobiliyatni musiqiy sayqallarga bog'liqni tasavvur qilish va tahlil qilishga va atrof-muhitga va o'ziga ziyrak o'tkir nigoh bilan qarashini ta'kidlab o'tgan.

Yozuvchi T.S.Eliota, olim Albert Eynshteyn, bastakor Igor Stravinskiy, raqqosa Mart Grehem, psixiatr Zigmund Freyd, jamiyat yo'l boshchisi Mahatma Gandi va tabiatshunos Charlz Darvin alternativ zakovat sohiblari sifatida namoyon bo'lishgan. Gavard Gardner fikrlariga ko'ra, ko'chada o'sgan o'spirin keyinchalik namunali ishchi bo'lib yetishgan insonning biron-bir markaziy basketbol jamoasi yetakchisining qobiliyatlari bilan bir xil bo'lmaydi, aksincha turli xil bo'ladi.

Sandra Skarr (1989) qarashlarida "Koshki edi insonlardagi bir sohada sezilgan kamchilik, boshqa bir sohada o'zini namoyon qilganda edi, shunda dunyo ham adolatli bo'lar edi", – deb ifodalagan. Afsuski, dunyo biz o'ylaganimizdek odil emas, hamda qobiliyatlar orasida ham o'zaro moyilliklar bo'lib turadi.

Masalan: aqli zaif insonlarda jismoniy qobiliyatlar ham kamroq bo'ladi. Shuning uchun bu kabi insonlar uchun maxsus olimpiada o'yinlari o'tkaziladi va ular adolatli o'yindan bahramand bo'ladilar.

Tadqiqodchilar Gavard Gardnerga ko'p marotaba turli xil qobiliyatlarni "zakovat" ostida birlashtirib o'tkazish o'rinlimi deb savol berishadi. Verbal va mulohazali ko'nikmalar muhimroq emasmi deb ham so'rashadi. Ularning fikricha zakovat – bu aqliy qobiliyat. Mu-

siqaga va ritmikaga bo'lgan qobiliyatlarsiz ham yashasa bo'ladi va ularni "talant" (qobiliyat) deb atash ma'qulroq. Agar insonlarga jismoniy qobiliyat yetishmasa, ularni aqliy qobiliyati yetishmaydi deb hisoblash to'g'rimi? Gavard Gardner ta'kidlaydiki, qobiliyatning barcha shakllari ichki ma'noga ega va ular aniq bir madaniyat va kontekst ostida orttiriladi yoki shakllanadi<sup>76</sup>.

I.P.Pavlov asarlarida «badiiy», «fikrlovchi» va «o'rta» tiplar deb qayd qilingan mazkur tipologiya kishining oliy asab faoliyati unda ikkita signal tizimi mavjudligi bilan belgilanishiga muvofiq ta'limot bilan bog'langandir. Birinchi signallar tizimi obrazli, emotsional va ikkinchisi ana shu obrazlar haqida so'zlar orqali signal berish bilan bog'liq, ya'ni signallarning signali bilan bog'liq. Garchi qobiliyatning rivoji har turli odamlarda mutlaqo bir xil bo'lmagan tabiiy shartsharoitlarga bog'liq bo'lsa ham, yuqorida ko'rib o'tilgan iste'dod nishonalari va qobiliyat o'rtasidagi nisbat, qobiliyat shunchaki tabiat in'omi emas, balki kishilik tarixining mahsuli ekanligini ko'rsatadi.

Odatda qobiliyat insonga shaxsning barcha individual-psixologik xususiyatlari kabi tabiat tomonidan tug'ma ravishda tayyor holda berilmaydi, balki hayot davomida va faoliyat jarayonida shakllanadi. Ilmiy psixologiya qobiliyatning tug'maligi nazariyasini inkor etib, shaxs qobiliyatining noma'lum tabiiy omillar tomonidan azaliy belgilanishi to'g'risidagi tasavvurlarga qattiq zarba beradi. Shuni uqtirish joizki, qobiliyatning tug'maligini inkor qilish mutlaq xususiyatga ega emas, albatta. Lekin qobiliyatning tug'ma ekanligini tan olmaslik, miya tuzilishi bilan bog'liq differensial xususiyatlarning tug'maligini inkor qiladi, degan so'z emas. Layoqat esa qobiliyatning tabiiy zaminini sifatida faoliyatda muhim o'rin tutadi. Layoqat, deb qobiliyat taraqqiy etishining dastlabki tabiiy sharti sifatida namoyon bo'ladigan miya tuzilishining, sezgi a'zolari va harakatlarning morfologik hamda funksional xususiyatlariga aytiladi.

Tug'ma layoqat jumlasiga nozik hid sezish, binobarin, bilish analizatorlarining alohida yuksak sezgirliги muvofiqdir. Shaxs muayyan tabiiy layoqatga ega bo'lsa, u holda o'ziga taalluqli qobiliyatni rivojlantirish nisbatan oson kechadi. Insonlarning kasbiy qobiliyati ular layoqatlarining rivojlanish mahsulidir. Layoqat ko'p qirrali psixik hodisa

<sup>76</sup> *Devid Mayers Psixologiya. Minsk. 2008. 467–460-betlar.*

bo'lganligi tufayli, faoliyat talablarining xususiyatiga bog'liq ravishda, bir xil layoqatlar negizida har xil qobiliyatlar rivojlanishi kuzatiladi.

Qobiliyatning rivojlanishi shaxsning tarkib topishi bilan uzviy uyg'unlikka ega bo'lib, inson kamoloti har ikkala omilning o'zaro hamkorligini talab qiladi. Iste'dodli o'quvchi va talabalar shakllanishi ijtimoiy muhit, ijtimoiy institutlar, ma'naviyat asoslari hamda o'zini o'zi namoyon etish, o'zini o'zi kashf qilish, o'zini o'zi rivojlantirish asosida amalga oshishi odatiy ijtimoiy psixologik qonuniyat tariqasida xizmat qiladi. Nemis olimi Lengardom xarakter qobiliyat xususiyatlarining sifat jihatidan talqin qilinishida, birinchidan, maqsadga turlicha yo'llar orqali erishishga imkon beruvchi «o'zgaruvchan miqdor» to'plami tariqasida, ikkinchidan, faoliyat muvaffaqiyatini ta'minlovchi shaxsning individual psixologik fazilatlarini murakkab majmuasi ko'rinishida gavdalanadi.

Inson hayoti davomida kasbidan tashqari paytlarda ham bir necha qobiliyat egasi bo'lishi mumkin. Masalan, o'qituvchi bir davrning o'zida duradgor, mohir tikuvchi bo'lishi; yirik fan allomasi, yaxshi san'atkor, yetuk sportchi bo'lish holatlari uchrab turadi. Qobiliyatli shaxslar ijtimoiy turmushning turli jabhalarida o'z o'rnini topa oladi, hamda yuksak yutuqlarga erishadi, hatto bir necha faoliyat turida tekis muvaffaqiyatlar qozonishi ham mumkin. Kasb nuqtayi nazaridan kelib chiqib, pedagoglikning eng muhim qobiliyati ustuvorligida quyidagilar bo'lishi lozim. Pedagogik qobiliyat tuzilishida – pedagogik odob (takt), bolalarni sevish, o'quvchilar jamoasini tashkil qilish va uni boshqarish, kuzatuvchanlik, talabchanlik, bilimga chanqoqlik, nutqiy qobiliyat, diqqatni taqsimlash, akademik qobiliyatlar va hokazo. Pedagogik qobiliyatning o'qituvchi faoliyatidagi ahamiyati ta'lim jarayonini muvaffaqiyatli ta'minlashga xizmat qiladi.

**Iste'dod va geniylik.** Qobiliyat taraqqiyotining yuksak bosqichi iste'dod deb ataladi. Uning ijtimoiy-tarixiy, tabiiy nuqtayi nazardan talqini qobiliyat taraqqiyotining yuksak bosqichi ekanligidan dalolat beradi. Psixologiyada iste'dod (talant – yunoncha noyob narsa, irsiy, tabiiy xislat degan ma'noni anglatadi) muayyan faoliyatning muvaffaqiyatli va ijodiy ravishda bajarilishini ta'minlaydigan qobiliyat hamda iste'dodlar majmuasidan (yig'indisi) iborat individual xususiyatdir. Psixologik adabiyotlarda unga turlicha ta'rif berilishiga qaramay,

ular da asosiy belgilar ta'kidlab o'tiladi, chunonchi, shaxsga qandaydir murakkab mehnat faoliyatining muvaffaqiyatli, mustaqil va original tarzda bajarish imkonini beradigan qobiliyatlar majmuasiga iste'dod deyiladi.

Iste'dodning asosiy belgilari quyidagilar:

- a) muvaffaqiyatni ta'minlash;
- b) faoliyatni mustaqil bajarish;
- c) originallik unsurining mavjudligi;
- d) qobiliyat hamda iste'dodlar yig'indisidan iborat ekanligi;
- e) individual-psixologik xususiyatga egaligi;
- f) ijtimoiy turmushni o'zgartiruvchi, yaratuvchi imkoniyatga egaligi kabilar.

Psixologik ma'lumotlarni umumlashtirgan holda alohida ta'kidlab o'tish iste'dod tuzilishini oson tushunish imkoniyatini yaratadi, iste'dod shaxs psixik xislatlarining shunday murakkab birikmasidir, uni:

- a) alohida, yagona maxsus qobiliyat bilan;
- b) xotiraning yuksak mahsuldorligi orqali;
- c) hatto noyob (kamyob, nodir) sifat tariqasida o'lchab bo'lmaydi.

Shaxsda u yoki bu qobiliyatning mavjud emasligi hamda yetarli darajada taraqqiy etmaganligi iste'dodning murakkab tarkibiga kiruvchi boshqa qobiliyatlarning jadal takomillashuvi orqali ularning o'rnini bosishi (kompensatsiya qilishi) mumkin. Iste'dod o'zining umumiy va maxsus sifatleri yig'indisi bilan ijodiy yutuq imkoniyatining ayniyatidir. Iste'dod mahoratning dastlabki sharti hisoblansada, lekin ular bir-biridan muayyan darajada tafovutlanadi. Iste'dod katta, ijodiy va zo'r mehnat mahsulidir, mehnat esa hayotiy tajriba va ko'nikmalarning zaruriy manbayi hisoblanadi. Ijodiyotning sharti hayotiy tajriba, zaruriy ko'nikma va malakalar yig'indisining mavjudligidir. Ijodiy faoliyat iste'dodning ajralmas qismi hisoblanib, bunda ruhlanish deb nomlangan psixologik holat alohida ahamiyat kasb etadi. Ruhlanish esa faoliyat mahsuldorligi ortishiga qaratilgan ijodiy lahzadan iborat. Iste'dod imkoniyat tariqasida psixologik hodisa, mahorat esa haqiqatga aylangan imkoniyatning gavdalanishi hisoblanadi. Psixologik nuqtayi nazardan haqiqiy mahorat shaxs iste'dodining faoliyatda namoyon bo'lishidir.

Jahon taraqqiyoti, fan va texnika, san'at va adabiyot, moddiy va ma'naviy madaniyatini yaratishning ichki (ruhiy) imkoniyati hisoblanmish iste'dod rivojlanishning harakatlantiruvchi omilidir. Insoniyatning ijtimoiy-tarixiy taraqqiyot bosqichlarida ijtimoiy-iqtisodiy sharoitlarning yetishmasligi tufayli ko'pchilik talant sohiblari o'z imkoniyatlarini ro'yobga chiqarish imkoniyatlaridan mahrum bo'lganlar. Misol tariqasida, mamlakatimizning yaqin o'tmishida chorizm mustamlakachilik siyosatida, qatag'on yillarida qanchalab iste'dodli davlat va jamoat arboblari, betakror fan, madaniyat, adabiyot namoyandalari o'z imkoniyatlarini ro'yobga chiqarishga erisha olmay dunyodan ko'z yumdilar. Bu o'tmishning achchiq haqiqatidir. Iste'dodlarning tuzilishi ijtimoiy shart-sharoitlarga bog'liq bo'lganligi tufayli mustaqil mamlakatimizda iste'dodli yoshlarga nisbatan yuksak ehtiyoj sezilmoqda. Bundan yaqqol ko'rinib turibdiki, bunday shaxslar kelajagi buyuk davlatimiz poydevori bo'lishadi.

Qobiliyatlilik shaxsda mehnat, tinimsiz izlanish tufayli vujudga keladi va rivojlanadi. Iste'dod garchi insonga tabiatan berilgan bo'lsa-da, agar ijtimoiy muhit bo'lmasa, o'z ustida ishlamas, shaxsdagi qobiliyat va iste'dodlar yo'qoladi. Iste'dodning eng yuqori darajasi bo'lgan geniylikning shaxslardagi jihatlari haqida ham to'xtalib o'tsak. Geniy shaxslar fan sohalariga, hayot voqealariga ijodiy yondashib ularni yanada boyitadilar. Bunday shaxslar o'ta mehnatsevar va kuchli irodali bo'ladi. Shuni alohida ta'kidlash lozimki, geniylik darajasiga ko'tarilgan shaxs o'z faoliyatida ahamiyatga molik katta yutuqlarni qo'lga kiritilishiga sabab bo'ladi. Kelgusi avlod uchun xizmat qiladigan ixtirolar, nazariyalar yaratadilar. O'rta Osiyoning dunyoga tanilgan yetuk mutafakkirlari Abu Ali ibn Sino, Abu Nasr Forobiy, Abu Rayhon Beruniy, Al-Xorazmiy, Mirzo Ulug'bek kabi mashhur olimlar fan olamida geniylikning yuksak cho'qqisiga ko'tarildilar. Qobiliyat, iste'dod, geniallik – shaxsning ijodkorligi va faqatgina mehnat mahsulidan kelib chiqadi. Mehnat esa hayotiy tajriba, ko'nikmalarning zaruriy majmuasi manbayidir. Shaxs qobiliyatlarini rivojlantirishda barqaror, turg'un, kasbiy maxsus qiziqishlar muhim omillar, vositalar tariqasida xizmat qiladi. Maxsus qiziqishlar inson faoliyatidagi u yoki bu sohaning mazmuniga nisbatan intilishidan iborat shaxsiy fazilat, ichki turtki, harakatlantiruvchi kuchdir.

Bunday maxsus qiziqishlar turlicha faoliyat bilan kasbiy tayyorgarlik sifatida shug'ullanish moyilligiga o'sib o'tadi. Bilishga oid qiziqish faoliyat usullarini amaliy jihatdan o'zlashtirib olishni va yangi vaziyat, sharoitga ko'chirishni taqozo qiladi, rag'batlantiradi hamda shaxsda o'zini o'zi boshqarishni ta'minlashga yordam beradi. Qobiliyatlar va iste'dodlarni shakllantirish muammosi katta ijtimoiy va davlat ahamiyatiga ega bo'lgan muammodir. Bunda hamma bolalardagi qobiliyatni har tomonlama rivojlantirish vazifasi ayrim iste'dodli bolalardagi maxsus iste'dodlarni rivojlantirish vazifasiga qarama-qarshi qo'yilmaydi. Qobiliyat va iste'dod insonning hayotidagi eng muhim individual-psixologik xususiyatlardan biri hisoblanadi.

### **Mustaqil ishlash uchun tavsiya etilayotgan mavzular**

1. Iste'dodning eng yuqori darajasi bo'lgan geniylik.
2. Xarakterning tarkib topishida insonning tevarak-atrofdagi muhitga, o'z-o'ziga hamda boshqa insonga qanday munosabatda bo'lishi muhim.
3. O'ylash qobiliyatini barqaror rivojlantirish, insonga ijtimoiy ongi va ma'naviyatiga yangi darajani beradi.
4. Gavard Gardner maxsus qobiliyatli ya'ni "Indigo" insonlarni o'rganishlari.
5. Qobiliyat, iste'dod, geniallik – shaxsning ijodkorligi va faqatgina mehnat mahsulidir.

### **Mavzu yuzasidan savol va topshiriqlar**

1. Temperament va xarakter tushunchasining mohiyatini asoslang.
2. Oliy nerv faoliyati tipi va temperament o'rtasidagi bog'liqlikni ko'rsating.
3. Temperament va xarakter xususiyatlariga ta'rif bering.
4. Temperament tiplarining mohiyatini izohlang.
5. Faoliyatning individual uslubi va temperament o'rtasidagi munosabatni aniqlang.
6. Temperament borasidagi psixologik nazariyalarning mohiyatini asoslang.
7. Xarakter aksentuatsiyasining mazmunini asoslang.
8. Xarakter tarkibini nimalar tashkil qiladi?
9. Xarakterning shakllanishiga ta'sir etuvchi omillarni ko'rsating.

## Foydalaniladigan adabiyotlar ro'yxati

1. Shamsheva A., Melibayeva R. va boshqalar. Umumiy psixologiya fanidan UMK. 2016.
2. G'oziyev E.G'. Umumiy psixologiyasi. – T.: ToshDPU, 2010.
3. David G. Mayers. Psychology, – USA, 2010.
4. Д.Б.Елконин. “Психология игры”. – М., 1999.
5. Немов Р.С. Психология. Книга 1. – М., 2002.
6. Айзенк М. Психология для начинающих. “Питер”, 2000.

## Mavzu yuzasidan seminar mashg'uloti

### Shaxsning individual psixologik xususiyatlari

1. *Temperamentning psixologik tavsifi va fiziologik asoslari.*
2. *Xarakter tuzilishi va xususiyatlari.*
3. *Qobiliyatlar to'g'risida tushuncha.*
4. *Bosh miya faoliyati, intellekt.*
5. *Qobiliyat va talantlarning tabiiy shartlari.*

Talabalar 2 kichik guruhlariga bo'linadi.

Guruhlar topshiriqlarni oladi va tayyorgarlik ko'radi.

Topshiriqlar quyidagicha:

**1-kichik guruh topshirig'i:** “K.Leongard tomonidan xarakter ak-sentuatsiyasi muammosi o'rganilib, uni shaxsda namoyon bo'lishiga qarab tasniflanishiga oid klaster tuzish taklif etiladi.

**2-kichik guruh uchun topshiriq:** Talabalarga doklad tayyorlash uchun mavzular beriladi.

- 1) Qobiliyatlar haqida tushuncha.
- 2) Qobiliyatlarning sifati va miqdor tavsifi.
- 3) Qobiliyatlar tuzilishi.
- 4) Talantning paydo bo'lishi va tuzilishi.
- 5) Qobiliyat va talantlarning tabiiy shartlari.

Har bir dokladchiga bittadan taqrizchi, bittadan apponent tayinlanadi.



## GLOSSARIY

Termin	O'zbek tilidagi sharhi	Rus tilidagi sharhi	Ingliz tilidagi sharhi
<b>Psixologiya</b>	fan sifatida psixik faktlar, psixikaning tarkibiy qismlari faoliyat, xulq, muomala, bilish jarayonlari, psixik holatlar, ichki kechinmalar, ijodiy rejalar, ilmiy farazlarning miyada aks etishi, psixik qonuniyatlar va mexanizmlarni o'rganadi, yunoncha psyuxe – jon, ruh, logos – fan, ta'limot degan ma'noni anglatadi.	наука, изучающая закономерности возникновения, развития и функционирования психики и психической деятельности человека и групп людей. Объединяет в себе гуманитарный и естественно-научный подход.	science that studies the laws of the origin, development and functioning of the mind, activity, behaviour, communication, knowing processes, inner feelings, artistic plans, the appearance of scientific imaginations in our brain, psychological legalities and mechanisms of it are learned. In greek psyche is soul and logos means subject and science.
<b>Psixika</b>	bu tafakkur, sezgilar, hissiyotlar va kommunikativ jarayonlarni o'ziga jamlashtirgan yaxlit tizimdir. Hozirgi davrda "jon" tushunchasi o'rniga "psixika" so'zi qo'llanilmoqda.	форма активного отображения субъектом объективной реальности, возникающая в процессе взаимодействия высокоорганизованных живых существ с внешним миром и осуществляющая в их поведении (деятельности) регулятивную функцию	mentality - a complex concept in philosophy, psychology and medicine. «The form of the active display subject of an objective reality that occurs in the interaction of highly sentient beings with the outside world and engaged in their behavior (activity) regulatory function.» Nowadays, the word of «Psychics» is widely used instead of the word of «living».

<b>Abstraksiya</b>	narsalarning o'ziga xos belgi va xususiyatlarini, ular o'rtasidagi bog'lanishlarini, narsalarning muhim belgi va xususiyatlarini ajratib olishga qaratilgan fikrlash operatsiyasi. lot. abstractio mavhumlashtirish.	отвлечение в процессе познания от несущественных сторон, свойств, связей объекта (предмета или явления) с целью выделения их существенных, закономерных признаков; абстрагирование – теоретическое обобщение как результат такого отвлечения.	abstraction – a distraction in the learning process of the non-essential sides, properties, object relationships (object or phenomenon) in order to highlight their essential, of regular features; abstraction – theoretical generalization as a result of this diversion. In latin abstractio means abstracting.
<b>Agglyutinatsiya</b>	mavjud obraz va tasavvur qismlarini bir-biriga «yopishtirib» qo'shish asosida yangi obrazlarni yaratishdan iborat xayol faoliyati. Mas., suv parisi obrazi, lot. agglutinate – yopishtirmoq yelimplamoq.	состоит из известных знаков. Мыслительная или образная деятельность основанная на создании нового образа с использованием уже существующих. Например: образ русалки.	it consists of a well-known characters. The current image of the thoughts and slapped drug other in connection with this way of thinking to the creation of new images. For example: the image of a mermaid. In latin agglutinate means to glue, to stick.

<b>Appertsepsiya</b>	shaxs idrokining avvalgi bilim va tajribalariga hamda uning umumiy qiziqish, havaslariga bog'liqligi, lot. qarashli, perceptio – idrok.	это процесс, в результате которого элементы сознания становятся ясными и отчетливыми. Одно из фундаментальных свойств психики человека, выражающееся в обусловленности восприятия предметов и явлений внешнего мира и осознания этого восприятия особенностями общего содержания психической жизни как целого, запасом знаний и конкретным состоянием личности.	it is the connection of person's perception to the previous knowledges and experiences and his general interests, envies as well.
<b>Assotsiatsiya</b>	psixik hodisalar orasidagi o'zaro bog'lanish, u ma'lum qonunlar bo'yicha tarkib topadi (jumladan, fazodagi yondoshlik A, xronologik o'xshashlik A, qarama-qarshilik A va b.), lot. associatio – bir-lashtirmoq.	связанные психические события, состоящие из определенных законов например, изучение космоса, хронологические совпадения, противоречия и др	it is the mutual connection between psychic processes and it includes according to specific laws.(for ex: cosmic relativity, chronologic similarity, oppositeness and others.) In latin associate means to unit.

<b>Biografik metod</b>	odamni uning tarjima-yi holi bilan bog'liq bo'lgan hujjatlar orqali o'rganish usuli, yunon. bios – hayot, grapho – yozaman, ko'rsataman.	метод изучающий человека через его данные и биографию.	this method studies a person through his data and biography. In greek bios is life and grapho means to write
<b>Bixeviorizm</b>	XX asr boshlarida AQSHda maydonga kelgan yo'nalish bo'lib, bunda psixologiyaning o'rganish predmeti qilib faqat odamning xulq-atvori olingan. Bu yo'nalish faqat odamning tashqi ta'sirlar natijasida paydo bo'lgan xatti-harakatlari bilan xulq-atvorini o'rganish mumkin, deb hisoblaydi. Bunda ong ahamiyati inkor qilinadi. Bu yo'nalishning asoschilari D.Uotson, E.Torndayklar, ing. behaviour – xulq.	направление появившееся в начале XX века направлено на изучение поведения человека. Это направление считает, что окружающий мир может влиять на поведение человечества. Соображение в этом случае отрицается. Основатели этого направления Д.Уотсон, Э.Торндийклар.	in the early twentieth century, it was sent to study only human behavior. This direction is considered to be the ability to influence the world around them, and on the behavior of humanity at this stop. As this happened they deny consideration. The founders of this direction of John Watson, E.Torndiyklar.
<b>Verbal</b>	verbal nutq – og'zaki ifodalanadigan nutq, lot. verbalis – og'zaki.	вербальная речь – образуется посредством устной речью	verbal language is the speech expressed orally.

<b>Vegetativ nerv tizimi</b>	nerv tizimining organizm ichki a'zolari faoliyatini va modda almashinuvini boshqarib turadigan bir qismi, v.n.t, markaziy nerv tizimi bilan uzviy bog'liq bo'lib, bu bosh miya qobig'i tomonidan boshqariladi. V.n.t. simpatik va parasimpatik nervlar deb ataluvchi ikki qismga bo'linadi.	вегетативная нервная система управляющая внутренней системой органов, которая влияет на части обмена веществ. В.н.с. связана с центральной нервной системой, и управляется оболочкой головного мозга. В.н.с. делится на две части: симпатичная и парасимпатичная.	the autonomic nervous system is governed by internal systems and organs of the impact of metabolism, v.n.s connected with the central nervous system, this right brain membranes. Leading researcher divided into two parts: the sympathetic and parasympathetic.
<b>Dominanta</b>	markaziy nerv tizimining vaqtincha hukmron qismi bo'lib, boshqa qismlar faoliyatini tormozlaydi.	временно управляет центральной нервной системой, останавливая остальные активные части.	government central nervous system temporarily stops and the remaining active parts.
<b>Dualizm</b>	borliq ham moddiy, ham ruhiy bo'lgan ikki asosdan tashkil topgan deb hisoblovchi falsafiy ta'limot bo'lib, psixofizik parallelizm konsepsiyasining asosidir, lot. duafis – ikki yoqlama.	является философским явлением, в которой реальность это материальная, духовная, психофизическая и параллельная концепция.	it is a philosophical study which considers the reality of this material, spiritual and psychophysical parallel concept.

<b>Interiori-zatsiya</b>	tashqi amaliy harakatlarning ichki aqliy amallarga ay-lanish jarayoni.	это цикл враще-ния внешнего действия на внут-реннее.	this cycle of rota-tion of the external effects on the inter-nal.
<b>Motiv</b>	ma'lum ehtiyoj-larni qondirish bi-lan bog'liq faoliyat-ga undovchi sabab, lot. movere – hara-katga keltirmoq	побуждение к дея-тельности, связан-ной с конкретны-ми потребностями	the reason of satisfy some necessity.
<b>Mielin</b>	nerv tolalarining yumshoq qobig'i tarkibiga kiruvchi yog'simon moddalar aralashmasi, yunon. myelos – iliq.	жировая масса в которой входит мягкого нервного волокна	the oily elementar mixture which en-trant to the nervous fibers soft shell.
<b>Oriyentatsi-ya refleksi</b>	shartsiz refleksning bir turi, u har qanday yangi qo'zg'ovchi ta'siriga birinchi bo'lib javob beradi, lot. oriens – sharq, reflexus – aks etish.	тип безусловных рефлексов, кото-рая первым реа-гирует на воздей-ствия.	one type of natural reflex, it exchange-ly responsible for every new starting influence.
<b>Operativ xotira</b>	xotira turlaridan biri. Bu ma'lum faoliyat-ni bajarish jarayoni-da ifodalanadi, uzoq muddatli xotiradan vaqtincha foydala-nadi, lot. oreratio – harakat.	тип памяти выра-жающийся в про-цессе осуществ-ления отдельных видов деятель-ности, временно использующий долговременную память.	the type of memory. It expresses in the process of one ac-tion, used from far memory temporary.

<b>Ontogenez</b>	organizmning individual rivojlanishi. Tirik mavjudotning paydo bo'lgan davridan to oxirigacha bo'lgan davrdagi o'zgarishlar majmuyi, yunon. on, ontos – asl, tub, genesis – tug'ilish, paydo bo'lish.	это развитие индивидуального организма. Набор изменений в которых входит период живого существа от начала до конца его жизни.	processing the organism indurdually. The living natures alternation collection from appearing till to the end.
<b>Xarakter</b>	kishidagi barqaror psixik xususiyatlarning individual birligi. U shaxsning mehnatga, atrof-dagi narsa va hodisalarga, boshqa kishilarga va o'z-o'ziga bo'lgan munosabatlarida ifodalanadi. X. muayyan sharoit xatti-harakatlarni belgilab beradigan individual psixologik xususiyatlar yig'indisidir, yunon. charakter – xususiyat, belgi.	индивидуальная единица стабильных свойств человека, характеризующая отношение человека к труду, окружающим вещам и событиям, к другим людям и к себе. Характер это сумма которая определяет специфические акты индивидуальных психологических свойств.	the unity of persons stable psychological peculiarities. It is expressed in the attitude of persons to the labour, to the environment and events, and attitude to himself. It is the unity of certain character and behaviours.
<b>Paralogizm</b>	to'g'ri fikrlash qoidalarini buzish mantiqiy xatoga yo'l qo'yish natijasida noto'g'ri xulosa chiqarish, yunon. paralogismos.	делать неправильный вывод в результате нарушений правил в правильном мышлении, допустить логическую ошибку.	in the result of uncorrect thoughts to do mistake and come to the uncorrect conclusion.

<b>Paramneziya</b>	sodir bo'layotgan voqealarning qachonlardir boshdan kechirilgandek bo'lib tuyulishidan iborat хотира kasalligi, yunon. rara – oldida, yonida mnosis – eslash.	состав событий которые кажутся происходили когда-то раньше.	it is illness of memory about transferred events that have been before its existence.
<b>Parapsixologiya</b>	psixologik tadqiqot sohalaridan biri, sezgi a'zolari ishtirokisiz idrok qilish shakllarini, shu bilan birga tirik mavjudotning fizik hodisalarga mushak kuchisiz ta'sir etish turlarini o'rganadi. P. muammosi bahsga molik sohadir. Yunon. para – oldida, yonida, psyche – pyh, logos – ta'limot.	один из психологических исследований, формы чувственного восприятия без участия органов чувств, вместе с этим изучает виды влияний живого существа на физические явления без мышечных сил.	the type of psychological research, and research about without senses learns types of perceive, and learns living natures effect without muscles power.
<b>Patogen</b>	kelib chiqish, kasallik keltirib chiqaruvchi, yunon. pathos – azoblanish.	происхождение, вызывающий болезнь.	to become, bring illness
<b>Proektiv metod</b>	shaxsni tadqiq qilish metodlaridan biri. Bu metodda mas., tajriba vaziyatlarida rasmlar idrok qilinib, uning talqini beriladi, lot. prjektus – oldinga tashlangan, yunon. methodos – tadqiqot.	один из методов исследующий человека. В этом методе в опытных обстоятельствах изучаются картинки, и даются их интерпретации.	the types of method, about researching person. In this method perceived images in experimental conditions and its definition.



<b>Ekstraver-siya</b>	shaxsning tevarak-atrofdagi odamlarga, tashqi hodisalarga yo'nalishi. E. qiziqishlarning kishidan tashqaridagi narsa va hodisalarga ko'chishi demakdir, nor. emavere – uyg'otish, to'liqlantirish, lot. extra – haddan tashqari, verso – o'zgarish.	направление человека к окружающим людям и внешним явлениям. Экстраверсия передача интересов человека к внешним вещам и явлениям.	the directon of persons to the environment and outer events. Here persons interests migrated to the outside events and things
<b>Emotsiya</b>	odam yoki hayvonlarning subyektiv ifodalangan ichki yoki tashqi qo'zg'ovchilar ta'siriga javob reaksiyasi.	ответная реакция людей или животных субъективно выражающий внутреннюю или внешнюю провокационную эффективность.	the response reaction of humans or animals to the inner or outer startings
<b>Empatiya</b>	boshqa odamlarning psixik holatlarini tushunish va ularga hamdardlik qilish qobiliyati, yunon. empatheia – birgalikda dardlashmoq.	способность понимать психические состояния других людей и соболезновать им.	it is the capability of knowing other persons' psychic processes and the ability of being sympathetic.
<b>Egoizm</b>	xudbinlik bo'lib, shaxsning o'z qiziqishlari va ehtiyojlarini boshqa shaxslar va ijtimoiy guruh qiziqishlari bilan qiziqmay, ulardan yuqori ko'rishi. E.	эгоистичность, ставить выше свои интересы и необходимости, не интересоваться интересами других людей и гуманитарных групп. Разви	it is selfishness. He puts his own interests rather than anothers. It is the result of uncorrect behavior

	ning rivojlanishi va shaxs yo'nalishida ustuvor bo'lishi tarbiyadagi jiddiy xatoliklar natijasidir, lot. ego – men.	тие эгоизма и быть приоритетом в направлении человека это результат серьезных ошибок в воспитании.	
<b>Eydetik - Eydetizm</b>	ba'zi individlarning (eydetiklar) avval idrok qilingan narsa va hodisalarni barcha tomonlari bilan esda qoldirish qobiliyati, yunon. eidos – obraz.	способность некоторых индивидов запомнить предметы и события вместе с деталями.	some individs ability of memory that remember perceived events in every sides
<b>Eyforiya</b>	kayfiyatning ko'tarinkiligi, rohatlanishi, huzurlanishi. E. obyektiv sharoitlarga mos bo'lmagan holda mavjud bo'lgan ko'tarinki kayfiyat, beg'amlik va qoniqish holati, yunon. (masalan; giyohvand moddani qabul qilish natijasida yuzaga keluvchi holat.) eu – yaxshi, phero – boshdan kechirmoq.	поднятое настроение, удовольствие и наслаждение. Эйфория не совместимый объективным условиям поднятое настроение, небрежность и удовлетворенное состояние.	raise of mood, relaxing enjoying. It is not equal to the occurance carelessness and condition of satisfying
<b>Xolerik</b>	temperament turi, u hissiyotning jo'shqinligi, kayfiyatning birdaniga tez o'zgarib qolishi,	вид темперамента, он выражает собой чувство энтузиазма, изменчивое настроение,	type of temperament. In this temperament person is changeable in a boiling sense, suddenly

	hissiyotning muvozanatsizligi va umuman harakatchanligi bilan ifodalanadi, yunon. chole – saffro, sariq o‘t	не стабильное чувство.	changes the mood, looses the balance of feelings and generally active in character
<b>Nutq</b>	odamlarning til vositasi bilan aloqa qilishning tarixan tarkib topgan shakli.	исторически формированный инструмент коммуникации для людей.	the historical composed type of connection with the means of tongue
<b>Nutq madaniyati</b>	muloqot jarayonida ma’lum til normalariga asoslangan holda ma’noli nutqni ifoda etish.	вовремя общения выражать значимую речь основанную на известную языковую норму.	during the encounter conform to the certain language rules.
<b>Ambivalentlik</b>	bir vaqtda qaramaqarshi hissiyotlarning namoyon bo‘lishi (mas., kulgu va qayg‘u, xursandlik va kulfat), yunon. ambi – tevarak, ikki tomondan, lot. valentia – kuch.	одновременное проявление противоположных чувств (например: смех и печаль, радость и бедствие)	at the same time appearance of opposite sense or feelings. For ex: laughing and sadness
<b>Apatiya</b>	kishining tevarakatrodagi olamga nisbatan hech qanday qiziqishlarsiz befarq holati, yunon. apatheia – hissiyotsizlik.	безразличное состояние человека, к окружающему миру без никаких интересов.	the persons apathetic condition to the surround without any interests.
<b>Astenik</b>	shaxsning faolligini susaytiruvchi kechinmalar, yunon. astheneia – kuchsizlik, holsizlik.	человеческие чувства ослабевающие активность.	persons slowing down senses to activeness.

<b>Asteniya</b>	kuchli toliqish va organizmning madorsizligida namoyon bo'ladigan asabiy psixik holsizlanish, yunon. astheneia – kuchsizlik, holsizlik.	усталость изображающая в нервном психологическом вялости.	strong tireness and weakness described in a nervous feeble.
<b>Affekt</b>	kuchli, jo'shqin va nisbatan qisqa muddatli emotsional kechinmalar tariqasida ro'y beradigan psixologik holat.	психологическое состояние характеризующийся с высокими, взрывными и кратковременными эмоциональными процессами.	the psychological condition which happens with strong, boiling and continuously emotional experiences in short-term.
<b>Kayfiyat</b>	birorta emotsiyaning barqaror kechishi.	стабильное прохождение какой либо эмоции.	the stable occurring of some sort of emotions.
<b>Senzitivlik</b>	turli ta'sirga nisbatan sezgilarning tez va kuchli qo'zg'alishi.	быстрая и повышенная чувствительность к разным влияниям.	starting senses up fast and strongly according to various effects.
<b>Stenik hislar</b>	shaxsning faoliyatini oshiruvchi hislar (mas., xursandchilik va h.k.).	чувства которые развивают деятельность человека (нап. радость и т.д).	emotions that rises person's activities up. (e.g. happiness)
<b>Stress</b>	kuchli qo'zg'ovchilar ta'sirida yuzaga keladigan ruhiy holat.	психическое состояние являющееся из за сильных воздействиях.	the spiritual state which is appeared by strong arisers.
<b>Emotsiya</b>	odam yoki hayvonlarning subyektiv ifodalangan ichki yoki tashqi qo'zg'ovchilar ta'siriga javob reaksiyasi.	субъективная, оценочная реакция человека или животного внутренним и внешним воздействиям.	expressed by people's or animals' subjective response to the internal or the external arisers reactions.

<b>Hissiyot</b>	odamning yuksak ehtiyojlarini qondirish yoki qondirmaslik qobiliyatining mavjudligi va psixik obraz yarata olish natijasida uning tevarak-atrofida olamga bo'lgan munosabatlarining ongda aks ettirilishidan iborat jarayon.	процесс отражающий свойство человека умения удовлетворять или не удовлетворять потребности а так же с созданием психического образа изображать его в сознании.	man's ability whether it satisfies or does not satisfies the high needs of him and creates a mental conscious of its relation around the world for applying the process.
<b>Abuliya</b>	eng oddiy, osongina masalalar bo'yicha ham ma'lum qarorga kelish qobiliyati yo'qligida namoyon bo'ladigan o'ta irodasizlik.	сильное безволие характеризуемой отсутствием способности принимать даже самые простые решения.	the weak willness that becomes visible when its's time to have even simple problems.
<b>Iroda erkinligi</b>	falsafiy-axloqiy kategoriyani ifoda etuvchi tushuncha. U o'z-o'zini aniqlash jarayonida kishi irodasining moslashishiga bog'liq.	понятие выражающее этические категории. Она зависит от познание самого себя во время адаптирование воли.	the concept that expresses philosophical and ethical category. It depends on man's agreement when it's time to define himself.
<b>Lokus nazorat</b>	odamning o'z faoliyati natijalariga javobgarligini tashqi kuchlardan ko'rish (eksternal, tashqi lokus nazorati) yoki o'zining qobiliyatla-	склонность человека приписывать свои результаты деятельности внешним факторам	person's own responsibility for the result of the activities of the external power or its striving for quality.

	rini intilishlardan ko'rish xislati (internal, ichki lokus nazorati).	(экстернал-внешний локус контроля) или приписывать свои способности к своим усилиям (интернал, внутренний локус контроля).	
<b>Motiv</b>	ma'lum ehtiyojlarni qondirish bilan bog'liq faoliyatga undovchi sabab.	причина призывающая к деятельности, связанные с удовлетворением каких либо потребностей.	the reason that appeals to satisfy with the certain need.
<b>Motivatsiya</b>	odamni faol faoliyatga undovchi sabablar majmuyi.	сбор причин побуждающих человека к активной деятельности.	the collection of reasons that motivate a person to be active in activities.
<b>Motivlar kurashi</b>	qaror qabul qilish bilan bog'liq irodaviy harakatlar bosqichi.	волевые действия связанные с принятием решения.	the levels of will activities which are connected with making decision.
<b>Labillik</b>	nerv hujayralarining tezlik bilan qo'zg'alish holatidan tormozlanish va tormozlanishdan qo'zg'alish holatiga o'tish xususiyati.	свойства человека, быстро перемещающие нервные клетки из подвижного состояния в торможение и из торможения в подвижное состояние.	it is the peculiarity of paasing to stirring and braking of nerve cells.

<b>Rigidlik</b>	subyektiv tomonidan dasturlashtirilgan faoliyatda qayta qurishning talab qilinishi natijasida ro'y beradigan qi-yinchiliklar.	затрудненность происходящая из за требования перестроить деятельность прог-раммированной субъектом.	required construc-tion activities that is programmed by subjective happens as a result of diffi-culties.
<b>Frenologiya</b>	odamda u yoki bu xildagi qobiliyat-larning o'sganligini bosh suyagining tuzilishiga qarab aniqlash mumkin degan nazariya. Bu nazariya avstriyalik vrach F.Gall tomonidan tavsiya etilgan.	теория, подтверж-дающая возмож-ность определять уровень каких либо способно-стей человека по его черепу. Созда-телем этой теории является австрий-ский врач Ф. Галл.	the growth of some types of people's skills on the theory that it is possible to determine the struc-ture of the skill. This theory pro-posed by the Aus-trian doctor F.Gall.
<b>Tempera-ment</b>	shaxsning individual psixologik xususi-yatlari majmuyi. Bu kishida faoliyat va xulq-atvorning di-namik va emotsional tomonlari bilan xa-rakterlanadi.	сбор индивиду-альных психоло-гических способ-ностей человека.	collection of indi-vidual psychologi-cal properties of the person . The man's activity and beha-vior is charactirised by a dynamic and emotinal aspects.
<b>Flegmatik</b>	temperament tur-laridan biri. Bu hara-katlarning sekinligi, barqarorligi, emot-sional holatlarning tashqi ko'rinishlari kuchli emasligida namoyon bo'ladi.	один из типов темперамента, его можно оха-рактеризовать с медлительными, невозмутительны-ми действиями , и низким явлением эмоционального состоянии.	the kind of tem-perament. This can appear when the movements are slow, stable and not strong emotions in external.

<b>Sangvinik</b>	temperament turlaridan. Bu tur chaqqon, harakatchan, taassurotlari tez-tez o'zgarib turadigan, boshqa kishilarga nisbatan dilkashlik va mehribonlik qilish xislatlari bilan tavsiflanadi.	один из темпераментов, его можно охарактеризовать как активным, быстрым человеком с быстро меняющимся мнениям и переживающим за других.	the sort of temperament. That sort of skill is nimble, mobile and fast changing of imaginations. It differs from other temperaments with its kindness and hospitality to the humanity.
<b>Xolerik</b>	temperament turi, u hissiyotning jo'shqinligi, kayfiyatning birdaniga tez o'zgarib qolishi, hissiyotning muvozanatsizligi va umuman harakatchanligi bilan ifodalanadi.	тип темперамента. он характеризуется с бурной и неуравновешенной эмоцией, а так же резкими сменами характера – в общем активностью.	the type of temperament that has full feelings, quick changable mood when the emotions expressed by the general unbalanced character and mobility.
<b>Introvertsiya</b>	shaxsning o'z fikrlari, sezgilari, kechinmalarining o'z-o'ziga tayanishi.	мнения, чувства и переживания человека полагающиеся самому себе.	leaning on person's ideas, sensitiveness and excitements himself.
<b>Milliy karakter</b>	biror-bir millatga xos xususiyatlar.	свойства характеризующие какой либо национальности.	it is the traits which belong to only one specific nation.
<b>Xiromantiya</b>	odamning kaftiga qarab uning xarakteri, taqdiri bo'yicha fol ochish.	гадания о характере и о судьбе по ладоням человека.	telling fortunes or judging of a person's character according to the lines in the palm of the hand.



<b>Xarakter</b>	kishidagi barqaror psixik xususiyatlarning individual birligi. U shaxsning mehnatga, atrof-dagi narsa va hodisalarga, boshqa kishilarga va o'z-o'ziga bo'lgan munosabatlarida ifodalanadi.	индивидуальная единица психических свойств человека. Он выражается в отношениях человека к работе, окружающим вещам, событиям, другим людям, а так же самому себе.	it is the unit of one's stable, psychic peculiarities. It expressed by person's labor, surrounding events, other people or self-expressed in the relationship.
<b>Xarakter aksentuatsiyasi</b>	xarakterning alohida xususiyatlarini haddan tashqari ifodalanishi (psixopatiyaga yaqin namoyonlashuvi).	чрезмерное выражение определенных свойств характера (близко к психопатии).	expressing the person's character's peculiarities extremely (apparently near the psychopathy).
<b>Ekstraver-siya</b>	shaxsning tevarakat-rofdagi odamlarga, tashqi hodisalarga yo'nalishi.	концентрация человека на окружающих людей и внешних событий.	it is the person's direction to his surrounding people and to the external events.
<b>Aqliy rivojlanish mezon</b>	ong IQ – aqliy yosh (AYO) va xronologik yosh (XYO) orasidagi munosabatni bildiruvchi mezon. Intellekting biror-bir yosh shkalasiga suyangan holda test natijalari orqali rivojlanishini aniqlash mumkin.	критерий обозначающий связь между разумом – умственным возрастом (УВ) и хронологическим возрастом (ХВ).	indicative criteria of the relationship among consciousness (C), mental age (MA) and chronological age (ChA). We can indicate the development of intellect with the help of the results of tests according to the scales of any age.

<b>Zehn, layoqat</b>	nerv tizimining ba'zi genetik nazariyalari anatomik-fiziologik xususiyati bo'lib, u kishida qobiliyatlarning tarkib topishi va rivojlanishining dastlabki individual tug'ma tabiiy zaminidir.	анатомо-физиологические свойства некоторых генетических теорией нервной системы, являющейся естественным фундаментом появления и развития каких либо способностей человека.	some genetic theories of anatomic-psychological features of the nervous system. It is a primary individual innate foundation of developing and being formed of ability in humanity.
<b>Iste'dod</b>	shaxsning ma'lum faoliyatida ifodalangan qobiliyatining yuqori darajasi.	высокий уровень способности, характеризуется как деятельность человека.	the highest degree of ability that is expressed in certain activity of person.
<b>Geniallik</b>	shaxsning eng yuksak darajadagi ijodiyoti bilan o'zini namoyon qilish hodisasi, lot. genius – aql-zakovat, buyuk iste'dod.	действия человека проявляющие высший уровень творчества.	it is the process of occurrence of person's creativity in high degrees.
<b>Kommunikatsion qobiliyatlari</b>	kishining boshqa odamlar bilan bo'ladigan muloqotni yaxshilaydigan va birgalikdagi faoliyatda psixologik qovushuvchanlikni ta'minlaydigan qobiliyat.	способность человека обеспечивающий улучшение диалога с другими людьми и психологическую объединению в совместной деятельности.	the ability that improves person's communication with other people and provides with psychological unity in activity that done jointly.

<b>Mayl</b>	shaxs qiziqishlari va fikrlarining biror faoliyat bilan shug'ullanishga jalb etilganligi, shaxsda kuchli istak, xohish tarzida namoyon bo'lib, bajo keltirilganda odamga mamnuniyat baxsh etadi.	интересы человека и мысли которые привлечены к тому или иному деятельности, в человеке появляется в виде сильной желаниии, при исполнении дает удовольствие человеку.	person's interests and thoughts that attracted to do certain activity. It appears as intense desire and when this desire will be done, it gives person a pe satisfaction.
<b>M u s i q i y qobiliyat</b>	shaxsning musiqiy layoqatini belgilovchi psixologik xususiyatlari.	психологическое свойство устанавливает человеческую музыкальную способность.	the psychological feature of the person, that determines musical aptitude.
<b>U m u m i y iste'dod</b>	kishining qobiliyatlari birligi. Bu shaxsning aqliy (intellektual) imkoniyatlari doirasi bilan faoliyatining o'ziga xosligi darajasini belgilab beradi.	единство человеческих талантов. Это устанавливает человеческие умственные способности и идентическую уровень деятельности.	the unity of person's overall abilities. It determines the sphere of intellectual possibility and the peculiar degree of person.

## Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. David G. Mayers Psychology, © 2010 by Worth Publishers.
2. Djeys U, Kalat. Psychology. 2013.
3. Ivanov P.I., Zufarova M.E. Umumiy psixologiya. Darslik. –T.: O'zbekiston faylasuflari milliy jamiyati. 2008. -480 b.
4. G'oziyev E.G'. Umumiy psixologiya. Darslik. –T.: O'zbekiston faylasuflari milliy jamiyati, 2010.- 488 b.
5. G'oziyev E.G'. Ontogenez psixologiyasi. –T.: Noshir. 2010.
6. Shamshetova A., Melibayeva R. va boshqalar. Umumiy psixologiya fanidan UMK., 2016.
7. Umarov B.M. Psixologiya. Darslik. –T., 2012.
8. Немов Р.С. Психология. Учебник. –М.: Владос, 2003. 1-т. 240 с.
9. Davletshin M.G., Do'stmuxamedova S.A., Mavlonov M.M., To'ychiyeva S.M. Yosh va pedagogik psixologiya. –T.: TDPU, 2004.
10. Гамезо и др. Возрастная и педагогическая психология. –М., 1984.
11. Davletshin M.G., To'ychiyeva S.M. Umumiy psixologiya. –T.: TDPU, 2012. 202 b.
12. Xaydarov F.I., Xalilova N.I. Umumiy psixologiya. –T.: TDPU, 2010. 400 b.
13. Boymurodov N. Amaliy psixologiya. –T.: Yangi asr avlodi. 2008.
14. Maxsudova M.A. Muloqot psixologiyasi. –T.: Yangi asr avlodi, 2006.
15. G'oziyev E.G'. Psixologiya fani XXI asrda. –T.: Universitet, 2002.
16. Karimova V.M., Akramova F.A. Psixologiya. O'quv qo'llanma. –T.: TDIU, 2006
17. R.N.Melibayeva. Tafakkurni rivojlantirishning interfaol usullari. Monografiya. Adabiyot uchqunlari nashriyoti, 2013.
18. M.Ahmedova., R.N.Melibayeva. Nutq psixologiyasi. –T.: "Chashma print", 2014.
19. Karimova V.M. Psixologiya. –T.: Sharq, 2000. -256 b.

20. Ergasheva G.Q. Rus va o‘zbek tillaridagi psixologiyaga oid terminologiyada termin-metaforalar//Filologiya masalalari. –Toshkent, 2015, №4.-B. 18–22/ (10.00.00 №18).

21. Ergasheva G.Q. Lexical-Semantic Study of Psychological Terms in the Uzbek and Russian Languages//Langlit:An International Peer-Reviewed Open Access Journal (ISSN 2349–5189), IBI Factor 2017-Indexed-----India, 2017.

22. Климов Э.А. Общая психология. – М., Питер. 2001.

23. Маклаков А.Г. Общая психология. Учебник. – СПб.: Питер. 2003.

24. Тихомиров О. ПСИХОЛОГИЯ. Учебник. –М.: Высшее образование, 2006.

25. Д.Б.Елканин. “Психология игры”. –М.: 1999.

26. Айзенк М. Психология для начинающих. “Питер”, 2000.

#### **Internet saytlari:**

1. [www.ziyonet.uz](http://www.ziyonet.uz)

2. [www.pedagog.uz](http://www.pedagog.uz)

3. [www.edu.uz](http://www.edu.uz)

4. [www.psychology.uz](http://www.psychology.uz)

5. [www.psychology.net.ru](http://www.psychology.net.ru)

6. 8. <http://interactive-plus.ru/collection-20131105-1.html>

7. <http://general.psypublica.ru/>

8. <http://psyvert.ru/for-stud/general/aptpsp2012-2011/>

Muqaddima ..... 3

**I qism. PSIXOLOGIYAGA KIRISH**

**I bob. Umumiy psixologiya fanining predmeti,  
vazifalari va ilmiy tadqiqot metodlari**

Psixologiyaning asoslari ..... 5  
Psixologiya faniga nazariy yondashish..... 8  
Psixologiyaning asosiy muammolari ..... 10  
Psixologiyaning rivojlanishi .....11  
Xorijiy tillarni o'rgatishning psixologik xususiyatlari..... 28

**II BOB. Ong va psixikaning rivojlanishi**

Dunyo olimlarining psixika va ong haqidagi tushunchalari ..... 35  
Psixika va onging psixologik tavsifi ..... 40  
Psixika va ong paydo bo'lishida muhitga, a'zolarning tuzilishiga  
va mehnat faoliyatining ijtimoiy-tarixiy mohiyatga ega ekanligi... 48  
Psixikaning ontogenezda va filogenezda rivojlanishi ..... 51

**II qism. SHAXS VA FAOLIYAT**

**III bob. Shaxs va faoliyat**

Shaxs va uning faoliyati..... 59  
Faoliyat turlari. Jismoniy va aqliy harakatlar ..... 64  
O'yin va o'qish faoliyatining o'ziga xos jihatlari ..... 66  
Mehnat faoliyatining psixologik xususiyatlari..... 71  
Psixoanalitik, sotsial-kognetiv yo'nalish va  
gumanistik yo'nalish..... 79

**III qism. BILISH JARAYONLARI**

**IV bob. Bilish jarayonlari**

Sezgi psixik jarayon sifatida ..... 83  
Idrokninig psixologik xususiyatlari ..... 90

Diqqatning psixik funksiyalari va xususiyatlari .....	103
Xotiraning psixik jarayon sifatida o‘rganilishi .....	114
Xayolning psixologik talqini, hosil bo‘lish mexanizmlari .....	122

### **V bob. Tafakkur va til**

Tafakkurning bilish jarayon sifatidagi mohiyati va nerv-fiziologik asosi.....	134
Tafakkur operatsiyalari .....	138
Tafakkurning mantiqiy shakllari .....	144
Tafakkur turlari .....	150
Tafakkur borasidagi psixologik nazariyalar talqini.....	160
Nutqning rivojlanishi .....	164
Tilning tafakkurga ta’siri.....	166
Nutq turlarining psixologik tavsifi .....	170
Tushunish ijodiy tafakkur muammosi sifatida.....	177

## **IV qism. SHAXSNING ICHKI REGULYATSIYASI VA EMOTSIYA**

### **VI bob. Motivatsiya, his-tuyg‘u va iroda**

Motivatsion konsepsiyalar .....	185
Muvaffaqiyatga erishish motivlari .....	191
Emotsional holatlarning fiziologik asoslari .....	193
Emotsiyaning namoyon bo‘lishi .....	196
Emotsional kechinmalar.....	200
Iroda jarayonlari va ularning tavsifi .....	206
Irodaning inson ehtiyoj va motivlariga bog‘liqligi .....	210

## **V qism. SHAXSNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI**

### **VII bob. Shaxsning individual psixologik xususiyatlari**

Temperamentning psixologik tavsifi va fiziologik asoslari .....	216
Xarakter tuzilishi va xususiyatlari .....	227
Qobiliyatlar to‘g‘risida tushuncha .....	233

## **QAYDLAR UCHUN**



**A.K. Shamshetova, R.N. Melibayeva,  
X.E. Usmanova, I.O. Xaydarov**

# **UMUMIY PSIXOLOGIYA**

**Toshkent – «Barkamol fayz media» – 2018**

*Muharrir: M.Turdiyeva  
Dizayner: D. Azizov  
Musahhih: H. Zakirova  
Kompuyuterda  
sahifalovchi: A. Qodirov*

**Barkamolfayz@mail.ru**

**Nashr.lits. AIN<sup>o</sup>284, 12.02.2016.**

**Bosishga ruxsat etildi: 07.11.2018 yil. Bichimi 60x84 1/16.  
«Times news roman» garniturası. Ofset bosma usulida bosildi.**

**Shartli bosma tabog'i 17,5. Nashriyot bosma tabog'i 17.**

**Tiraji 300. Buyurtma № 29**

**«ZEBO YULDUZLARI» MCHJ bosmaxonasida chop etildi.**

**Manzil: Toshkent shahri, Yashnobod tumani,**

**Aviasozlar-4 34-uy 56-xonadon.**



ISBN 978-9943-5518-9-3



9 789943 551893